



Metacognitieve Training (MCT)

MCT 7 B – Overhaaste conclusies II

© Moritz, Woodward, de Boer, Vermeer, Wekking & Lemmers-Jansen (12|22)
www.uke.de/mct

The use of the pictures in this module has been kindly permitted by artists and copyright holders, respectively. For details (artist, title), please refer to the end of this presentation.





Overhaaste conclusies

We trekken vaak conclusies zonder de “volledige waarheid” te kennen.

- Voordelen: ???
- Nadelen: ???



Overhaaste conclusies

We trekken vaak conclusies zonder de “volledige waarheid” te kennen.

- **Voordelen:** bespaart tijd, geeft zekerheid, kan een vastberaden en competente indruk maken (“een slecht besluit is beter dan geen besluit”).
- **Nadelen:** ???



Overhaaste conclusies

We trekken vaak conclusies zonder de “volledige waarheid” te kennen.

- **Voordelen:** bespaart tijd, geeft zekerheid, kan een vastberaden en competente indruk maken (“een slecht besluit is beter dan geen besluit”).
- **Nadelen:** risico een verkeerde beslissing te nemen.



Overhaaste conclusies

In welke situaties trekken we conclusies zonder de volledige waarheid te kennen?

Wanneer?	Voorbeeld
... als we beperkt toegang hebben tot informatie	???
... bij eerdere ervaring, die we veralgemeniseren	
... als de beslissing er niet echt toe doet	



Overhaaste conclusies

In welke situaties trekken we conclusies zonder de volledige waarheid te kennen?

Wanneer?	Voorbeeld
... als we beperkt toegang hebben tot informatie	Bij het kopen van een auto is het onmogelijk om alle modellen te vergelijken en alle aspecten te overwegen (prijs, verbruik, enz.). Je moet een keus maken.
... bij eerdere ervaring, die we veralgemeniseren	
... als de beslissing er niet echt toe doet	



Overhaaste conclusies

In welke situaties trekken we conclusies zonder de volledige waarheid te kennen?

Wanneer?	Voorbeeld
... als we beperkt toegang hebben tot informatie	Bij het kopen van een auto is het onmogelijk om alle modellen te vergelijken en alle aspecten te overwegen (prijs, verbruik, enz.). Je moet een keus maken.
... bij eerdere ervaring, die we veralgemeniseren	???
... als de beslissing er niet echt toe doet	



Overhaaste conclusies

In welke situaties trekken we conclusies zonder de volledige waarheid te kennen?

Wanneer?	Voorbeeld
... als we beperkt toegang hebben tot informatie	Bij het kopen van een auto is het onmogelijk om alle modellen te vergelijken en alle aspecten te overwegen (prijs, verbruik, enz.). Je moet een keus maken.
... bij eerdere ervaring, die we veralgemeniseren	Vooroordelen kunnen leiden tot snel veralgemeniseren ("het is allemaal één pot nat").
... als de beslissing er niet echt toe doet	



Overhaaste conclusies

In welke situaties trekken we conclusies zonder de volledige waarheid te kennen?

Wanneer?	Voorbeeld
... als we beperkt toegang hebben tot informatie	Bij het kopen van een auto is het onmogelijk om alle modellen te vergelijken en alle aspecten te overwegen (prijs, verbruik, enz.). Je moet een keus maken.
... bij eerdere ervaring, die we veralgemeniseren	Vooroordelen kunnen leiden tot snel veralgemeniseren (“het is allemaal één pot nat”).
... als de beslissing er niet echt toe doet	???



Overhaaste conclusies

In welke situaties trekken we conclusies zonder de volledige waarheid te kennen?

Wanneer?	Voorbeeld
... als we beperkt toegang hebben tot informatie	Bij het kopen van een auto is het onmogelijk om alle modellen te vergelijken en alle aspecten te overwegen (prijs, verbruik, enz.). Je moet een keus maken.
... bij eerdere ervaring, die we veralgemeniseren	Vooroordelen kunnen leiden tot snel veralgemeniseren ("het is allemaal één pot nat").
... als de beslissing er niet echt toe doet	Kiezen van taartje, kleur van je sokken, soort yoghurt, enz. ...



