

Bem-vindos ao

Treino Metacognitivo para Perturbações Borderline da Personalidade (B-TMC)

*Caso não haja participantes novos pode passar os slides 1-13
(Inicie no slide 14)!*

A utilização das imagens neste módulo foi gentilmente permitida pelos artistas e pelos detentores dos direitos de autor, respectivamente. Para mais informações (artista, título), por favor consulte o final da apresentação.

01/18

© Schilling, Köther & Moritz

Adaptação: Estrela, Andrade,
Fialho, Caiado, Duarte &
Sardinha

Treino Metacognitivo (TMC)

???

Treino Metacognitivo (TMC)

meta →

derivada do grego, significa "sobre, acerca"

Treino Metacognitivo (TMC)

meta →

derivada do grego, significa "sobre, acerca"

cognição →

derivada do latim, significa "pensar, pensamento"

Treino Metacognitivo (TMC)

meta →

derivada do grego, significa "sobre, acerca"

cognição →

derivada do latim, significa "pensar, pensamento"

metacognição →

“Pensar sobre o pensar ou Pensar acerca do pensamento”

B-TMC

Treino metacognitivo para PBP (B-TMC) é uma abordagem terapêutica focalizada nos pensamentos e seus processos.

O treino tem como objectivoss...

- transmitir conhecimentos sobre os seus próprios processos de pensamento;
- torná-lo consciente das distorções típicas de pensamento e de como alterá-las

Pensamento distorcido: modo desfavorável de receber e processar informação a partir do exterior que pode levar ao desenvolvimento ou manutenção de problemas na área da saúde mental (ex., culpar sempre e só a si próprio).

Um evento - varias emoções possíveis... O que motiva as diferentes reacções?

Depois de uma árdua procura, em que visitaste muitos apartamentos tudo o que consegues é mais uma rejeição.

Que pensamentos podem surgir como resposta?

Um evento - varias emoções possíveis...

O que motiva as diferentes reacções?

Depois de uma árdua procura, em que visitaste muitos apartamentos tudo o que consegues é mais uma rejeição.

Pensamentos possíveis

Pensamentos /
resposta?

Pensamentos /
resposta?

Pensamentos /
resposta?

Um evento - varias emoções possíveis...

O que motiva as diferentes reacções?

Depois de uma árdua procura, em que visitaste muitos apartamentos tudo o que consegues é mais uma rejeição.

Pensamentos possíveis

“Que chatice, não admito que me tratem desta maneira!!”

“Tenho que ter paciência, algum dia hei-de encontrar o que pretendo.”

“O que se passa comigo, que não consigo arrendar um apartamento? Provavelmente não devo ser bom o suficiente”

Um evento - varias emoções possíveis...

O que motiva as diferentes reacções?

Depois de uma árdua procura, em que visitaste muitos apartamentos tudo o que consegues é mais uma rejeição.

Pensamentos possíveis

“Que chatice, não admito que me tratem desta maneira!!”

“Tenho que ter paciência, algum dia hei-de encontrar o que pretendo.”

“O que se passa comigo, que não consigo arrendar um apartamento? Provavelmente não devo ser bom o suficiente”

Que emoções podem surgir associadas a estes pensamentos?

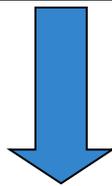
Um evento - varias emoções possíveis...

O que motiva as diferentes reacções?

Depois de uma árdua procura, em que visitaste muitos apartamentos tudo o que consegues é mais uma rejeição.

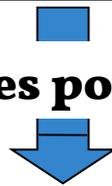
Pensamentos possíveis

“Que chatice, não admito que me tratem desta maneira!!”



Zanga

“Tenho que ter paciência, algum dia hei-de encontrar o que pretendo.”



Emoções possíveis

Descontração

“O que se passa comigo, que não consigo arrendar um apartamento? Provavelmente não devo ser bom o suficiente”



Tristeza

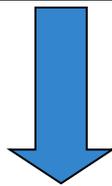
Um evento - varias emoções possíveis...

O que motiva as diferentes reacções?

Depois de uma árdua procura, em que visitaste muitos apartamentos tudo o que consegues é mais uma rejeição.

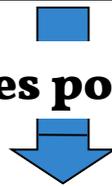
Pensamentos possíveis

“Que chatice, não admito que me tratem desta maneira!!”



Zanga

“Tenho que ter paciência, algum dia hei-de encontrar o que pretendo.”



Emoções possíveis

Descontração

“O que se passa comigo, que não consigo arrendar um apartamento? Provavelmente não devo ser bom o suficiente”



Tristeza

Em cada caso, qual será o comportamento?

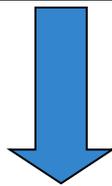
Um evento - varias emoções possíveis...

O que motiva as diferentes reacções?

Depois de uma árdua procura, em que visitaste muitos apartamentos tudo o que consegues é mais uma rejeição.

Pensamentos possíveis

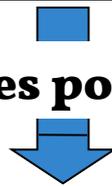
“Que chatice, não admito que me tratem desta maneira!!”



Zanga

Insulta o proprietário ou agente.

“Tenho que ter paciência, algum dia hei-de encontrar o que pretendo.”



Emoções possíveis

Descontração

Permanece calmo, motivado e continua à procura.

“O que se passa comigo, que não consigo arrendar um apartamento? Provavelmente não devo ser bom o suficiente”



Tristeza

Rumina, tem dúvidas sobre si e desiste da procura.

Bem-vindos ao

Modulo de treino: Empatizar I

O uso das imagens neste módulo foi gentilmente cedido pelos artistas e detentores de direitos de autor, respectivamente. Para mais detalhes (artista, título), por favor consulte o final desta apresentação.

