



メタ認知トレーニング (MCT)

# MCT 6 A – 共感すること... II

© Moritz & Woodward (4|21)

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

このモジュールでの画像の使用は作者や著作権者によってそれぞれ、快く使用許可を得ています。詳細 (作者、タイトル) についてはこの発表用のスライドの最後を参照してください。





誰かと知り合いになるとき、どこを最初に見ますか？  
正しい評価のためにこれらの手掛かりはどれだけ信頼できますか？





# 誰かと知り合いになるとき、どこを最初に見ますか？ 正しい評価のためにこれらの手掛かりはどれだけ信頼できますか？

ボディ・ランゲージ/  
姿勢？

目？  
手？

言葉？

服？



それとも?...



他にどんな情報源について考えますか?  
それは信頼できますか?





# 他にどんな情報源について考えますか? それは信頼できますか?

- その人についての予備知識(うわさ):例えば、友人の意見
- 類似した人々/集団についての予備知識:  
例えばそのひとがラッパーだったらとか。
- 「第六感」/直感
- 書き込みから:例えば、電子メールやインターネットのチャット






# 特定の社会的な手掛かりの持つ長所と短所

今、人の評価に影響する側面について議論してきたので、これらの社会的な手掛かりの長所と短所について論じてみましょう。




# 人について判断するための以下の特徴について、どんな長所および短所があるか論じてみて下さい。

<p>言葉: 何を言うかとどのように言うか</p> 	<p>重要な手がかり: ???</p>
<p>例:</p> <div data-bbox="129 911 838 1150" style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>パンがなければ...なんでケーキを食べないの?</p> </div> <p>マリー・アントワネット(1755-1793)による; これは貧困層への当てこすり、認識のなさ、天真爛漫なのか?</p>	<p>注意: ???</p>




# 人について判断するための以下の特徴について、どんな長所および短所があるか論じてみてください。

<p>言葉:</p> <p>何を言うかとどのように言うか</p> 	<p>重要な手がかり:</p> <p>内容: 言語は直接のコミュニケーションにとってとても重要である。</p> <p>口調: イントネーション(嫌味な、気取った)、単語の選択(おおげさ、実際的など、)はその人について多くのことを教えてくれる。</p>
<p>例:</p> <div data-bbox="129 911 838 1150" style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p>パンがなければ...なんでケーキを食べないの?</p> </div> <p>マリー・アントワネット(1755-1793)による; これは貧困層への当てこすり、認識のなさ、天真爛漫なのか?</p>	<p>注意:</p> <p>???</p>





# 人について判断するための以下の特徴について、どんな長所および短所があるか論じてみて下さい。

<p>言葉:</p> <p>何を言うかとどのように言うか</p> 	<p>重要な手がかり:</p> <p>内容: 言語は直接のコミュニケーションにとってとても重要である。</p> <p>口調: イントネーション(嫌味な、気取った)、単語の選択(おおげさ、実地的など、)はその人について多くのことを教えてくれる。</p>
<p>例:</p> <div data-bbox="129 911 838 1150" style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p>パンがなければ...なんでケーキを食べないの?</p> </div> <p>マリー・アントワネット(1755-1793)による; これは貧困層への当てこすり、認識のなさ、天真爛漫なのか?</p>	<p>注意:</p> <p>内容: 礼儀についての知識や誤解のために、考えていることと実際に言うことの間には食い違いが生じるのはまれではない。</p> <p>口調: 話している時にほとんど感情を伝えない人がいる—でも本当は感情を持っていることもあり得る(例: 真顔で冗談をいう場合、パーキンソン病の顔面硬直)。</p>



人について判断するための以下の特徴について、どんな長所および短所があるか論じてみて下さい。

その人について持っていた予備知識



重要な手がかり:

???

注意:

???



# 人について判断するための以下の特徴について、どんな長所および短所があるか論じてみて下さい。

その人について持っていた予備知識



重要な手がかり:

- 予備知識は人について判断する時に助けになる。特に前に同じ状況の時にその人にあっていたらなおさらである。

注意:

???



