



Metacognitive Training (MCT)

MCT 1 B – At tilskrive skyld og ære

© 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.



At tilskrive skyld og ære

Modul 1 handler om at finde årsager til hændelser – at placere skyld og tilskrive ære (fx bebrejdelse og tage æren for noget).



At tilskrive skyld og ære

Modul 1 handler om at finde årsager til hændelser – at placere skyld og tilskrive ære (fx bebrejdelse og tage æren for noget).

Vi overser ofte, at den samme hændelse kan udspringe af vidt forskellige årsager.



At tilskrive skyld og ære

Modul 1 handler om at finde årsager til hændelser – at placere skyld og tilskrive ære (fx bebrejdelse og tage æren for noget).

Vi overser ofte, at den samme hændelse kan udspringe af vidt forskellige årsager.

Hvilke årsager kan have bidraget til følgende situation?

En god ven ringede ikke til dig på din fødselsdag.



Forklaringer

Hvorfor blev du ikke ringet op af din ven?

Mulige årsager til denne adfærd...

???



Forklaringer

Hvorfor blev du ikke ringet op af din ven?

Mulige årsager til denne adfærd...

- Jeg betyder ikke noget for hende. Havde det været en anden, ville hun ikke have glemmt det.
- Hun er et utroligt uorganiseret menneske og kunne såmænd glemme sin egen fødselsdag.
- Hun har en vigtig eksamen i morgen og har ikke tid til andet.



Forklaringer

Hvorfor blev du ikke ringet op af din ven?

Mulige årsager til denne adfærd...

...mig selv

Jeg er ikke vigtig nok.

...andre

Hun er uorganiseret.

...en situation eller
tilfældighed

Hun skal til eksamen i morgen.



At tilskrive skyld og ære

Som det fremgår af ovenstående eksempel, kan der være mange forskellige årsager til en hændelse.

I de fleste tilfælde vil flere forskellige faktorer være medvirkende til en situation.

Ikke desto mindre har de fleste en tendens til kun at se sagen fra én synsvinkel (fx at bebrejde andre og ikke sig selv, eller omvendt).



Du bliver udskrevet fra hospitalet og er næsten symptomfri.

Årsager...

...mig selv

...andre

...en situation eller tilfældighed





Du bliver udskrevet fra hospitalet og er næsten symptomfri.

Forklaringer...

...mig selv:

(kan til en vis grad ændres)

- Jeg fik det godt igen, fordi jeg var yderst motiveret.
- Jeg insisterede på bestemte behandlingsmetoder, hvilket var af væsentlig betydning for, at jeg fik det godt igen.

(vanskeligere at ændre)

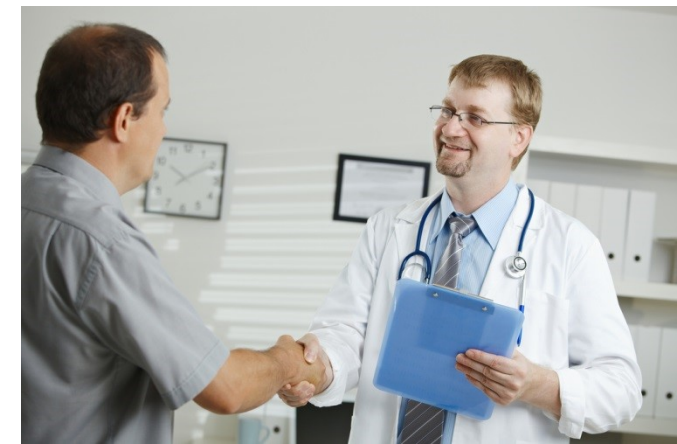
- Jeg tror, jeg ville være blevet rask alligevel – også uden terapi eller medicin.
- Jeg fik det godt igen på grund af mine gode gener.

...andre:

- Personalet på hospitalet er yderst kompetent.
- Uden støtte fra min familie ville det ikke have været så vellykket.

...en situation eller tilfældighed:

- Det var mit held, at personalet ikke havde så travlt, som de plejer.
- At jeg fik det godt igen, skyldes den medicin, jeg fik.





Du bliver udskrevet fra hospitalet og er næsten symptomfri.

Forklaringer...

