



Metacognitive Training (MCT)

# MCT 6 B BADE – At vise empati II

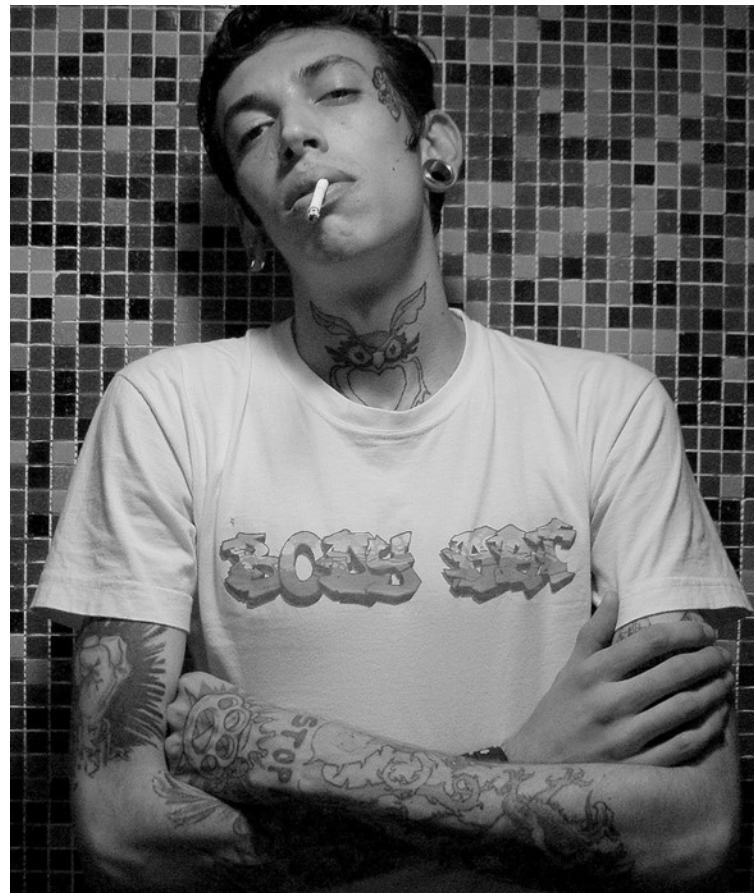
© Moritz & Woodward (2|22)

[www.uke.de/mct](http://www.uke.de/mct)

Anvendelse af billedmateriale i dette modul er sket med velvillig tilladelse fra henholdsvis kunstnere og copyrightindehavere.  
En detaljeret oversigt (kunstner, titel) findes sidst i denne præsentation.



Hvad lægger du først mærke til, når du møder nogen, du ikke kender? Hvor pålidelige er disse signaler?





Hvad lægger du først mærke til, når du møder nogen, du ikke kender? Hvor pålidelige er disse signaler?

øjne?

sprog?

påklædning?

kropssprog/  
kropsholdning?

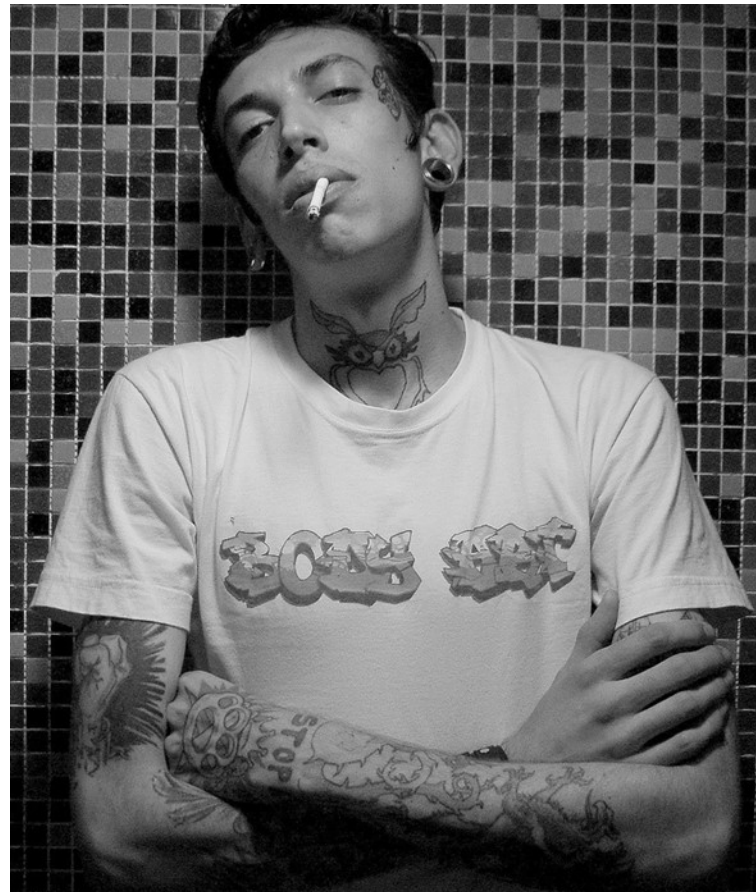
hænder?



andet?...



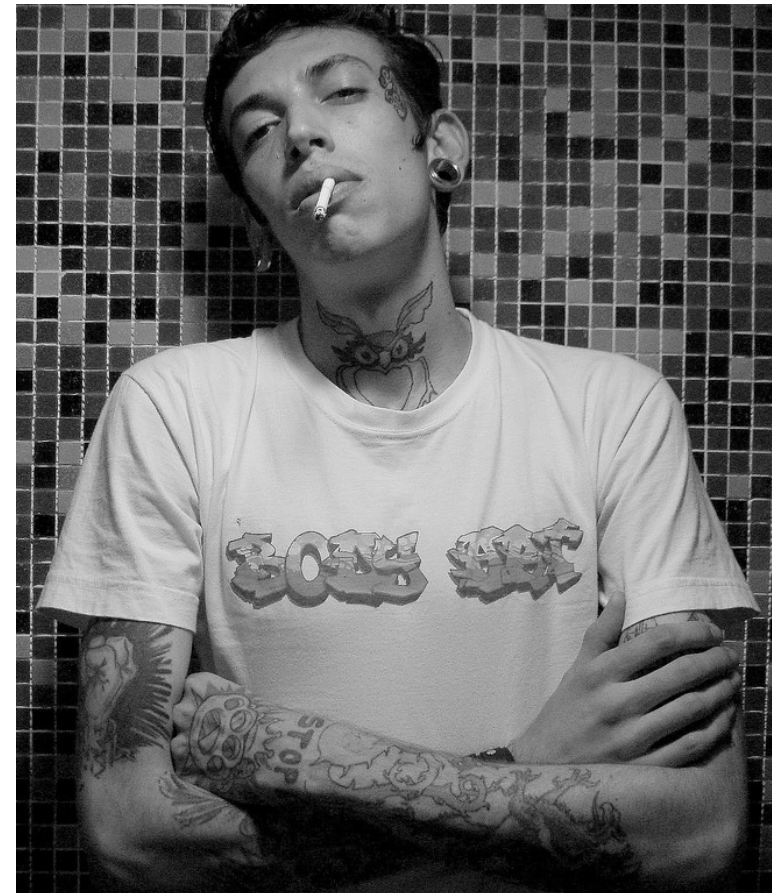
Er der andre relevante informationskilder?  
Hvor pålidelige er de?