# 人について判断するための以下の特徴について、どんな長所および短所があるか論じてみて下さい。

その人について持っていた予備知識



重要な手がかり:

- 予備知識は人について判断する時に助けになる。特に前に同じ状況の時にその人にあっていればなおさらである。

注意:

- 人のふるまいは状況やその時の気分および偶然によって異なる。どんな状況でも常に完璧に幸せあるいは不幸、もしくは善あるいは悪という人はいない。家族といるときはとても外向的だが、友達といるときはとても内気な人もいるし、その逆の人もある。自分が状況によって如何に違う振る舞いをするかに驚くことさえあるかも知れない。



人について判断するための以下の特徴について、どんな長所および短所があるか論じてみて下さい。

Intuition



犬は人間が怖がっているかどうか感じる能力があるとされている。

重要な手がかり:

???

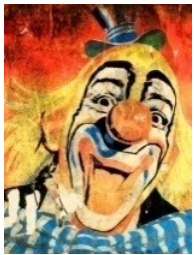
注意:

???

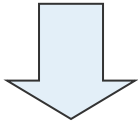


# 人について判断するための以下の特徴について、どんな長所および短所があるか論じてみて下さい。

## 直感



面白い、怖い?  
あなたの気分によります!



恐怖

面白さ



例：ホラー映画  
("It")



サーカスの時の記憶

## 重要な手がかり:

- 直感は経験に基づいた知識として理解されることもある。時に理性より本能が勝ることがあるのです!

## 注意:

???

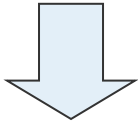


# 人について判断するための以下の特徴について、どんな長所および短所があるか論じてみて下さい。

## 直感



面白い、怖い?  
あなたの気分によります!



恐怖

面白さ



例：ホラー映画  
("It")



サーカスの時の記憶

## 重要な手がかり:

- 直感は経験に基づいた知識として理解されることもある。時に理性より本能が勝ることがあるのです!

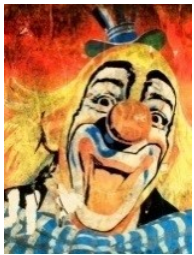
## 注意:

- 我々の現在の情緒は知覚や思考の影響を受けている時がある。  
例:
  - 怒り**: 誤解されているあるいは信用されていないと感じる傾向
  - 抑うつ**: 全てのものが実際より「暗く」みえる

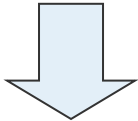


# 人について判断するための以下の特徴について、どんな長所および短所があるか論じてみて下さい。

## 直感



面白い、怖い?  
あなたの気分によります!



恐怖

面白さ



例：ホラー映画  
("It")



サーカスの時の記憶

## 重要な手がかり:

- 直感は経験に基づいた知識として理解されることもある。時に理性より本能が勝ることがあります!

## 注意:

- 我々の現在の情緒は知覚や思考の影響を受けている時がある。  
例:
  - 怒り**: 誤解されているあるいは信用されていないと感じる傾向
  - 抑うつ**: 全てのものが実際より「暗く」みえる
- 我々は本能に耳を傾けるべきであるが、盲目的に信用してもいけない。





## 見かけと現実!

... これまで論じてきた側面 (例えば言葉) のどれについても、完全に単独で信じることのできるものはない!

全ての側面について考えねばならない!

組み合わせることで、複雑な状況について判断するのに役立つ...



# なぜ我々はこんなことをするのだろうか？

精神的健康に問題を持つ多くの (全てではない!)人々 (特に精神病) は以下の領域における問題を持つことが研究で示されている:

- 他者の顔の表情を見抜いたり評価したりすることの困難(例：喜びや悲哀)



# なぜ我々はこんなことをするのだろうか？

精神的健康に問題を持つ多くの (全てではない!)人々 (特に精神病) は以下の領域における問題を持つことが研究で示されている:

