



Hugræn Innsæisþjálfun (HI)

# HI 1 A – Eignun - Að kenna um og eigna heiður

© Moritz, Woodward & Viðarsdóttir (12|22)

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

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





# Eignun: Að kenna öðrum um og að eigna sér heiður

Eignun = að álykta um orsakir atburða (t.d. að kenna öðrum um mistök eða eigna sér heiður)



# Eignun: Að kenna öðrum um og að eigna sér heiður

Eignun = að álykta um orsakir atburða (t.d. að kenna öðrum um mistök eða eigna sér heiður)

Okkur yfirsést oft að sami atburðurinn getur haft ólíkar skýringar



# Eignun: Að kenna öðrum um og að eigna sér heiður

Eignun = að álykta um orsakir atburða (t.d. að kenna öðrum um mistök eða eigna sér heiður)

Okkur yfirsést oft að sami atburðurinn getur haft ólíkar skýringar

Hverjar gætu skýringarnar verið?

Þú planar að hitta vin þinn en hann mætir ekki



# Skýringar

Af hverju mætti vinur þinn ekki?

Mögulegar skýringar...

???



# Skýringar

Af hverju mætti vinur þinn ekki?

Mögulegar skýringar...

- Þú er ekki nógu mikilvægur í hans augum. Hann hefði aldrei gert þetta við aðra en þig.
- Hann er gleyminn – hann gleymdi sér.
- Bíllinn hans bilaði.



# Skýringar

Af hverju mætti vinur þinn ekki?

Mögulegar skýringar...

...Ég                      Ég er ekki nógu mikilvægur

...Aðrir                      Hann er gleyminn – hann gleymdi sér

...Aðstæður/tilviljun      Bílinn hans bilaði



# Að kenna öðrum um og að eigna sér heiðurinn

Líkt og dæmið sýnir, geta atburðir haft margar mismunandi skýringar.

Í flestum tilfellum er margt að hafa áhrif á aðstæður.

Þrátt fyrir það kjósa margir að sjá einungis eina hlið málsins (t.d. kenna öðrum um frekar en sjálfum sér eða öfugt).





# Þú ert útskrifaður af sjúkrahúsinu án þess að líða betur

Skýringar...

...Ég

...Aðrir

...Aðstæður eða tilviljun





# Þú ert útskrifaður af sjúkrahúsinu án þess að líða betur

## Skýringar...

### ... ég:

*(getur verið breytt að vissu leyti)*

- Ég var ekki nógu áhugasöm/-samur til þess að gera breytingar
- Ég hafði ekki trú á batanum *(erfiðara að breyta)*
- Ég er ólæknandi
- Ég er með slæm gen

### ... aðrir:

- Læknunum var alveg sama um mig.

### ... aðstæður eða tilviljun:

- Kannski hefði ég náð meiri bata ef ég hefði ekki þurft að deila herbergi með 6 öðrum þjónustuþegum.
- Ef spítalinn væri með betri aðbúnað hefði ég náð bata.
- Stundum tekur bataferlið lengri tíma.





# Þú ert útskrifaður af sjúkrahúsinu án þess að líða betur

## Skýringar...

### ... ég:

(getur verið breytt að vissu leyti)

- Ég var ekki nógu áhugasöm/-samur til þess að gera breytingar
- Ég hafði ekki trú á batanum (*erfiðara að breyta*)
- Ég er ólæknandi
- Ég er með slæm gen

### ... aðrir:

- Læknunum var alveg sama um mig.

### ... aðstæður eða tilviljun:

- Kannski hefði ég náð meiri bata ef ég hefði ekki þurft að deila herbergi með 6 öðrum þjónustuþegum.
- Ef spítalinn væri með betri aðbúnað hefði ég náð bata.
- Stundum tekur bataferlið lengri tíma.

