



Метакогнитивная терапия (МКТ)

# МКТ 2 А – Преждевременные заключения I

© Moritz, Woodward, Hipke & Russu (8|22)

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

Использование изображений было любезно одобрено художниками и владельцами на права изображения - детали (исполнитель, название), см. в конце презентации.





# Преждевременные заключения/выводы

- Иногда мы делаем поспешные выводы на основе обширного спектра информации, которая нас окружает.



## Преждевременные заключения/выводы

- Иногда мы делаем поспешные выводы на основе обширного спектра информации, которая нас окружает.
- Иногда мы делаем выводы без доказательств на все 100%.



## Преждевременные заключения/выводы

- Иногда мы делаем поспешные выводы на основе обширного спектра информации, которая нас окружает.
- Иногда мы делаем выводы без доказательств на все 100%.
- Для наших суждений необходимо стремиться к *балансу* между:



# Преждевременные заключения/выводы

- Иногда мы делаем поспешные выводы на основе обширного спектра информации, которая нас окружает.
- Иногда мы делаем выводы без доказательств на все 100%.
- Для наших суждений необходимо стремиться к *балансу* между:
  - Очень быстрым решением (**Риск**: неправильное или плохое решение)
  - и



## Преждевременные заключения/выводы

- Иногда мы делаем поспешные выводы на основе обширного спектра информации, которая нас окружает.
- Иногда мы делаем выводы без доказательств на все 100%.
- Для наших суждений необходимо стремиться к *балансу* между:
  - Очень быстрым решением (**Риск**: неправильное или плохое решение)  
и
  - и слишком тщательному подходу к решениям (**Недостаток**: большая потеря времени)



## Выводы без 100%- го доказательства

Событие	Возможное объяснение	Оправданный вывод?
Из квартиры проникает дым	Пожар?	??? – Каковы ваши действия?
Мужчина говорит невнятно	В нетрезвом состоянии?	???



## Выводы без 100%- го доказательства

Событие	Возможное объяснение	Оправданный вывод?
Из квартиры проникает дым	Пожар?	<b>Вероятно</b> - “Нет дыма без огня”. Сообщите в соответствующие инстанции. Бездействие было бы более серьезным, чем ложная тревога.
Мужчина говорит невнятно	В нетрезвом состоянии?	???



## Выводы без 100%- го доказательства

Событие	Возможное объяснение	Оправданный вывод?
Из квартиры проникает дым	Пожар?	<b>Вероятно</b> - “Нет дыма без огня”. Сообщите в соответствующие инстанции. Бездействие было бы более серьезным, чем ложная тревога.
Мужчина говорит невнятно	В нетрезвом состоянии?	<b>Возможно</b> - Есть несколько других возможных объяснений (напр. Инсульт). Не учитывая других возможных объяснений, Вы можете поступить несправедливо и обидеть человека.



# Поспешные мысли и выводы “в действии”

Область	Пример
Политика	???
Медицина	???



# Поспешные мысли и выводы “в действии”

Область	Пример
<p>Политика</p>	<p>Люди часто делают поспешные выводы, когда слышат о преступлениях в СМИ. Исходя из политической позиции они могут быстро приписать злоумышленнику определенные мотивы.</p> <p>Пример: Преступник и жертва принадлежат к разным расам или религиям. Многие люди считают, что расизм или экстремизм являются основным мотивом преступления.</p> <p>Иногда это может оказаться правдой. Однако, в общественных обсуждениях, такие предположения часто делаются слишком быстро и редко рассматриваются альтернативные точки зрения.</p>
<p>Медицина</p>	<p>???</p>



# Поспешные мысли и выводы “в действии”

Область	Пример
<p>Политика</p>	<p>Люди часто делают поспешные выводы, когда слышат о преступлениях в СМИ. Исходя из политической позиции они могут быстро приписать злоумышленнику определенные мотивы.</p> <p>Пример: Преступник и жертва принадлежат к разным расам или религиям. Многие люди считают, что расизм или экстремизм являются основным мотивом преступления.</p> <p>Иногда это может оказаться правдой. Однако, в общественных обсуждениях, такие предположения часто делаются слишком быстро и редко рассматриваются альтернативные точки зрения.</p>
<p>Медицина</p>	<p><b>Неверный диагноз</b></p> <p>Редкий синдром → диагноз?</p> <p>Например при судорогах или конвульсиях: диагноз – эпилепсия. Но иногда такие судороги могут возникнуть и по другим причинам, напр. из-за большого количества алкоголя в организме или высокой температуры.</p> <p>С другой стороны диагноз мог быть поставлен досрочно, впоследствии чего некоторые заболевания могут быть остаться незамечанными (напр. рак).</p>



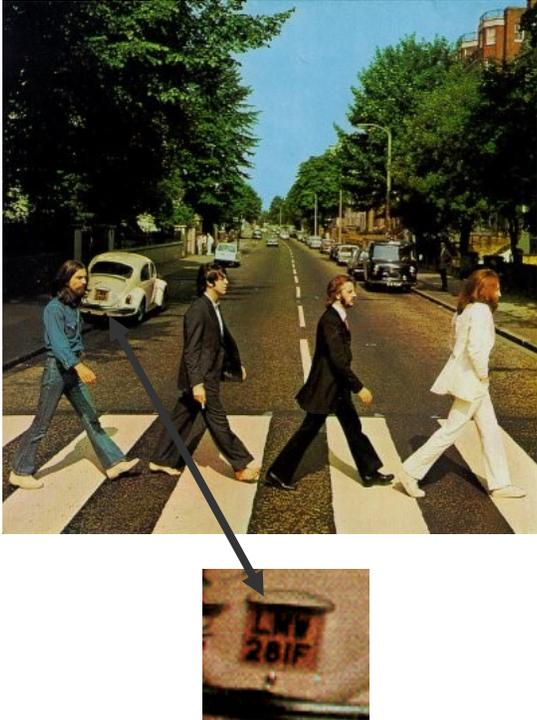
# “Современная легенда”

(альтернативные упражнения см. в конце презентации)

Легенда	За и Против	“Вещественное доказательство”
<p>Сэр Джеймс Пол Маккартни (англ. Sir James Paul McCartney,) погиб 9 ноября 1966 года и был впоследствии заменён двойником</p>	<p>За: ???</p> <p>Против: ???</p>	

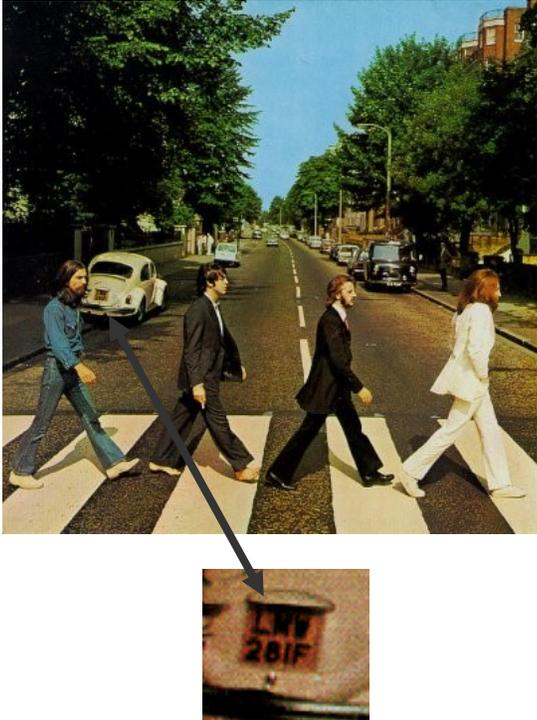


# “Современная легенда”

Легенда	За и Против	“Вещественное доказательство”
<p>Сэр Джеймс Пол Маккартни (англ. Sir James Paul McCartney,) погиб 9 ноября 1966 года и был впоследствии заменён двойником</p>	<p><b>За:</b> якобы около 70 спрятанных от прессы доказательств, некоторые прослеживаются в иллюстрации альбома “Abbey Road” (иллюстр.справа):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Пол босиком, бледный как “смерть”</li> <li>• Пол левша, хотя держит сигарету в правой руке</li> <li>• Номер машины “LMW” (см. стрелку) обозначает “Linda McCartney Weeping” (Линда Маккартни плачет)</li> </ul> <p><b>Против:</b> ???</p>	



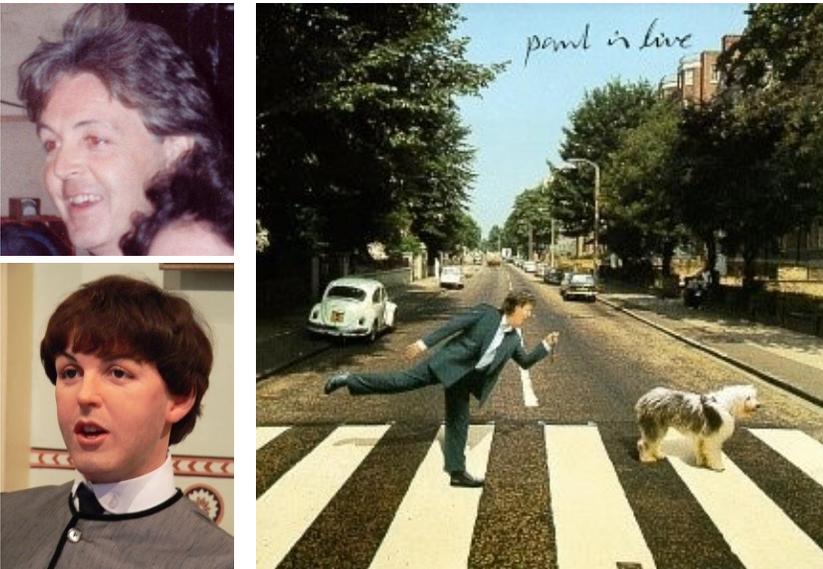
# “Современная легенда”

Легенда	За и Против	“Вещественное доказательство”
<p>Сэр Джеймс Пол Маккартни (англ. Sir James Paul McCartney,) погиб 9 ноября 1966 года и был впоследствии заменён двойником</p>	<p><b>За:</b> якобы около 70 спрятанных от прессы доказательств, некоторые прослеживаются в иллюстрации альбома “Abbey Road” (иллюстр.справа):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Пол босиком, бледный как “смерть”</li> <li>• Пол левша, хотя держит сигарету в правой руке</li> <li>• Номер машины “LMW” (см. стрелку) обозначает “Linda McCartney Weeping” (Линда Маккартни плачет)</li> </ul> <p><b>Против:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• такой же внешний вид и голос</li> <li>• доказательства слишком размыты, “LMW” может означат многое</li> <li>• Источник: легенда была распространена в 1969 году в газетах и использовалась как шутка</li> </ul>	<p>“Вещественное доказательство”</p> 



## “Современная легенда”

Был ли действительно Пол Маккартни заменен двойником ?



Юмористический ответ Пола Маккартни на слухи про его собственную смерть: новый соло-альбом под названием “Paul is live” (Пол жив). Обратите внимание на обложку альбома, которая совпадает с предыдущей картинкой

Нет!



# Каковы причины тех или иных теорий заговора?

???



## Каковы причины тех или иных теорий заговора?

- Чаще всего они более захватывающие чем реальность!
- Они основаны на высказываниях, которые тяжело проверить или доказать (напр. что Пол левша).
- Они скрывают альтернативные объяснения (напр. “LMW” может означать что угодно).
- Легенды иногда разрушают правдивые факты (Маккартни действительно был левшой, но это не значит, что он не мог держать сигарету в правой руке, например, потому что фотограф хотел так).



## Каковы причины тех или иных теорий заговора?

- Существует множество примеров из истории, когда меньшинства или посторонние были обвинены, что якобы причиняли вред другим или влекли за собой всевозможные бедствия. Например в средние века часто обвиняли девушек в колдовстве и темных силах из-за рыжих волос или зеленых глаз.
- Такие простые и необоснованные обвинения являлись причиной гнева в обществе и давали тем самым ложное ощущение контроля.



## Какой в этом смысл?

- Исследования показывают, что многие (но не все!) люди страдающие психозом склонны к принятиям поспешных решений.



## Какой в этом смысл?

- Исследования показывают, что многие (но не все!) люди страдающие психозом склонны к принятиям поспешных решений.
- Такой подход часто приводит к неправильным решениям. Поэтому особенно важно собрать и учесть как можно больше разносторонней информации.



