



Entraînement métacognitifs (MCT)

MCT 6 A BADE – Etre empathique... II

© Moritz, Woodward & Favrod (4|21)
www.uke.de/mct

Les différentes illustrations ont été utilisées avec l'accord de leurs auteurs respectifs. Pour de plus amples détails (titre, auteur), veuillez consulter la fin de cette présentation.



Si vous faites la connaissance de quelqu'un: à quels critères physiques vous intéressez-vous en premier?
Est-ce que c'est fiable pour un bon jugement?





Si vous faites la connaissance de quelqu'un: à quels critères physiques vous intéressez-vous en premier?
Est-ce que c'est fiable pour un bon jugement?

yeux?

mains?



langage du corps/
tenue?

langage?

vêtements?

autres?...



Quelles autres sources d'information peut-on considérer?
Quel est le degré de fiabilité de ces informations?





Quelles autres sources d'information peut-on considérer? Quel est le degré de fiabilité de ces informations?

- Les connaissances antérieures à propos d'une personne en particulier (par ouï-dire) ,par ex. la remarque d'un ami.
- Les connaissances antérieures à propos de personnes semblables, par ex. des fans de musique rap.
- Intuition.
- Quelque chose d'écrit : par exemple, par e-mail ou discussion sur internet.





Avantages et désavantages de certains marqueurs sociaux

Après avoir relevé les aspects permettant de se faire une opinion relativement à une personne, nous aimerions nous pencher davantage sur la force ou la faiblesse de ces marqueurs sociaux.



S'il vous plaît, discutez des avantages et des inconvénients des traits suivants pour juger une personne.

Le langage:

Ce qu'une personne dit et comment elle le dit.



Indices importants:

???

Exemple:

Le peuple n'a pas de pain...pourquoi ne mange-il pas du gâteau à la place?

Attribué à Marie-Antoinette (1755-1793); sarcasme, naïveté, méconnaissance des conditions de vie des pauvres?

Attention:

???



S'il vous plaît, discutez des avantages et des inconvénients des traits suivants pour juger une personne.

Le langage:

Ce qu'une personne dit et comment elle le dit.



Indices importants:

Contenu: le langage est très important pour la communication directe.

Ton: l'intonation (sarcastique, moqueuse), le choix des mots (arrogants, factuels, etc.) peuvent vous en apprendre beaucoup sur quelqu'un.

Exemple:

Le peuple n'a pas de pain...pourquoi ne mange-il pas du gâteau à la place?

Attribué à Marie-Antoinette (1755-1793); sarcasme, naïveté, méconnaissance des conditions de vie des pauvres?

Attention:

???



S'il vous plaît, discutez des avantages et des inconvénients des traits suivants pour juger une personne.

Le langage:

Ce qu'une personne dit et comment elle le dit.



Indices importants:

Contenu: le langage est très important pour la communication directe.

Ton: l'intonation (sarcastique, moqueuse), le choix des mots (arrogants, factuels, etc.) peuvent vous en apprendre beaucoup sur quelqu'un.

Exemple:

Le peuple n'a pas de pain...pourquoi ne mange-il pas du gâteau à la place?

Attribué à Marie-Antoinette (1755-1793); sarcasme, naïveté, méconnaissance des conditions de vie des pauvres?

Attention:

Contenu: les phrases dites ne reflètent pas toujours les vraies pensées (par politesse ou conventions, malentendus).

Ton: certaines personnes transmettent peu d'émotion quand elles parlent même si elles sont émotives ("pince sans rire"; maladie de Parkinson).



S'il vous plaît, discutez des avantages et des inconvénients des traits suivants pour juger une personne.

Les connaissances antérieures à propos d'une personne en particulier



Indices importants:

???

Attention:

???



S'il vous plaît, discutez des avantages et des inconvénients des traits suivants pour juger une personne.

Les connaissances antérieures à propos d'une personne en particulier



Indices importants:

- Les connaissances antérieures peuvent vous aider dans le jugement d'une personne, particulièrement si vous l'avez rencontrée auparavant dans une situation similaire.

Attention:

???



S'il vous plaît, discutez des avantages et des inconvénients des traits suivants pour juger une personne.

Les connaissances antérieures à propos d'une personne en particulier



Indices importants:

- Les connaissances antérieures peuvent vous aider dans le jugement d'une personne, particulièrement si vous l'avez rencontrée auparavant dans une situation similaire.

