



Hugræn Innsæisþjálfun (HI)

HI 3 A – Að skipta um skoðun

© Moritz, Woodward & Viðarsdóttir (9|22)

www.uke.de/mct

Birting myndefnis er með góðfúslegu leyfi listamanna og höfundarréttarhafa. Nánari upplýsingar (listamaður, titill) má finna í lok kynningar.





Að skipta um skoðun

- Fólk á það til að halda sig við þá skoðun sem það hefur myndað sér (t.d. vegna fordóma eða viðhorfs um að “fyrstu kynni segi allt”)



Að skipta um skoðun

- Fólk á það til að halda sig við þá skoðun sem það hefur myndað sér (t.d. vegna fordóma eða viðhorfs um að “fyrstu kynni segi allt”)
- **Ástæður:** Þægindi, “staðfestingarvillan” (þú sérð bara það sem þú vilt sjá), hugsunarleysi, einföldun á flóknum aðstæðum, stolt.



Að skipta um skoðun

- Fólk á það til að halda sig við þá skoðun sem það hefur myndað sér (t.d. vegna fordóma eða viðhorfs um að “fyrstu kynni segi allt”)
- **Ástæður:** Þægindi, “staðfestingarvillan” (þú sérð bara það sem þú vilt sjá), hugsunarleysi, einföldun á flóknum aðstæðum, stolt.
- **Vandamál:** Röngum ályktunum (t.d. fordómum) verður viðhaldið, rangar alhæfingar (“hefur þú séð einn – hefur þú séð þá alla”), viðkomandi fær ekki annað tækifæri þrátt fyrir að eiga það mögulega skilið.



Þegar spádómur rætist ekki

Marian Keech, leiðtogi í sértrúarsöfnuði í Salt Lake City (USA), sagðist hafa fengið skilaboð utan úr geimnum. Hún fékk þar upplýsingar um að heimurinn myndi farast í stóru flóði þann 21. desember 1954. Hinsvegar myndi hún og fylgjendur hennar í söfnuðinum ekki deyja, heldur yrði þeim bjargað með geimskipi.

Þegar 21. desember 1954 rann upp, söfnuðust meðlimir sértrúasafnaðarins saman á heimili Keech og biðu eftir að spádómurinn myndi rætast. Það var komið fram yfir miðnætti... og ekkert gerðist. Ekkert flóð, ekkert geimskip, ekki neitt.

Hvernig útskýrði söfnuðurinn þetta?

Töldu þau að spádómurinn hafi verið rangur?

Hvað haldið þið?





Þegar spádómur rætist ekki

Þegar það var orðið ljóst að spádómurinn myndi ekki rætast trúði Keech, leiðtogi safnaðarins, því fyrst ekki og grét.

Næsta dag tilkynnti sértrúarsöfnuðurinn að Guð hefði svo miklar mætur á söfnuðinum að hann hafi ákveðið að hætta við flóðið og hlífa heiminum.

Þessi nýja útskýring þeirra er gott dæmi um hvernig fólk tekst á við það þegar skoðanir þeirra reynast rangar:

“Ef það passar ekki – notaðu þá stærri hamar!”

* Heimild: Festinger og félagar, (1956) *When Prophecy Fails*





Ósveigjanleiki í rauntíma (Rörsýn)

Svið	Dæmi
Landfræði	???
Samfélag	???
Hamfarir	???



Ósveigjanleiki í rauntíma (Rörsýn)

Svið	Dæmi
Landafræði	<ul style="list-style-type: none"> Jörðin er flöt! Þessi kenning var afsönnuð af flestum vísindamönnum á miðöldum. Þrátt fyrir það var enn hópur fólks sem hélt því fram, allt fram á 20.öld, að jörðin væri flöt og myndir af hnöttóttri jörð væru samsæri
Samfélag	???
Hamfarir	???



Ósveigjanleiki í rauntíma (Rörsýn)

Svið	Dæmi
Landafræði	<ul style="list-style-type: none"> Jörðin er flöt! Þessi kenning var afsönnuð af flestum vísindamönnum á miðöldum. Þrátt fyrir það var enn hópur fólks sem hélt því fram, allt fram á 20.öld, að jörðin væri flöt og myndir af hnöttóttri jörð væru samsæri
Samfélag	<ul style="list-style-type: none"> Upphafning á stjórnarháttum þrátt fyrir sannanir um illsku, grimmd og galla þeirra (t.d. fasismi)
Hamfarir	???



Ósveigjanleiki í rauntíma (Rörsýn)

Svið	Dæmi
Landafræði	<ul style="list-style-type: none"> Jörðin er flöt! Þessi kenning var afsönnuð af flestum vísindamönnum á miðöldum. Þrátt fyrir það var enn hópur fólks sem hélt því fram, allt fram á 20.öld, að jörðin væri flöt og myndir af hnöttóttri jörð væru samsæri
Samfélag	<ul style="list-style-type: none"> Upphafning á stjórnarháttum þrátt fyrir sannanir um illsku, grimmd og galla þeirra (t.d. fasismi)
Hamfarir	<ul style="list-style-type: none"> Að bregðast ekki við hættumerkjum er oft ástæða fyrir slysum sem hefði mátt koma í veg fyrir (t.d. snjóflóð: Oft hefur fólk verið varað við hættu fyrir atburðinn) Titanic-slysið: vegna orðspors skipsins um að vera ósökkvandi, var hættumerkjum ekki tekið alvarlega



Af hverju erum við að þessu?

Rannsóknir sýna að í geðrofi hefur fólk tilhneigingu til að halda sig við ákveðnar skoðanir eða trú, jafnvel þó sterk rök liggi fyrir sem stangast á við þær.

Þetta getur leitt til félagslegra vandamála og hindrar raunsætt mat á aðstæðum.



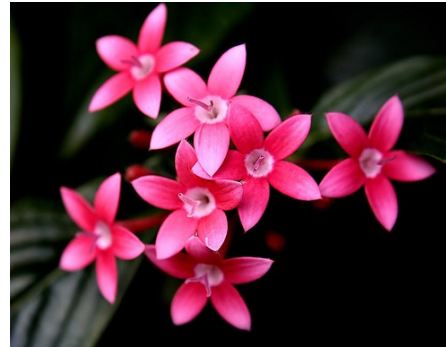
Hvernig það að halda fast í sínar skoðanir getur leitt til mistúlkunar í geðrofi – dæmi

- Forðast samræður við vini og ættingja um ákveðin málefni þar sem að þú býst við/óttast að aðrir séu ósammála og vegna þess að þú treystir ekki öðrum lengur.
- Fólk sem er ósammála þínum skoðunum eru taldir vera óvinir þínir eða vilja þér eitthvað illt.
- Upplýsingar eru fengnar frá einungis einni heimild (t.d. spjallsíða um samsæriskenningar á internetinu), án þess að upplýsingar frá áreiðanlegri heimildum (t.d. fréttasíður) séu teknar inn í myndina.

