



Metakognitiv träning (MCT)

MCT 6 A BADE – Att visa empati II

© Moritz, Woodward, Dahlin & Bergman (2|22)

www.uke.de/mct

The use of the pictures in this module has been kindly permitted by artists and copyright holders, respectively. For details (artist, title), please refer to the end of this presentation.





Vad tittar du efter när du lär känna någon?
Hur säker blir din bedömning efter en sådan koll?





Vad tittar du efter när du lär känna någon? Hur säker blir din bedömning efter en sådan koll?

kroppsspråk/
kroppsställning?

ögon?

händer?



språk?

klädsel?

annat?...



Vilka andra källor till information kan användas? Hur tillförlitliga är dessa?





Vilka andra källor till information kan användas?

Hur tillförlitliga är dessa?

- tidigare kännedom om personen (rykten): till exempel, en väns kommentar
- tidigare kännedom om liknande personer/grupper: t.ex. *Rappare*
- “magkänsla”/intuition
- skrivet material t.ex. från e-mail eller chatt på Internet






Fördelar och nackdelar med bestämda sociala kännetecken

Nu har vi har diskuterat olika aspekter som bidrar till bedömningen av en person. Vilka styrkor och svagheter finns hos dessa kännetecken eller riktmärken?



Diskutera fördelar och nackdelar med följande riktmärke för att bedöma en person

<p>Språket: Vad någon säger och hur det sägs</p> 	<p>Viktig ledtråd: ???</p>
<p>Exempel:</p> <div data-bbox="129 963 838 1160" style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>Om folket inte har bröd kan de ju äta kakor</p> </div> <p>Citatet är tillskrivet Marie Antoinette (1755-1793); sarkasm, naivitet, okunskap om livsvillkoren för de fattiga?</p>	<p>Varning: ???</p>



Diskutera fördelar och nackdelar med följande riktmärke för att bedöma en person

Språket:

Vad någon säger och hur det sägs



Viktig ledtråd:

Innehåll: Språket är mycket viktigt för direkt kommunikation.

Tonfall: Betoningen (sarkastisk, självbelåten), ordval (arrogant, saklig etc.) kan berätta mycket om någon.

Exempel:

Om folket inte har bröd kan
de ju äta kakor

Citatet är tillskrivet Marie Antoinette (1755-1793); sarkasm, naivitet, okunskap om livsvillkoren för de fattiga?

Varning:

???



Diskutera fördelar och nackdelar med följande riktmärke för att bedöma en person

Språket:

Vad någon säger och hur det sägs



Viktig ledtråd:

Innehåll: Språket är mycket viktigt för direkt kommunikation.

Tonfall: Betoningen (sarkastisk, självbelåten), ordval (arrogant, saklig etc.) kan berätta mycket om någon.

Exempel:

Om folket inte har bröd kan
de ju äta kakor

Citatet är tillskrivet Marie Antoinette (1755-1793); sarkasm, naivitet, okunskap om livsvillkoren för de fattiga?

Varning:

Innehåll: beroende på t.ex sociala konventioner eller missförstånd är det ofta skillnad på vad en person tänker och vad han/hon faktiskt säger.

Tonfall: En del personer ger uttryck för mycket få känslor när de talar – trots det kan de vara känslofyllda under ytan (gravallvarligt framförd humor, stel mimik vid Parkinsons sjukdom m.m.).



Diskutera fördelar och nackdelar med följande riktmärke för att bedöma en person

Tidigare kännedom om personen



Viktig ledtråd:

???

Varning:

???



Diskutera fördelar och nackdelar med följande riktmärke för att bedöma en person

Tidigare kännedom om personen



Viktig ledtråd:

- Tidigare kännedom om en person kan underlätta en bedömning. Särskilt om du har mött personen tidigare i en liknande situation.

Varning:

???



Diskutera fördelar och nackdelar med följande riktmärke för att bedöma en person

Tidigare kännedom om personen



Viktig ledtråd:

- Tidigare kännedom om en person kan underlätta en bedömning. Särskilt om du har mött personen tidigare i en liknande situation.

Varning:

- Personer kan bete sig olika beroende på situationen, sinnestämning eller av tillfälligheter. Vi är aldrig fullständigt lyckliga eller sorgsna, goda eller onda i alla situationer. En person kan vara mycket öppen tillsammans med sin familj men mycket blyg bland sina vänner – eller omvänt. Kanske blir du själv överraskad över hur olika du betar dig i olika situationer.



Diskutera fördelar och nackdelar med följande riktmärke för att bedöma en person

Intuition



Det sägs att hundar kan känna av om människor utgör en fara eller ej.

Viktig ledtråd:

???

Varning:

???

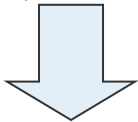


Diskutera fördelar och nackdelar med följande riktmärke för att bedöma en person

Intuition



Rolig eller skrämmande?
Beror på humöret!



Rädsla

Glädje



t.ex. skräck-filmen
("It")



Cirkusbesök

Viktig ledtråd:

- Intuition kan förstås som kunskap baserad på erfarenhet. Instinkten är ibland bättre än förnuftet! Intuition kan förstås som kunskap när ibland bättre än förnuftet!

Varning:

???

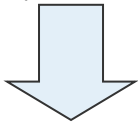


Diskutera fördelar och nackdelar med följande riktmärke för att bedöma en person

Intuition



Rolig eller skrämmande?
Beror på humöret!



Rädsla

Gladje



t.ex. skräck-filmen
("It")



Cirkusbesök

Viktig ledtråd:

- Intuition kan förstås som kunskap baserad på erfarenhet. Instinkten är ibland bättre än förnuftet! Intuition kan förstås som kunskap när ibland bättre än förnuftet!

Varning:

- De känslor man upplever i situationen kan påverka ens uppfattningar och tankar. Exempel:
 1. **Ilkska**: tendens att känna sig missförstådd eller anklagad.
 2. **Depression**: allt ter sig mer hopplöst än det egentligen är.

