



Metacognitive Training (MCT)

MCT 6 A BADE – At vise empati II

© Moritz & Woodward (2|22)

www.uke.de/mct

Anvendelse af billedmateriale i dette modul er sket med velvillig tilladelse fra henholdsvis kunstnere og copyrightindehavere.
En detaljeret oversigt (kunstner, titel) findes sidst i denne præsentation.





Hvad lægger du først mærke til, når du møder nogen, du ikke kender? Hvor pålidelige er disse signaler?





Hvad lægger du først mærke til, når du møder nogen, du ikke kender? Hvor pålidelige er disse signaler?

Kropssprog/
Kropsholdning?

øjne?

hænder?

sprog?

påklædning?



andet?...



Er der andre relevante informationskilder?
Hvor pålidelige er de?





Er der andre relevante informationskilder?

Hvor pålidelige er de?

- Kendskab til en person (rygter):
- Kendskab til tilsvarende personer/grupper: fx en *rapper*
- “Mavefornemmelse”/intuition
- Noget skriftligt: for eksempel fra e-mails eller internetchat.






Fordele og ulemper ved visse sociale signaler

Nu, hvor vi har talt om forskellige faktorer, der bidrager til vores vurdering af en person, vil vi fokusere på styrker og svagheder ved disse signaler.



Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

<p>Sprog: Hvad nogen siger, og måden det siges på</p> 	<p>Vigtigt fingerpeg: ???</p>
<p>Eksempel:</p> <div data-bbox="129 972 838 1210" style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p>Hvis folket ikke har noget brød, hvorfor spiser de så ikke kage i stedet?</p> </div> <p>Tilskrevet dronning Marie Antoinette (1755-1793), sarkasme, naivitet, uvidenhed om de fattiges leveforhold?</p>	<p>Pas på: ???</p>



Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

Sprog:

Hvad nogen siger, og måden det siges på



Vigtigt fingerpeg:

Indhold: Sproget er et meget vigtigt element i den direkte kommunikation.

Tonefald: Betoning (sarkastisk, selvtilfreds), ordvalg (arrogant, saglig, etc.) kan fortælle os meget om en person.

Eksempel:

Hvis folket ikke har noget brød, hvorfor spiser de så ikke kage i stedet?

Tilskrevet dronning Marie Antoinette (1755-1793), sarkasme, naivitet, uvidenhed om de fattiges leveforhold?

Pas på:

???



Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

Sprog:

Hvad nogen siger, og måden det siges på



Vigtigt fingerpeg:

Indhold: Sproget er et meget vigtigt element i den direkte kommunikation.

Tonefald: Betoning (sarkastisk, selvtilfreds), ordvalg (arrogant, saglig, etc.) kan fortælle os meget om en person.

Eksempel:

Hvis folket ikke har noget brød, hvorfor spiser de så ikke kage i stedet?

Tilskrevet dronning Marie Antoinette (1755-1793), sarkasme, naivitet, uvidenhed om de fattiges leveforhold?

Pas på:

Indhold: Grundet almindelig anstændighed og misforståelser kan der ofte være stor forskel på, hvad andre tænker, og det de faktisk siger.

Tonefald: Nogle mennesker udtrykker kun få følelser, når de taler – alligevel kan de sagtens være emotionelle bag facaden (fx "tør" humor, Parkinson-relateret "maskeansigt").



Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

Eksisterende viden om en bestemt person



Vigtigt fingerpeg:

???

Pas på:

???



Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

Eksisterende viden om en bestemt person



Vigtigt fingerpeg:

- Eksisterende viden kan være en hjælp i bedømmelsen af en person – især hvis man tidligere har truffet den pågældende i en lignende situation.

Pas på:

???



Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

Eksisterende viden om en bestemt person



Vigtigt fingerpeg:

- Eksisterende viden kan være en hjælp i bedømmelsen af en person – især hvis man tidligere har truffet den pågældende i en lignende situation.

Pas på:

- En person kan opføre sig anderledes – enten på grund af situationen, den pågældendes humør lige nu eller bare på grund af tilfældigheder. Der er ingen, der i enhver situation er enten fuldkomment glad eller trist, god eller ond. En person kan i sin families selskab være meget udadvendt og samtidig være meget genert blandt venner – eller omvendt. Vi kan endda selv blive overraskede over, hvor forskelligt vi opfører os under forskellige omstændigheder.



Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

Intuition



Det siges, at hunde er i stand til at fornemme, om et menneske udgør en trussel eller ej.

Vigtigt fingerpeg:

???

Pas på:

???

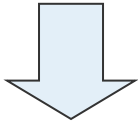


Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

Intuition



Morsom, skræmmende?
Afhænger af vores humør!



Frygt

Glæde



fx skrækkfilm
("It")



Erindring om et cirkus

Vigtigt fingerpeg:

- Intuition kan forklares som viden baseret på erfaring. Nogle gange er vores instinkt bedre end fornuften!

Pas på:

???

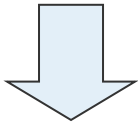


Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

Intuition



Morsom, skræmmende?
Afhænger af vores humør!



Frygt

Glæde



fx skrækkfilm
("It")



Erindring om et cirkus

Vigtigt fingerpeg:

- Intuition kan forklares som viden baseret på erfaring. Nogle gange er vores instinkt bedre end fornuften!

Pas på:

- Vores opfattelsesevne/tankegang kan påvirkes af vores aktuelle følelser. Eksempler:
 1. **Vrede:** Tilbøjelighed til, at vi føler os misforståede eller mødes med skepsis.
 2. **Depression:** Alt synes "mørkere", end det faktisk er.

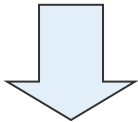


Diskuter fordele og ulemper ved at bedømme en person på basis af følgende træk

Intuition



Morsom, skræmmende?
Afhænger af vores humør!



Frygt

Glæde



fx skrækfilm
("It")



Erindring om et cirkus

Vigtigt fingerpeg:

- Intuition kan forklares som viden baseret på erfaring. Nogle gange er vores instinkt bedre end fornuften!

Pas på:

- Vores opfattelsesevne/tankegang kan påvirkes af vores aktuelle følelser. Eksempler:
 1. **Vrede:** Tilbøjelighed til, at vi føler os misforståede eller mødes med skepsis.
 2. **Depression:** Alt synes "mørkere", end det faktisk er.
- Vi bør lytte til vores instinkt, men ikke stole blindt på det.



