



Терапевтический модуль 8: Память

Рабочий лист 8.2. Информация о терапевтическом модуле 8

Многие люди (но не все!) страдающие психозами в ложных воспоминаниях более уверены, чем люди без психоза. Симптомы заболевания могут помешать в объективной оценке происходящего.

В то же время многие люди, страдающие психозом не уверены в тех вещах, которые на самом деле происходили.

В то же время многие люди с психозом менее уверены в том, что их воспоминания верны, когда речь заходит о вещах, которые на самом деле происходили.

При психозе способность различать между истинными и ложными воспоминаниями нарушена и это может помешать в объективной оценке происходящего.

- Если Вы не уверены в воспоминаниях, рассмотрите, насколько Ваши воспоминания и предположения объективны и обоснованы!
- Если вы не уверены, спросите у других, как они помнят эту ситуацию.
- Если вы склонны к забывчивости, используйте вспомогательные средства памяти (календарь на вашем телефоне, ноутбук и т. д.).

Какие аспекты терапевтического модуля «Введение в МКТ+» особенно полезны и важны для меня?

Когда и в какой конкретной ситуации я хочу применить приобретенные знания?

Что осталось непонятным? Что я хочу обсудить на следующем сеансе терапии?