# Er der andre relevante informationskilder? Hvor pålidelige er de?

- Forhåndskendskab til en person (rygter) for eksempel en vens bemærkning.
- Forhåndskendskab til tilsvarende personer/grupper: fx en *biker*.
- “Mavefornemmelse”/intuition.
- Noget skriftligt: for eksempel fra e-mails eller internetchat.





# Fordele og ulemper ved visse sociale signaler

Nu, hvor vi har talt om forskellige faktorer, der bidrager til vores vurdering af en person, vil vi fokusere på disse signalers styrker og svagheder.



# Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

Kropssprog

Eksempel:



Beder eller fryser?

Vigtigt fingerpeg:

???

Pas på:

???



# Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

Kropssprog

Eksempel:



Beder eller fryser?

Vigtigt fingerpeg:

- Ord kan betones af fagter og kropsholdning (fx knyttede næver ved vrede, en hævet hånd til hilsen, bøjet hoved under bøn).

Pas på:

???





# Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

Kropssprog

Eksempel:



Beder eller fryser?

Vigtigt fingerpeg:

- Ord kan betones af fagter og kropsholdning (fx knyttede næver ved vrede, en hævet hånd til hilsen, bøjet hoved under bøn).
- Indirekte tegn er ofte betydningsladede: vilde fagter kan være tegn på nervøsitet (vær dog opmærksom på kulturforskelle!), og en ludende holdning kan signalere lavt selvværd.

Pas på:

???



# Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

Kropssprog

Eksempel:



Beder eller fryser?

Vigtigt fingerpeg:

- Ord kan betones af fagter og kropsholdning (fx knyttede næver ved vrede, en hævet hånd til hilsen, bøjet hoved under bøn).
- Indirekte tegn er ofte betydningsladede: vilde fagter kan være tegn på nervøsitet (vær dog opmærksom på kulturforskelle!), og en ludende holdning kan signalere lavt selvværd.

Pas på:

- Kropssprog kan fejltolkes.  
Eksempler: En selvsikker fremtoning kan være et skalkeskjul. Ligeledes kan fysisk misdannelse fremstå som lavt selvværd.



# Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

Skriftlige udsagn



Eksempel:

“Overanstreng dig nu ikke!”  
→ sarkasme, sympati, tom floskel?

Vigtigt fingerpeg:

???

Pas på:

???



# Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

## Skriftlige udsagn



## Eksempel:

“Overanstreng dig nu ikke!”  
→ sarkasme, sympati, tom floskel?

## Vigtigt fingerpeg:

- Det, vi skriver, er i reglen mere velovervejet end det, vi siger!

## Pas på:

???



# Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

## Skriftlige udsagn



## Eksempel:

“Overanstreng dig nu ikke!”  
→ sarkasme, sympati, tom floskel?

## Vigtigt fingerpeg:

- Det, vi skriver, er i reglen mere velovervejet end det, vi siger!

## Pas på:

- Undertiden må man læse mellem linjerne for at forstå meningen. Dette kan imidlertid føre til fejlagtige konklusioner!



# Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

## Skriftlige udsagn



## Eksempel:

“Overanstreng dig nu ikke!”  
→ sarkasme, sympati, tom floskel?

## Vigtigt fingerpeg:

- Det, vi skriver, er i reglen mere velovervejet end det, vi siger!

## Pas på:

- Undertiden må man læse mellem linjerne for at forstå meningen. Dette kan imidlertid føre til fejlagtige konklusioner!
- Et nyt studie viser, at afsendere og modtagere af e-mails føler sig meget sikre i relation til “tonefaldet” i en e-mail. Reelt er der en overensstemmelse på omkring 56%, hvilket ikke er ret meget bedre end vilkårligt!



# Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

Forhåndskendskab til samme type mennesker eller kulturer



Typisk muslim, typisk tysk?

Vigtigt fingerpeg:

???

Pas på:

???



# Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

Forhåndskendskab til samme type mennesker eller kulturer



Typisk muslim, typisk tysk?

Vigtigt fingerpeg:

- Kendskab til en anden kultur eller etnisk gruppe bidrager til forståelsen af en person, der tilhører denne gruppe. Hver kultur har sine egne uskrevne sociale regler.

Pas på:

???





# Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

Forhåndskendskab til samme type mennesker eller kulturer



Typisk muslim, typisk tysk?

Vigtigt fingerpeg:

- Kendskab til en anden kultur eller etnisk gruppe bidrager til forståelsen af en person, der tilhører denne gruppe. Hver kultur har sine egne uskrevne sociale regler.

Pas på:

- Vi optræder ofte atypisk!  
Personer, der har en bestemt tro tilfælles, eller som stammer fra visse lande, mødes undertiden med fordomme (fx muslimer er fanatiske, folk fra USA er arrogante og spiser udelukkende junkfood).



# Skinnet kan bedrage!

...ingen af de faktorer, vi allerede har gennemgået, kan stå alene – vi kan ikke udelukkende fæste lid til ét isoleret aspekt (fx kropssprog)!

*Vi er nødt til at inddrage samtlige faktorer!*

Samlet vil de kunne hjælpe os i vores bedømmelse af en kompleks situation...



## Hvorfor gør vi det?

Studier har vist, at mange (men ikke alle!) med psykiske lidelser (især psykoser) har vanskeligt ved følgende:

- At opfatte samt vurdere andres ansigtsudtryk (fx glæde, tristhed).



## Hvorfor gør vi det?

Studier har vist, at mange (men ikke alle!) med psykiske lidelser (især psykoser) har vanskeligt ved følgende:

- At opfatte samt vurdere andres ansigtsudtryk (fx glæde, tristhed).
- At udlede andres motiver/fremtidige handlinger på baggrund af deres aktuelle adfærd.



## Eksempler på hvordan manglende empati kan resultere i misforståelser under en psykose

Hændelse	Forklaring under en psykose	Andre forklaringer
Efter lægen har talt med dig, hører du ham grine sammen med sygeplejersken.	“De morer sig på min bekostning.”	Et rent tilfælde. Lægen og sygeplejersken talte om noget helt andet.
En fodgænger kigger på dig to gange og vender sig også om senere.	<i>Du er overbevist om, at manden forfølger dig.</i>	Den forbipasserende er irriteret, da du – første gang han så på dig – virkede skrækslagen. Han vender sig igen for at undersøge, hvad der er galt.
Nogen blinker til dig.	Denne morsekode er en advarsel.	Vedkommende er blændet af solen; tilfældighed, interesse.

Vil nogen dele en kort, personlig erfaring?



## Øvelse

- Du får nu vist en række tegneserier.
- Diskuter, hvad figurerne i historierne kan tænkes at mene om hinanden.



## Øvelse

- Du får nu vist en række tegneserier.
- Diskuter, hvad figurerne i historierne kan tænkes at mene om hinanden.

### Vigtigt

- Du skal skelne mellem de oplysninger, der er tilgængelige for dig, og den viden, figurerne har om hinanden!



## Øvelse

- Du får nu vist en række tegneserier.
- Diskuter, hvad figurerne i historierne kan tænkes at mene om hinanden.