- 他者の顔の表情を見抜いたり評価したりすることの困難(例：喜びや悲哀)
- 現在進行中の行動から他者の動機や将来の行動を推測することの困難



# 精神病発症中の共感性の欠如がどのように誤解を促進するか - 実例

出来事	精神病発症中の説明	別の説明
バスに乗っている人があなたを長時間見ている。	ついあなたに迫害を加える者があらわれた。	あなたの人目につく行動のために(例：サングラスをかける)、注目されているのです。
上司があなたのミスを批判している。	もうすぐクビになるということを確認する。	上司は少々オーバーに反応してしまっているが、クビにしようなどとは考えてないでしょう—彼は大抵少し不機嫌です。
友達が、学校での低い成績の影響についての新聞記事を読んでいる。	彼はあなたが子供時代に悪い成績をとっていたことをほのめかしている。	全くの偶然の一致—友達はそのニュースに興味があっただけで、あなたの学校での問題のことなど知らない。

どなたか、このような経験をした人はいませんか?



## 問題

- 以下に、マンガが示される。
- 話の登場人物がお互いについて何を考えているかを話し合ってみてください。



## 問題

- 以下に、マンガが示される。
- 話の登場人物がお互いについて何を考えているかを話し合ってみてください。

## 重要

- あなたにとって利用できる情報と、登場人物がお互いについて持っている情報との間を区別しなければならないことに注意してください!



## 問題

- 以下に、マンガが示される。
- 話の登場人物がお互いについて何を考えているかを話し合ってみてください。

## 重要

- あなたにとって利用できる情報と、登場人物がお互いについて持っている情報との間を区別しなければならないことに注意してください!
- はっきりとした答えのために必要とされるのはどんな情報でしょうか?



この女の子は次のおばあさんの誕生日のプレゼントを何にすると  
 思いますか?

おばあさんは喜ぶでしょうか?





# おばあさんの誕生日

この女の子は来年おばあさんのプレゼントを何にするのでしょうか？



**可能性ありそう:** おばあさんは今回喜んでいたのでキャラメルをまた用意する。

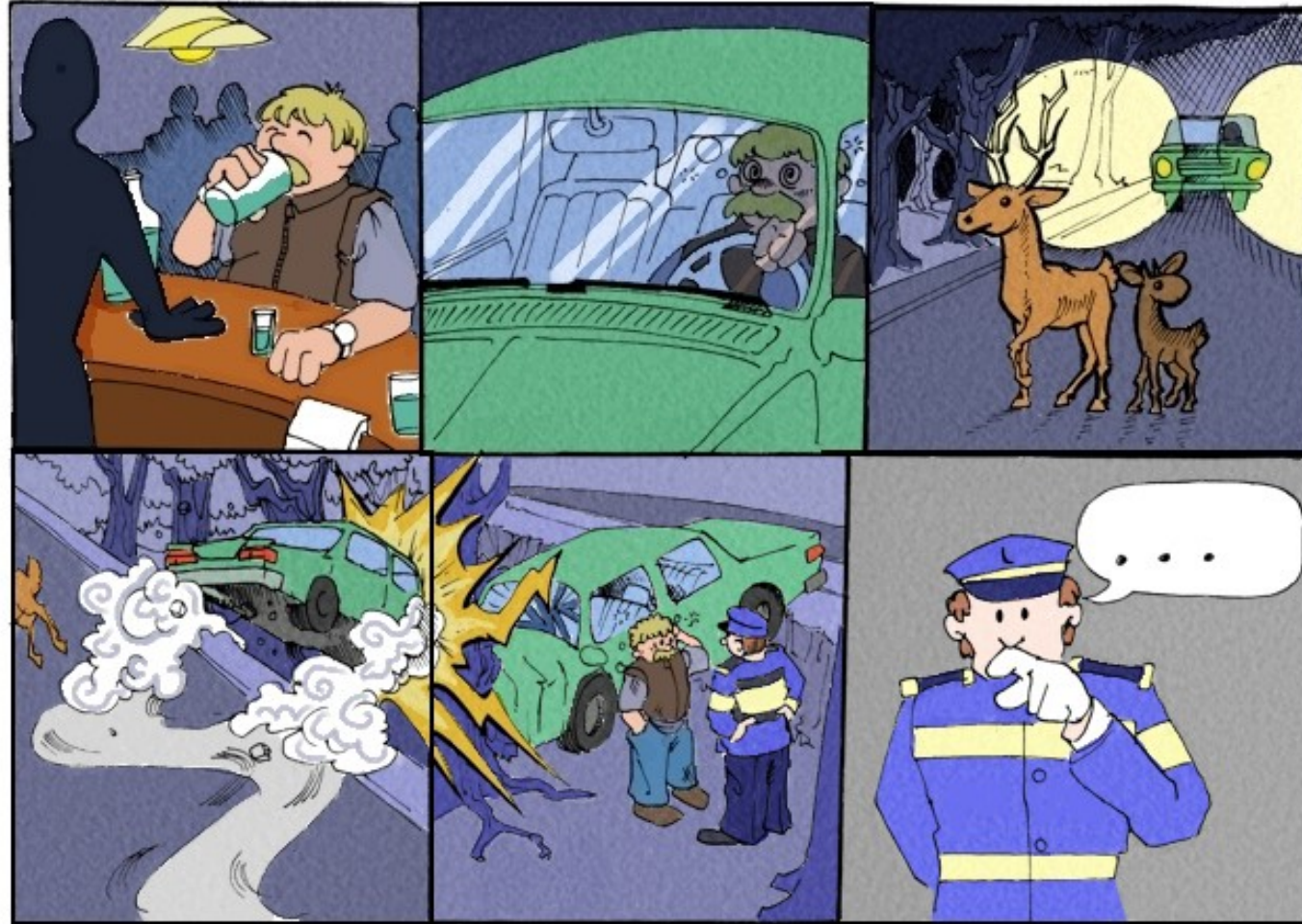
**可能性なさそう:** おばあさんはキャラメルが好きではないことに女の子が気付いて次の誕生日には別の何かを持ってくるでしょう。



