



## Modulo 8: Memoria ed eccesso di fiducia

### Scheda di lavoro 8.2. Informazioni riguardo il modulo 8

Molte (ma non tutte!) le persone affette da psicosi hanno problemi di memoria. I sintomi come la ruminazione o sentire le voci possono però intensificarli.

Gli studi dimostrano che molte persone con psicosi sono convinte che i falsi ricordi sono veritieri.

Allo stesso modo, molte persone con psicosi sono meno sicure dei loro ricordi che riguardano delle situazioni realmente accadute.

**La capacità nel differenziare i veri dai falsi ricordi può essere ridotta. Questo può portare a fare delle interpretazioni errate.**

- ➔ **Se non ricordi i dettagli *vividi* di un evento, pensa alla possibilità di poter essere in torto.**
- ➔ **Se non sei sicuro di un ricordo, chiedi ad altre persone coinvolte come, a loro volta, ricordano la situazione.**
- ➔ **Usa degli aiuti per la memoria (calendario, post-it, notebook etc.) se tendi a dimenticarti delle cose.**

**Quali aspetti di questo modulo trovo particolarmente?**

**Quando e in quale specifica situazione posso applicare quanto appreso durante la prossima settimana?**

**Cosa non ti è ancora chiaro? Cosa posso chiedere la prossima volta?**