Getur einhver deilt eigin reynslu?



Myndirnar þrjár fyrir neðan tilheyra ákveðnum flokki. Hvaða flokkur er það?



Ef þú ert viss um hvaða flokki þessar myndir tilheyra máttu segja svarið.

Þú færð svar (“já” eða “nei”).

Til að raunprófa ályktun þína skaltu nefna aðra hluti sem myndu passa inn í þennan flokk.



Flokkur: Lifandi verur!

Fleiri hlutir:



Algengar villur: Flestir leita eingöngu að upplýsingum sem staðfesta þeirra ályktun, en ekki upplýsingum sem eru í mótsögn við þær (vegna staðfestingarvillunnar). Í þessu tilviki virðist flokkurinn blóm vera augljós. Oft gleymist að íhuga aðra möguleika.

Dæmi úr daglegu lífi:

- Að lesa eingöngu fréttablað sem samræmist eigin skoðunum.
- Í stað þess að vera opin fyrir því að ræða ólík sjónarhorn þá forðast maður að vera með fólki sem hefur aðrar skoðanir en maður sjálfur.

Þetta getur leitt til einhliða viðhorfa og jafnvel alið á fordómum.



Æfing

- Þrjár myndir af atburðarás verða sýndar auk nokkurra valkosta sem sýna mismunandi túlkun á því sem er að gerast.



Æfing

- Þrjár myndir af atburðarás verða sýndar auk nokkurra valkosta sem sýna mismunandi túlkun á því sem er að gerast.
- Myndirnar eru sýndar í öfugri röð þannig að síðasta myndin í atburðarásinni birtist fyrst.



Æfing

- Þrjár myndir af atburðarás verða sýndar auk nokkurra valkosta sem sýna mismunandi túlkun á því sem er að gerast.
- Myndirnar eru sýndar í öfugri röð þannig að síðasta myndin í atburðarásinni birtist fyrst.
- Eftir hverja mynd skaltu meta líkurnar á hverjum valkosti, og síðan endurmeta líkurnar í hvert skipti sem ný mynd er sýnd.

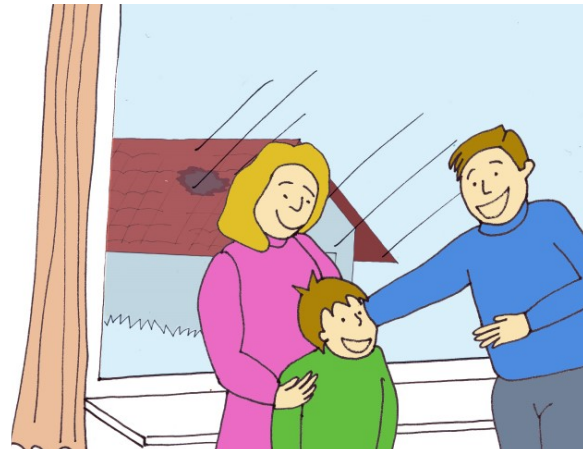


Æfing

- Þrjár myndir af atburðarás verða sýndar auk nokkurra valkosta sem sýna mismunandi túlkun á því sem er að gerast.
- Myndirnar eru sýndar í öfugri röð þannig að síðasta myndin í atburðarásinni birtist fyrst.
- Eftir hverja mynd skaltu meta líkurnar á hverjum valkosti, og síðan endurmeta líkurnar í hvert skipti sem ný mynd er sýnd.
- Ræðið saman sem hópur hversu viss þið eruð með svör ykkar.



Hvað gæti hafa gerst?

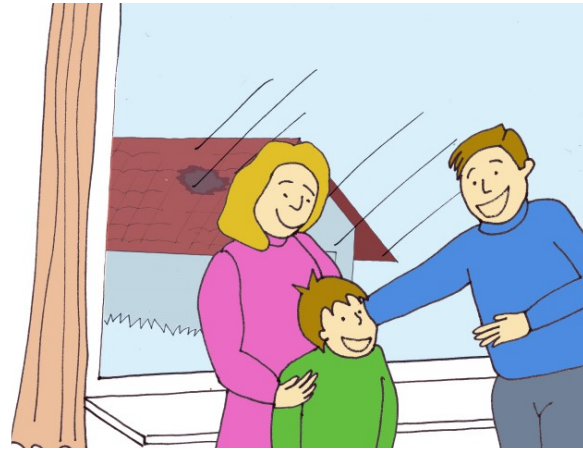


3

1. Strákurinn er glaður að hafa loksins verið ættleiddur.
2. Foreldrarnir hrósa syni sínum fyrir að tilkynna um eldsvoða áður en það varð of seint.
3. Strákurinn fékk góða einkunn í skólanum.
4. Strákurinn kveikti í án þess að vera staðinn að verki.



Hversu líklegur finnst þér hver valkostur?

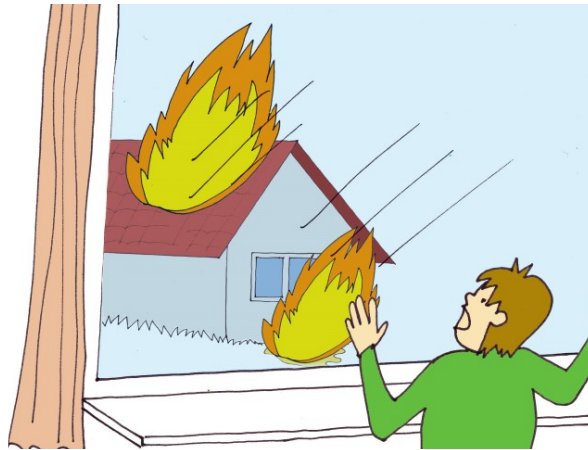


3

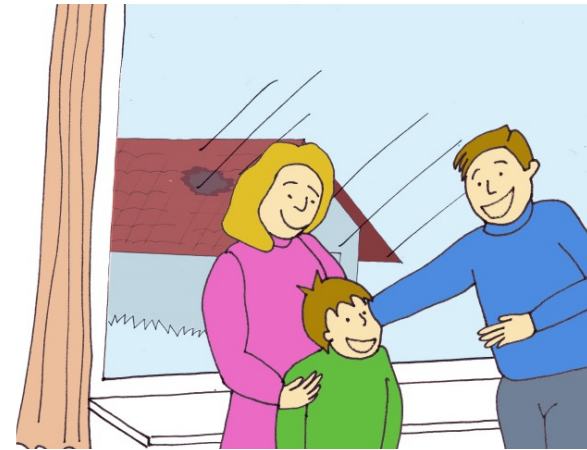
1. Strákurinn er glaður að hafa loksins verið ættleiddur.
2. Foreldrarnir hrósa syni sínum fyrir að tilkynna um eldsvoða áður en það varð of seint.
3. Strákurinn fékk góða einkunn í skólanum.
4. Strákurinn kveikti í án þess að vera staðinn að verki.