# Примеры влияния психоза на неверно оцененные ситуации

Ситуация	Во время психоза	Другие объяснения
Щелканье в телефоне	Кто-то прослушивает Ваш телефон, милиция Вас выслеживает	Повреждения кабеля; Типичные шумы на большом расстоянии; Мертвая зона для мобильного разговора
По радио играет “Toxic” (Rus: токсичные) в исполнении Б. Спирс	Секретный знак о предстоящей атаки ядовитым газом	Музыкальный канал, специализирующийся на поп-музыке
Белая пыль на столе в кухне, которой раньше не было	Уверенность: сибирская язва (Anthrax) - была предпринята попытка убийства, или полицейские хотят навязать мне ими подкинутые наркотики	Кто-то пек пирог или в квартире не убрано

Мог бы кто-то из Вас поделиться с нами своим опытом в похожих ситуациях?



# Задание 1

Вы увидите серии снимков. Сначала будет демонстрироваться только одна деталь, затем другая. Это будет продолжаться пока Вы не увидите полную иллюстрацию изображения.

- Ваше задание - распознать этот объект.



# Задание 1

Вы увидите серии снимков. Сначала будет демонстрироваться только одна деталь, затем другая. Это будет продолжаться пока Вы не увидите полную иллюстрацию изображения.

- Ваше задание - распознать этот объект.
- Постарайтесь при этом избегать поспешных и предварительных выводов. Обсудите при этом все возможные варианты.



# Изображение 1

Обратите внимание на указанные варианты ответов. Обсудите в группе вероятность Вашего выбора ответа и на сколько Вы в своем ответе уверены.



## Что может быть изображено на этой картинке?

- Смеющееся лицо
- Блюдо
- Лодка
- Сани
- Голова слона
- Кресло-качалка



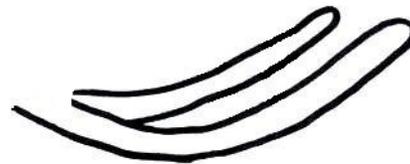
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- Смеющееся лицо
- Блюдо
- Лодка
- Сани
- Голова слона
- Кресло-качалка



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- Смеющееся лицо
- Блюдо
- Лодка
- Сани
- Голова слона
- Кресло-качалка



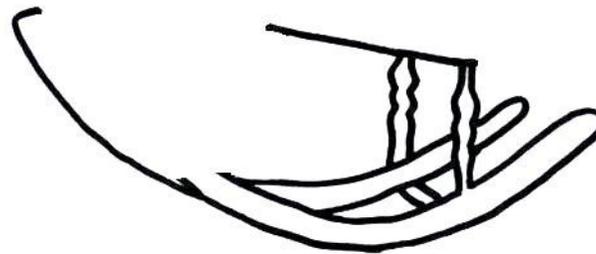
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- Смеющееся лицо
- Блюдо
- Лодка
- Сани
- Голова слона
- Кресло-качалка



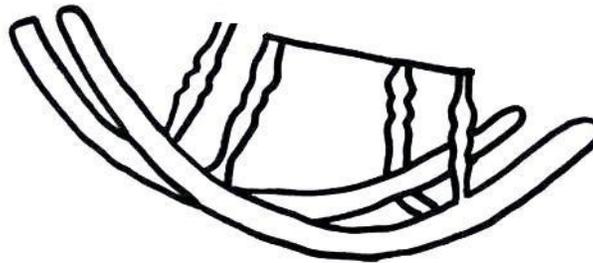
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- Смеющееся лицо
- Блюдо
- Лодка
- Сани
- Голова слона
- Кресло-качалка



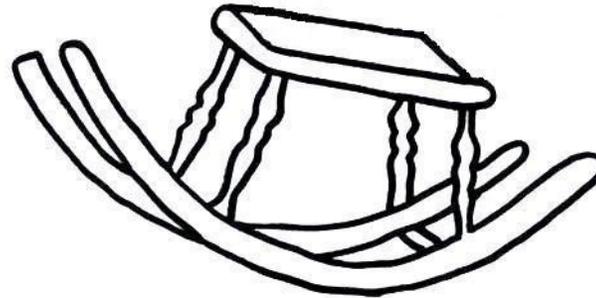
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- Смеющееся лицо
- Блюдо
- Лодка
- Сани
- Голова слона
- Кресло-качалка



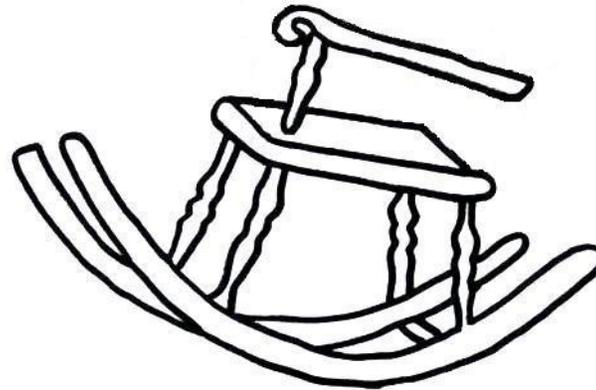
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- Смеющееся лицо
- Блюдо
- Лодка
- Сани
- Голова слона
- Кресло-качалка



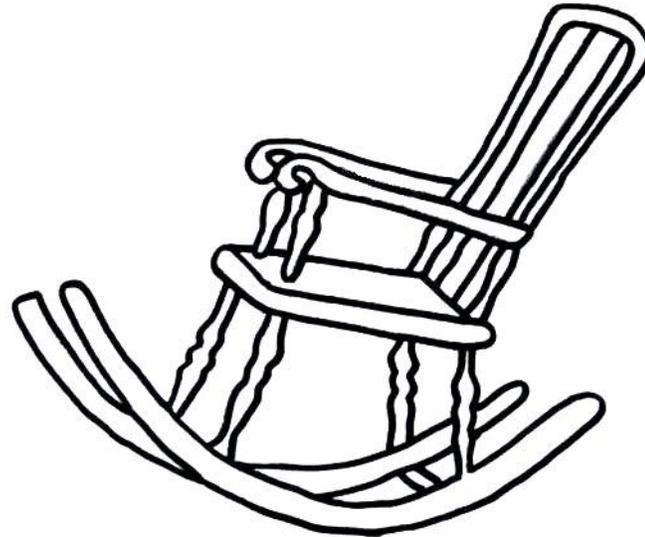
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- Смеющееся лицо
- Блюдо
- Лодка
- Сани
- Голова слона
- Кресло-качалка



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Изображение 2

В этом задании отсутствуют варианты ответов.

Пожалуйста, подумайте и придумайте сами всевозможные варианты. Обсудите свои идеи и предположения в группе.



# Что может быть изображено на этой картинке?

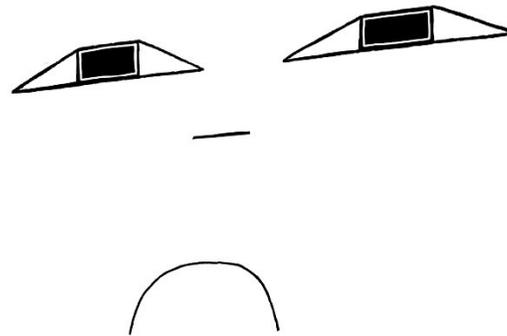


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?

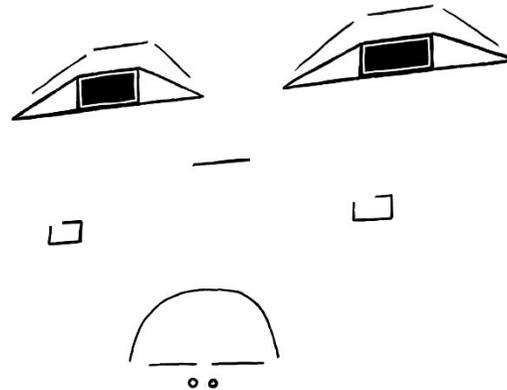


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?

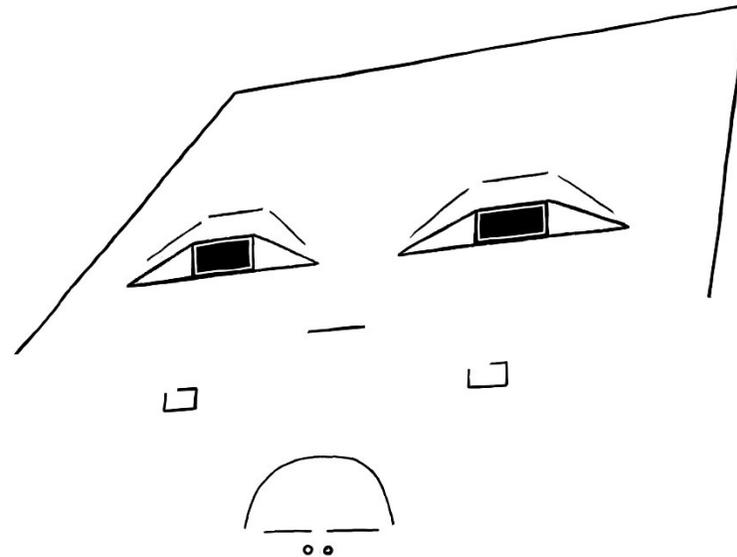


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?

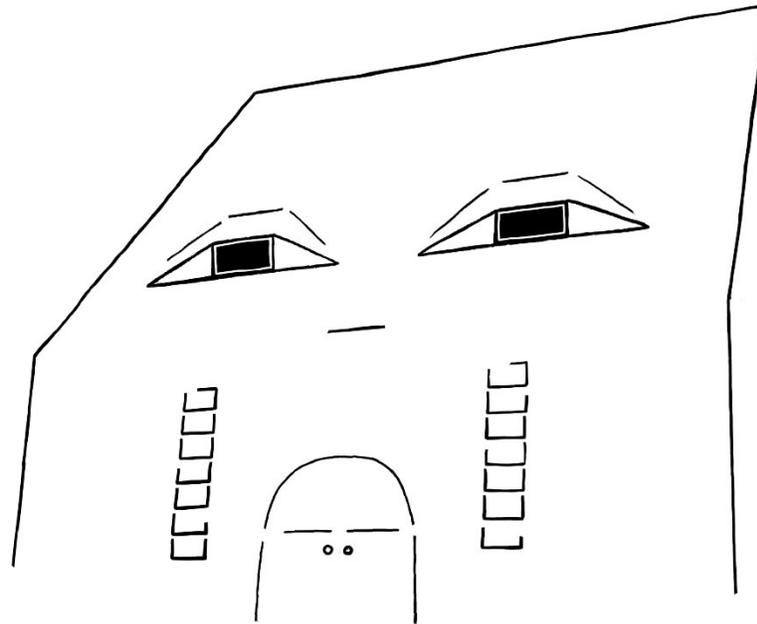


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?

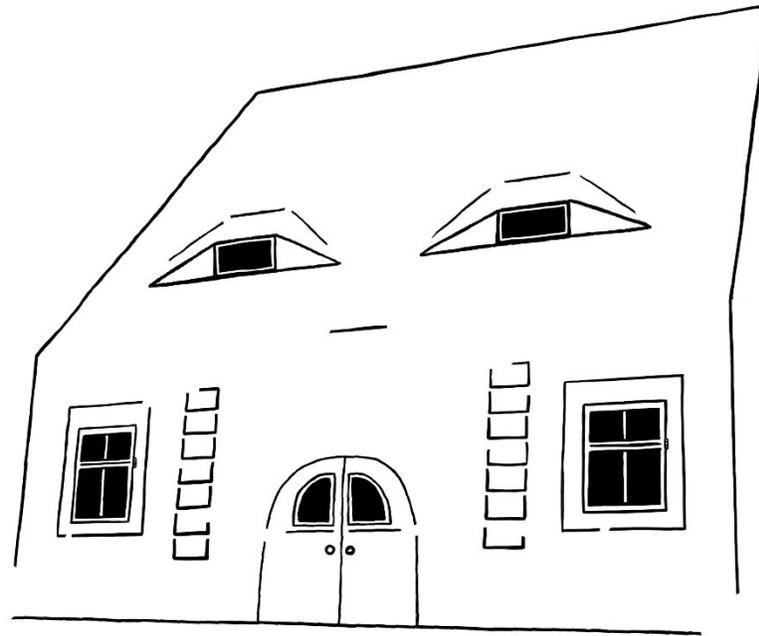


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?