...mig selv:

(kan til en vis grad ændres)

- Jeg fik det godt igen, fordi jeg var yderst motiveret.
- Jeg insisterede på bestemte behandlingsmetoder, hvilket var af væsentlig betydning for, at jeg fik det godt igen.

(vanskeligere at ændre)

- Jeg tror, jeg ville være blevet rask alligevel – også uden terapi eller medicin.
- Jeg fik det godt igen på grund af mine gode gener.

...andre:

- Personalet på hospitalet er yderst kompetent.
- Uden støtte fra min familie ville det ikke have været så vellykket.

...en situation eller tilfældighed:

- Det var mit held, at personalet ikke havde så travlt, som de plejer.
- At jeg fik det godt igen, skyldes den medicin, jeg fik.

Forsigtig! ensidige forklaringer!





Du bliver udskrevet fra hospitalet og er næsten symptomfri.

Tænk over en række svarmuligheder, der inddrager en række forskellige årsager (dvs. andre, situationen og mig selv). Skriv svarmulighederne ned på et stykke papir.

???

???

???





Du bliver udskrevet fra hospitalet og er næsten symptomfri.

Tænk over en række svarmuligheder, der inddrager en række forskellige årsager (dvs. andre, situationen og mig selv). Skriv svarmulighederne ned på et stykke papir.

- “Støtten fra min familie og lægerne i sammenhæng med medicinen har alt sammen været medvirkende til, at jeg fik det godt igen. Sidst, men ikke mindst, kan en del også tilskrives mig selv, fordi jeg var yderst motiveret og deltog aktivt i behandlingen.”
- “Jeg var motiveret for forandring, og jeg bad om at kunne deltage i en bestemt gruppeterapi, som behandlerne styrede virkelig godt.”





Visse fortolkningers virkning på negative hændelser!



Det var ikke godt nok. Du dumpede til eksamen i engelsk.

Give sig selv skylden

(fx "Jeg burde have forberedt mig bedre!")

Ulempe: ???

Fordel: ???

Give andre eller en situation skylden

(fx "Læreren er et fjols, og han hader mig.")

Ulempe: ???

Fordel: ???



Visse fortolkningers virkning på negative hændelser!



Det var ikke godt nok. Du dumpede til eksamen i engelsk.

Give sig selv skylden

(fx "Jeg burde have forberedt mig bedre!")

Ulempe: mindsker selvværd

Fordel: det anses for ædelt at tage ansvar

Give andre eller en situation skylden

(fx "Læreren er et fjols, og han hader mig.")

Ulempe: ???

Fordel: ???



Visse fortolkningers virkning på negative hændelser!



Det var ikke godt nok. Du dumpede til eksamen i engelsk.

Give sig selv skylden

(fx "Jeg burde have forberedt mig bedre!")

Ulempe: mindsker selvværd

Fordel: det anses for ædelt at tage ansvar

Give andre eller en situation skylden

(fx "Læreren er et fjols, og han hader mig.")

Ulempe: det anses for uhøfligt at skyde skylden over på andre (at vælge den lette løsning)

Fordel: ingen trussel mod selvværdet



Visse fortolknings virkning på negative hændelser!



Det var ikke godt nok. Du dumpede til eksamen i engelsk.

Mere afbalancerede svar (dvs. kombiner egen og andres/situationens indflydelse, tænk over forskellige forklaringer):

???

???

???



Visse fortolkningers virkning på negative hændelser!



Det var ikke godt nok. Du dumpede til eksamen i engelsk.

Mere afbalancerede svar (dvs. kombinerer egen og andres/situationens indflydelse, tænk over forskellige forklaringer):

“Jeg er ikke vant til den form for eksamen. Jeg vil være bedre forberedt næste gang.”

“Jeg bør forbedre mit forhold til den lærer. Han ville alligevel ikke dumpe mig af ren og sker modvilje.”



Visse fortolkningers virkning på positive begivenheder!



Fantastisk! Dit mål gjorde
at vi vandt kampen!



Tilskrive sig selv æren

(fx "Det var en fantastisk individuel præstation.")

Ulempe: ???

Fordel: ???

Tilskrive andre eller en situation æren

(fx "Enhver kunne have scoret fra den position.")

Ulempe: ???

Fordel: ???



Visse fortolknings virkning på positive begivenheder!



Fantastisk! Dit mål gjorde
at vi vandt kampen!



