



Treino Metacognitivo (TMC)

TMC 10 II – Lidar com os Preconceitos (Estigma)

© Moritz, Woodward & Rocha (7122)

Adaptação: Rocha, Queirós, Aguiar, Marques & Pereira

www.uke.de/mct



O que têm estas pessoas em comum?

- Wayne Gretzky (nascido a 26 de Janeiro de 1961)
- Michael Jordan (nascido a 17 de Fevereiro de 1963)
- Tiger Woods (nascido a 30 de Dezembro de 1975)
- Mike Tyson (nascido a 30 de Junho de 1966)

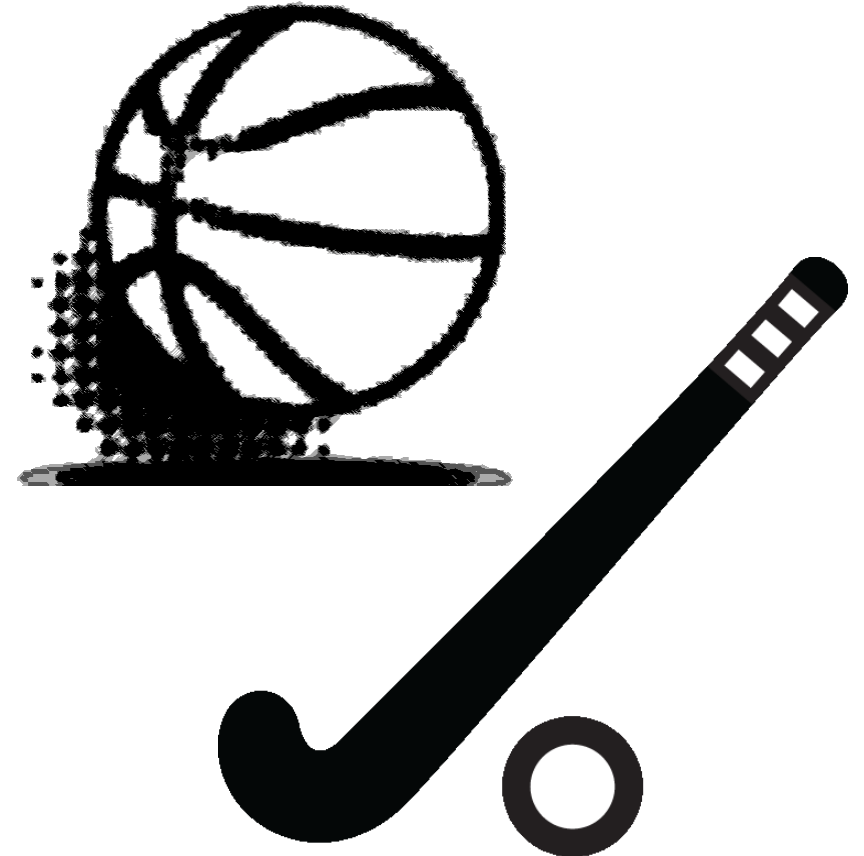
???



O que têm estas pessoas em comum?

- Wayne Gretzky (nascido a 26 de Janeiro de 1961)
- Michael Jordan (nascido a 17 de Fevereiro de 1963)
- Tiger Woods (nascido a 30 de Dezembro de 1975)
- Mike Tyson (nascido a 30 de Junho de 1966)

São do sexo masculino, Norte-Americanos,
atletas famosos, Permanecem vivos...





O que têm estas pessoas em comum?

- Fyodor Dostoyevsky (1821-1881)
- Ernest Hemingway (1899-1961)
- Friedrich Hölderlin (1770-1843)
- Charles Dickens (1812-1870)

???



O que têm estas pessoas em comum?

- Fyodor Dostoyevsky (1821-1881)
- Ernest Hemingway (1899-1961)
- Friedrich Hölderlin (1770-1843)
- Charles Dickens (1812-1870)

São do sexo masculino, já morreram, e principalmente ...



O que têm estas pessoas em comum?

- Fyodor Dostoyevsky (1821-1881)
- Ernest Hemingway (1899-1961)
- Friedrich Hölderlin (1770-1843)
- Charles Dickens (1812-1870)

São do sexo masculino, já morreram, e principalmente ...
São escritores famosos!





