



Metakognitivni trening (MKT)

MKT 6 A – Empatija 2 Sposobnost razumevanja drugih

© Moritz, Woodward & Brankovic (9|22)

www.uke.de/mct

Korišćenje upotrebljenih slika u ovoj prezentaciji ljubazno su nam odobrili umetnici odnosno nosioci autorskih prava. Za detalje (umetnik, naslov slike) videti na kraju ove prezentacije.



Kad nekog upoznate, na koja spoljna obeležja prvo obraćate pažnju? Koliko su ona pouzdana?





Kad nekog upoznate, na koja spoljna obeležja prvo obraćate pažnju? Koliko su ona pouzdana?

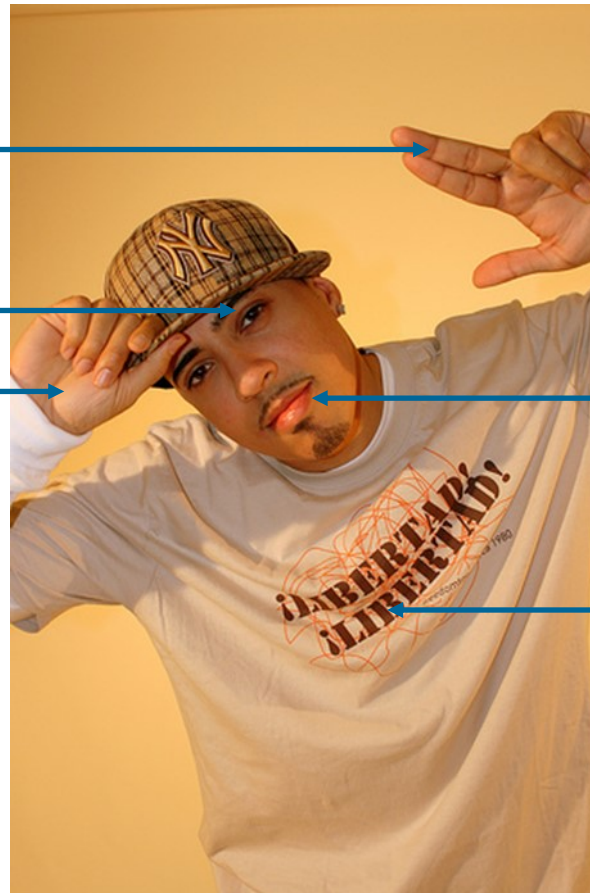
Govor tela/
držanje?

oči?

ruke?

govor?

odeća?



drugo? ...



Koje još informacije možemo uzeti u obzir? Koliko su one pouzdane?





Koje još informacije možemo uzeti u obzir? Koliko su one pouzdane?

- prethodno znanje o osobi (“glasine”): npr. opaske prijatelja
- prethodno poznavanje sličnih osoba/grupa: npr. *reper*
- unutrašnji osećaj, intuicija
- nešto što je osoba napisala: npr. E-mail, četovanje na netu






Prednosti i mane određenih socijalnih informacija

Nakon što smo naveli različite izvore informacija na osnovu kojih procenjujemo ljude, razmotrićemo u nastavku prednosti i nedostatke pojedinih od ovih vrsta socijalnih obeležja.



Prodiskutujte o prednostima i nedostacima sledećih pokazatelja po kojima procenjujemo ljude

<p>Govor/Izgovor: Šta i kako neko nešto kaže</p> 	<p>Važno: ???</p>
<p>Primer:</p> <div data-bbox="129 972 838 1210" style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>Narod nema hleba... Zašto ne jedu kolače?</p> </div> <p>Pripisano Mariji Antoanetti (1755-1793); sarkazam, naivnost, neupućenost u životne prilike sirotinje?</p>	<p>Pažnja: ???</p>



Prodiskutujte o prednostima i nedostacima sledećih pokazatelja po kojima procenjujemo ljude

Govor/Izgovor: Šta i kako neko nešto kaže



Važno:

Govor je naše najvažnije i sredstvo za direktnu komunikaciju. Intonacija (sarkastična, samodopadna) i izbor reči (arogantan, činjeničan itd.) mogu mnogo reći o osobi.

Primer:

Narod nema hleba...
Zašto ne jedu kolače?


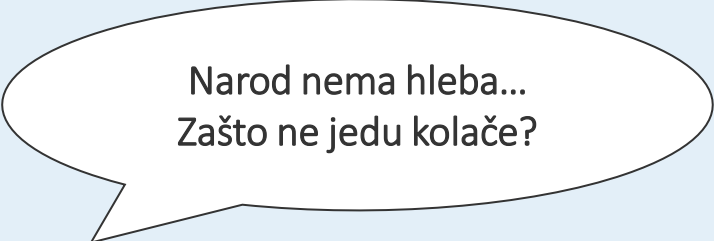
Pripisano Mariji Antoanetti (1755-1793); sarkazam, naivnost, neupućenost u životne prilike sirotinje?

Pažnja:

???



