



Metakognitiivinen harjoittelu (MCT)

MCT 3 A – Uskomusten muuttaminen

© Moritz & Kuokkanen (7|22)

www.uke.de/mct

Kukin taiteilija ja tekijänoikeuden omistaja on ystävällisesti antanut luvan kuvien käyttöön tässä moduulissa. Lisätietoja (taiteilija, teoksen nimi) esityksen lopussa.



Uskomusten muuttaminen

- Inhimillinen taipumus tarttua ensimmäisiin vaikutelmiin (esim. ennakkoluulot, “ensivaikutelma ei valehtele” - asenne)



Uskomusten muuttaminen

- Inhimillinen taipumus tarttua ensimmäisiin vaikutelmiin (esim. ennakkoluulot, “ensivaikutelma ei valehtelee” - asenne)
- **Syitä:** Laiskuus, “ennakkoasenteiden vahvistuminen”*, ajattelemattomuus, helpottaa monimutkaisessa maailmassa toimimista, ylpeys

* Ihminen näkee usein sen mitä haluaa



Uskomusten muuttaminen

- Inhimillinen taipumus tarttua ensimmäisiin vaikutelmiin (esim. ennakkoluulot, “ensivaikutelma ei valehtelee” - asenne)
- **Syitä:** Laiskuus, “ennakkoasenteiden vahvistuminen”*, ajattelemattomuus, helpottaa monimutkaisessa maailmassa toimimista, ylpeys
- **Ongelmia:** Väärät arviot (esim. rotuennakkoluulot) pysyvät, virheellinen yliyleistäminen (“kun on nähnyt yhden, on nähnyt kaikki”), ei anneta toista mahdollisuutta sen ansaitsevalle

* Ihminen näkee usein sen mitä haluaa



Kun ennusteet eivät toteudu

Marion Keech, lahkon johtaja Salt Lake Citystä (USA), väitti saavansa viestejä ulkoavaruudesta. Hänelle oli paljastettu, että maailmanloppu tulisi suuren tulvan muodossa ennen aamunkoittoa 21. joulukuuta 1954. Kuitenkin hänet ja seuraajansa jätettäisiin eloon ja pelastettaisiin avaruusalukseseen.

Ilmoitetun päivän aattona ryhmä kokoontui Keechin olohuoneeseen ja odotti ennustuksen täyttymistä. Keskiyö meni ja... mitään ei tapahtunut. Ei tulvaa, ei avaruusalusta, ei mitään.

Kuinka lahko selitti tämän tilanteen?

Luopuivatko he uskomuksestaan? Mitä ajattelet???





Kun ennusteet eivät toteudu

Kun oli selvää, että ennustus ei toteutunut, Keech, lahkon johtaja, oli ensin epäuskon vallassa ja itki.

Seuraavana aamuna ryhmä ilmoitti, että Jumala oli hyvin vaikuttanut tästä pienestä ryhmästä ja oli siksi perunut tulvan ja säästänyt maailman.

Tämä selitys on esimerkki siitä, kuinka jotkut ihmiset toimivat silloin, kun ennusteet eivät toteudu:

'Jos se ei mahdu, käytä isompaa vasaraa!'

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





Joustamattomuus käytännössä (“kapea näkökanta”)

Alue	esimerkkejä
Maantiede	???
Yhteiskunta	???
Katastrofit	???



Joustamattomuus käytännössä (“kapea näkökanta”)

Alue	esimerkkejä
Maantiede	<ul style="list-style-type: none"> • Maailma on litteä! Useimmat tiedemiehet hylkäsivät tämän teorian jo keskiajalla. Kuitenkin 1900-luvulle asti Litteän maailman yhdistys piti tiukasti kiinni tästä virheellisestä uskomuksesta ja piti avaruudesta otettuja valokuvia (pallonmuotoisesta) maasta salaliittona.
Yhteiskunta	???
Katastrofit	???



Joustamattomuus käytännössä (“kapea näkökanta”)

Alue	esimerkkejä
Maantiede	<ul style="list-style-type: none"> Maailma on litteä! Useimmat tiedemiehet hylkäsivät tämän teorian jo keskiajalla. Kuitenkin 1900-luvulle asti Litteän maailman yhdistys piti tiukasti kiinni tästä virheellisestä uskomuksesta ja piti avaruudesta otettuja valokuvia (pallonmuotoisesta) maasta salaliittona.
Yhteiskunta	<ul style="list-style-type: none"> Hallituksen ihannoiti huolimatta pahuuteen ja raakuuteen viittaavista todisteista ja epäonnistumisesta (esim. fasismi, stalinismi).
Katastrofit	???



Joustamattomuus käytännössä (“kapea näkökanta”)

Alue	esimerkkejä
Maantiede	<ul style="list-style-type: none"> • Maailma on litteä! Useimmat tiedemiehet hylkäsivät tämän teorian jo keskiajalla. Kuitenkin 1900-luvulle asti Litteän maailman yhdistys piti tiukasti kiinni tästä virheellisestä uskomuksesta ja piti avaruudesta otettuja valokuvia (pallonmuotoisesta) maasta salaliittona.
Yhteiskunta	<ul style="list-style-type: none"> • Hallituksen ihannointi huolimatta pahuuteen ja raakuuteen viittaavista todisteista ja epäonnistumisesta (esim. fasismi, stalinismi).
Katastrofit	<ul style="list-style-type: none"> • Varoitusmerkkien huomiotta jättäminen on usein vältettävien onnettomuuksien syy (esim. lumivyöryt: uhreja oli usein varoitettu ennen tapahtumaa). • Titanic-katastrofi: varoituksia ei otettu todesta, koska laivaa pidettiin uppoamattomana.



Miksi teemme tätä?

Tutkimukset osoittavat, että monet (mutta eivät kaikki!) psykoottiset ihmiset pitäytyvät mielipiteessään tai uskomuksessaan tapahtumasta, silloinkin kun heille esitetään tätä uskomusta kyseenalaistavaa tietoa.

Tämä voi johtaa ongelmiin ihmissuhteissa ja saattaa vaikeuttaa terveen, realistisen näkemyksen saamista ympäristöstä.



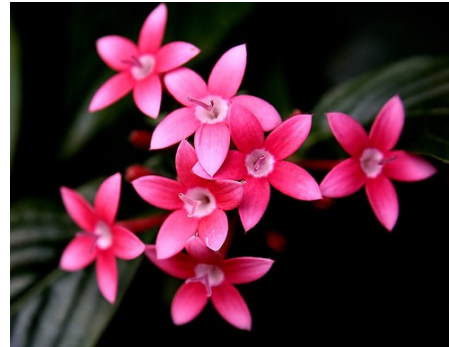
Kuinka jäykät uskomukset edistävät väärintulkintaa psykoosin aikana – esimerkkejä

- Ystävien ja sukulaisten kanssa ei voi keskustella tietyistä ajatuksista, koska odottaa/pelkää erimielisyyttä eikä luota muihin enää.
- Ihmisten, jotka ovat eri mieltä uskomusten kanssa, ajatellaan olevan vihollisia tai vainoajia.
- Tietoa hankitaan vain yhdestä lähteestä (esim. salaliittoteorioita käsittelevältä internetin keskustelupalstalta) eikä muita merkittävämpiä tiedotusvälineitä (esim. uutistoimistot) oteta huomioon.