Overhaaste conclusies, praktijkvoorbeeld

Domein	Voorbeeld
Overbezorgd over gezondheid	<ul style="list-style-type: none"> Mensen die overbezorgd zijn over hun gezondheid zijn er vaak bij voorbaat van overtuigd dat kleine en soms onbeduidende symptomen (bv. een huidvlekje) wijzen op een ernstige ziekte (huidkanker).
Oplichter	



Overhaaste conclusies, praktijkvoorbeeld



Domein	Voorbeeld
Overbezorgd over gezondheid	<ul style="list-style-type: none"> Mensen die overbezorgd zijn over hun gezondheid zijn er vaak bij voorbaat van overtuigd dat kleine en soms onbeduidende symptomen (bv. een huidvlekje) wijzen op een ernstige ziekte (huidkanker).
Oplichter	<ul style="list-style-type: none"> Onder het pseudonym Anna Delvey, deed de Duits-Russische Anna Sorokin zich in 2012 in Manhattan voor als een dochter van een miljonair. Zij lichtte onder andere banken en vrienden op voor een bedrag van 275.000 Dollar. Voor het feit dat ze haar leningen niet terugbetaalde, gaf ze bij voorbeeld de reden dat haar vader haar vanwege een ruzie de toegang tot zijn rekeningen had geweigerd. Doordat zij zoveel zelfvertrouwen uitstraalde geloofden haar vrienden en zakenpartners haar blindelings. Pas toen de onbetaalde rekeningen zich ophoopten is Sorokin aangeklaagd en veroordeeld voor diefstal en fraude. Een gezonde twijfel over haar identiteit, uitspraken, en vermogen om leningen terug te betalen had haar financiële situatie eerder aan het licht kunnen brengen.



Overhaaste conclusies, voorbeeld

- geruchten -

Bestaat er een verband tussen het sigarettenmerk “Lucky Strike” en de atoomaanval op Japan?



Gerucht	voor & tegen	“bewijsstuk”
<p>Het ontwerp van de verpakking leidde steeds weer tot geruchten dat het merk “Lucky Strike” iets te maken had met de atoomaanval op Japan.</p>	<p>voor: ???</p> <p>tegen: ???</p>	  <p>Japanse vlag?</p>



Overhaaste conclusies, voorbeeld

- geruchten -

Bestaat er een verband tussen het sigarettenmerk “Lucky Strike” en de atoomaanval op Japan?

Gerucht	voor & tegen	“bewijsstuk”
<p>Het ontwerp van de verpakking leidde steeds weer tot geruchten dat het merk “Lucky Strike” iets te maken had met de atoomaanval op Japan.</p>	<p>voor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • De Japanse vlag bevat – net als de verpakking- een rode cirkel tegen een witte achtergrond. • De gouden cirkel zou radioactieve straling kunnen voorstellen. • “Lucky Strike” kan worden vertaald als “successvolle aanval”. • Lucky Strike heeft de verpakking veranderd tijdens de 2e wereldoorlog. Daarvoor was de witte achtergrond groen. <p>tegen:</p> <p>???</p>	  <p>Japanse vlag?</p>



Overhaaste conclusies, voorbeeld

- geruchten -

Bestaat er een verband tussen het sigarettenmerk “Lucky Strike” en de atoomaanval op Japan?

Gerucht	voor & tegen	“bewijsstuk”
<p>Het ontwerp van de verpakking leidde steeds weer tot geruchten dat het merk “Lucky Strike” iets te maken had met de atoomaanval op Japan.</p>	<p>voor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • De Japanse vlag bevat – net als de verpakking- een rode cirkel tegen een witte achtergrond. • De gouden cirkel zou radioactieve straling kunnen voorstellen. • “Lucky Strike” kan worden vertaald als “successvolle aanval”. • Lucky Strike heeft de verpakking veranderd tijdens de 2e wereldoorlog. Daarvoor was de witte achtergrond groen. <p>tegen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • De gouden cirkel stond al op de oude verpakking. • Het ontwerp was al veranderd in 1940/1941 – om markttechnische redenen – en de atoomaanval vond plaats in 1945. • De merknaam werd vastgesteld in de tijd van de goudzoekers. De naam “Lucky Strike” is geregistreerd sinds 1871. Op het eerste tabaksblik stond een hamer wijzend naar de hemel – een symbool van de “lucky strike” van een gouddelver. 	  <p>Japanse vlag?</p>



Overhaaste conclusies, voorbeeld

- geruchten -

Bestaat er een verband tussen het sigarettenmerk “Lucky Strike” en de atoomaanval op Japan?