Breyttist skoðun þín við að sjá nýja mynd?



2



3

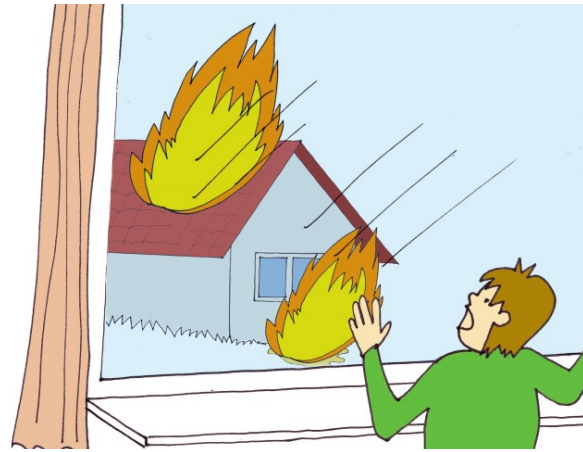
1. Strákurinn er glaður að hafa loksins verið ættleiddur.
2. Foreldrarnir hrósa syni sínum fyrir að tilkynna um eldsvoða áður en það varð of seint.
3. Strákurinn fékk góða einkunn í skólanum.
4. Strákurinn kveikti í án þess að vera staðinn að verki.



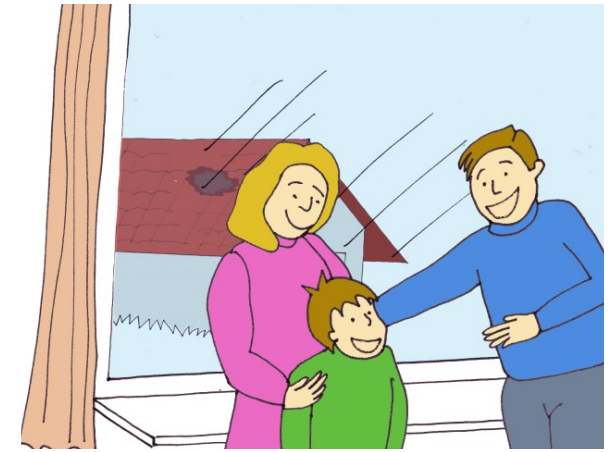
Endurmetið líkurnar!



1



2

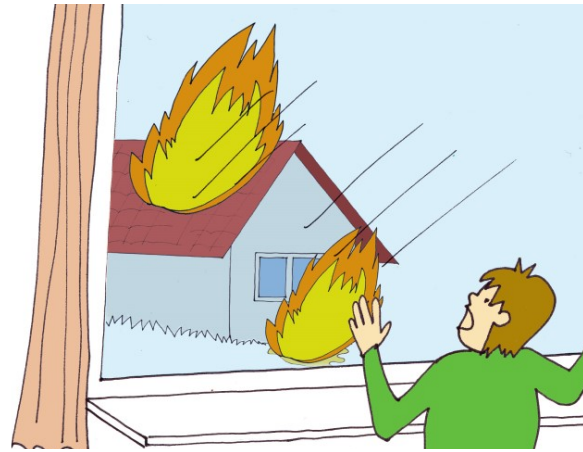


3

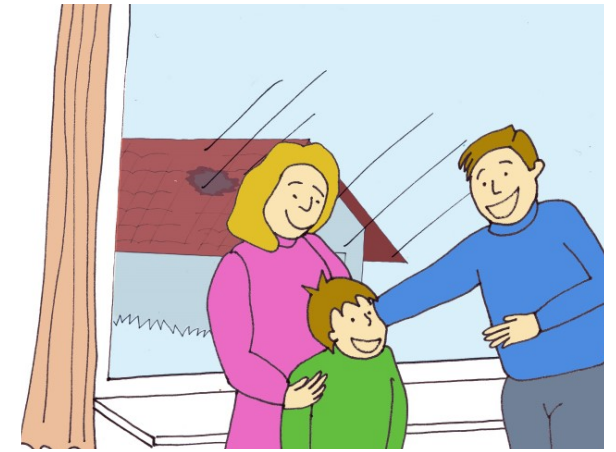
1. Strákurinn er glaður að hafa loksins verið ættleiddur.
2. Foreldrarnir hrósa syni sínum fyrir að tilkynna um eldsvoða áður en það varð of seint.
3. Strákurinn fékk góða einkunn í skólanum.
4. Strákurinn kveikti í án þess að vera staðinn að verki.



1



2

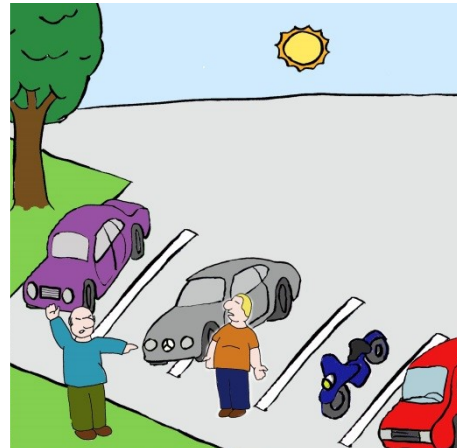


3

1. Strákurinn er glaður að hafa loksins verið ættleiddur.
2. Foreldrarnir hrósa syni sínum fyrir að tilkynna um eldsvoða áður en það varð of seint.
3. Strákurinn fékk góða einkunn í skólanum.
4. Strákurinn kveikti í án þess að vera staðinn að verki.



Hversu líklegur finnst þér hver valkostur?