Attention:

- Les gens agissent différemment selon la situation ou leur humeur qui peut être bonne ou mauvaise; mais ils peuvent aussi être d'un tempérament joyeux ou triste, quelle que soit la situation. Quelqu'un peut être vraiment très social et bavard avec sa famille et en même temps très timide quand il est avec ses amis, ou vice-versa. Parfois, vous pouvez être surpris par vous-même.



S'il vous plaît, discutez des avantages et des inconvénients des traits suivants pour juger une personne.

Intuition



Les chiens sont connus pour percevoir des choses que les humains ne perçoivent pas.

Indices importants:

???

Attention:

???

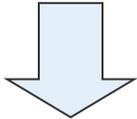


S'il vous plaît, discutez des avantages et des inconvénients des traits suivants pour juger une personne.

Intuition



Drôle, effrayant?
Dépend de votre humeur



Peur

Plaisir



Par.ex: film d'horreur
(«Ça»)



Souvenir d'une visite au
cirque

Indices importants:

- Souvent, l'intuition est une connaissance basée sur l'expérience. Parfois, l'instinct est meilleur que la raison!

Attention:

???

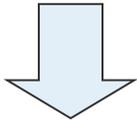


S'il vous plaît, discutez des avantages et des inconvénients des traits suivants pour juger une personne.

Intuition



Drôle, effrayant?
Dépend de votre humeur



Peur

Plaisir



Par.ex: film d'horreur
(«Ça»)



Souvenir d'une visite au
cirque

Indices importants:

- Souvent, l'intuition est une connaissance basée sur l'expérience. Parfois, l'instinct est meilleur que la raison!

Attention:

- nos émotions actuelles peuvent influencer notre perception et nos pensées ; exemples:
 1. **colère**: tendance à se sentir incompris, à être méfiant;
 2. **dépression**: tout paraît plus sombre que réellement.

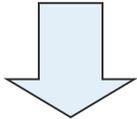


S'il vous plaît, discutez des avantages et des inconvénients des traits suivants pour juger une personne.

Intuition



Drôle, effrayant?
Dépend de votre humeur



Peur

Plaisir



Par.ex: film d'horreur
(«Ça»)



Souvenir d'une visite au
cirque

Indices importants:

- Souvent, l'intuition est une connaissance basée sur l'expérience. Parfois, l'instinct est meilleur que la raison!

Attention:

- nos émotions actuelles peuvent influencer notre perception et nos pensées ; exemples:
 1. **colère**: tendance à se sentir incompris, à être méfiant;
 2. **dépression**: tout paraît plus sombre que réellement.
- On doit écouter nos instincts, mais non les suivre aveuglément.



Apparence et réalité!

... aucun des aspects qui viennent d'être mentionnés (langage, langage du corps, intuition etc.) n'est digne de confiance en soi!

- *Tous les aspects doivent être pris en compte!* Combinés, ils aident à établir un jugement fiable d'une situation...



Pourquoi faisons-nous cela?

Les études montrent que beaucoup de gens (mais pas toutes!) souffrant de problèmes psychiatriques (spécialement des psychoses) ont des difficultés dans les domaines suivants:

- difficultés à détecter et à évaluer les expressions faciales des autres.



Pourquoi faisons-nous cela?

Les études montrent que beaucoup de gens (mais pas toutes!) souffrant de problèmes psychiatriques (spécialement des psychoses) ont des difficultés dans les domaines suivants:

- difficultés à détecter et à évaluer les expressions faciales des autres.
- difficultés à déduire les motifs et les buts de personnes présentant un comportement donné.



Comment le manque d'empathie favorise les interprétations erronées durant la psychose – exemples

| Événement | Explication durant la psychose | Autres explications |
|--|---|--|
| Un homme dans le bus vous fixe un long moment. | Le persécuteur se révèle enfin. | A cause de votre comportement méfiant (porter des lunettes de soleil), vous provoquez vous-même ces regards. |
| Votre patron critique vos erreurs. | Vous êtes persuadé que vous allez être licencié. | Votre patron s'emporte assez vite, mais n'a nullement l'intention de vous licencier. Il est souvent grognon. |
| Un ami lit un journal sur la mauvaise réussite scolaire. | Il fait allusion à vos mauvaises notes quand vous étiez enfant. | Pure coïncidence: votre ami s'intéresse à l'actualité, il ignore vos problèmes à l'école. |

Est-ce que quelqu'un pourrait raconter brièvement une expérience personnelle ?



Exercice

- Des bandes dessinées vont vous être présentées.
- S'il vous plaît, discutez de ce que les personnages dans l'histoire pensent des autres.