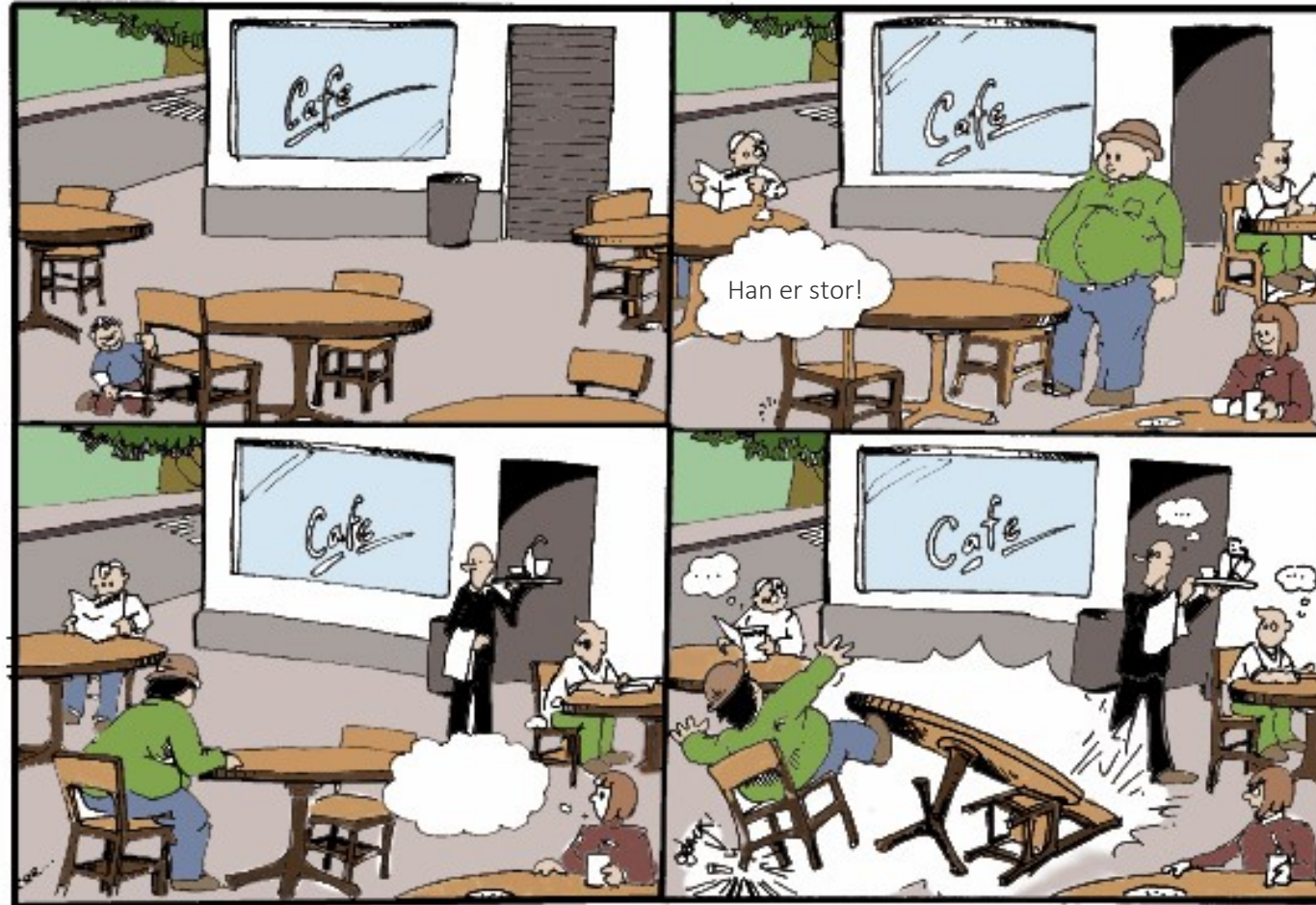
### Vigtigt

- Du skal skelne mellem de oplysninger, der er tilgængelige for dig, og den viden, figurerne har om hinanden!
- Hvilke yderligere oplysninger behøver du for at kunne give et entydigt svar?





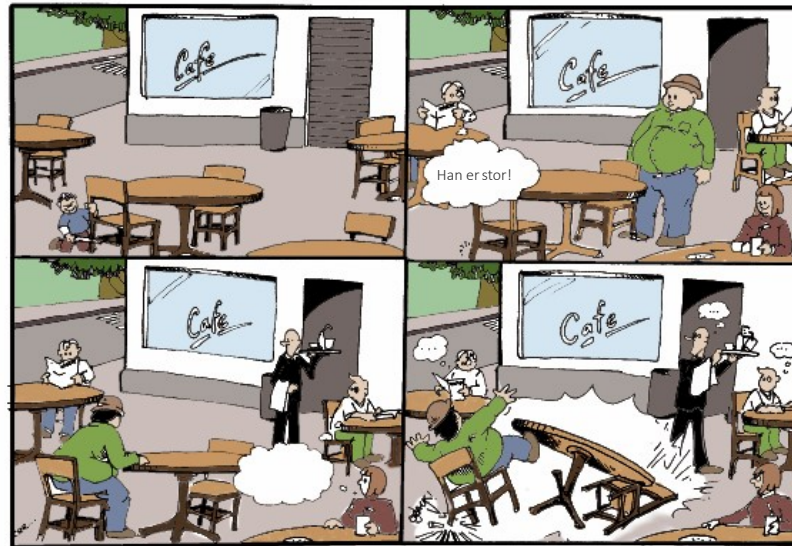
## Eksempel: En overvægtig mand falder ned af en stol



Hvad vil andre mene... har de ret?



## Hvad vil de fleste mene?...



Sandsynligt: Manden er for tung til stolen.

Mindre sandsynligt: Manden vippede på stolen; stolen er for skrøbelig.

**Den mest usandsynlige antagelse** man kan have haft – er ikke desto mindre SAND: Der er savet i stolen – usandsynlig antagelse, da ingen har set drengen fra det første billede save et ben af stolen!



Så går det løs!



Hvordan mon kvinden føler sig i denne situation?

