



Trening Meta-poznawczy (MCT)

MCT 6 A – Empatia... II

© Moritz, Woodward, Leszczyńska & Gawęda (7|22)

www.uke.de/mct

Wykorzystane w treningu ilustracje użyto za zgodą autorów i właścicieli praw autorskich. Szczegóły znaleźć można na ostatnim slajdzie.





Poznajesz kogoś. Gdzie patrzysz najpierw? Jak dobre są to wskazówki?





Poznajesz kogoś. Gdzie patrzysz najpierw? Jak dobre są to wskazówki?

Język ciała/
postawa?

oczy?

ręce?



język?

ubrania?

inne?...



Jakie inne źródła informacji można wziąć pod uwagę? Jak bardzo są one miarodajne?





Jakie inne źródła informacji można wziąć pod uwagę? Jak bardzo są one miarodajne?

- wcześniejsza wiedza na temat osoby (inf. zasłyszane): komentarz znajomego
- wcześniejsza wiedza na temat podobnych ludzi/grupprior np. raperzy
- “ciepło osoby”/intuicja
- źródło pisane: na przykład z e-maili czy czatów internetowych





Zalety i wady niektórych

Po tym, jak przedyskutowaliśmy różne czynniki, które pozwalają nam poznać i ocenić intencje innych osób, chcielibyśmy teraz skupić się na silnych i słabych stronach tych wskazówek społecznych.



Proszę przedyskutujcie zalety i wady niektórych cech i ich przydatność w formułowania ocen innych osób

Język:

Co ktoś mówi i sposób w jaki mówi



Ważna wskazówka:

???

Przykład:

Ludzie, którzy nie mają na chleb... czemu w zamian nie jedzą ciastek?

Uwaga:

???

Cytat Marii Antoniny (1755-1793);
sarkazm, naiwności, nieświadomość warunków życia ludzi ubogich?



Proszę przedyskutujcie zalety i wady niektórych cech i ich przydatność w formułowania ocen innych osób

Język:

Co ktoś mówi i sposób w jaki mówi



Ważna wskazówka:

Treść: Język jest bardzo ważny w komunikacji bezpośredniej.

Ton: Intonacja (sarkazm, smug), sposób ekspresji werbalnej (arogancki, rzeczowy itp.) może powiedzieć wiele o drugiej osobie

Przykład:

Ludzie, którzy nie mają na chleb... czemu w zamian nie jedzą ciastek?

Cytat Marii Antoniny (1755-1793); sarkazm, naiwności, nieświadomość warunków życia ludzi ubogich?

Uwaga:

???



Proszę przedyskutujcie zalety i wady niektórych cech i ich przydatność w formułowania ocen innych osób

Język:

Co ktoś mówi i sposób w jaki mówi



Ważna wskazówka:

Treść: Język jest bardzo ważny w komunikacji bezpośrednio.

Ton: Intonacja (sarkazm, smug), sposób ekspresji werbalnej (arogancki, rzeczowy itp.) może powiedzieć wiele o drugiej osobie

Przykład:

Ludzie, którzy nie mają na chleb... czemu w zamian nie jedzą ciastek?

Cytat Marii Antoniny (1755-1793); sarkazm, naiwności, nieświadomość warunków życia ludzi ubogich?

Uwaga:

Treść: Z powodu przyzwoitości lub nieporozumienia, często istnieje rozbieżność pomiędzy tym, co powiedziane, a tym co pomyślane.

Tone: Wypowiedzi niektórych osób są mało emocjonalne –jednak “pod spodem” mogą pozostawać pod wpływem emocji (poważni ludzie; ludzie chorujący na Parkinsona)



Proszę przedyskutujcie zalety i wady niektórych cech i ich przydatność w formułowania ocen innych osób

Wcześniejsza wiedza o konkretnej osobie



Ważna wskazówka:

???

Uwaga:

???



Proszę przedyskutujcie zalety i wady niektórych cech i ich przydatność w formułowania ocen innych osób

Wcześniejsza wiedza o konkretnej osobie



Ważna wskazówka:

- Wcześniejsza wiedza i doświadczenie może być pomocne w formułowaniu ocen i sądów na temat osoby, szczególnie, kiedy spotykasz tę osobę w tej samej sytuacji, co poprzednio.

Uwaga:

???