O que têm estas pessoas em comum?

- Fyodor Dostoyevsky (1821-1881)
- Ernest Hemingway (1899-1961)
- Friedrich Hölderlin (1770-1843)
- Charles Dickens (1812-1870)

São do sexo masculino, já morreram, e principalmente ...
São escritores famosos!

Algo mais em comum?





O que têm estas pessoas em comum?

- Fyodor Dostoyevsky (1821-1881)
- Ernest Hemingway (1899-1961)
- Friedrich Hölderlin (1770-1843)
- Charles Dickens (1812-1870)

São do sexo masculino, já morreram, e principalmente ...
São escritores famosos!

Algo mais em comum?

Todos estes escritores foram diagnosticados com doenças mentais; dois deles tiveram sintomas psicóticos





Famoso = Perfeito?

<p>Fyodor Dostoyevsky (1821-1881)</p>	<p>Fyodor Dostoyevsky foi um dos mais importantes escritores russos e é considerado um dos mais destacados psicólogos na literatura mundial. Dostoyevsky sofreu de epilepsia e foi temporariamente dependente do jogo. No final da sua vida teve segurança financeira e foi reconhecido pelos seus feitos ainda em vida.</p>
<p>Ernest Hemingway (1899-1961)</p>	<p>Hemingway é considerado um dos escritores americanos mais bem sucedidos do século 20. Em 1954 foi galardoado com o Prémio Nobel da Literatura. Ao longo da sua vida teve períodos de depressão e abuso de álcool. Suspeita-se de que tivesse perturbação bipolar.</p>
<p>Friedrich Hölderlin (1770-1843)</p>	<p>Hölderlin foi um dos mais importantes poetas alemães do romantismo, tais como Goethe e Schiller. Nos dias de hoje seria provavelmente diagnosticado com esquizofrenia ou psicose.</p>
<p>Charles Dickens (1812-1870)</p>	<p>Dickens é um dos escritores ingleses mais lidos. Os seus trabalhos mais conhecidos incluem “Oliver Twist” e “A Christmas Carol”. Este escritor teve episódios maníacos e depressivos. Nos dias de hoje este autor provavelmente receberia o diagnóstico de doença bipolar.</p>

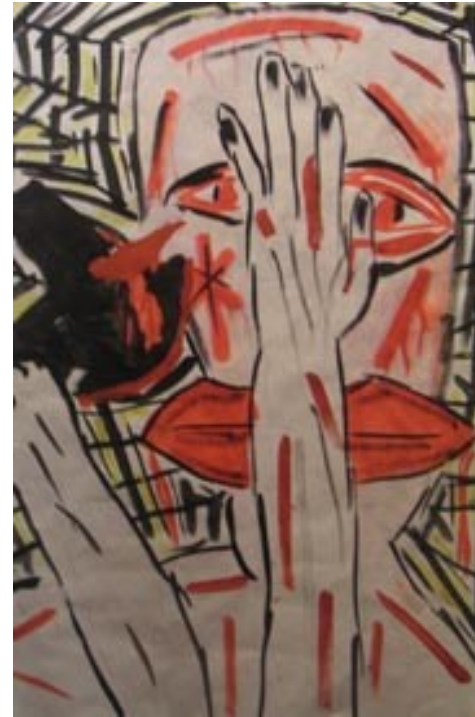


Quais destes quadros foi feito por pessoas com sintomas de psicose?





Qual destes quadros obteve a maior avaliação monetária num leilão?





Qual destes quadros obteve a maior avaliação monetária num leilão?