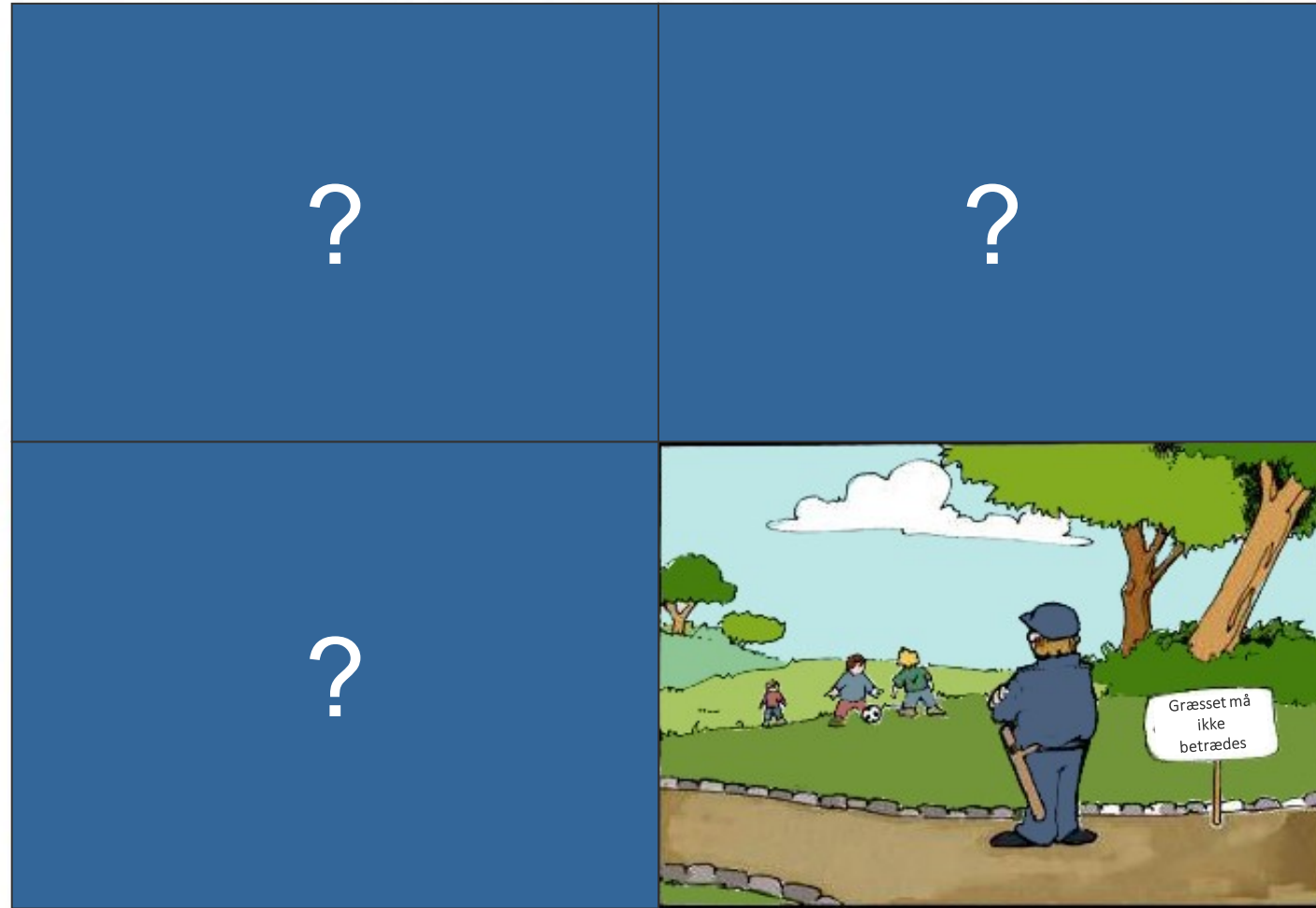


?

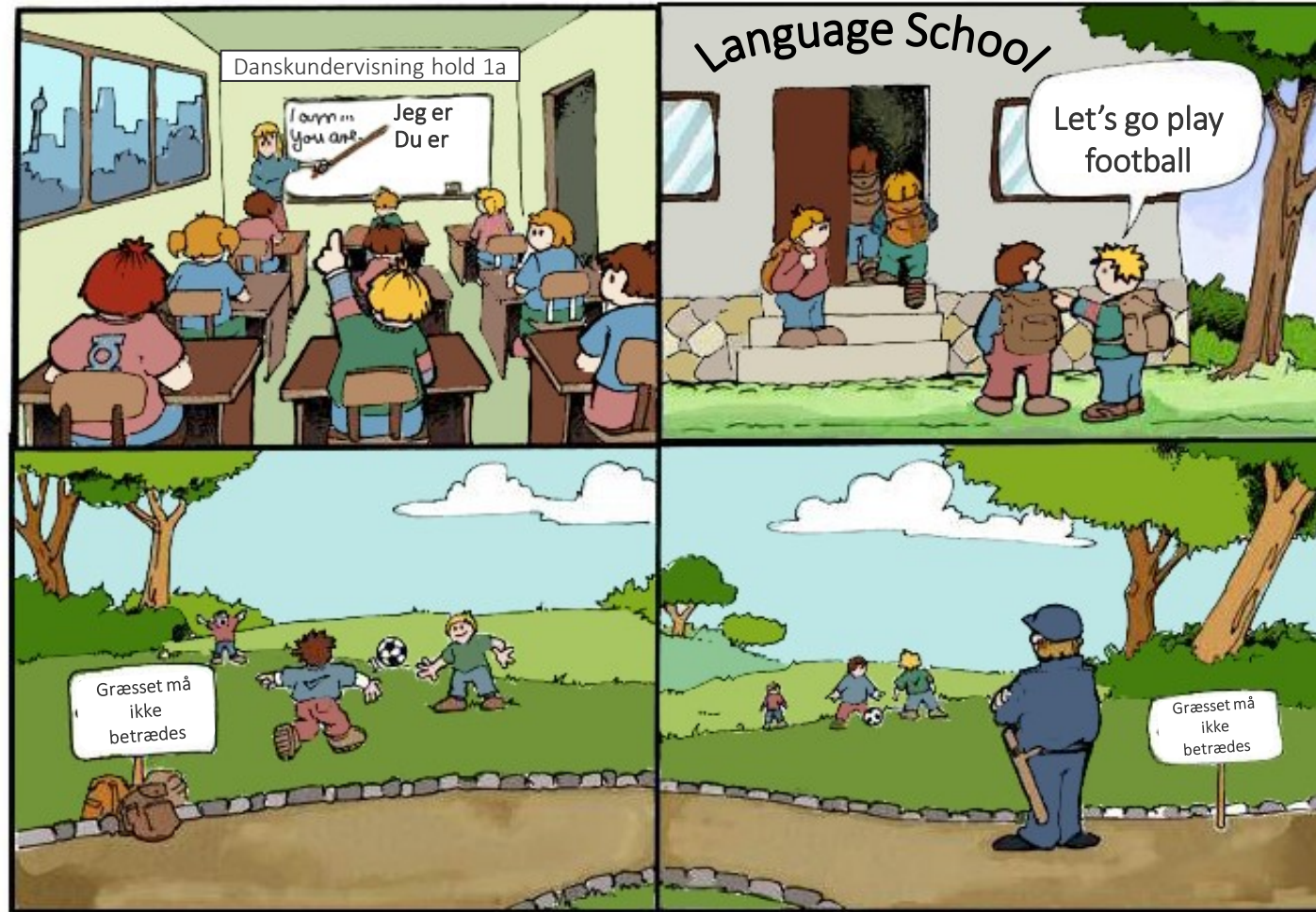
Hvad mon manden tænker?



Hvad mon manden tænker?