Exercice

- Des bandes dessinées vont vous être présentées.
- S'il vous plaît, discutez de ce que les personnages dans l'histoire pensent des autres.

Important:

- Vous devez distinguer les informations qui sont importantes pour vous de ce que les personnages pensent les uns des autres!



Exercice

- Des bandes dessinées vont vous être présentées.
- S'il vous plaît, discutez de ce que les personnages dans l'histoire pensent des autres.

Important:

- Vous devez distinguer les informations qui sont importantes pour vous de ce que les personnages pensent les uns des autres!
- Quelles informations additionnelles sont-elles requises pour donner une réponse définitive?



Qu'est-ce que la fille va probablement offrir à sa grand-mère pour son prochain anniversaire?

Est-ce que la grand-mère va être contente?



Qu'est-ce que la fille va probablement offrir à sa grand-mère pour son prochain anniversaire?

Est-ce que la grand-mère va être contente?



L'anniversaire de sa grand-mère

Que va lui offrir la petite fille la prochaine fois?

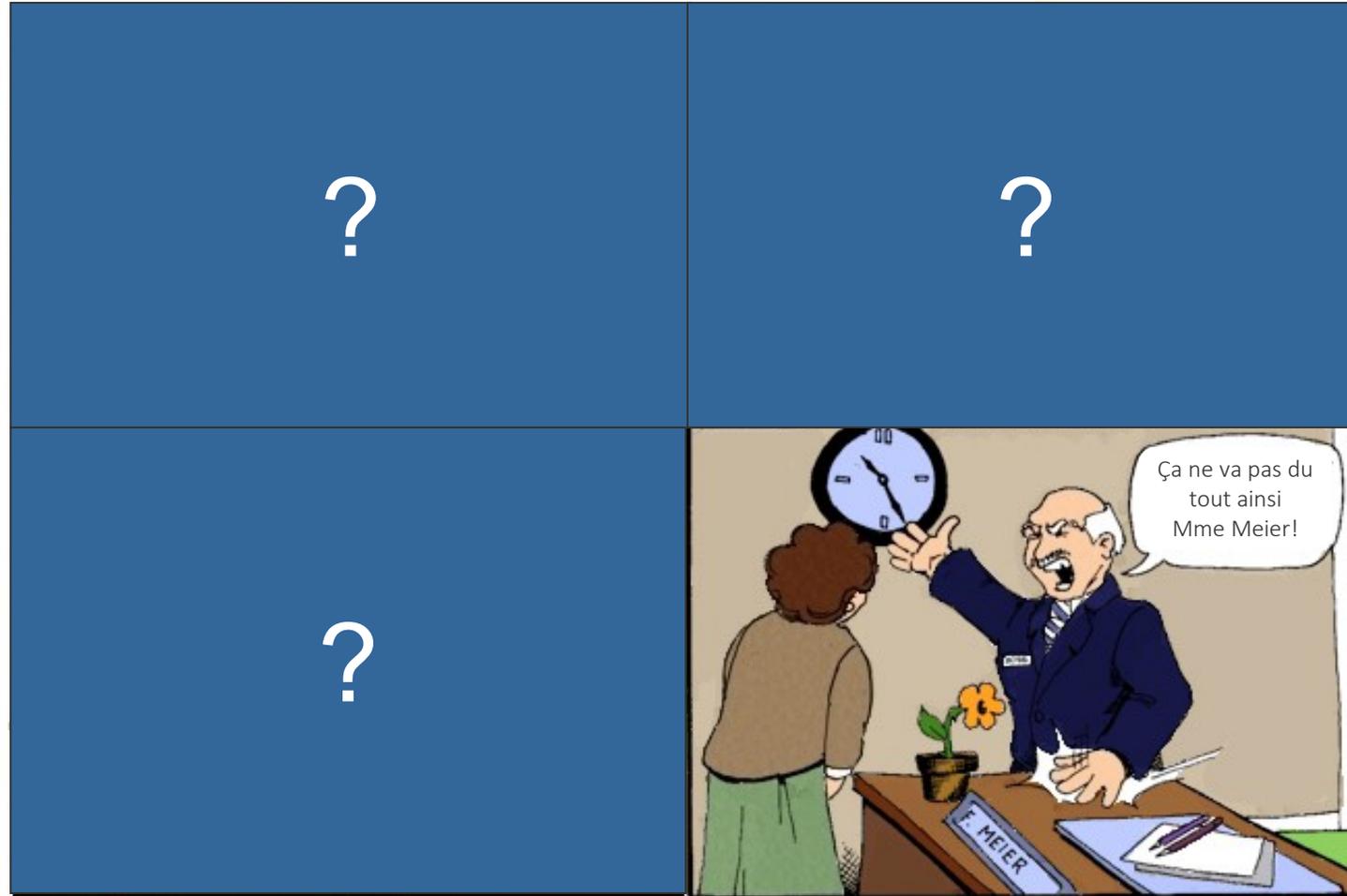


Probable: Elle offre une boîte de pralinés une seconde fois, car la dernière fois sa grand-mère semble avoir apprécié.