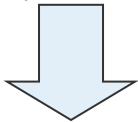


Diskutera fördelar och nackdelar med följande riktmärke för att bedöma en person

Intuition



Rolig eller skrämmande?
Beror på humöret!



Rädsla

Gladje



t.ex. skräck-filmen
("It")



Cirkusbesök

Viktig ledtråd:

- Intuition kan förstås som kunskap baserad på erfarenhet. Instinkten är ibland bättre än förnuftet! Intuition kan förstås som kunskap när ibland bättre än förnuftet!

Varning:

- De känslor man upplever i situationen kan påverka ens uppfattningar och tankar. Exempel:
 1. **Ilkska**: tendens att känna sig missförstådd eller anklagad.
 2. **Depression**: allt ter sig mer hopplöst än det egentligen är.
- Vi bör lyssna till våra instinkter, men inte lita blint på dem.



Hur det verkar vara... - och realiteten!

... Inget av dessa riktmärken (t.ex. språket) kan man lita på var för sig!

Alla aspekter måste beaktas!

Tillsammans hjälper de oss att bedöma en komplex situation...



Varför tar vi upp detta?

Studier visar att många (men inte alla!) personer med psykiatrisk problematik (speciellt psykos) har problem med följande:

- Svårigheter att tolka ansiktsuttryck hos andra (t.ex. sorg, glädje).



Varför tar vi upp detta?

Studier visar att många (men inte alla!) personer med psykiatrisk problematik (speciellt psykos) har problem med följande:

- Svårigheter att tolka ansiktsuttryck hos andra (t.ex. sorg, glädje).
- Svårigheter att se varför en person gör något och att förutse vad denne kommer att göra härnäst.



Empatisvårigheter under psykos ökar antalet feltolkningar - exempel

Händelse	Tolkning vid psykos	Andra förklaringar
En man på bussen tittar på dig länge.	Förföljaren avslöjar sig till sist	Du drar till dig uppmärksamhet genom ett iögonfallande uppträdande. (t.ex. att bära solglasögon)
Chefen klagar på dina misstag	Du är övertygad om att du kommer att bli sparkad	Chefen överreagerade men tänker inte sparka dig – han är ofta butter
En vän läser en nyhetsartikel om dåliga skolresultat.	Han anspelar på att du fick dåliga skolresultat som barn	Ett rent sammanträffande - vännen är nyhetsintresserad men känner inte till dina skolproblem

Har någon ett personligt exempel på något liknande som vi kan få höra?



Övning

- Ni kommer att få titta på några serieteckningar.
- Diskutera vad personerna på bilderna tänker om varandra.



Övning

- Ni kommer att få titta på några serieteckningar.
- Diskutera vad personerna på bilderna tänker om varandra.

Viktigt

- Tänk på att skilja mellan den information som *ni* har och den information som karaktärerna har om varandra!



Övning

- Ni kommer att få titta på några serieteckningar.
- Diskutera vad personerna på bilderna tänker om varandra.

Viktigt

- Tänk på att skilja mellan den information som *ni* har och den information som karaktärerna har om varandra!
- Vilken tilläggsinformation behövs för att besvara på frågan?



Vad tror du flickan ger sin mormor i present när hon fyller år nästa gång?
Kommer mormor att bli glad?



Vad tror du flickan ger sin mormor i present när hon fyller år nästa gång?
Kommer mormor att bli glad?



Mormors födelsedag

Vad har flickan troligen med sig till mormor nästa år?