Skinnet kan bedrage!

...ingen af de faktorer, vi allerede har gennemgået, kan stå alene – vi kan ikke udelukkende fokusere på ét isoleret aspekt (fx sprog)!

Vi er nødt til at inddrage samtlige faktorer!

Samlet vil de kunne hjælpe os i vores bedømmelse af en kompleks situation...



Hvorfor gør vi det?

Studier har vist, at mange (men ikke alle!) med psykiske problemer (især psykoser) har vanskeligt ved følgende:

- At opfatte samt vurdere andres ansigtsudtryk (fx glæde, tristhed).



Hvorfor gør vi det?

Studier har vist, at mange (men ikke alle!) med psykiske problemer (især psykoser) har vanskeligt ved følgende:

- At opfatte samt vurdere andres ansigtsudtryk (fx glæde, tristhed).
- At udlede andres motiver/fremtidige handlinger på baggrund af deres aktuelle adfærd.



Eksempler på hvordan manglende empati kan resultere i misforståelser under en psykose

Hændelse	Forklaring under en psykose	Andre forklaringer
En mand i bussen betragter dig over længere tid	Din forfølger har omsider røbet sin identitet	Gennem din egen iøjnefaldende adfærd (fx ved at bære solbriller) har du selv tiltrukket mandens blikke
Chefen har påtalt dine fejl	<i>Du er overbevist om, at en fyringsseddel er på vej</i>	Chefen overreagerede en smule, men har ingen planer om at fyre dig. Han er generelt lidt gnaven
En ven læser en avisartikel om dårlige præstationer i skolen	Han hentyder til de dårlige karakterer, du fik som barn	Et rent tilfælde. Din ven er interesseret i nyheden og kender ikke til dine problemer fra skoletiden

Vil nogen dele en kort, personlig erfaring?



Øvelse

- Du får nu vist en række tegneserier.
- Diskuter, hvad figurerne i historierne kan tænkes at mene om hinanden.



Øvelse

- Du får nu vist en række tegneserier.
- Diskuter, hvad figurerne i historierne kan tænkes at mene om hinanden.

Vigtigt

- Du skal skelne mellem de oplysninger, der er tilgængelige for dig, og den viden, figurerne har om hinanden!



Øvelse

- Du får nu vist en række tegneserier.
- Diskuter, hvad figurerne i historierne kan tænkes at mene om hinanden.

Vigtigt

- Du skal skelne mellem de oplysninger, der er tilgængelige for dig, og den viden, figurerne har om hinanden!
- Hvilke yderligere oplysninger behøver du for at kunne give et entydigt svar?



Hvad vil pigen efter alt at dømme forære bedstemoderen til hendes næste fødselsdag?

Vil bedstemoderen blive begejstret?



Hvad vil pigen efter alt at dømme forære bedstemoderen til hendes næste fødselsdag?
Vil bedstemoderen blive begejstret?



Bedstemors fødselsdag

Hvad vil pigen forære sin bedstemor næste år?

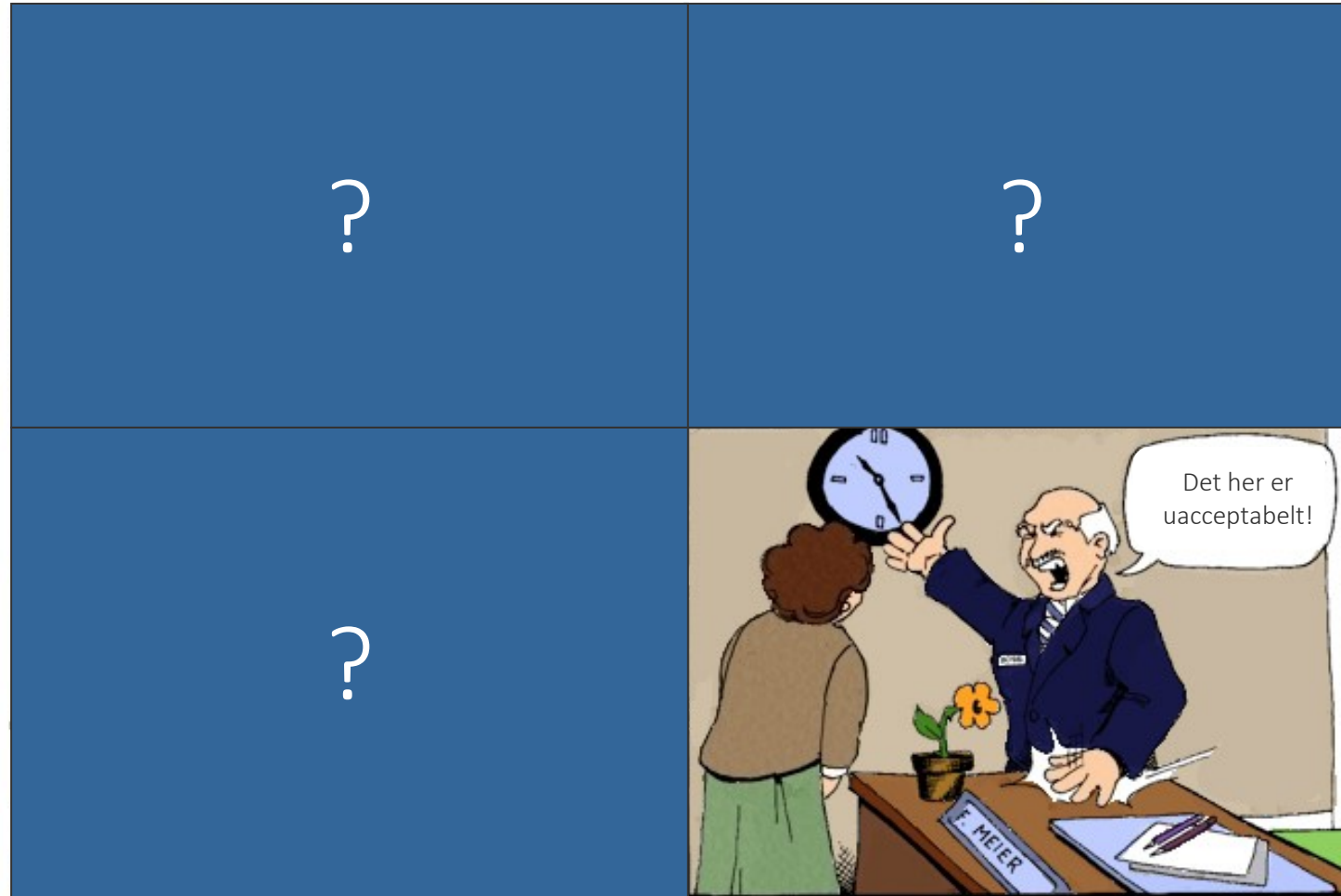


Sandsynligt: Endu en æske karameller, fordi bedstemoderen blev så begejstret sidste år.