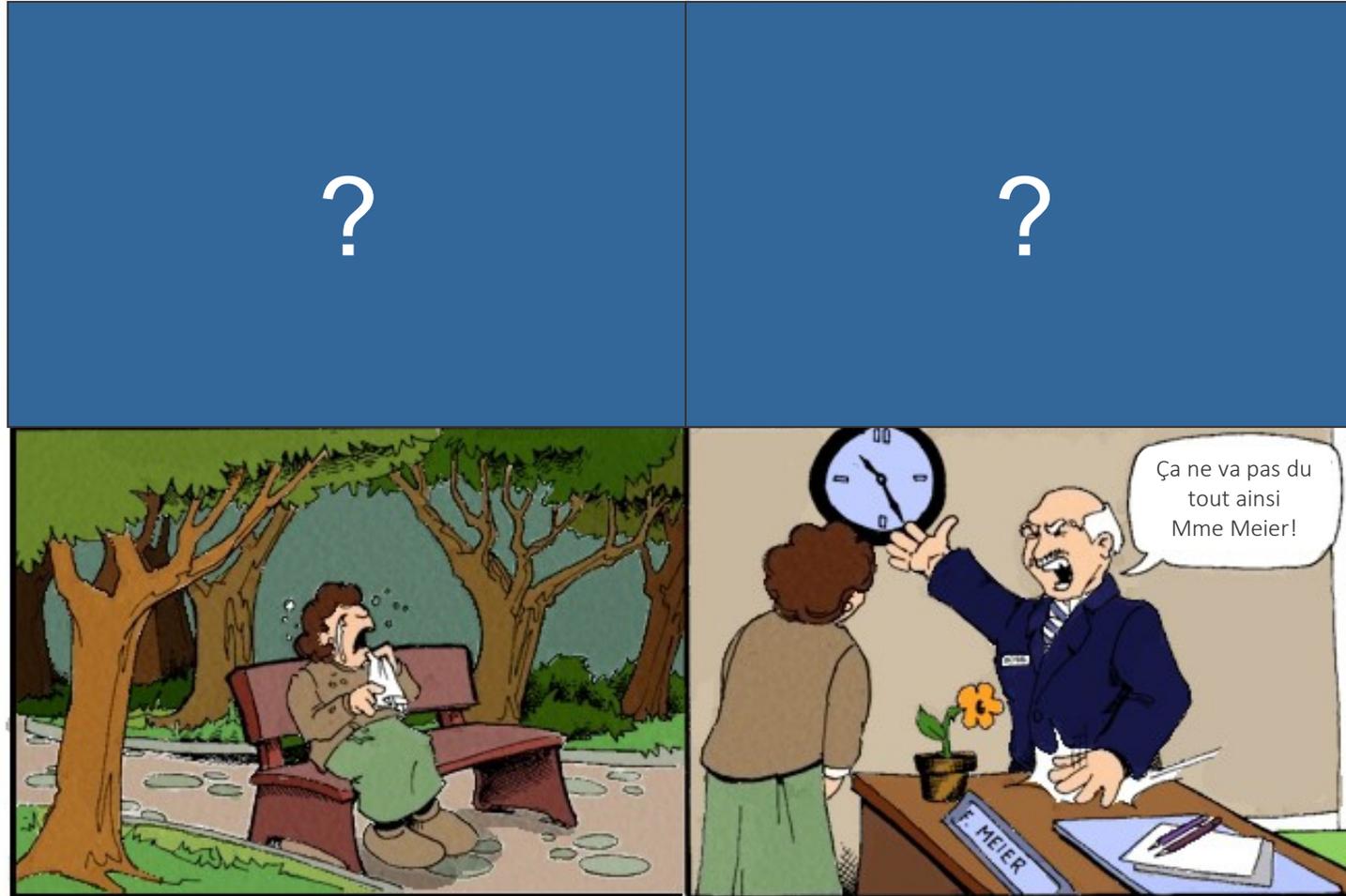
Peu probable: La petite fille a remarqué que sa grand-mère n'aimait pas les pralinés; elle va donc lui offrir autre chose.