Prodiskutujte o prednostima i nedostacima sledećih pokazatelja po kojima procenjujemo ljude

<p>Govor/Izgovor: Šta i kako neko nešto kaže</p> 	<p>Važno: Govor je naše najvažnije i sredstvo za direktnu komunikaciju. Intonacija (sarkastična, samodopadna) i izbor reči (arogantan, činjeničan itd.) mogu mnogo reći o osobi.</p>
<p>Primer:</p>  <p>Pripisano Mariji Antoanetti (1755-1793); sarkazam, naivnost, neupućenost u životne prilike sirotinje?</p>	<p>Pažnja:</p> <p>Sadržaj: Izrečeno često ne odgovara onom što se zaista mislilo (“Pravila pristojnosti”, nesporazumi itd.). Često se u brzini kaže drugačije nego što je bilo na umu.</p> <p>Ton: Neki ljudi slabo pokazuju emocije dok govore – uprkos tome ne moraju biti ravnodušni (“suvi”, crni humor; u bolesti: Parkinsonova bolest).</p>



Prodiskutujte o prednostima i nedostacima sledećih pokazatelja po kojima procenjujemo ljude

Prethodno znanje o nekoj osobi



Važno:

???

Pažnja:

???



Prodiskutujte o prednostima i nedostacima sledećih pokazatelja po kojima procenjujemo ljude

Prethodno znanje o nekoj osobi



Važno:

- Prethodno znanje i poznavanje osobe pomaže u proceni, pogotovo ako ste tu osobu ranije videli u sličnoj situaciji.

Pažnja:

???



Prodiskutujte o prednostima i nedostacima sledećih pokazatelja po kojima procenjujemo ljude

Prethodno znanje o nekoj osobi



Važno:

- Prethodno znanje i poznavanje osobe pomaže u proceni, pogotovo ako ste tu osobu ranije videli u sličnoj situaciji.

Pažnja:

- Ljudi se mogu različito ponašati zavisno od situacije, trenutnog raspoloženja ili slučajnosti. Niko nije uvek i u svakoj situaciji raspoložen odnosno tužan, dobar odnosno zao. Neko može npr. da bude vrlo otvoren sa svojim bliskim prijateljima a istovremeno vrlo stidljiv u novom društvu – i obrnuto. Ponekad, u novim situacijama, možete i sami sebe iznenaditi svojim ponašanjem.



Prodiskutujte o prednostima i nedostacima sledećih pokazatelja po kojima procenjujemo ljude

Intuicija



Kažu da psi mogu osetiti kakav je neko čovek.

Važno:

???

Pažnja:

???



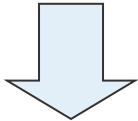
Prodiskutujte o prednostima i nedostacima sledećih pokazatelja po kojima procenjujemo ljude

Intuicija



Zabavan, zastrašujući?

Zavisi od raspoloženja/konteksta!



Strah

Zadovoljstvo



Npr. horor film "Ono"



Sećanje na odlazak u cirkus

Važno:

- Intuicija se može shvatiti kao znanje zasnovano na iskustvu. Nekad je naš instinkt "pametniji" od razuma!

Pažnja:

???



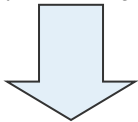
Prodiskutujte o prednostima i nedostacima sledećih pokazatelja po kojima procenjujemo ljude

Intuicija



Zabavan, zastrašujući?

Zavisi od raspoloženja/konteksta!



Strah

Zadovoljstvo



Npr. horor film "Ono"



Sećanje na odlazak u cirkus

Važno:

- Intuicija se može shvatiti kao znanje zasnovano na iskustvu. Nekad je naš instinkt "pametniji" od razuma!

Pažnja:

- Naše trenutne emocije mogu uticati na opažanje/mišljenje. Primeri:
 1. **Ljutnja/bes:** sklonost osećanju neshvaćenosti i nepoverenja
 2. **Depresija:** sve izgleda "crnije" nego što u stvari jeste.



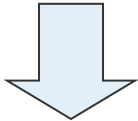
Prodiskutujte o prednostima i nedostacima sledećih pokazatelja po kojima procenjujemo ljude

Intuicija



Zabavan, zastrašujući?

Zavisi od raspoloženja/konteksta!



Strah

Zadovoljstvo



Npr. horor film "Ono"



Sećanje na odlazak u cirkus

Važno:

- Intuicija se može shvatiti kao znanje zasnovano na iskustvu. Nekad je naš instinkt "pametniji" od razuma!

Pažnja:

- Naše trenutne emocije mogu uticati na opažanje/mišljenje. Primeri:
 1. **Ljutnja/bes:** sklonost osećanju neshvaćenosti i nepoverenja
 2. **Depresija:** sve izgleda "crnije" nego što u stvari jeste.
- Treba slušati svoje instinkte, ali ne treba im slepo verovati.



Izgledati i biti!

... niti jedan od upravo navedenih pojedinačnih pokazatelja (govor, držanje/gestovi, intuicija itd.) nije sam za sebe u potpunosti pouzdan...

Moraju se svi aspekti uzeti u obzir!

Zajedno posmatrani pomažu da se dođe do pouzdane procene...



Zašto ovo radimo?

Istraživanja pokazuju da mnogi (ali ne svi!) ljudi s mentalnim poremećajem (pre svega sa psihozom):

- imaju problem da procene kako se drugi ljudi osećaju posmatrajući ih (npr. da li su radosni ili tužni)



Zašto ovo radimo?