Quase €100 milhões



€25 milhões



€0



Cerca de €10.000



Edvard Munch

- Um comprador desconhecido estava disposto a pagar cerca de € 100 milhões pela pintura “The Scream – O Grito”. Com este valor, este quadro tornou-se um dos mais dispendiosos do mundo.
- O pintor, Edvard Munch, tinha provavelmente perturbação bipolar:
 - Tinha sintomas maníacos, delirantes e depressivos
 - Devido aos seus sintomas, Munch esteve num serviço de psiquiatria durante pelo menos 8 meses





Steffen Moritz

- Este quadro tem apenas valor emocional para o pintor
- Foi pintado pelo Professor Dr. Steffen Moritz aos 16 anos de idade:
 - É psicólogo e diretor do grupo de investigação “Neuropsicologia Clínica” no Departamento de Psiquiatria do University Hospital Hamburg Eppendorf
 - Steffen Moritz nunca teve tratamento psiquiátrico





Vincent van Gogh

- O quadro “Park of Saint-Paul Hospital” vale cerca de €25 milhões.
- Van Gogh pintou-o em 1889 durante uma hospitalização no Hospital Psiquiátrico de Saint-Paul em França:
 - Van Gogh teve fortes mudanças do humor, tendências autoagressivas, delírios e alucinações
 - Atualmente, é provável que fosse diagnosticado com psicose ou perturbação bipolar





Ringo Starr (baterista dos Beatles)

- Ringo Starr, que se tornou o famoso baterista dos Beatles, também começou a pintar desde 2005:
- O quadro “Timberland” foi terminado em 2013
- Os seus quadros valem alguns milhares de euros.
- Que se saiba, Ringo Starr nunca teve uma doença psiquiátrica





Primeira conclusão

- Ter uma doença mental não significa ser incapaz de fazer coisas com valor e significado
- A doença mental pode tanto inspirar como inibir a criatividade
- Génios como Van Gogh, cuja criatividade nunca foi reconhecida em vida, deve ter sofrido de doenças mentais
- Alguns artistas com doença mental podem mesmo viver às custas da arte que produzem (como Edvard Munch).



Primeira conclusão

- Não é possível afirmar com base num quadro se o pintor tem ou não doença mental
- O mesmo é verdade em relação à aparência: ninguém pode afirmar se alguém tem um problema mental com base no seu visual



Primeira conclusão

- Não é possível afirmar com base num quadro se o pintor tem ou não doença mental
- O mesmo é verdade em relação à aparência: ninguém pode afirmar se alguém tem um problema mental com base no seu visual
- Elementos a ponderar:
Muitas das mais importantes obras de arte foram criadas por pessoas que tinham doença mental. Isto reduz o valor da sua arte?



Primeira conclusão

- Não é possível afirmar com base num quadro se o pintor tem ou não doença mental
- O mesmo é verdade em relação à aparência: ninguém pode afirmar se alguém tem um problema mental com base no seu visual
- **Elementos a ponderar:**
Muitas das mais importantes obras de arte foram criadas por pessoas que tinham doença mental. **Isto reduz o valor da sua arte?**

De forma alguma!



É “normal” ter problemas mentais?

Quantas pessoas têm doença mental?

O que acha?



É “normal” ter problemas mentais?

Quantas pessoas têm doença mental (dados da Alemanha)

Proporção de pessoas que tinham doença mental no último ano	27.7%
Perturbações de ansiedades (perturbação mais comum – ex: fobia social)	15.3%
Perturbações afectivas (ex: depressão)	9.3%
Psicose (todas as formas de psicose – ex: esquizofrenia)	2.6%
Percentagem dentro d grupo das pessoas que tinham doença mental, às quais foram diagnosticadas multiplas doenças mentais	44%

Se considerar pessoas que sofrem de sintomas individuais de perturbações mentais, os números são muito mais elevados



É “normal” ter problemas mentais?

Quantas pessoas no Canadá têm doença mental?

Proporção de pessoas com perturbação mental no ano passado	20%
Depressão (perturbação mental mais comum)	8%
Esquizofrenia/psicose	1-2%

Se considerar pessoas que sofrem de sintomas individuais de perturbações mentais, os números são muito mais elevados



Crenças especiais não são tão inusuais...

Frequência de experiências psicóticas na população

- Os sintomas de psicose (ex: delírios) foram sempre considerados raros e um sinal de uma doença mental grave
- Sabemos agora que as experiências (atenuadas) próximas da psicose estão presentes na população geral. Ao contrário das pessoas com um diagnóstico de psicose, estas experiências não costumam colocar problemas na vida diária



Crenças especiais não são tão inusuais...