3

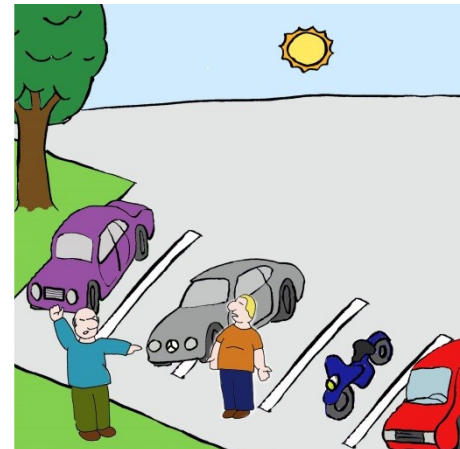
1. Mennirnir eru að rífast um bílastæðin í skugganum.
2. Maðurinn er réttilega að skamma hinn manninn fyrir að taka tvö stæði.
3. Ökumaður gráa bílsins er ranglega gagnrýndur.
4. Mennirnir eru ósammála um verðgildi bílsins.



Breyttist skoðun þín við að sjá nýja mynd?



2



3

1. Mennirnir eru að rífast um bílastæðin í skugganum.
2. Maðurinn er réttilega að skamma hinn manninn fyrir að taka tvö stæði.
3. Ökumaður gráa bílsins er ranglega gagnrýndur.
4. Mennirnir eru ósammála um verðgildi bílsins.



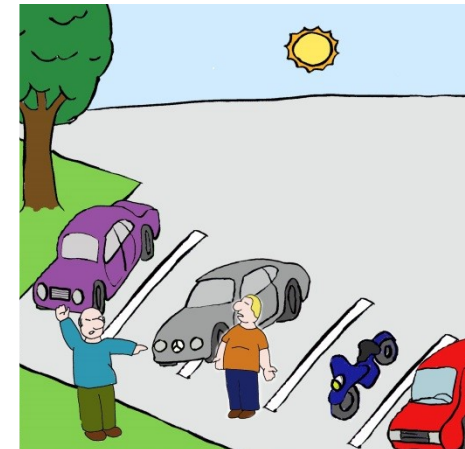
Endurmetið líkurnar!



1

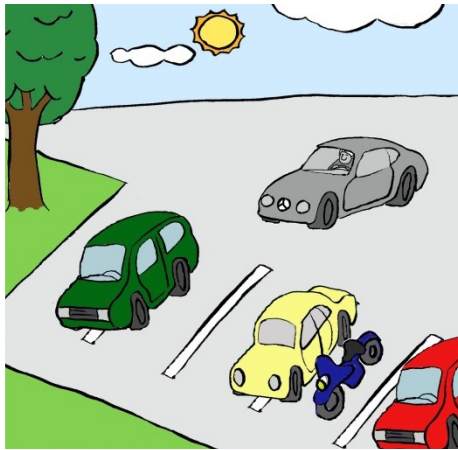


2



3

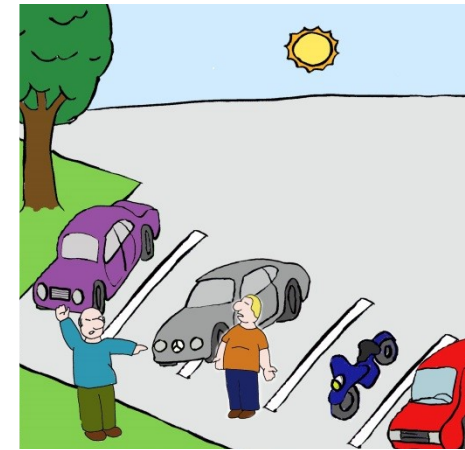
1. Mennirnir eru að rífast um bílastæðin í skugganum.
2. Maðurinn er réttilega að skamma hinn manninn fyrir að taka tvö stæði.
3. Ökumaður gráa bílsins er ranglega gagnrýndur.
4. Mennirnir eru ósammála um verðgildi bílsins.



1



2



3

1. Mennirnir eru að rífast um bílastæðin í skugganum.
2. Maðurinn er réttilega að skamma hinn manninn fyrir að taka tvö stæði.
3. Ökumaður gráa bílsins er ranglega gagnrýndur.
4. Mennirnir eru ósammála um verðgildi bílsins.



Hversu líklegur finnst þér hver valkostur?



3

1. Síminn hringdi og truflaði manninn og því lenti pizza deigið á hausnum á honum.
2. Maðurinn er að hringja á hjálp af því að það lenti geimvera á hausnum á honum.
3. Maðurinn er að reyna að vera fyndinn með því að vera með skrýttinn hatt.
4. Maðurinn er búinn að gleyma hvernig á að baka köku svo hann er að hringja í mömmu sína til að biðja um uppskrift.



Breyttist skoðun þín við að sjá nýja mynd?



2



3

1. Síminn hringdi og truflaði manninn og því lenti pizza deigið á hausnum á honum.
2. Maðurinn er að hringja á hjálp af því að það lenti geimvera á hausnum á honum.
3. Maðurinn er að reyna að vera fyndinn með því að vera með skrýttinn hatt.
4. Maðurinn er búinn að gleyma hvernig á að baka köku svo hann er að hringja í mömmu sína til að biðja um uppskrift.



Endurmetið líkurnar!



1



2



3

1. Síminn hringdi og truflaði manninn og því lenti pizza deigið á hausnum á honum.
2. Maðurinn er að hringja á hjálp af því að það lenti geimvera á hausnum á honum.
3. Maðurinn er að reyna að vera fyndinn með því að vera með skrýttinn hatt.
4. Maðurinn er búinn að gleyma hvernig á að baka köku svo hann er að hringja í mömmu sína til að biðja um uppskrift.



1



2

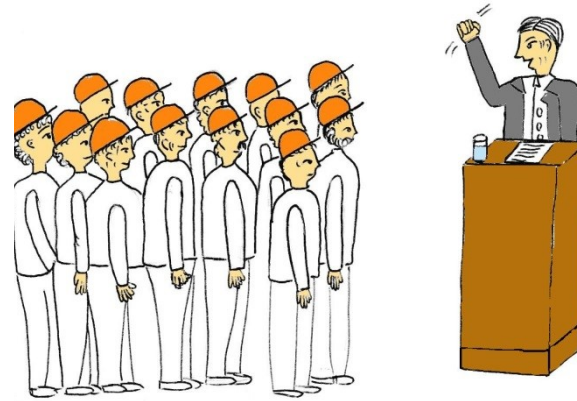


3

1. Síminn hringdi og truflaði manninn og því lenti pizza deigið á hausnum á honum.
2. Maðurinn er að hringja á hjálp af því að það lenti geimvera á hausnum á honum.
3. Maðurinn er að reyna að vera fyndinn með því að vera með skrýttinn hatt.
4. Maðurinn er búinn að gleyma hvernig á að baka köku svo hann er að hringja í mömmu sína til að biðja um uppskrift.



Hversu líklegur finnst þér hver valkostur?