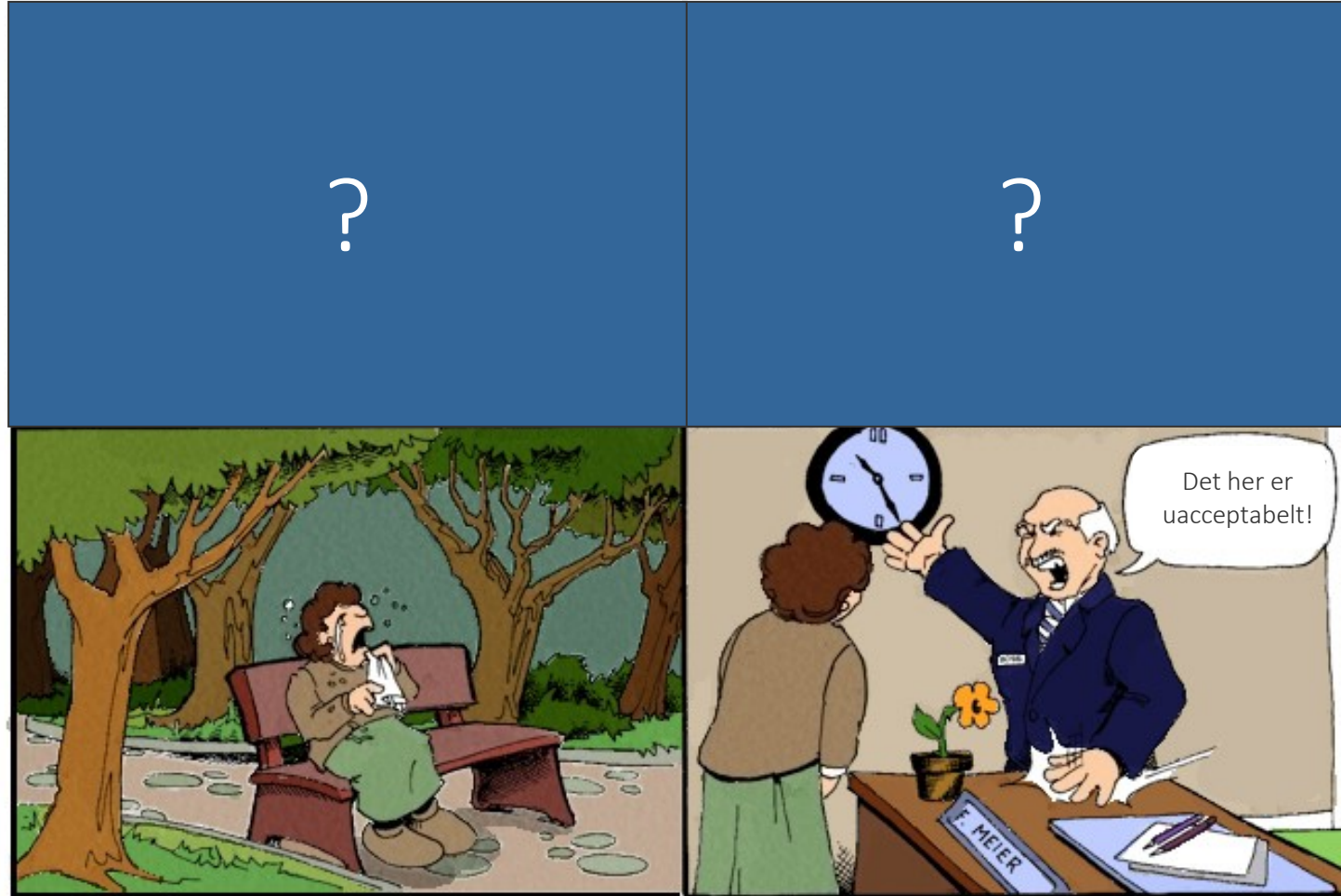
Usandsynligt: Pigen bemærkede, at bedstemoderen ikke bryder sig om karameller, og hun vil derfor forære hende noget andet næste år.



Så går det løs!



Er chefen kynisk? Skal vi have flere oplysninger for at kunne afgøre det?



Er chefen kynisk? Skal vi have flere oplysninger for at kunne afgøre det?



Er chefen kynisk? Skal vi have flere oplysninger for at kunne afgøre det?