**Varúð: einhliða skýringar!**





# Þú ert útskrifaður af sjúkrahúsinu án þess að líða betur

Komið nú með nokkrar mögulegar skýringar (t.d. ég, aðrir, aðstæður/tilviljun)

???

???

???





# Þú ert útskrifaður af sjúkrahúsinu án þess að líða betur

Komið nú með nokkrar mögulegar skýringar (t.d. ég, aðrir, aðstæður/tilviljun)

- “Læknarnir höfðu ekki mikinn tíma en ég hefði getað beðið um meiri stuðning auk þess sem ég hefði mátt vera duglegri að mæta í hóptíma. Það gæti verið ástæðan hvers vegna innlögnin var ekki jafn árangursrík og hún hefði getað orðið.”
- “Kannski mætti ég vera þolinmóðari varðandi bataferlið. Ég er fullviss um að í framtíðinni mun ég geta fengið aðstoð frá hæfu starfsfólki.”





# Áhrif eignunarstíla á neikvæða atburði!



Ef þú hefur spilað betur þá hefur hitt liðið ekki skorað mark.



**Eignun: Ég**

(t.d. þetta var mér að kenna. Ég þarf að biðja stuðningsmennina afsökunar!)

Gallar: ???

Kostir: ???

**Eignun: Aðrir/aðstæður**

(t.d. en hvar var markmaðurinn? Það getur allt gerst í fótboltaleik)

Gallar: ???

Kostir: ???



# Áhrif eignunarstíla á neikvæða atburði!



Ef þú hefur spilað betur þá hefur hitt liðið ekki skorað mark.



## Eignun: Ég

(t.d. þetta var mér að kenna. Ég þarf að biðja stuðningsmennina afsökunar!)

**Gallar:** Dregur úr sjálfsmati

**Kostir:** Góður eiginleiki að axla ábyrgð (góður liðsmaður)

## Eignun: Aðrir/aðstæður

(t.d. en hvar var markmaðurinn? Það getur allt gerst í fótboltaleik)

**Gallar:** ???

**Kostir:** ???



# Áhrif eignunarstíla á neikvæða atburði!



Ef þú hefðir spilað betur þá hefði hitt liðið ekki skorað mark.



## Eignun: Ég

(t.d. þetta var mér að kenna. Ég þarf að biðja stuðningsmennina afsökunar!)

**Gallar:** Dregur úr sjálfsmati

**Kostir:** Góður eiginleiki að axla ábyrgð (góður liðsmaður)

## Eignun: Aðrir/aðstæður

(t.d. en hvar var markmaðurinn? Það getur allt gerst í fótboltaleik)

**Gallar:** Það er ekki vel liðið að koma ábyrgðinni yfir á aðra

**Kostir:** Sjálfsmati er ekki ógnað





# Áhrif eignunarstíla á neikvæða atburði!



Ef þú hefðir spilað betur þá hefði hitt liðið ekki skorað mark.



Svar sem inniheldur fleiri skýringar en eina (t.d. að kenna sjálfum sér um, öðrum og aðstæðunum):

???

???

???



# Áhrif eignunarstíla á neikvæða atburði!



Ef þú hefðir spilað betur þá hefði hitt liðið ekki skorað mark.



Svar sem inniheldur fleiri skýringar en eina (t.d. að kenna sjálfum sér um, öðrum og aðstæðunum):

“Frammistaða mín í leiknum var ekki góð en hún verður vonandi betri í næstu leikjum. Þrátt fyrir það átti ég þátt í því að stöðva nokkur hættuleg færi hjá andstæðingnum.”

“Þetta var ekki okkar dagur, bæði ég og liðið getum spilað betur og vonandi mun það skila okkur betri árangri.”



# Áhrif eignunarstíla á jákvæða atburði!



Til hamingju með að hafa unnið til verðlauna. Hvernig fórstu að þessu?

**Eignun: Ég**

(t.d. eins og þú sagðir áðan þá er ég einstaklega hæfileikaríkur)

Gallar: ???

Kostir: ???

