



Metakognitivni trening (MCT)

MCT 3 A – Spreminjanje prepričanj

© Moritz, Woodward & Zdravec (11|22)

www.uke.de/mct

Uporabo slik v tem modulu so prijazno dovolili umetniki in lastniki avtorskih pravic. Za podrobnosti (umetnik, naslov), prosimo poglejte na konec te predstavitve.





Spreminjanje prepričanj

- Ljudje imajo težnjo, da se držijo svojih prvih vtisov (npr. predsodek, stališče “prvi vtis je edini pravi vtis”)



Spreminjanje prepričanj

- Ljudje imajo težnjo, da se držijo svojih prvih vtisov (npr. predsodek, stališče “prvi vtis je edini pravi vtis”)
- **Razlogi:** lenoba, “predsodek potrjevanja”*, nepremišljenost, pomaga nam pri orientaciji v kompleksnem svetu, ponos

* Vidiš samo to, kar želiš videti



Spreminjanje prepričanj

- Ljudje imajo težnjo, da se držijo svojih prvih vtisov (npr. predsodek, stališče “prvi vtis je edini pravi vtis”)
- **Razlogi:** lenoba, “predsodek potrjevanja”*, nepremišljenost, pomaga nam pri orientaciji v kompleksnem svetu, ponos
- **Težave:** napačne presoje (npr. rasni predsodki) se vzdržujejo, napačne pretirane posplošitve (“če vidiš enega - vidiš vse”), nekomu ne damo druge možnosti, čeprav bi si jo morda zaslužil

* Vidiš samo to, kar želiš videti



Ko se predvidevanja ne uresničijo

Marion Keech, vodja sekte v Salt Lake City (ZDA), je trdila, da dobiva sporočila iz vesolja. V enem od njih ji je bilo, sporočeno, da se bo svet potopil pred jutrom 21.12.1954. Vendar naj bi bilo njej in njenim somišljenikom prizaneseno in jih bo rešila vesoljska ladja.

V noči pred napovedanim datumom so se člani sekte zbrali v dnevni sobi Marion Keech in čakali, da se prerokba uresniči. Polnoč je minila in... nič se ni zgodilo. Nobene poplave, nobene vesoljske ladje, nič.

Kako si je sekta razložila situacijo?

So spremenili svoje prepričanje? Kaj mislite?

???





Ko se predvidevanja ne uresničijo

Ko je bilo jasno, da se prerokba ni uresničila, je bila vodja sekte Keech, najprej nejeverna in je jokala.

Naslednje jutro pa je skupina objavila, da je bil Bog tako navdušen nad trudom njihove male skupine, da je zaradi njih preklical poplave in prizanesel celemu svetu.

Ta razlaga je primer, kako se nekateri ljudje soočijo z neizpolnjenimi pričakovanji:

“Če se nekaj ne ujema s pričakovanjem –
le-to spremeni tako, da se bo!”

* Vir: Festinger et al., (1956) *When Prophecy Fails*





Neprikladnost “v akciji” (zožen, “tunelski” pogled)

področje	primeri
geografija	???
družba	???
katastrofe	???



Neprikladnost “v akciji” (zožen, “tunelski” pogled)

področje	primeri
geografija	<ul style="list-style-type: none"> Svet je raven! To teorijo je zavrgla že večina znanstvenikov v srednjem veku. Kljub temu je do 20. stoletja Društvo ravne zemlje vztrajalo, da so fotografije zemlje iz vesolja prevara
družba	???
katastrofe	???



Neprikladnost “v akciji” (zožen, “tunelski” pogled)

področje	primeri
geografija	<ul style="list-style-type: none"> Svet je raven! To teorijo je zavrgla že večina znanstvenikov v srednjem veku. Kljub temu je do 20. stoletja Društvo ravne zemlje vztrajalo, da so fotografije zemlje iz vesolja prevara
družba	<ul style="list-style-type: none"> Povečevanje režima navkljub dokazanemu zlu in krutosti ter njegovi neuspešnosti (npr. fašizem, Stalinizem)
katastrofe	???



Neprikladnost “v akciji” (zožen, “tunelski” pogled)

področje	primeri
geografija	<ul style="list-style-type: none"> • Svet je raven! To teorijo je zavrgla že večina znanstvenikov v srednjem veku. Kljub temu je do 20. stoletja Društvo ravne zemlje vztrajalo, da so fotografije zemlje iz vesolja prevara
družba	<ul style="list-style-type: none"> • Povečevanje režima navkljub dokazanemu zlu in krutosti ter njegovi neuspešnosti (npr. fašizem, Stalinizem)
katastrofe	<ul style="list-style-type: none"> • Ignoriranje opozorilnih znakov je dostikrat razlog za nesreče (npr. plazovi: žrtve so bile pogosto prej opozorjene na nevarnost plazov) • Titanik: ker je veljal za nepotopljivega, niso resno vzeli opozorilnih znakov



Zakaj to počnemo?

Raziskave kažejo, da mnogo (vendar ne vsi!) ljudi s psihozo vztraja pri svojem mnenju ali prepričanju o nekem dogodku, tudi ko so soočeni z informacijami, ki temu prepričanju nasprotujejo.

To lahko vodi do težav v medosebnih odnosih in onemogoča zdrav in realističen pogled na svet.



Kako preveč trdna prepričanja vodijo do napačnih razlag med psihozo – primeri

- Izogibanje pogovoru o neobičajnih idejah s prijatelji ali sorodniki, zaradi strahu pred prepirom ali zavrnitvijo. Izguba zaupanja v druge.
- Ljudje, ki se ne strinjajo z vašimi prepričanji so zaznani kot možni sovražniki ali preganjalci.
- Informacije se zbira samo iz enega vira (npr. internetnih forumov o teorijah zarote), drugih bolj resnih medijev (npr. novinarske agencije) pa se ne upošteva.

Lahko kdo na kratko podeli svojo lastno osebno izkušnjo?



Tri slike spodaj pripadajo isti kategoriji. Kateri?



Če ste prepričani v to, kateri kategoriji pripadajo, povejte odgovor.

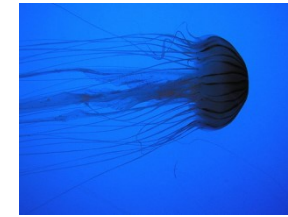
Dobili boste povratne informacije (“pravilno” ali “nepravilno”).