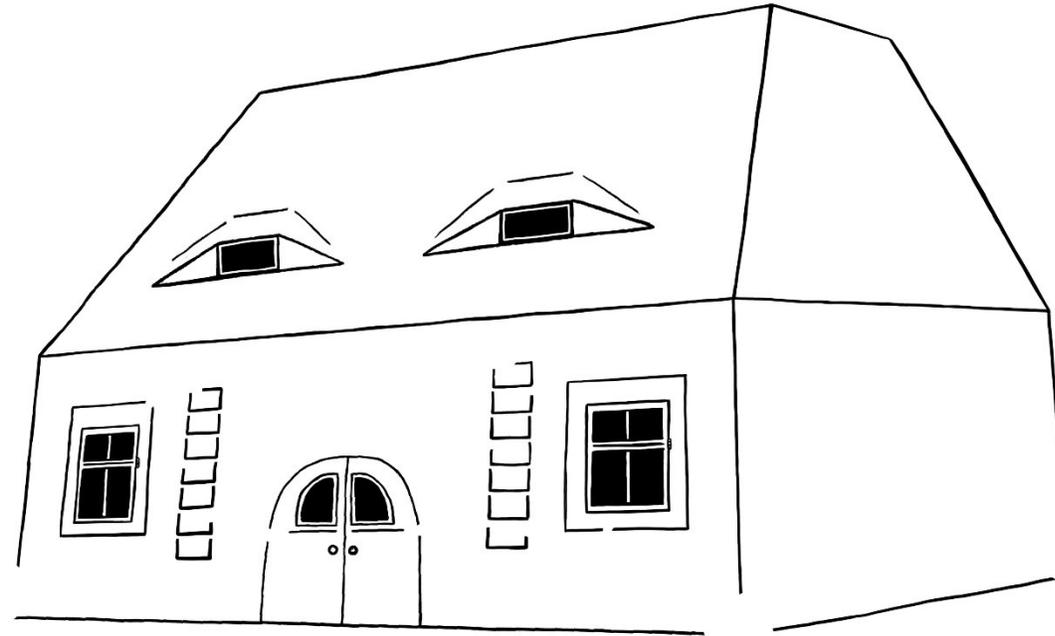


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Изображение 3



Что может быть изображено на этой картинке?

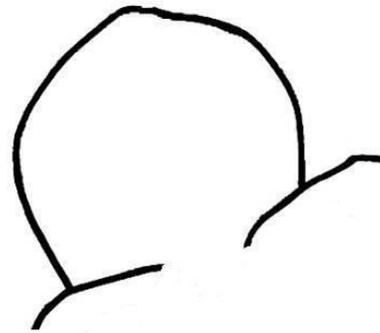


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



Что может быть изображено на этой картинке?

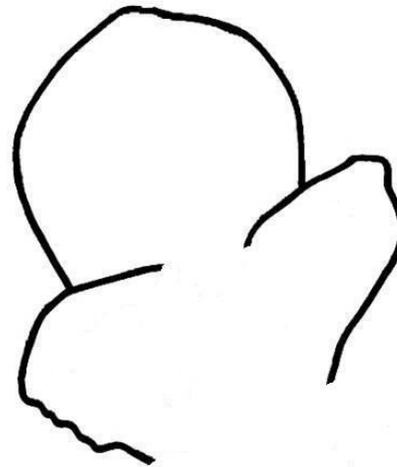


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



Что может быть изображено на этой картинке?

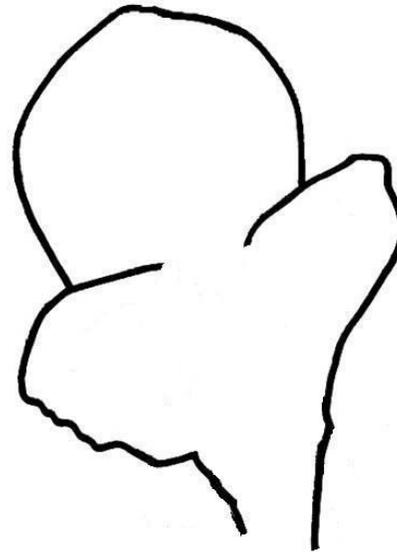


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



Что может быть изображено на этой картинке?

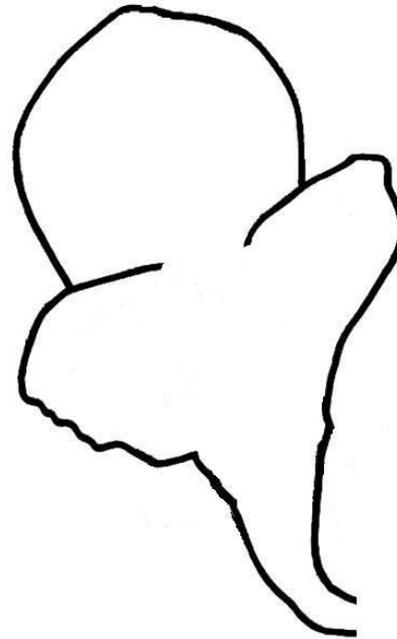


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



Что может быть изображено на этой картинке?

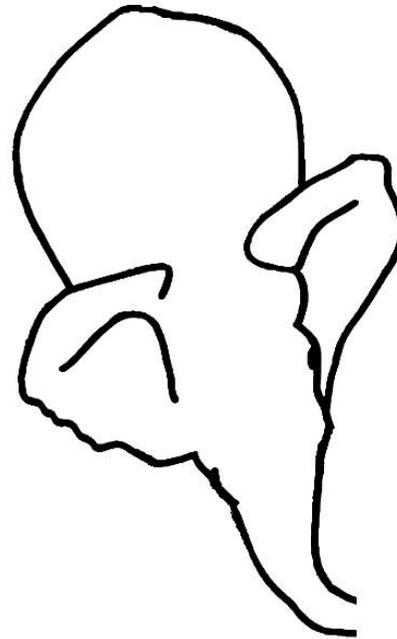


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



Что может быть изображено на этой картинке?

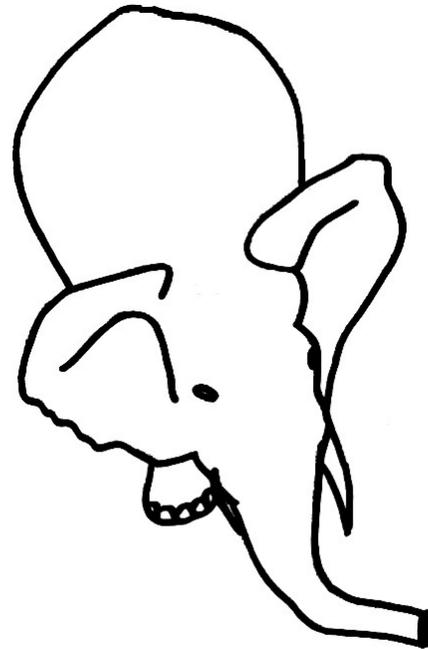


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

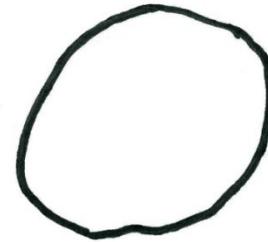
Можете ли Вы дать точный ответ?



# Изображение 4



Что может быть изображено на этой картинке?

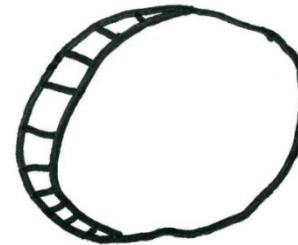


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?

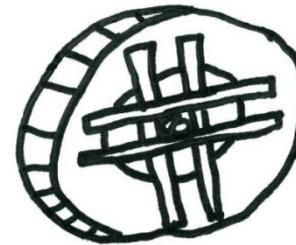


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?

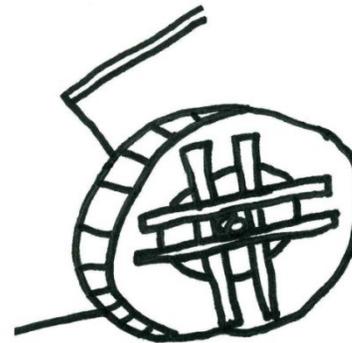


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



Что может быть изображено на этой картинке?

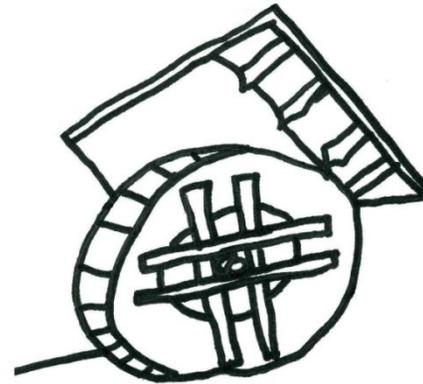


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?

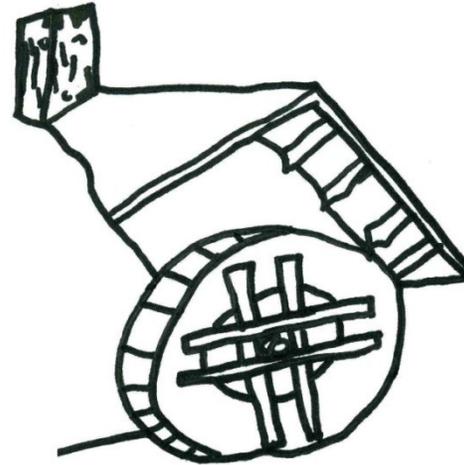


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



Что может быть изображено на этой картинке?

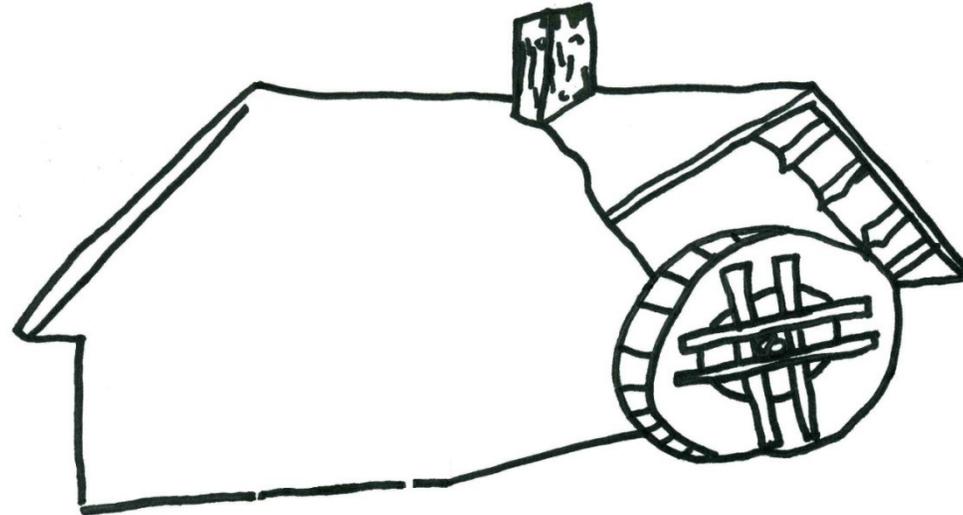


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Изображение 5



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?

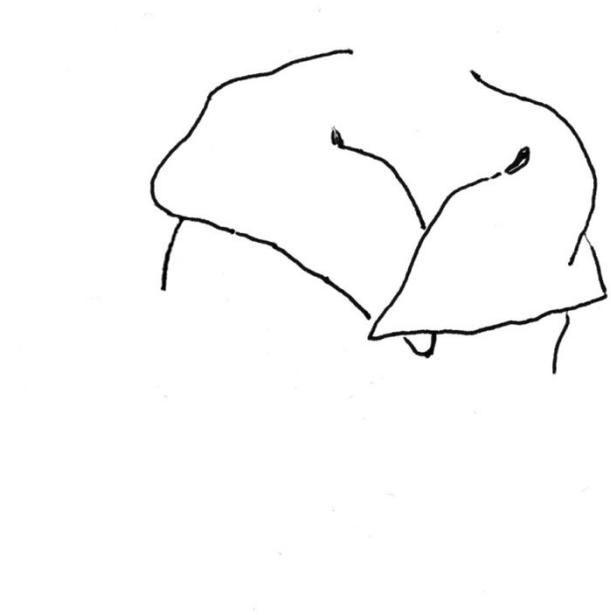


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?