Proszę przedyskutujcie zalety i wady niektórych cech i ich przydatność w formułowania ocen innych osób

Wcześniejsza wiedza o konkretnej osobie



Ważna wskazówka:

- Wcześniejsza wiedza i doświadczenie może być pomocne w formułowaniu ocen i sądów na temat osoby, szczególnie, kiedy spotykasz tę osobę w tej samej sytuacji, co poprzednio.

Uwaga:

- Ludzie mogą zachowywać się zależnie od sytuacji, ich obecnego nastroju lub zależnie od innych czynników. Nikt nie jest zawsze szczęśliwy lub smutny, zły lub dobry w każdej sytuacji. Ktoś może być np. bardzo towarzyski dla rodziny, a wśród przyjaciół być nieśmiałym i odwrotnie. Czasem możesz być zaskoczony nawet samym sobą.



Proszę przedyskutujcie zalety i wady niektórych cech i ich przydatność w formułowania ocen innych osób

Intuicja



Mówi się, że psy potrafią wyczuwać czy człowiek się boi czy też nie.

Ważna wskazówka:

???

Uwaga:

???

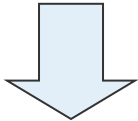


Proszę przedyskutujcie zalety i wady niektórych cech i ich przydatność w formułowania ocen innych osób

Intucja



Zabawny, Przeróżający?
Zależy od twojego nastroju!



Strach

Przyjemność



horror



Wspomnienie cyrku

Ważna wskazówka:

- Intucja może być rozumiana jako wiedza bazująca na doświadczeniu. Czasem nasze instynkty są lepsze niż rozum!

Uwaga:

???

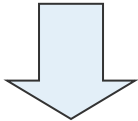


Proszę przedyskutujcie zalety i wady niektórych cech i ich przydatność w formułowania ocen innych osób

Intucja



Zabawny, Przeróżający?
Zależy od twojego nastroju!



Strach

Przyjemność



horror



Wspomnienie cyrku

Ważna wskazówka:

- Intucja może być rozumiana jako wiedza bazująca na doświadczeniu. Czasem nasze instynkty są lepsze niż rozum!

Uwaga:

- Nasze obecne emocje mogą wpływać na spostrzeganą rzeczywistość i myśli; np.:
 1. **Gniew:** tendencja do bycia nierozumianym; podejrzliwość/brak zaufania
 2. **Depresja:** wszystko wydaje się “ciemniejsze” niż rzeczywistość jest.

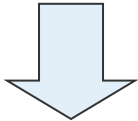


Proszę przedyskutujcie zalety i wady niektórych cech i ich przydatność w formułowania ocen innych osób

Intucja



Zabawny, Przeróżający?
Zależy od twojego nastroju!



Strach

Przyjemność



horror



Wspomnienie cyrku

Ważna wskazówka:

- Intucja może być rozumiana jako wiedza bazująca na doświadczeniu. Czasem nasze instynkty są lepsze niż rozum!

Uwaga:

- Nasze obecne emocje mogą wpływać na spostrzeganą rzeczywistość i myśli; np.:
 1. **Gniew:** tendencja do bycia nierozumianym; podejrzliwość/brak zaufania
 2. **Depresja:** wszystko wydaje się “ciemniejsze” niż rzeczywistość jest.
- Dobrze jest słuchać swoich instynktów (“głosu serca”), ale nie zawierzać im ślepo.



Pozory i rzeczywistość!

... Nie możemy 100% ufać jednemu tylko z wcześniej przedyskutowanych aspektów (np. tylko język), bez odniesienia do innych źródeł informacji!

Powinniśmy rozważać wszystkie aspekty!

Dopiero bowiem w zestawieniu/kombinacji są pomocne w ocenie intencji innych osób...



Dlaczego to robimy?

Badania pokazują, że wiele (ale nie wszystkie!) osoby z problemami zdrowia psychicznego (szczególnie z psychozą) mają problemy w:

- Rozpoznawaniu i ocenie wyrazu mimicznego innych osób (np. zadowolenia, smutku).



Dlaczego to robimy?

Badania pokazują, że wiele (ale nie wszystkie!) osoby z problemami zdrowia psychicznego (szczególnie z psychozą) mają problemy w:

- Rozpoznawaniu i ocenie wyrazu mimicznego innych osób (np. zadowolenia, smutku).
- Odgadywaniu motywów oraz przewidywaniu zachowań innych ludzi na podstawie obecnego zachowania.