Nee!



Hoe ontstaat dit soort vergezochte theorieën?

???



Hoe ontstaat dit soort vergezochte theorieën?

- Ze zijn doorgaans spannender dan de realiteit.
- Ze zijn vaak gebaseerd op uitspraken die moeilijk te controleren of te bewijzen zijn (bv. de verpakking staat voor Japan en de gouden krans voor radioactieve besmetting) en worden klakkeloos door mensen geloofd.



Hoe ontstaat dit soort vergezochte theorieën?

- Ze zijn doorgaans spannender dan de realiteit.
- Ze zijn vaak gebaseerd op uitspraken die moeilijk te controleren of te bewijzen zijn (bv. de verpakking staat voor Japan en de gouden krans voor radioactieve besmetting) en worden klakkeloos door mensen geloofd.
- Alternatieve verklaringen worden uitgesloten (bv. dat “lucky strike” ook toevalstreffer kan betekenen bij een bijzondere opgraving).
- Geruchten zijn soms gebaseerd op feiten die uit hun verband zijn getrokken. Het belang van details wordt sterk overdreven (de verpakking was weliswaar veranderd tijdens de 2e wereldoorlog, maar dit zegt niet noodzakelijkerwijs iets ten voordele van het gerucht).



Hoe ontstaat dit soort vergezochte theorieën?

- In de geschiedenis zijn talrijke voorbeelden te vinden van andersdenkenden die valselijk werden beschuldigd bij oncontroleerbare, rampzalige gebeurtenissen (in de Middeleeuwen werd de oorzaak van een slechte oogst bijvoorbeeld vaak toegeschreven aan hekserij of aan religieuze minderheden).
- Dit soort eenvoudige verklaringen verminderde de angst en gaf de illusie van controle.



Waarom doen we dit?

Uit onderzoek blijkt dat veel (maar niet alle!) mensen met een psychotische kwetsbaarheid:

- beslissingen nemen op basis van weinig informatie.

Deze manier van beslissen kan snel leiden tot fouten.



Waarom doen we dit?

Uit onderzoek blijkt dat veel (maar niet alle!) mensen met een psychotische kwetsbaarheid:

- beslissingen nemen op basis van weinig informatie.

Deze manier van beslissen kan snel leiden tot fouten.

- een vertekend beeld van de werkelijkheid hebben. Interpretaties van situaties, die anderen ondenkbaar achten, worden geloofd.



Hoe het te snel trekken van conclusies misinterpretaties in de hand werkt

Gebeurtenis	Verklaring tijdens psychose	Andere verklaringen
Mijn eten smaakt raar.	???	
Mijn vriendin komt 's avonds thuis en ruikt anders.		
De radio speelt een paar keer "Hero" (held) van Mariah Carey.		



Hoe het te snel trekken van conclusies misinterpretaties in de hand werkt

Gebeurtenis	Verklaring tijdens psychose	Andere verklaringen
Mijn eten smaakt raar.	Er zit vergif in.	???
Mijn vriendin komt 's avonds thuis en ruikt anders.		
De radio speelt een paar keer "Hero" (held) van Mariah Carey.		



Hoe het te snel trekken van conclusies misinterpretaties in de hand werkt

Gebeurtenis	Verklaring tijdens psychose	Andere verklaringen
Mijn eten smaakt raar.	Er zit vergif in.	Het eten is slecht bereid, bedorven ingrediënten.
Mijn vriendin komt 's avonds thuis en ruikt anders.		
De radio speelt een paar keer "Hero" (held) van Mariah Carey.		



Hoe het te snel trekken van conclusies misinterpretaties in de hand werkt

Gebeurtenis	Verklaring tijdens psychose	Andere verklaringen
Mijn eten smaakt raar.	Er zit vergif in.	Het eten is slecht bereid, bedorven ingrediënten.
Mijn vriendin komt 's avonds thuis en ruikt anders.	???	
De radio speelt een paar keer "Hero" (held) van Mariah Carey.		