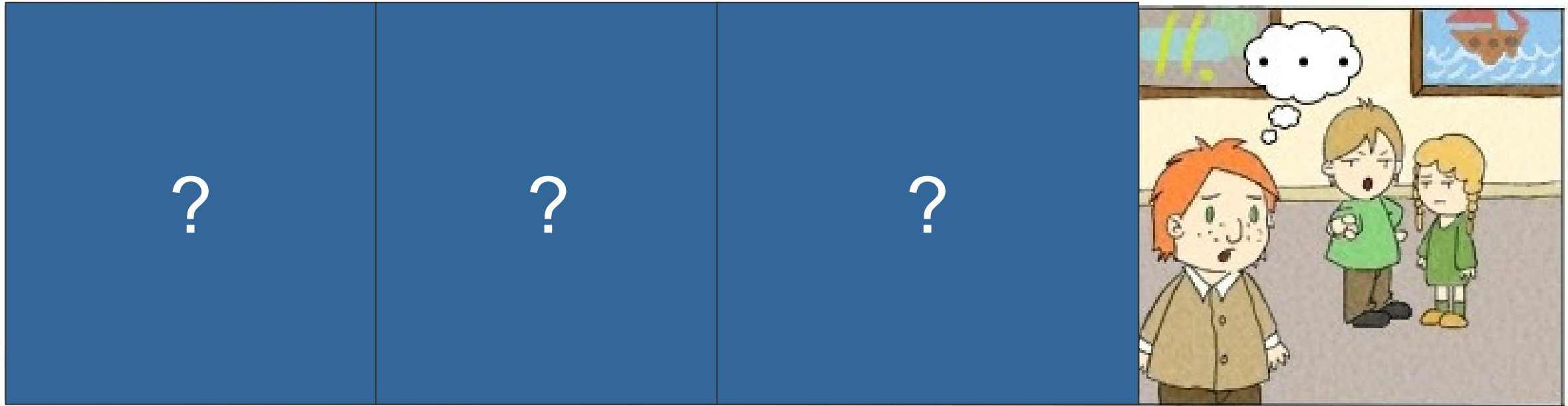


Hvad tænker parkbetjenten højst sandsynligt... har han ret?

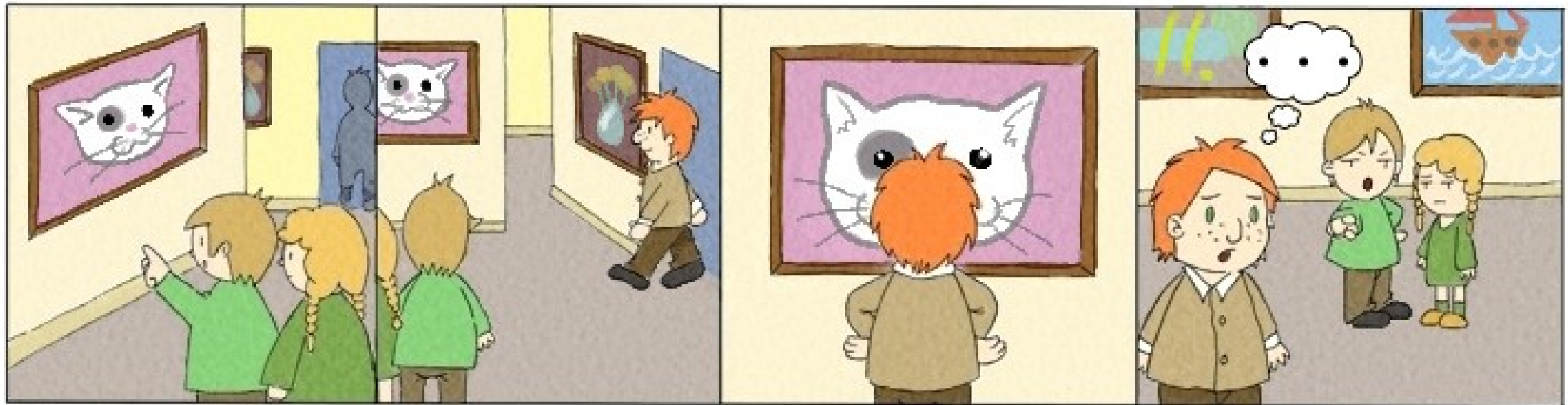


Hvad tænker parkbetjenten højst sandsynligt... har han ret?