Voisiko joku kertoa lyhyesti jonkun henkilökohtaisen kokemuksen?



Alla olevat kuvat kuuluvat tiettyyn luokkaan. Mikä se on?



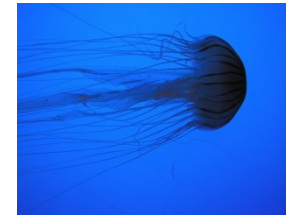
Jos olet varma luokasta, kerro muille vastauksesi.

Saat vastauksestasi palautteen (“kyllä” tai “ei”).

Ehdota myös muita samaan luokkaan kuuluvia asioita testataksesi olettamustasi.



Luokka: eläviä olentoja!



Tavallinen virhe: Useimmat ihmiset etsivät tietoa vain olettamuksensa puolesta, mutta eivät sitä vastaan (johtuen pyrkimyksestä ennakoasenteiden vahvistamiseen). Tässä tapauksessa näennäisesti oikea luokka: kasvit.

Usein vaihtoehtoisia näkökohtia/ajatuksia ei oteta huomioon. Esimerkkejä arkielämästä:

- vain omien mielipiteiden kanssa yhtenevien sanomalehtien lukeminen.
- eri tavalla ajattelevien ihmisten välttely heidän kanssa keskustelemisen sijaan.

Tämä voi johtaa yksipuolisiin asenteisiin ja jopa edistää virheellisiä arviointeja.



Harjoitus

- Näytämme kolme tiettyä tilannetta esittävää kuvaa sekä erilaisia tulkintoja siitä.



Harjoitus

- Näytämme kolme tiettyä tilannetta esittävää kuvaa sekä erilaisia tulkintoja siitä.
- Kuvat esitetään päinvastaisessa järjestyksessä, lähtien viimeisestä kuvasta.



Harjoitus

- Näytämme kolme tiettyä tilannetta esittävää kuvaa sekä erilaisia tulkintoja siitä.
- Kuvat esitetään päinvastaisessa järjestyksessä, lähtien viimeisestä kuvasta.
- Kun kuva on näytetty, pyydämme arvioimaan kunkin esitetyn tulkinnan uskottavuuden tai todennäköisyyden. Arvio tehdään joka kerta kun uusi kuva esitetään.

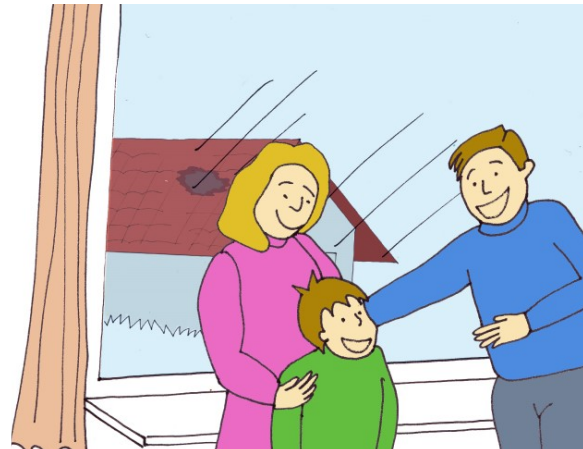


Harjoitus

- Näytämme kolme tiettyä tilannetta esittävää kuvaa sekä erilaisia tulkintoja siitä.
- Kuvat esitetään päinvastaisessa järjestyksessä, lähtien viimeisestä kuvasta.
- Kun kuva on näytetty, pyydämme arvioimaan kunkin esitetyn tulkinnan uskottavuuden tai todennäköisyyden. Arvio tehdään joka kerta kun uusi kuva esitetään.
- Ole hyvä ja keskustele ryhmän kanssa siitä kuinka varma olet arviostasi.



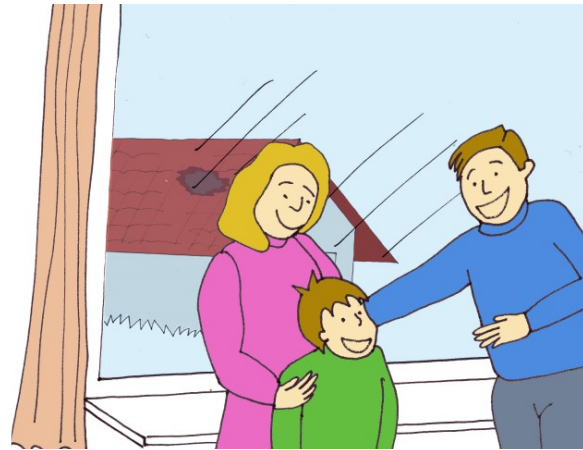
Mitä on saattanut tapahtua?



3



Kuinka todennäköisenä pidät jokaista vaihtoehtoa?

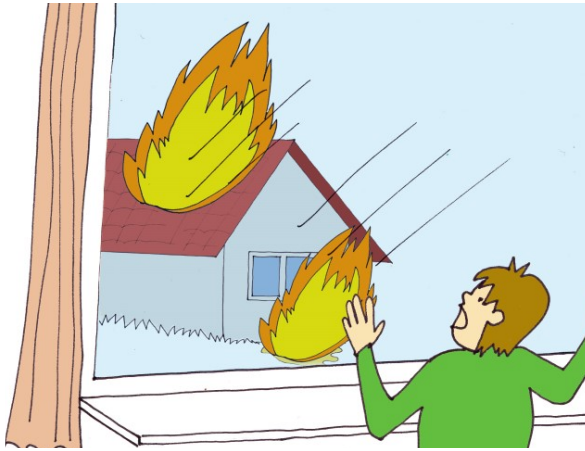


3

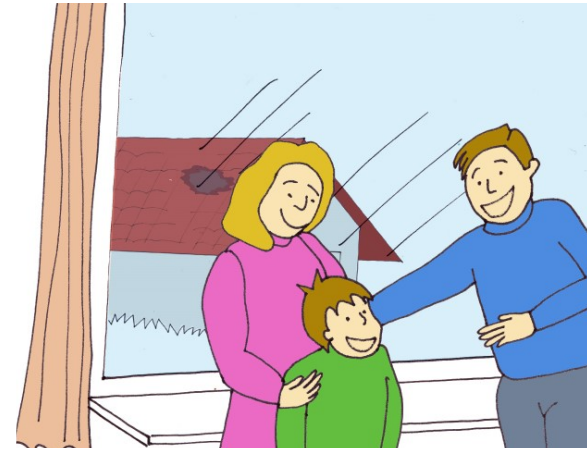
1. Poika on onnellinen koska hänet viimeinkin adoptoitiin.
2. Vanhemmat kiittävät poikaa, koska hän kertoi tulipalosta ja se saatiin siten sammutettua ajoissa.
3. Poika sai hyvän arvosanan koulussa.
4. Poika sytytti tulipalon jäämättä kiinni.