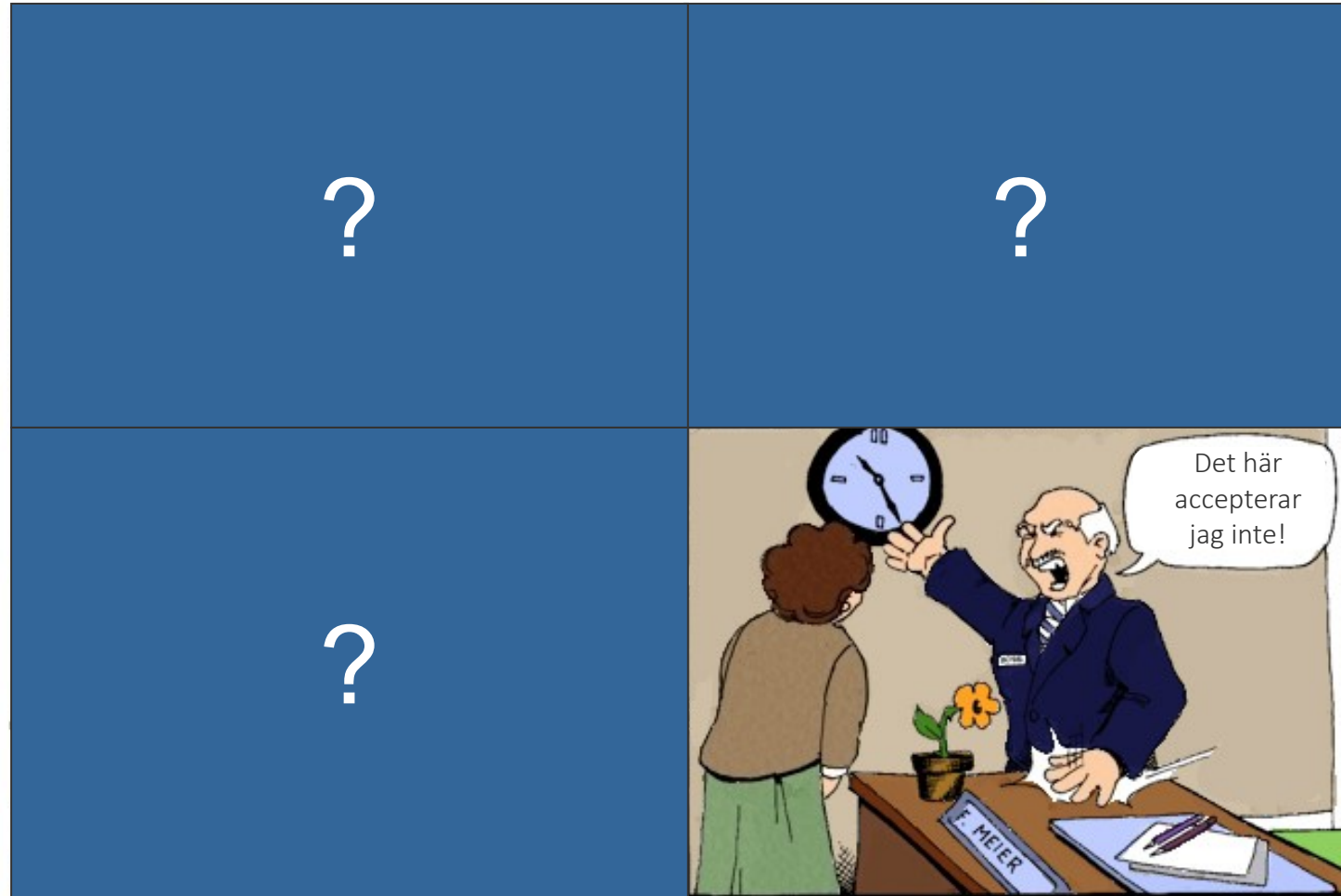


Troligt: Hon tar med sig choklad igen för att mormor blev så glad förra gången.

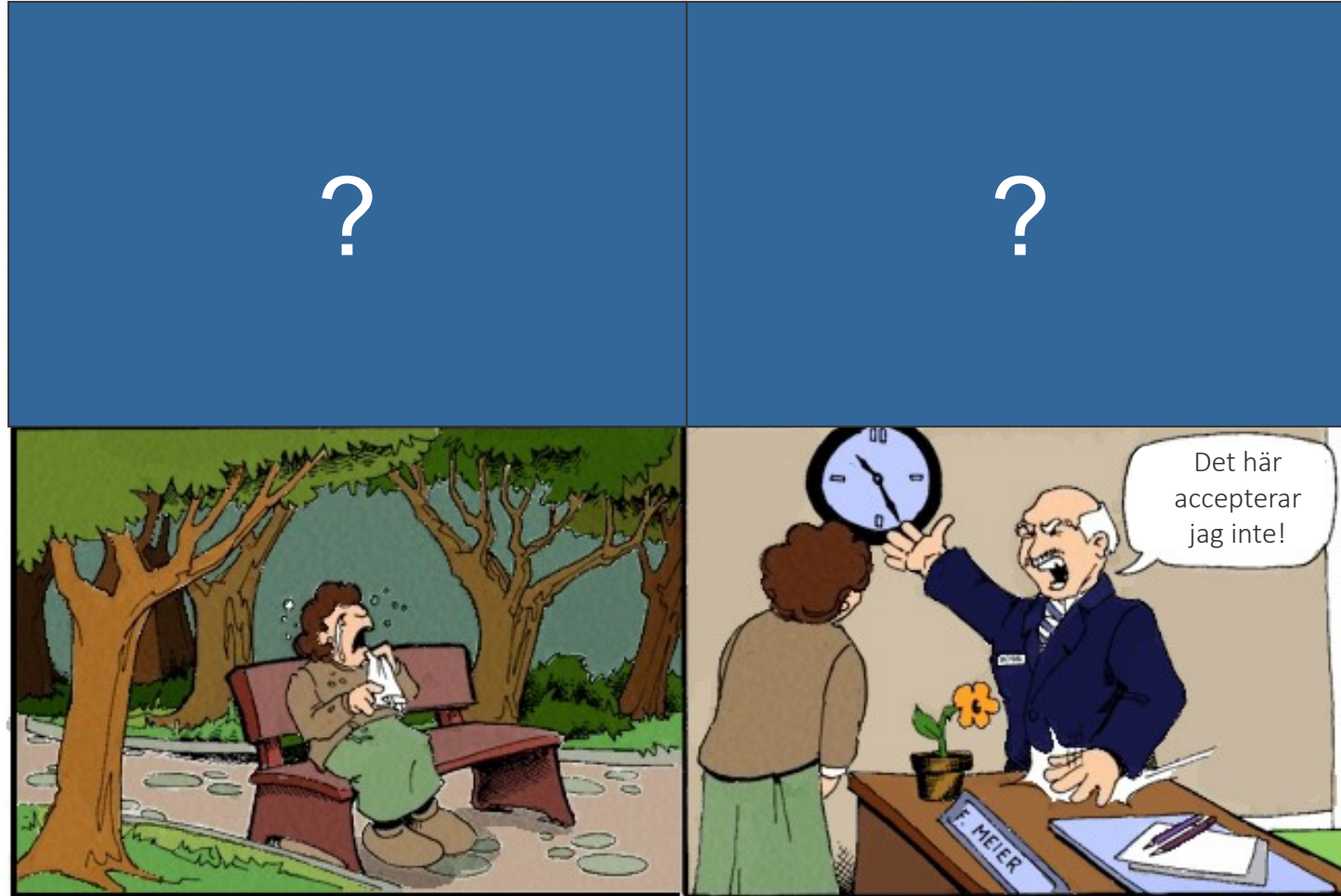
Osannolikt: Flickan märkte av att hennes mormor ogillar choklad och därför tar hon med sig något annat på hennes födelsedag.



Vi fortsätter!