Hoe het te snel trekken van conclusies misinterpretaties in de hand werkt

Gebeurtenis	Verklaring tijdens psychose	Andere verklaringen
Mijn eten smaakt raar.	Er zit vergif in.	Het eten is slecht bereid, bedorven ingrediënten.
Mijn vriendin komt 's avonds thuis en ruikt anders.	Ik ben ervan overtuigd dat zij vreemd gaat.	???
De radio speelt een paar keer "Hero" (held) van Mariah Carey.		



Hoe het te snel trekken van conclusies misinterpretaties in de hand werkt

Gebeurtenis	Verklaring tijdens psychose	Andere verklaringen
Mijn eten smaakt raar.	Er zit vergif in.	Het eten is slecht bereid, bedorven ingrediënten.
Mijn vriendin komt 's avonds thuis en ruikt anders.	Ik ben ervan overtuigd dat zij vreemd gaat.	Mijn vriendin heeft een nieuw parfum en verwacht eerder een compliment dan een beschuldiging.
De radio speelt een paar keer "Hero" (held) van Mariah Carey.		



Hoe het te snel trekken van conclusies misinterpretaties in de hand werkt

Gebeurtenis	Verklaring tijdens psychose	Andere verklaringen
Mijn eten smaakt raar.	Er zit vergif in.	Het eten is slecht bereid, bedorven ingrediënten.
Mijn vriendin komt 's avonds thuis en ruikt anders.	Ik ben ervan overtuigd dat zij vreemd gaat.	Mijn vriendin heeft een nieuw parfum en verwacht eerder een compliment dan een beschuldiging.
De radio speelt een paar keer "Hero" (held) van Mariah Carey.	???	



Hoe het te snel trekken van conclusies misinterpretaties in de hand werkt

Gebeurtenis	Verklaring tijdens psychose	Andere verklaringen
Mijn eten smaakt raar.	Er zit vergif in.	Het eten is slecht bereid, bedorven ingrediënten.
Mijn vriendin komt 's avonds thuis en ruikt anders.	Ik ben ervan overtuigd dat zij vreemd gaat.	Mijn vriendin heeft een nieuw parfum en verwacht eerder een compliment dan een beschuldiging.
De radio speelt een paar keer "Hero" (held) van Mariah Carey.	Dit is een geheim teken dat ik ben uitverkoren om de wereld te redden.	???



Hoe het te snel trekken van conclusies misinterpretaties in de hand werkt

Gebeurtenis	Verklaring tijdens psychose	Andere verklaringen
Mijn eten smaakt raar.	Er zit vergif in.	Het eten is slecht bereid, bedorven ingrediënten.
Mijn vriendin komt 's avonds thuis en ruikt anders.	Ik ben ervan overtuigd dat zij vreemd gaat.	Mijn vriendin heeft een nieuw parfum en verwacht eerder een compliment dan een beschuldiging.
De radio speelt een paar keer "Hero" (held) van Mariah Carey.	Dit is een geheim teken dat ik ben uitverkoren om de wereld te redden.	Radiostation speelt popmuziek.



Hoe het te snel trekken van conclusies misinterpretaties in de hand werkt

Gebeurtenis	Verklaring tijdens psychose	Andere verklaringen
Mijn eten smaakt raar.	Er zit vergif in.	Het eten is slecht bereid, bedorven ingrediënten.
Mijn vriendin komt 's avonds thuis en ruikt anders.	Ik ben ervan overtuigd dat zij vreemd gaat.	Mijn vriendin heeft een nieuw parfum en verwacht eerder een compliment dan een beschuldiging.
De radio speelt een paar keer "Hero" (held) van Mariah Carey.	Dit is een geheim teken dat ik ben uitverkoren om de wereld te redden.	Radiostation speelt popmuziek.

Heeft iemand een vergelijkbare situatie meegemaakt?



Oefening 1

- In de volgende oefening krijg je verschillende schilderijen te zien. Probeer de juiste naam van elk schilderij uit te vinden en sluit “niet passende” uit.



Oefening 1

- In de volgende oefening krijg je verschillende schilderijen te zien. Probeer de juiste naam van elk schilderij uit te vinden en sluit “niet passende” uit.
- Bespreek de *voors en tegens* van de verschillende mogelijkheden.