Onko päätöksesi muuttunut uuden kuvan myötä?



2



3

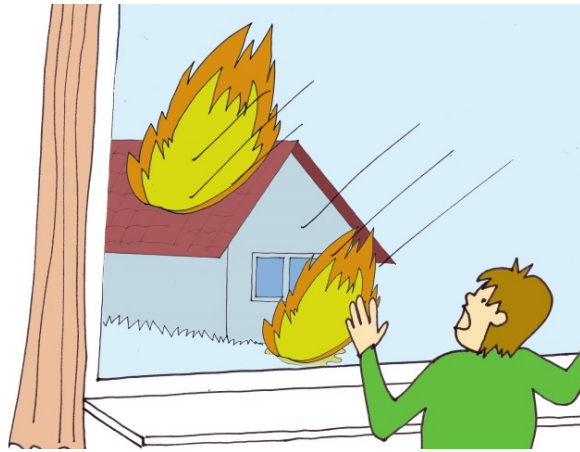
1. Poika on onnellinen koska hänet viimeinkin adoptoitiin.
2. Vanhemmat kiittävät poikaa, koska hän kertoi tulipalosta ja se saatiin siten sammutettua ajoissa.
3. Poika sai hyvän arvosanan koulussa.
4. Poika sytytti tulipalon jäämättä kiinni.



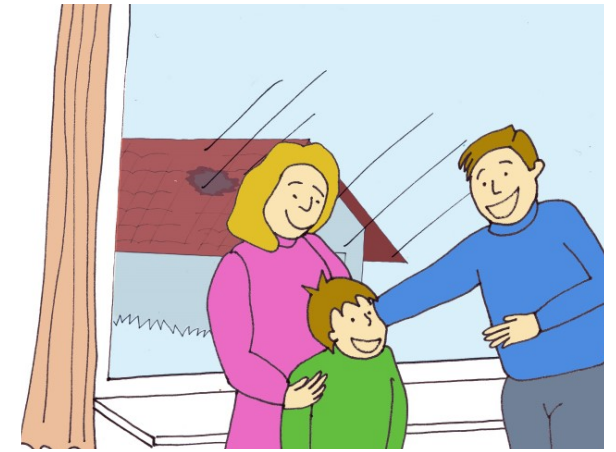
Ole hyvä ja arvioi todennäköisyys uudelleen!



1



2

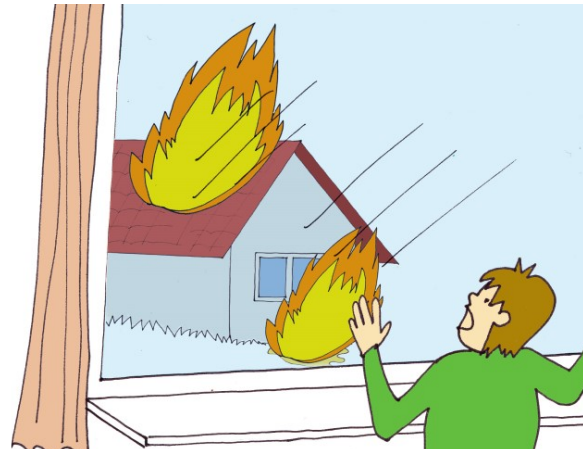


3

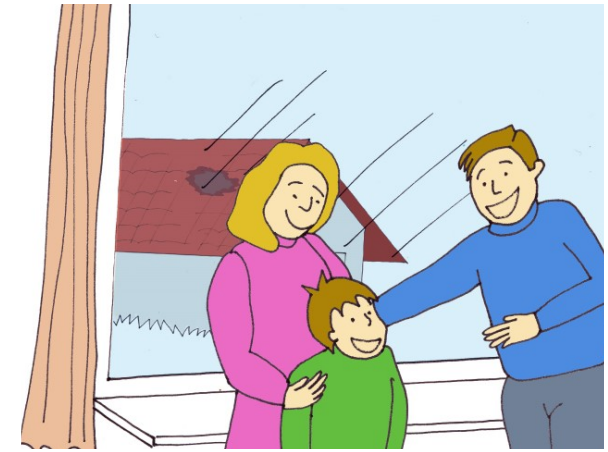
1. Poika on onnellinen koska hänet viimeinkin adoptoitiin.
2. Vanhemmat kiittävät poikaa, koska hän kertoi tulipalosta ja se saatiin siten sammutettua ajoissa.
3. Poika sai hyvän arvosanan koulussa.
4. Poika sytytti tulipalon jäämättä kiinni.



1



2

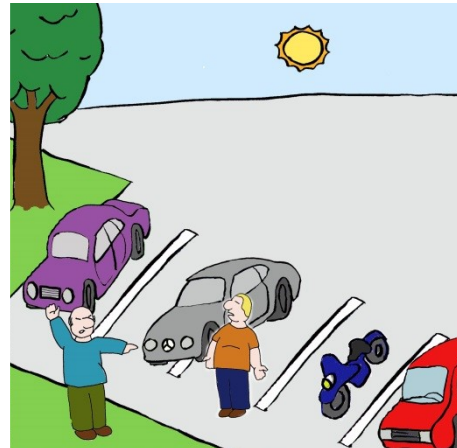


3

1. Poika on onnellinen koska hänet viimeinkin adoptoitiin.
2. Vanhemmat kiittävät poikaa, koska hän kertoi tulipalosta ja se saatiin siten sammutettua ajoissa.
3. Poika sai hyvän arvosanan koulussa.
4. Poika sytytti tulipalon jäämättä kiinni.



Kuinka todennäköisenä pidät jokaista vaihtoehtoa?



3

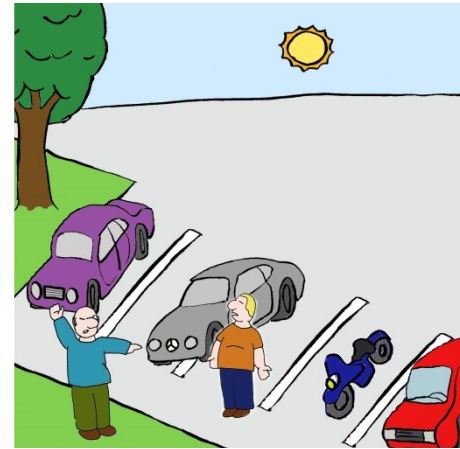
1. Miehet riitelevät siitä, kumpi saa parkkipaikan varjosta.
2. Mies on oikeassa nuhdellessaan toista kahden parkkiruudun varaamisesta.
3. Harmaan auton kuskia arvostellaan syyttä.
4. Miehet ovat erimielisiä auton hinnasta.



Onko päätöksesi muuttunut uuden kuvan myötä?