# 開始!



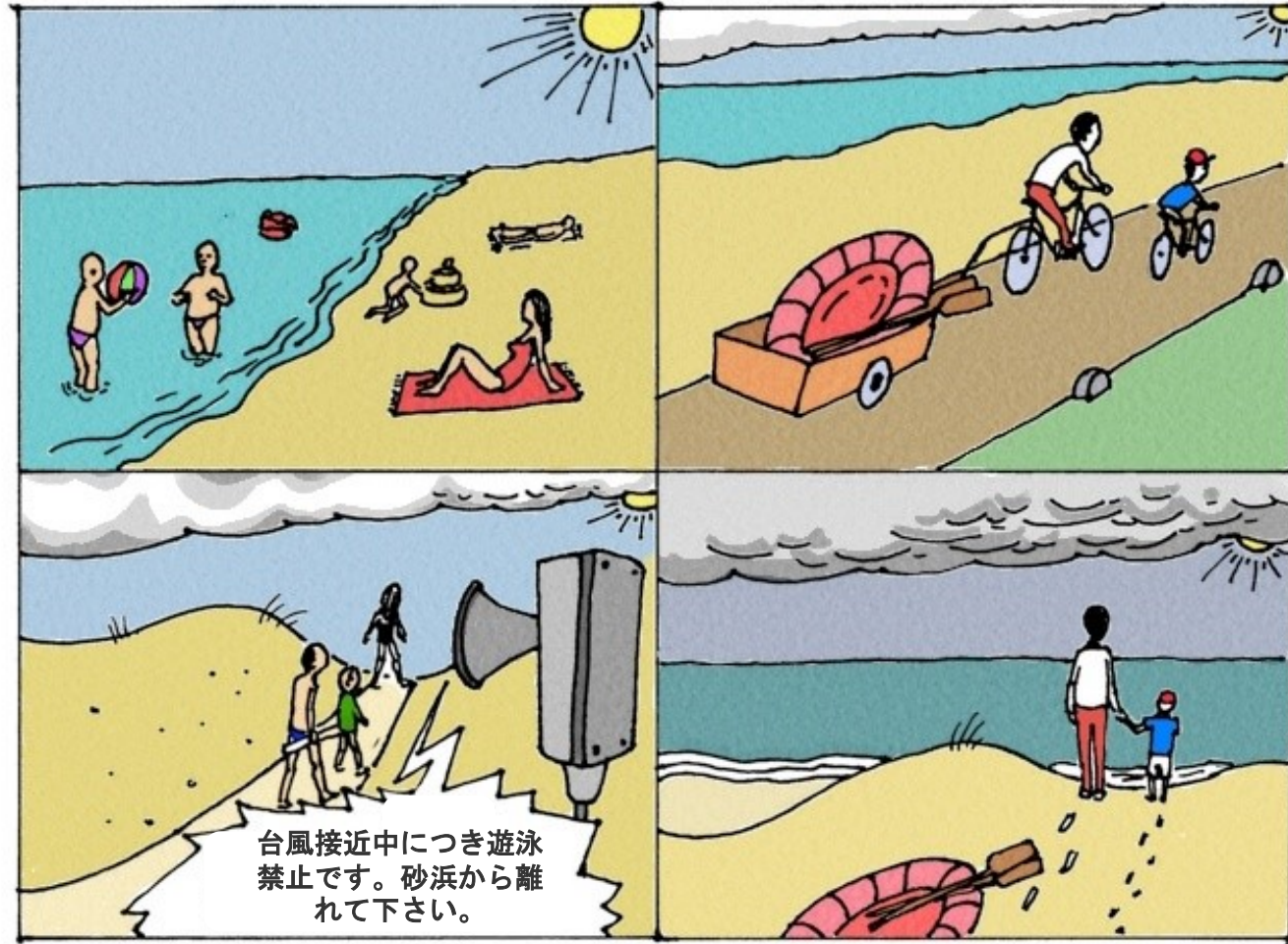
この上司は冷たい人でしょうか? 決定するために別の情報が必要なんではないでしょうか?