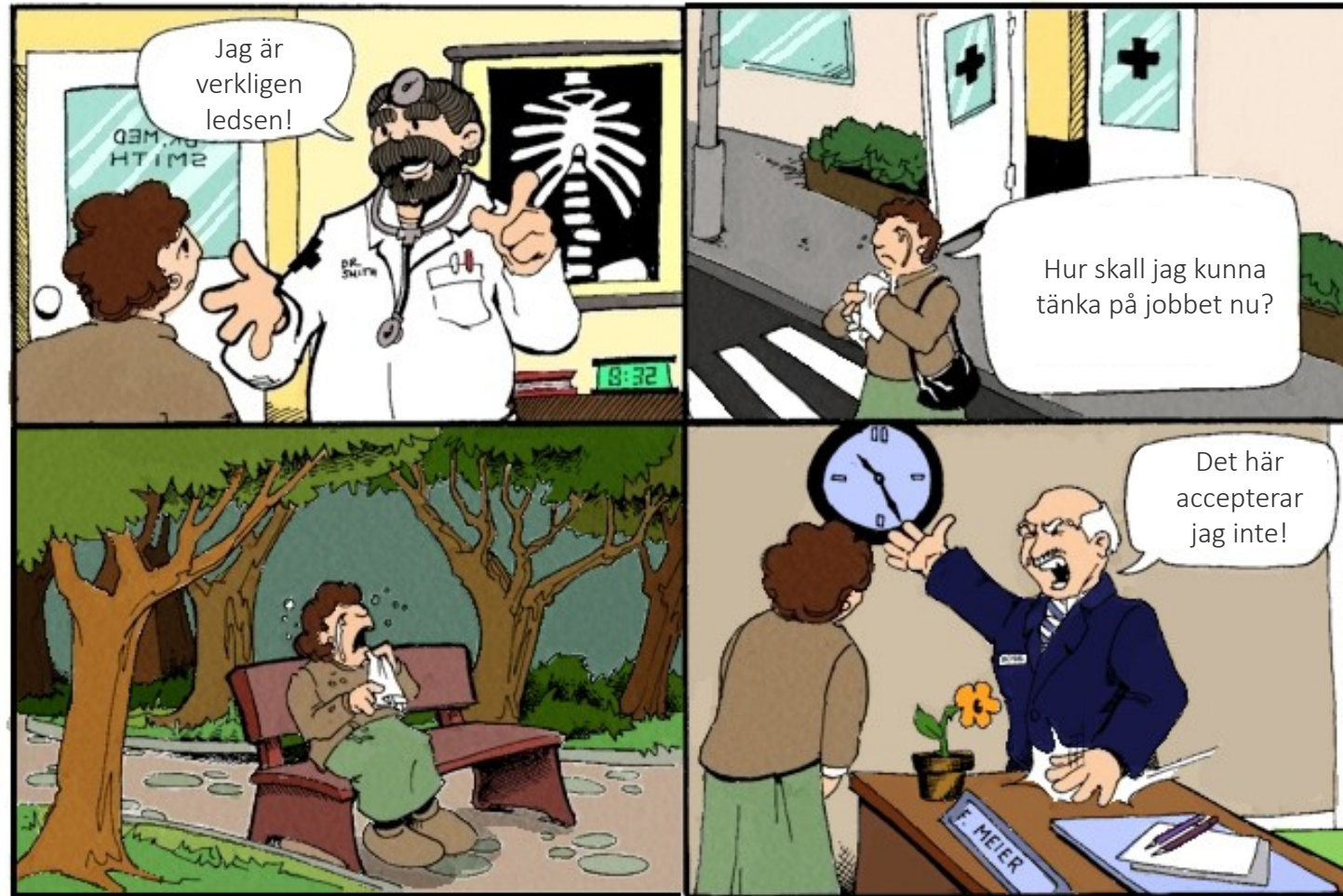


Är hennes chef oförstående?
Behövs det mer information för att svara på frågan?



Är hennes chef oförstående?

Behövs det mer information för att svara på frågan?



Är hennes chef oförstående?
Behövs det mer information för att svara på frågan?



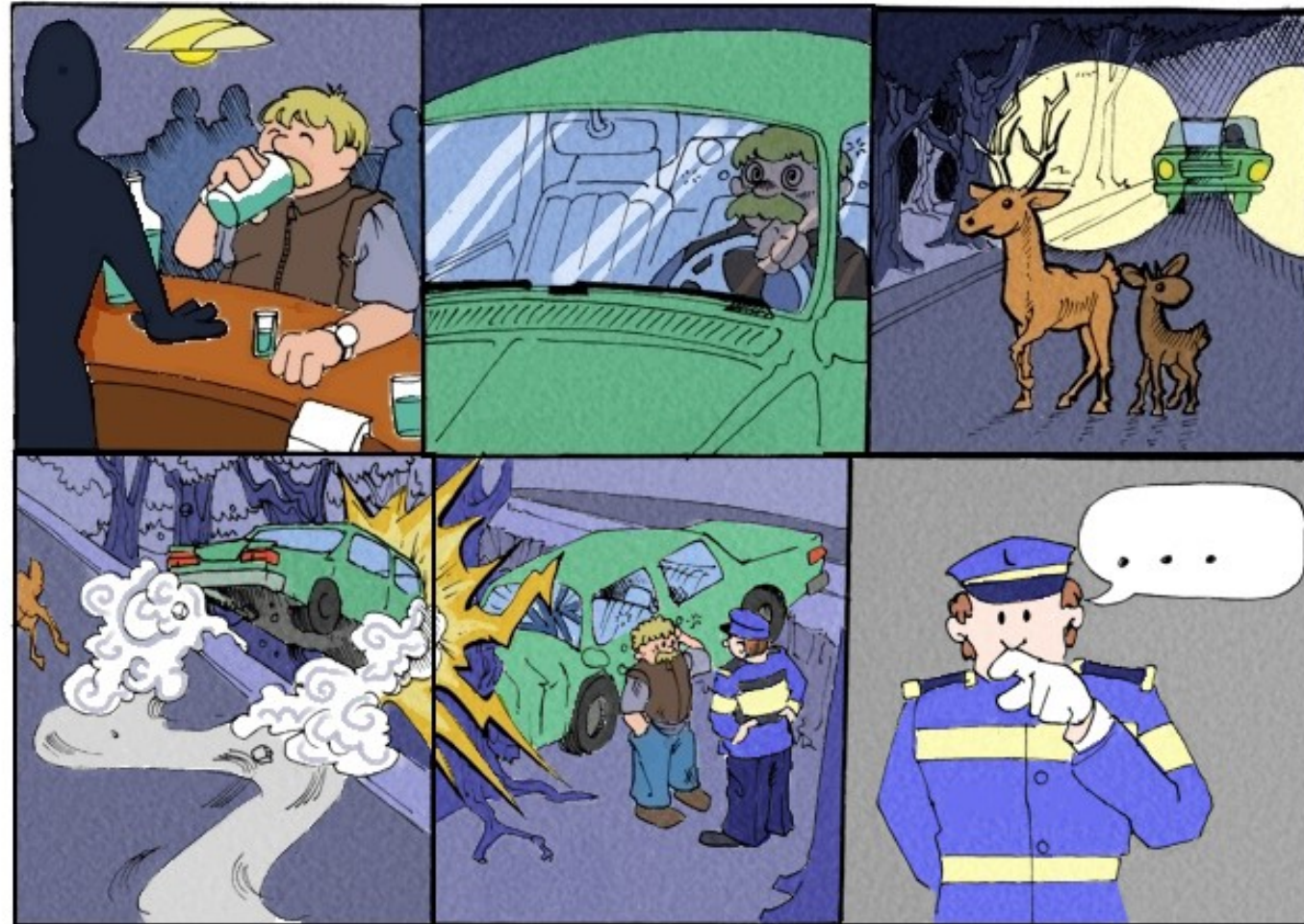
Vad tror du att polisen tänker?... Har han rätt?