Predlagajte, kakšna slika bi morala nadaljevati niz, da bi preverili pravilnost svoje predpostavke.



Kategorija: živa bitja!

Druge možnosti:



Pogosta napaka: Veliko ljudi išče le informacije, ki so v skladu z njihovim prepričanjem, ne pa nasprotujoče informacije (zaradi predsodka potrjevanja). V tem primeru se je zdelo, da je pravilna kategorija: rože. Pogosto se ne upošteva drugih možnosti.

Primeri iz vsakdanjega življenja:

- nekateri ljudje berejo le časopise, ki podpirajo njihova prepričanja.
- nekateri ljudje se izogibajo stikov z drugimi, ki imajo drugačna mnenja, namesto da bi z njimi razpravljali o tem.

To lahko vodi do enostranskih prepričanj in celo utrdi napačne zaključke.



Vaja

- Pokazali vam bomo zaporedje treh slik, ki ilustrirajo en dogodek in vam ponudili nekaj možnih razlag.



Vaja

- Pokazali vam bomo zaporedje treh slik, ki ilustrirajo en dogodek in vam ponudili nekaj možnih razlag.
- Slike vam bomo pokazali v obrnjenem vrstnem redu, najprej zadnjo, na koncu pa prvo.



Vaja

- Pokazali vam bomo zaporedje treh slik, ki ilustrirajo en dogodek in vam ponudili nekaj možnih razlag.
- Slike vam bomo pokazali v obrnjenem vrstnem redu, najprej zadnjo, na koncu pa prvo.
- Po tem, ko vam bomo pokazali sliko, vas bomo prosili, da ocenite verjetnost ali možnost za vsako od ponujenih razlag. Trditve boste vsakič, ko vam bomo pokazali novo sliko, ponovno ocenili.

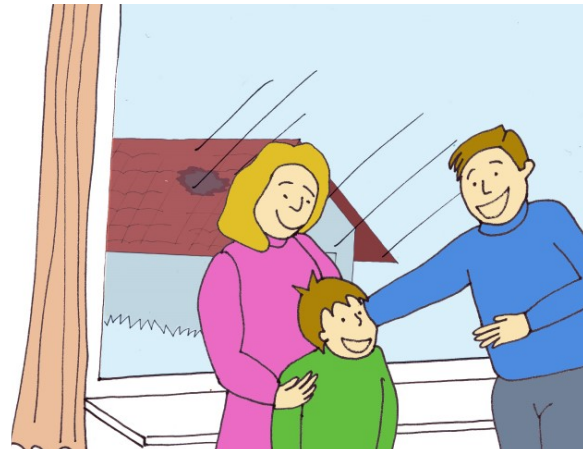


Vaja

- Pokazali vam bomo zaporedje treh slik, ki ilustrirajo en dogodek in vam ponudili nekaj možnih razlag.
- Slike vam bomo pokazali v obrnjenem vrstnem redu, najprej zadnjo, na koncu pa prvo.
- Po tem, ko vam bomo pokazali sliko, vas bomo prosili, da ocenite verjetnost ali možnost za vsako od ponujenih razlag. Trditve boste vsakič, ko vam bomo pokazali novo sliko, ponovno ocenili.
- Prosim pogovarjajte se v skupini, kako prepričani ste v svojo oceno.



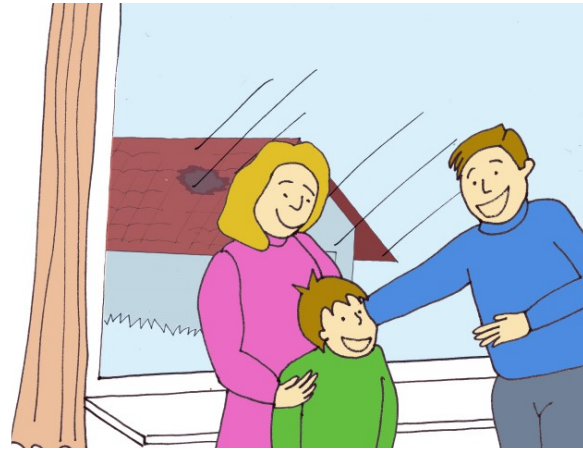
Kaj bi se lahko zgodilo?



3



Kako verjetna se vam zdi vsaka od možnosti?

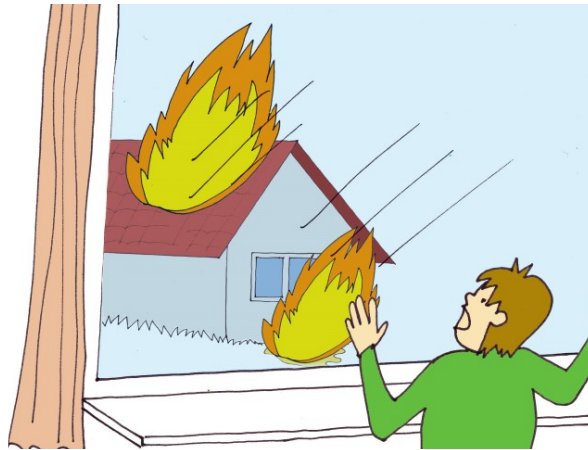


3

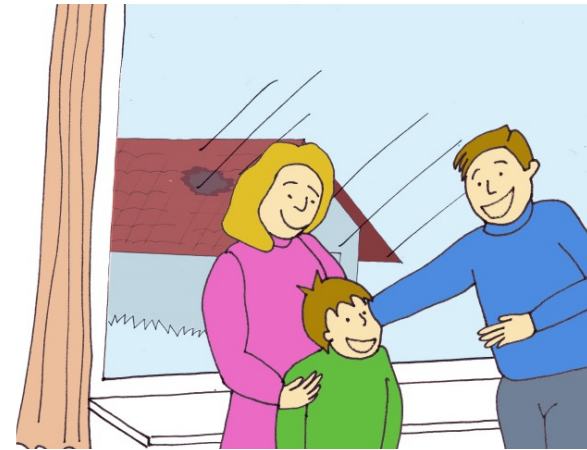
1. Deček je srečen, ker so ga končno posvojili.
2. Starši hvalijo svojega sina, ker je poklical gasilce, ko je videl ogenj in so ogenj pravočasno pogasili.
3. Deček je v šoli dobil dobro oceno.
4. Deček je podtaknil ogenj in ga pri tem ni nihče zalotil.