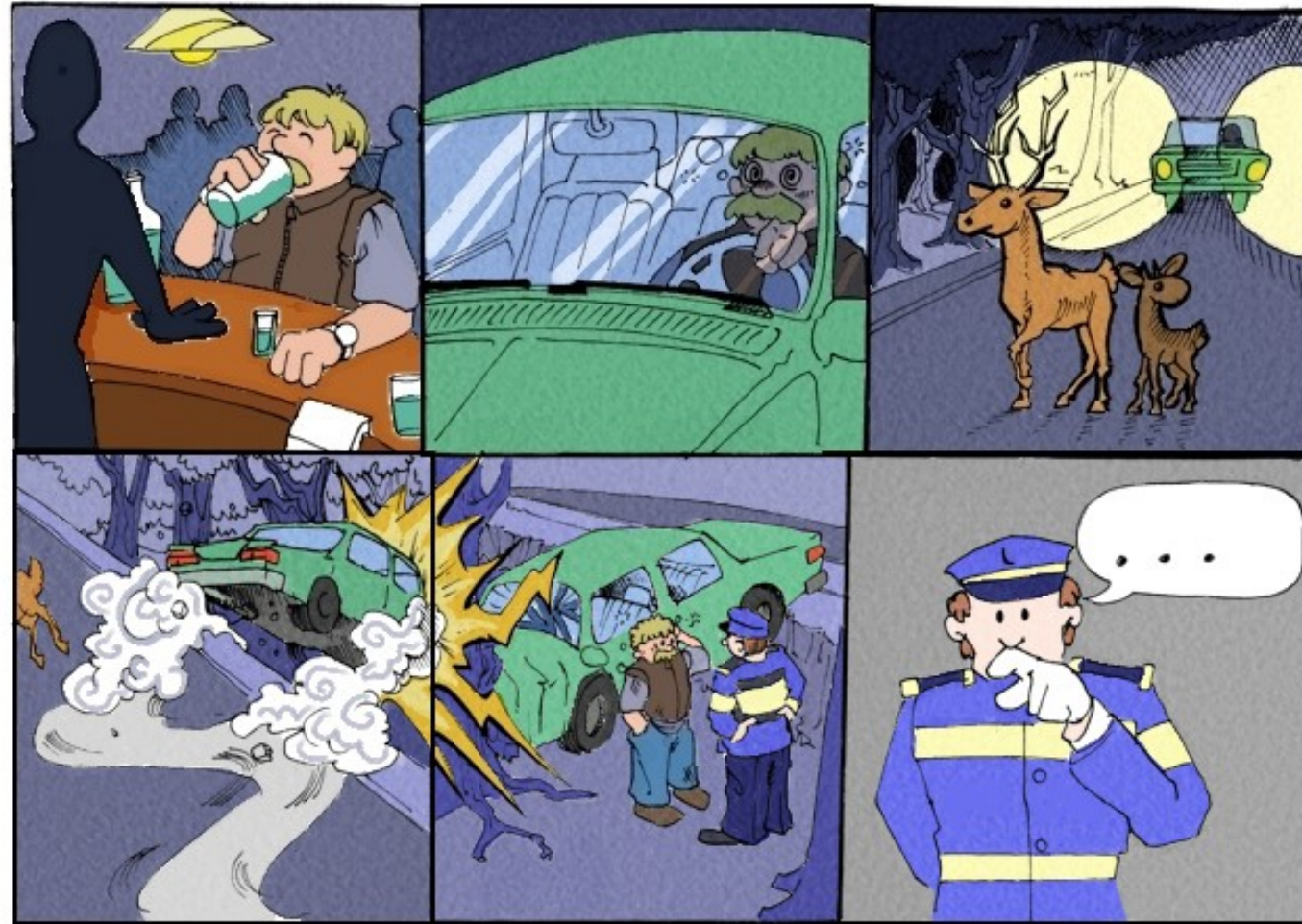
Hvad mon betjenten tænker... har han helt eller delvist ret?



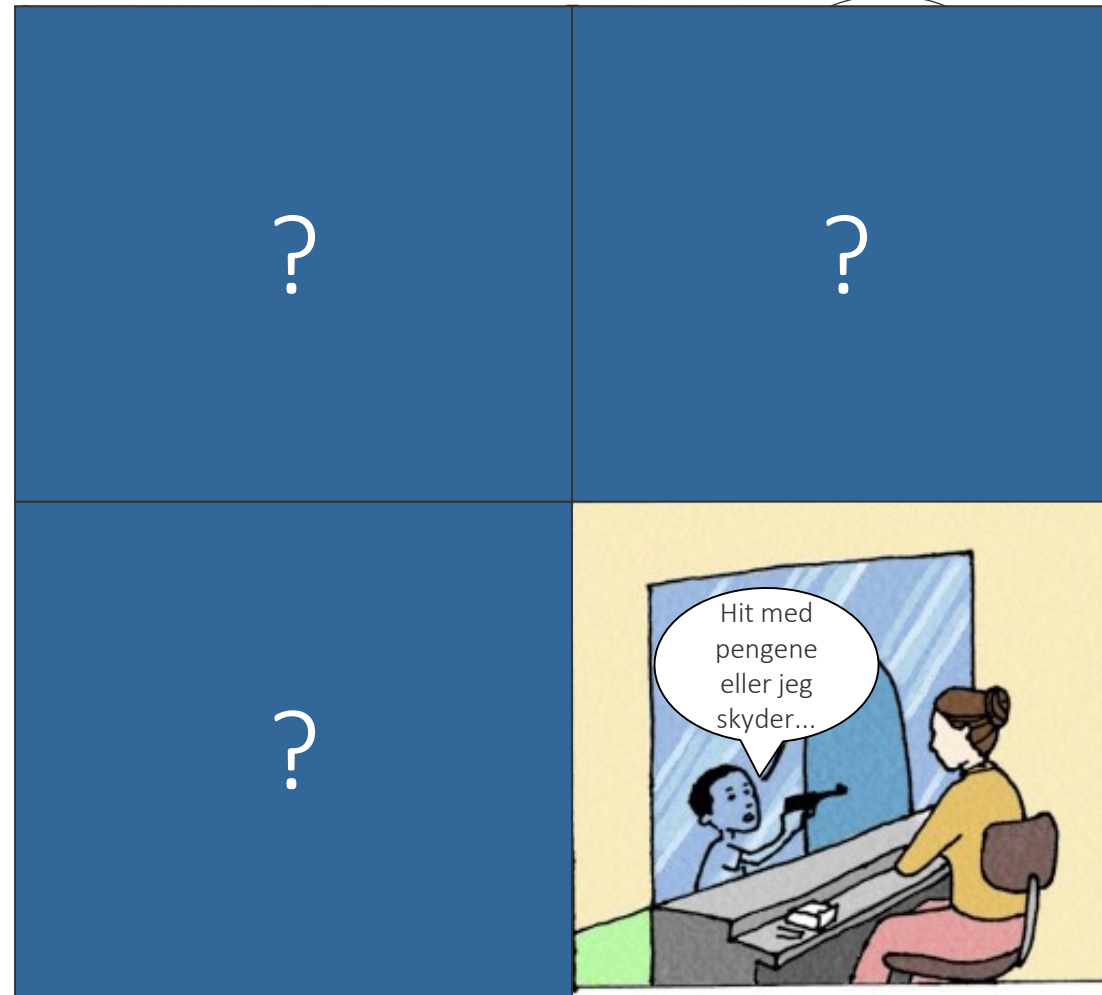
Hvad mon betjenten tænker... har han helt eller delvist ret?