2

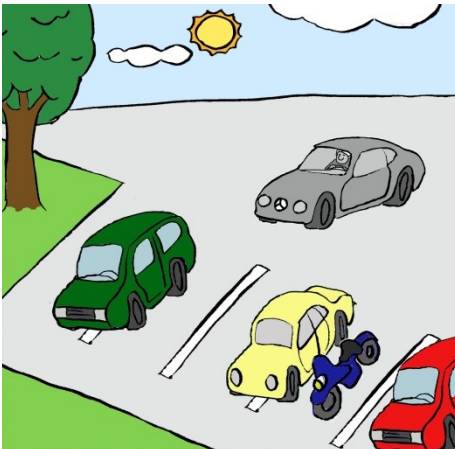


3

1. Miehet riitelevät siitä, kumpi saa parkkipaikan varjosta.
2. Mies on oikeassa nuhdellessaan toista kahden parkkiruudun varaamisesta.
3. Harmaan auton kuskia arvostellaan syyttä.
4. Miehet ovat erimielisiä auton hinnasta.



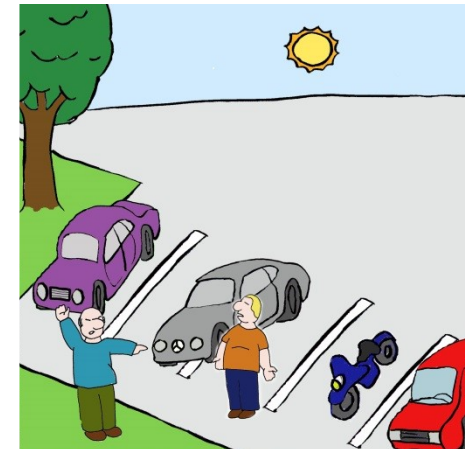
Ole hyvä ja arvioi todennäköisyys uudelleen!



1

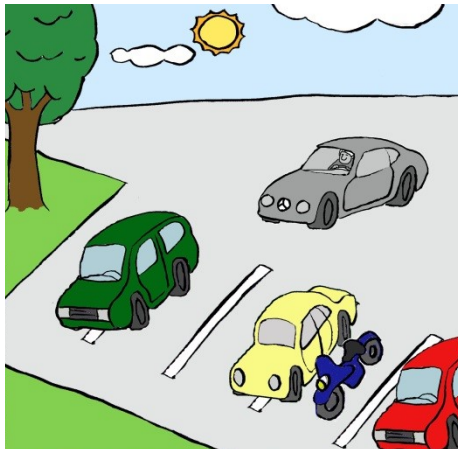


2



3

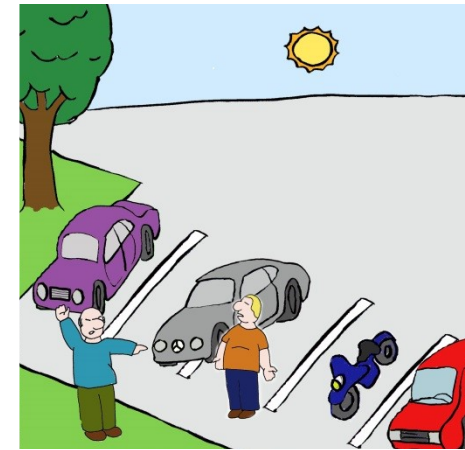
1. Miehet riitelevät siitä, kumpi saa parkkipaikan varjosta.
2. Mies on oikeassa nuhdellessaan toista kahden parkkiruudun varaamisesta.
3. Harmaan auton kuskea arvostellaan syyttä.
4. Miehet ovat erimielisiä auton hinnasta.



1



2



3

1. Miehet riitelevät siitä, kumpi saa parkkipaikan varjosta.
2. Mies on oikeassa nuhdellessaan toista kahden parkkiruudun varaamisesta.
3. Harmaan auton kuskea arvostellaan syyttä.
4. Miehet ovat erimielisiä auton hinnasta.



Kuinka todennäköisenä pidät jokaista vaihtoehtoa?



3

1. Puhelin häiritsee miestä ja hänen juuri ilmaan heittämänsä pitsataikina putoaa hänen päähänsä.
2. Mies on soittamassa apua, koska avaruusolio on laskeutunut hänen päähänsä.
3. Mies yrittää saada tytön nauramaan pitämällä hassua hattua.
4. Mies unohti kuinka kakku leivotaan ja soittaa äidilleen pyytääkseen reseptiä.



Onko päätöksesi muuttunut uuden kuvan myötä?



2



3

1. Puhelin häiritsee miestä ja hänen juuri ilmaan heittämänsä pitsataikina putoaa hänen päähänsä.
2. Mies on soittamassa apua, koska avaruusolio on laskeutunut hänen päähänsä.
3. Mies yrittää saada tytön nauramaan pitämällä hassua hattua.
4. Mies unohti kuinka kakku leivotaan ja soittaa äidilleen pyytääkseen reseptiä.



Ole hyvä ja arvioi todennäköisyys uudelleen!



1



2



3

1. Puhelin häiritsee miestä ja hänen juuri ilmaan heittämänsä pitsataikina putoaa hänen päähänsä.
2. Mies on soittamassa apua, koska avaruusolio on laskeutunut hänen päähänsä.
3. Mies yrittää saada tytön nauramaan pitämällä hassua hattua.
4. Mies unohti kuinka kakku leivotaan ja soittaa äidilleen pyytäkseen reseptiä.



1



2



3

1. Puhelin häiritsee miestä ja hänen juuri ilmaan heittämänsä pitsataikina putoaa hänen päähänsä.
2. Mies on soittamassa apua, koska avaruusolio on laskeutunut hänen päähänsä.
3. Mies yrittää saada tytön nauramaan pitämällä hassua hattua.
4. Mies unohti kuinka kakku leivotaan ja soittaa äidilleen pyytäkseen reseptiä.



Kuinka todennäköisenä pidät jokaista vaihtoehtoa?