Istraživanja pokazuju da mnogi (ali ne svi!) ljudi s mentalnim poremećajem (pre svega sa psihozom):

- imaju problem da procene kako se drugi ljudi osećaju posmatrajući ih (npr. da li su radosni ili tužni)
- imaju teškoće da prepoznaju razloge zbog kojih se druge osobe ponašaju na određeni način



Kako teškoće u empatiji dovode do pogrešnih interpretacija tokom psihoze – primeri

Događaj	Procena u psihozi	Drugačije objašnjenje
Neki čovek u autobusu dugo Vas posmatra.	Progonitelj se konačno razotkrio.	Upadljivi ste zbog svog neobičnog ponašanja (npr. nosite sunčane naočare u autobusu).
Šef Vam ukazuje na grešku.	Ubeđeni ste da će Vas zbog toga otpustiti.	Šef je malo preoštro reagovao, ali ne sledi nikakva kazna niti otkaz.
Prijatelj čita nekome članak iz novina u kome se govori o lošem uspehu u školi.	Aluzija, cilja na Vaše loše ocene kad ste išli u školu.	Čista slučajnost - prijatelja zanima članak u novinama, ne zna ništa o Vašim problemima u školi.

Može li neko ukratko da doda svoje lično iskustvo?



Vežba

- Na sledećim slajdovima su kratki stripovi.
- Prodiskutujte o tome šta bi junaci stripa mogli da misle jedni o drugima.



Vežba

- Na sledećim slajdovima su kratki stripovi.
- Prodiskutujte o tome šta bi junaci stripa mogli da misle jedni o drugima.

Važno za zadatak!

- Imajte na umu da junaci stripa ne poseduju ista znanja koja Vama, kao posmatračima sa strane, stoje na raspolaganju.



Vežba

- Na sledećim slajdovima su kratki stripovi.
- Prodiskutujte o tome šta bi junaci stripa mogli da misle jedni o drugima.

Važno za zadatak!

- Imajte na umu da junaci stripa ne poseduju ista znanja koja Vama, kao posmatračima sa strane, stoje na raspolaganju.
- Razmislite pored toga, koje dodatne informacije su potrebne da bi se donela konačna procena?



Šta će devojčica verovatno pokloniti baki za sledeći rođendan?
Hoće li se baka obradovati?



Bakin rođendan

Šta će devojčica pokloniti baki sledeći put?