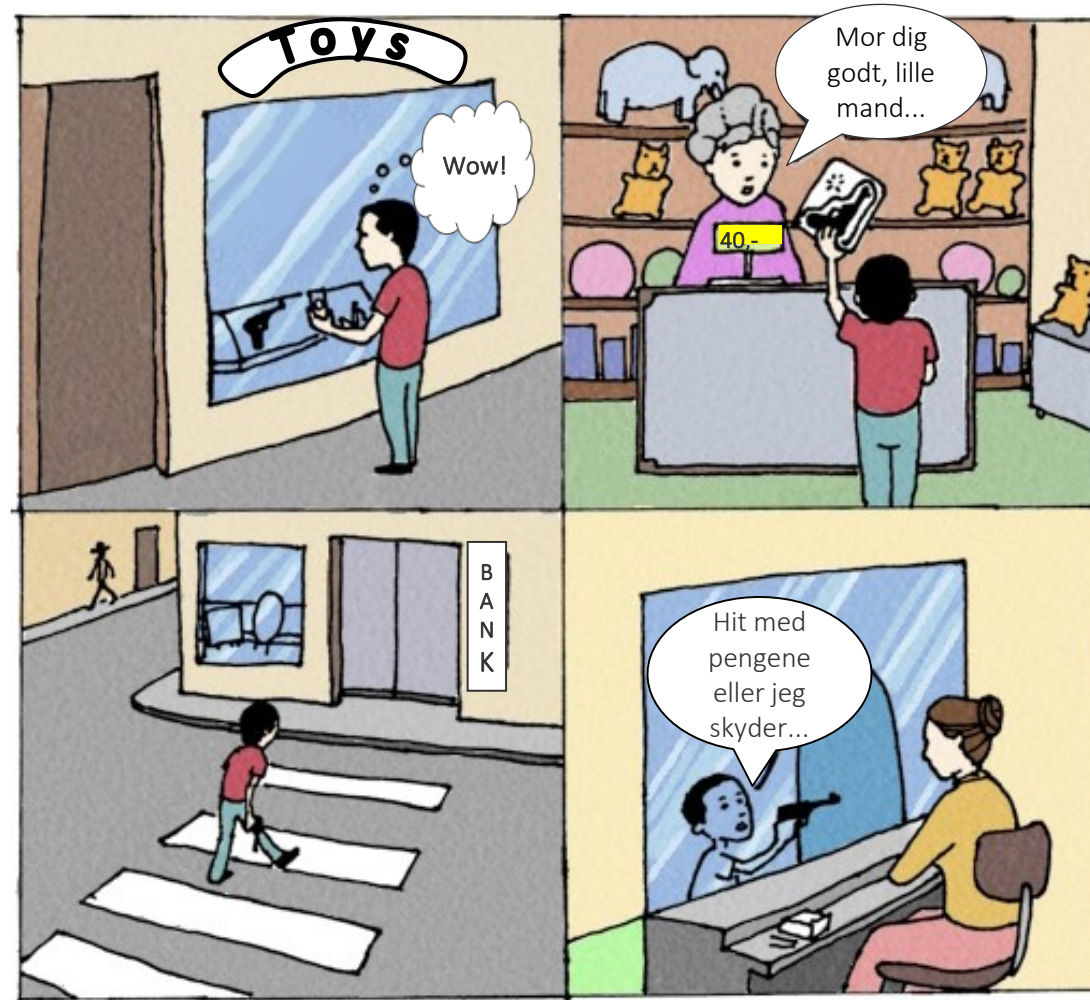
Hvad mon betjenten tænker... har han helt eller delvist ret?



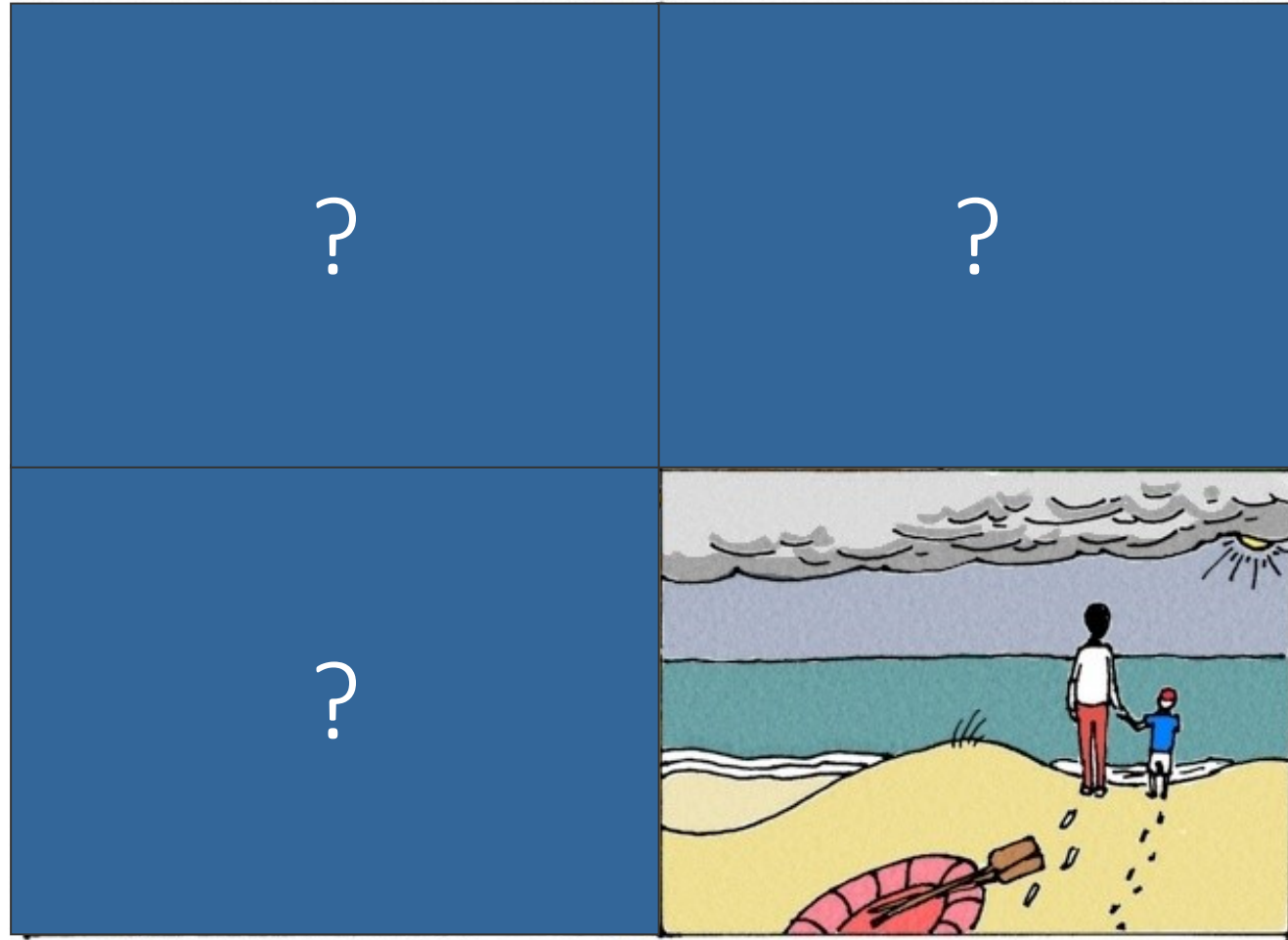
Hvad mon betjenten tænker... har han helt eller delvist ret?