Tilskrive sig selv æren

(fx "Det var en fantastisk individuel præstation.")

Ulempe: selvros virker arrogant

Fordel: øger selvværdet

Tilskrive andre eller en situation æren

(fx "Enhver kunne have scoret fra den position.")

Ulempe: ???

Fordel: ???



Visse fortolkningers virkning på positive begivenheder!



Fantastisk! Dit mål gjorde
at vi vandt kampen!



Tilskrive sig selv æren

(fx "Det var en fantastisk individuel præstation.")

Ulempe: selvros virker arrogant

Fordel: øger selvværdet

Tilskrive andre eller en situation æren

(fx "Enhver kunne have scoret fra den position.")

Ulempe: nedtoning af egne bedrifter mindsker selvværdet

Fordel: man betragtes som beskeden og som en holdspiller



Visse fortolkningers virkning på positive begivenheder!



Fantastisk! Dit mål gjorde
at vi vandt kampen!



Mere afbalancerede svar (dvs. kombiner egen og andres/situationens indflydelse, giv forskellige forklaringer):

???

???

???



Visse fortolkningers virkning på positive begivenheder!



Fantastisk! Dit mål gjorde
at vi vandt kampen!



Mere afbalancerede svar (dvs. kombiner egen og andres/situationens indflydelse, giv forskellige forklaringer):

“Jeg er utroligt stolt; men Steves indsats var også fantastisk.”

“Det er min opgave. Men det var svært at score fra den vinkel.”

“Mange tak. Det går godt for øjeblikket.”



Hvorfor gør vi det?

Studier har vist, at mange mennesker, der lider af en **depression** (men ikke alle!):

- er tilbøjelige til at bebrejde sig selv for nederlag
- er tilbøjelige til at give andre eller omstændighederne æren for deres succes

Dette kan føre til lavt selvværd!



Hvorfor gør vi det?

Studier har vist, at mange mennesker, der lider af **vrangforestillinger** (men ikke alle!):

- er tilbøjelige til at give andre skylden for negative hændelser og nederlag
- er tilbøjelige til at tro, at de ikke har nogen som helst indflydelse på de hændelser, der møder dem

Især det første punkt kan medføre problemer ved interaktion og kommunikation med andre mennesker!



Hvorledes ensidig fortolkning kan resultere i fejltolkning under en psykose – eksempler

Hændelse	Forklaring under en psykose	Andre forklaringer
Vigtige dokumenter er forsvundet fra din lejlighed.	Der er nogen, der er brudt ind hos dig og har stjålet dokumenterne for at skade dig.	Dokumenterne blev væk ved et uheld.
Du dumpede til en eksamen.	Eksaminator er ude på at ødelægge din karriere.	Måske var eksaminator skrap; men dårlig forberedelse og mangel på søvn er også mulige årsager.
En ven hilser ikke på dig.	Din ven vil ikke længere kendes ved dig og skammer sig over dig.	Din ven er bekymret; lagde simpelthen ikke mærke til dig.

Vil nogen dele en kort, personlig erfaring?



Fortolkning

Mål for dette modul

- Overvej mulige årsager til hændelser
- Grib ikke til forhastet accept af blot en forklaring
- Overvej konsekvenserne af dine fortolkninger

Vi bør tilstræbe en hverdag, hvor vi er så realistiske som muligt:

Vi kan ikke altid give andre skylden for vores nederlag; men på den anden side må vi heller ikke altid give os selv skylden, hvis noget går galt.



En ven taler om dig bag din ryg.

Hvorfor taler din ven om dig bag din ryg?

Hvad er den primære årsag til denne hændelse?

Dig selv?

En anden person eller andre?

Omstændigheder eller tilfælde?





Du bliver indbudt til en jobsamtale.

Hvorfor er du blevet indbudt til denne samtale?

Hvad er den primære årsag til denne hændelse?

Dig selv?

En anden person eller andre?

Omstændigheder eller tilfælde?





En ven bliver ubehageligt overrasket over at få uventet besøg af dig.

Hvorfor blev din ven ubehageligt overrasket?

Hvad er den primære årsag til denne hændelse?

Dig selv?

En anden person eller andre?

Omstændigheder eller tilfælde?





Andre griner, når du har ordet.

Hvad fik de andre til at grine, mens du havde ordet?