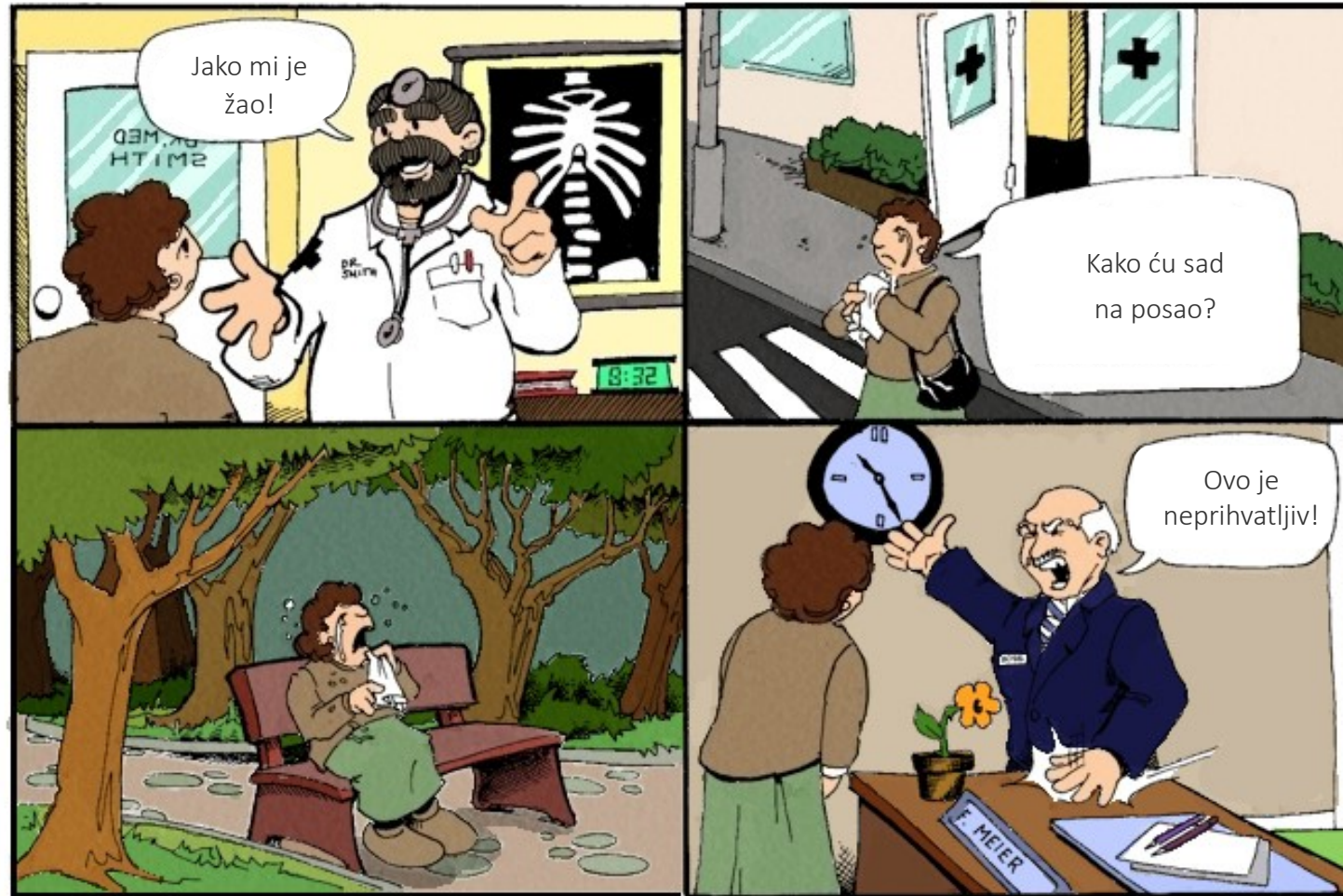


Verovatno: Opet bombonjeru jer se baka prošli put jako obradovala.

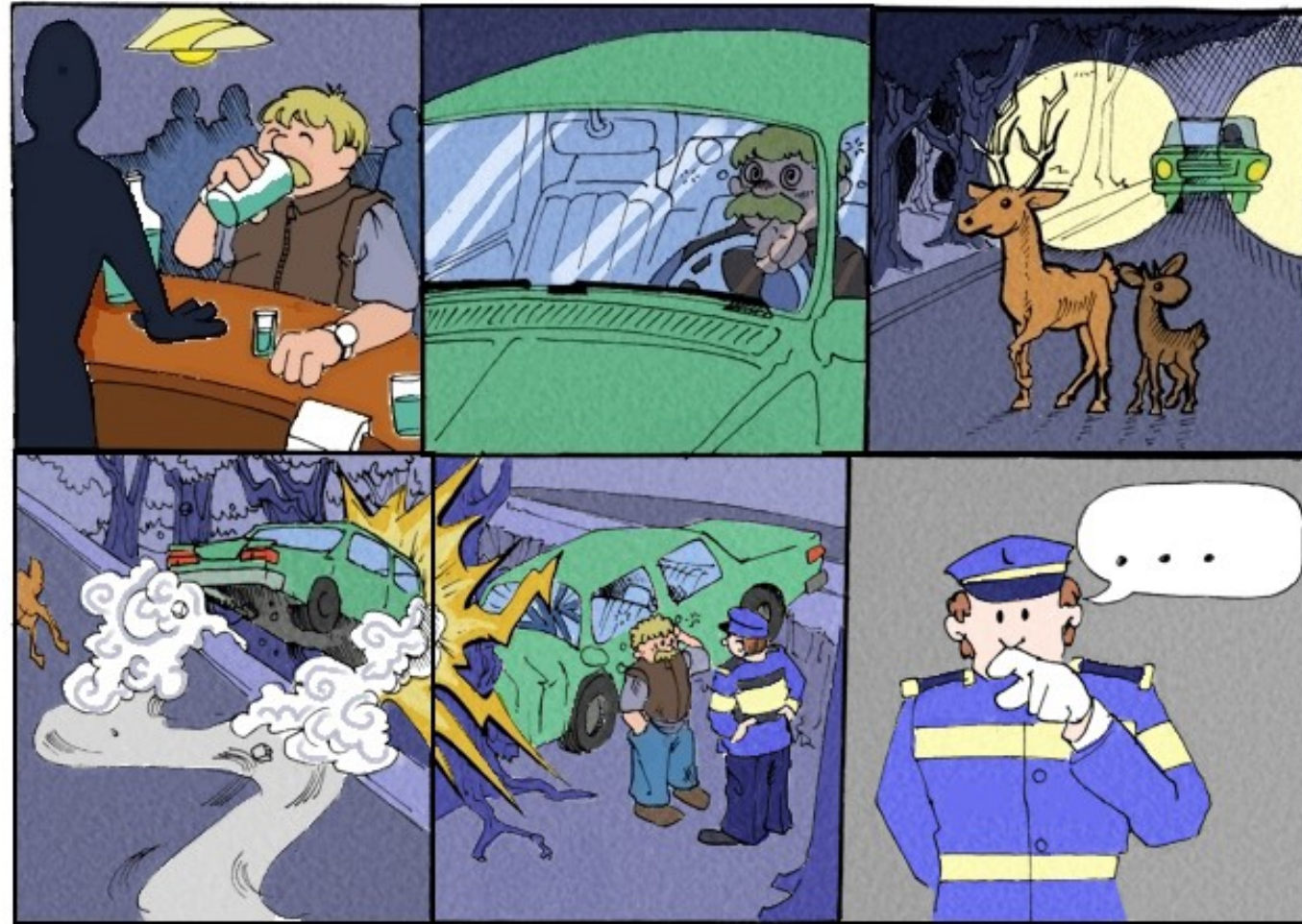
Manje verovatno: Devojčica je primetila da baka ne voli čokoladne bombone i za sledeći rođendan done će joj nešto drugo.