Se je vaše mnenje z novo sliko spremenilo?



2



3

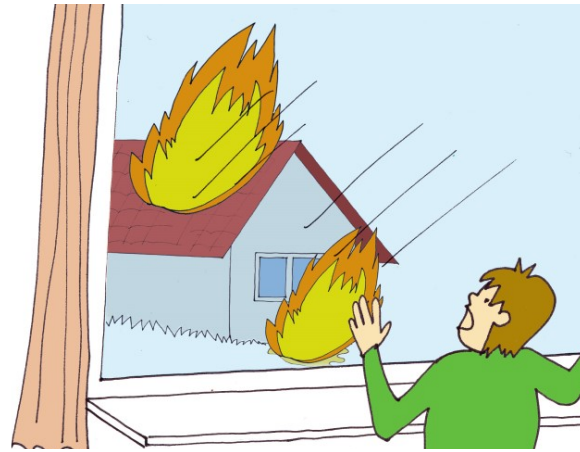
1. Deček je srečen, ker so ga končno posvojili.
2. Starši hvalijo svojega sina, ker je poklical gasilce, ko je videl ogenj in so ogenj pravočasno pogasili.
3. Deček je v šoli dobil dobro oceno.
4. Deček je podtaknil ogenj in ga pri tem ni nihče zalotil.



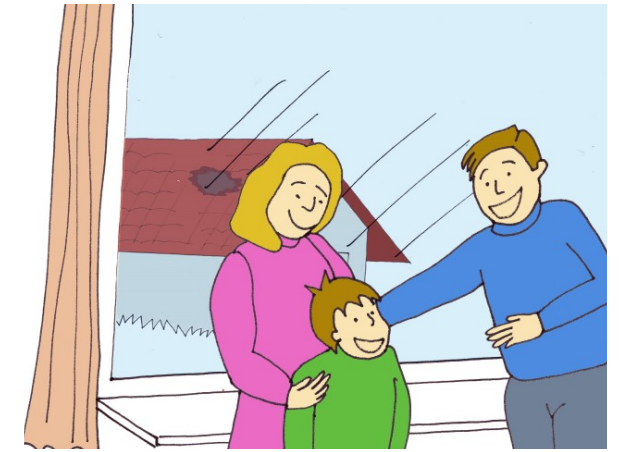
Prosim, ponovno ocenite verjetnost!



1



2

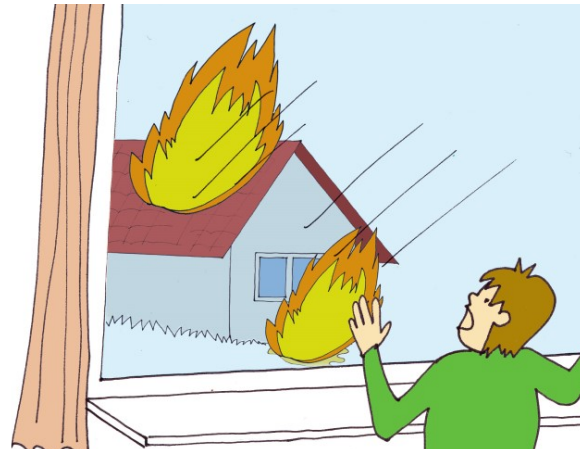


3

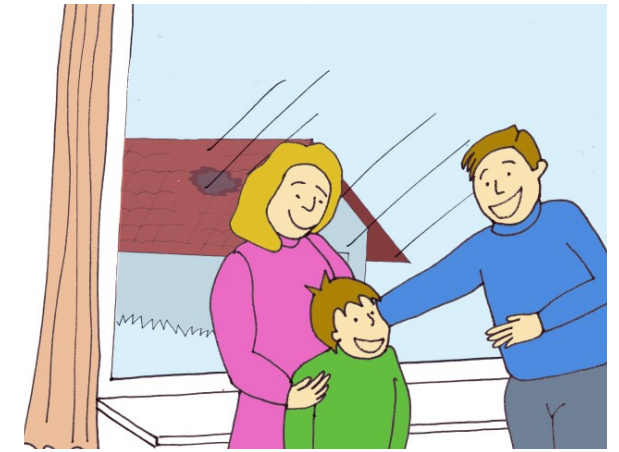
1. Deček je srečen, ker so ga končno posvojili.
2. Starši hvalijo svojega sina, ker je poklical gasilce, ko je videl ogenj in so ogenj pravočasno pogasili.
3. Deček je v šoli dobil dobro oceno.
4. Deček je podtaknil ogenj in ga pri tem ni nihče zalotil.



1



2

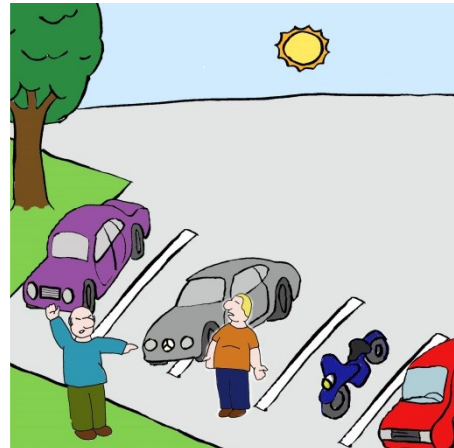


3

1. Deček je srečen, ker so ga končno posvojili.
2. Starši hvalijo svojega sina, ker je poklical gasilce, ko je videl ogenj in so ogenj pravočasno pogasili.
3. Deček je v šoli dobil dobro oceno.
4. Deček je podtaknil ogenj in ga pri tem ni nihče zalotil.



Kako verjetna se vam zdi vsaka od možnosti?



3

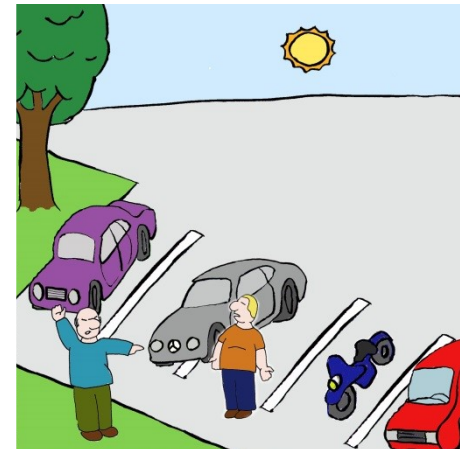
1. Moška se kregata zaradi parkirnega prostora v senci.
2. Moški upravičeno kritizira drugo osebo, ker je zasedla dva parkirna prostora.
3. Voznik sivega avtomobila je neupravičeno kritiziran.
4. Moška se ne strinjata glede cene avtomobila.