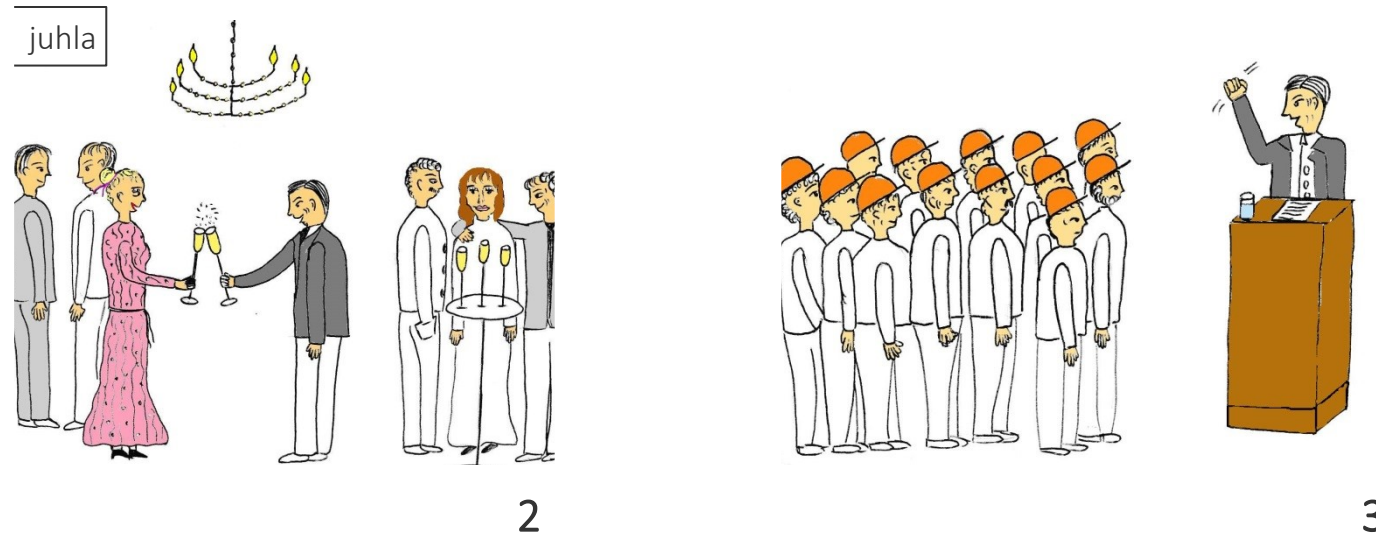


3

1. Poliitikko auttaa vähäosaisia ihmisiä.
2. Kommunistipoliitikko rohkaisee työntekijöitä työskentelemään kovemmin.
3. Saarnaaja julistaa maailmanloppua.
4. Johtaja ilmoittaa ettei ole varaa nostaa palkkoja, vaikka hän itse elää yltäkylläisyydessä.



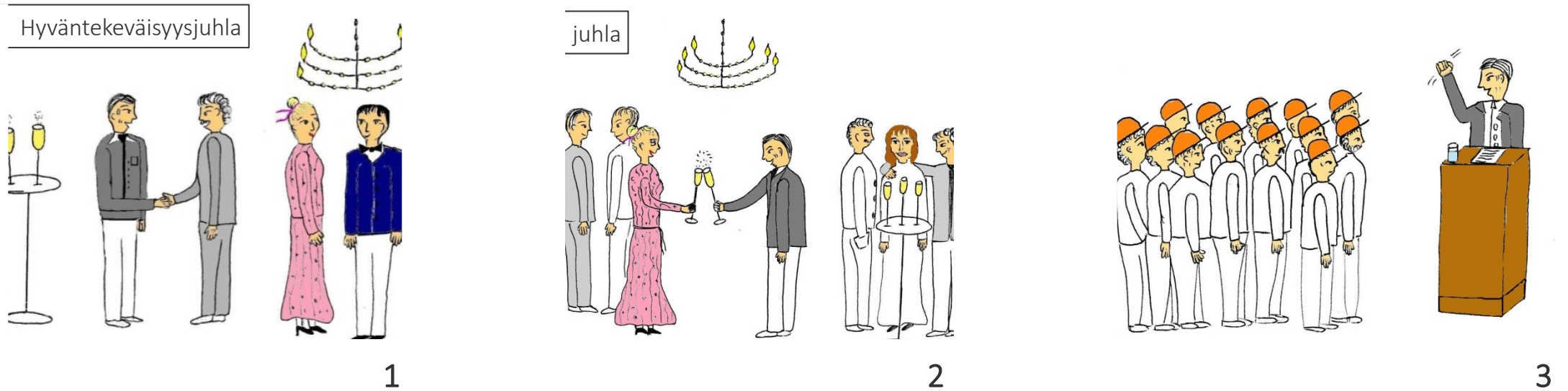
Onko päätöksesi muuttunut uuden kuvan myötä?



1. Poliitikko auttaa vähäosaisia ihmisiä.
2. Kommunistipoliitikko rohkaisee työntekijöitä työskentelemään kovemmin.
3. Saarnaaja julistaa maailmanloppua.
4. Johtaja ilmoittaa ettei ole varaa nostaa palkkoja, vaikka hän itse elää yltäkylläisyydessä.



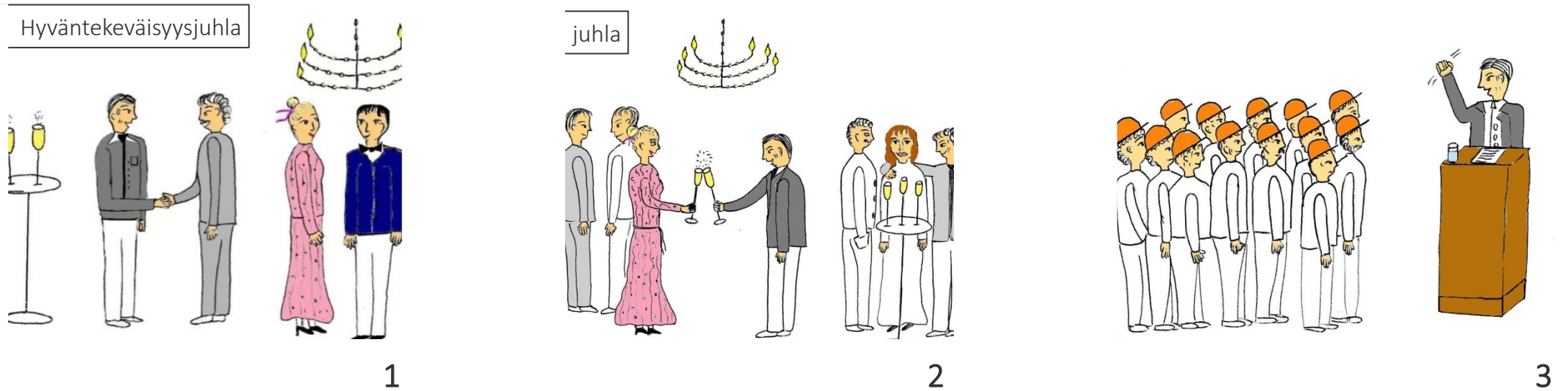
Ole hyvä ja arvioi todennäköisyys uudelleen!



1. Poliitikko auttaa vähäosaisia ihmisiä.
2. Kommunistipoliitikko rohkaisee työntekijöitä työskentelemään kovemmin.
3. Saarnaaja julistaa maailmanloppua.
4. Johtaja ilmoittaa ettei ole varaa nostaa palkkoja, vaikka hän itse elää yltäkylläisyydessä.



Ole hyvä ja arvioi todennäköisyys uudelleen!



1. Poliitikko auttaa vähäosaisia ihmisiä.
2. Kommunistipoliitikko rohkaisee työntekijöitä työskentelemään kovemmin.
3. Saarnaaja julistaa maailmanloppua.
4. Johtaja ilmoittaa ettei ole varaa nostaa palkkoja, vaikka hän itse elää yltäkylläisyydessä.



Kuinka todennäköisenä pidät jokaista vaihtoehtoa?