この警察官は何を考えているのでしょうか...彼は完全に正確に把握できるのでしょうか、それとも部分的でしょうか?



銀行員はびっくりするでしょうか?



親子はボートで海に出るのでしょうか？



# オプション: ビデオクリップ

オプション: このトピックで扱うビデオクリップは、次のウェブサイトで入手できます:

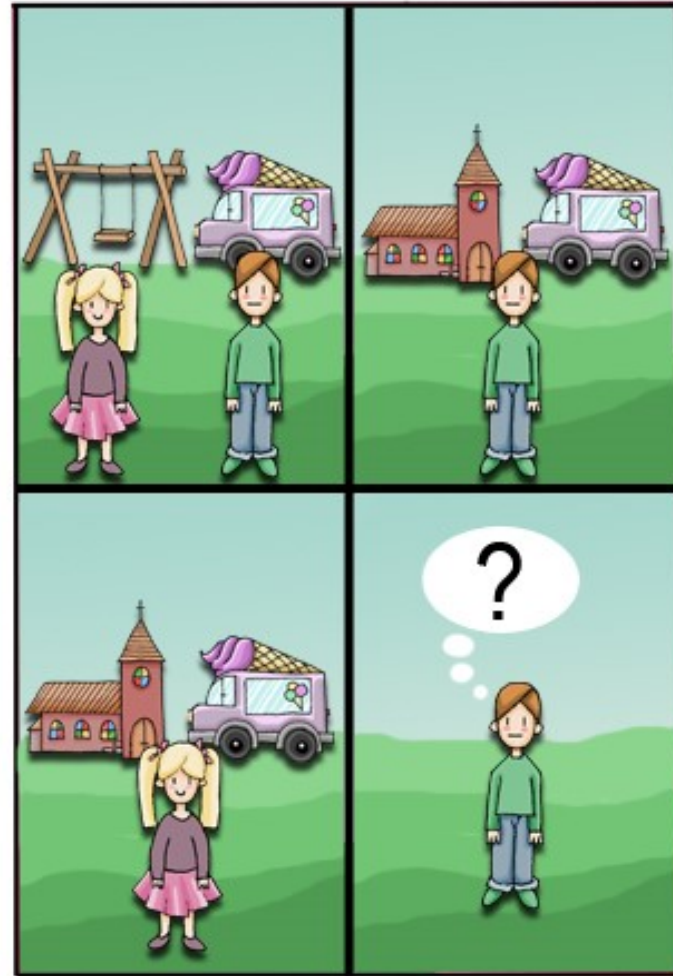
[http://www.uke.de/mct\\_videos](http://www.uke.de/mct_videos)