Oefening 1

- In de volgende oefening krijg je verschillende schilderijen te zien. Probeer de juiste naam van elk schilderij uit te vinden en sluit “niet passende” uit.
- Bespreek de *voors en tegens* van de verschillende mogelijkheden.
- Besteed met name aandacht aan details die overduidelijk een bepaalde naam uitsluiten.



Oefening 1

- In de volgende oefening krijg je verschillende schilderijen te zien. Probeer de juiste naam van elk schilderij uit te vinden en sluit “niet passende” uit.
- Bespreek de *voors en tegens* van de verschillende mogelijkheden.
- Besteed met name aandacht aan details die overduidelijk een bepaalde naam uitsluiten.
- Geef ook aan hoe zeker je bent van je oordeel.



Wat is de titel?



- a. Goed nieuws
- b. Het overleden kind
- c. De dienstplichtige
- d. Verdrietig bericht



Antwoord d



- a. Goed nieuws
- b. Het overleden kind
- c. De dienstplichtige
- d. Verdrietig bericht
(Peter Fendi, 1838)



Wat is de titel?



- a. Scholing
- b. Soep in het klooster
- c. Voor de kerkdienst
- d. De bekering



Antwoord b



- a. Scholing
- b. Soep in het klooster
(Anton Mangold, 1888)
- c. Voor de kerkdienst
- d. De bekering



Wat is de titel?



- a. De oorlog
- b. Aankondiging van de komst van Christus
- c. Het zwarte paard
- d. Het hobbelpaard



Antwoord a



- a. De oorlog
(Henri Julien F. Rousseau, 1894)
- b. Aankondiging van de komst van Christus
- c. Het zwarte paard
- d. Het hobbelpaard



Wat is de titel?



- a. Vergiftiging
- b. Waarom trouwde ik met hem?
- c. Zelfmoord
- d. De wanhopige moeder



Antwoord b



- a. Vergiftiging
- b. Waarom trouwde ik met hem?
(Murray)
- c. Zelfmoord
- d. De wanhopige moeder



Wat is de titel?



- a. Volksoproer
- b. Marktdag
- c. Luilekkerland
- d. De kinderspelen



Antwoord d



- a. Volksoproer
- b. Marktdag
- c. Luilekkerland
- d. De kinderspelen
(Pieter Bruegel de Oude, 1560)



optioneel: videoclip

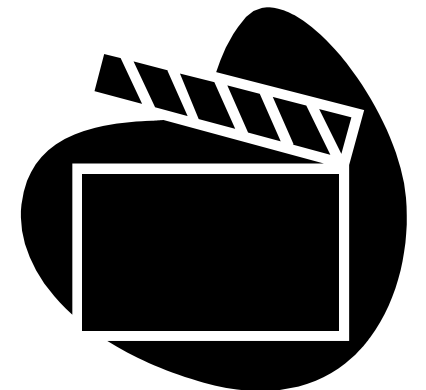
optioneel: videoclips die betrekking hebben op het onderwerp van vandaag zijn beschikbaar op de volgende webpagina:

http://www.uke.de/mct_videos

Na de video kunnen jullie discussiëren over de link met het onderwerp van vandaag.

[voor trainers:

in een aantal videoclips wordt taal gebezigd die mogelijk ongeschikt is voor toehoorders uit sommige culturen. Bekijk eerst zelf de video's voordat u ze laat zien]





Wat is de titel?



- a. Illegaal gokken
- b. De valsspeler met de ruiten aas
- c. De vergiftiging
- d. De gravin verspeelt huis en haard



Antwoord b



- a. Illegaal gokken
- b. De valsspeler met de ruiten aas
(Georges de la Tour, 1630)
- c. De vergiftiging
- d. De gravin verspeelt huis en haard



Wat is de titel?



- a. Grafschennis
- b. Twee mannen die de maan aanschouwen
- c. Afmaken van vampier
- d. Zonsverduistering



Antwoord b



- a. Grafschennis
- b. Twee mannen die de maan aanschouwen (Caspar David Friedrich, 1819)
- c. Afmaken van vampier
- d. Zonsverduistering



Wat is de titel?