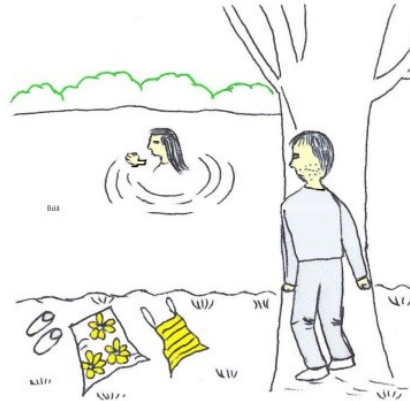


3

1. Mies yrittää huijata häntä etsiviä poliiseja.
2. Mies sovittaa naisen vaatteita hovin vuoksi.
3. Mies on naisen oma henkivartija.
4. Miehen vaatteet ovat märät, joten hän varastaa naisen vaatteet.



Onko päätöksesi muuttunut uuden kuvan myötä?



2



3

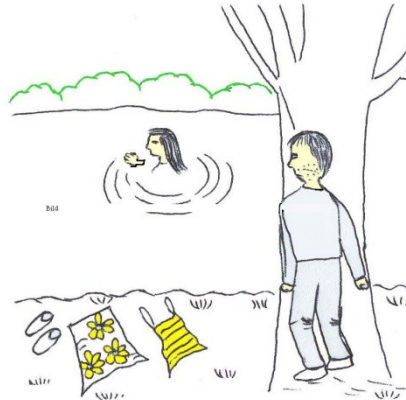
1. Mies yrittää huijata häntä etsiviä poliiseja.
2. Mies sovittaa naisen vaatteita hovin vuoksi.
3. Mies on naisen oma henkivartija.
4. Miehen vaatteet ovat märät, joten hän varastaa naisen vaatteet.



Ole hyvä ja arvioi todennäköisyys uudelleen!



1



2

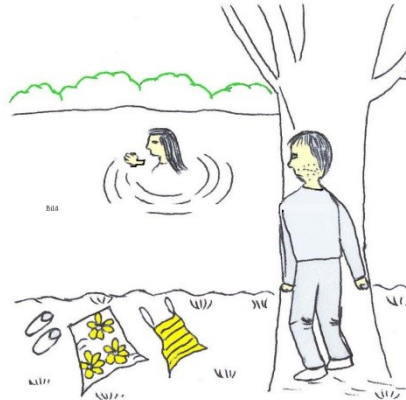


3

1. Mies yrittää huijata häntä etsiviä poliiseja.
2. Mies sovittaa naisen vaatteita hovin vuoksi.
3. Mies on naisen oma henkivartija.
4. Miehen vaatteet ovat märät, joten hän varastaa naisen vaatteet.



1



2



3

1. Mies yrittää huijata häntä etsiviä poliiseja.
2. Mies sovittaa naisen vaatteita hovin vuoksi.
3. Mies on naisen oma henkivartija.
4. Miehen vaatteet ovat märät, joten hän varastaa naisen vaatteet.



Vapaavalintainen: videopätkä

Vapaavalintainen: Osoitteessa http://www.uke.de/mct_videos on saatavilla päivän aiheetta käsitteleviä videopätkiä

Videon jälkeen voitte keskustella kuinka se liittyy päivän aiheeseen.

[ryhmänohjaajille:

Joissakin elokuvapätkissä on käytetty kieltä, joka ei välttämättä sovellu kaikelle yleisölle ja kaikkiin kulttuureihin. Ole hyvä ja esikatsele videot huolellisesti ennen esittämistä]





Kuinka todennäköisenä pidät jokaista vaihtoehtoa?



3

1. Poika nauttii kauniista päivästä.
2. Poika livisti pihatöistä mennäkseen kalastamaan.
3. Poika haluaa ilahduttaa äitiään viemällä hänelle kalaa.
4. Poika on varastanut matoja onkimista varten.



Onko päätöksesi muuttunut uuden kuvan myötä?



2



3

1. Poika nauttii kauniista päivästä.
2. Poika livisti pihatöistä mennäkseen kalastamaan.
3. Poika haluaa ilahduttaa äitiään viemällä hänelle kalaa.
4. Poika on varastanut matoja onkimista varten.



Ole hyvä ja arvioi todennäköisyys uudelleen!



1



2



3

1. Poika nauttii kauniista päivästä.
2. Poika livisti pihatöistä mennäkseen kalastamaan.
3. Poika haluaa ilahduttaa äitiään viemällä hänelle kalaa.
4. Poika on varastanut matoja onkimista varten.



1



2



3

1. Poika nauttii kauniista päivästä.
2. Poika livisti pihatöistä mennäkseen kalastamaan.
3. Poika haluaa ilahduttaa äitiään viemällä hänelle kalaa.
4. Poika on varastanut matoja onkimista varten.



Kuinka todennäköisenä pidät jokaista vaihtoehtoa?



3

1. Kaksi miestä viestii telepatian avulla.
2. Mies on yllättynyt nähdessään toisen miehen avaavan oven.
3. Mies kääntyy ympäri, koska toinen mies näyttää tutulta.
4. Mies kääntyy tyrmistyneenä, koska toinen mies puhui hänelle epäkohteliaasti.



Onko päätöksesi muuttunut uuden kuvan myötä?



2



3

1. Kaksi miestä viestii telepatian avulla.
2. Mies on yllättynyt nähdessään toisen miehen avaavan oven.
3. Mies kääntyy ympäri, koska toinen mies näyttää tutulta.
4. Mies kääntyy tyrmistyneenä, koska toinen mies puhui hänelle epäkohteliaasti.



Ole hyvä ja arvioi todennäköisyys uudelleen!



1



2



3

1. Kaksi miestä viestii telepatian avulla.
2. Mies on yllättynyt nähdessään toisen miehen avaavan oven.
3. Mies kääntyy ympäri, koska toinen mies näyttää tutulta.
4. Mies kääntyy tyrmistyneenä, koska toinen mies puhui hänelle epäkohteliaasti.



1



2



3

1. Kaksi miestä viestii telepatian avulla.
2. Mies on yllättynyt nähdessään toisen miehen avaavan oven.
3. Mies kääntyy ympäri, koska toinen mies näyttää tutulta.
4. Mies kääntyy tyrmistyneenä, koska toinen mies puhui hänelle epäkohteliaasti.



Kuinka todennäköisenä pidät jokaista vaihtoehtoa?



3

1. Miehet harjoittelevat karjansitomistaitojaan ennen kuin karja vauhkoontuu.
2. Karjapaimen haluaa ostaa lasso.
3. Karjapaimen käytti kaupassa ollutta köyttä sitoakseen myyjän ja viedäkseen rahat.
4. Mies haluaa ostaa uuden hatun.



Onko päätöksesi muuttunut uuden kuvan myötä?



2



3

1. Miehet harjoittelevat karjansitomistaitojaan ennen kuin karja vauhkoontuu.
2. Karjapaimen haluaa ostaa lassin.
3. Karjapaimen käytti kaupassa ollutta köyttä sitoakseen myyjän ja viedäkseen rahat.
4. Mies haluaa ostaa uuden hatun.