Hvad er den primære årsag til denne hændelse?

Dig selv?

En anden person eller andre?

Omstændigheder eller tilfælde?





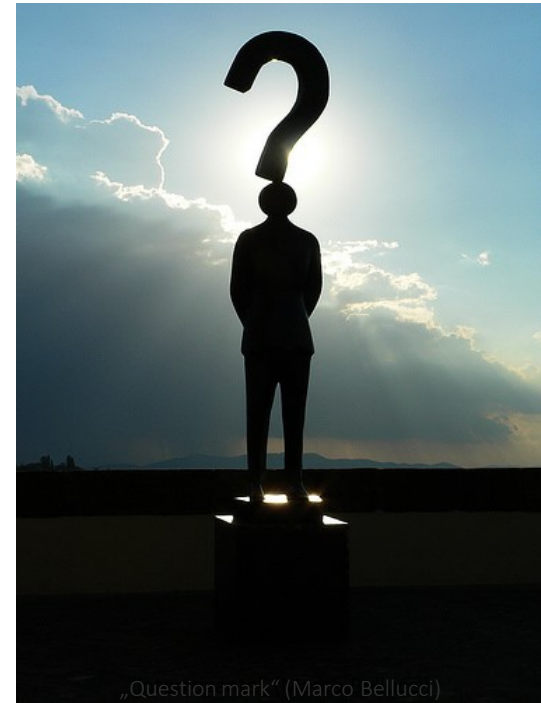
Find på dine egne eksempler!

Hvad har ført til denne situation?

Dig selv?

En anden person eller andre?

Omstændigheder eller tilfælde?





En indre stemme siger til dig, at du ikke dur til noget.



Årsager...

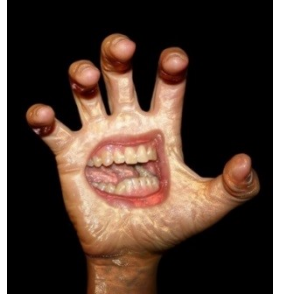
...dig selv

...andre

...situation/omstændigheder



En indre stemme siger til dig, at du ikke dur til noget.



Årsager...

...dig selv:

- “Uheldigvis giver jeg altid mig selv skylden. Det er som om, det er en slags skjult selvhad.”
- “Jeg er ved at blive vanvittig.”
- “Det er *som om*, en anden styrer mine tanker. Men jeg er klar over, at det er mine egne tanker.”

...andre:

- “Der er blevet plantet noget i min hjerne.”
- “Jeg ved ikke, hvordan det kunne ske; men en eller anden har taget kontrol over mine tanker.”

...Situation/omstændigheder:

- “Jeg føler mig stresset for tiden. Det er derfor jeg oplever alting mere intenst – også min tankevirksomhed.”
- “Det ringer for mine ører, fordi jeg har lyttet til høj musik.”



En indre stemme siger til dig, at du ikke dur til noget.



Psykose: den indre stemme skyldes andre mennesker/magter:

- “Der er blevet plantet noget i min hjerne.”
- “Jeg ved ikke, hvordan det kunne ske; men en eller anden har taget kontrol over mine tanker.”



At høre stemmer

Egen tankevirksomhed eller fjernstyret?

For og imod



Hvorfor tror du, stemmerne kommer udefra?	Kan der muligvis være andre forklaringer på de antagelser, der er anført til venstre?
“Jeg hører det tydeligt. I modsætning til det er mine egne tanker helt tavse!”	???
“Jeg har ingen kontrol over disse tanker. Når jeg prøver at modarbejde dem, bliver det værre. Det fortæller mig, at der er nogen, der virkelig vil have mig ned med nakken.”	???
“Jeg ville aldrig selv tænke den slags onde tanker. Jeg kunne aldrig gøre nogen ondt. Men alligevel har jeg hele tiden disse aggressive tanker.”	???



At høre stemmer

Egen tankevirksomhed eller fjernstyret?