ビデオを観た後で、それがこのトピックにどのように関連するか、ディスカッションしてください。

[トレーナーの方へ:

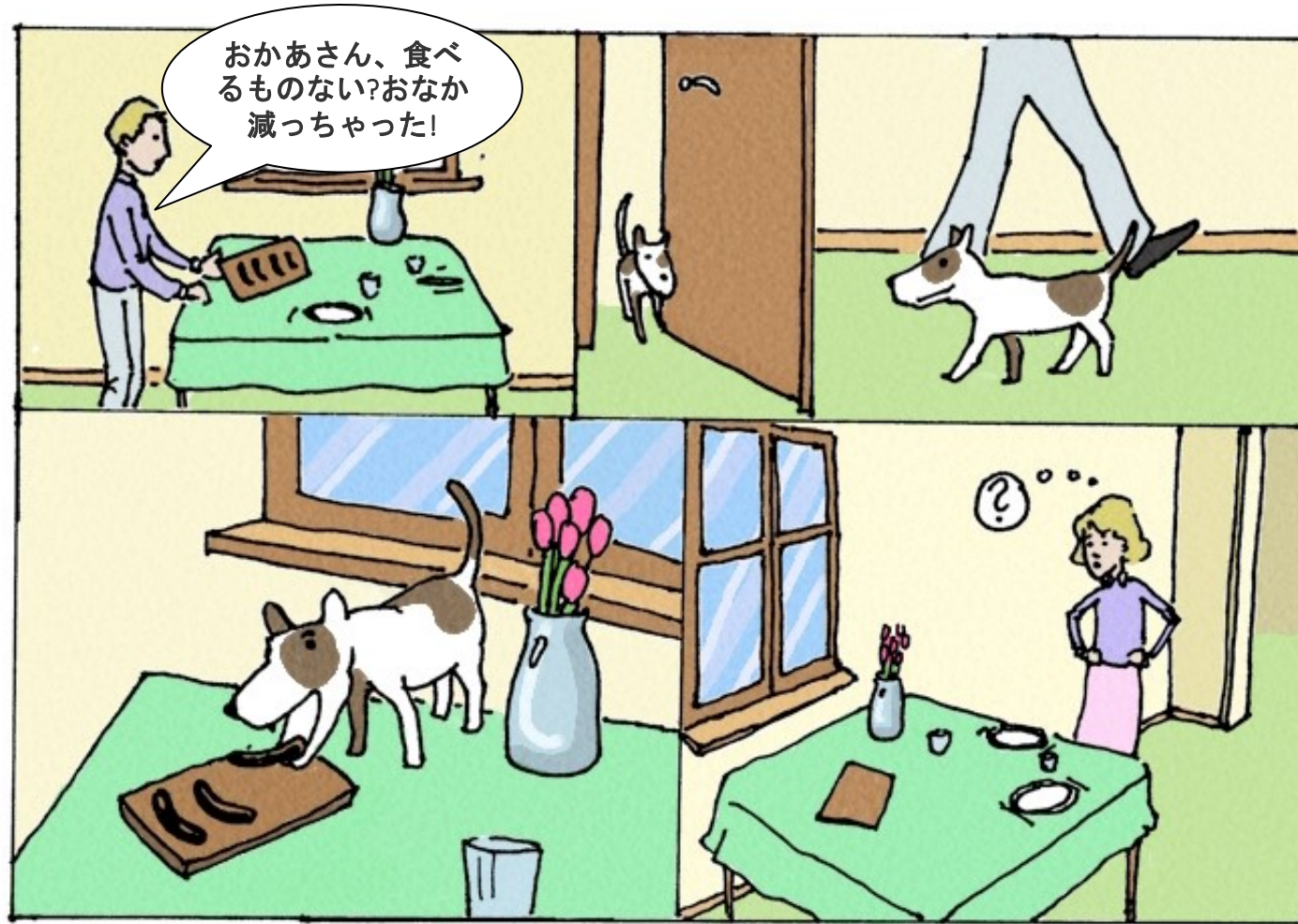
ビデオクリップのなかには、あなたの患者さん、あるいはあなたの文化にとって適切でないものも含まれています。患者さんに提示する前に、慎重に確認してください]