Frequência de experiências psicóticas na população

O que acha? Com que frequência os seguintes sintomas/experiências aparecem na população geral?

Afirmações sobre experiências que ocorrem na população geral	Porcentagem de respostas
Alguma vez achou que as pessoas podem falar telepaticamente?	???
Alguma vez teve a sensação de que as outras pessoas podem ler a sua mente?	???
Achou que as coisas que o rodeiam parecem que são parte de uma experiência provocada ou de laboratório?	???
Algumas vezes teve a sensação que as coisas que aparecem nas revistas ou na televisão foram escritas de propósito para si?	???
Alguma vez teve a sensação que estava a ser perseguido de alguma maneira?	???
Ouve ocasionalmente vozes quando ninguém está por perto?	???



Crenças especiais não são tão inusuais...

Frequência de experiências psicóticas na população

O que acha? Com que frequência os seguintes sintomas/experiências aparecem na população geral?

Afirmações sobre experiências que ocorrem na população geral	Porcentagem de respostas
Alguma vez achou que as pessoas podem falar telepaticamente?	61%
Alguma vez teve a sensação de que as outras pessoas podem ler a sua mente?	???
Achou que as coisas que o rodeiam parecem que são parte de uma experiência provocada ou de laboratório?	???
Algumas vezes teve a sensação que as coisas que aparecem nas revistas ou na televisão foram escritas de propósito para si?	???
Alguma vez teve a sensação que estava a ser perseguido de alguma maneira?	???
Ouve ocasionalmente vozes quando ninguém está por perto?	???



Crenças especiais não são tão inusuais...

Frequência de experiências psicóticas na população

O que acha? Com que frequência os seguintes sintomas/experiências aparecem na população geral?

Afirmações sobre experiências que ocorrem na população geral	Porcentagem de respostas
Alguma vez achou que as pessoas podem falar telepaticamente?	61%
Alguma vez teve a sensação de que as outras pessoas podem ler a sua mente?	33%
Achou que as coisas que o rodeiam parecem que são parte de uma experiência provocada ou de laboratório?	???
Algumas vezes teve a sensação que as coisas que aparecem nas revistas ou na televisão foram escritas de propósito para si?	???
Alguma vez teve a sensação que estava a ser perseguido de alguma maneira?	???
Ouve ocasionalmente vozes quando ninguém está por perto?	???



Crenças especiais não são tão inusuais...

Frequência de experiências psicóticas na população

O que acha? Com que frequência os seguintes sintomas/experiências aparecem na população geral?

Afirmações sobre experiências que ocorrem na população geral	Porcentagem de respostas
Alguma vez achou que as pessoas podem falar telepaticamente?	61%
Alguma vez teve a sensação de que as outras pessoas podem ler a sua mente?	33%
Achou que as coisas que o rodeiam parecem que são parte de uma experiência provocada ou de laboratório?	26%
Algumas vezes teve a sensação que as coisas que aparecem nas revistas ou na televisão foram escritas de propósito para si?	???
Alguma vez teve a sensação que estava a ser perseguido de alguma maneira?	???
Ouve ocasionalmente vozes quando ninguém está por perto?	???



Crenças especiais não são tão inusuais...

Frequência de experiências psicóticas na população

O que acha? Com que frequência os seguintes sintomas/experiências aparecem na população geral?

Afirmações sobre experiências que ocorrem na população geral	Porcentagem de respostas
Alguma vez achou que as pessoas podem falar telepaticamente?	61%
Alguma vez teve a sensação de que as outras pessoas podem ler a sua mente?	33%
Achou que as coisas que o rodeiam parecem que são parte de uma experiência provocada ou de laboratório?	26%
Algumas vezes teve a sensação que as coisas que aparecem nas revistas ou na televisão foram escritas de propósito para si?	16%
Alguma vez teve a sensação que estava a ser perseguido de alguma maneira?	???
Ouve ocasionalmente vozes quando ninguém está por perto?	???



Crenças especiais não são tão inusuais...

Frequência de experiências psicóticas na população

O que acha? Com que frequência os seguintes sintomas/experiências aparecem na população geral?