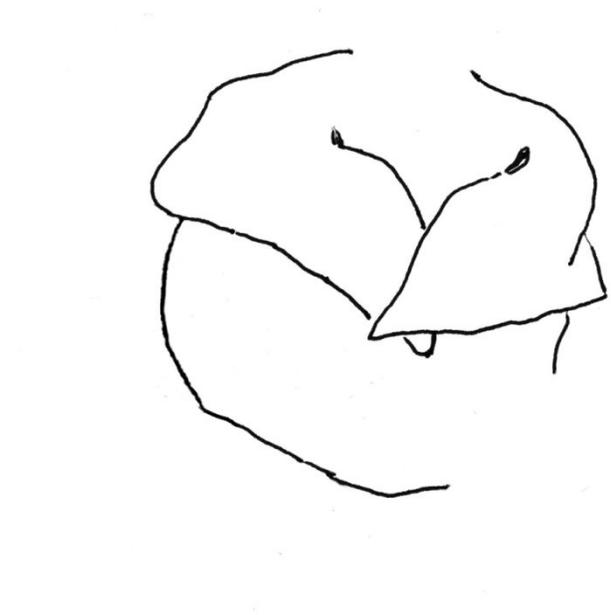


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Факультативно: видеоклип

видеоклипы к сегодняшней теме доступны на веб-сайте:

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

После видео, Вы можете обсудить, как это связано с сегодняшней темой.

*[для тренеров:*

содержание некоторых видеоклипов может не подходить для некоторых участников групп, а также из-за их принадлежности к различным культурам. ожалуйста, предварительно внимательно просмотрите видео перед его показом]





# Изображение 6



## Что может быть изображено на этой картинке?

- пила
- старый мост
- ёж
- травяной холм
- дракон
- забор
- горный пейзаж
- дикобраз
- ушная раковина



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- пила
- старый мост
- ёж
- травяной холм
- дракон
- забор
- горный пейзаж
- дикобраз
- ушная раковина



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- пила
- старый мост
- ёж
- травяной холм
- дракон
- забор
- горный пейзаж
- дикобраз
- ушная раковина



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- пила
- старый мост
- ёж
- травяной холм
- дракон
- забор
- горный пейзаж
- дикобраз
- ушная раковина



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- пила
- старый мост
- ёж
- травяной холм
- дракон
- забор
- горный пейзаж
- дикобраз
- ушная раковина



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- пила
- старый мост
- ёж
- травяной холм
- дракон
- забор
- горный пейзаж
- дикобраз
- ушная раковина



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- пила
- старый мост
- ёж
- травяной холм
- дракон
- забор
- горный пейзаж
- дикобраз
- ушная раковина



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Изображение 7



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?

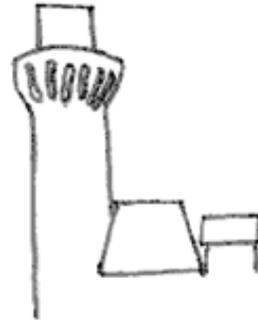


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?

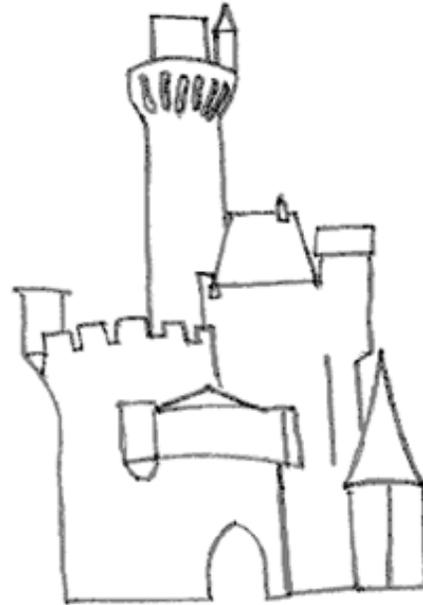


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?

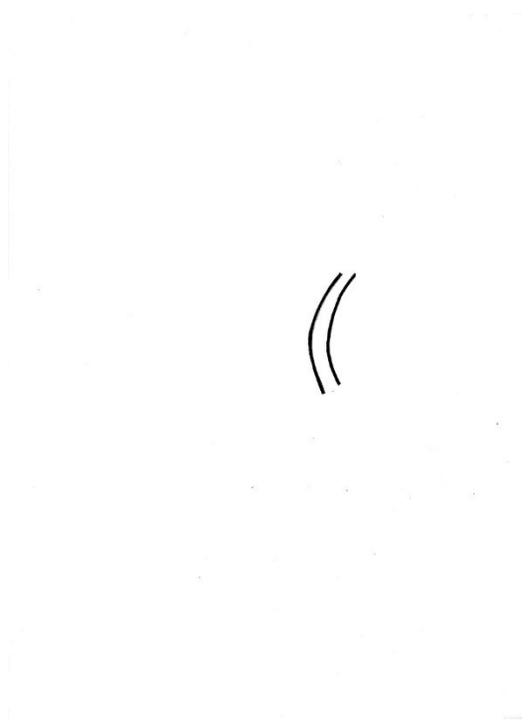


# Изображение 8



## Что может быть изображено на этой картинке?

- веревка
- якорь
- кулон
- змея
- попугай
- лапша
- горох
- цветок
- автомагистраль



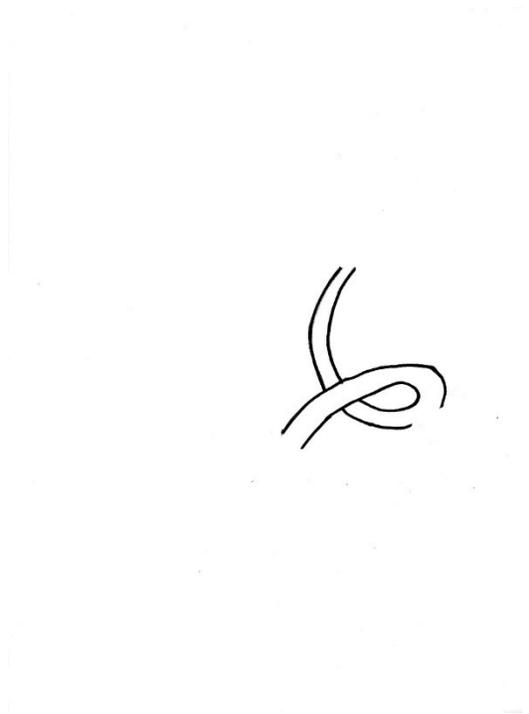
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- веревка
- якорь
- кулон
- змея
- попугай
- лапша
- горох
- цветок
- автомагистраль



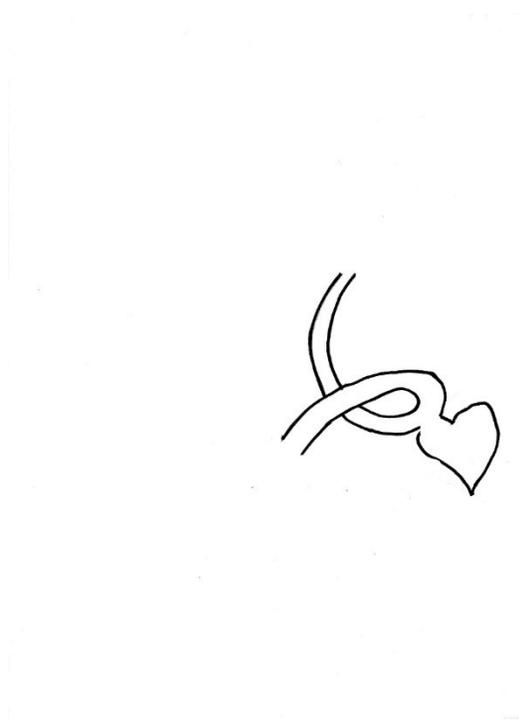
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- веревка
- якорь
- кулон
- змея
- попугай
- лапша
- горох
- цветок
- автомагистраль



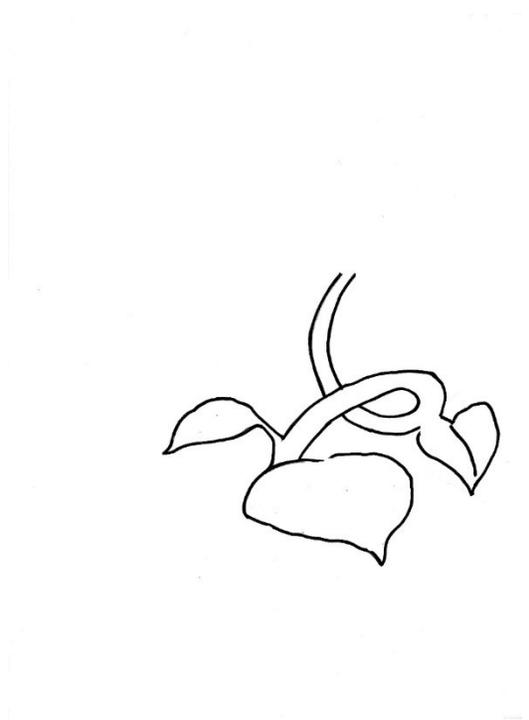
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- веревка
- якорь
- кулон
- змея
- попугай
- лапша
- горох
- цветок
- автомагистраль



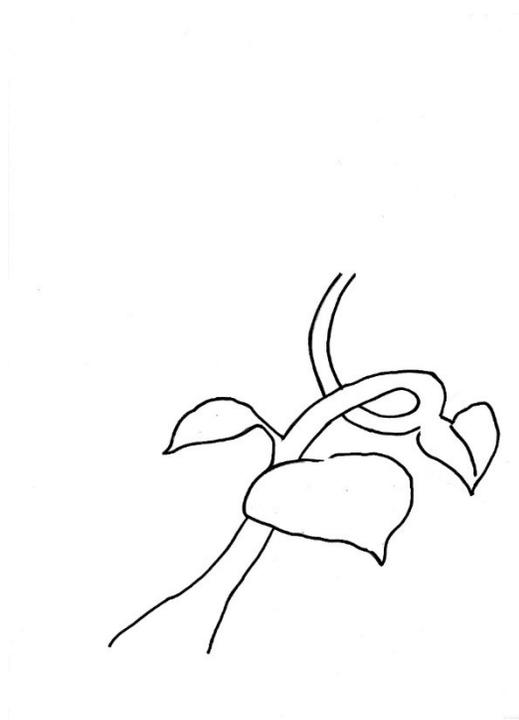
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- веревка
- якорь
- кулон
- змея
- попугай
- лапша
- горох
- цветок
- автомагистраль



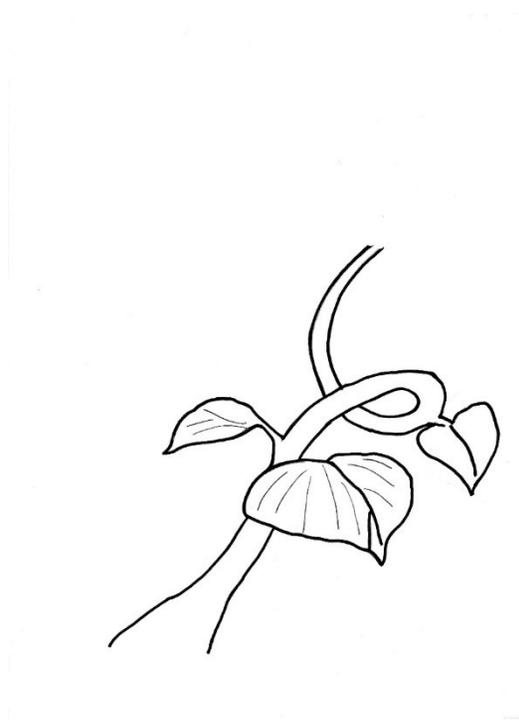
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?