01/18

© Schilling, Köther & Moritz

Adaptação: Estrela, Andrade,
Fialho, Caiado, Duarte &
Sardinha

**Qual destes 4 cavalheiros é o actor, o atleta, o psiquiatra ,
ou o assassino em série? Qual o seu grau de confiança?**



**Qual destes 4 cavalheiros é o actor, o atleta, o psiquiatra ,
ou o assassino em série? Qual o seu grau de confiança?**

Voltaremos a este quadro mais tarde...



Como posso empatizar com outra pessoa...???

???

Como posso empatizar com outra pessoa...???

Exemplo: uma pessoa toca na sua testa. Porquê?



Como posso empatizar com outra pessoa...???

Exemplo: uma pessoa toca na sua testa. Porquê?
Indiferença, concentração, cansaço, dor de cabeça?



Como posso empatizar com outra pessoa...???

Exemplo: uma pessoa toca na sua testa. Porquê?
Indiferença, concentração, cansaço, dor de cabeça?
O que pode ajudar a responder a esta pergunta?



Como posso empatizar com outra pessoa...???

Exemplo: uma pessoa toca na sua testa. Porquê?

Indiferença, concentração, cansaço, dor de cabeça?

O que pode ajudar a responder a esta pergunta?

- Conhecimento acerca da pessoa → Será que a pessoa sofre de enxaquecas?

Como posso empatizar com outra pessoa...???

Exemplo: uma pessoa toca na sua testa. Porquê?

Indiferença, concentração, cansaço, dor de cabeça?

O que pode ajudar a responder a esta pergunta?

- Conhecimento acerca da pessoa → Será que a pessoa sofre de enxaquecas?
- Ambiente/situação → Será que a pessoa esteve numa festa toda à noite?

Como posso empatizar com outra pessoa...???

Exemplo: uma pessoa toca na sua testa. Porquê?

Indiferença, concentração, cansaço, dor de cabeça?

O que pode ajudar a responder a esta pergunta?

- **Conhecimento acerca da pessoa** → Será que a pessoa sofre de enxaquecas?
- **Ambiente/situação** → Será que a pessoa esteve numa festa toda à noite?
- **Auto-observação** → Em que situações toco na minha testa ? (**Cuidado!** Não deduza imediatamente que os outros são iguais a si!)

Como posso empatizar com outra pessoa...???

Exemplo: uma pessoa toca na sua testa. Porquê?

Indiferença, concentração, cansaço, dor de cabeça?

O que pode ajudar a responder a esta pergunta?

- **Conhecimento acerca da pessoa** → Será que a pessoa sofre de enxaquecas?
- **Ambiente/situação** → Será que a pessoa esteve numa festa toda à noite?
- **Auto-observação** → Em que situações toco na minha testa ? (**Cuidado!** Não deduza imediatamente que os outros são iguais a si!)
- **Expressão facial** → A pessoa parece cansada, pensativa, com dores, etc.?

Porque fazemos isto?

Pessoas com Perturbação Borderline da Personalidade (PBP) normalmente não tem dificuldades em **detectar emoções**; contudo...

Porque fazemos isto?

Pessoas com Perturbação Borderline da Personalidade (PBP) normalmente não tem dificuldades em **detectar emoções**; contudo...

1. ... muitas vezes **interpretam uma expressão facial neutra** como **negativa**, por exemplo, raiva ou desgosto, e...
2. ... sentem-se muito **confiantes e seguras** acerca das suas interpretações da expressão .

Porque fazemos isto?

Pessoas com Perturbação Borderline da Personalidade (PBP) normalmente não tem dificuldades em **detectar emoções**; contudo...

1. ... muitas vezes **interpretam uma expressão facial neutra** como **negativa**, por exemplo, raiva ou desgosto, e...
2. ... sentem-se muito **confiantes e seguras** acerca das suas interpretações da expressão .

Que consequências poderão advir?

Porque fazemos isto?

Pessoas com Perturbação Borderline da Personalidade (PBP) normalmente não tem dificuldades em **detectar emoções**; contudo...

1. ... muitas vezes **interpretam uma expressão facial neutra** como **negativa**, por exemplo, raiva ou desgosto, e...
2. ... sentem-se muito **confiantes e seguras** acerca das suas interpretações da expressão .

Que consequências poderão advir? O sentimento de rejeição leva-o a agir em conformidade (ex., desistência ou comportamento agressivo). Isto, por seu lado, pode causar problemas nas relações, incluindo a rejeição pelos outros.

Efeitos no comportamento

Evento	Resposta negativa	Comportamento	Efeitos a longo prazo
A Maria está na fila do talho do supermercado, e tem a sensação que os outros clientes estão a olhar para ela de forma estranha.	???	???	???

Efeitos no comportamento

Evento	Resposta negativa	Comportamento	Efeitos a longo prazo
A Maria está na fila do talho do supermercado, e tem a sensação que os outros clientes estão a olhar para ela de forma estranha.	“Porque é que estão todos a olhar para mim dessa maneira? De certeza que não gostam do minha aparência... devem pensar que estou gorda.”	???	???

Efeitos no comportamento

Evento	Resposta negativa	Comportamento	Efeitos a longo prazo
A Maria está na fila do talho do supermercado, e tem a sensação que os outros clientes estão a olhar para ela de forma estranha.	“Porque é que estão todos a olhar para mim dessa maneira? De certeza que não gostam do minha aparência... devem pensar que estou gorda.”	ex.: A Maria sente-se mal-disposta. Vai-se embora sem comprar o que pretendia.	???

Efeitos no comportamento

Evento	Resposta negativa	Comportamento	Efeitos a longo prazo
A Maria está na fila do talho do supermercado, e tem a sensação que os outros clientes estão a olhar para ela de forma estranha.	“Porque é que estão todos a olhar para mim dessa maneira? De certeza que não gostam do minha aparência... devem pensar que estou gorda.”	ex.: A Maria sente-se mal-disposta. Vai-se embora sem comprar o que pretendia.	A Maria antecipa constantemente a rejeição dos outros. Ela sente-se insegura em público. E a sua própria reacção vai atrair a atenção dos outros.