Afirmações sobre experiências que ocorrem na população geral	Percentagem de respostas
Alguma vez achou que as pessoas podem falar telepaticamente?	61%
Alguma vez teve a sensação de que as outras pessoas podem ler a sua mente?	33%
Achou que as coisas que o rodeiam parecem que são parte de uma experiência provocada ou de laboratório?	26%
Algumas vez teve a sensação que as coisas que aparecem nas revistas ou na televisão foram escritas de proposito para si?	16%
Alguma vez teve a sensação que estava a ser perseguido de alguma maneira?	19%
Ouve ocasionalmente vozes quando ninguem está por perto?	???



Crenças especiais não são tão inusuais...

Frequência de experiências psicóticas na população

O que acha? Com que frequência os seguintes sintomas/experiências aparecem na população geral?

Afirmações sobre experiências que ocorrem na população geral	Percentagem de respostas
Alguma vez achou que as pessoas podem falar telepaticamente?	61%
Alguma vez teve a sensação de que as outras pessoas podem ler a sua mente?	33%
Achou que as coisas que o rodeiam parecem que são parte de uma experiência provocada ou de laboratório?	26%
Algumas vez teve a sensação que as coisas que aparecem nas revistas ou na televisão foram escritas de proposito para si?	16%
Alguma vez teve a sensação que estava a ser perseguido de alguma maneira?	19%
Ouve ocasionalmente vozes quando ninguem está por perto?	15%



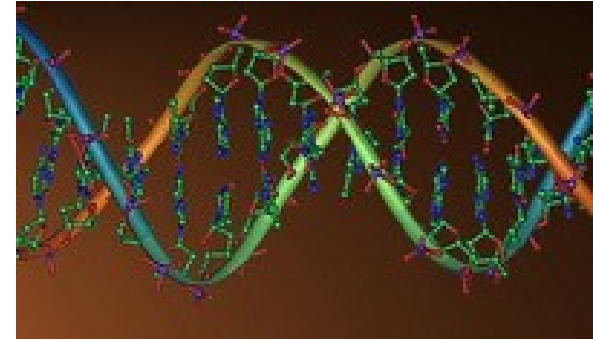
Lembre-se...

Ninguém está **imune** a uma crise mental! No último ano mais do que 1 em 4 pessoas sofreram de perturbações mentais.

Uma doença mental não deve ser encarada como uma fraqueza, mas como a expressão de uma maior **sensibilidade**.

Herança: os genes têm um papel importante nas doenças mentais.

Ambiente: as experiências negativas traumáticas podem também ter um impacto negativo na nossa saúde mental e aumentar a probabilidade de ter uma doença mental em pessoas com ou sem predisposição.





O que é o estigma e o que é o auto-estigma?

???





O que é o estigma e o que é o auto-estigma?

- Estigma = palavra grega. Literalmente significa: ferida ou marca





O que é o estigma e o que é o auto-estigma?

- **Estigma = palavra grega. Literalmente significa:** ferida ou marca
- **A estigmatização** ocorre quando pessoas ou grupos são associados com atributos negativos





O que é o estigma e o que é o auto-estigma?

- **Estigma = palavra grega. Literalmente significa:** ferida ou marca
- **A estigmatização** ocorre quando pessoas ou grupos são associados com atributos negativos
- Isto é feito sem confirmação da realidade
- O estigma pode levar as pessoas a serem desvalorizadas ou segregadas
- O estigma pode ocorrer no caso de certas doenças (ex: HIV), deficiências visíveis e doenças mentais, como a psicose.
- O “auto-estigma” significa que as pessoas afetadas internalizam de forma tão forte o estigma que experienciaram do exterior, que também se consideram como sendo “inferiores”





Estigma em relação às pessoas que têm psicose

- Quais são as opiniões que já ouviu outras pessoas expressarem em relação às pessoas que têm psicose?
- Quais são as opiniões que têm ou que teve sobre as pessoas que têm psicose?



Estigma em relação às pessoas que têm psicose

Opiniões comuns mas baseadas em premissas falsas que algumas pessoas têm sobre as pessoas que têm psicose:

Eles são...