For og imod



Hvorfor tror du, stemmerne kommer udefra?	Kan der muligvis være andre forklaringer på de antagelser, der er anført til venstre?
<p>“Jeg hører det tydeligt. I modsætning til det er mine egne tanker helt tavse!”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ca. 15-20 % af normalbefolkningen hører sådanne stemmer fra tid til anden • Sommetider kan Intense tanker næsten høres (fængende musik, grublen, at høre en vens stemme, mens man læser en e-mail fra vedkommende)
<p>“Jeg har ingen kontrol over disse tanker. Når jeg prøver at modarbejde dem, bliver det værre. Det fortæller mig, at der er nogen, der virkelig vil have mig ned med nakken.”</p>	<p>???</p>
<p>“Jeg ville aldrig selv tænke den slags onde tanker. Jeg kunne aldrig gøre nogen ondt. Men alligevel har jeg hele tiden disse aggressive tanker.”</p>	<p>???</p>



At høre stemmer

Egen tankevirksomhed eller fjernstyret?

For og imod



Hvorfor tror du, stemmerne kommer udefra?	Kan der muligvis være andre forklaringer på de antagelser, der er anført til venstre?
<p>“Jeg hører det tydeligt. I modsætning til det er mine egne tanker helt tavse!”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ca. 15-20 % af normalbefolkningen hører sådanne stemmer fra tid til anden • Sommetider kan Intense tanker næsten høres (fængende musik, grublen, at høre en vens stemme, mens man læser en e-mail fra vedkommende)
<p>“Jeg har ingen kontrol over disse tanker. Når jeg prøver at modarbejde dem, bliver det værre. Det fortæller mig, at der er nogen, der virkelig vil have mig ned med nakken.”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Vores tanker lader sig ikke fuldstændigt kontrollere – var det tilfældet, ville vi ikke opleve hændelser som pludselig inspiration, geniale indfald eller grublen • Hvis vi forsøger at modarbejde sådanne tanker, bliver de automatisk forstærket. → Eksperiment: Prøv at undgå at tænke på tallet 8! - Det er umuligt. Det vil dukke op i dine tanker – stærkere end nogensinde.
<p>“Jeg ville aldrig selv tænke den slags onde tanker. Jeg kunne aldrig gøre nogen ondt. Men alligevel har jeg hele tiden disse aggressive tanker.”</p>	<p>???</p>



At høre stemmer

Egen tankevirksomhed eller fjernstyret?

For og imod



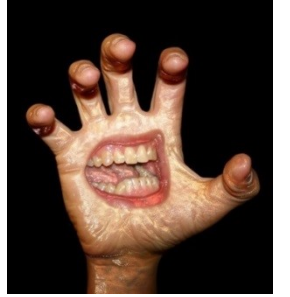
Hvorfor tror du, stemmerne kommer udefra?	Kan der muligvis være andre forklaringer på de antagelser, der er anført til venstre?
<p>“Jeg hører det tydeligt. I modsætning til det er mine egne tanker helt tavse!”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ca. 15-20 % af normalbefolkningen hører sådanne stemmer fra tid til anden • Sommetider kan Intense tanker næsten høres (fængende musik, grublen, at høre en vens stemme, mens man læser en e-mail fra vedkommende)
<p>“Jeg har ingen kontrol over disse tanker. Når jeg prøver at modarbejde dem, bliver det værre. Det fortæller mig, at der er nogen, der virkelig vil have mig ned med nakken.”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Vores tanker lader sig ikke fuldstændigt kontrollere – var det tilfældet, ville vi ikke opleve hændelser som pludselig inspiration, geniale indfald eller grublen • Hvis vi forsøger at modarbejde sådanne tanker, bliver de automatisk forstærket. → Eksperiment: Prøv at undgå at tænke på tallet 8! - Det er umuligt. Det vil dukke op i dine tanker – stærkere end nogensinde.
<p>“Jeg ville aldrig selv tænke den slags onde tanker. Jeg kunne aldrig gøre nogen ondt. Men alligevel har jeg hele tiden disse aggressive tanker.”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Vi har ofte tanker, der går imod vores sædvanlige tankemønstre. Tanker kan ikke sidestilles med handling! 20 % af normalbefolkningen oplever forbigående tanker om at begå selvmord, men de gør det ikke. Selv når det gælder personer, vi elsker, kan vi sommetider opleve aggressioner (fx en mor over for et grædende barn).



At høre stemmer

Egen tankevirksomhed eller fjernstyret?