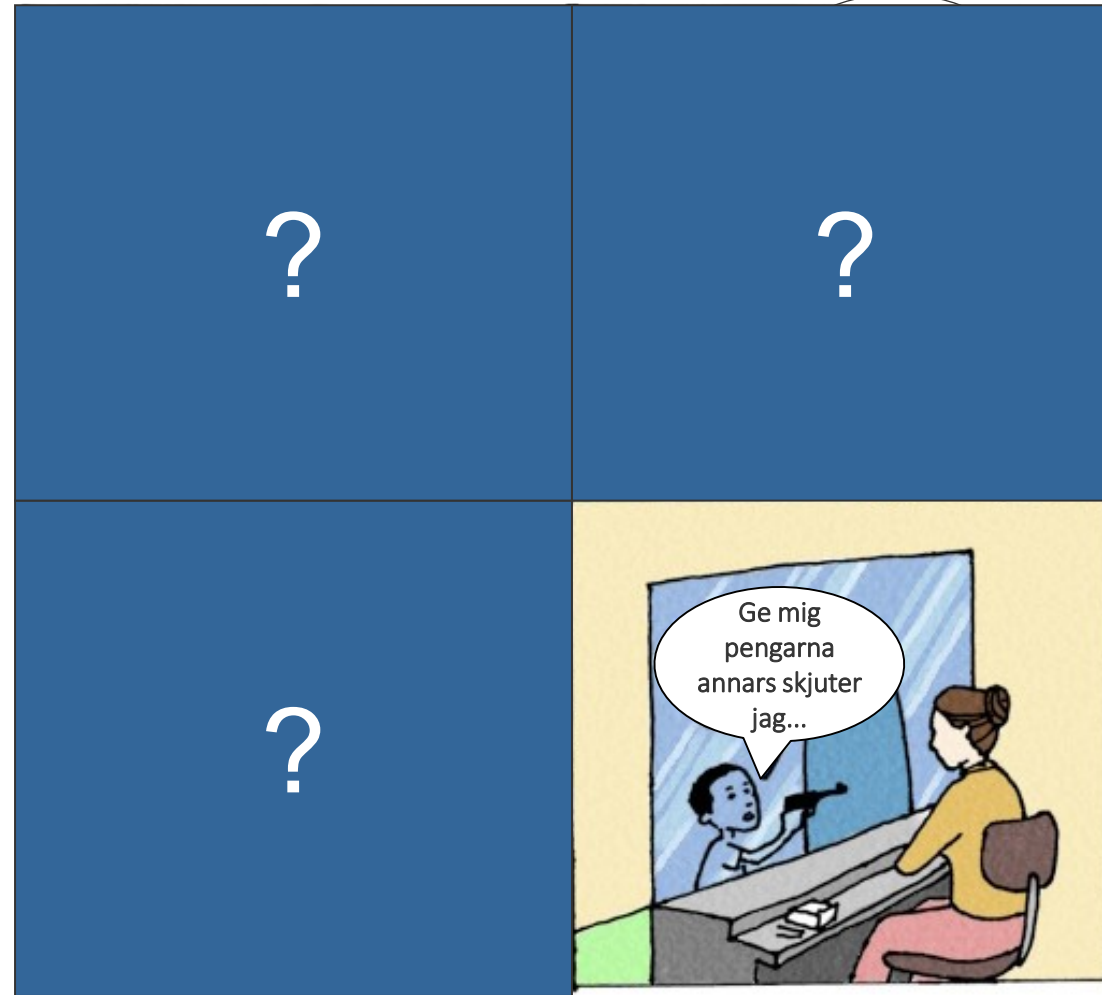
Vad tror du att polisen tänker?... Har han rätt?



Vad tror du att polisen tänker?... Har han rätt?