**Eignun: Aðrir/aðstæður**

(t.d. þetta er allt foreldrum mínum og leiðbeinendum að þakka)

Gallar: ???

Kostir: ???



# Áhrif eignunarstíla á jákvæða atburði!



Til hamingju með að hafa unnið til verðlauna. Hvernig fórstu að þessu?

## Eignun: Ég

(t.d. eins og þú sagðir áðan þá er ég einstaklega hæfileikaríkur)

**Gallar:** Að hrósa sér virkar hrokafullt á aðra

**Kostir:** Eykur sjálfstraust

## Eignun: Aðrir/aðstæður

(t.d. þetta er allt foreldrum mínum og leiðbeinendum að þakka)

**Gallar:** ???

**Kostir:** ???



# Áhrif eignunarstíla á jákvæða atburði!



Til hamingju með að hafa unnið til verðlauna. Hvernig fórstu að þessu?

## Eignun: Ég

(t.d. eins og þú sagðir áðan þá er ég einstaklega hæfileikarík)

**Gallar:** Að hrósa sér virkar hrokafullt á aðra

**Kostir:** Eykur sjálfstraust

## Eignun: Aðrir/aðstæður

(t.d. þetta er allt foreldrum mínum og leiðbeinendum að þakka)

**Gallar:** Að gera lítið úr eigin afrekum dregur úr sjálfstrausti

**Kostir:** Þú ert talin/-n vera hógvær og góður liðsfélagi



# Áhrif eignunarstíla á jákvæða atburði!



Til hamingju með að hafa unnið til verðlauna. Hvernig fórstu að þessu?

Svar sem tekur fleiri sjónarmið til greina (t.d. að kenna sjálfum sér um, öðrum og aðstæðunum. Bjóða uppá fleiri skýringar):

???

???

???



# Áhrif eignunarstíla á jákvæða atburði!



Til hamingju með að hafa unnið til verðlauna. Hvernig fórstu að þessu?

Svar sem tekur fleiri sjónarmið til greina (t.d. að kenna sjálfum sér um, öðrum og aðstæðunum. Þjóða uppá fleiri skýringar):

“Ég er mjög stoltur en ég vil einnig þakka foreldrum mínum og þjálfurum. Eins og Thomas Alva Edison sagði einu sinni: ”Snilligáfa er 1% innplástur og 99% blóð, sviti og tár.“



# Af hverju erum við að þessu?

Rannsóknir sýna að **þunglynt** fólk hefur tilhneigingu:

- Til að kenna sjálfum sér um mistök.
- Til að eigna öðrum eða aðstæðum heiðurinn þegar vel gengur.

Þetta getur ýtt undir lágt sjálfsmat!





## Af hverju erum við að þessu?

Rannsóknir sýna að fólk með **geðrofseinkenni** hefur tilhneigingu:

- Til að kenna öðrum um mistök eða neikvæða atburði.
- Til að finnast þau ekki hafa neina stjórn á aðstæðum og atburðum.

Fyrri eignunarstíllinn getur sérstaklega leitt til samskiptarvanda!



## Hvernig geðrof getur leitt til rangtúlkunnar - dæmi

Atburður	Útskýringar í geðrofi	Aðrar skýringar
Fólk hlær á meðan þú ert að tala	Fólki er alveg sama hvað ég er að segja, þau gera bara grín að mér	Algjör tilviljun – einhver annar hefur sagt eitthvað grín á sama tíma; fólk finnst svarti húmorinn þinn fyndinn.
Þú hefur fitnað	Læknafrávitinn skrifaði upp á ódýr og léleg lyf	Aukaverkanir af lyfjum er möguleiki, en einnig gæti þetta stafað af hreyfingarleysi og slæmu matarræði
Það er sprungið dekk á hjólinu þínu.	Það eru skemmdarvargar á ferð. Það er einhver að gera mér þetta viljandi	Þú hefur ekki pumpað í dekkið í langan tíma. Nagli hefur sprengt dekkið

Getur einhver deilt eigin reynslu?