Se je vaše mnenje z novo sliko spremenilo?



2



3

1. Moška se kregata zaradi parkirnega prostora v senci.
2. Moški upravičeno kritizira drugo osebo, ker je zasedla dva parkirna prostora.
3. Voznik sivega avtomobila je neupravičeno kritiziran.
4. Moška se ne strinjata glede cene avtomobila.



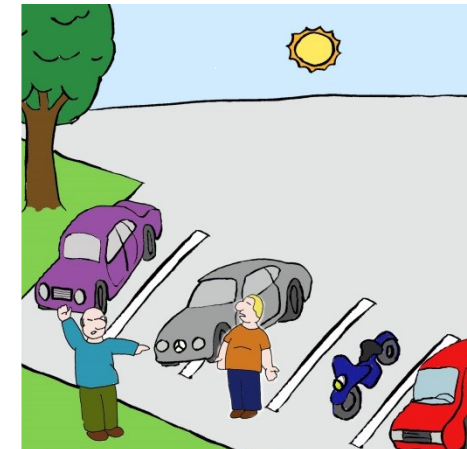
Prosim, ponovno ocenite verjetnost!



1



2



3

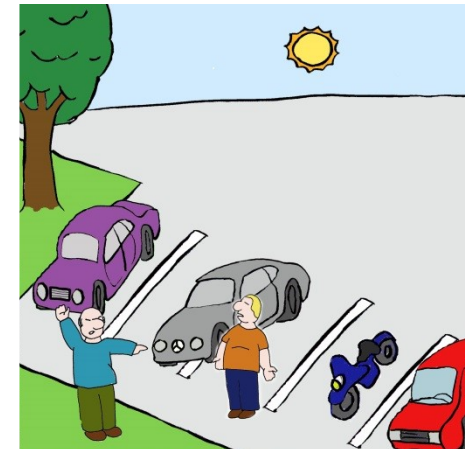
1. Moška se kregata zaradi parkirnega prostora v senci.
2. Moški upravičeno kritizira drugo osebo, ker je zasedla dva parkirna prostora.
3. Voznik sivega avtomobila je neupravičeno kritiziran.
4. Moška se ne strinjata glede cene avtomobila.



1



2



3

1. Moška se kregata zaradi parkirnega prostora v senci.
2. Moški upravičeno kritizira drugo osebo, ker je zasedla dva parkirna prostora.
3. Voznik sivega avtomobila je neupravičeno kritiziran.
4. Moška se ne strinjata glede cene avtomobila.



Kako verjetna se vam zdi vsaka od možnosti?



3

1. Moški se je javil na telefon in testo za pizzo, ki ga je ravno vrgel v zrak, je pristalo na njegovi glavi.
2. Moški kliče na pomoč, ker je na njegovi glavi pristal vesoljski stvar.
3. Moški skuša nasmejati dekcle s tem, da nosi čudno kapo na glavi.
4. Moški je pozabil, kako se speče torta, zato kliče svojo mamo za recept.



Se je vaše mnenje z novo sliko spremenilo?



2



3

1. Moški se je javil na telefon in testo za pizzo, ki ga je ravno vrgel v zrak, je pristalo na njegovi glavi.
2. Moški kliče na pomoč, ker je na njegovi glavi pristal vesoljski stvar.
3. Moški skuša nasmejati dekle s tem, da nosi čudno kapo na glavi.
4. Moški je pozabil, kako se speče torta, zato kliče svojo mamo za recept.



Prosim, ponovno ocenite verjetnost!



1



2



3

1. Moški se je javil na telefon in testo za pizzo, ki ga je ravno vrgel v zrak, je pristalo na njegovi glavi.
2. Moški kliče na pomoč, ker je na njegovi glavi pristal vesoljski stvor.
3. Moški skuša nasmejati dekle s tem, da nosi čudno kapo na glavi.
4. Moški je pozabil, kako se speče torta, zato kliče svojo mamo za recept.



1



2



3

1. Moški se je javil na telefon in testo za pizzo, ki ga je ravno vrgel v zrak, je pristalo na njegovi glavi.
2. Moški kliče na pomoč, ker je na njegovi glavi pristal vesoljski stvor.
3. Moški skuša nasmejati dekle s tem, da nosi čudno kapo na glavi.
4. Moški je pozabil, kako se speče torta, zato kliče svojo mamo za recept.



Kako verjetna se vam zdi vsaka od možnosti?