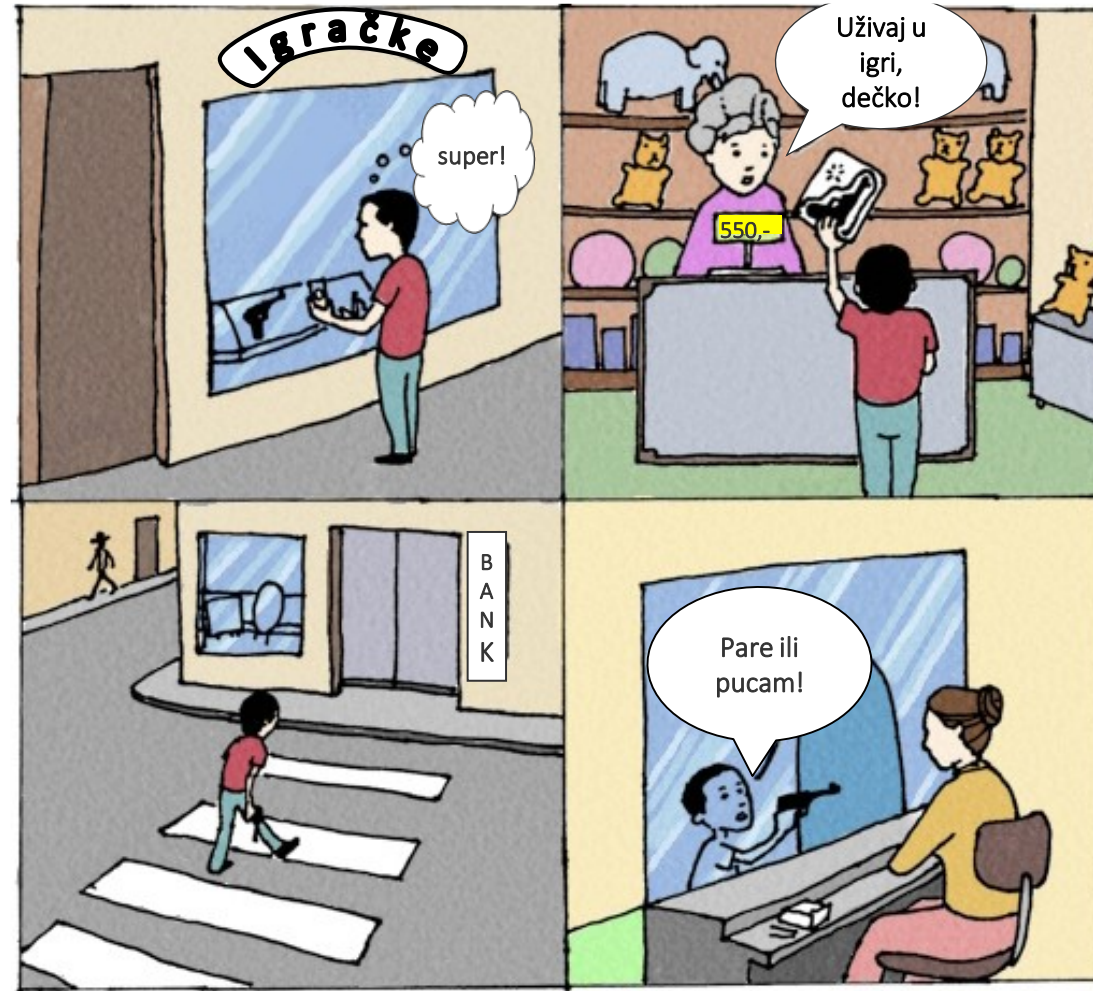
Novi primeri!