- a. Uitrusten aan de bosrand
- b. De ontsnapping
- c. Uitputting
- d. De gewonde



Antwoord a



- a. Uitrusten aan de bosrand
(F.G. Waldmüller, 1793-1865)
- b. De ontsnapping
- c. Uitputting
- d. De gewonde



Wat is de titel?



- a. Laatste maaltijd
- b. Konijnen voeren
- c. Speelkameraadjes
- d. Paaszondag



Antwoord b



- a. Laatste maaltijd
- b. Konijnen voeren
(Felix Schlesinger, 1833-1910)
- c. Speelkameraadjes
- d. Paaszondag



Wat is de titel?



- a. Laatste ademtocht
- b. Het stervende kindje
- c. Slaapliedje
- d. Moeder bij wieg



Antwoord d



- a. Laatste ademtocht
- b. Het stervende kindje
- c. Slaapliedje
- d. Moeder bij wieg
(Morisot Berthe, 1872)



Wat is de titel?



- a. Ten dans vragen
- b. Nekmassage
- c. Aankleden
- d. Rechtshandig beetgepakt



Antwoord c



- a. Ten dans vragen
- b. Nekmassage
- c. Aankleden
(Joseph Caraud, 1868)
- d. Rechtshandig beetgepakt



Wat is de titel?



- a. De alcoholistes
- b. Reanimatie
- c. Schoonmaaksters
- d. Strijkende vrouwen



Antwoord d



- a. De alcoholistes
- b. Reanimatie
- c. Schoonmaaksters
- d. Strijkende vrouwen
(Edgar Degas, 1884)



Wat is de titel?



- Na de oogst
- Luilekkerland
- Onthoofde kip
- Voedselvergiftiging



Antwoord b



- a. Na de oogst
- b. Luilekkerland
(Pieter Bruegel de Oude, 1567)
- c. Onthoofde kip
- d. Voedselvergiftiging



Wat is de titel?



- a. Tovenarij
- b. Verbazing
- c. Reizende predikant
- d. De goochelaar



Antwoord d



- a. Tovenarij
- b. Verbazing
- c. Reizende predikant
- d. De goochelaar
(Hieronymus Bosch, 1480)



Wat is de titel?



- a. Begrafenisceremonie
- b. Het gebed
- c. Lunch
- d. Toespraak



Antwoord c



- a. Begrafenisceremonie
- b. Het gebed
- c. Lunch
(Albin Egger-Lienz, 1910)
- d. Toespraak



Wat is de titel?



- a. Meisje drinkt wijn met twee cavaliers
- b. Het aanzoek
- c. De tweeling
- d. Het feestmaal



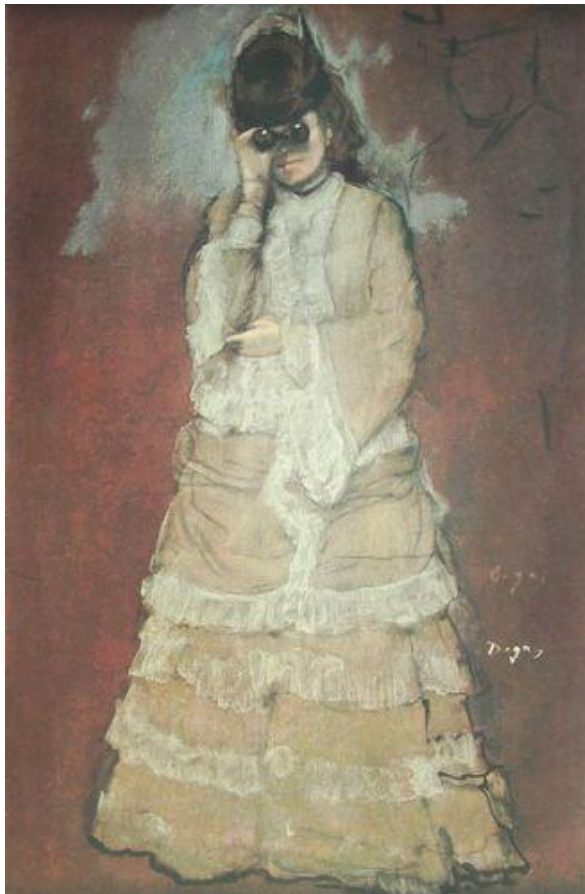
Antwoord a



- a. Meisje drinkt wijn met twee cavaliers
(Johannes Vermeer, 1660)
- b. Het aanzoek
- c. De tweeling
- d. Het feestmaal