# Eignunarstíll

## Markmið tímans:

- Íhugið vel margar ólíkar skýringar á atburðum
- Ekki flýta ykkur að ákveða að ein skýring sé rétt
- Ræðið hvaða afleiðingar eignunarstílar geta haft

Við ættum að reyna að vera eins raunsæ og við mögulega getum í okkar daglega lífi:

Við ættum hvorki að kenna öðrum né okkur sjálfum alltaf um þegar þegar við gerum mistök eða illa gengur.



# Verzlunarmaðurinn endurgreiðir vöruna að fullu

Af hverju endurgreiðir verslunarmaðurinn vöruna að fullu?

Hver gæti verið helsta skýringin?

Ég?

Aðrir?

Aðstæður eða tilviljun?





# Þegar þú kemur inn í herbergi hætta allir að tala

Hvaða skýringar gætu verið fyrir því að fólk hætti að tala þegar þú komst inn í herbergið?

Hver gæti verið helsta skýringin?

Ég?

Aðrir?

Aðstæður eða tilviljun?





# Einhver segir að þú lítir ekki vel út

Hvað fékk manneskjuna til að segja þetta?

Hver gæti verið helsta skýringin?

Ég?

Aðrir?

Aðstæður eða tilviljun?





# Þú fellur á prófi

Hvers vegna féllstu á prófinu?

Hver gæti verið helsta skýringin?

Ég?

Aðrir?

Aðstæður eða tilviljun?





# Komið með ykkar eigin dæmi!

Hverjar gætu skýringarnar verið?

Ég?

Aðrir?

Aðstæður eða tilviljun?







# Innri rödd segir þér að þú sért ekki nógu góð/-ur



## Skýringar...

...ég

...aðrir

...aðstæður/tilviljun



# Innri rödd segir þér að þú sért ekki nógu góð/-ur



## Skýringar...

### ... Ég:

- Því miður er ég er stöðugt að kenna sjálfri/-um mér um allt. Þetta virðist vera eitthvað dulið sjálfshatur.
- Ég er að verða geðveikur.
- Það er *eins og* einhver annar sé að segja þetta við mig en ég veit að þetta eru mínar eigin hugsanir.

### ... Aðrir:

- Það er búið að ígræða einhverju í heilann á mér.
- Ég skil ekki hvernig þetta hefur gerst, en einhver annar hefur tekið stjórn á hugsunum mínum.

### ... Aðstæður/tilviljun:

- Ég er búinn að vera stressaður upp á síðkastið. Þess vegna upplifi ég allt mun sterkar, líka hugsanir mínar.
- Ég er með suð í eyrunum eftir að hafa hlustað á háa tónlist.



# Innri rödd segir þér að þú sért ekki nógu góð/-ur



Geðrof: innri röddin er eignuð öðru fólki eða einhverju yfirnáttúrulegu

- “Það er búið að planta einhverju í heilann á mér.”
- “Ég skil ekki hvernig, en einhver annar hefur tekið stjórn á hugsunum mínum.”



# Að heyra raddir

## Eigin hugsanir eða raddir annarra?

### Rök með og á móti



Af hverju heldurðu að raddirnar komi að utan?	Gætu aðrar skýringar verið mögulegar?
Ég heyri það greinilega. Svo eru hugsanir mínar alltaf hljóðlátar	???
Ég hef ekki stjórn á þessum hugsunum. Þegar ég reyni að láta þær hætta verða þær bara verri, sem segir mér að einhver er virkilega að reyna láta mér líða illa	???
Ég myndi aldrei hugsa neitt svona ljótt. Ég gæti aldrei meitt neinn. Samt fæ ég stöðugt ofbeldisfullar hugsanir	???