Efeitos no comportamento

Evento	Resposta alternativa	Comportamento alternativo	Efeitos a longo prazo
A Maria está na fila do talho do supermercado, e tem a sensação que os outros clientes estão a olhar para ela de forma estranha.	???	???	???

Efeitos no comportamento

Evento	Resposta alternativa	Comportamento alternativo	Efeitos a longo prazo
A Maria está na fila do talho do supermercado, e tem a sensação que os outros clientes estão a olhar para ela de forma estranha.	“Talvez não estejam a olhar para mim, mas para a fila, na minha direcção. Além disso, as vezes eu própria olho para os outros. Isto é, para onde é que se há-de olhar?”	???	???

Efeitos no comportamento

Evento	Resposta alternativa	Comportamento alternativo	Efeitos a longo prazo
<p>A Maria está na fila do talho do supermercado, e tem a sensação que os outros clientes estão a olhar para ela de forma estranha.</p>	<p>“Talvez não estejam a olhar para mim, mas para a fila, na minha direcção. Além disso, as vezes eu própria olho para os outros. Isto é, para onde é que se há-de olhar?”</p>	<p>ex.: A Maria continua nas compras e verifica mentalmente a sua resposta, em vez de saltar para conclusões negativas sobre si mesma.</p>	<p>???</p>

Efeitos no comportamento

Evento	Resposta alternativa	Comportamento alternativo	Efeitos a longo prazo
A Maria está na fila do talho do supermercado, e tem a sensação que os outros clientes estão a olhar para ela de forma estranha.	“Talvez não estejam a olhar para mim, mas para a fila, na minha direcção. Além disso, as vezes eu própria olho para os outros. Isto é, para onde é que se há-de olhar?”	ex.: A Maria continua nas compras e verifica mentalmente a sua resposta, em vez de saltar para conclusões negativas sobre si mesma.	A Maria é capaz de gerir a vida quotidiana com menos preocupação.

Efeitos dos sentimentos negativos na forma como se percebe os outros

???

Efeitos dos sentimentos negativos na forma como se percebe os outros

O sentimento de rejeição pode levar a uma percepção distorcida das outras pessoas :

- Um sorriso de compreensão do técnico pode ser entendido como gozo, ridicularização.
- A expressão facial neutra é interpretado como indiferença.
- O olhar concentrado e pensativo do terapeuta é tomado como hostil.

Efeitos sobre o seu próprio comportamento?

O que sente ao olhar para a rapariga desta foto?



Sentiria o mesmo se estivesse feliz, triste ou zangado (a)?

O que sente ao olhar para a rapariga desta foto?



O seu humor é :



Alegria



???



Tristeza



???



Zanga



???

O que sente ao olhar para a rapariga desta foto?



O seu humor é :



Alegria



Tristeza



Zanga



Respostas possíveis :

“... oohhh!!... a miúda esta chateada, talvez possa anima-la.”

???

???

O que sente ao olhar para a rapariga desta foto?



O seu humor é :



Alegria



Tristeza



Zanga



Respostas possíveis :

“... oohhh!!... a miúda esta chateada, talvez possa anima-la.”

“ela parece magoada; provavelmente devo tê-la ofendido...”

???

O que sente ao olhar para a rapariga desta foto?



O seu humor é :



Alegria



Tristeza



Zanga



Respostas possíveis :

“... oohhh!!... a miúda esta chateada, talvez possa anima-la.”

“ela parece magoada; provavelmente devo tê-la ofendido...”

“para onde está a olhar a pirralha?!”

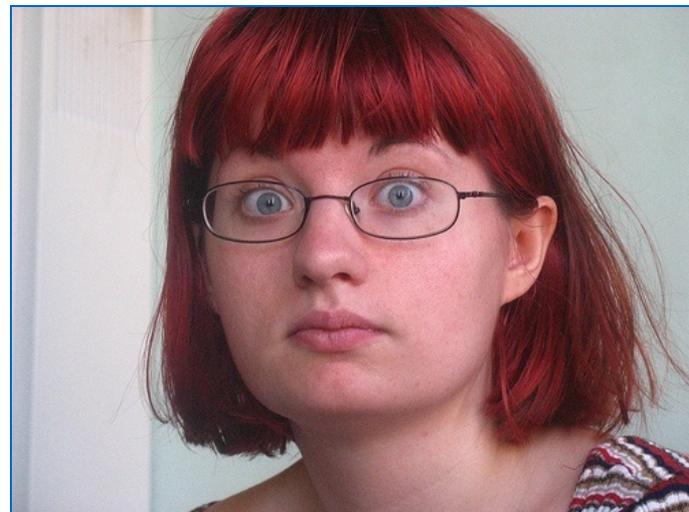
Qual a emoção representada pelas três mulheres?



Surpresa



“ Surprise“ por Leszek.Leszczynski



“ Surprised? More or Less“ por Orin Zebest



“Surprised” por phlubdr

Conclusão

- O nosso humor afecta a forma como interpretamos o que nos rodeia, como por exemplo, a expressão facial e gestos!
- Quando de “mau humor”, muitas vezes assumimos que os outros tem sentimentos negativos ou de rejeição em relação a nós.
 - Aumenta a percepção de rejeição ou ameaça



Conclusão

- O nosso humor afecta a forma como interpretamos o que nos rodeia, como por exemplo, a expressão facial e gestos!
- Quando de “mau humor”, muitas vezes assumimos que os outros tem sentimentos negativos ou de rejeição em relação a nós.
 - Aumenta a percepção de rejeição ou ameaça
- Isto significa que os sinais emocionais não são vistos através de óculos cor-de-rosa, mas sim, de cinzentos e coloridos.