For og imod



Den forklaring, at fremmedartede tanker på en eller anden måde skulle være fjernstyrede, rejser mange flere spørgsmål, end den besvarer, fx:

- Er det teknisk muligt?
- Hvor og hvornår skulle tankerne være plantet?
- Hvem ville have interesse i at skade dig? Hvem ville have tid og penge til at gøre det?
- Hvem ville have interesse i at skade dig? Hvem ville have tid og penge til at gøre det?



En ven gav dig et lift hjem.

Hvad fik din ven til at køre dig hjem?

Hvad er den primære årsag til dette?

Dig selv?

En anden person eller andre?

Omstændigheder eller en tilfældighed?





En ven udeblev fra et møde med dig.

Hvorfor dukkede din ven ikke op?

Hvad er den primære årsag til dette?

Dig selv?

En anden person eller andre?

Omstændigheder eller en tilfældighed?





En ven sendte dig ikke et postkort.

Hvad var årsagen til, at vennen ikke sendte dig et postkort?

Hvad er den primære årsag til dette?

Dig selv?

En anden person eller andre?

Omstændigheder eller en tilfældighed?





Den samme bil har kørt bag dig i en halv time.

Hvorfor kører bilen lige bag ved dig?

Hvad er den primære årsag til dette?

Dig selv?

En anden person eller andre?

Omstændigheder eller en tilfældighed?





Den bus, du skulle med, kørte lige for næsen af dig.

Hvorfor kom du ikke med bussen?

Hvad er den primære årsag til dette?

Dig selv?

En anden person eller andre?

Omstændigheder eller en tilfældighed?





En nabo inviterede dig på en drink.

Hvad fik din nabo til at invitere dig på en drink?

Hvad er den primære årsag til dette?

Dig selv?

En anden person eller andre?

Omstændigheder eller en tilfældighed?





Der har længe stået en mand og læst avis lige foran din dør.

Hvorfor står manden og læser avis foran din dør?

Hvad er den primære årsag til dette?

Dig selv?

En anden person eller andre?

Omstændigheder eller en tilfældighed?





En ven synes, at du er unfair.

Hvad har fået din ven til at synes, at du er unfair?

Hvad er den primære årsag til dette?

Dig selv?

En anden person eller andre?

Omstændigheder eller en tilfældighed?





En ven synes, at du er klog.

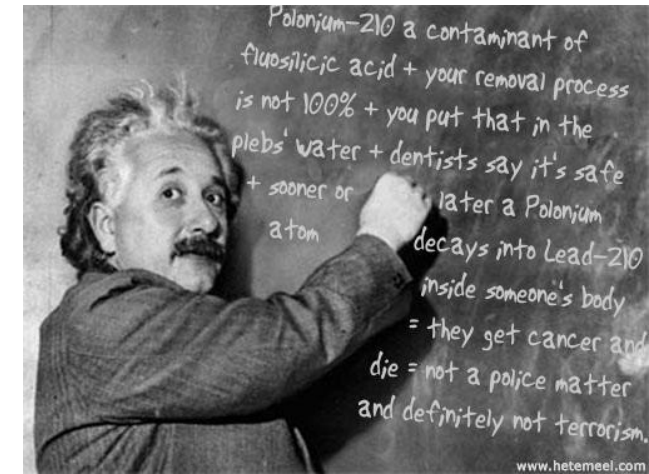
Hvad har fået din ven til at mene det?

Hvad er den primære årsag til dette?

Dig selv?

En anden person eller andre?

Omstændigheder eller en tilfældighed?





Overfør til hverdagen

Læringsmål:

- Overvej altid forskellige faktorer, der kan have været medvirkende til udfaldet af en hændelse (dvs. dig selv/andre/omstændigheder).



Overfør til hverdagen

Læringsmål:

- Overvej altid forskellige faktorer, der kan have været medvirkende til udfaldet af en hændelse (dvs. dig selv/andre/omstændigheder).
- Vi bør forsøge at være så realistiske som muligt i vores dagligdag:
Vi kan ikke retfærdiggøre *altid* at skyde skylden på andre, ligesom det heller ikke *altid* er vores skyld, hvis noget går galt.



Overfør til hverdagen

Læringsmål:

- Overvej altid forskellige faktorer, der kan have været medvirkende til udfaldet af en hændelse (dvs. dig selv/andre/omstændigheder).
- Vi bør forsøge at være så realistiske som muligt i vores dagligdag:
Vi kan ikke retfærdiggøre *altid* at skyde skylden på andre, ligesom det heller ikke *altid* er vores skyld, hvis noget går galt.
- I reglen vil der være mange faktorer, der bidrager til en hændelse.