Jak brak empatii może prowadzić do nieporozumień w trakcie psychozy – przykłady

Wydarzenie	Wyjaśnienie podczas psychozy	Inne wyjaśnienia
Mężczyzna w autobusie patrzy przez długi czas na ciebie.	W końcu rozpoznałeś prześladowcę.	Ponieważ zachowujesz się osobliwie (np. nosisz okulary słoneczne, również w zimie), prowokujesz to, że inni zwracają na ciebie uwagę.
Szef krytykuje twoją pomyłkę.	Jesteś pewien, że zostaniesz w końcu zwolniony.	Szefa trochę poniosło, ale nie planuje cię zwolnić – ogólnie jest nieco zrzędlawy.
Znajomy czyta artykuł o słabych osiągnięciach w szkole.	Jest to aluzja do twoich gorszych ocen w czasie, kiedy chodziłeś do szkoły.	Czysty przypadek – znajomy chciał poczytać wiadomości i nie miał pojęcia o twoich problemach w szkole.

Czy ktoś zechciałby podzielić się swoim własnym doświadczeniem?



Ćwiczenie

- Zaraz zobaczysz historyjki komiksowe.



Ćwiczenie

- Zaraz zobaczysz historyjki komiksowe.
- Podyskutujcie proszę, co bohaterowie historyjek mogą myśleć o sobie nawzajem.



Ćwiczenie

- Zaraz zobaczysz historyjki komiksowe.
- Podyskutujcie proszę, co bohaterowie historyjek mogą myśleć o sobie nawzajem.

Ważne

- Musisz rozróżnić między informacjami, które ty posiadasz na temat bohaterów oraz informacjami, które posiadają bohaterowie historyjek o sobie na wzajem!



Ćwiczenie

- Zaraz zobaczysz historyjki komiksowe.
- Podyskutujcie proszę, co bohaterowie historyjek mogą myśleć o sobie nawzajem.

Ważne

- Musisz rozróżnić między informacjami, które ty posiadasz na temat bohaterów oraz informacjami, które posiadają bohaterowie historyjek o sobie na wzajem!
- Jakie dodatkowe informacje są potrzebne aby udzielić pełnej odpowiedzi i prawdziwej?



Jaki prezent prawdopodobnie wnuczka da babci na urodziny w następnym roku? Czy babcia będzie zadowolona?



Urodziny babci

Co dziewczynka podaruje babci na następne urodziny?



Prawdopodobnie: Znowu podaruje pudełko Toffie, ponieważ babcia była bardzo zadowolona z prezentu.