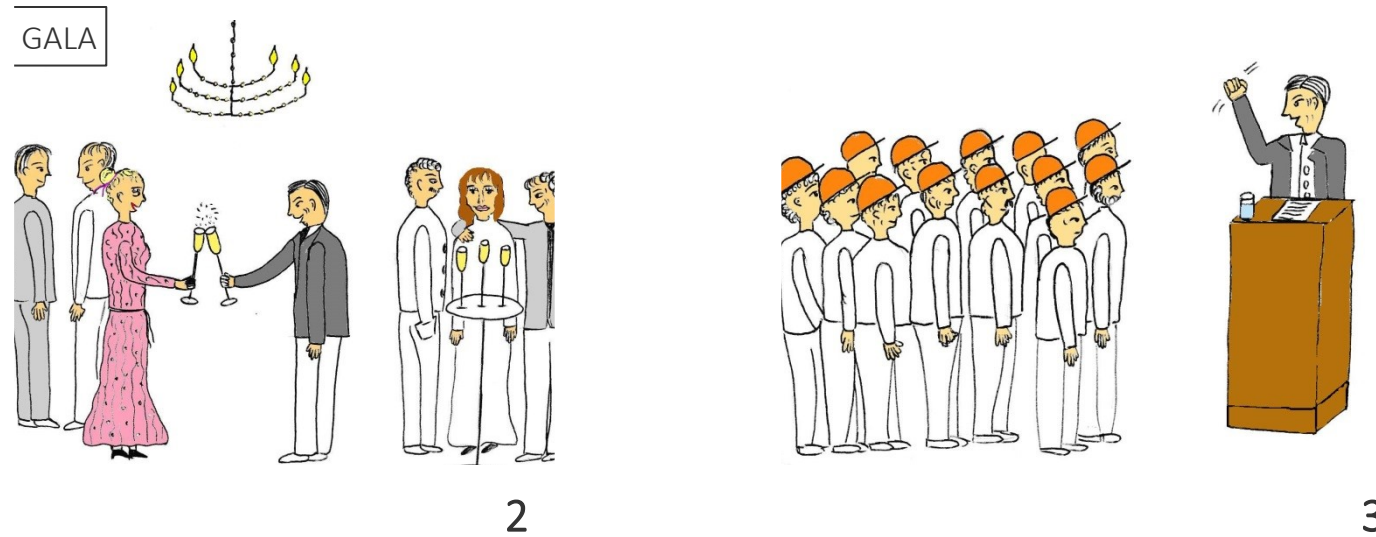


3

1. Politik pomaga revnim in zapostavljenim ljudem.
2. Komunistični politik spodbuja delavce, naj bolj pridno delajo.
3. Duhovnik oznanjuje konec sveta.
4. Direktor je objavil, da ni denarja za zvišanje plač, čeprav sam živi v bogastvu.



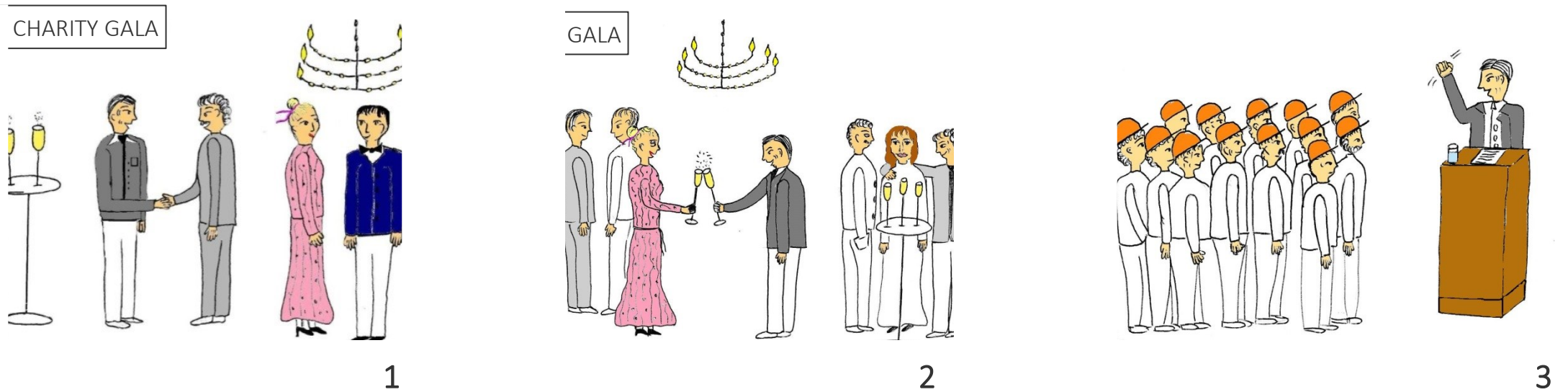
Se je vaše mnenje z novo sliko spremenilo?



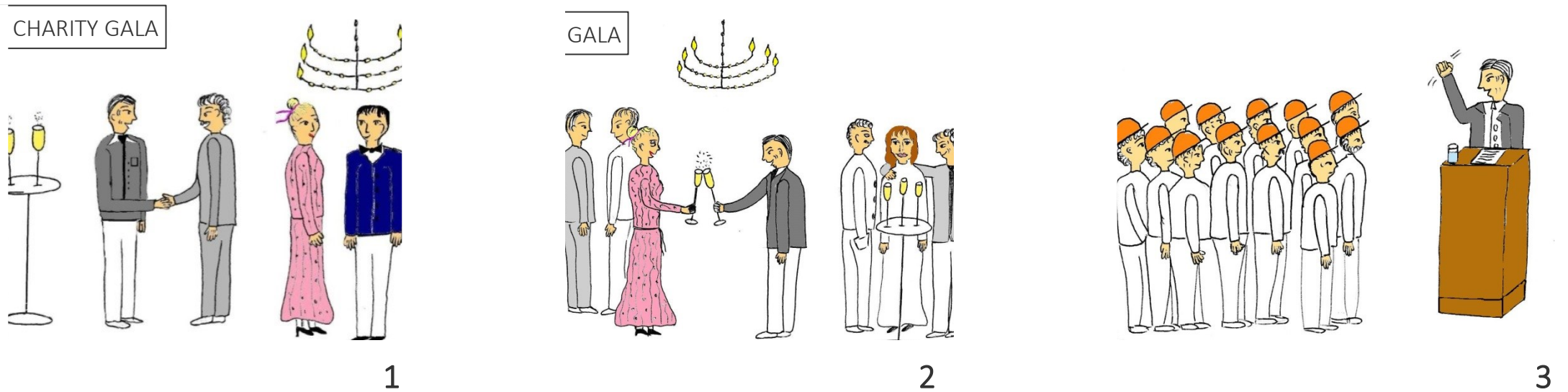
1. Politik pomaga revnim in zapostavljenim ljudem.
2. Komunistični politik spodbuja delavce, naj bolj pridno delajo.
3. Duhovnik oznanjuje konec sveta.
4. Direktor je objavil, da ni denarja za zvišanje plač, čeprav sam živi v bogastvu.



Prosim, ponovno ocenite verjetnost!



1. Politik pomaga revnim in zapostavljenim ljudem.
2. Komunistični politik spodbuja delavce, naj bolj pridno delajo.
3. Duhovnik oznanjuje konec sveta.
4. Direktor je objavil, da ni denarja za zvišanje plač, čeprav sam živi v bogastvu.



1. Politik pomaga revnim in zapostavljenim ljudem.
2. Komunistični politik spodbuja delavce, naj bolj pridno delajo.
3. Duhovnik oznanjuje konec sveta.
4. Direktor je objavil, da ni denarja za zvišanje plač, čeprav sam živi v bogastvu.



Kako verjetna se vam zdi vsaka od možnosti?