Colocando em perspectiva

Imagine a seguinte situação:

Sai exausto (a) do trabalho e pretende passar pelo supermercado apenas para comprar algumas coisas no caminho para casa. O supermercado está cheio de gente. Tem tudo o que precisa e espera na fila para pagar e sair. Mesmo à sua frente, um senhor idoso, algo inseguro e muito lentamente coloca as suas compras no tapete para pagar. Quando a empregada da caixa lhe diz o preço, o senhor vasculha a sua bolsa a procura do porta-moedas. Enquanto procura, inadvertidamente derruba uma garrafa de azeite para fora do tapete, que se parte salpicando azeite para as suas calças.



Colocando em perspectiva

O que pensaria/sentiria nesta situação?	???
O que poderia a empregada da “caixa” estar a pensar/sentir?	???
O que poderia o sr. idoso estar a pensar/sentir?	???
O que poderia ajuda-lo a empatizar com o idoso?	???



Colocando em perspectiva

O que pensaria/sentiria nesta situação?	ex: O que é que o velhote faz fora de casa? Estou exausto, com pressa para chegar a casa e ainda por cima fiquei com as calças estragadas. Ou: Tenho compreensão e compaixão pelo senhor.
O que poderia a empregada da “caixa” estar a pensar/sentir?	???
O que poderia o sr. idoso estar a pensar/sentir?	???
O que poderia ajuda-lo a empatizar com o idoso?	???



Colocando em perspectiva

O que pensaria/sentiria nesta situação?	ex: O que é que o velhote faz fora de casa? Estou exausto, com pressa para chegar a casa e ainda por cima fiquei com as calças estragadas. Ou: Tenho compreensão e compaixão pelo senhor.
O que poderia a empregada da “caixa” estar a pensar/sentir?	ex: Ela está irritada, porque a fila está cada vez maior, e ainda por cima tem de limpar os vidros e todo o local. Ou: Ela compreende porque conhece o senhor.
O que poderia o sr. idoso estar a pensar/sentir?	???
O que poderia ajuda-lo a empatizar com o idoso?	???



Colocando em perspectiva

<p>O que pensaria/sentiria nesta situação?</p>	<p>ex: O que é que o velhote faz fora de casa? Estou exausto, com pressa para chegar a casa e ainda por cima fiquei com as calças estragadas. Ou: Tenho compreensão e compaixão pelo senhor.</p>
<p>O que poderia a empregada da “caixa” estar a pensar/sentir?</p>	<p>ex: Ela está irritada, porque a fila está cada vez maior, e ainda por cima tem de limpar os vidros e todo o local. Ou: Ela compreende porque conhece o senhor.</p>
<p>O que poderia o sr. idoso estar a pensar/sentir?</p>	<p>ex: Ele está envergonhado e irritado consigo mesmo. Ou: Ele não se importa.</p>
<p>O que poderia ajuda-lo a empatizar com o idoso?</p>	<p>???</p>



Colocando em perspectiva

<p>O que pensaria/sentiria nesta situação?</p>	<p>ex: O que é que o velhote faz fora de casa? Estou exausto, com pressa para chegar a casa e ainda por cima fiquei com as calças estragadas. Ou: Tenho compreensão e compaixão pelo senhor.</p>
<p>O que poderia a empregada da “caixa” estar a pensar/sentir?</p>	<p>ex: Ela está irritada, porque a fila está cada vez maior, e ainda por cima tem de limpar os vidros e todo o local. Ou: Ela compreende porque conhece o senhor.</p>
<p>O que poderia o sr. idoso estar a pensar/sentir?</p>	<p>ex: Ele está envergonhado e irritado consigo mesmo. Ou: Ele não se importa.</p>
<p>O que poderia ajuda-lo a empatizar com o idoso?</p>	<p>ex: Penso nos meus avós e lembro-me que também ficaram lentos e inseguros à medida que foram envelhecendo. Ou: Penso como é que me sentiria caso deixasse cair uma garrafa sem intenção. Talvez algo semelhante já me tenha acontecido antes, e lembro-me como fiquei embaraçado.</p>

Exercício (I)

Por favor nomeie algumas emoções / sentimentos humanos

???

Por favor nomeie algumas emoções / sentimentos humanos

- Alegria
- Surpresa
- Medo
- Tristeza
- Zanga
- Nojo

Emoções/sentimentos diferentes

As vezes é facil compreender como alguém se sente, especialmente quando se conhece o contexto...

?



?



?



?



?



?



Emoções/sentimentos diferentes

As vezes é facil compreender como alguém se sente, especialmente quando se conhece o contexto...

Tristeza



Zanga



Alegria



Nojo



Surpresa



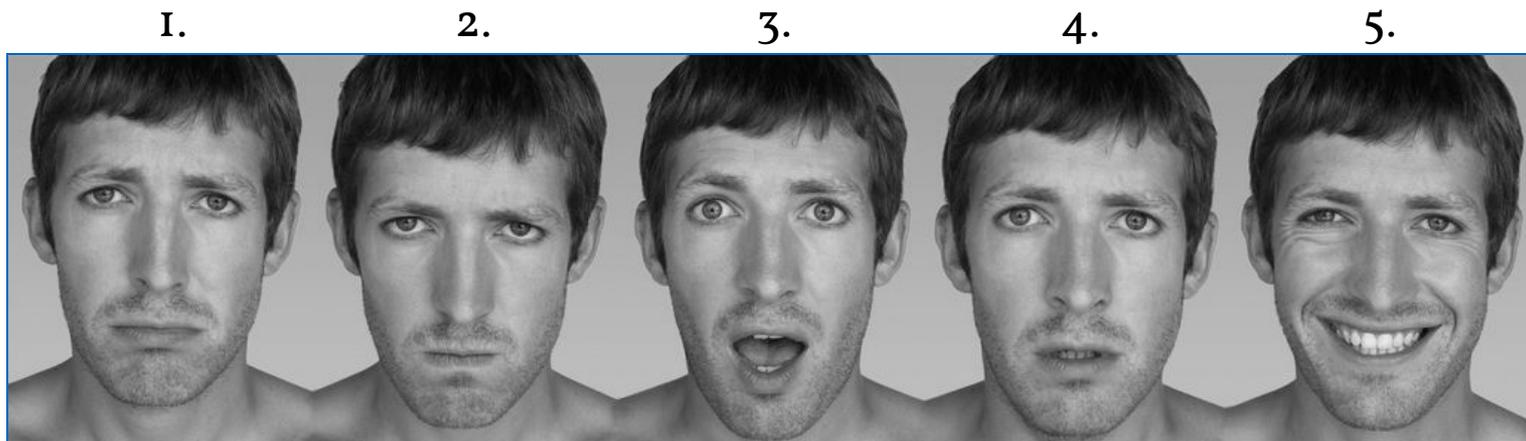
Medo



Emoções/sentimentos diferentes

É mais difícil quando não se conhece nem a pessoa...
nem as circunstâncias ...