- веревка
- якорь
- кулон
- змея
- попугай
- лапша
- горох
- цветок
- автомагистраль



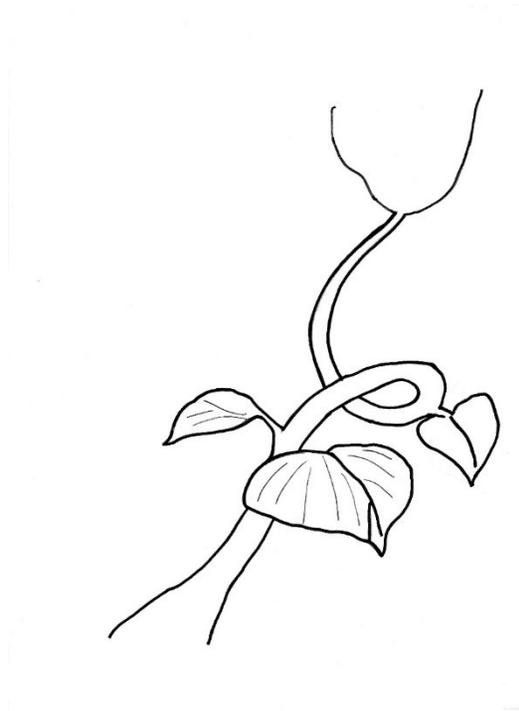
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- веревка
- якорь
- кулон
- змея
- попугай
- лапша
- горох
- цветок
- автомагистраль



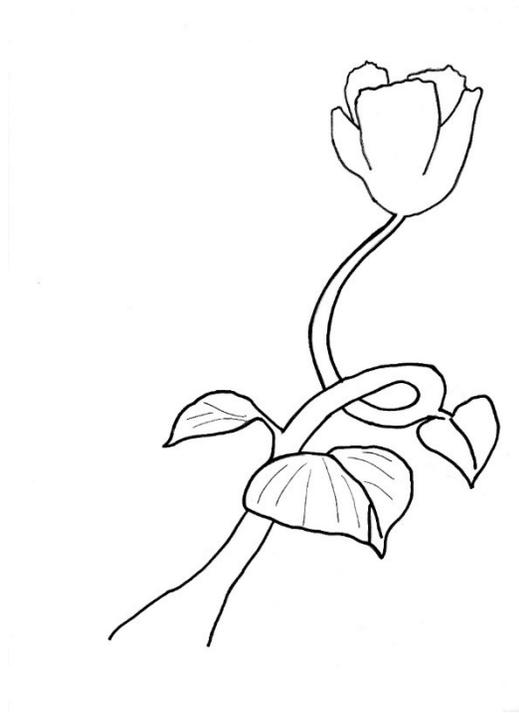
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- веревка
- якорь
- кулон
- змея
- попугай
- лапша
- горох
- цветок
- автомагистраль



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Изображение 9



# Что может быть изображено на этой картинке?

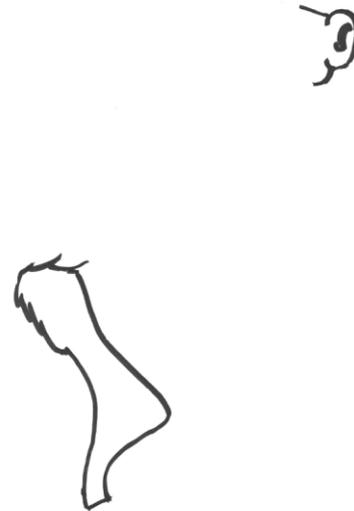


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?

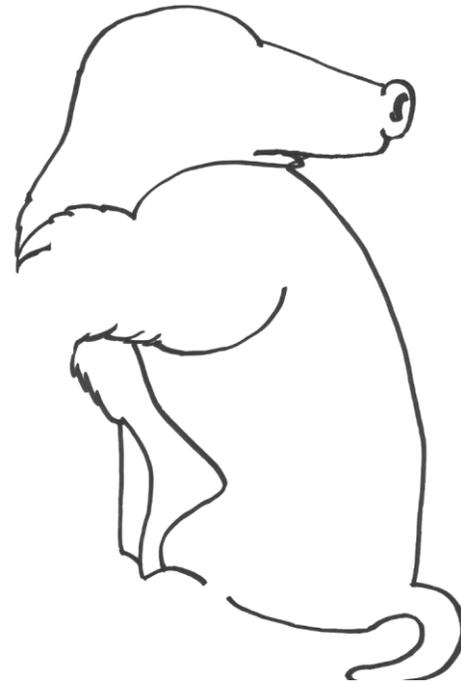


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?

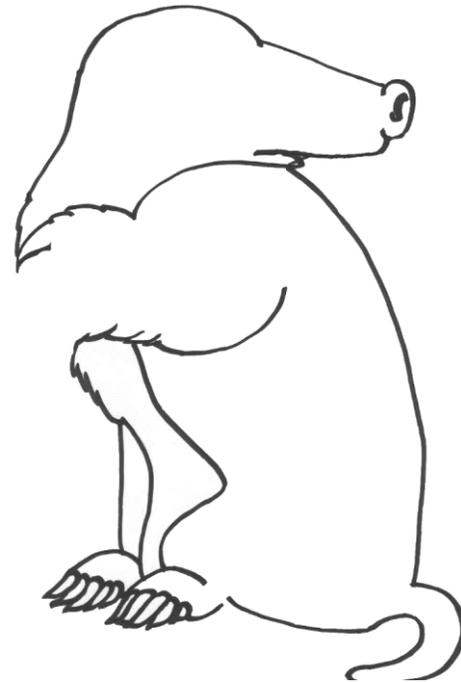


Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Изображение 10



# Что может быть изображено на этой картинке?

- тюлень
- человек в зимней одежде
- цветок
- речной пейзаж
- русалка
- осьминог
- арфа
- ракушка
- рыба



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- тюлень
- человек в зимней одежде
- цветок
- речной пейзаж
- русалка
- осьминог
- арфа
- ракушка
- рыба



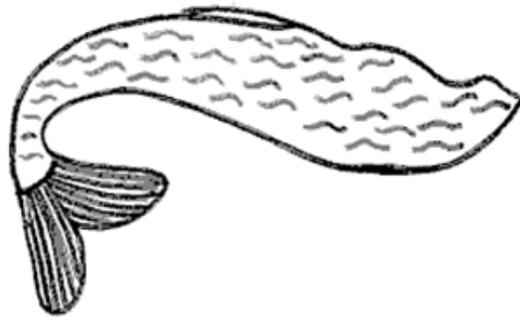
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- тюлень
- человек в зимней одежде
- цветок
- речной пейзаж
- русалка
- осьминог
- арфа
- ракушка
- рыба



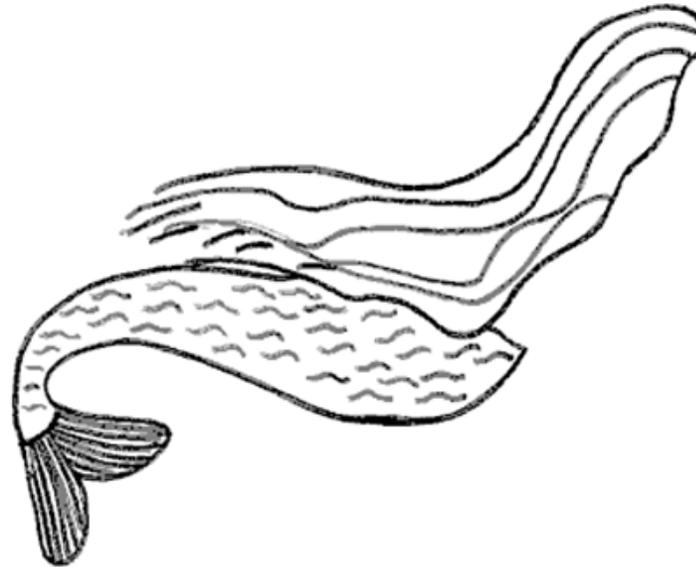
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?

- тюлень
- человек в зимней одежде
- одежда
- цветок
- речной пейзаж
- русалка
- осьминог
- арфа
- ракушка
- рыба



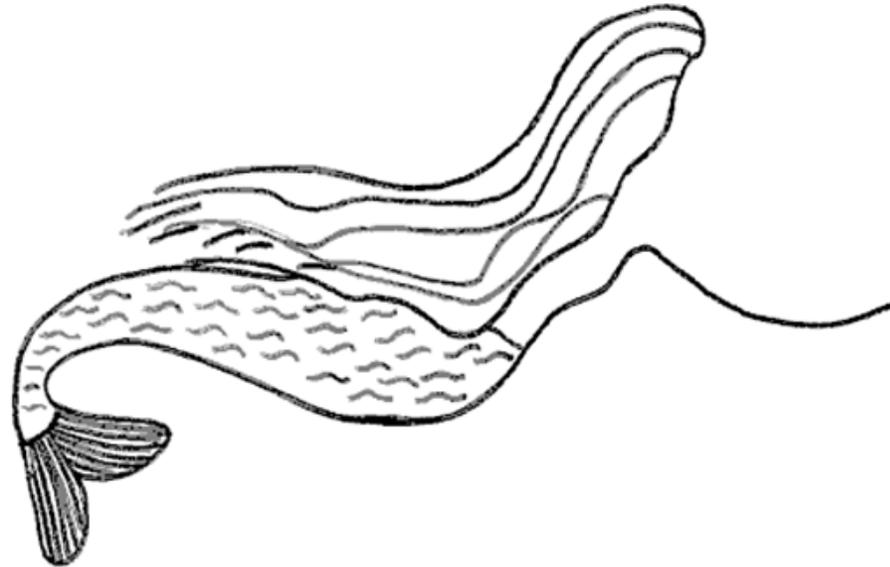
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



# Что может быть изображено на этой картинке?

- тюлень
- человек в зимней одежде
- одежда
- цветок
- речной пейзаж
- русалка
- осьминог
- арфа
- ракушка
- рыба



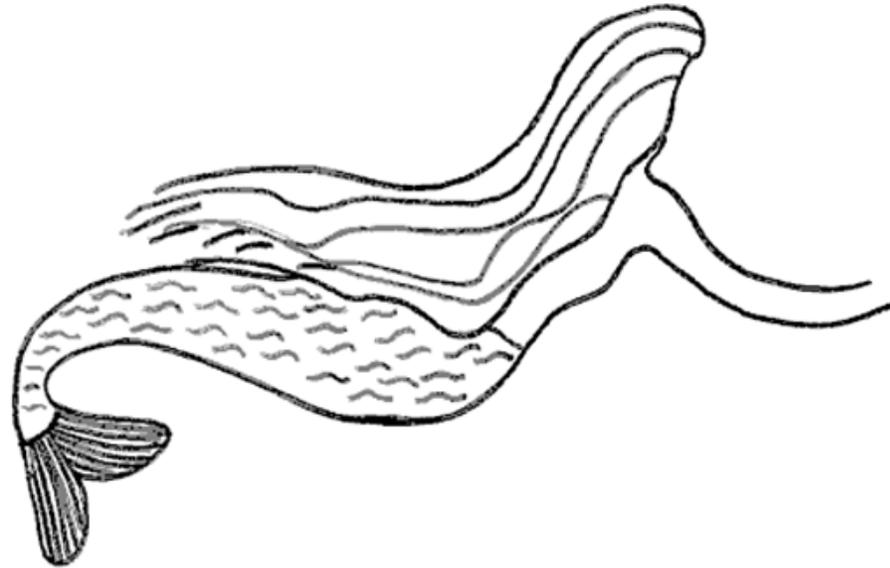
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- тюлень
- человек в зимней одежде
- одежда
- цветок
- речной пейзаж
- русалка
- осьминог
- арфа
- ракушка
- рыба



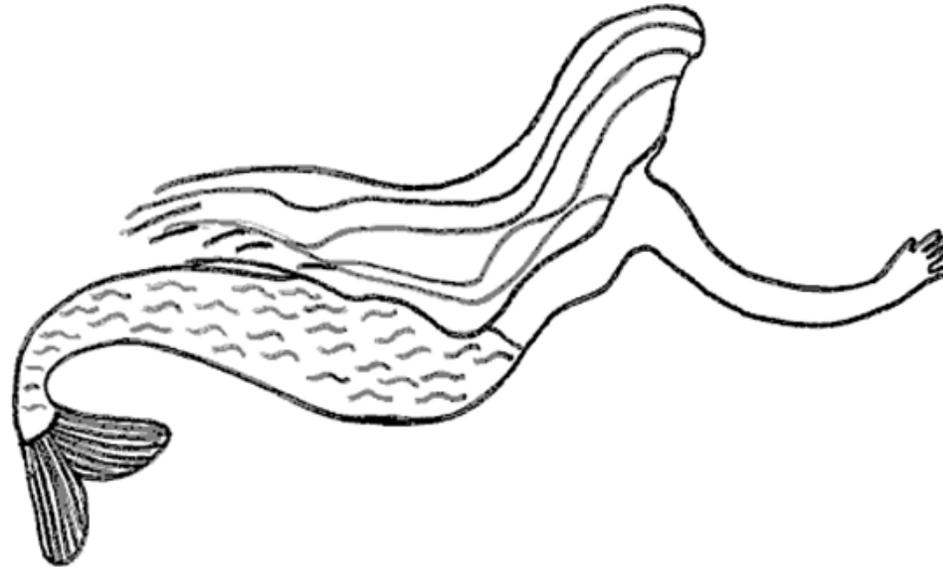
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- тюлень
- человек в зимней одежде
- одежде
- цветок
- речной пейзаж
- русалка
- осьминог
- арфа
- ракушка
- рыба