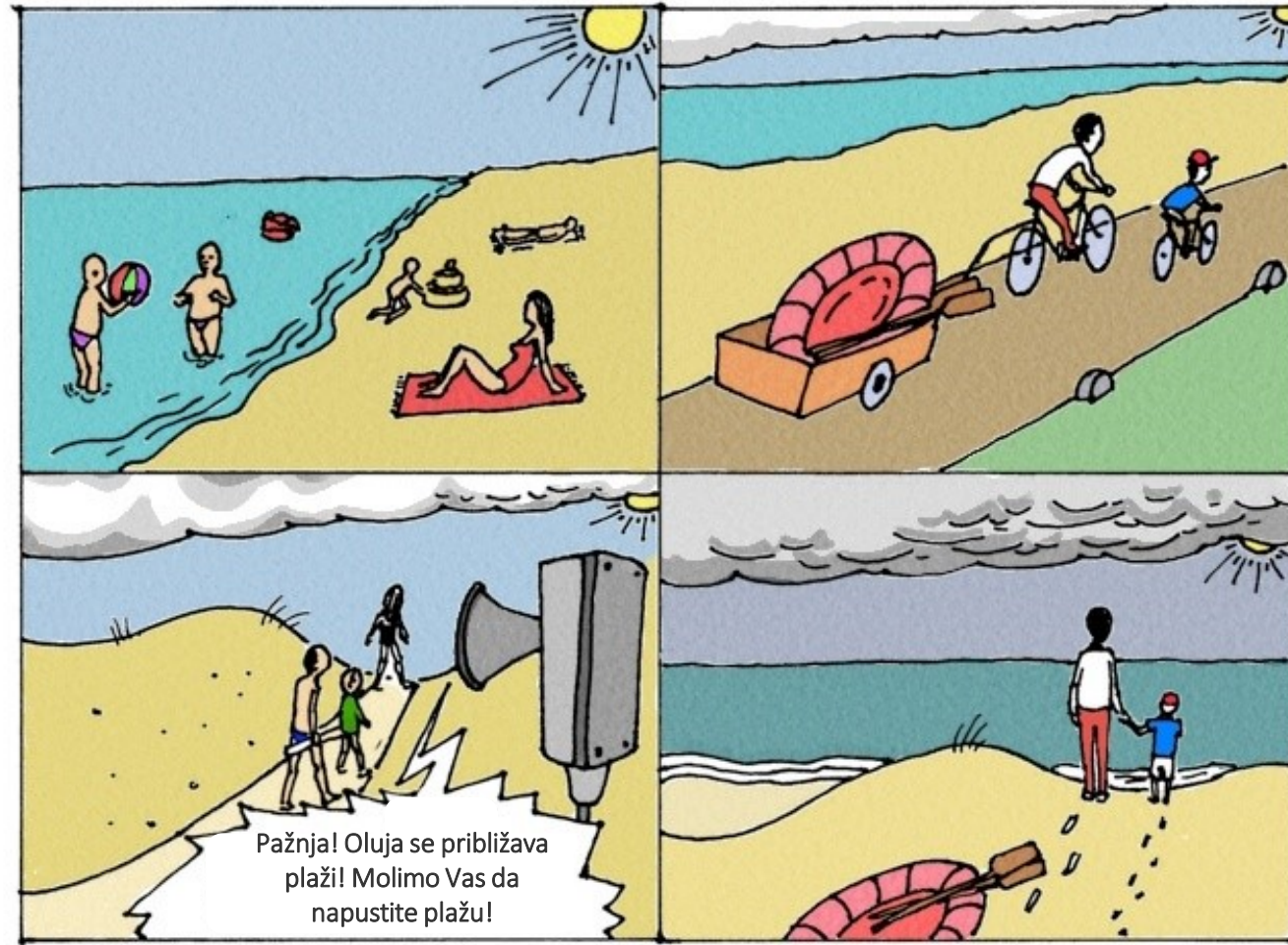
Da li je šef bezosećajan? Treba li nam još informacija da o tome donesemo konačni sud?



Šta policajac najverovatnije misli? Da li je u pravu?



Da li je službenica u banci uplašena?



Hoće li otac i sin otići na vožnju čamcem?



opciono: video-klip

opciono: Video-klip prezentacije koje se odnose na današnju temu mogu se naći na sledećoj web adresi:

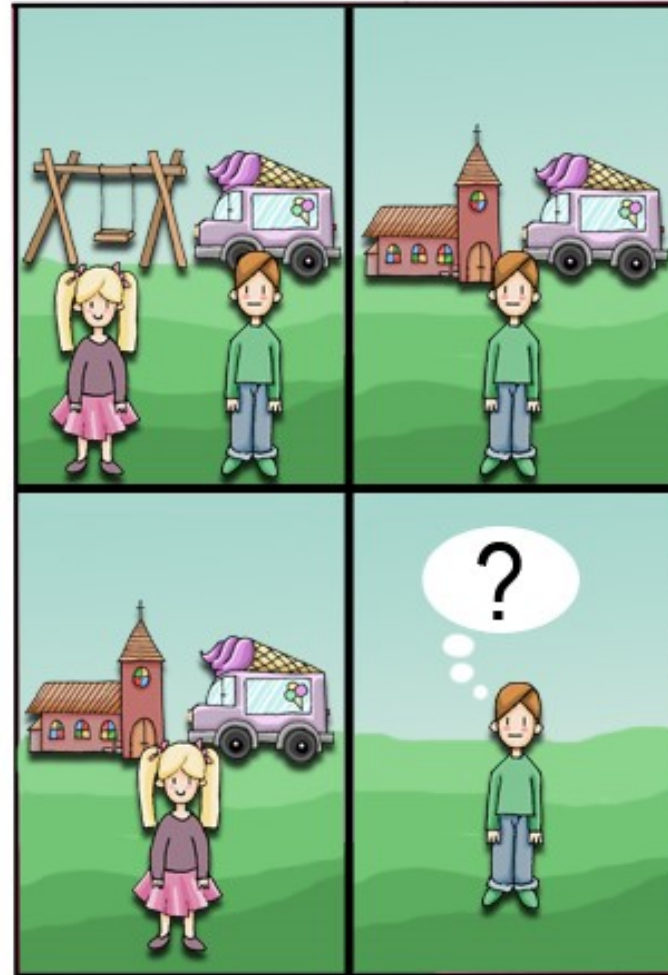
http://www.uke.de/mct_videos

Posle pogledanog video-klipa, možete diskutovati kako se on odnosi na današnju temu.