- Perigosos e imprevisíveis
- Têm múltipla personalidade (Psicose)
- Não são inteligentes
- É uma condição permanente



São opiniões justificadas? NÃO!



Estigma em relação às pessoas que têm psicose

São opiniões justificadas? NÃO!

Perigosos e imprevisíveis?



Estigma em relação às pessoas que têm psicose

São opiniões justificadas? NÃO!

Perigosos e imprevisíveis?

As pessoas com psicose estão mais sujeitas a serem vítimas de abuso e violência do que agressores

Contudo: Quando são agressores....

- ... Os jornais e revistas estão mais inclinados a reportar esse facto, porque torna os títulos mais atrativos, mesmo que se torne ambígua a forma como foi feito o crime (ex: pessoas com doença mental assaltou os políticos alemães Lafontaine e Schäuble)
- A estratégia que os advogados usam para justificar os atos de violência como sendo causados por doença mental reforça esta impressão



Estigma em relação às pessoas que têm psicose

São opiniões justificadas? NÃO!

- **Personalidades múltiplas:** Esta imagem da é falsa e conduz a erros. Em primeiro lugar, é controverso se existe algo como personalidades divididas. Em segundo lugar, este sintoma não é indicativo de esquizofrenia ou psicose.



Estigma em relação às pessoas que têm psicose

São opiniões justificadas? NÃO!

- **Personalidades múltiplas:** Esta imagem da é falsa e conduz a erros. Em primeiro lugar, é controverso se existe algo como personalidades divididas. Em segundo lugar, este sintoma não é indicativo de esquizofrenia ou psicose.
- **Não inteligente:** A formação de doenças mentais não está relacionada com inteligência. Tal como na população geral, muitas pessoas com psicose podem ter inteligência acima da média



Estigma em relação às pessoas que têm psicose

São opiniões justificadas? NÃO!

- **Personalidades múltiplas:** Esta imagem da é falsa e conduz a erros. Em primeiro lugar, é controverso se existe algo como personalidades divididas. Em segundo lugar, este sintoma não é indicativo de esquizofrenia ou psicose.
- **Não inteligente:** A formação de doenças mentais não está relacionada com inteligência. Tal como na população geral, muitas pessoas com psicose podem ter inteligência acima da média
- **Condição permanente:** Com o tratamento adequado, muitos doentes podem ser capazes de terem vidas produtivas e preenchidas.



Porque estamos a ver isto?

Muitas pessoas diagnosticadas com “esquizofrenia” ou “psicose” (mas não todas!) podem sofrer discriminação se o seu diagnóstico levantar associações e premissas incorretas.

Para reduzir o estigma, os estereótipos comuns sobre as pessoas com esquizofrenia ou psicose devem ser identificados e corrigidos.



Porque estamos a ver isto?

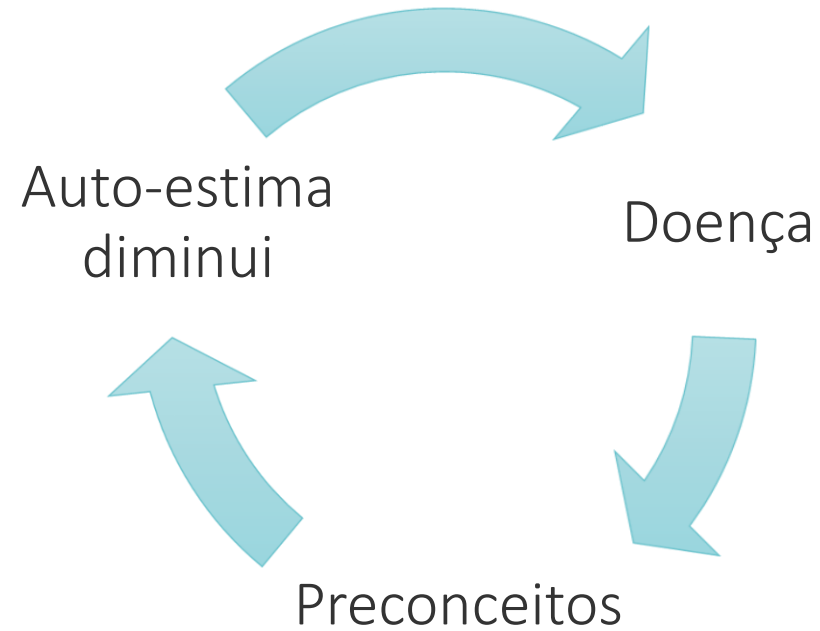
Muitas pessoas diagnosticadas com “esquizofrenia” ou “psicose” (mas não todas!) podem sofrer discriminação se o seu diagnóstico levantar associações e premissas incorretas.