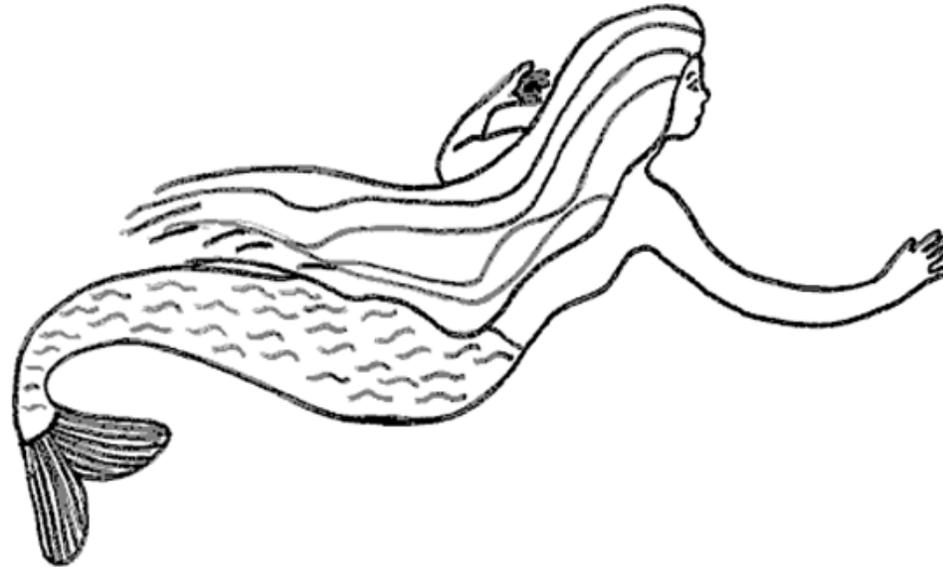
Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Что может быть изображено на этой картинке?

- тюлень
- человек в зимней одежде
- одежде
- цветок
- речной пейзаж
- русалка
- осьминог
- арфа
- ракушка
- рыба



Насколько Вы уверены в Вашем ответе?

Можете ли Вы дать точный ответ?



## Задание 2

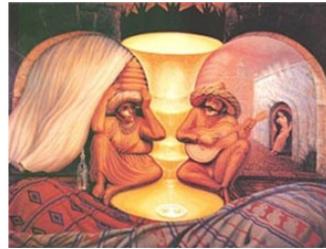


# Что Вы видите?





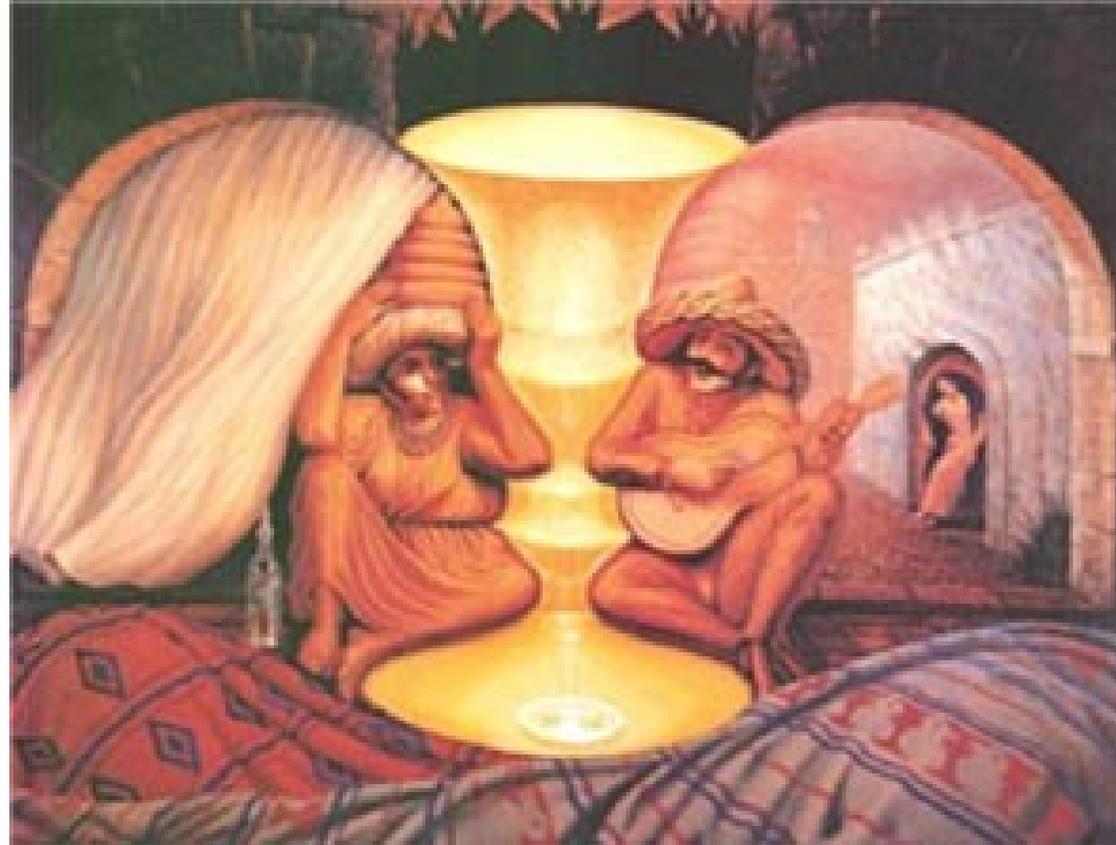
# Что Вы видите?



Старую пару, кубок ...?

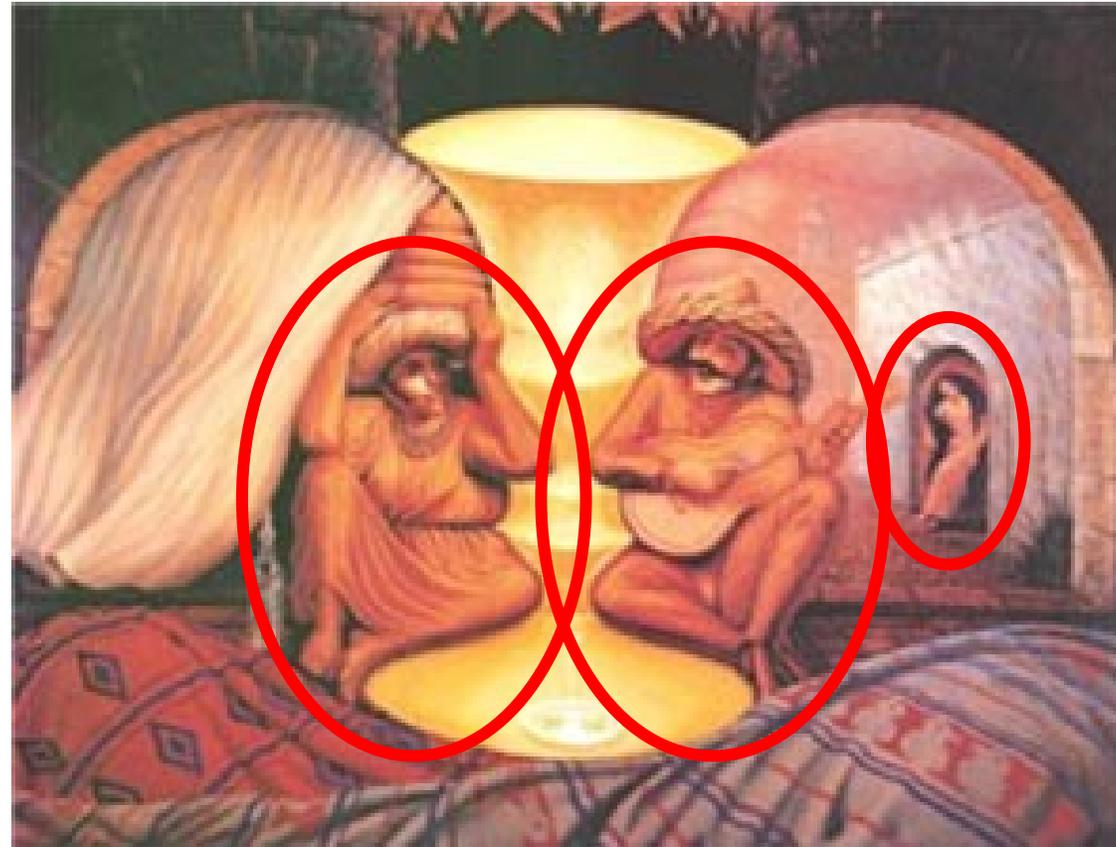


# Что Вы видите?





# Что Вы видите?





Быстрые решения не всегда приводят к неправильным решениям. Но иногда обнаруживается только “половина правды”!



Быстрые решения не всегда приводят к неправильным решениям. Но иногда обнаруживается только “половина правды”!

Попробуйте найти все символы в следующих изображениях!



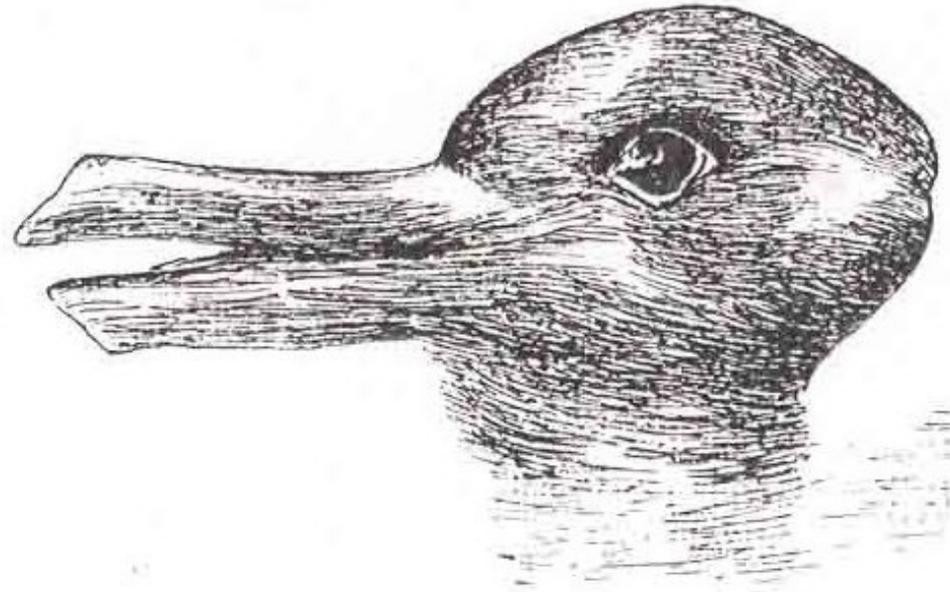


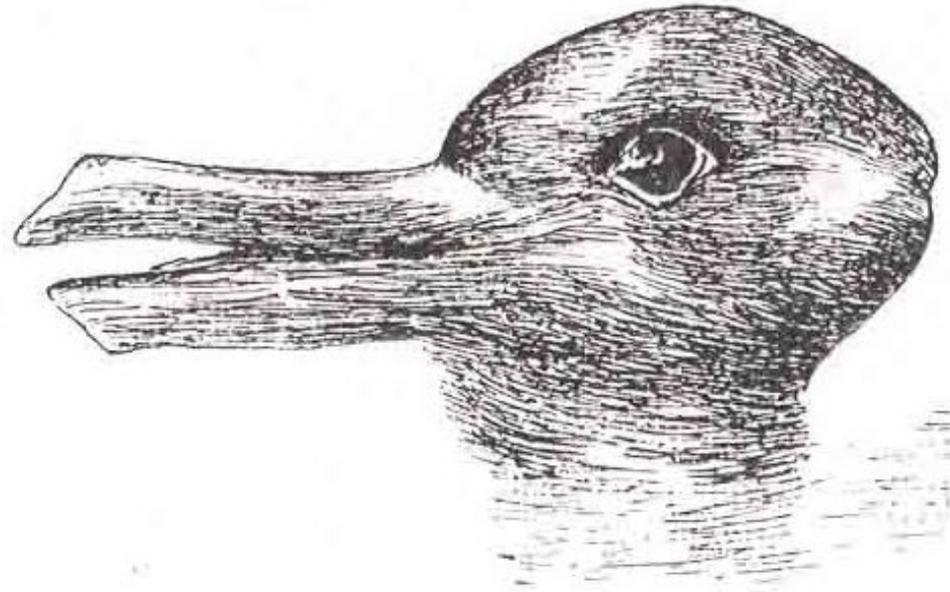
Старая женщина, молодая девушка, мужчина с усами?