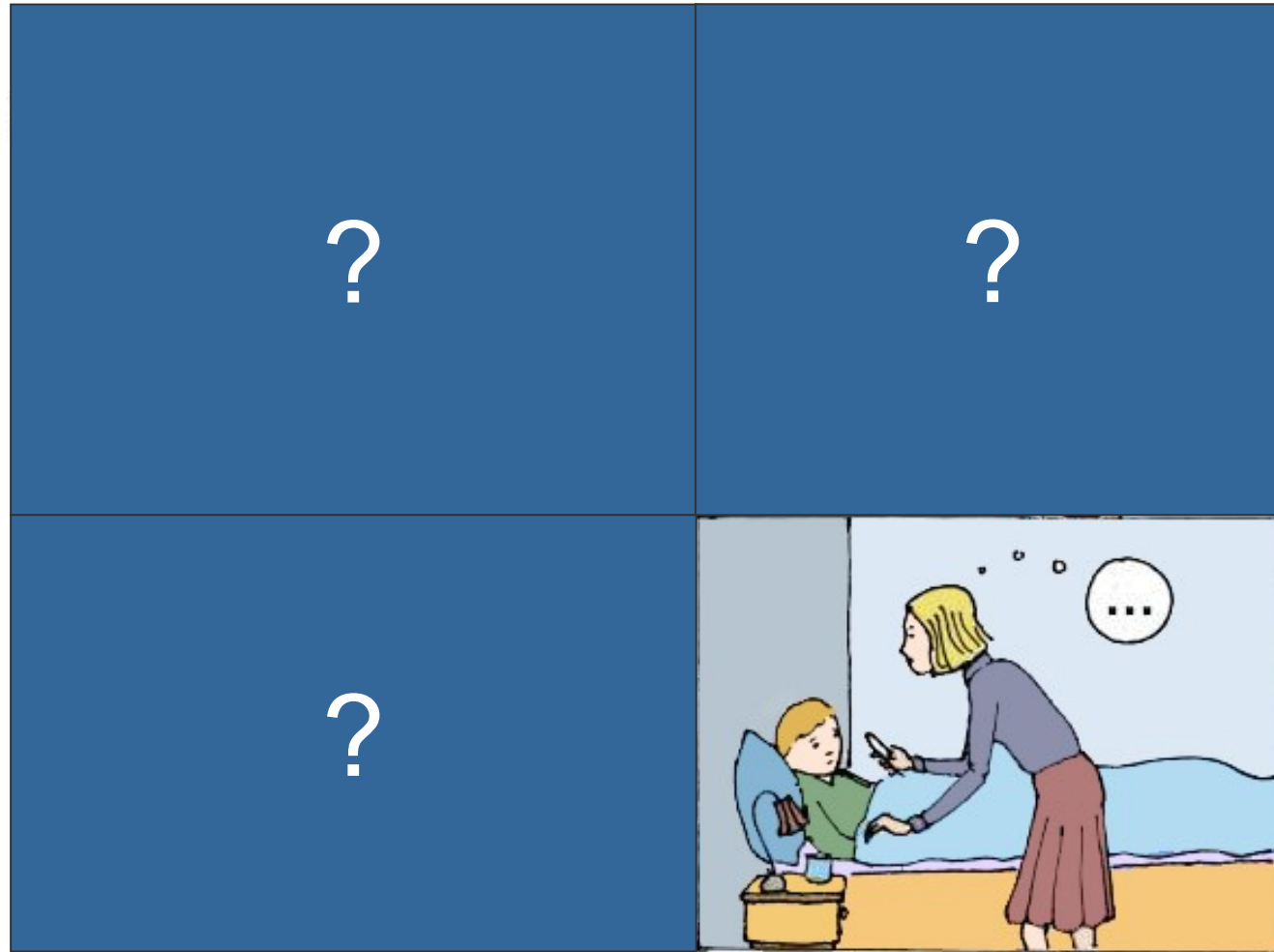




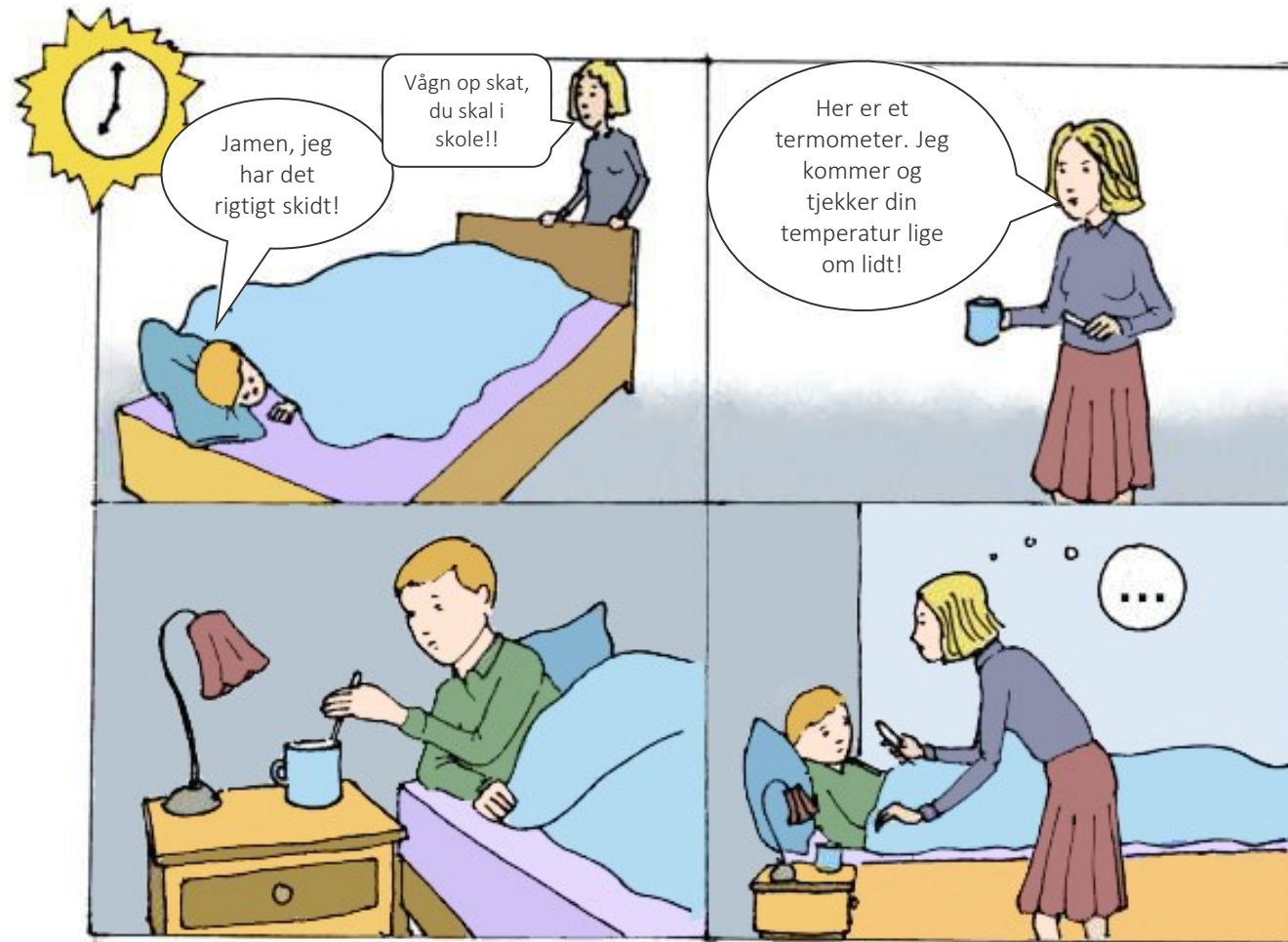
Hvad mon manden foran billedet tænker... har han ret?



Hvad mon manden foran billedet tænker... har han ret?



Hvad tænker moderen? Har vi brug for flere oplysninger for at afgøre det?



Hvad tænker moderen? Har vi brug for flere oplysninger for at afgøre det?



# Valgfrit: Videoklip

Valgfrit: Videoklip med præsentationer, der handler om dagens emne, kan findes på følgende hjemmeside:

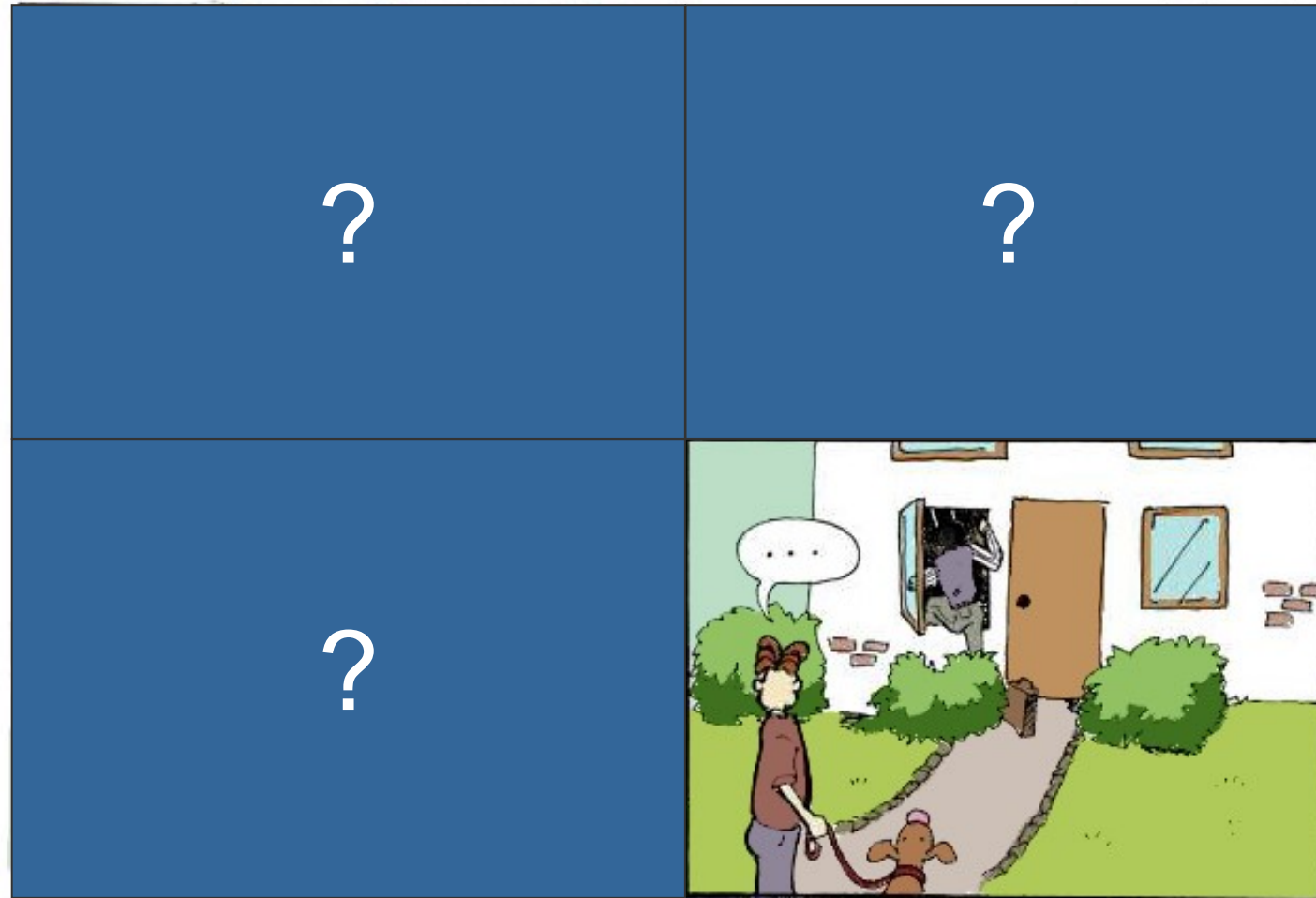
[http://www.uke.de/mct\\_videos](http://www.uke.de/mct_videos)