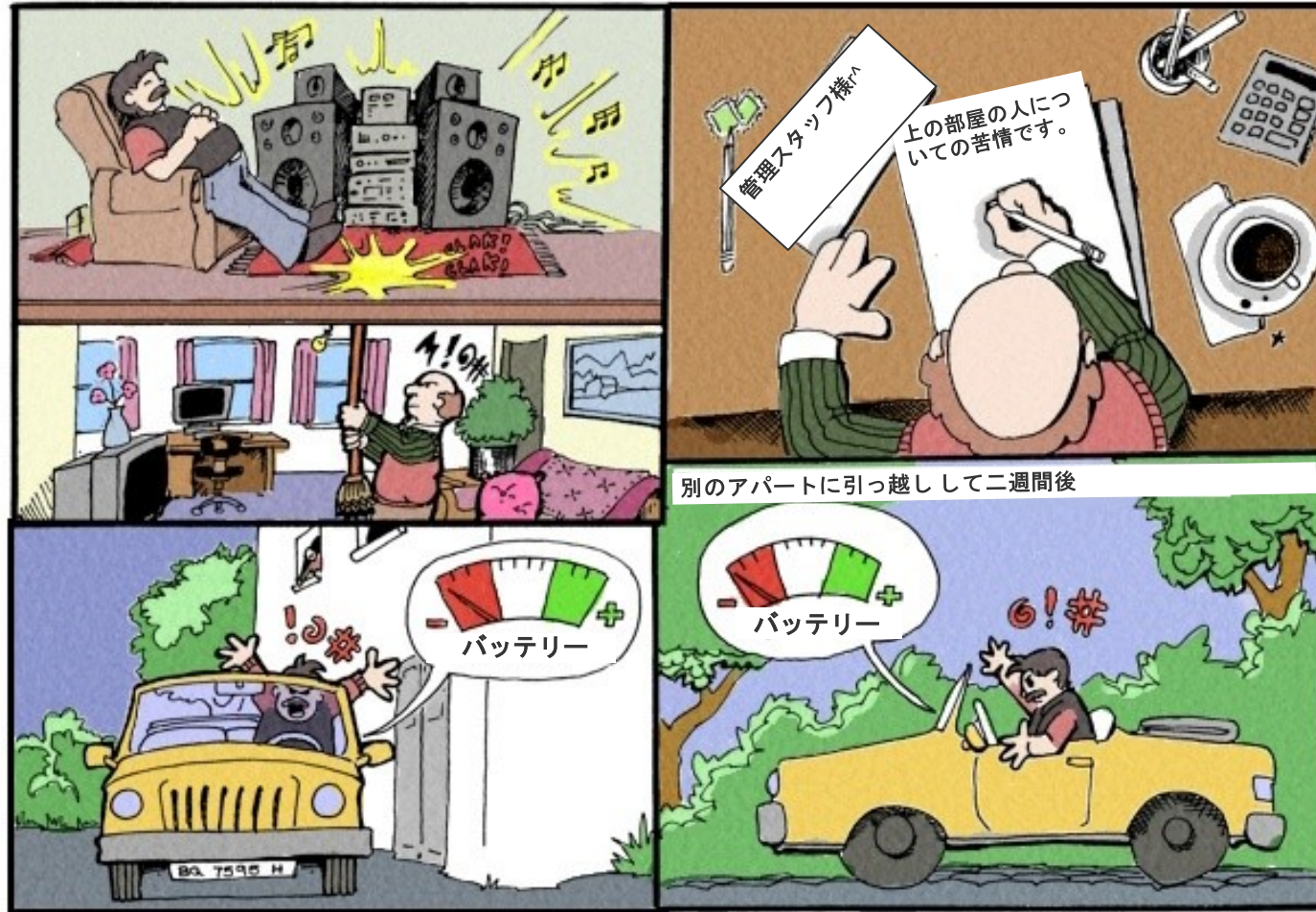


ジョンは、メアリーが最後にアイスクリームの販売車を見たのはどこだと思うでしょう?公園でしょうか、教会でしょうか?