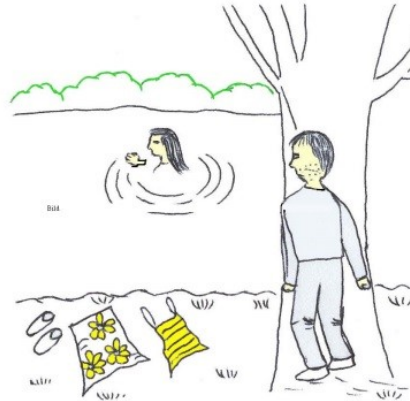


3

1. Moški se skriva pred policijo, ki ga lovi.
2. Moški je za hec oblekel ženska oblačila.
3. Moški je telesni stražar te ženske.
4. Oblačila moškega so mokra, zato jih je ukradel tej ženski.



Se je vaše mnenje z novo sliko spremenilo?



2



3

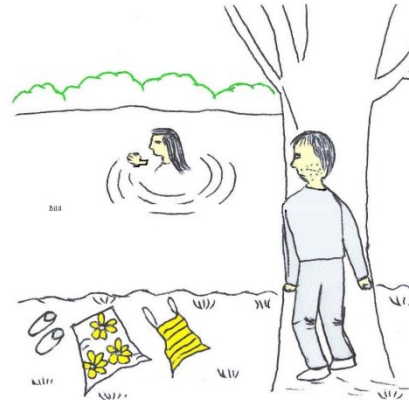
1. Moški se skriva pred policijo, ki ga lovi.
2. Moški je za hec oblekel ženska oblačila.
3. Moški je telesni stražar te ženske.
4. Oblačila moškega so mokra, zato jih je ukradel tej ženski.



Prosim, ponovno ocenite verjetnost!



1



2

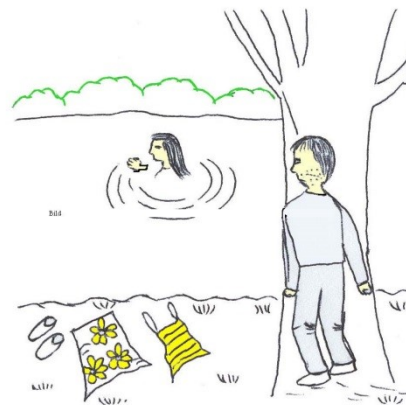


3

1. Moški se skriva pred policijo, ki ga lovi.
2. Moški je za hec oblekel ženska oblačila.
3. Moški je telesni stražar te ženske.
4. Oblačila moškega so mokra, zato jih je ukradel tej ženski.



1



2



3

1. Moški se skriva pred policijo, ki ga lovi.
2. Moški je za hec oblekel ženska oblačila.
3. Moški je telesni stražar te ženske.
4. Oblačila moškega so mokra, zato jih je ukradel tej ženski.



Izbirno: video posnetki

Izbirno: Video posnetki, ki se nanašajo na današnjo temo so dostopni na sledeči internetni strani:

http://www.uke.de/mct_videos

Po ogledu posnetka se lahko pogovarjate o tem, kako je prikazano povezano z današnjo temo.

[za vodje:

nekateri izseki iz filmov vsebujejo jezik, ki ni ustrezen za vsako publiko ali za vsako kulturo. Prosimo, da skrbno pregledate posnetke, preden jih predvajate.]





Kako verjetna se vam zdi vsaka od možnosti?



3

1. Fant uživa v lepem dnevu.
2. Fant je ušel stran od vrtnarjenja, da bi lahko lovil ribe.
3. Fant skuša ujeti ribo, da bi razveselil svojo mamo.
4. Fant je ukradel črve za ribolov.



Se je vaše mnenje z novo sliko spremenilo?



2



3

1. Fant uživa v lepem dnevu.
2. Fant je ušel stran od vrtnarjenja, da bi lahko lovil ribe.
3. Fant skuša ujeti ribo, da bi razveselil svojo mamo.
4. Fant je ukradel črve za ribolov.



Prosim, ponovno ocenite verjetnost!



1



2



3

1. Fant uživa v lepem dnevu.
2. Fant je ušel stran od vrtnarjenja, da bi lahko lovil ribe.
3. Fant skuša ujeti ribo, da bi razveselil svojo mamo.
4. Fant je ukradel črve za ribolov.



1



2



3

1. Fant uživa v lepem dnevu.
2. Fant je ušel stran od vrtnarjenja, da bi lahko lovil ribe.
3. Fant skuša ujeti ribo, da bi razveselil svojo mamo.
4. Fant je ukradel črve za ribolov.



Kako verjetna se vam zdi vsaka od možnosti?



3

1. Dva človeka med sabo komunicirata preko telepatije.
2. Moški je presenečen, ko vidi, da je drugemu moškemu uspelo odpreti vrata.
3. Moški se je obrnil, ker se mu zdi drugi moški znan.
4. Moški se je presenečeno obrnil, ker mu je drugi moški navrgel žaljiv komentar.



Se je vaše mnenje z novo sliko spremenilo?



2



3

1. Dva človeka med sabo komunicirata preko telepatije.
2. Moški je presenečen, ko vidi, da je drugemu moškemu uspelo odpreti vrata.
3. Moški se je obrnil, ker se mu zdi drugi moški znan.
4. Moški se je presenečeno obrnil, ker mu je drugi moški navrgel žaljiv komentar.



Prosim, ponovno ocenite verjetnost!



1

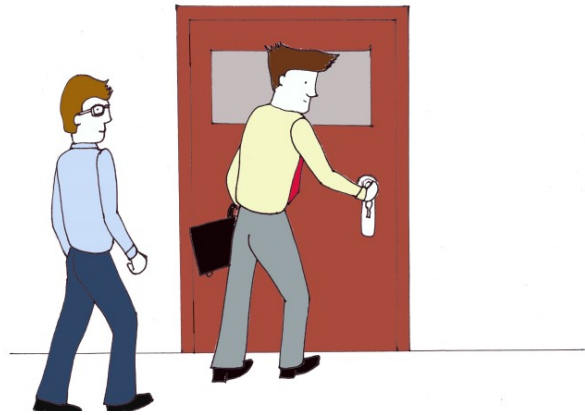


2



3

1. Dva človeka med sabo komunicirata preko telepatije.
2. Moški je presenečen, ko vidi, da je drugemu moškemu uspelo odpreti vrata.
3. Moški se je obrnil, ker se mu zdi drugi moški znan.
4. Moški se je presenečeno obrnil, ker mu je drugi moški navrgel žaljiv komentar.