Efter videoen kan du drøfte, hvordan den er relateret til dagens emne.

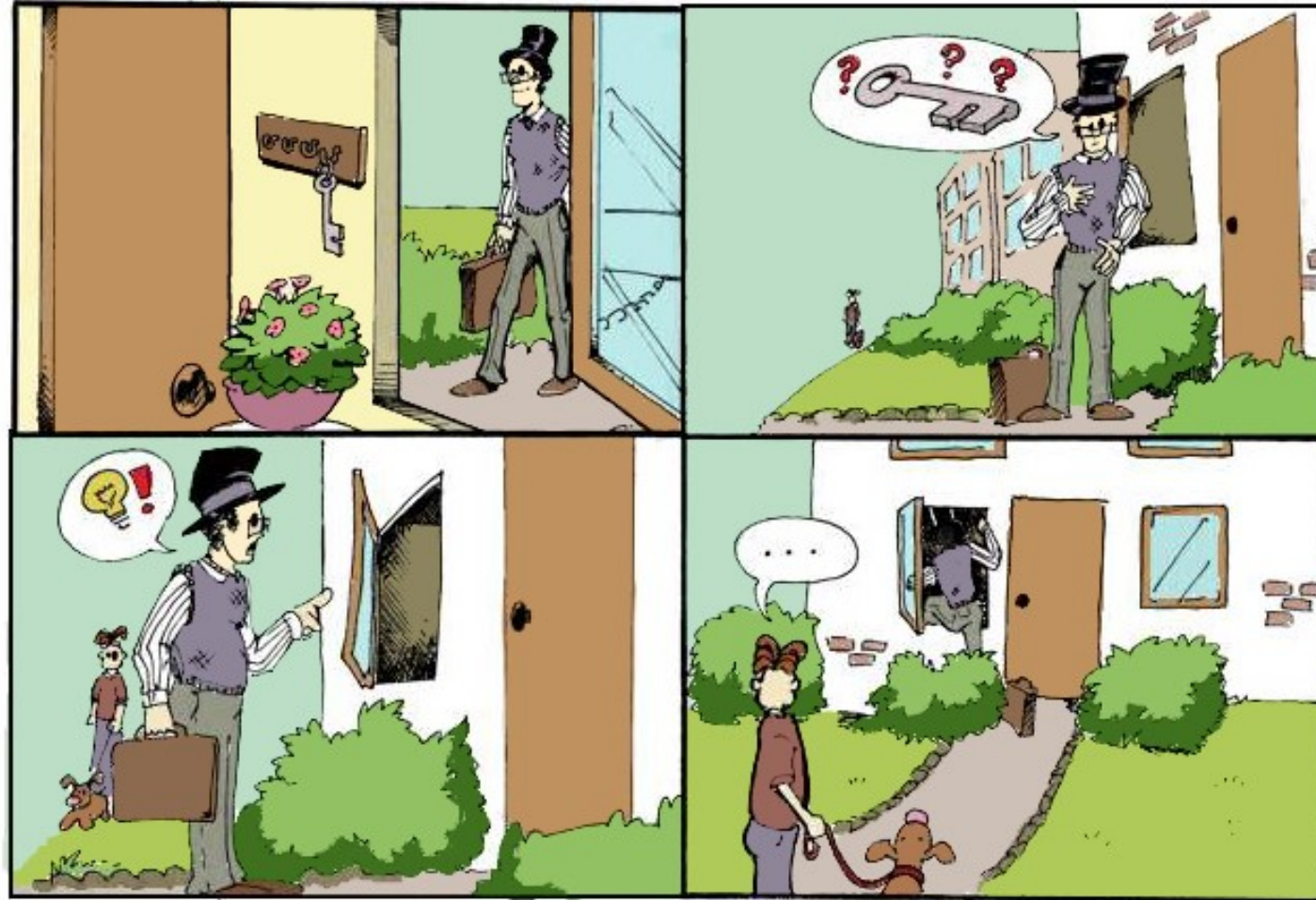
*[til undervisere:]*

Nogle videoklips indeholder sprogbrug, som måske ikke er passende for hvert publikum eller kultur. Vurder venligst videoerne, inden du viser dem]

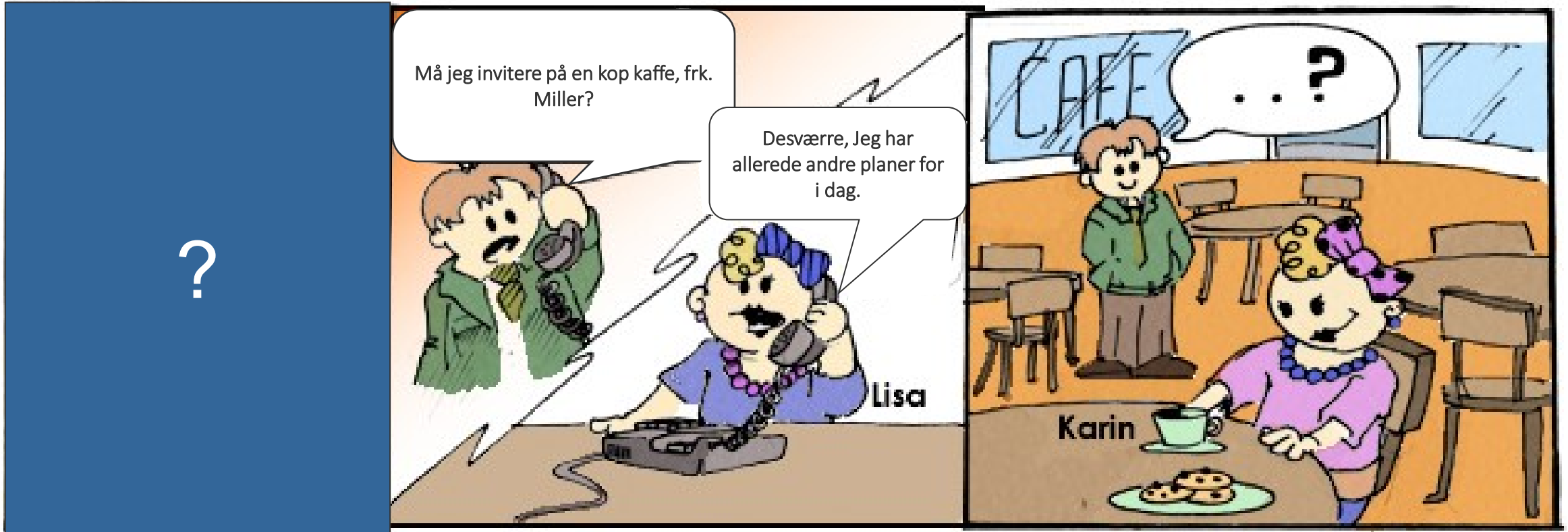




Hvad mon manden, der går tur med hunden, tænker?