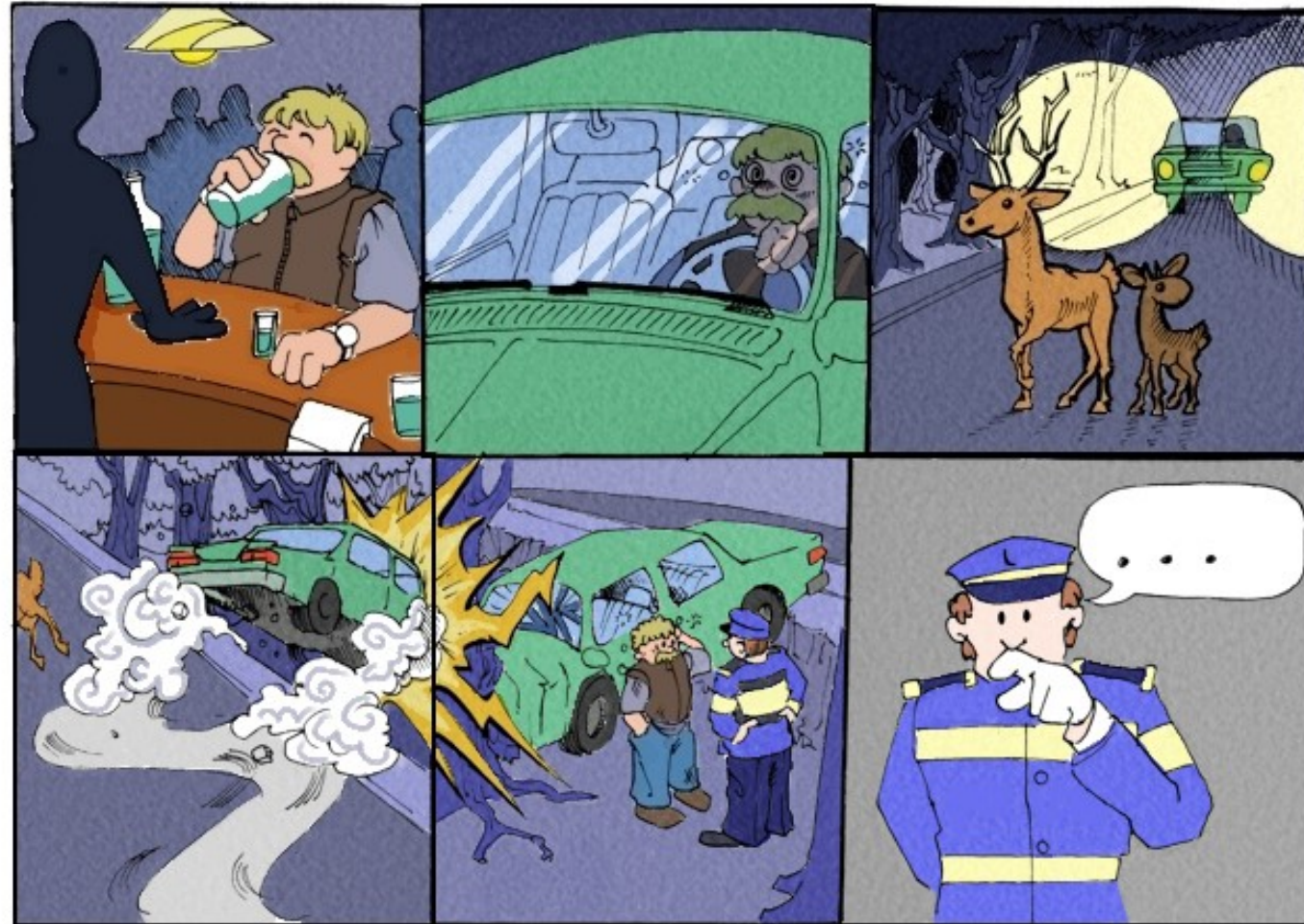
Mało prawdopodobne: dziewczynka zauważyła, że babcia nie lubi Toffie i podaruje jej inny prezent



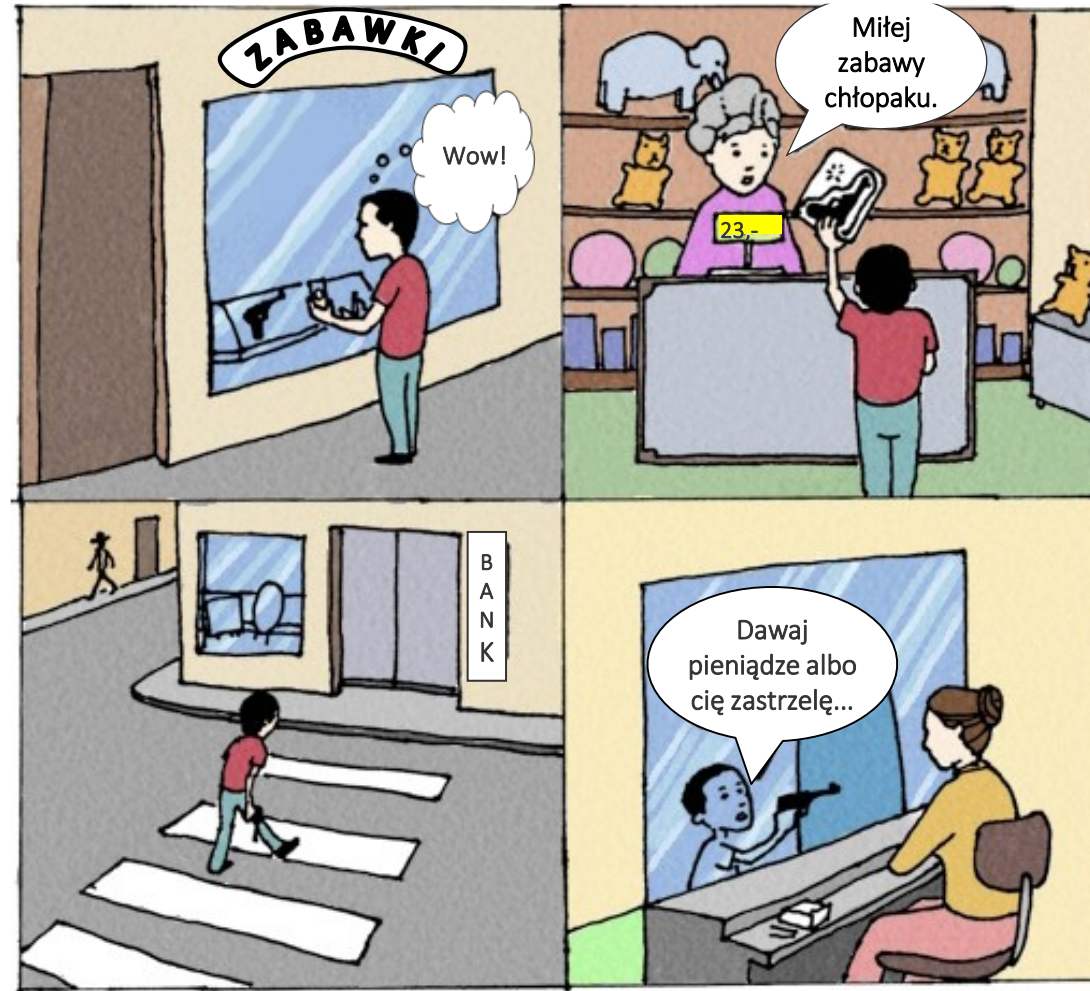
Jedziemy dalej!