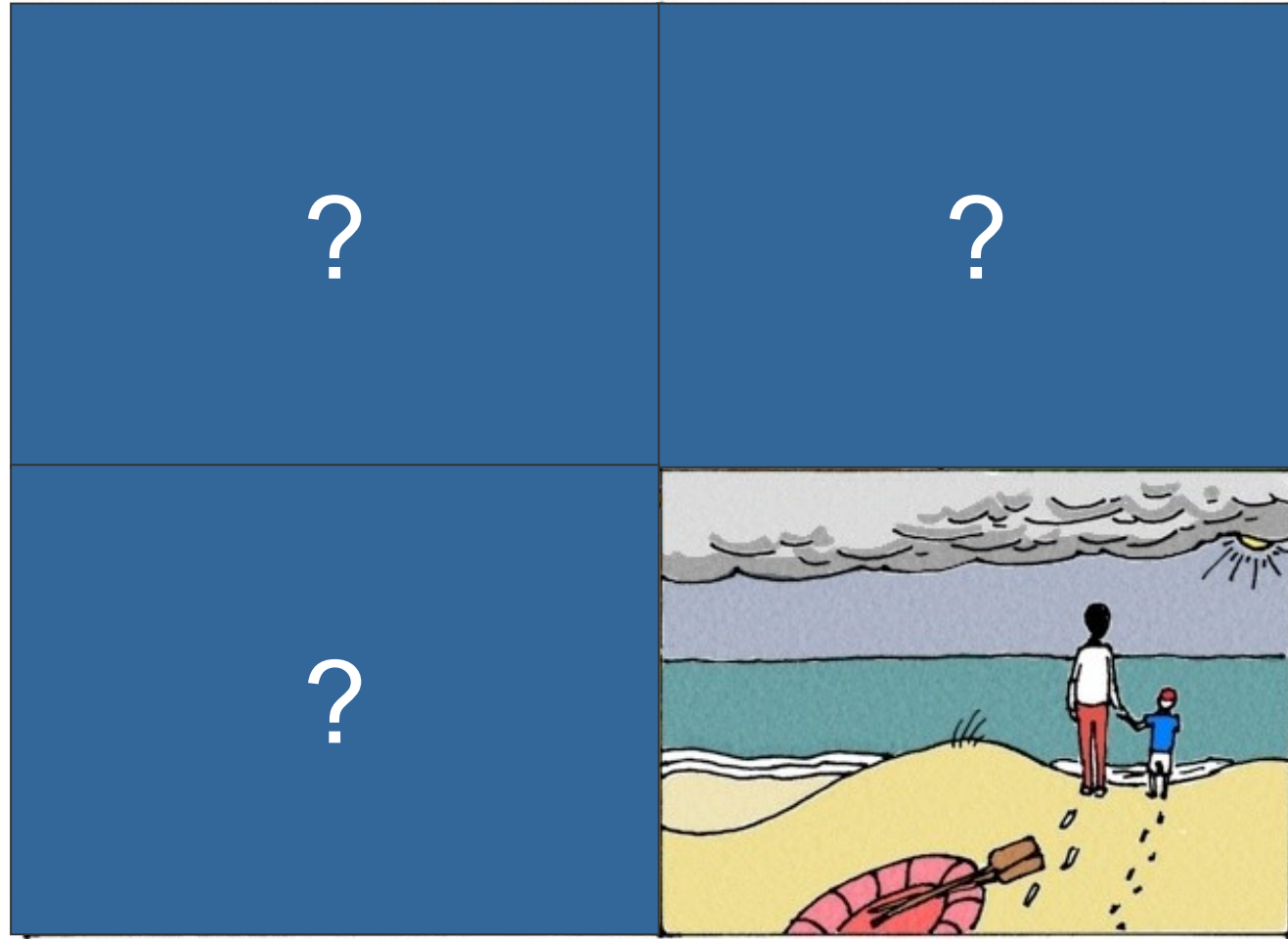
Vad tror du att polisen tänker?... Har han rätt?



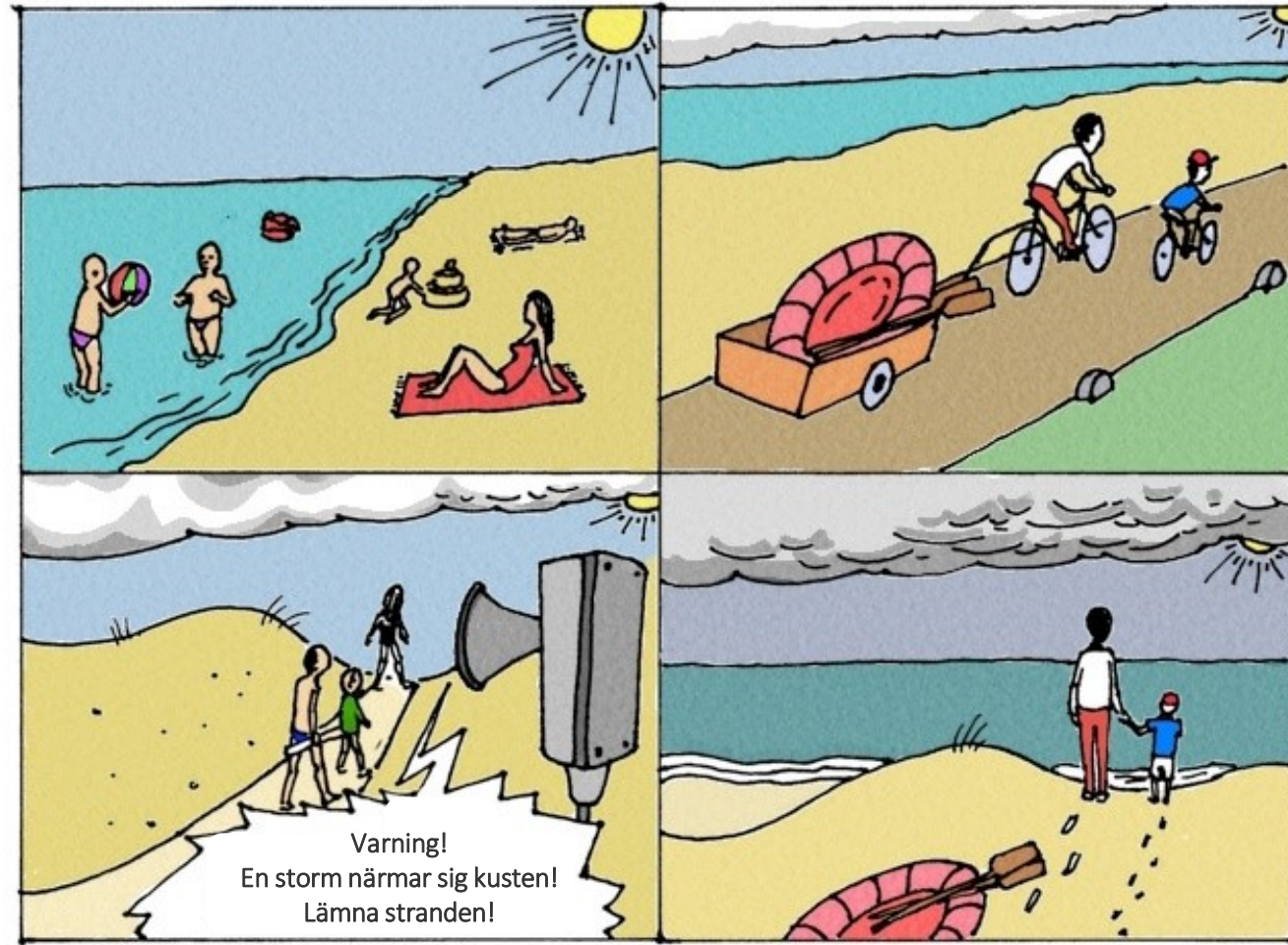
Blir banktjänstemannen rädd?