Para reduzir o estigma, os estereótipos comuns sobre as pessoas com esquizofrenia ou psicose devem ser identificados e corrigidos.

Importante: se as conhecer de perto, saberá que todas as pessoas têm qualidades que as tornam especiais e únicas. Muitos preconceitos e estereótipos são baseados num aspecto da identidade da pessoa. Estes preconceitos ou estereótipos podem levar-nos a tratar mal pessoas que não merecem ser julgadas negativamente. A doença mental é apenas um aspecto da identidade da pessoa.



O que devemos fazer?



Informe-se & fale adequadamente acerca da sua experiência de doença



Devo comunicar acerca da minha doença... como?

Precisa de falar aos outros que tem um diagnóstico de psicose?

- O diagnóstico de psicose ou de esquizofrenia (tal como qualquer outra doença mental) não é identificável, isto é, não tem de ser obrigatoriamente partilhado.

É sua decisão informar os outros se quer ou não dizer o diagnóstico que tem.





Devo comunicar acerca da minha doença... como?

Precisa de falar aos outros que tem um diagnóstico de psicose?

- Pode ser importante para si falar a uma pessoa em quem confie acerca da sua doença, porque...
- Muitas vezes as outras pessoas que são significativas detetam os sinais precoces de uma fase psicótica emergente mais cedo que os próprios doentes.





Como posso comunicar a minha doença?

Recomendação: Explique os seus sintomas mais do que falar acerca do seu diagnóstico.



Como posso comunicar a minha doença?

Recomendação: Explique os seus sintomas mais do que falar acerca do seu diagnóstico.

- Especialmente se não conhece a pessoa muito bem, é mais adequado descrever os seus sintomas em vez de dizer o nome por vezes ambíguo da sua condição (esquizofrenia, psicose).



Como posso comunicar a minha doença?

Recomendação: Explique os seus sintomas mais do que falar acerca do seu diagnóstico.

- Especialmente se não conhece a pessoa muito bem, é mais adequado descrever os seus sintomas em vez de dizer o nome por vezes ambíguo da sua condição (esquizofrenia, psicose).
- Para ser capaz de explicar a sua doença aos outros, deve tornar-se em primeiro lugar um “expert” do assunto!



Como posso comunicar a minha doença?

Os principais sintomas de psicose e de esquizofrenia:

???



Como posso comunicar a minha doença?

Os principais sintomas de psicose e de esquizofrenia:

- Alucinações
- Delírios
- Outros sintomas (não específicos) tais como depressão (que também pode ocorrer noutras perturbações)



Como posso comunicar a minha doença?

Os principais sintomas de psicose e de esquizofrenia:

- **Alucinações:** ouvir, ver ou sentir coisas que não se encontra ali (ex: ouvir vozes ofensivas)



Como posso comunicar a minha doença?

Os principais sintomas de psicose e de esquizofrenia:

- **Alucinações:** ouvir, ver ou sentir coisas que não se encontra ali (ex: ouvir vozes ofensivas)

Exemplo:

“Aproximadamente 15% da população tem alucinações sem ter uma doença mental. Como posso descrever para si? É comparável a ouvir um som de tal forma forte, que parece real. Ou ouvir a campainha quando estás a esperar alguém, mas não está ninguém ali na realidade”



Como posso comunicar a minha doença?

Os principais sintomas de psicose e de esquizofrenia:

- **Delírios:** estar convencido de algo que não é verdade (ex: ser escolhido para salvar o mundo ou ser perseguido pelos serviços secretos)



Como posso comunicar a minha doença?