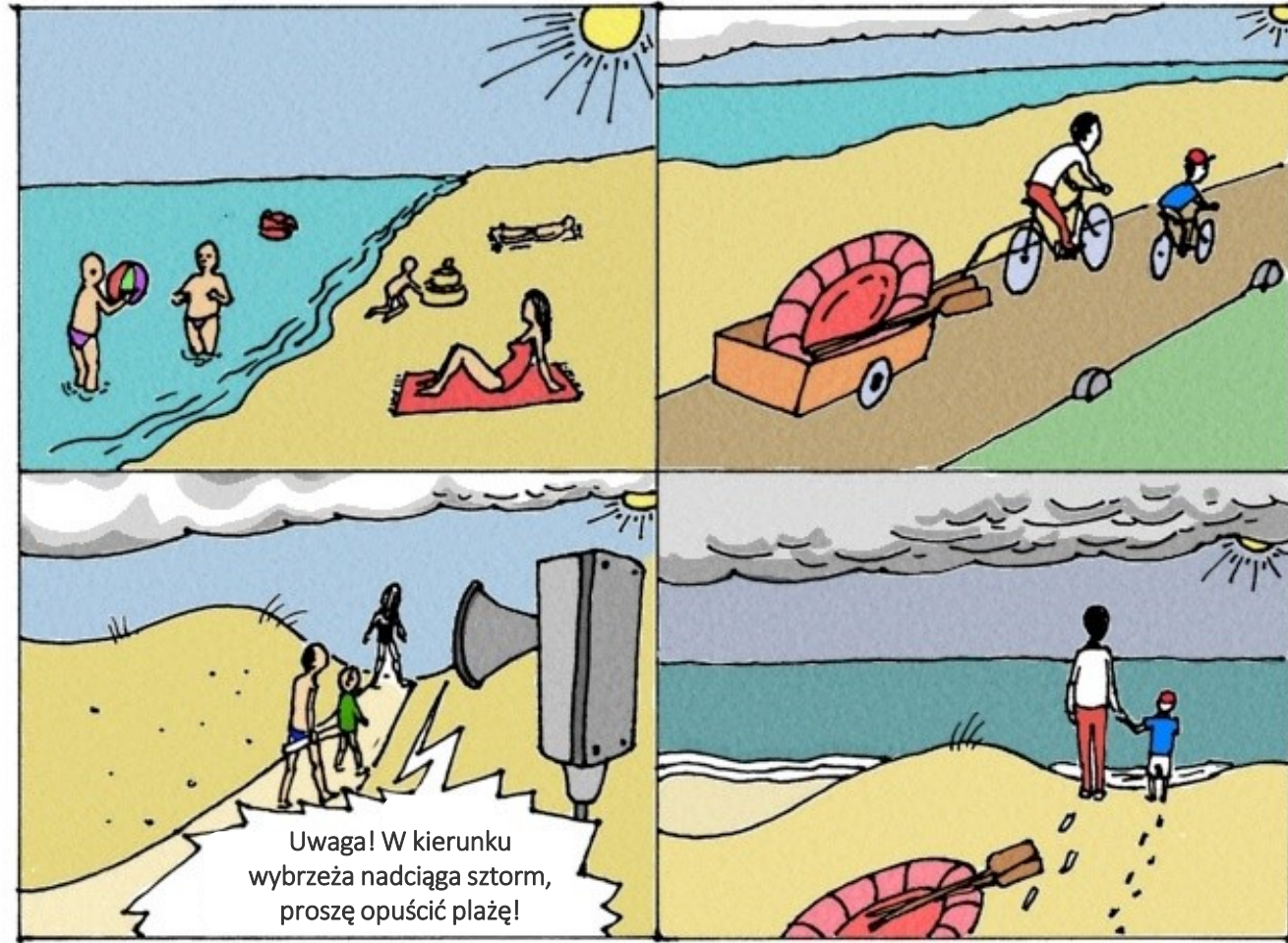
Czy szef ma zimne serce? Potrzebujemy innych informacji, aby zdecydować?