1



2



3

1. Dva človeka med sabo komunicirata preko telepatije.
2. Moški je presenečen, ko vidi, da je drugemu moškemu uspelo odpreti vrata.
3. Moški se je obrnil, ker se mu zdi drugi moški znan.
4. Moški se je presenečeno obrnil, ker mu je drugi moški navrgel žaljiv komentar.



Kako verjetna se vam zdi vsaka od možnosti?



3

1. Ljudje vadijo zavezovanje vozlov pri rodeu.
2. Kavboj želi kupiti laso.
3. Kavboj je uporabil vrv iz trgovine, da je zvezal prodajalca in ukradel denar.
4. Moški hoče kupiti nov klobuk.



Se je vaše mnenje z novo sliko spremenilo?



2



3

1. Ljudje vadijo zavezovanje vozlov pri rodeu.
2. Kavboj želi kupiti laso.
3. Kavboj je uporabil vrv iz trgovine, da je zvezal prodajalca in ukradel denar.
4. Moški hoče kupiti nov klobuk.



Prosim, ponovno ocenite verjetnost!



1



2



3

1. Ljudje vadijo zavezovanje vozlov pri rodeu.
2. Kavboj želi kupiti laso.
3. Kavboj je uporabil vrv iz trgovine, da je zvezal prodajalca in ukradel denar.
4. Moški hoče kupiti nov klobuk.



1



2



3

1. Ljudje vadijo zavezovanje vozlov pri rodeu.
2. Kavboj želi kupiti laso.
3. Kavboj je uporabil vrv iz trgovine, da je zvezal prodajalca in ukradel denar.
4. Moški hoče kupiti nov klobuk.



Kako verjetna se vam zdi vsaka od možnosti?



3

1. Policijski pes skuša preprečiti krajo čolna.
2. Deklica je padla v vodo, ker so psi lovili mačko.
3. Deklica skuša rešiti mačko, da je ne bi v čolnu odneslo stran.
4. Deklica je skočila v vodo, da bi se rešila pred psi.



Se je vaše mnenje z novo sliko spremenilo?



2



3

1. Policijski pes skuša preprečiti krajo čolna.
2. Deklica je padla v vodo, ker so psi lovili mačko.
3. Deklica skuša rešiti mačko, da je ne bi v čolnu odneslo stran.
4. Deklica je skočila v vodo, da bi se rešila pred psi.



Prosim, ponovno ocenite verjetnost!



1



2



3

1. Policijski pes skuša preprečiti krajo čolna.
2. Deklica je padla v vodo, ker so psi lovili mačko.
3. Deklica skuša rešiti mačko, da je ne bi v čolnu odneslo stran.
4. Deklica je skočila v vodo, da bi se rešila pred psi.



1



2



3

1. Policijski pes skuša preprečiti krajo čolna.
2. Deklica je padla v vodo, ker so psi lovili mačko.
3. Deklica skuša rešiti mačko, da je ne bi v čolnu odneslo stran.
4. Deklica je skočila v vodo, da bi se rešila pred psi.



Kako verjetna se vam zdi vsaka od možnosti?



3

1. Fant je rešil moškega pred roparjem.
2. Fant pomaga pijanemu moškemu.
3. Fant je ponesreči udaril moškega z mizo.
4. Dva stara prijatelja sta se srečala na ulici.



Se je vaše mnenje z novo sliko spremenilo?



2



3

1. Fant je rešil moškega pred roparjem.
2. Fant pomaga pijanemu moškemu.
3. Fant je ponesreči udaril moškega z mizo.
4. Dva stara prijatelja sta se srečala na ulici.



Prosim, ponovno ocenite verjetnost!



1



2



3

1. Fant je rešil moškega pred roparjem.
2. Fant pomaga pijanemu moškemu.
3. Fant je ponesreči udaril moškega z mizo.
4. Dva stara prijatelja sta se srečala na ulici.



1



2



3

1. Fant je rešil moškega pred roparjem.
2. Fant pomaga pijanemu moškemu.
3. Fant je ponesreči udaril moškega z mizo.
4. Dva stara prijatelja sta se srečala na ulici.



Kako verjetna se vam zdi vsaka od možnosti?

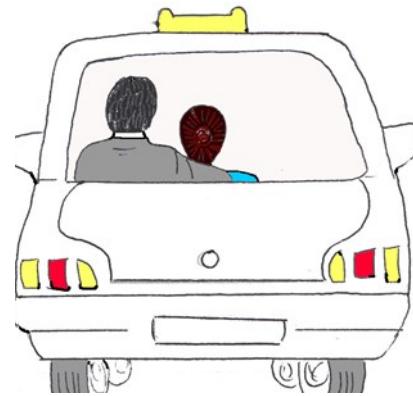


3

1. Moški s svojim dekletom gleda film v kinu na prostem.
2. Moški je v avtu s svojo ljubico in upa, da ju nihče ne bo videl.
3. Moški v avtu pelje izložbeno lutko v svojo trgovino.
4. Moški in ženska sta ukradla avto.



Se je vaše mnenje z novo sliko spremenilo?



2



3

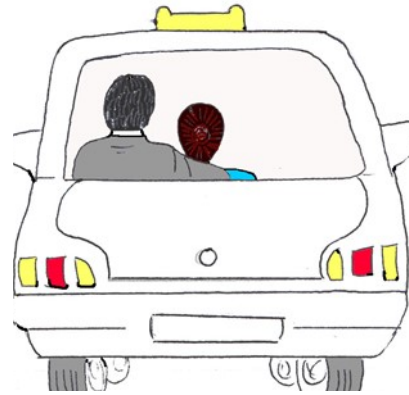
1. Moški s svojim dekletom gleda film v kinu na prostem.
2. Moški je v avtu s svojo ljubico in upa, da ju nihče ne bo videl.
3. Moški v avtu pelje izložbeno lutko v svojo trgovino.
4. Moški in ženska sta ukradla avto.