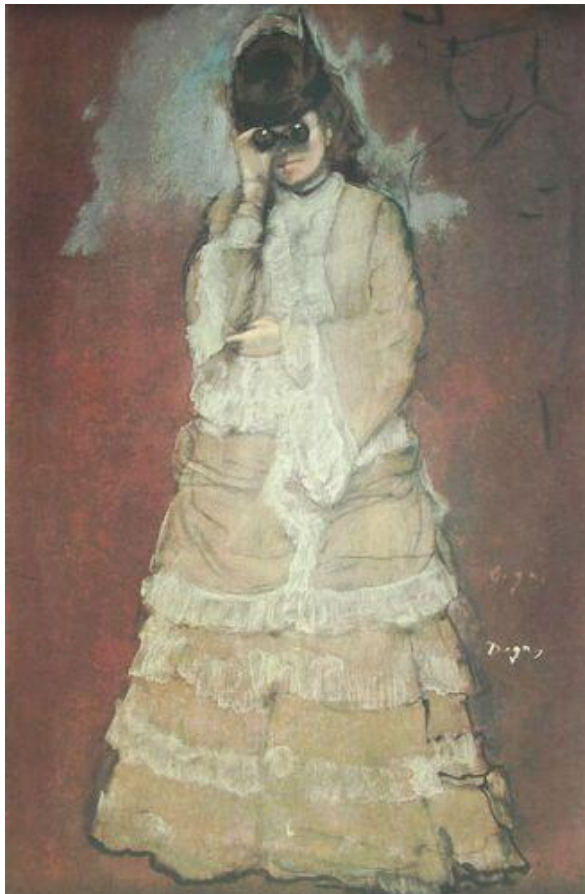
Wat is de titel?



- a. Carnaval in Venetië
- b. Dame met toneelkijker
- c. De geheim agente
- d. Bovennatuurlijk wezen



Antwoord b



- a. Carnaval in Venetië
- b. Dame met toneelkijker
(Edgar Degas, 1834-1917)
- c. De geheim agente
- d. Bovennatuurlijk wezen



Betekenis voor het dagelijks leven

Leerdoelen:

- Is een beslissing belangrijk en ingrijpend, dan is het verstandig om alle informatie in ogenschouw te nemen en overhaaste beslissingen te vermijden (“op zeker spelen”).



Betekenis voor het dagelijks leven

Leerdoelen:

- Is een beslissing belangrijk en ingrijpend, dan is het verstandig om alle informatie in ogenschouw te nemen en overhaaste beslissingen te vermijden (“op zeker spelen”).
- *Voorbeeld:* Iemand spreekt heel langzaam en heeft een bewegingsloze gelaatsuitdrukking. *Geestelijk uitgeput? Neurologische ziekte?*
- Wees voorzichtig met overhaaste beslissingen: *Het zou ook kunnen dat de symptomen bijverschijnselen zijn van medicatie.*



Betekenis voor het dagelijks leven

Leerdoelen:

- Is een beslissing belangrijk en ingrijpend, dan is het verstandig om alle informatie in ogenschouw te nemen en overhaaste beslissingen te vermijden (“op zeker spelen”).
- *Voorbeeld:* Iemand spreekt heel langzaam en heeft een bewegingsloze gelaatsuitdrukking. *Geestelijk uitgeput? Neurologische ziekte?*
- Wees voorzichtig met overhaaste beslissingen: *Het zou ook kunnen dat de symptomen bijverschijnselen zijn van medicatie.*
- Bij minder ingrijpende zaken kunnen we net zo goed snel beslissen (bv. kiezen welk beleg of soort taartje je neemt).