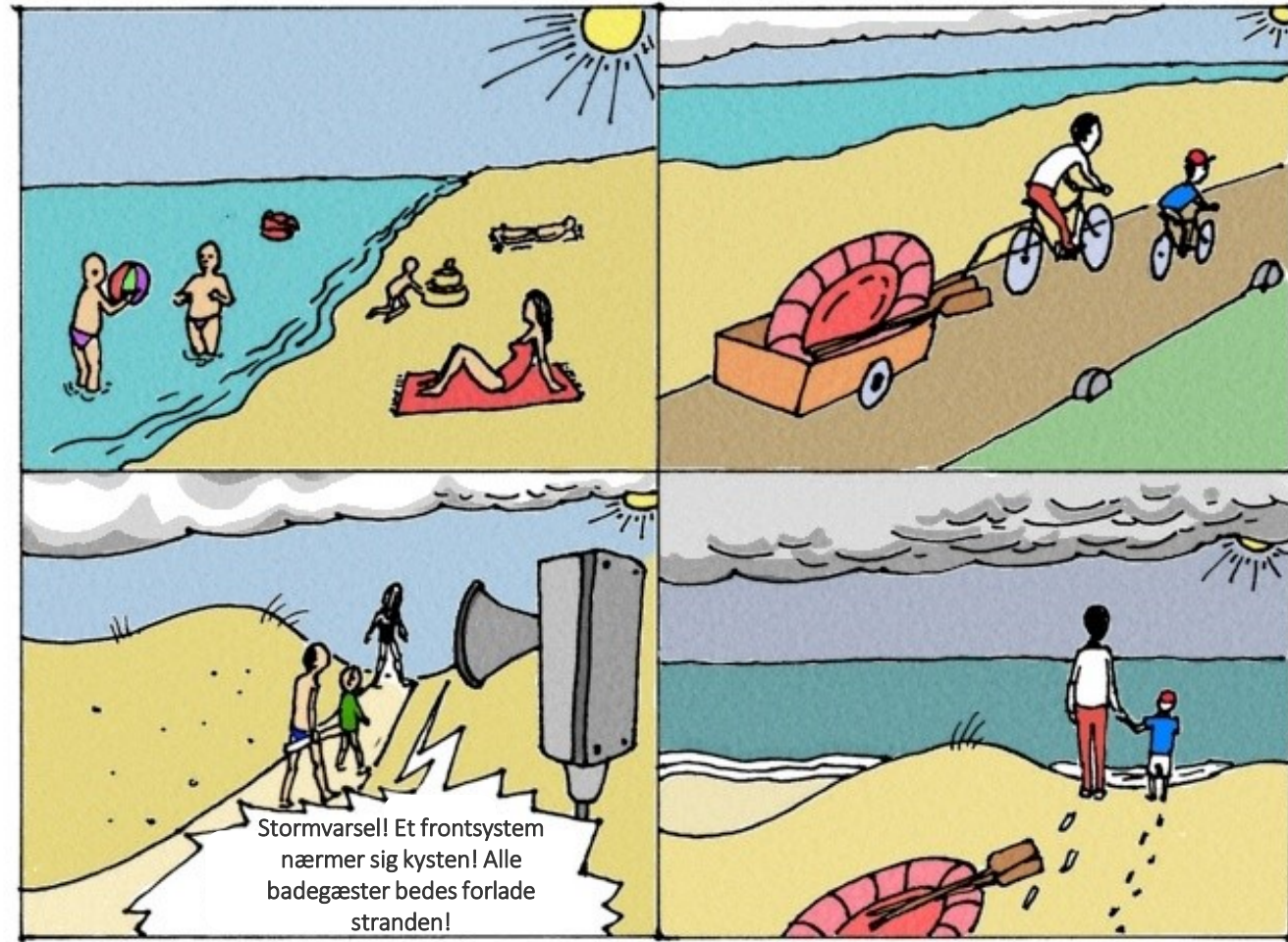
Bliver bankassistenten skræmt?



Bliver bankassistenten skræmt?



Vil far og søn sejle ud?



Vil far og søn sejle ud?