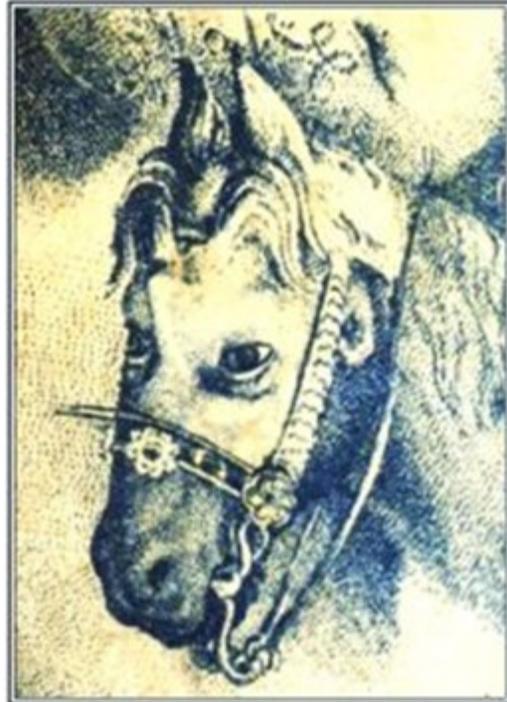


Старик или всадник?



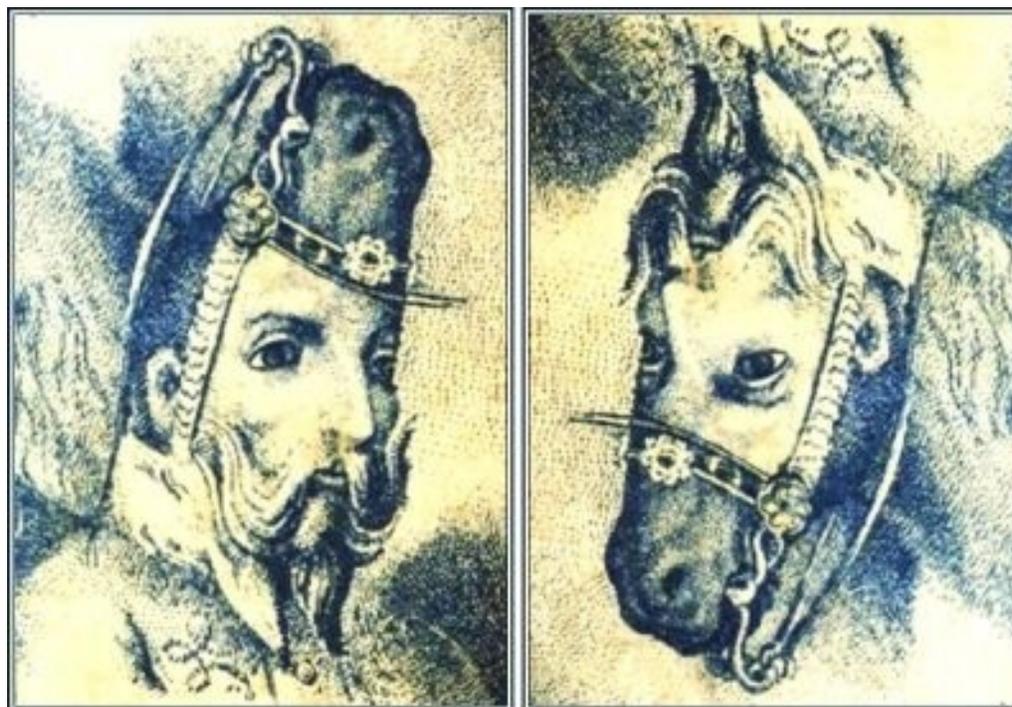


Утка или кролик ?

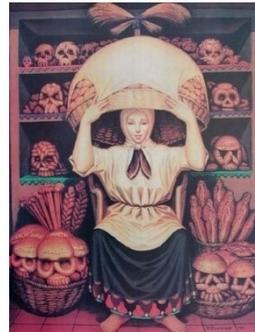


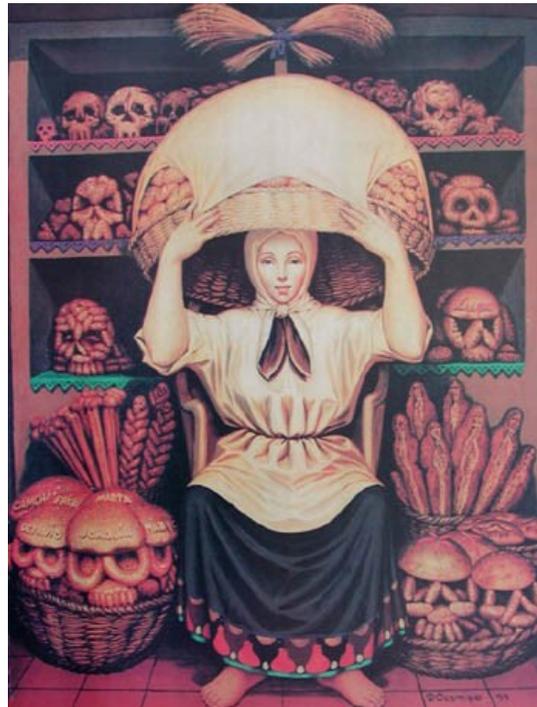


Что может быть изображено в перевернутом виде?



Лошадь или всадник?





Череп или девушка, пекущая хлеб?



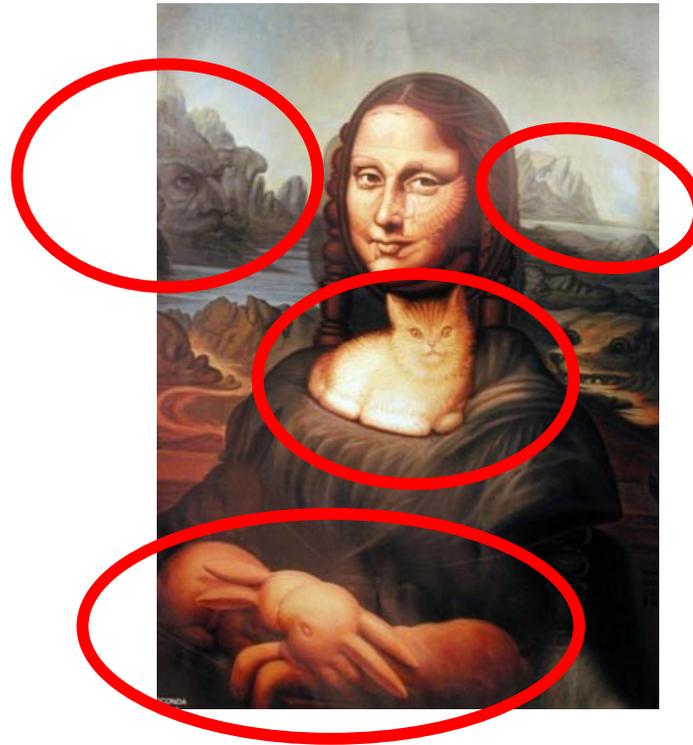
# Что Вы видите?





Попробуйте найти все символы!







# Перенесение целей на повседневную жизнь

## Цели обучения:

- Суть пройденных примеров предназначены в качестве наглядных объяснений: быстрые решения часто приводят к ошибкам и мы часто узнаем только “половину правды”.



# Перенесение целей на повседневную жизнь

## Цели обучения:

- Суть пройденных примеров предназначены в качестве наглядных объяснений: быстрые решения часто приводят к ошибкам и мы часто узнаем только “половину правды”.
- Постарайтесь обращать внимание на другие возможные источники информации. При принятии решений сложно объяснимых ситуаций обсудите возможные варианты с другими людьми.



# Перенесение целей на повседневную жизнь

## Цели обучения:

- Суть пройденных примеров предназначены в качестве наглядных объяснений: быстрые решения часто приводят к ошибкам и мы часто узнаем только “половину правды”.
- Постарайтесь обращать внимание на другие возможные источники информации. При принятии решений сложно объяснимых ситуаций обсудите возможные варианты с другими людьми.
- Если же решение играет не особо важную роль, постарайтесь принимать такие решения быстро (напр. марка йогурта в магазине или сорт торта в кафе).



# Перенесение целей на повседневную жизнь

## Цели обучения:

- Суть пройденных примеров предназначены в качестве наглядных объяснений: быстрые решения часто приводят к ошибкам и мы часто узнаем только “половину правды”.
- Постарайтесь обращать внимание на другие возможные источники информации. При принятии решений сложно объяснимых ситуаций обсудите возможные варианты с другими людьми.
- Если же решение играет не особо важную роль, постарайтесь принимать такие решения быстро (напр. марка йогурта в магазине или сорт торта в кафе).
- Человеку свойственно ошибаться: Всегда учитывайте возможность того, что и Вы могли принять неверное решение.



# Перенесение целей на повседневную жизнь

## Цели обучения:

- Суть пройденных примеров предназначены в качестве наглядных объяснений: быстрые решения часто приводят к ошибкам и мы часто узнаем только “половину правды”.
- Постарайтесь обращать внимание на другие возможные источники информации. При принятии решений сложно объяснимых ситуаций обсудите возможные варианты с другими людьми.
- Если же решение играет не особо важную роль, постарайтесь принимать такие решения быстро (напр. марка йогурта в магазине или сорт торта в кафе).
- Человеку свойственно ошибаться: Всегда учитывайте возможность того, что и Вы могли принять неверное решение.
- При принятии важных решений опирайтесь на достоверные факты. Догадки – “плохие советники”. Всегда учитывайте последствия неправильного решения.



## Перенесение целей на повседневную жизнь

Многие (но не все!) люди, страдающие психозом склонны к принятиям поспешных решений.



## Перенесение целей на повседневную жизнь

Многие (но не все!) люди, страдающие психозом склонны к принятиям поспешных решений.

**Пример:** На публичном мероприятии Олег заявляет всем, что он является королем страны

**Предыстория:** Олег нашел в Киндер Сюрпризе королевскую фигуру и корону

**Но:** У Олега нет королевского происхождения, монархию давно отменили; самое главное: Киндер Сюрприз не является убедительным доказательством!



## Перенесение целей на повседневную жизнь

Многие (но не все!) люди, страдающие психозом склонны к принятиям поспешных решений.

**Пример:** На публичном мероприятии Олег заявляет всем, что он является королем страны

**Предыстория:** Олег нашел в Киндер Сюрпризе королевскую фигуру и корону

**Но:** У Олега нет королевского происхождения, монархию давно отменили; самое главное: Киндер Сюрприз не является убедительным доказательством!

**Помните:** следует собрать как можно больше информации, а так-же другие возможные объяснения и по возможности обсудить с другими!



# Спасибо за Ваше внимание!

*для тренеров:*

Раздайте, пожалуйста, рабочие листы. Представьте наше приложение COGITO (скачать бесплатно).



[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.