Betekenis voor het dagelijks leven

Leerdoelen:

- Is een beslissing belangrijk en ingrijpend, dan is het verstandig om alle informatie in ogenschouw te nemen en overhaaste beslissingen te vermijden (“op zeker spelen”).
- *Voorbeeld:* Iemand spreekt heel langzaam en heeft een bewegingsloze gelaatsuitdrukking. *Geestelijk uitgeput? Neurologische ziekte?*
- Wees voorzichtig met overhaaste beslissingen: *Het zou ook kunnen dat de symptomen bijverschijnselen zijn van medicatie.*
- Bij minder ingrijpende zaken kunnen we net zo goed snel beslissen (bv. kiezen welk beleg of soort taartje je neemt).
- Vergissen is menselijk – houd de mogelijkheid open dat je het bij het verkeerde eind kan hebben.



Betekenis voor het dagelijks leven

Leerdoelen:

- Is een beslissing belangrijk en ingrijpend, dan is het verstandig om alle informatie in ogenschouw te nemen en overhaaste beslissingen te vermijden (“op zeker spelen”).
- *Voorbeeld:* Iemand spreekt heel langzaam en heeft een bewegingsloze gelaatsuitdrukking. *Geestelijk uitgeput? Neurologische ziekte?*
- Wees voorzichtig met overhaaste beslissingen: *Het zou ook kunnen dat de symptomen bijverschijnselen zijn van medicatie.*
- Bij minder ingrijpende zaken kunnen we net zo goed snel beslissen (bv. kiezen welk beleg of soort taartje je neemt).
- Vergissen is menselijk – houd de mogelijkheid open dat je het bij het verkeerde eind kan hebben.
- Baseer belangrijke beslissingen op deugdelijke feiten. Lukraak gokken leidt tot “slechte adviezen”. Overweeg altijd de mogelijke gevolgen van een foute beoordeling.



Wat heeft dit met psychose te maken?

Veel (maar niet alle!) mensen met een psychotische kwetsbaarheid hebben de neiging te snel conclusies te trekken en extreme meningen te vormen. Deze neiging wordt nog sterker als iemand onder druk staat. Het is dan verleidelijk om naar voor de hand liggende verklaringen te zoeken of iemand anders de schuld te geven.



Wat heeft dit met psychose te maken?

Veel (maar niet alle!) mensen met een psychotische kwetsbaarheid hebben de neiging te snel conclusies te trekken en extreme meningen te vormen. Deze neiging wordt nog sterker als iemand onder druk staat. Het is dan verleidelijk om naar voor de hand liggende verklaringen te zoeken of iemand anders de schuld te geven.

Voorbeeld: Janine beweert dat haar dokter eigenlijk haar ex-vriendje is die onder een valse identiteit al jaren achter haar aanzit.

Achtergrond: Beide mannen komen uit hetzelfde dorp en hebben dezelfde voornaam.

Maar: Dit is toe te schrijven aan toeval.



Wat heeft dit met psychose te maken?

Veel (maar niet alle!) mensen met een psychotische kwetsbaarheid hebben de neiging te snel conclusies te trekken en extreme meningen te vormen. Deze neiging wordt nog sterker als iemand onder druk staat. Het is dan verleidelijk om naar voor de hand liggende verklaringen te zoeken of iemand anders de schuld te geven.

Voorbeeld: Janine beweert dat haar dokter eigenlijk haar ex-vriendje is die onder een valse identiteit al jaren achter haar aanzit.

Achtergrond: Beide mannen komen uit hetzelfde dorp en hebben dezelfde voornaam.

Maar: Dit is toe te schrijven aan toeval.

Verzamel informatie uit zoveel mogelijk bronnen en bespreek alle mogelijke verklaringen met mensen die je vertrouwt, voordat je iemand beschuldigt.



Bedankt voor je aandacht!

voor trainers:

Deel werkbladen uit. Introduceer onze app COGITO (gratis te downloaden).



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. 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. 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
Oiseau '3'	flickr	LUCKY STRIKE	CC	Lucky Strike cigarette box/ Zigarettenschachtel

All reproduced paintings are in the public domain because their copyright has expired (all artists died more than 70years ago).

Alle abgebildeten Kunstwerke sind gemeinfrei („public domain“), da die Schutzfrist des Urheberrechts unseres Wissens abgelaufen ist („public domain“; alle Künstler verstarben vor mindestens 70 Jahren). Alle Reproduktionen gelten ebenfalls als gemeinfrei.