Valgfrit: Videoklip

Valgfrit: Videoklip med præsentationer, der handler om dagens emne, kan findes på følgende hjemmeside:

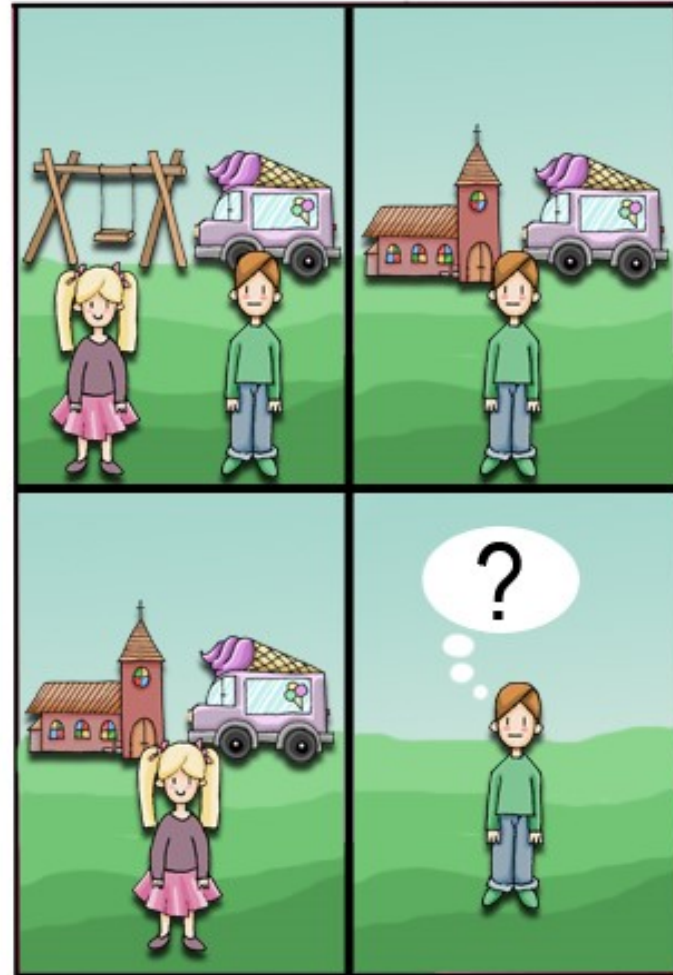
http://www.uke.de/mct_videos

Efter videoen kan du drøfte, hvordan den er relateret til dagens emne.

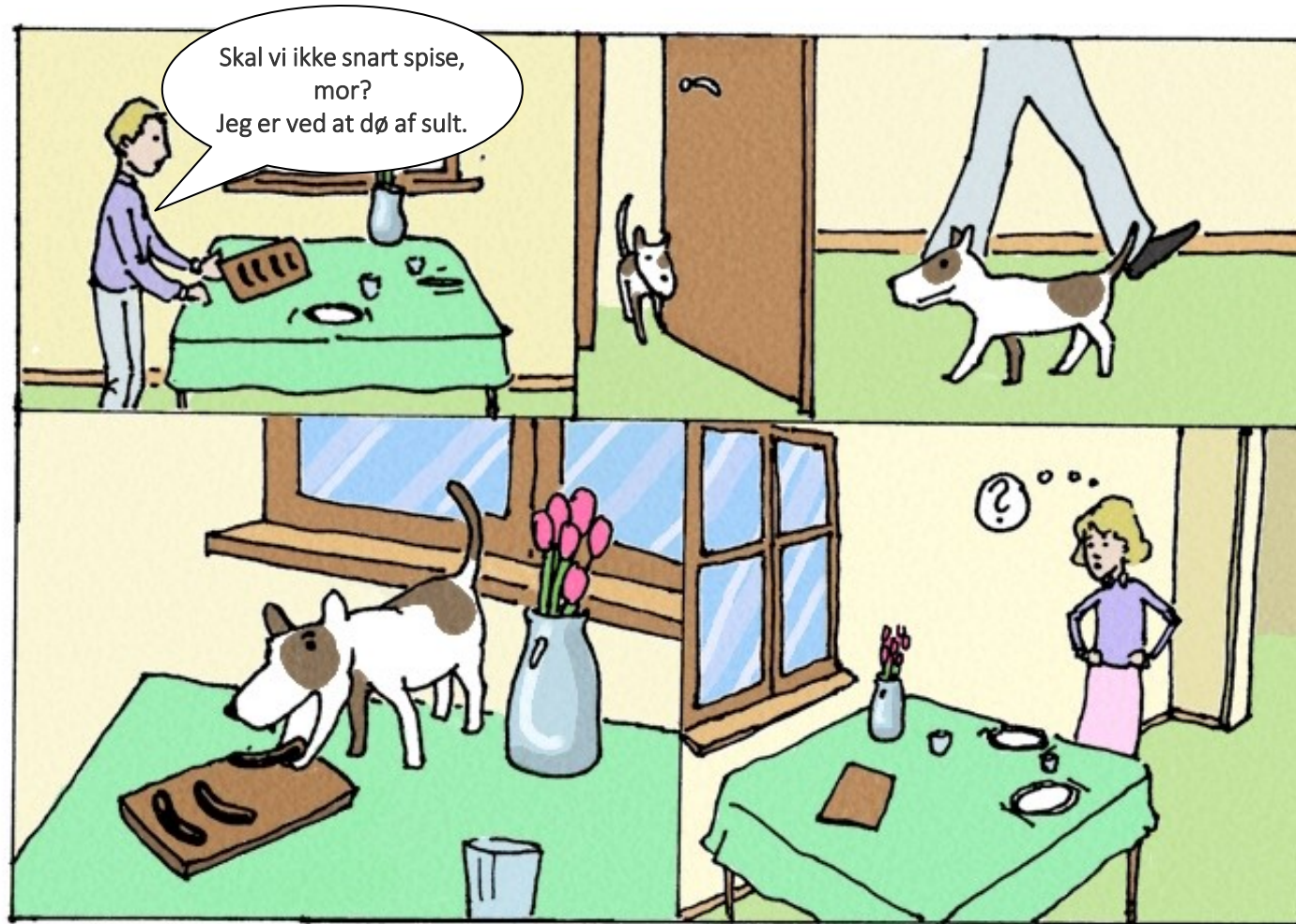
[til undervisere:

Nogle videoklips indeholder sprogbrug, som måske ikke er passende for hvert publikum eller kultur. Vurder venligst videoerne, inden du viser dem]