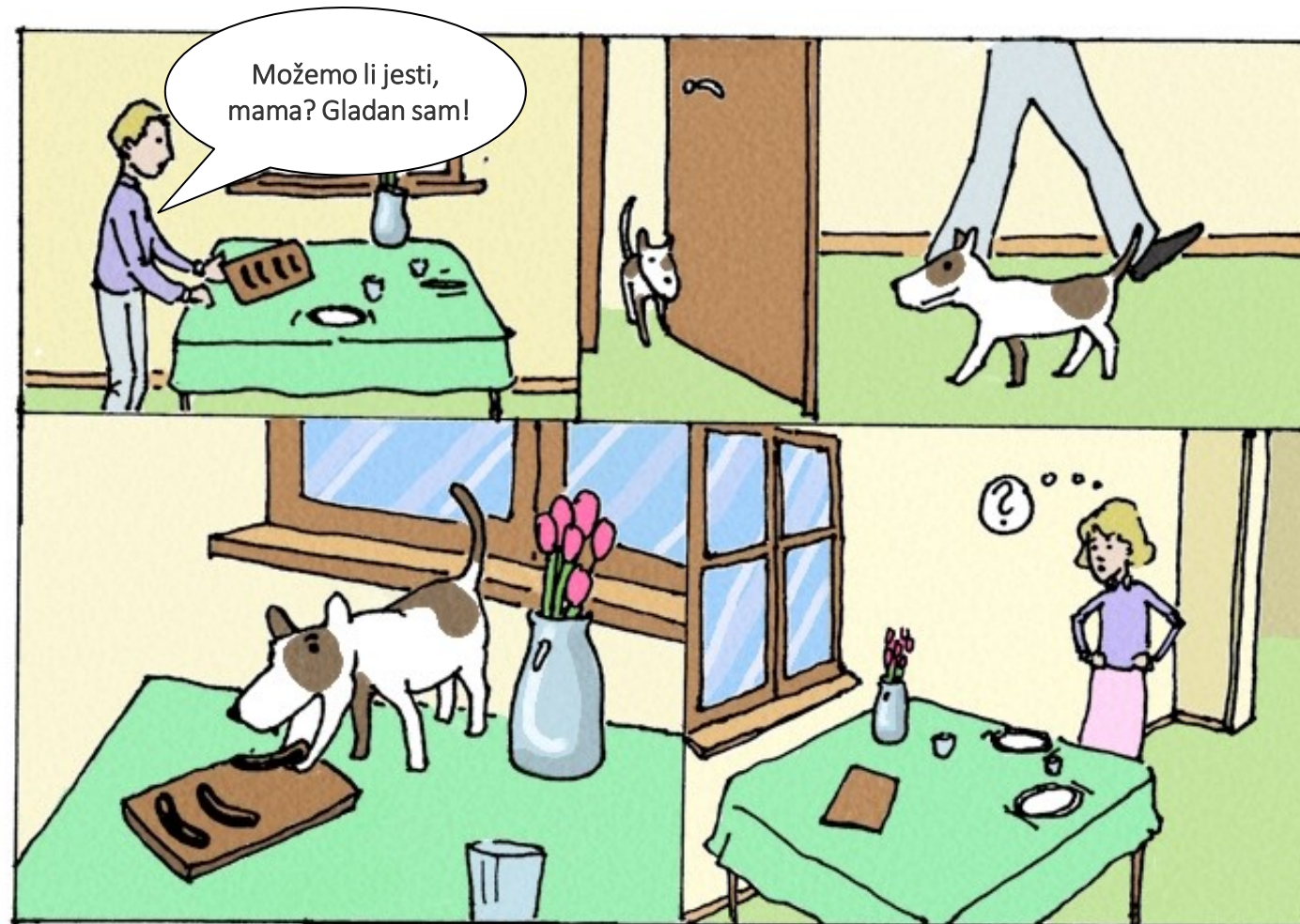
[za trenere:

Neki filmovi sadrže jezik koji može biti neodgovarajući za svaku publiku i sve kulture.
Molimo da pažljivo pregledate video materijal pre prikazivanja]