Os principais sintomas de psicose e de esquizofrenia:

- **Delírios:** estar convencido de algo que não é verdade (ex: ser escolhido para salvar o mundo ou ser perseguido pelos serviços secretos)

Exemplo:

“Quase todos conhecem a sensação de achar que todo o mundo está contra nós. Ou que as pessoas estão a olhar para si, especialmente se não se sente bem na sua pele. Para mim esta sensação é mais forte. Houve tempos em que estava 100% certo de que as pessoas estavam a perseguir-me. Agora vejo as coisas de forma diferente.” ou “Quase todas as pessoas tiveram a sensação de se sentirem preparadas para fazer algo e que ninguém o poderá fazer melhor. Para mim, este tipo de pensamento dura mais tempo e conduz a problemas severos.”



Como posso comunicar a minha doença?

Os principais sintomas de psicose e de esquizofrenia:

- **Outros sintomas (não específicos):** Por exemplo, depressão, perturbação da comunicação, dificuldades de atenção



Como posso comunicar a minha doença?

Os principais sintomas de psicose e de esquizofrenia:

- **Outros sintomas (não específicos):** Por exemplo, depressão, perturbação da comunicação, dificuldades de atenção

Exemplo:

“Todas as pessoas têm momentos em que se sentem muito tristes, em que não são capazes de fazer nada e em que têm vontade de desistir. O mesmo acontecia comigo – só que a tristeza durava semanas e nada me podia animar. Não só me sentia triste, como sem esperança e sem valor. A dada altura parece que esta sensação não vai terminar e que vai ser sempre desta maneira. Mas a certa altura, parece como se uma cortina se abrisse...”



Como posso comunicar a minha doença?

Informe-se acerca do que é a psicose. A melhor maneira de corrigir visões falsas e perspetivas erradas que as outras pessoas têm é falar-lhe acerca de factos.



Aplicação à vida diária

Objetivos de Aprendizagem:

Para prevenir o preconceito e o estigma, é importante comunicar apropriadamente a sua doença a outras pessoas.

- As doenças mentais são comuns
- Não tem de partilhar detalhes da sua condição médica se não se sentir confortável com isso
- Pode ajuda contar as pessoas em quem confia acerca do seu diagnóstico, para obter apoio e para o ajudar a prevenir recaídas.
- Por vezes, os outros podem manter crenças erradas acerca da doença. Explicar os seus sintomas (de psicose) pode ajudar mais do que partilhar um diagnóstico que pode confundir as pessoas que o desconhecem.



O que tem isto a ver com a psicose?

Muitas pessoas com psicose (não todas!) têm de lutar contra o preconceito. Para prevenir o preconceito, pode ser útil explicar a doença a outras pessoas.

Exemplo: Devido a uma fase psicótica, o Vasco gastou as últimas semanas no hospital. Até agora ele não contou a ninguém acerca da sua doença e por isso está cada vez mais afastado dos outros.

Contexto: No passado, o Vasco teve experiências negativas quando falava abertamente acerca da sua psicose. A última vez que contou a um chefe, foi transferido. Agora ele tem medo que os seus amigos achem que ele é doido e se afastem dele.

Contudo: Durante a sua última hospitalização, o Vasco fez o treino metacognitivo, bem como outras terapias e atividades, e decidiu deixar de se esconder dos seus amigos e colegas. Quase todos responderam de forma apropriada à descrição do Vasco acerca dos seus sintomas. Inclusivamente um deles indicou que também tinha muitas vezes a sensação de estar a ser perseguido e ameaçado.



Obrigado pela sua atenção!

para los conductores:

Distribua as folhas de trabalho e introduza a aplicação móvel COGITO (gratuita para descarregar).



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
Steven Depolo	flickr	Soccer Balls Net 7-22-09 1	CC	Soccer balls/Fußbälle
Jeff Nelson	flickr	ft_edm_park__0103.jpg	CC	letter/Brief
Victor Svensson	flickr	DNA	CC	DNA
Christian Schnettelker	flickr	Stamp/Stempel	CC	stamp/Stempel
DonkeyHotey	flickr	Stop Sign	CC	stop sign/Stoppschild
Vic	flickr	Deciding Which Door to Choose 2	CC	deciding which door to choose/Entscheidung zwischen zwei Türen