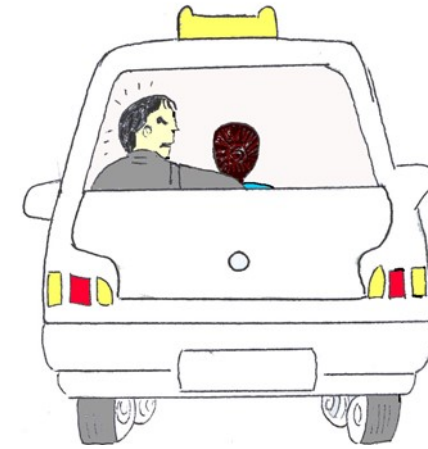
Prosim, ponovno ocenite verjetnost!



1



2

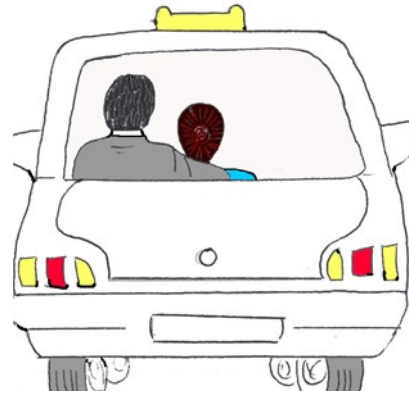


3

1. Moški s svojim dekletom gleda film v kinu na prostem.
2. Moški je v avtu s svojo ljubico in upa, da ju nihče ne bo videl.
3. Moški v avtu pelje izložbeno lutko v svojo trgovino.
4. Moški in ženska sta ukradla avto.



1



2



3

1. Moški s svojim dekletom gleda film v kinu na prostem.
2. Moški je v avtu s svojo ljubico in upa, da ju nihče ne bo videl.
3. Moški v avtu pelje izložbeno lutko v svojo trgovino.
4. Moški in ženska sta ukradla avto.



Uporaba v vsakdanjem življenju

Kaj smo se naučili:

- Včasih se dogodki odvijajo čisto drugače, kot smo pričakovali: Hitre odločitve pogosto vodijo do napačnih zaključkov.



Uporaba v vsakdanjem življenju

Kaj smo se naučili:

- Včasih se dogodki odvijajo čisto drugače, kot smo pričakovali: Hitre odločitve pogosto vodijo do napačnih zaključkov.
- Vedno je dobro upoštevati različne razlage/hipoteze in glede na to spremeniti in prilagoditi svoje mnenje.



Uporaba v vsakdanjem življenju

Kaj smo se naučili:

- Včasih se dogodki odvijajo čisto drugače, kot smo pričakovali: Hitre odločitve pogosto vodijo do napačnih zaključkov.
- Vedno je dobro upoštevati različne razlage/hipoteze in glede na to spremeniti in prilagoditi svoje mnenje.
- Poiščite čim več informacij, s katerimi boste preverili pravilnost svojega mnenja, preden se boste dokončno odločili.



Kako je vse to povezano s psihozo?

V času psihoze imajo ljudje lahko napačna prepričanja in ignorirajo nasprotujoča mnenja. V nekaterih primerih ima lahko to dramatične posledice.



Kako je vse to povezano s psihozo?

V času psihoze imajo ljudje lahko napačna prepričanja in ignorirajo nasprotujoča mnenja. V nekaterih primerih ima lahko to dramatične posledice.

Primer: Štefan je napadel svojega očeta. Prepričan je bil, da je njegov oče umrl že pred nekaj leti in so njegovo telo prevzeli vesoljci. Čeprav je bil oče v napadu poškodovan in je krvavel, kar je bil dokaz proti njegovemu prepričanju, Štefan ni spremenil svojega mišljenja.

Okoliščine: Oče se je zadnje čase obnašal drugače, ni bil tako prijazen kot ponavadi.

Toda: Ljudje se spreminjajo, ko se starajo; morda je imel oče svoje probleme ali se je obremenjeval zaradi sina. Štefana sorodniki niso mogli prepričati, da je z njegovim očetom vse v redu.



Kako je vse to povezano s psihozo?

V času psihoze imajo ljudje lahko napačna prepričanja in ignorirajo nasprotujoča mnenja. V nekaterih primerih ima lahko to dramatične posledice.

Primer: Štefan je napadel svojega očeta. Prepričan je bil, da je njegov oče umrl že pred nekaj leti in so njegovo telo prevzeli vesoljci. Čeprav je bil oče v napadu poškodovan in je krvavel, kar je bil dokaz proti njegovemu prepričanju, Štefan ni spremenil svojega mišljenja.

Okoliščine: Oče se je zadnje čase obnašal drugače, ni bil tako prijazen kot ponavadi.

Toda: Ljudje se spreminjajo, ko se starajo; morda je imel oče svoje probleme ali se je obremenjeval zaradi sina. Štefana sorodniki niso mogli prepričati, da je z njegovim očetom vse v redu.

Težko je obdržati trezno glavo, ko se človek počuti ogroženega. Zato bodite previdni pri svojih presojah in vprašajte za nasvet ljudi, ki jim zaupate!



Hvala za vašo pozornost!

za vodje:

Razdelite delovne liste. Predstavite našo aplikacijo COGITO (prenesite 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
Jule Berlin	flickr	Sunset at the end of the world	CC	Sunset/Sonnenuntergang
fmc.nikon.d40	flickr	Flower	CC	Yellow blossom/Gelbe Blüte
Aussiegall	flickr	Pentas Flowers	CC	Pink flowers/Pinkfarbene Blumen
Swami Stream	flickr	Mumbai Flowers	CC	Yellow and pink gerbara/Gelbe und pinkfarbene Gerbera
e3000	flickr	I wanna be your dog	CC	Pug/Mops
moore fun	flickr	Jellyfish	CC	Jelly fish/Qualle
Wesley Oostvogels	Flickr	High Key Baby Portrait	CC	Baby/Baby
Benny-Kristin Fischer	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Various picture sequences fire, chef, charity gala, criminal, boy, door, cowboy's robbery, dogs, table, taxi, some motives are adapted from the Wechsler Intelligence Scale/Verschiedene Bildersequenzen Feuer, Koch, Wohltätigkeitsgala, Verbrecher, Junge, Tür, Überfall des Cowboys, Hunde, Tisch, Taxi, einige Motive sind angelehnt an Aufgaben des Wechsler Intelligenztests
Janne Hottenrott	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Picrture sequence parking space is adapted from the Wechsler Intelligence Scale/Bildersequenz Parkplatz, Motiv ist angelehnt an Aufgaben des Wechsler Intelligenztests