お母さんはどう考えるでしょうか...正しく考えられるでしょうか?



一回目にバッテリーがあがったのはなぜでしょうか?そして二回目はど  
うでしょうか? どのように車の持ち主は状況を解釈するでしょうか?



# 日常生活におきかえる

## 学習目標:

- 人々は他の人の心の中にあるものを誤って推測するので、多くの誤解さらには対立がおこる(例えば、もしあなたがその時気分が悪いことを友達に伝えなかったら、友達があなたに気を遣ってくれることを望めないでしょう!)



# 日常生活におきかえる

## 学習目標:

- 人々は他の人の心の中にあるものを誤って推測するので、多くの誤解さらには対立がおこる(例えば、もしあなたがその時気分が悪いことを友達に伝えなかったら、友達があなたに気を遣ってくれることを望めないでしょう!)
- 別の視点からの複雑な社会的状況の評価を試み、全ての入手可能な情報を考慮して下さい。情報を考慮すればするほど、より適切な判断ができるようになるでしょう。



# 日常生活におきかえる

## 学習目標:

- 人々は他の人の心の中にあるものを誤って推測するので、多くの誤解さらには対立がおこる(例えば、もしあなたがその時気分が悪いことを友達に伝えなかったら、友達があなたに気を遣ってくれることを望めないでしょう!)
- 別の視点からの複雑な社会的状況の評価を試み、全ての入手可能な情報を考慮して下さい。情報を考慮すればするほど、より適切な判断ができるようになるでしょう。
- 注意: 我々の現在の気分状態が環境の知覚様式に影響する(例えば、どうやって人を評価するか)。



# 精神病とどんな関係があるのだろうか？

精神病発症中、人々は顔の表情や身振りを誤解、あるいは過剰に解釈する危険がある。

**例:** マービンが馬鹿にされたと感じた！

**背景:** マービンは税関を通った後空港のエントランス・ホールに入り、そこで人々は待っていたり行き先を確認したりしていた。その中の2人が大声で笑い始めた。

**しかし:** もちろん待っている人は皆、友達や客と待ち合わせるために到着した乗客を探している。笑っている2人の人は、おそらく長い間会っていなくて休暇の思い出についてのやり取りをしているのだろう。もしくははひょっとするとマービンはメキシコでの休暇を取った後、ヘンテコな衣装(ソングブレロ)をまだ着ていたのかもしれない。

我々は皆間違えます! - いつも違う視点で考えるようにしましょう。



# 注目頂き有難うございました!

トレーナー用:

ワークシートをお配りします。アプリ「COGITO」をご紹介します（無料でダウンロードできます）。



[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
Lima	flickr	Psalmz	CC	Rapper
Thomas Hawk	flickr	Lips	CC	Red lips/Rote Lippen
Volker Henkel	fotomoment.de	emotionen	PP	Different facial expressions of 3 men/Verschiedene Gesichtsausdrücke v. 3 Männern
storm_gal	flickr	Wolf Dog	CC	Intuition (dog/Hund)
bricolage.108	flickr	Circus ring	CC	Funny clown/Lustiger Clown
MisterSquirrel	flickr	Pennywise	CC	Evil clown/Böser Clown
def110	flickr	Zirkus - circus	CC	Circus/Zirkus
Marina Ruiz-Villarreal	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Comic strips: grandmother, accident, bad news, neighbour/Bildergeschichten: Großmutter, Unfall, schlechte Nachrichten, Nachbar
---	---	---	Picture has been taken from the following book chapter/ Das Bild wurde dem folgenden Buchkapitel entliehen: Moritz, S. (2005), Kognitive Dysfunktionen schizophrener Patienten. In D.F. Braus (Ed.), Schizophrenie (pp. 15-27). Stuttgart: Schattauer	Comic strip: John & Mary/ Bildergeschichte John & Mary
M.A./ Christin Hoche	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Comic strips: bank, boating, sausage/Bildergeschichten Bank, Bootfahren, Wurst