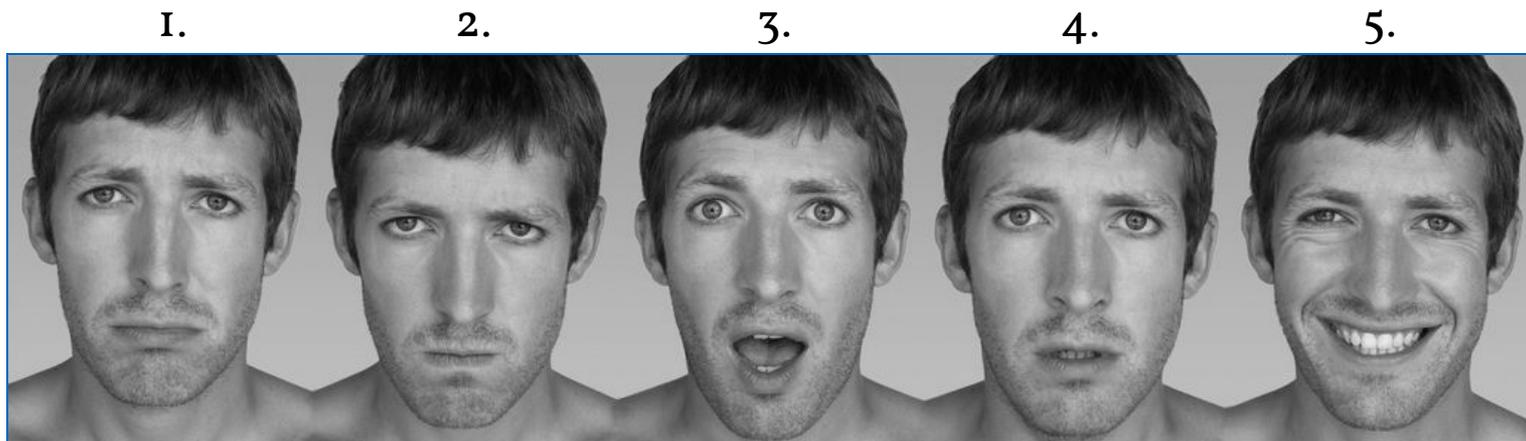
Tente identificar a expressão emocional das figuras 1 a 5!



Emoções/sentimentos diferentes

É mais difícil quando não se conhece nem a pessoa...
nem as circunstâncias ...

Tente identificar a expressão emocional das figuras 1 a 5!



1.
Tristeza

2.
Raiva

3.
Surpresa

4.
Medo

5.
Alegria

Em Roma, sê Romano!

Interpretações erradas, mas comuns associadas aos gestos

Gesto/mímica

Como é que este gesto é interpretado em diferentes países?



???



???

Linguagem

???



Em Roma, sê Romano!

Interpretações erradas, mas comuns associadas aos gestos

Gesto/mímica

Como é que este gesto é interpretado em diferentes países?



Europa/ America do norte: dá a impressão de se estar relaxado; talvez um pouco desleixado.

Em alguns países Árabes, a sola do sapato é vista como a parte mais suja do corpo. Por isso, é ofensivo mostrar a sola do sapato a alguém.



???

Linguagem



???

Em Roma, sê Romano!

Interpretações erradas, mas comuns associadas aos gestos

Gesto/mímica

Como é que este gesto é interpretado em diferentes países?



Europa/ America do norte: dá a impressão de se estar relaxado; talvez um pouco desleixado.

Em alguns países Árabes, a sola do sapato é vista como a parte mais suja do corpo. Por isso, é ofensivo mostrar a sola do sapato a alguém.



EUA e muitos outros países: “Boa!” “Muito bem!”

Alguns países Africanos: “afasta-se!”

Muitos países: usado para pedir boleia – mas não em todos.

Linguagem

???



Em Roma, sê Romano!

Interpretações erradas, mas comuns associadas aos gestos

Gesto/mímica

Como é que este gesto é interpretado em diferentes países?



Europa/ America do norte: dá a impressão de se estar relaxado; talvez um pouco desleixado.

Em alguns países Árabes, a sola do sapato é vista como a parte mais suja do corpo. Por isso, é ofensivo mostrar a sola do sapato a alguém.



EUA e muitos outros países: “Boa!” “Muito bem!”

Alguns países Africanos: “afasta-se!”

Muitos países: usado para pedir boleia – mas não em todos.

Linguagem



Mal-entendidos jovens ⇔ adultos!

“Digga” (Alemão, literal: “gordinho”) or “Malaka” (Grecia- “imbecil”) pode ser uma saudação amigável em grupos de adolescentes, mas são insultos rudes e imperdoáveis na maioria dos outros contextos.

Exercícios (2)

Ser-lhe-á mostrada uma imagem ou parte de uma foto. Solicita-se que identifique a emoção que a pessoa da imagem expressa.

Exercícios (2)

Ser-lhe-á mostrada uma imagem ou parte de uma foto. Solicita-se que identifique a emoção que a pessoa da imagem expressa.