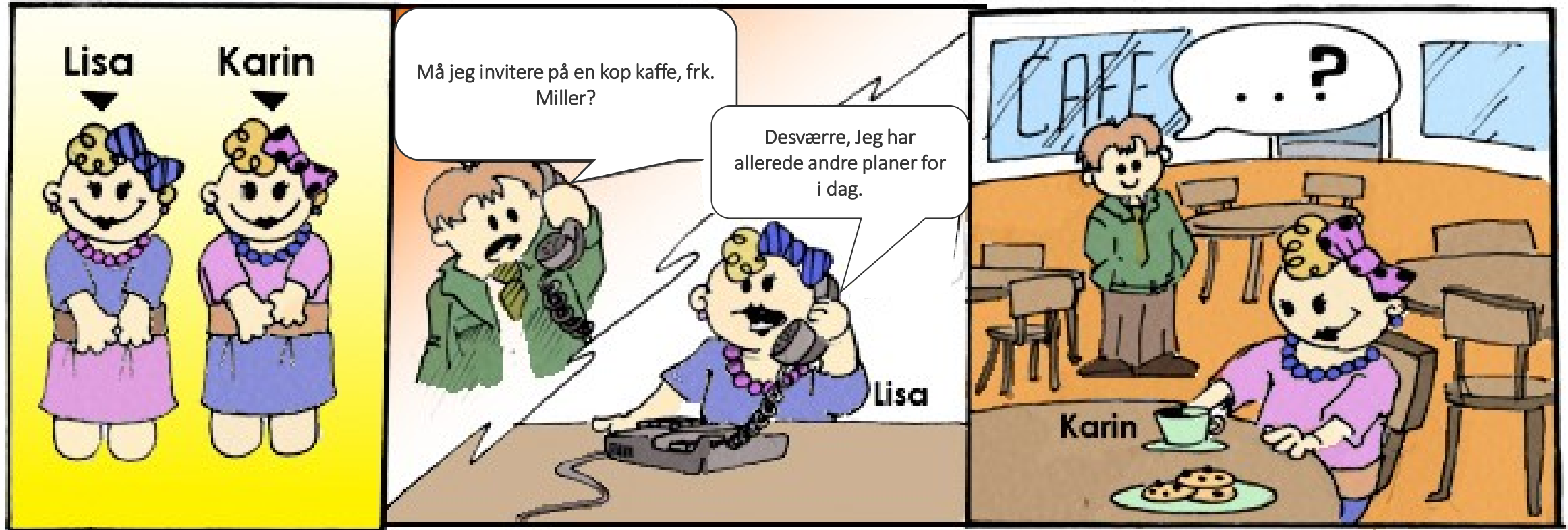
Hvad mon manden, der går tur med hunden, tænker?



?

Hvad mon manden på det sidste billede tænker, og ...har han ret?





Hvad mon manden på det sidste billede tænker, og ...har han ret?



# Overfør til hverdagen

## Læringsmål:

- Mange misforståelser og måske endda konflikter opstår, fordi vi gætter forkert med hensyn til, hvad andre tænker (fx hvis man ikke fortæller sine venner, at man ikke har det videre godt for øjeblikket, kan man ikke forvente, at de vil være mere hensynsfulde!).



# Overfør til hverdagen

## Læringsmål:

- Mange misforståelser og måske endda konflikter opstår, fordi vi gætter forkert med hensyn til, hvad andre tænker (fx hvis man ikke fortæller sine venner, at man ikke har det videre godt for øjeblikket, kan man ikke forvente, at de vil være mere hensynsfulde!).
- Forsøg at vurdere komplekse sociale situationer ud fra forskellige perspektiver og tag alle tilgængelige oplysninger i betragtning. Jo flere oplysninger, der inddrages, desto større er sandsynligheden for, at du vil nå frem til en korrekt vurdering.



# Overfør til hverdagen

## Læringsmål:

- Mange misforståelser og måske endda konflikter opstår, fordi vi gætter forkert med hensyn til, hvad andre tænker (fx hvis man ikke fortæller sine venner, at man ikke har det videre godt for øjeblikket, kan man ikke forvente, at de vil være mere hensynsfulde!).
- Forsøg at vurdere komplekse sociale situationer ud fra forskellige perspektiver og tag alle tilgængelige oplysninger i betragtning. Jo flere oplysninger, der inddrages, desto større er sandsynligheden for, at du vil nå frem til en korrekt vurdering.
- Pas på: Vores aktuelle sindsstemning har indflydelse på, hvordan vi opfatter vores omgivelser (fx vores vurdering af andre mennesker).



## Hvad har det med psykoser at gøre?

Under en psykose er der risiko for, at man kan fejl- eller overfortolke ansigtsudtryk og handlinger.

**Eksempel:** Neil føler, han bliver stirret på: “De er ude efter mig.”

**Baggrund:** Neil, der i flere uger har været frygtsom/skræmt, går med mørke solbriller som forklædning.

**Men:** På grund af hans besynderlige adfærd gør hans sig til genstand for ekstra opmærksomhed.

Vi begår alle fejl! Inddrag altid forskellige perspektiver.



# Tak for din opmærksomhed!

*til undervisere:*

Uddel venligst arbejdsark. Introducer vores app COGITO (download gratis).



[www.uke.de/mct\\_app](http://www.uke.de/mct_app)





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](http://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/mkt](http://www.uke.de/mkt). 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
Lili Vieira de Carvalho	flickr	Tattoo poser	CC	Rocker
---	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Praying – being cold/Beten - Frieren
Muffet	flickr	letters	CC	Written statements (old, handwritten letters)/Schriftliche Äußerung (alte, handgeschriebene Briefe)
don2g	flickr	turkish parade	CC	„typical turkish/muslim?“ (turkish parade)/„Typisch türkisch?“ (türkische Parade)
stephcarter	flickr	Froehliche Weihnachten!!! (Day 44)	CC	„typical german?“ (woman in dirndl dress)/„Typisch deutsch?“ (Frau in Dirndl)
Britta Block	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Comic strip: library/Bildergeschichte: Bücherei
M.A./ Christin Hoche	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Comic strips: car, illness/Bildergeschichten Auto, Krankheit
L. Müller	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Comic strip: museum/Bildergeschichte: Museum
Marina Ruiz- Villarreal	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Comic strip: overweight man, football, burglary, twins/Bildergeschichten: dicker Mann, Fußball, Einbruch, Zwillinge