Co może myśleć policjant...czy ma całkowitą rację czy tylko częściową?



Czy pracownica banku jest przerażona?



Czy ojciec i syn popłyną pontonem?



opcjonalnie: Film Wideo

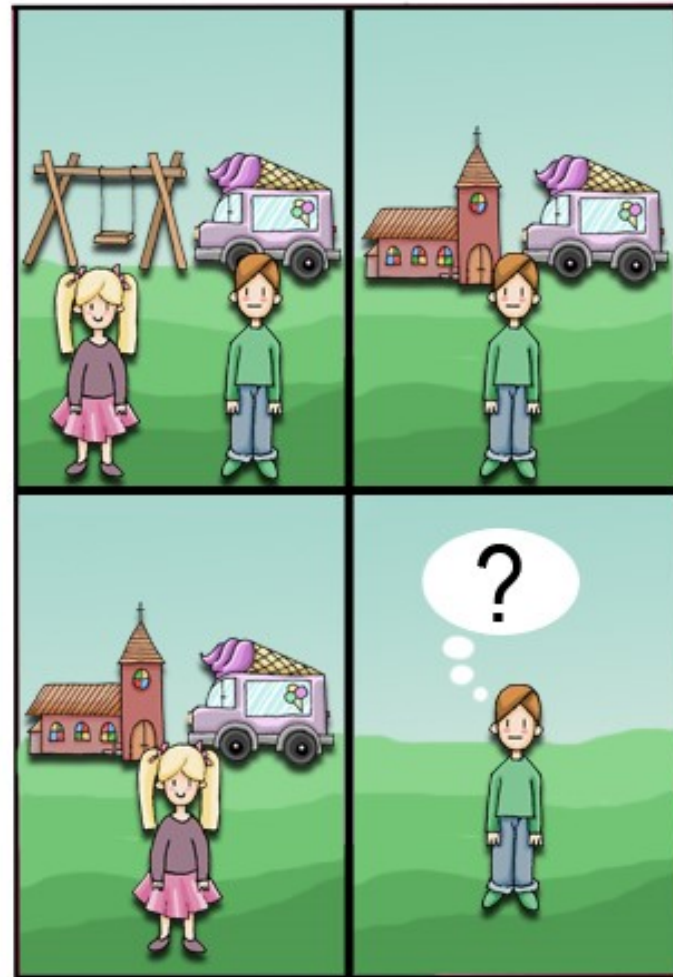
Opcjonalnie: Filmy wideo, które prezentują dzisiejszy temat są dostępne na stronie internetowej:

http://www.uke.de/mct_videos

Po obejrzeniu filmu, możesz przedyskutować, w jaki sposób jest on powiązany z dzisiejszym tematem.