Ole hyvä ja arvioi todennäköisyys uudelleen!



1



2



3

1. Miehet harjoittelevat karjansitomistaitojaan ennen kuin karja vauhkoontuu.
2. Karjapaimen haluaa ostaa lasso.
3. Karjapaimen käytti kaupassa ollutta köyttä sitoakseen myyjän ja viedäkseen rahat.
4. Mies haluaa ostaa uuden hatun.



1



2



3

1. Miehet harjoittelevat karjansitomistaitojaan ennen kuin karja vauhkoontuu.
2. Karjapaimen haluaa ostaa lasso.
3. Karjapaimen käytti kaupassa ollutta köyttä sitoakseen myyjän ja viedäkseen rahat.
4. Mies haluaa ostaa uuden hatun.



Kuinka todennäköisenä pidät jokaista vaihtoehtoa?



3

1. Poliisikoirat yrittävät estää venevarkauden.
2. Tyttö putosi veteen, koska koirat jahtasivat kissaa.
3. Tyttö yrittää pelastaa kissan ajalehtimasta kauemmas.
4. Tyttö hyppäsi veteen paetakseen koiria.



Onko päätöksesi muuttunut uuden kuvan myötä?



2



3

1. Poliisikoirat yrittävät estää venevarkauden.
2. Tyttö putosi veteen, koska koirat jahtasivat kissaa.
3. Tyttö yrittää pelastaa kissan ajalehtimasta kauemmas.
4. Tyttö hyppäsi veteen paetakseen koiria.



Ole hyvä ja arvioi todennäköisyys uudelleen!



1



2



3

1. Poliisikoirat yrittävät estää venevarkauden.
2. Tyttö putosi veteen, koska koirat jahtasivat kissaa.
3. Tyttö yrittää pelastaa kissan ajalehtimasta kauemmas.
4. Tyttö hyppäsi veteen paetakseen koiria.



1



2



3

1. Poliisikoirat yrittävät estää venevarkauden.
2. Tyttö putosi veteen, koska koirat jahtasivat kissaa.
3. Tyttö yrittää pelastaa kissan ajalehtimasta kauemmas.
4. Tyttö hyppäsi veteen paetakseen koiria.



Kuinka todennäköisenä pidät jokaista vaihtoehtoa?



3

1. Poika pelasti miehen ryöstöltä.
2. Poika auttaa juopunutta miestä.
3. Poika löi vahingossa miestä pöydällä.
4. Kaksi vanhaa ystävää tapaa toisensa kadulla.



Onko päätöksesi muuttunut uuden kuvan myötä?



2



3

1. Poika pelasti miehen ryöstöltä.
2. Poika auttaa juopunutta miestä.
3. Poika löi vahingossa miestä pöydällä.
4. Kaksi vanhaa ystävää tapaa toisensa kadulla.



Ole hyvä ja arvioi todennäköisyys uudelleen!



1



2



3

1. Poika pelasti miehen ryöstöltä.
2. Poika auttaa juopunutta miestä.
3. Poika löi vahingossa miestä pöydällä.
4. Kaksi vanhaa ystävää tapaa toisensa kadulla.



1



2



3

1. Poika pelasti miehen ryöstöltä.
2. Poika auttaa juopunutta miestä.
3. Poika löi vahingossa miestä pöydällä.
4. Kaksi vanhaa ystävää tapaa toisensa kadulla.



Kuinka todennäköisenä pidät jokaista vaihtoehtoa?

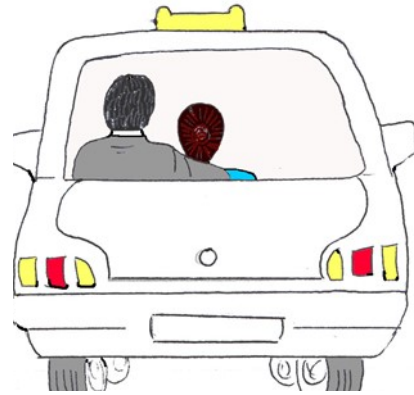


3

1. Mies on drive-in – teatterissa katsomassa elokuvaa seuralaisensa kanssa.
2. Mies on autossa rakastajattarensa kanssa ja toivoo, ettei kukaan näe heitä.
3. Mies on autossa viemässä mallinukkea liikkeeseensä.
4. Mies ja nainen ovat varastamassa autoa.



Onko päätöksesi muuttunut uuden kuvan myötä?