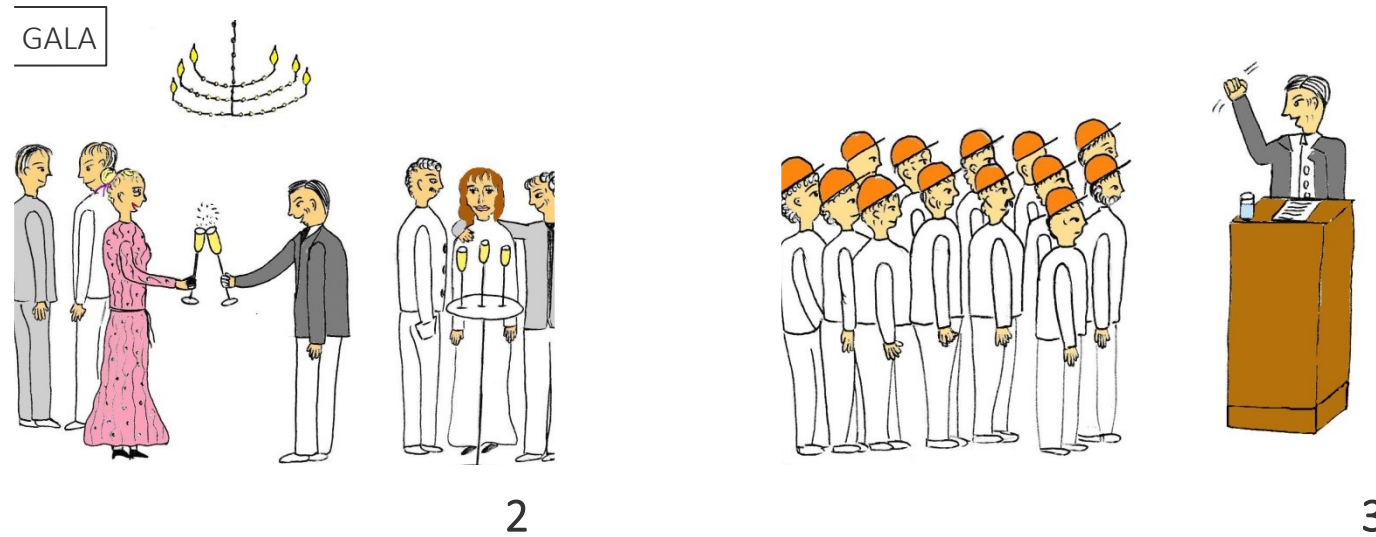


3

1. Stjórnmalamaðurinn hjálpar þeim sem minna mega sín.
2. Kommúnista stjórnmalamaðurinn hvetur vinnumennina til að leggja meira á sig.
3. Presturinn tilkynnir um endalok alheimsins.
4. Yfirmaðurinn tilkynnir að það séu ekki til peningar til að hækka launin þeirra, þrátt fyrir að hann lifi lúxus lífi.



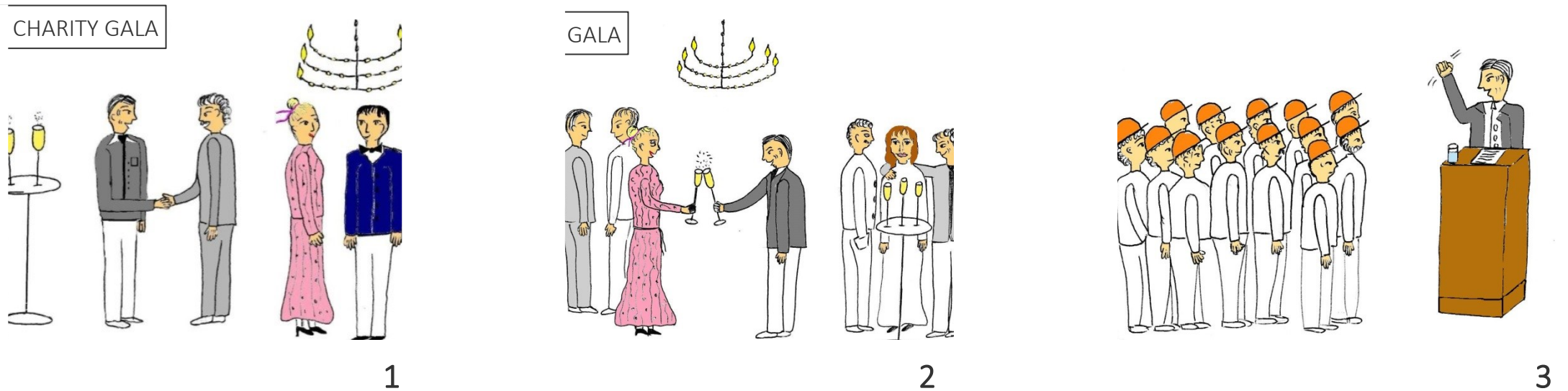
Breyttist skoðun þín við að sjá nýja mynd?



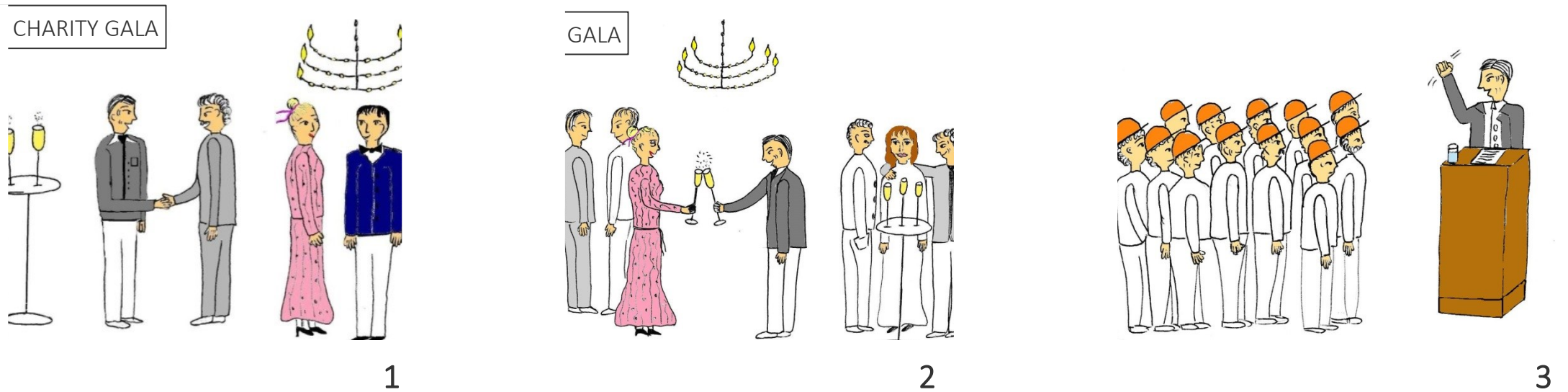
1. Stjórnmalamaðurinn hjálpar þeim sem minna mega sín.
2. Kommúnista stjórnmalamaðurinn hvetur vinnumennina til að leggja meira á sig.
3. Presturinn tilkynnir um endalok alheimsins.
4. Yfirmaðurinn tilkynnir að það séu ekki til peningar til að hækka launin þeirra, þrátt fyrir að hann lifi lúxus lífi.