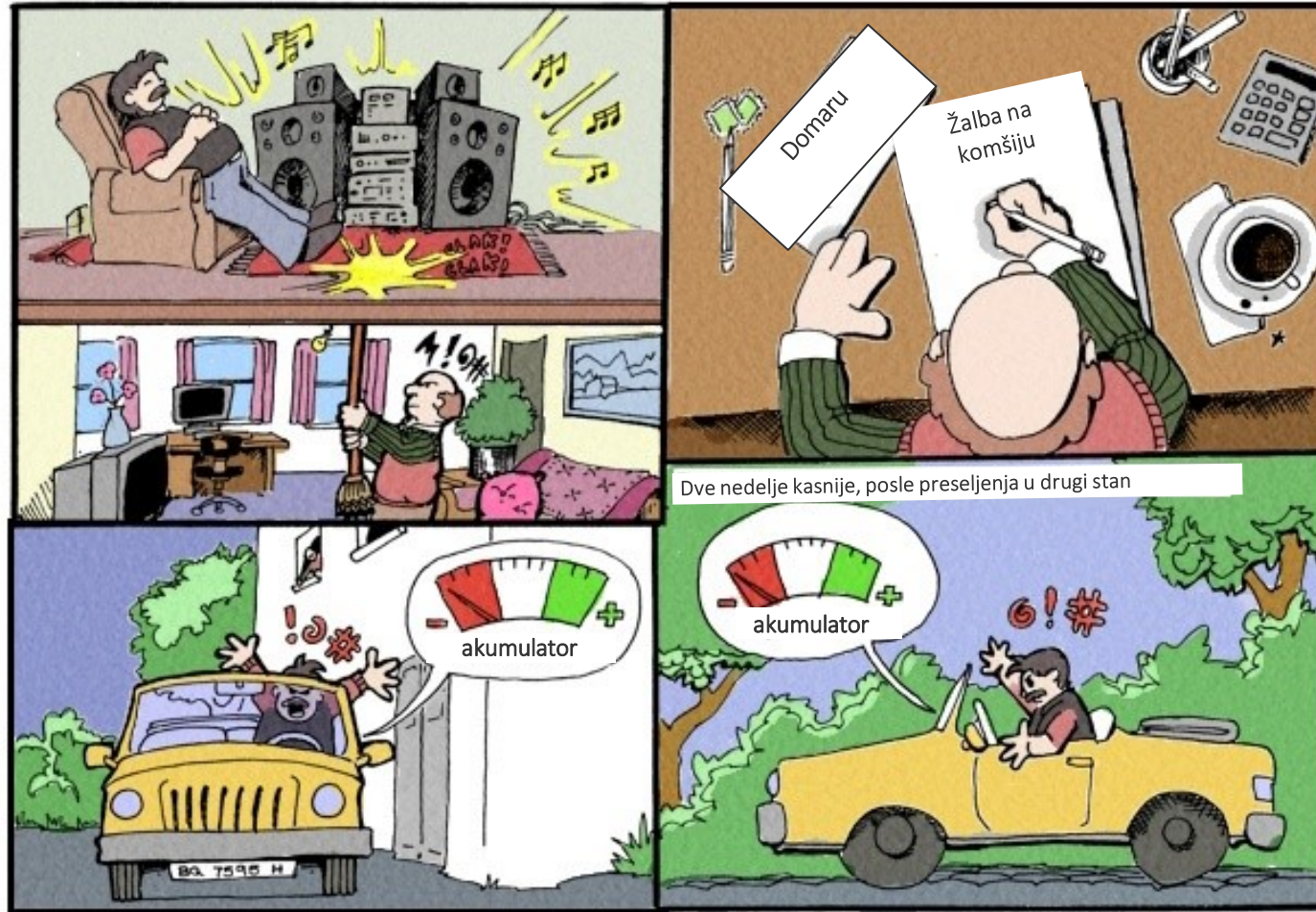




Gde misli Ivan da je Mira poslednji put videla kombi sa sladoledom? Na igralištu ili kod crkve?



Šta majka misli?... Da li je u pravu?



Kako se akumulator ispraznio prvi put, a kako drugi put? Kako vlasnik auta objašnjava sebi ovu situaciju?



Primena u svakodnevnom životu

Šta smo naučili:

- Mnogi nesporazumi, čak i sukobi, nastaju jer ljudi pogrešno pretpostavljaju šta drugi ljudi misle i nameravaju (npr. ako ne kažem prijateljima da imam problem, ne mogu ni očekivati od njih neko vanredno, van uobičajeno razumevanje!)



Primena u svakodnevnom životu

Šta smo naučili:

- Mnogi nesporazumi, čak i sukobi, nastaju jer ljudi pogrešno pretpostavljaju šta drugi ljudi misle i nameravaju (npr. ako ne kažem prijateljima da imam problem, ne mogu ni očekivati od njih neko vanredno, van uobičajeno razumevanje!)
- Da bi se složene, kompleksne, situacije procenile, važno je uzeti u obzir različite perspektive. Što više dostupnih informacija razmotrite, to je verovatnije da ćete dobro proceniti situaciju.



Primena u svakodnevnom životu

Šta smo naučili:

- Mnogi nesporazumi, čak i sukobi, nastaju jer ljudi pogrešno pretpostavljaju šta drugi ljudi misle i nameravaju (npr. ako ne kažem prijateljima da imam problem, ne mogu ni očekivati od njih neko vanredno, van uobičajeno razumevanje!)
- Da bi se složene, kompleksne, situacije procenile, važno je uzeti u obzir različite perspektive. Što više dostupnih informacija razmotrite, to je verovatnije da ćete dobro proceniti situaciju.
- Pažnja: Naše trenutno raspoloženje utiče na to kako doživljavamo naše okruženje (npr. kako procenjujemo neku osobu).



Kakve to ima veze sa psihozom?

Tokom psihoze često se pogrešno ili prenatlačeno tumači značenje izraza lica i postupaka drugih ljudi.

Primer: Marko misli da mu se jedna grupa ljudi podsmeva!

Situacija: Nakon prolaska carine Marko ulazi u aerodromsku čekaonicu gde neki ljudi gledaju u njegovom smeru. Dvojica počinju da se smeju.

Ali: Naravno, svi ljudi u čekaonici su gledali u dolazeće putnike tražeći svoje prijatelje ili rođake. Dva nasmejana čoveka verovatno nisu jedan drugoga dugo videli i razgovaraju o događajima s odmora. Ili, možda Marko i dalje nosi smešni šešir sa letovanja.

Svi grešimo! – mislite na različite poglede na istu stvar.



Hvala na pažnji!

Za trenere:

Delite radne listove. Predstavite našo aplikacijo COGITO (preuzmite brezplačno).



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
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