# Að heyra raddir

## Eigin hugsanir eða raddir annarra?

### Rök með og á móti



Af hverju heldurðu að raddirnar komi að utan?	Gætu aðrar skýringar verið mögulegar?
Ég heyri það greinilega. Svo eru hugsanir mínar alltaf hljóðlátar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Um það bil 15-20% af fólki almennt heyrir slíkar raddir af og til.</li> <li>• Ákafar hugsanir koma fram nánast eins og maður heyrir þær (t.d. eins og grípandi lag, bakþankar, þegar þú lest e-mail frá vini og heyrir rödd hans á meðan).</li> </ul>
Ég hef ekki stjórn á þessum hugsunum. Þegar ég reyni að láta þær hætta verða þær bara verri, sem segir mér að einhver er virkilega að reyna láta mér líða illa	???
Ég myndi aldrei hugsa neitt svona ljótt. Ég gæti aldrei meitt neinn. Samt fæ ég stöðugt ofbeldisfullar hugsanir	???



# Að heyra raddir

## Eigin hugsanir eða raddir annarra?

### Rök með og á móti



Af hverju heldurðu að raddirnar komi að utan?	Gætu aðrar skýringar verið mögulegar?
Ég heyri það greinilega. Svo eru hugsanir mínar alltaf hljóðlátar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Um það bil 15-20% af fólki almennt heyrir slíkar raddir af og til.</li> <li>• Ákafar hugsanir koma fram nánast eins og maður heyrir þær (t.d. eins og grípandi lag, bakþankar, þegar þú lest e-mail frá vini og heyrir rödd hans á meðan).</li> </ul>
Ég hef ekki stjórn á þessum hugsunum. Þegar ég reyni að láta þær hætta verða þær bara verri, sem segir mér að einhver er virkilega að reyna láta mér líða illa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Það er ekki hægt að hafa fullkomna stjórn á hugsunum okkar – annars myndum við aldrei upplifa skyndilegan innblástur, hugdettu eða bakþanka.</li> <li>• Ef við reynum að stöðva þessar hugsanir verða þær sjálfkrafa sterkari. → Tilraun: Reyndu að hugsa ekki um tölustafinn 8... þér mun ekki takast það. Þú munt hugsa um það meira en áður.</li> </ul>
Ég myndi aldrei hugsa neitt svona ljótt. Ég gæti aldrei meitt neinn. Samt fæ ég stöðugt ofbeldisfullar hugsanir	???



# Að heyra raddir

## Eigin hugsanir eða raddir annarra?

### Rök með og á móti



Af hverju heldurðu að raddirnar komi að utan?	Gætu aðrar skýringar verið mögulegar?
Ég heyri það greinilega. Svo eru hugsanir mínar alltaf hljóðlátar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Um það bil 15-20% af fólki almennt heyrir slíkar raddir af og til.</li> <li>• Ákafar hugsanir koma fram nánast eins og maður heyrir þær (t.d. eins og grípandi lag, bakþankar, þegar þú lest e-mail frá vini og heyrir rödd hans á meðan).</li> </ul>
Ég hef ekki stjórn á þessum hugsunum. Þegar ég reyni að láta þær hætta verða þær bara verri, sem segir mér að einhver er virkilega að reyna láta mér líða illa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Það er ekki hægt að hafa fullkomna stjórn á hugsunum okkar – annars myndum við aldrei upplifa skyndilegan innblástur, hugdettu eða bakþanka.</li> <li>• Ef við reynum að stöðva þessar hugsanir verða þær sjálfkrafa sterkari. → Tilraun: Reyndu að hugsa ekki um tölustafinn 8... þér mun ekki takast það. Þú munt hugsa um það meira en áður.</li> </ul>
Ég myndi aldrei hugsa neitt svona ljótt. Ég gæti aldrei meitt neinn. Samt fæ ég stöðugt ofbeldisfullar hugsanir	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Við fáum oft hugsanir sem stangast á við það hvernig við hugsum alla jafna. Að hugsa er ekki það sama og að gera. Um 20% af fólki almennt fær sjálfsvígshugsanir en gerir þó ekkert í þeim. Stundum fáum við jafnvel ofbeldisfullar hugsanir í tengslum við fólk sem okkur þykir vænt um (t.d. móðir út í grátandi barn).</li> </ul>



# Að heyra raddir

Eigin hugsanir eða raddir annarra?