Endurmetið líkurnar!



1. Stjórnmalamaðurinn hjálpar þeim sem minna mega sín.
2. Kommúnista stjórnmalamaðurinn hvetur vinnumennina til að leggja meira á sig.
3. Presturinn tilkynnir um endalok alheimsins.
4. Yfirmaðurinn tilkynnir að það séu ekki til peningar til að hækka launin þeirra, þrátt fyrir að hann lifi lúxus lífi.



1. Stjórnmalamaðurinn hjálpar þeim sem minna mega sín.
2. Kommúnista stjórnmalamaðurinn hvetur vinnumennina til að leggja meira á sig.
3. Presturinn tilkynnir um endalok alheimsins.
4. Yfirmaðurinn tilkynnir að það séu ekki til peningar til að hækka launin þeirra, þrátt fyrir að hann lifi lúxus lífi.



Hversu líklegur finnst þér hver valkostur?

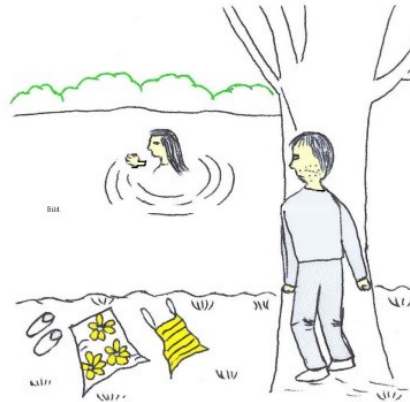


3

1. Maðurinn er að reyna gabba lögregluna sem er að elta hann.
2. Maðurinn er að máta sundföt konunnar sér til gamans.
3. Maðurinn er lífvörður konunnar.
4. Föt mannsins voru blaut svo að hann stal fötum konunnar.



Breyttist skoðun þín við að sjá nýja mynd?



2



3

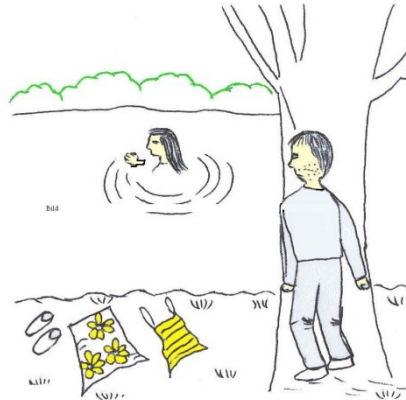
1. Maðurinn er að reyna gabba lögregluna sem er að elta hann.
2. Maðurinn er að máta sundföt konunnar sér til gamans.
3. Maðurinn er lífvörður konunnar.
4. Föt mannsins voru blaut svo að hann stal fötum konunnar.



Endurmetið líkurnar!



1



2

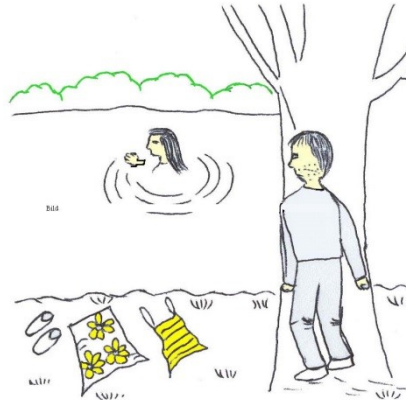


3

1. Maðurinn er að reyna gabba lögregluna sem er að elta hann.
2. Maðurinn er að máta sundföt konunnar sér til gamans.
3. Maðurinn er lífvörður konunnar.
4. Föt mannsins voru blaut svo að hann stal fötum konunnar.



1



2



3

1. Maðurinn er að reyna gabba lögregluna sem er að elta hann.
2. Maðurinn er að máta sundföt konunnar sér til gamans.
3. Maðurinn er lífvörður konunnar.
4. Föt mannsins voru blaut svo að hann stal fötum konunnar.



Valfrjálst: Myndband

Valfrjálst: Myndband sem snýr að efni dagsins má finna á eftirfarandi vefslóð:

http://www.uke.de/mct_videos

Ræðið hvernig myndbandið tengist efni dagsins.

[fyrir meðferðaraðila:

sum myndböndin innhalda málfar sem gæti verið óviðeigandi fyrir suma áhorfendur eða eftir menningu. Vinsamlegast horfið á myndböndin fyrir fram áður en tekin er ákvörðun um hvort þau verði sýnd.]





Hversu líklegur finnst þér hver valkostur?



3

1. Strákurinn er að njóta dagsins.
2. Strákurinn laumaði sér í burt úr bæjarvinnunni til að fara veiða.
3. Stráknum langar að gleðja mömmu sína með því að veiða fisk fyrir hana.
4. Strákurinn stal ormum til að nota í veiði.



Breyttist skoðun þín við að sjá nýja mynd?



2



3

1. Strákurinn er að njóta dagsins.
2. Strákurinn laumaði sér í burt úr bæjarvinnunni til að fara veiða.
3. Stráknum langar að gleðja mömmu sína með því að veiða fisk fyrir hana.
4. Strákurinn stal ornum til að nota í veiði.



Endurmetið líkurnar!



1. Strákurinn er að njóta dagsins.
2. Strákurinn laumaði sér í burt úr bæjarvinnunni til að fara veiða.
3. Stráknum langar að gleðja mömmu sína með því að veiða fisk fyrir hana.
4. Strákurinn stal ornum til að nota í veiði.



1. Strákurinn er að njóta dagsins.
2. Strákurinn laumaði sér í burt úr bæjarvinnunni til að fara veiða.
3. Stráknum langar að gleðja mömmu sína með því að veiða fisk fyrir hana.
4. Strákurinn stal ornum til að nota í veiði.



Hversu líklegur finnst þér hver valkostur?