Hvad har det med psykoser at gøre?

Mange mennesker, der lider af en psykose, er tilbøjelige til udelukkende at forklare *komplekse* hændelser med en enkelt årsag. I visse tilfælde tillægges andre mennesker skylden for en persons nederlag.

Eksempel I: Edward modtager et opkald på telefonen. En mekanisk stemme udspørger ham om hans forbrugsvaner.

Egen opfattelse: Hans udlejer udspioner ham for at få ham ud af lejligheden.

Alternativ forklaring: Opkaldet kom fra et analysefirma, der tilfældigt har udvalgt ham. Edward har aldrig været i konflikt med sin udlejer. Hans opfattelse af, at udlejeren forsøger at fjerne ham fra lejligheden, er ubegrundet, for Edward er et ganske almindelig menneske, der altid betaler sin husleje til tiden.



Hvad har det med psykoser at gøre?

Det sker, at andre mennesker har et *delvist* ansvar, men det er nødvendigt også at anerkende andre vigtige faktorer.

Eksempel II: Anna får et psykotisk tilbagefald!

Egen opfattelse: Tilbagefaldet er fremkaldt af erindringer, der dukkede op igen, da hun tilfældigt mødte sin eksmand på gaden. Der var en del skænderier i deres ægteskab.

Øvrige faktorer: ette kunne være en mulig forklaring; men der er yderligere faktorer: Anna tager ikke længere sin medicin. Hun har haft problemer på arbejdet og er bange for at miste sit job.



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/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
Vic	flickr	Doctor greating patient [sic]	CC	A doctor is shaking a patient’s hand/Ein Arzt schüttelt einem Patienten die Hand
Benny-Kristin Fischer	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Various motives: pupil, ice hockey player/ Verschiedene Motive: Schüler, Eishockeyspieler
Bdunnette	flickr	DSCF0486	CC	A friend is talking behind your back (wispering)/Freundin hat hinter Ihrem Rücken geredet (flüstern)
rileyroxx	flickr	Job Interview #2	CC	You are invited for a job interview (man dressed in grey shirt + tie)/Vorstellungsgespräch (Mann in schwarzem Hemd u. Krawatte)
bre pettis	flickr	This is what the webcam sees through a peephole	CC	A friend is unpleasantly surprised by your spontaneous visit (man in a spyhole)/Eine Freundin ist von ihrem Besuch unangenehm überrascht (Mann im Spion)
yanec	flickr	laughter workshop	CC	Other people laugh while you are talking (celebration)/Andere fangen an zu lachen, während Sie reden (Feier)
Heidi Wittwer	fotocommunity	schreiende Hand	PP	Screaming hand/Schreiende Hand
zen	flickr	zen driving home - day 14	CC	A friend gives you a lift home (man in the car)/ Ein Freund hat sie nach Hause gefahren (Mann im Auto)
Jswieringa	Flickr	Quarter Past three	CC	A friend did not show up for a meeting with you (clock)/Ein Freund versetzt sie (Wanduhr)
Rocketjim54	Flickr	mail box	CC	Postcard (mailbox)/Postkarte (Briefkasten)



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
trekguy	flickr	rear view side mirror	CC	A car has been driving behind you for some time (rearview mirror of the car)/Ein Wagen fährt längere Zeit hinter ihnen her (Rückspiegel e. Autos)
The Jamoker	flickr	Missed The Bus	CC	Bus passing by/Der Bus fährt weg
*MarS	flickr	wine II	CC	A neighbour invited you for a drink (Glass of white wine)/Nachbar hat sie auf ein Gläschen eingeladen (Glas m. Weiswein)
heater	flickr	Commute (reading gang signs)	CC	Reading the newspaper/Zeitungsleser
Katrin Ze.	fotocommunity	enttäuscht	CC	A friend thinks you are unfair/Ein Freund findet sie unfair (in der Ecke kauernde Frau)
judge mental	flickr	The Fluoride uncertainty Theory	CC	A friend thinks you are smart (Albert Einstein)/ Ein Freund findet sie klug (Einstein)