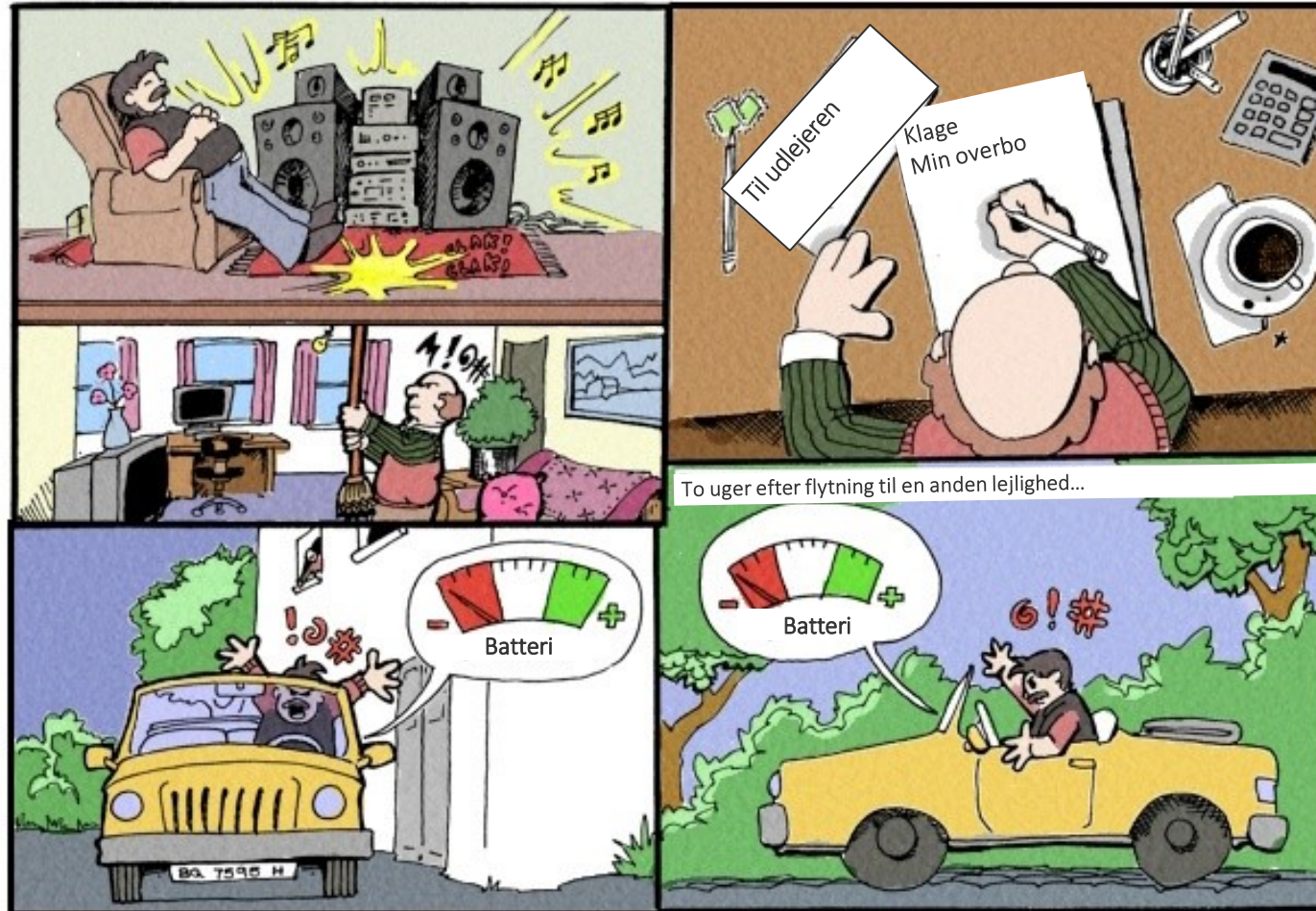




Hvor mener John, at Mary sidst så isbilen? I parken eller ved kirken?



Hvad tænker moderen... har hun ret?



Hvorfor døde batteriet første gang? Og anden gang? Hvordan kan bilejeren have fortolket situationen?



Overfør til hverdagen

Læringsmål:

- Mange misforståelser og måske endda konflikter opstår, fordi vi gætter forkert med hensyn til, hvad andre tænker (fx hvis man ikke fortæller sine venner, at man ikke har det videre godt for øjeblikket, kan man ikke forvente, at de vil være mere hensynsfulde!).



Overfør til hverdagen

Læringsmål:

- Mange misforståelser og måske endda konflikter opstår, fordi vi gætter forkert med hensyn til, hvad andre tænker (fx hvis man ikke fortæller sine venner, at man ikke har det videre godt for øjeblikket, kan man ikke forvente, at de vil være mere hensynsfulde!).
- Forsøg at vurdere komplekse sociale situationer ud fra forskellige perspektiver, og tag alle tilgængelige oplysninger i betragtning. Jo flere oplysninger, der inddrages, desto større er sandsynligheden for, at du vil nå frem til en korrekt vurdering.



Overfør til hverdagen

Læringsmål:

- Mange misforståelser og måske endda konflikter opstår, fordi vi gætter forkert med hensyn til, hvad andre tænker (fx hvis man ikke fortæller sine venner, at man ikke har det videre godt for øjeblikket, kan man ikke forvente, at de vil være mere hensynsfulde!).
- Forsøg at vurdere komplekse sociale situationer ud fra forskellige perspektiver, og tag alle tilgængelige oplysninger i betragtning. Jo flere oplysninger, der inddrages, desto større er sandsynligheden for, at du vil nå frem til en korrekt vurdering.
- Pas på: Vores aktuelle sindsstemning har indflydelse på, hvordan vi opfatter vores omgivelser (fx vores vurdering af andre mennesker).



Hvad har det med psykoser at gøre?

Under en psykose er der risiko for, at man kan fejl- eller overfortolke ansigtsudtryk og handlinger.

Eksempel: Marvin føler, at man gør nar af ham!

Baggrund: Marvin kommer efter toldkontrollen ind i lufthavnens ankomsthal, hvor en gruppe ventende mennesker ser i hans retning. To af dem begynder at le højt.

Men: Naturligvis vil alle de ventende lade blikket glide hen over de ankommende passagerer. De er der for at tage imod venner eller kunder. De to, der ler, har sikkert ikke set hinanden længe og udveksler ferieminder. Eller også er det fordi, Marvin stadig går med den tåbelige sombrero fra ferien i Mexico.

Vi begår alle fejl! Inddrag altid forskellige perspektiver.



Tak for din opmærksomhed!

til undervisere:

Uddel venligst arbejdsark. Introducer vores app COGITO (download 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