Rök með og á móti



Sú skýring að skrytnum hugsunum sé á einhvern hátt stjórnað af öðrum vekur upp fleiri spurningar en svör, t.d.:

- Er það tæknilega mögulegt?
- Hvar og hvenær átti ígræðsla sér stað?
- Hver ætti að hafa áhuga á að valda þér skaða? Hver hefur tíma eða peninga til að standa í því?
- Það eru til mun einfaldari leiðir til að valda fólki skaða. Af hverju ætti svona flókin (og jafnvel ómögulega) aðferð að verða fyrir valinu?





# Vinur þinn býður þér í mat

Hvers vegna bauð vinur þinn þér í mat?

Hver gæti verið helsta skýringin?

Ég?

Aðrir?

Aðstæður eða tilviljun?





# Lögreglumaður stöðvar bílinn þinn

Hvers vegna stöðvaði lögreglumaðurinn bílinn þinn?

Hver gæti verið helsta skýringin?

Ég?

Aðrir?

Aðstæður eða tilviljun?





# Þú vinnur í leik

Hvers vegna vannstu?

Hver gæti verið helsta skýringin?

Ég?

Aðrir?

Aðstæður eða tilviljun?





# Þú tekur eftir rispu á bílnum þínum

Hvað gæti hafa orsakað þessa rispu?

Hver gæti verið helsta skýringin?

Ég?

Aðrir?

Aðstæður eða tilviljun?





# Læknirinn segir að þú sért með háan blóðþrýsting

Hvers vegna ertu með of háan blóðþrýsting?

Hver gæti verið helsta skýringin?

Ég?

Aðrir?

Aðstæður eða tilviljun?





# Vinur þinn vill ekki hjálpa þér með vinnuna þína

Hvers vegna vill vinur þinn ekki hjálpa þér?

Hver gæti verið helsta skýringin?

Ég?

Aðrir?

Aðstæður eða tilviljun?





# Vinur þinn gefur þér óvænt gjöf

Hvers vegna gaf vinur þinn þér gjöf?

Hver gæti verið helsta skýringin?

Ég?

Aðrir?

Aðstæður eða tilviljun?





# Vinur þinn segir að þú sért heimskur.

Hvers vegna segir vinur þinn þetta?

Hver gæti verið helsta skýringin?

Ég?

Aðrir?

Aðstæður eða tilviljun?







# Barn nágranna þíns byrjar að gráta þegar þú tekur það upp.

Hvers vegna grætur barnið?

Hver gæti verið helsta skýringin?

Ég?

Aðrir?

Aðstæður eða tilviljun?





# Vinur þinn segir að hann beri ekki virðingu fyrir þér.

Hvers vegna segir hann þetta?

Hver gæti verið helsta skýringin?

Ég?

Aðrir?

Aðstæður eða tilviljun?





# Tenging við daglegt líf

## Lærdómur:

- Að taka til greina allar mögulegar skýringar (s.s. ég, aðrir, aðstæður/tilviljun).



# Tenging við daglegt líf

## Lærdómur:

- Að taka til greina allar mögulegar skýringar (s.s. ég, aðrir, aðstæður/tilviljun).
- Að reyna að vera eins raunsæ og mögulegt er í okkar daglega lífi:  
Það er hvorki sanngjarnt að kenna *alltaf* sjálfum sér um þegar illa gengur, né að kenna *alltaf* öðrum um.



