S'ENTRAINER A MIEUX COMMUNIQUER Vous voulez accroitre votre potentiel d'empathie et apprendre a resonner en sympathie avec les autres?C'est ce mecanisme qui entre en action lorsqu'on lit un roman ou regarde un film: on se projette dans la peau des personnages, ce qui nous amene a ressentir de l'empathie envers les bons et de la peur ou du degout face aux mechants25.Des chercheurs de l'Universite de Chicago estiment que cette forme de simulation mentale permet au cerveau d'elaborer une comprehension plus complete de l'autre personne, et ce, meme si ce que l'on imagine n'est pas une representation exacte de la realite24.Alors, usez de votre imagination!