[dla prowadzących:

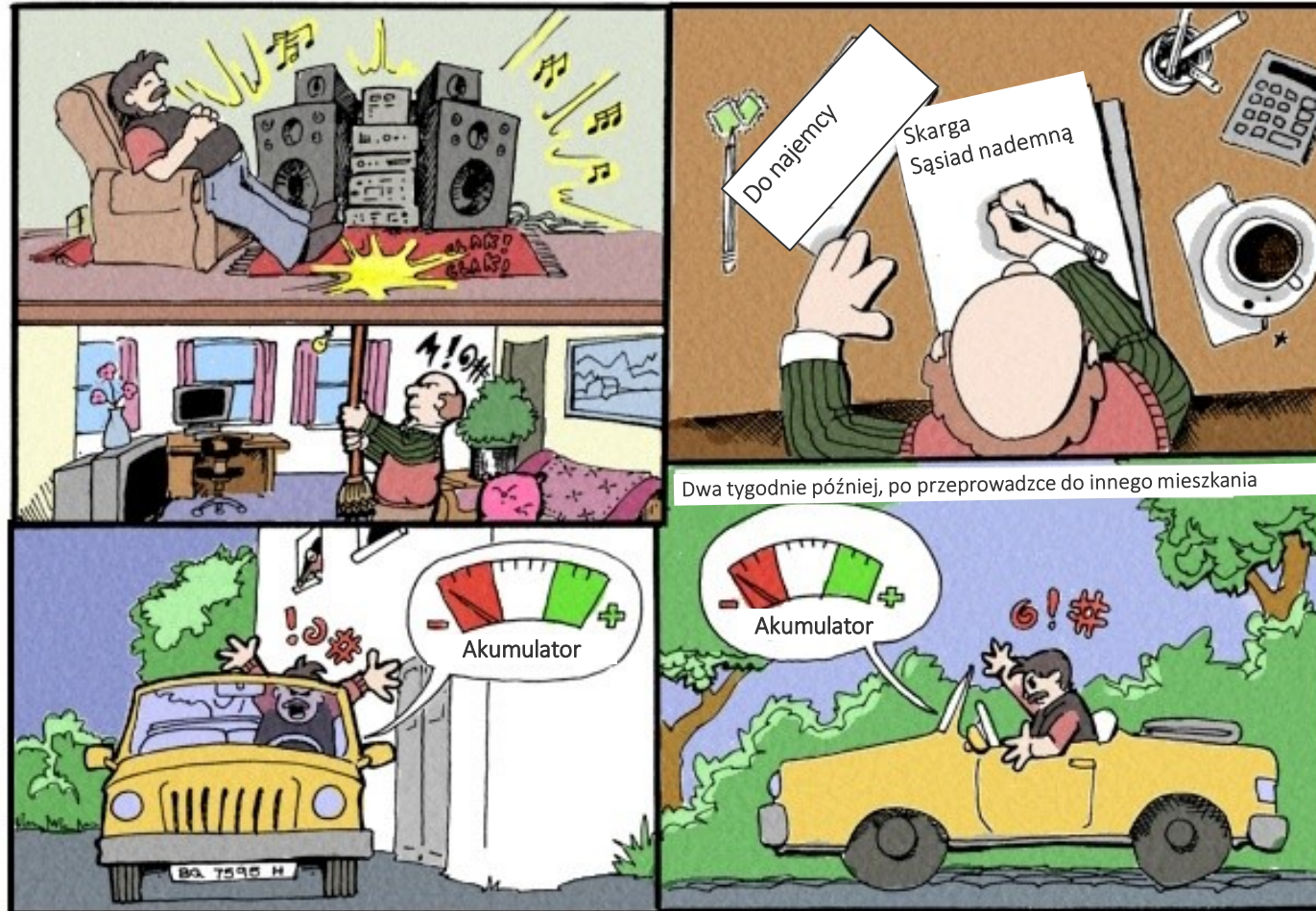
Niektóre filmy zawierają sformułowania językowe, które mogą nie być odpowiednie dla określonej grupy odbiorców lub mogą być nieodpowiednie kulturowo. Proszę uważnie obejrzeć filmy przed prezentacją ich uczestnikom]



Gdzie Maria widziała ostatnim razem Johna przy samochodzie z lodami? Przy parku czy przy kościele?



Co myśli mama... czy ma rację?