2

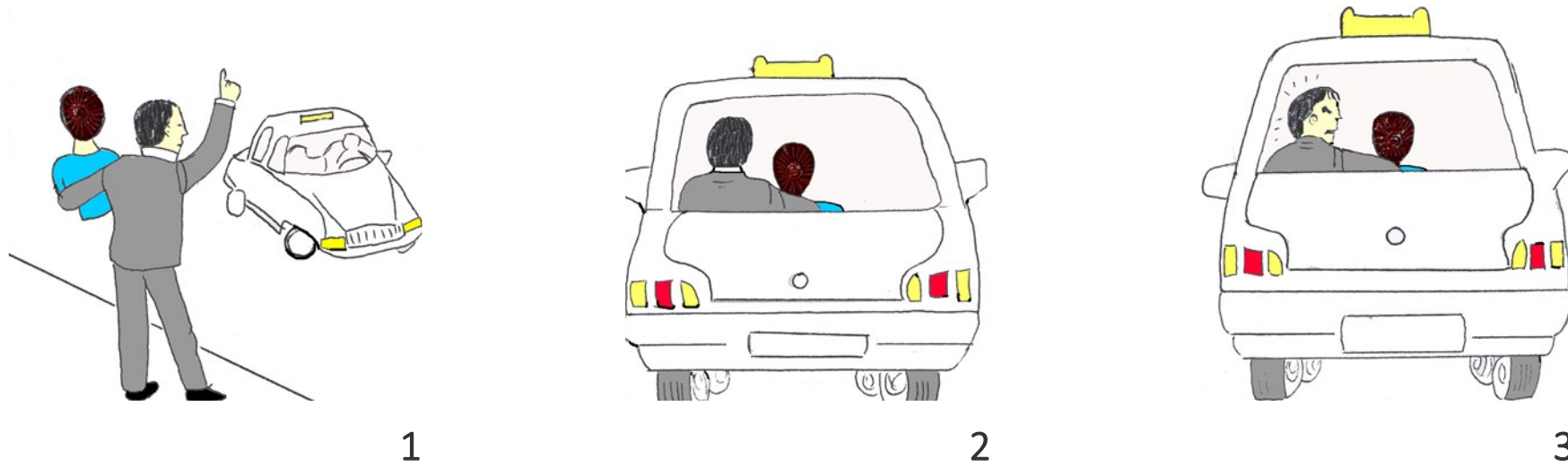


3

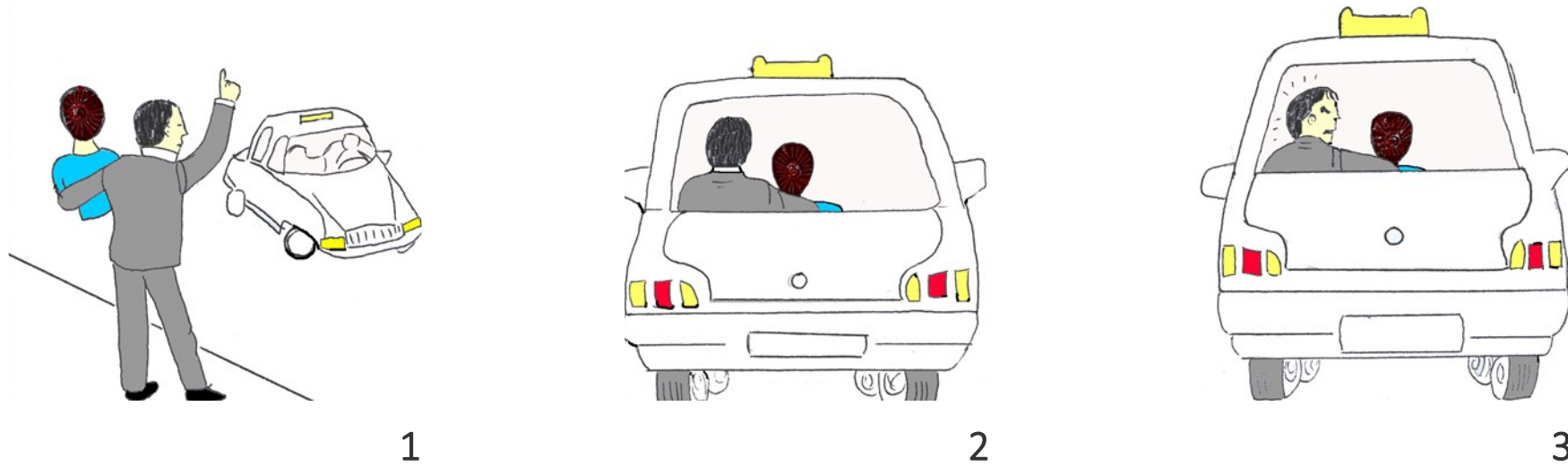
1. Mies on drive-in – teatterissa katsomassa elokuvaa seuralaisensa kanssa.
2. Mies on autossa rakastajattarensa kanssa ja toivoo, ettei kukaan näe heitä.
3. Mies on autossa viemässä mallinukkea liikkeeseensä.
4. Mies ja nainen ovat varastamassa autoa.



Ole hyvä ja arvioi todennäköisyys uudelleen!



1. Mies on drive-in – teatterissa katsomassa elokuvaa seuralaisensa kanssa.
2. Mies on autossa rakastajattarensa kanssa ja toivoo, ettei kukaan näe heitä.
3. Mies on autossa viemässä mallinukkea liikkeeseensä.
4. Mies ja nainen ovat varastamassa autoa.



1

2

3

1. Mies on drive-in – teatterissa katsomassa elokuvaa seuralaisensa kanssa.
2. Mies on autossa rakastajattarensa kanssa ja toivoo, ettei kukaan näe heitä.
3. Mies on autossa viemässä mallinukkea liikkeeseensä.
4. Mies ja nainen ovat varastamassa autoa.



Siirtäminen jokapäiväiseen elämään

Oppimistavoitteet:

- Joskus asiat menevät eri tavalla kuin oli odottanut: nopeat päätelmät johtavat usein väärin johtopäätöksiin.



Siirtäminen jokapäiväiseen elämään

Oppimistavoitteet:

- Joskus asiat menevät eri tavalla kuin oli odottanut: nopeat päätelmät johtavat usein vääriin johtopäätöksiin.
- Aina tulisi ottaa huomioon erilaiset tulkinnat/olettamukset ja tarkistaa uskomuksiaan niiden mukaisesti.



Siirtäminen jokapäiväiseen elämään

Oppimistavoitteet:

- Joskus asiat menevät eri tavalla kuin oli odottanut: nopeat päätelmät johtavat usein vääriin johtopäätöksiin.
- Aina tulisi ottaa huomioon erilaiset tulkinnat/olettamukset ja tarkistaa uskomuksiaan niiden mukaisesti.
- Kannattaa etsiä niin paljon tietoa kuin mahdollista oman arvion todentamiseksi.



Mitä tekemistä tällä on psykoosin kanssa?

Psykoosin aikana henkilö saattaa pitää kiinni virheellisistä uskomuksista ja jättää huomiotta niitä vastaan puhuvat seikat. Joskus tällä voi olla dramaattisia seuraamuksia.



Mitä tekemistä tällä on psykoosin kanssa?

Psykoosin aikana henkilö saattaa pitää kiinni virheellisistä uskomuksista ja jättää huomiotta niitä vastaan puhuvat seikat. Joskus tällä voi olla dramaattisia seuraamuksia.

Esimerkki: Lassi kävi isänsä päälle. Hän oli varma, että hänen isänsä oli kuollut kauan sitten ja robotit olivat ottaneet haltuunsa tämän ruumiin. Vaikka isä loukkaantui hyökkäyksessä ja vuosi verta, mikä oli vastoin Lassin uskomusta, hän pysyi epäluuloisena.

Tausta: Isä käyttäytyi oudosti eikä ollut yhtä ystävällinen kuin yleensä.

Mutta: Ihmiset muuttuvat ikääntyessään; ehkä isällä oli omia huolia tai hän oli rasittunut pojastaan. Lassin sukulaiset eivät onnistuneet vakuuttamaan häntä siitä, että isällä on kaikki hyvin.



Mitä tekemistä tällä on psykoosin kanssa?

Psykoosin aikana henkilö saattaa pitää kiinni virheellisistä uskomuksista ja jättää huomiotta niitä vastaan puhuvat seikat. Joskus tällä voi olla dramaattisia seuraamuksia.

Esimerkki: Lassi kävi isänsä päälle. Hän oli varma, että hänen isänsä oli kuollut kauan sitten ja robotit olivat ottaneet haltuunsa tämän ruumiin. Vaikka isä loukkaantui hyökkäyksessä ja vuosi verta, mikä oli vastoin Lassin uskomusta, hän pysyi epäluuloisena.

Tausta: Isä käyttäytyi oudosti eikä ollut yhtä ystävällinen kuin yleensä.

Mutta: Ihmiset muuttuvat ikääntyessään; ehkä isällä oli omia huolia tai hän oli rasittunut pojastaan. Lassin sukulaiset eivät onnistuneet vakuuttamaan häntä siitä, että isällä on kaikki hyvin.

On vaikea pysyä rauhallisena, kun tuntee itsensä uhatuksi. Siksi kannattaa olla varovainen arvioissaan ja kääntyä jonkun luotettavan ihmisen puoleen saadakseen neuvoja!



Kiitoksia mielenkiinnostanne!

ryhmänohjaajille:

Jakakaa työpaperit. Esittele sovelluksemme COGITO (lataa ilmaiseksi).



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