Blir banktjänstemannen rädd?



Kommer pappan och hans son att ta en båttur?



Kommer pappan och hans son att ta en båtur?



Valfritt: Filmklipp

Valfritt: Filmklipp som handlar om dagens ämne finns på följande webbadress:

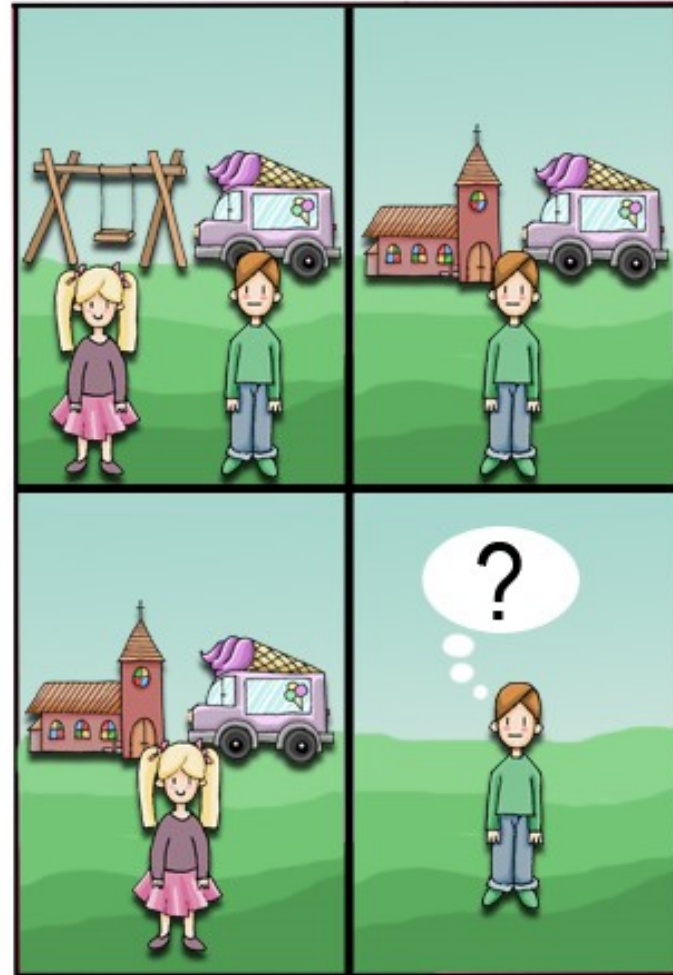
http://www.uke.de/mct_videos

Efter videon kanske ni bör diskutera hur det anknyter till dagens ämne.

[för tränare:

En del filmklipp innehåller ett språk som är passande för all publik eller för olika kulturer.
Titta noggrant igenom innan visning för andra.]