- **Discuta os prós e contras dos diferentes títulos sugeridos.**
- **Por favor, especifique o grau da confiança na sua avaliação.**

Exercícios (2)

Ser-lhe-á mostrada uma imagem ou parte de uma foto. Solicita-se que identifique a emoção que a pessoa da imagem expressa.

- Discuta os prós e contras dos diferentes títulos sugeridos.
- Por favor, especifique o grau da confiança na sua avaliação.

→ Procure detalhes na fotografia que possam contrariar claramente um determinado título.

O que está a sentir ou a fazer esta pessoa? Qual o seu grau de confiança?

Detalhe fotográfico



1. O homem está a passar a linha final da maratona.
2. O homem está zangado.
3. O homem está a pedir ajuda porque a sua camisa foi roubada.
4. O homem é um adorador do sol.

Raiva!



1. O homem está a passar a linha final da maratona.
2. O homem está zangado.
3. O homem está a pedir ajuda porque a sua camisa foi roubada.
4. O homem é um adorador do sol.

O que está a sentir ou a fazer esta pessoa? Qual o seu grau de confiança?

Detalhe fotográfico



1. A menina está a chorar porque tem o dedo a sangrar.
2. A menina está a ser surpreendida com um brinquedo.
3. A menina está entusiasmada com o seu bolo de aniversário.
4. A menina deixou cair o seu gelado.

Alegria!



1. A menina está a chorar porque tem o dedo a sangrar.
2. A menina está a ser surpreendida com um brinquedo.
3. A menina está entusiasmada com o seu bolo de aniversário.
4. A menina deixou cair o seu gelado.

O que está a sentir ou a fazer esta pessoa? Qual o seu grau de confiança?

Detalhe fotográfico



1. O rapaz está num funeral.
2. Foto de família.
3. O rapaz acabou de pescar um grande peixe.
4. O rapaz está a olhar para um cão a correr na sua direcção.

Orgulho!



1. O rapaz está num funeral.
2. Foto de família.
3. O rapaz acabou da pescar um grande peixe.
4. O rapaz esta a olhar para um cão a correr na sua direcção.

O que está a sentir ou a fazer esta pessoa? Qual o seu grau de confiança?

Detalhe fotográfico



1. Alegação final no tribunal.
2. Líder do sindicato a incentivar os trabalhadores (nos anos 20).
3. Luta no mercado.
4. Músico a cantar uma canção de amor.

Paixão!



1. Alegação final no tribunal.
2. Líder do sindicato a incentivar os trabalhadores (nos anos 20).
3. Luta no mercado.
4. **Musico a cantar uma canção de amor.**

O que está a sentir ou a fazer esta pessoa? Qual o seu grau de confiança?

Detalhe fotográfico



1. O rapaz não gosta da refeição.
2. O rapaz está a “flirtar” com a empregada.
3. O rapaz está prestes a iniciar uma discussão.
4. O rapaz está a celebrar com os seus amigos.

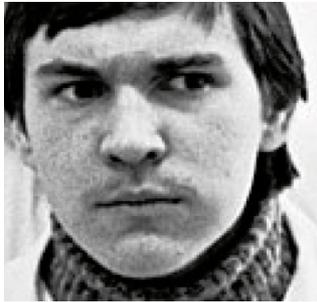
Alegria!



1. O rapaz não gosta da refeição.
2. O rapaz está a “flirtar” com a empregada.
3. O rapaz está prestes a iniciar uma discussão.
4. O rapaz está a celebrar com os seus amigos.

O que está a sentir ou a fazer esta pessoa? Qual o seu grau de confiança?

Detalhe fotográfico



1. Depois de ter sido anunciada a sua sentença.
2. Chef a provar um prato.
3. Rapaz a ser vítima de bullying.
4. Empresário a discursar.

Pensativo!



1. Depois de ter sido anunciada a sua sentença.
2. Chef a provar um prato.
3. Rapaz a ser vítima de bullying.
4. Empresário a discursar.

O que está a sentir ou a fazer esta pessoa? Qual o seu grau de confiança?

Detalhe fotográfico



1. Foto de um criminoso de guerra africano (General Dbeki).
2. Homem a correr a maratona.
3. Homem cego desesperado.
4. Político americano a fazer “jogging” com os seus guardacostas.

Tensão!



1. Foto de um criminoso de guerra africano (General Dbeki).
2. Homem a correr a maratona.
3. Homem cego desesperado.
4. Político americano a fazer “jogging” com os seus guardacostas.

O que está a sentir ou a fazer esta pessoa? Qual o seu grau de confiança?

Detalhe fotográfico



1. A mulher está preocupada com a sua mãe doente.
2. A mulher acabou de ter um bebé.
3. A mulher está no carro a falar com o motorista.
4. A mulher está à espera que a montanha russa inicie a marcha.

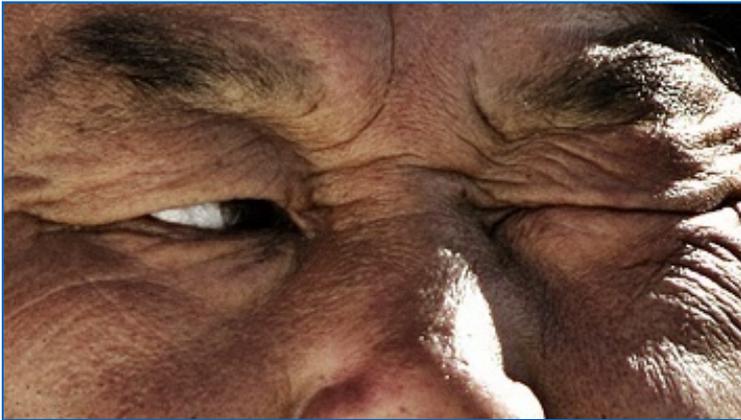
Alegria!