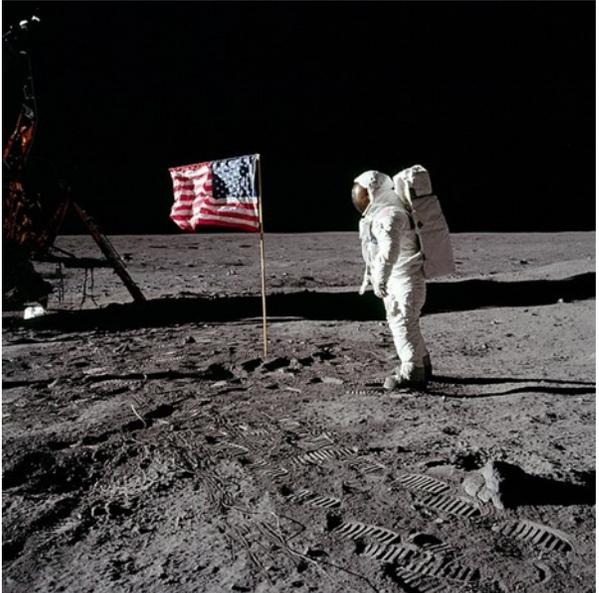
Die in diesem Modul verwendeten Bilder wurden mit der indirekten (creative commons Lizenz) oder direkten Zustimmung der untenstehenden Künstler reproduziert, wofür wir uns herzlich bedanken möchten! Eine vollständige Liste ist hinterlegt auf [www.uke.de/mkt](http://www.uke.de/mkt). Sollten wir unbeabsichtigt 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
sprinsky	flickr	cover.beatles	CC	Abbey road
mharrsch	flickr	Beatle Paul McCartney 2	CC	The young Paul McCartney /Paul McCartney als junger Mann
Alan Light	flickr	Paul McCartney	CC	The older Paul McCartney/ Älterer Paul McCartney
Arbeitsgruppe Neuropsychologie	---	Black&white drawings of fragmented pictures /Schwarz-weiß Zeichnungen fragmentierter Bilder	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Various motives: rocking chair, elephant etc./Verschiedene Motive: Schaukelstuhl, Elefant etc.
---	American Journal of Psychology	Mother, father, and daughter	Copyright 1961 by the Board of Trustees of the University of Illinois. Used with permission of the University of Illinois Press	Old woman, young woman, man with mustache/Alte Frau, junge Frau, Mann mit Schnurrbart
Jastrow, J.	Popular Science Monthly, 54, 299- 312	The mind's eye	public domain	rabbit-duck/Hase-Ente
Octavio Ocampo - Vexierbilder	rockpointcollecti bles	Different pictures /Verschiedene Bilder	PP by rockpointcollectibles	---



# Поспешные мысли и выводы “в действии”

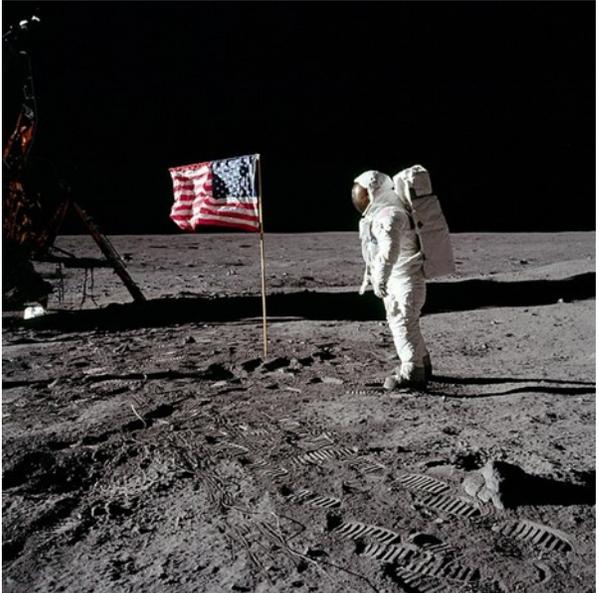
- Современная легенда -

Легенда	Сторонники теории заговора	“доказательство”
<p>Посадка на Луну в 1969 году якобы так и не состоялась: лунные миссии и снимки были сфальсифицированы.</p>	<p>Аргументы “за”?</p>	



# Поспешные мысли и выводы “в действии”

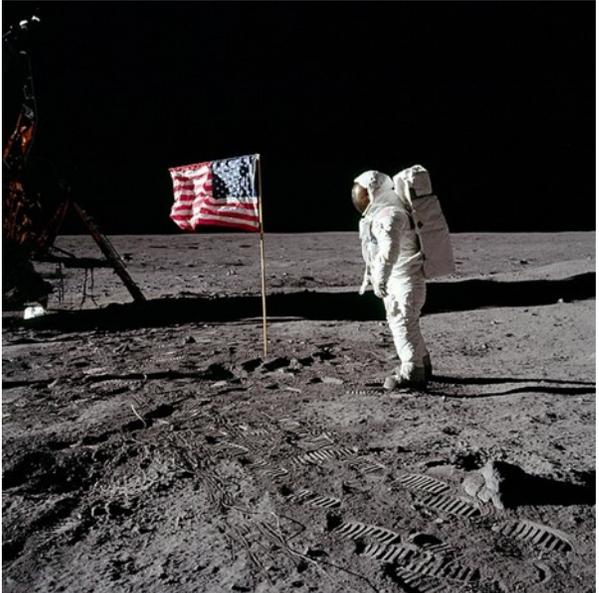
## - Современная легенда -

Легенда	Сторонники теории заговора	“доказательство”
<p>Посадка на Луну в 1969 году якобы так и не состоялась: лунные миссии и снимки были сфальсифицированы.</p>	<p>Предполагаемые мотивы США:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. “Технологические победы” в конкуренции с космическими миссиями с Советским Союзом, который успешно запустил спутник в космос раньше.</li> <li>2. Отвлекающий фактор в войне с Вьетнамом.</li> <li>3. НАСА сфальсифицировал высадку на Луну, опасаясь сокращения бюджета со стороны правительства</li> </ol>	



# Поспешные мысли и выводы “в действии”

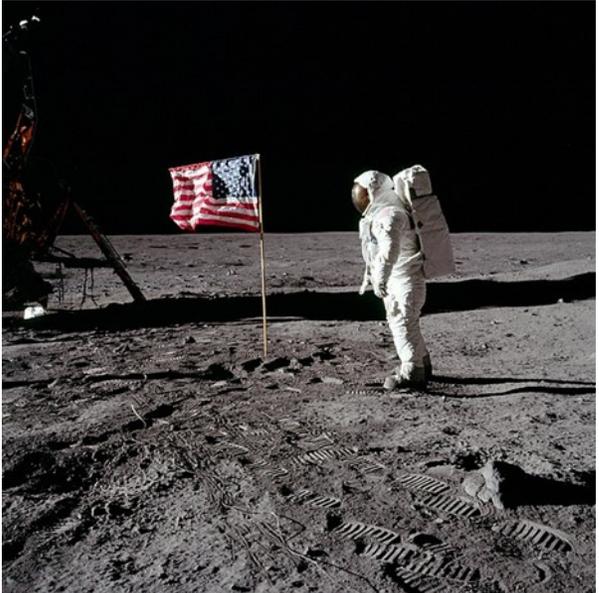
- Современная легенда -

Легенда	За и Против	“доказательство”
<p>Посадка на Луну в 1969 году якобы так и не состоялась: лунные миссии и снимки были сфальсифицированы.</p>	<p>За: ???</p>	



# Поспешные мысли и выводы “в действии”

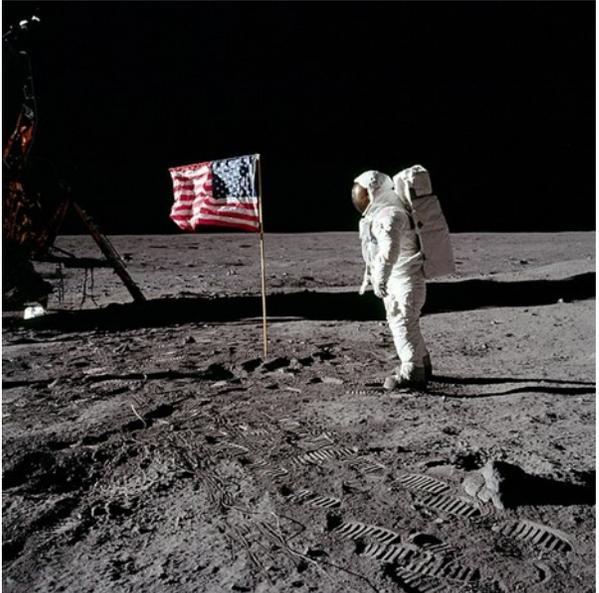
## - Современная легенда -

Легенда	За и Против	“доказательство”
<p>Посадка на Луну в 1969 году якобы так и не состоялась: лунные миссии и снимки были сфальсифицированы.</p>	<p><b>За:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. “Размахивание флагом в вакууме”: невозможно, т.к. на Луне нет атмосферы.</li> <li>2. Отсутствие звёзд на фотографиях с поверхности Луны и различные тени указывают на производства киностудии.</li> <li>3. Радиограмма астронавта Армстронга: он слишком быстро передаёт последнее предложение президенту Никсону. Для передачи радиосигналов на Землю требуется намного больше времени, чем потребовалось Армстронгу для его ответа.</li> </ol>	



# Поспешные мысли и выводы “в действии”

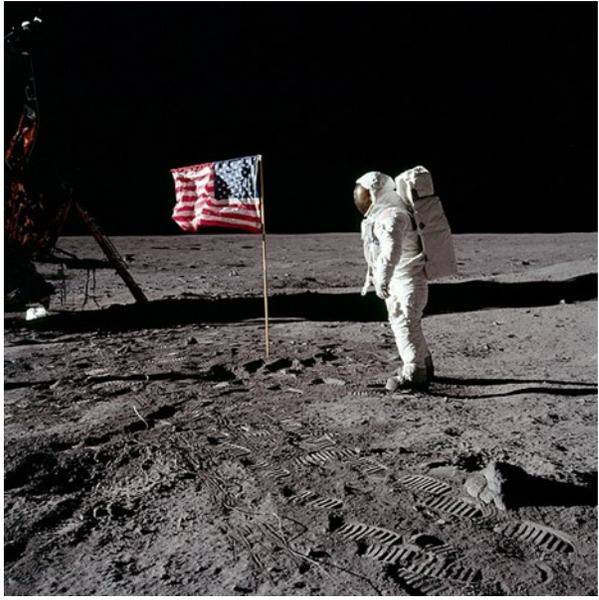
- Современная легенда -

Легенда	За и Против	“доказательство”
<p>Посадка на Луну в 1969 году якобы так и не состоялась: лунные миссии и снимки были сфальсифицированы.</p>	<p>Против: ???</p>	



# Поспешные мысли и выводы “в действии”

## - Современная легенда -

Легенда	За и Против	“доказательство”
<p>Посадка на Луну в 1969 году якобы так и не состоялась: лунные миссии и снимки были сфальсифицированы.</p>	<p><b>Против:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Размахивание флагом было вызвано длительными колебаниями в вакууме после контакта с флагштоком.</li> <li>2. При ночном свете фотографов не может захватить слабые источники света из-за местоположения → беззвездие.</li> <li>3. Различные тени были вызваны неровностью на поверхности Луны.</li> <li>4. Оригинальное интервью было отредактировано из-за помех и задержек диалога между Никсоном и Армстронгом</li> </ol>	

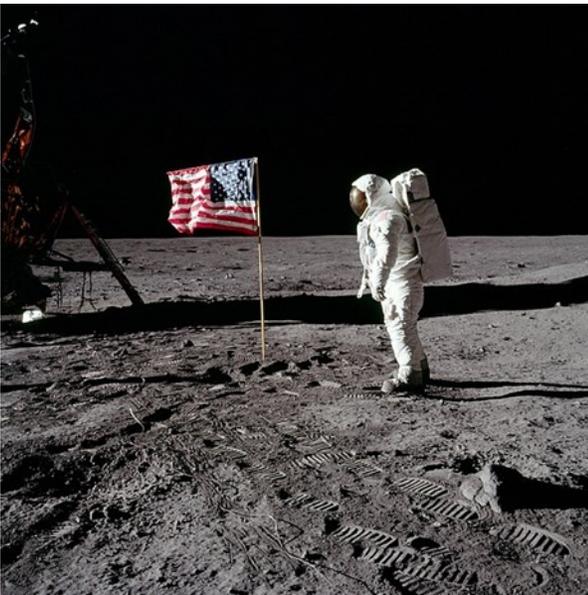


# Поспешные мысли и выводы “в действии”

- Современная легенда -

Так была ли на самом деле высадка на Луну сфальсифицирована правительством США?

**Нет!**



Директор Роланд Эммерих (День независимости):  
“Посадка на Луну (...) прошла слишком успешно. В 1960-х годах это было просто невозможно. Даже с имеющимся оборудованием на сегодняшний день могли бы возникнуть проблемы.”

Source: German television station ZDF: “Vorsicht Verschwörung” (Beware conspiracy)



# Каковы причины тех или иных теорий заговора?

???



## Каковы причины тех или иных теорий заговора?

- Чаще всего они более захватывающие чем реальность!
- Они основаны на фактах, которые тяжело проверить или тяжело доказать (напр., развевающийся флаг предполагает съемку фотографии на Земле).
- Они скрывают альтернативные объяснения (напр., беззвёздное небо можно объяснить техническими ограничениями ночной съемки).
- Легенды иногда разрушают правдивые факты.