Dlaczego akumulator “padł” za pierwszym razem, a dlaczego za drugim? Jak właściciel może interpretować te zdarzenia?



Zastosowanie w życiu codziennym

Wnioski:

- Wiele nieporozumień i konfliktów jest powodowanych błędnym odgadywaniem i rozumieniem intencji innych osób (np. jeśli nie powiesz swojemu przyjacielowi, że źle się czujesz w danej chwili, nie spodziewaj się, że będzie troskliwy i bardziej wyrozumiały)



Zastosowanie w życiu codziennym

Wnioski:

- Wiele nieporozumień i konfliktów jest powodowanych błędnym odgadywaniem i rozumieniem intencji innych osób (np. jeśli nie powiesz swojemu przyjacielowi, że źle się czujesz w danej chwili, nie spodziewaj się, że będzie troskliwy i bardziej wyrozumiały)
- Próbuje oceniać złożone sytuacje społecznie z różnych punktów widzenia i rozważ wszystkie dostępne informacje. Im więcej informacji weźmiesz pod uwagę, twoje sądy i oceny będą bardziej odpowiadać rzeczywistości.



Zastosowanie w życiu codziennym

Wnioski:

- Wiele nieporozumień i konfliktów jest powodowanych błędnym odgadywaniem i rozumieniem intencji innych osób (np. jeśli nie powiesz swojemu przyjacielowi, że źle się czujesz w danej chwili, nie spodziewaj się, że będzie troskliwy i bardziej wyrozumiały)
- Próbuj oceniać złożone sytuacje społecznie z różnych punktów widzenia i rozważ wszystkie dostępne informacje. Im więcej informacji weźmiesz pod uwagę, twoje sądy i oceny będą bardziej odpowiadać rzeczywistości.
- Uwaga: Nasz stan nastroju wpływa na to jak postrzegamy otoczenie (np. jak oceniasz osoby).



Co to ma wspólnego z psychozą?

Podczas psychozy istnieje ryzyko, iż ludzie błędnie będą interpretować lub też będą nadinterpretowywać wyraz mimiczny innych osób lub też przebieg różnych sytuacji



Co to ma wspólnego z psychozą?

Podczas psychozy istnieje ryzyko, iż ludzie błędnie będą interpretować lub też będą nadinterpretowywać wyraz mimiczny innych osób lub też przebieg różnych sytuacji

Przykład: Marcin czuje się wyśmiewany!

Podłoże: Marcin wszedł do hallu lotniska po odprawie celnej, gdzie wszyscy ludzie czekali i patrzyli w jego stronę. Dwóch z nich zaczęło głośno śmiać się.

Ale: oczekujący na lotnisku ludzie, oczywiście, rozglądają się po lotnisku w poszukiwaniu swoich rodzin, przyjaciół czy klientów. Dwóch ludzi prawdopodobnie śmiało się ponieważ długo się nie widzieli i wymieniali wakacyjne wspomnienia. Albo Marcin ciągle nosi zabawne sombrero, które kupił w Meksyku.



Co to ma wspólnego z psychozą?

Podczas psychozy istnieje ryzyko, iż ludzie błędnie będą interpretować lub też będą nadinterpretowywać wyraz mimiczny innych osób lub też przebieg różnych sytuacji

Przykład: Marcin czuje się wyśmiewany!

Podłoże: Marcin wszedł do hallu lotniska po odprawie celnej, gdzie wszyscy ludzie czekali i patrzyli w jego stronę. Dwóch z nich zaczęło głośno śmiać się.

Ale: oczekujący na lotnisku ludzie, oczywiście, rozglądają się po lotnisku w poszukiwaniu swoich rodzin, przyjaciół czy klientów. Dwóch ludzi prawdopodobnie śmiało się ponieważ długo się nie widzieli i wymieniali wakacyjne wspomnienia. Albo Marcin ciągle nosi zabawne sombrero, które kupił w Meksyku.

“Wszyscy popełniamy błędy” – staraj się brać pod uwagę inne punkty widzenia, niż ten, który wydaje się jedyny słuszny.



Dziękujemy za uwagę!

dla prowadzących:

Proszę rozdać arkusze ćwiczeń. Zaprezentuj naszą aplikację COGITO (pobierz bezpłatnie).



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/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. 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