1. A mulher está preocupada com a sua mãe doente.
2. A mulher acabou de ter um bébé.
3. A mulher está no carro a falar com o motorista.
4. A mulher está à espera que a montanha russa inicie a marcha.

O que está a sentir ou a fazer esta pessoa? Qual o seu grau de confiança?

Detalhe fotográfico



1. Jogador a fazer sinal à sua equipa.
2. Monge cego.
3. Olhar desconfiado.
4. Tiro ao arco.

Concentração!



1. Jogador a fazer sinal à sua equipa.
2. Monge cego.
3. Olhar desconfiado.
4. Tiro ao arco.

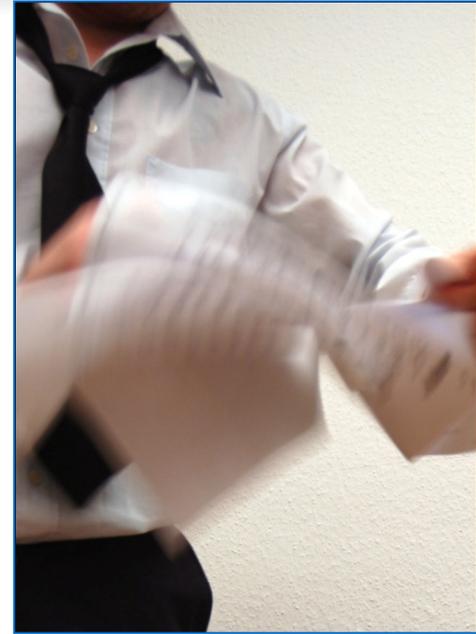
Sequência de imagens

O quê é que a pessoa está a sentir? O que fará a seguir?
Qual o seu grau de confiança?



Homem a ler...

- carta triste de amor (soluçando na próxima imagem)
- Artigo interessante (tirando notas na próxima imagem)
- Carta de rejeição (explosão de raiva na próxima imagem)
- Piadas (gargalhadas na próxima imagem)



Homem a ler...

- carta triste de amor (soluçando na próxima imagem)
- Artigo interessante (tirando notas na próxima imagem)
- Carta de rejeição (explosão de raiva na próxima imagem)
- Piadas (gargalhadas na próxima imagem)

- Empatizar Módulo I -
Transferir para o dia-a-dia

Objectivos de aprendizagem:

- Empatizar Módulo I -
Transferir para o dia-a-dia

Objectivos de aprendizagem:

Os exercícios que foram propostos exemplificam que:

- A expressão facial e gestos são pistas sociais importantes para aferir o que as pessoas sentem. Mas, podem enganar facilmente!

- Empatizar Módulo I -
Transferir para o dia-a-dia

Objectivos de aprendizagem:

Os exercícios que foram propostos exemplificam que:

- A expressão facial e gestos são pistas sociais importantes para aferir o que as pessoas sentem. Mas, podem enganar facilmente!

Por exemplo, doenças como a de Parkinson, podem limitar a expressão facial, o que dificulta a identificação das emoções. Outras circunstâncias também podem limitar a expressão facial.

- Empatizar Módulo I -
Transferir para o dia-a-dia

Objectivos de aprendizagem:

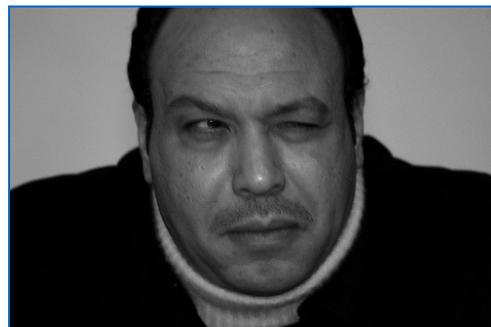
Os exercícios que foram propostos exemplificam que:

- A expressão facial e gestos são pistas sociais importantes para aferir o que as pessoas sentem. Mas, podem enganar facilmente!

Por exemplo, doenças como a de Parkinson, podem limitar a expressão facial, o que dificulta a identificação das emoções. Outras circunstâncias também podem limitar a expressão facial.

- O humor actual afecta a nossa percepção.

**Qual destes 4 cavalheiros é o actor, o atleta, o psiquiatra ,
ou o assassino em série? Qual o teu grau de confiança?**



Sabia?

Os nossos estereótipos raramente se aplicam a casos individuais. Por exemplo, nem todos os actores são atraentes, nem todos os assassinos tem má aparência, etc.!

Jeffrey Dahmer:

Assassino em
série



Khaled Saleh:

Actor



Aaron Beck:

Psiquiatra



Babe Ruth:

Legendário
herói do baseball

Questões?

???

Obrigado pela vossa atenção!

Pictures used in this module are reproduced with indirect (creative commons license) or direct permission of the artists listed below, for which we would like to express our gratitude! A full list can be obtained via www.uke.de/MCT. If we have involuntarily breached copyright, please accept our apologies. In this case, we kindly ask creators for their permission to use their work under the "fair use" policy.

Die in diesem Modul verwendeten Bilder wurden mit der indirekten (creative commons Lizenz) oder direkten Zustimmung der untenstehenden Künstler reproduziert, wofür wir uns herzlich bedanken möchten! Eine vollständige Liste ist hinterlegt auf www.uke.de/MCT. Sollten wir unbeabsichtigt gegen das Urheberrecht verstoßen haben, so bitten wir dies vielmals zu entschuldigen und bitten nachträglich um die Verwendungerlaubnis.