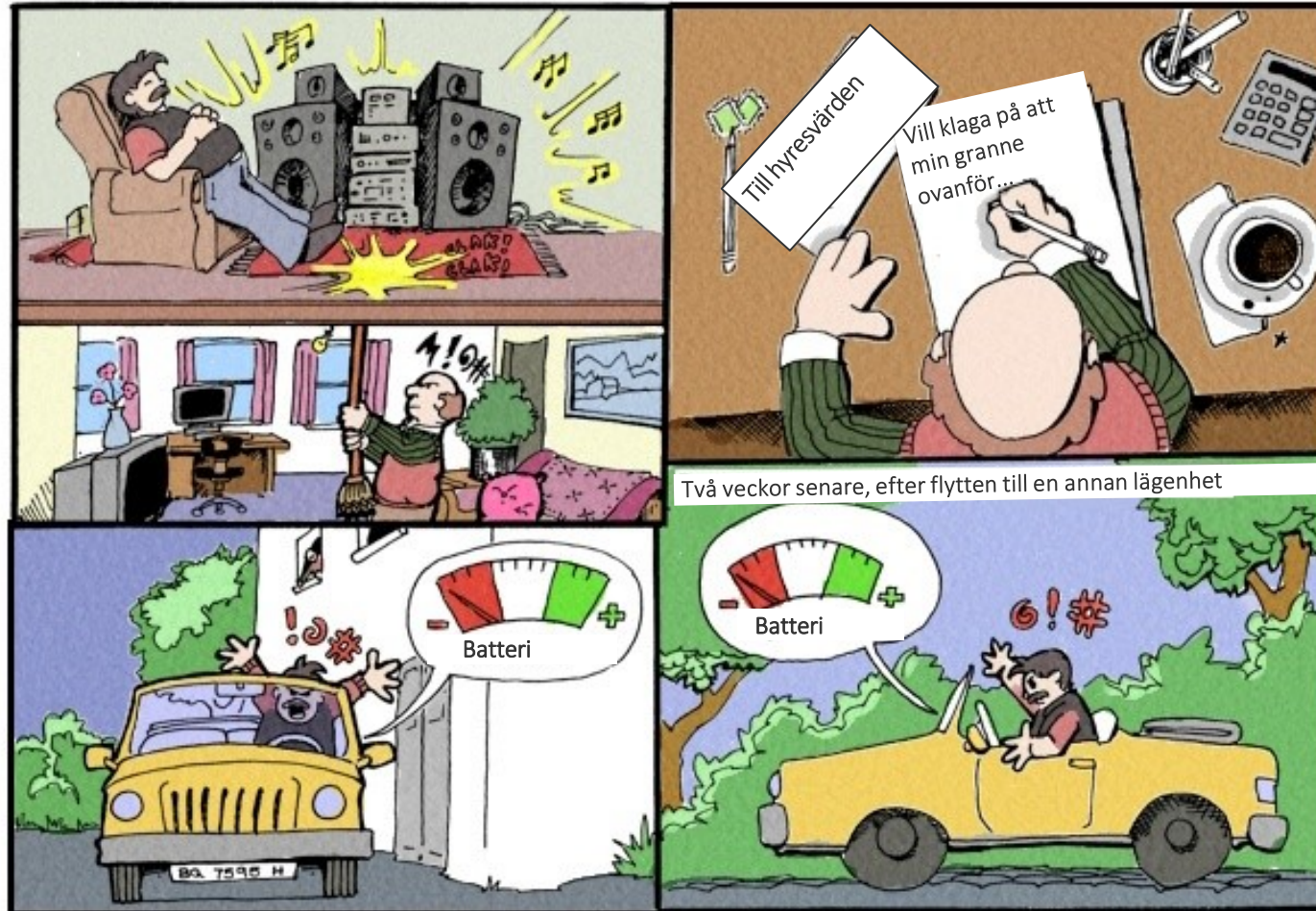




Var tror John att Mary såg glassbilen senast? Vid lekparken eller vid kyrkan?



Vad tror du att mamman tänker... Har hon rätt?



Varför var batteriet tomt första gången?
...och andra gången? Hur kan bilägaren ha tolkat situationen?



Tillämpning i vardagslivet

Inlärningsmål:

- Många missförstånd och konflikter uppkommer på grund av att människor inte har samma kunskap och information (exempel: om du mår dåligt men inte talar om det för dina vänner kan du inte förvänta dig att de kommer att visa dig särskild hänsyn!)



Tillämpning i vardagslivet

Inlärningsmål:

- Många missförstånd och konflikter uppkommer på grund av att människor inte har samma kunskap och information (exempel: om du mår dåligt men inte talar om det för dina vänner kan du inte förvänta dig att de kommer att visa dig särskild hänsyn!)
- Bedöm komplexa sociala situationer från olika perspektiv och använd all tillgänglig information. Ju mer information som har använts, desto troligare att bedömningen blir riktig.



Tillämpning i vardagslivet

Inlärningsmål:

- Många missförstånd och konflikter uppkommer på grund av att människor inte har samma kunskap och information (exempel: om du mår dåligt men inte talar om det för dina vänner kan du inte förvänta dig att de kommer att visa dig särskild hänsyn!)
- Bedöm komplexa sociala situationer från olika perspektiv och använd all tillgänglig information. Ju mer information som har använts, desto troligare att bedömningen blir riktig.
- Varning: Den känsla som vi bär för tillfället påverkar hur vi uppfattar omgivningen (t.ex. hur du bedömer en person).



Hur hänger detta ihop med psykos?

Under en psykos finns det risk att man misstolkar eller övertolkar ansiktsuttryck och handlingar.

Exempel: Mattias känner sig hånad!

Bakgrund: Mattias går genom tullen in i ankomsthallen på flygplatsen. I ankomsthallen står människor och tittar i hans riktning. Två av dem börjar att skratta högt.

Men: Alla som väntar på att få hämta någon från flyget kollar självklart in alla de som anländer. De två som skrattar har troligen inte sett varandra på länge och de pratar om vad som hänt under semestern. En annan förklaring kan vara att Mattias fortfarande bär den fåniga sombreron som han köpte i Mexico.

Alla gör vi misstag! – Prova alltid nya perspektiv.



Tack för er uppmärksamhet!

för tränare:

Dela ut arbetsblad. Presentera vår app COGITO (ladda ner gratis).



www.uke.de/mct_app





Pictures used in this module are reproduced with indirect (creative commons license) or direct permission of the artists listed below, for which we would like to express our gratitude! A full list can be obtained via www.uke.de/mkt. If we have involuntarily breached copyright, please accept our apologies. In this case, we kindly ask creators for their permission to use their work under the “fair use” policy.

Die in diesem Modul verwendeten Bilder wurden mit der indirekten (creative commons Lizenz) oder direkten Zustimmung der untenstehenden Künstler reproduziert, wofür wir uns herzlich bedanken möchten! Eine vollständige Liste ist hinterlegt auf www.uke.de/mkt. Sollten wir unbeabsichtigt gegen das Urheberrecht verstoßen haben, so bitten wir dies vielmals zu entschuldigen und bitten nachträglich um die Verwendungserlaubnis.

Name Photographer/Artist Name Fotograf/Künstler	Source/ Quelle	Picture Name/ Name des Bildes	CC = used with corresponding creative commons license; PP = used with personal permission of artist CC = genutzt unter creative commons Lizenz, PP = verwendet mit persönlicher Zustimmung des Künstlers	Description/Kurzbeschreibung
Lima	flickr	Psalmz	CC	Rapper
Thomas Hawk	flickr	Lips	CC	Red lips/Rote Lippen
Volker Henkel	fotomoment.de	emotionen	PP	Different facial expressions of 3 men/Verschiedene Gesichtsausdrücke v. 3 Männern
storm_gal	flickr	Wolf Dog	CC	Intuition (dog/Hund)
bricolage.108	flickr	Circus ring	CC	Funny clown/Lustiger Clown
MisterSquirrel	flickr	Pennywise	CC	Evil clown/Böser Clown
def110	flickr	Zirkus - circus	CC	Circus/Zirkus
Marina Ruiz-Villarreal	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Comic strips: grandmother, accident, bad news, neighbour/Bildergeschichten: Großmutter, Unfall, schlechte Nachrichten, Nachbar
---	---	---	Picture has been taken from the following book chapter/ Das Bild wurde dem folgenden Buchkapitel entliehen: Moritz, S. (2005), Kognitive Dysfunktionen schizophrener Patienten. In D.F. Braus (Ed.), Schizophrenie (pp. 15-27). Stuttgart: Schattauer	Comic strip: John & Mary/ Bildergeschichte John & Mary
M.A./Christin Hoche	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Comic strips: bank, boating, sausage/Bildergeschichten Bank, Bootfahren, Wurst