3

1. Mennirnir eiga í samskiptum með hugsanaflutningi.
2. Maðurinn er hissa að sjá hinn manninn opna hurðina.
3. Maðurinn lítur við, þar sem honum finnst hann kannast við hinn manninn.
4. Maðurinn lítur hissa til baka þar sem hinn maðurinn kom með dónalega athugasemd.



Breyttist skoðun þín við að sjá nýja mynd?



2



3

1. Mennirnir eiga í samskiptum með hugsanaflutningi.
2. Maðurinn er hissa að sjá hinn manninn opna hurðina.
3. Maðurinn lítur við, þar sem honum finnst hann kannast við hinn manninn.
4. Maðurinn lítur hissa til baka þar sem hinn maðurinn kom með dónalega athugasemd.



Endurmetið líkurnar!



1



2



3

1. Mennirnir eiga í samskiptum með hugsanaflutningi.
2. Maðurinn er hissa að sjá hinn manninn opna hurðina.
3. Maðurinn lítur við, þar sem honum finnst hann kannast við hinn manninn.
4. Maðurinn lítur hissa til baka þar sem hinn maðurinn kom með dónalega athugasemd.



1



2



3

1. Mennirnir eiga í samskiptum með hugsanaflutningi.
2. Maðurinn er hissa að sjá hinn manninn opna hurðina.
3. Maðurinn lítur við, þar sem honum finnst hann kannast við hinn manninn.
4. Maðurinn lítur hissa til baka þar sem hinn maðurinn kom með dónalega athugasemd.



Hversu líklegur finnst þér hver valkostur?



3

1. Mennirnir eru að æfa bindingar fyrir nautgripasýningu.
2. Kúrekinn vill kaupa snöru.
3. Kúrekinn notaði reipi úr búðinni til að binda afgreiðslumanninn og ræna peningunum.
4. Maðurinn vill kaupa nýjan hatt.



Breyttist skoðun þín við að sjá nýja mynd?



2



3

1. Mennirnir eru að æfa bindingar fyrir nautgripasýningu.
2. Kúrekinn vill kaupa snöru.
3. Kúrekinn notaði reipi úr búðinni til að binda afgreiðslumanninn og ræna peningunum.
4. Maðurinn vill kaupa nýjan hatt.



Endurmetið líkurnar!



1



2



3

1. Mennirnir eru að æfa bindingar fyrir nautgripasýningu.
2. Kúrekinn vill kaupa snöru.
3. Kúrekinn notaði reipi úr búðinni til að binda afgreiðslumanninn og ræna peningunum.
4. Maðurinn vill kaupa nýjan hatt.



1



2



3

1. Mennirnir eru að æfa bindingar fyrir nautgripasýningu.
2. Kúrekinn vill kaupa snöru.
3. Kúrekinn notaði reipi úr búðinni til að binda afgreiðslumanninn og ræna peningunum.
4. Maðurinn vill kaupa nýjan hatt.



Hversu líklegur finnst þér hver valkostur?



3

1. Lögregluhundar eru að reyna koma í veg fyrir þjófnað á báti.
2. Stelpan datt út í vatnið af því að hundarnir voru að elta kött.
3. Stelpan reynir að bjarga kettinum frá því að fljóta í burtu.
4. Stelpan hoppaði út í vatnið til að flýja hundana.



Breyttist skoðun þín við að sjá nýja mynd?



2



3

1. Lögregluhundar eru að reyna koma í veg fyrir þjófnað á báti.
2. Stelpan datt út í vatnið af því að hundarnir voru að elta kött.
3. Stelpan reynir að bjarga kettinum frá því að fljóta í burtu.
4. Stelpan hoppaði út í vatnið til að flýja hundana.



Endurmetið líkurnar!



1



2



3

1. Lögregluhundar eru að reyna koma í veg fyrir þjófnað á báti.
2. Stelpan datt út í vatnið af því að hundarnir voru að elta kött.
3. Stelpan reynir að bjarga kettinum frá því að fljóta í burtu.
4. Stelpan hoppaði út í vatnið til að flýja hundana.



1



2



3

1. Lögregluhundar eru að reyna koma í veg fyrir þjófnað á báti.
2. Stelpan datt út í vatnið af því að hundarnir voru að elta kött.
3. Stelpan reynir að bjarga kettinum frá því að fljóta í burtu.
4. Stelpan hoppaði út í vatnið til að flýja hundana.



Hversu líklegur finnst þér hver valkostur?



3

1. Strákurinn bjargaði manninum frá því að vera rændur.
2. Strákurinn hjálpar manninum sem er drukkinn.
3. Strákurinn rak óvart borð í manninn.
4. Tveir gamlir vinir hittast út á götu.



Breyttist skoðun þín við að sjá nýja mynd?



2



3

1. Strákurinn bjargaði manningnum frá því að vera rændur.
2. Strákurinn hjálpar manningnum sem er drukkinn.
3. Strákurinn rak óvart borð í manninginn.
4. Tveir gamlir vinir hittast út á götu.



Endurmetið líkurnar!



1



2



3

1. Strákurinn bjargaði manningnum frá því að vera rændur.
2. Strákurinn hjálpar manningnum sem er drukkinn.
3. Strákurinn rak óvart borð í manninginn.
4. Tveir gamlir vinir hittast út á götu.



1



2



3

1. Strákurinn bjargaði manningnum frá því að vera rændur.
2. Strákurinn hjálpar manningnum sem er drukkinn.
3. Strákurinn rak óvart borð í manningnum.
4. Tveir gamlir vinir hittast út á götu.



Hversu líklegur finnst þér hver valkostur?

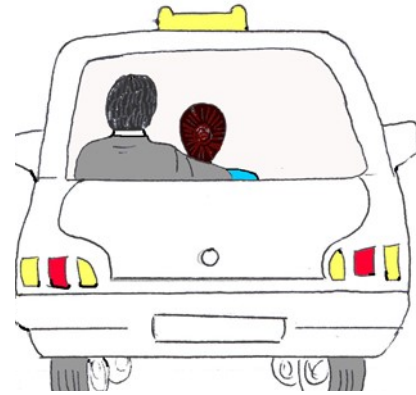


3

1. Maðurinn er á stefnumóti í bílabíói.
2. Maðurinn í bílnum er með hjákonu sinni og vonast til að enginn sjái þau.
3. Maðurinn er að taka gínu með sér í búðina sína.
4. Maðurinn og konan eru að stela bílnum.



Breyttist skoðun þín við að sjá nýja mynd?