Name Photographer/ Artist Name Fotograf/ Künstler	Source/ Quelle	Picture Name/ Name des Bildes	CC = used with corresponding creative commons license; PP = used with personal permission of artist CC = genutzt unter creative commons Lizenz, PP = verwendet mit persönlicher Zustimmung des Künstlers	Description/Kurzbeschreibung
Feastoffools	flickr	dahmer	CC	Jeffrey Dahmer (serial killer)/Jeffrey Dahmer (Serienmörder)
madmonk	flickr	Egyptian Actor Khaled Saleh	CC	Khaled Saleh (actor)/Khaled Saleh (Schauspieler)
---	---	---	PP	Aaron Beck (Psychologe)/Aaron Beck (psychologist)
<i>[unknown photographer]</i>	wikipedia	---	Public domain	Babe Ruth (athlete)/Babe Ruth (Sportler)
allspice 1	flickr	Headache coming on	CC	Woman touches her temple/Frau fasst sich an die Schläfe
pumpkincat210	flickr	Sunny self portrait	CC	Smiling women / lächelnde Frau
Leszek.Leszczynski	flickr	Surprise	CC	Surprised woman / überraschte Frau
Orin Zebest	flickr	Surprised? More or Less	CC	Surprised woman / überraschte Frau
phlubdr	flickr	Surprised	CC	Surprised woman / überraschte Frau
Aaron Jack	flickr	Matt's Pink Glasses	CC	Man with glasses / Mann mit Brille
Brit.	flickr	saying goodpore	CC	Two women in mourning/Zwei Frauen in Trauer
Dr Phil	flickr	Who's the bully	CC	Anger (Zidane at the world cup in 2006)/Wut (Zidane WM 06)

Pictures used in this module are reproduced with indirect (creative commons license) or direct permission of the artists listed below, for which we would like to express our gratitude! A full list can be obtained via www.uke.de/MCT. If we have involuntarily breached copyright, please accept our apologies. In this case, we kindly ask creators for their permission to use their work under the "fair use" policy.

Die in diesem Modul verwendeten Bilder wurden mit der indirekten (creative commons Lizenz) oder direkten Zustimmung der untenstehenden Künstler reproduziert, wofür wir uns herzlich bedanken möchten! Eine vollständige Liste ist hinterlegt auf www.uke.de/MCT. Sollten wir unbeabsichtigt gegen das Urheberrecht verstoßen haben, so bitten wir dies vielmals zu entschuldigen und bitten nachträglich um die Verwendungserlaubnis.

Name Photographer/ Artist Name Fotograf/ Künstler	Source/ Quelle	Picture Name/ Name des Bildes	CC = used with corresponding creative commons license; PP = used with personal permission of artist CC = genutzt unter creative commons Lizenz, PP = verwendet mit persönlicher Zustimmung des Künstlers	Description/Kurzbeschreibung
Carol^^	flickr	The happy couple	CC	Happiness (marriage)/Freude (Hochzeit)
ben-millet	flickr	Day 64 Rotten potatoes	CC	Disgust (rotten potatoes)/Ekel (vergammelte Kartoffeln)
manville	flickr	SURPRISE	CC	Surprise (bapor looks at himself in the mirror)/ Überraschung (Bapor sieht überrascht in d. Spiegel)
electricnerve	http:// www.flickr.com/ photos/ electricnerve/ 298169162//	pet photography	CC	Fear / Angst vor Hund
stuandgravy	flickr	5emotions	CC	Five different facial expressions/5 verschiedene Gesichtsausdrücke
Ruth Klinge	- - -	Schuhsohle	Produced for the MCT/Anfertigung für das MCT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	sole of a shoe/Schuhsohle
Andreanna	flickr	Thumbs up!	CC	A little girl puts her thumb up/kleines Mädchen hält den Daumen hoch
Xflickrx	flickr	Generation Gap	CC	Old lady and punk/Alte Dame und Punker
Despite persistent efforts, we were unable to find the source of this photo and for this reason regrettably we cannot acknowledge the photographer. We are confident that the fair use policy applies for the reproduction of the photo as it used solely for noncommercial and educational nonprofit purposes. Since it displays an event that has happened years ago we hope that its display does not negatively impact on the copyright holder. If you are the copyright holder or you know his/her name please contact us so that we can credit the photographer and ask for official permission to reproduce.				Angry man/ Wütender Mann
cambodia4kidsorg	flickr	Beth's 52nd Birthday"	CC	
coftoncountry	flickr	Carl Hodge Cofton Holidays	CC	

Pictures used in this module are reproduced with indirect (creative commons license) or direct permission of the artists listed below, for which we would like to express our gratitude! A full list can be obtained via www.uke.de/MCT. If we have involuntarily breached copyright, please accept our apologies. In this case, we kindly ask creators for their permission to use their work under the "fair use" policy.

Die in diesem Modul verwendeten Bilder wurden mit der indirekten (creative commons Lizenz) oder direkten Zustimmung der untenstehenden Künstler reproduziert, wofür wir uns herzlich bedanken möchten! Eine vollständige Liste ist hinterlegt auf www.uke.de/MCT. Sollten wir unbeabsichtigt gegen das Urheberrecht verstoßen haben, so bitten wir dies vielmals zu entschuldigen und bitten nachträglich um die Verwendungserlaubnis.

Name Photographer/ Artist Name Fotograf/ Künstler	Source/ Quelle	Picture Name/ Name des Bildes	CC = used with corresponding creative commons license; PP = used with personal permission of artist CC = genutzt unter creative commons Lizenz, PP = verwendet mit persönlicher Zustimmung des Künstlers	Description/Kurzbeschreibung
Vladimir Rolov	fotocommunity	Das Lied der Liebe	PP	Singing accordion player/singender Akkordeonspieler
Silveira Neto	flickr	OSUM Pizza Party do CEJUG	CC	
Frédéric de Villamil	flickr	[untitled] Semi Marathon de Paris 2008 – Selection	CC	Marathon runner/Marathonläufer
Klaus-Peter Hüskes	fotocommunity	Konzentriert - mittig - ins Schwarze	PP	Archer/Bogenschütze
Jens Mittelsdorf	fotocommunity	sich schwarz ärgern2	PP	Rejection letter/Ablehnungsbescheid
Friedrich Althausen	http:// friedrichalthausen.d e/?page_id=411	Schriftart: "Vollkorn"	Open-Font-Lizenz	Schriftart Vollkorn