# Tenging við daglegt líf

## Lærdómur:

- Að taka til greina allar mögulegar skýringar (s.s. ég, aðrir, aðstæður/tilviljun).
- Að reyna að vera eins raunsæ og mögulegt er í okkar daglega lífi:  
Það er hvorki sanngjarnt að kenna *alltaf* sjálfum sér um þegar illa gengur, né að kenna *alltaf* öðrum um.
- Yfirleitt eru margar skýringar á atburðum.



## Hvernig tengist þetta geðrofi?

Fólk með geðrofseinkenni hefur tilhneigingu til að útskýra flókna atburði út frá einni skýringu. Stundum er öðru fólki kennt um mistök.

**Dæmi I:** Klara er oft að detta.

**Eignun/hennar trú:** Frændi hennar orsakar þetta með því að senda henni raflost í gegnum rafskaut í höfðinu á henni.

**Aðrar skýringar:** Hún er með sýkingu í eyranu sem veldur jafnvægistruflunum. Einnig er búið að vera mikil rigning síðastliðnar vikur og göturnar því sleipar.



## Hvernig tengist þetta geðrofi?

Stundum ber annað fólk *hluta* af ábyrgðinni, en það verður líka að taka tillit til annarra mikilvægra þátta.

**Dæmi II:** Páll fær bakslag og fer í geðrof!

**Eignun/hans trú:** Bakslaið var orsakað af uppáþrengjandi ósjálfráðum hugsunum úr barnæsku; hann var oft beittur líkamlegu ofbeldi sem barn.

**Aðrar skýringar:** Þetta gæti verið ein möguleg ástæða, en aðrir þættir gætu einnig hafa haft áhrif: Páll hætti að taka lyfin sín. Auk þess lenti hann í rifrildi í vinnunni sem olli því að hann var hræddur um að missa starfið.



# Takk fyrir tímann!

*fyrir meðferðaraðila:*

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



[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
Sabine Sperber	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Shadowchaser/Schattenverfolgung
Benny-Kristin Fischer	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	various motives: soccerplayer, award ceremony/ Motive: Fußballer, Preisverleihung
Ethnocentrics	flickr	Beijing-Trading	CC	Claim (of shoes)/Schuhreklamation
Brett L.	flickr	The quiet room - 1 of 3	CC	When you enter the room everyone turns silent/ Leute verstummen beim Betreten des Raumes
Todd Rieth	flickr	Lipstick	PP	Critical look in the mirror/Kritischer Blick in den Spiegel
avdgaag	flickr	Marking	CC	Failing an exam/Sie fallen durch eine Prüfung
Heidi Wittwer	fotocommunity	schreiende Hand	PP	Screaming hand/Schreiende Hand
Erwyn van der Meer	flickr	Diner at Chateau de Violet	CC	A friend invites you for dinner (plate with food)/ Jemand lädt sie zum Essen ein (Menü)
Kambiz Kamrani	flickr	Bored Traffic Man	CC	A policeman stops a car on the street/Polizist stoppt Auto auf der Landstraße
Jochen Schmidt-Oem	fotocommunity	Zocker	PP	Win in a gamble (dice, clock, money)/ Sie gewinnen im Spiel



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/mkt](http://www.uke.de/mkt). 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
robertrazrblog	flickr	02-07-06_1728	CC	Scratch/Kratzer am Auto
haysophie	flickr	DSCN3940	CC	Taking the blood pressure/Blutdruckmessung
Katrin Ze.	fotocommunity	enttäuscht	PP	A friend refused to help you with your work/Eine Bekannte hat sich geweigert ihnen bei der Arbeit zu helfen
penmachine	flickr	Big Presents	CC	Presents/Geschenke
Simon Pais-Thomas	flickr	Stupid Me	CC	A friend says you are stupid (black/white, portrait of a man)/Jemand findet Sie dumm
valentinapowers	flickr	Cry Baby	CC	Crying baby/Schreiendes Baby
Heidi Wittwer	fotocommunity	He Du! Gewalt ist keine Lösung	CC	Respect (two fists)/Respekt (zwei Fäuste)