



MCT+ Module 6: Veranderen van overtuiging

Werkblad 6.5 Informatie over module 6

Uit onderzoek is gebleken dat mensen met psychoses soms vast houden aan verklaringen en meningen, zelfs als zij heldere tegenargumenten en duidelijk bewijs van het tegendeel krijgen.

Dit kan leiden tot problemen met andere mensen en kan een realistisch beeld op de werkelijkheid en situaties in de weg staan.

Uitwisselen van gedachten met anderen kan helpen andere standpunten te begrijpen en kan tot een beter, vollediger begrip van de situatie leiden.

Verzamel zo veel mogelijk informatie en overweeg alternatieve verklaringen en andere meningen, voordat je een besluit neemt.

Gebruik de gele kaart in je dagelijks leven om mogelijke misvattingen te controleren.

Welke onderdelen van deze module over veranderen van overtuiging vind ik nuttig en bruikbaar?

Wanneer en in welke situaties zou ik het geleerde uit deze module in de komende week kunnen gebruiken?

Wat is er nog onduidelijk? Wat wil ik in de volgende bijeenkomst vragen?