2



3

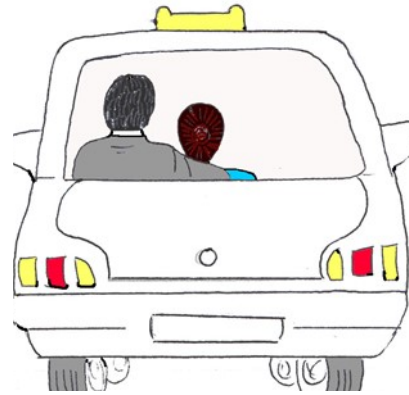
1. Maðurinn er á stefnumóti í bílabíói.
2. Maðurinn í bílnum er með hjákonu sinni og vonast til að enginn sjái þau.
3. Maðurinn er að taka gínu með sér í búðina sína.
4. Maðurinn og konan eru að stela bílnum.



Endurmetið líkurnar!



1



2

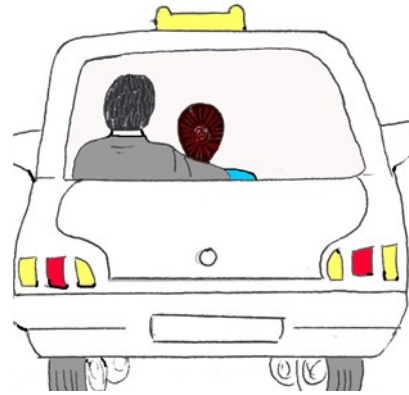


3

1. Maðurinn er á stefnumóti í bílabíói.
2. Maðurinn í bílnum er með hjákonu sinni og vonast til að enginn sjái þau.
3. Maðurinn er að taka gínu með sér í búðina sína.
4. Maðurinn og konan eru að stela bílnum.



1



2



3

1. Maðurinn er á stefnumóti í bílabíói.
2. Maðurinn í bílnum er með hjákonu sinni og vonast til að enginn sjái þau.
3. Maðurinn er að taka gínu með sér í búðina sína.
4. Maðurinn og konan eru að stela bílnum.



Tenging við daglegt líf

Lærdómur:

- Stundum eru hlutir ekki eins og þú býst við. Að taka ákvörðun í flýti getur leitt til rangrar niðurstöðu.



Tenging við daglegt líf

Lærdómur:

- Stundum eru hlutir ekki eins og þú býst við. Að taka ákvörðun í flýti getur leitt til rangrar niðurstöðu.
- Við ættum alltaf að íhuga aðra túlkun/tilgátu og aðlaga skoðanir okkar eftir því.



Tenging við daglegt líf

Lærdómur:

- Stundum eru hlutir ekki eins og þú býst við. Að taka ákvörðun í flýti getur leitt til rangrar niðurstöðu.
- Við ættum alltaf að íhuga aðra túlkun/tilgátu og aðlaga skoðanir okkar eftir því.
- Best er að afla eins mikilla upplýsinga og hægt er áður en við tökum ákvörðun.



Hvernig tengist þetta geðrofi?

Rannsóknir sýna að í geðrofi hefur fólk tilhneigingu til að halda í sína trú og hunsa mótrök. Í sumum tilfellum getur þetta haft slæmar afleiðingar.



Hvernig tengist þetta geðrofi?

Rannsóknir sýna að í geðrofi hefur fólk tilhneigingu til að halda í sína trú og hunsa mótrök. Í sumum tilfellum getur þetta haft slæmar afleiðingar.

Dæmi: Svenni réðst á pabba sinn. Hann var sannfærður um að pabbi hans hefði dáið fyrir löngu og að vélmenni hefði tekið yfir líkama hans. Þrátt fyrir að pabbi hans væri særður og blóðugur eftir árásina, sem er vísbending gegn hans trú, var Svenni enn tortrygginn.

Bakgrunnur: Pabbinn hafði hegðað sér óvenjulega og ekki verið eins almennilegur og vanalega.

En: Fólk breytist með tímanum, kannski átti pabbi hans við einhver vandamál að stríða eða gerði of miklar kröfur til sonar síns. Ættingjar Svenna náðu ekki sannfæra hann um að allt væri eðlilegt hjá pabba hans.



Hvernig tengist þetta geðrofi?

Rannsóknir sýna að í geðrofi hefur fólk tilhneigingu til að halda í sína trú og hunsa mótrök. Í sumum tilfellum getur þetta haft slæmar afleiðingar.

Dæmi: Svenni réðst á pabba sinn. Hann var sannfærður um að pabbi hans hefði dáið fyrir löngu og að vélmenni hefði tekið yfir líkama hans. Þrátt fyrir að pabbi hans væri særður og blóðugur eftir árásina, sem er vísbending gegn hans trú, var Svenni enn tortrygginn.

Bakgrunnur: Pabbinn hafði hegðað sér óvenjulega og ekki verið eins almennilegur og vanalega.

En: Fólk breytist með tímanum, kannski átti pabbi hans við einhver vandamál að stríða eða gerði of miklar kröfur til sonar síns. Ættingjar Svenna náðu ekki sannfæra hann um að allt væri eðlilegt hjá pabba hans.

Það er erfitt að sýna yfirvegun þegar maður upplifir sig í hættu! Farðu því varlega í að taka ákvarðanir og biddu fólk sem þú treystir um ráð!



Takk fyrir tímann!

fyrir meðferðaraðila:

Vinsamlegast afhentu vinnublöð. Kynntu app okkar COGITO (sækja án endurgjalds).



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
Jule Berlin	flickr	Sunset at the end of the world	CC	Sunset/Sonnenuntergang
fmc.nikon.d40	flickr	Flower	CC	Yellow blossom/Gelbe Blüte
Aussiegall	flickr	Pentas Flowers	CC	Pink flowers/Pinkfarbene Blumen
Swami Stream	flickr	Mumbai Flowers	CC	Yellow and pink gerbara/Gelbe und pinkfarbene Gerbera
e3000	flickr	I wanna be your dog	CC	Pug/Mops
moore fun	flickr	Jellyfish	CC	Jelly fish/Qualle
Wesley Oostvogels	Flickr	High Key Baby Portrait	CC	Baby/Baby
Benny-Kristin Fischer	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Various picture sequences fire, chef, charity gala, criminal, boy, door, cowboy’s robbery, dogs, table, taxi, some motives are adapted from the Wechsler Intelligence Scale/Verschiedene Bildersequenzen Feuer, Koch, Wohltätigkeitsgala, Verbrecher, Junge, Tür, Überfall des Cowboys, Hunde, Tisch, Taxi, einige Motive sind angelehnt an Aufgaben des Wechsler Intelligenztests
Janne Hottenrott	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Picrture sequence parking space is adapted from the Wechsler Intelligence Scale/Bildersequenz Parkplatz, Motiv ist angelehnt an Aufgaben des Wechsler Intelligenztests