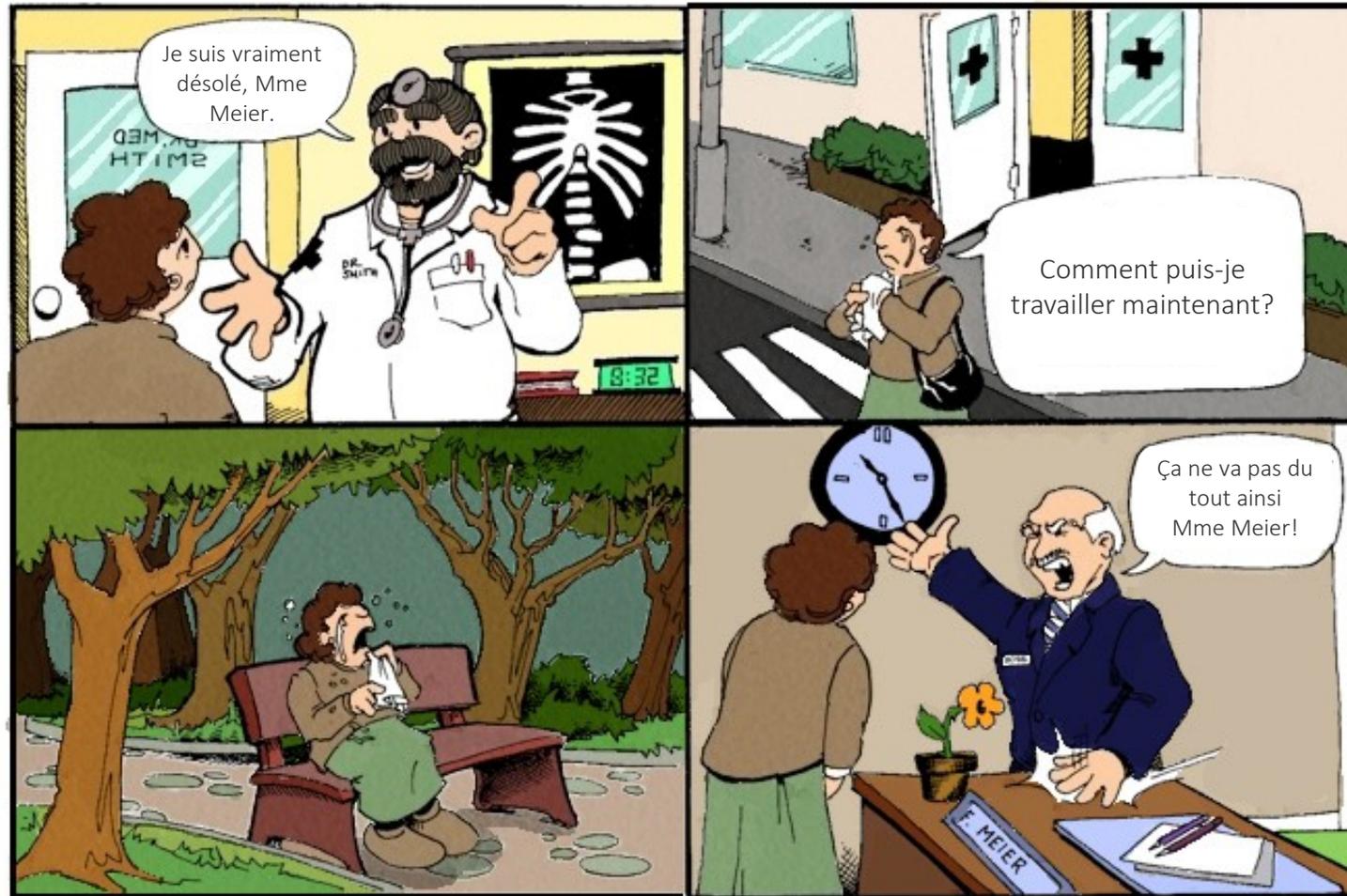
Allons-y!



Le chef n'a-t-il pas de coeur? Avons-nous besoin d'un complément d'informations pour pouvoir en juger?



Le chef n'a-t-il pas de coeur? Avons-nous besoin d'un complément d'informations pour pouvoir en juger?



Le chef n'a-t-il pas de coeur? Avons-nous besoin d'un complément d'informations pour pouvoir en juger?



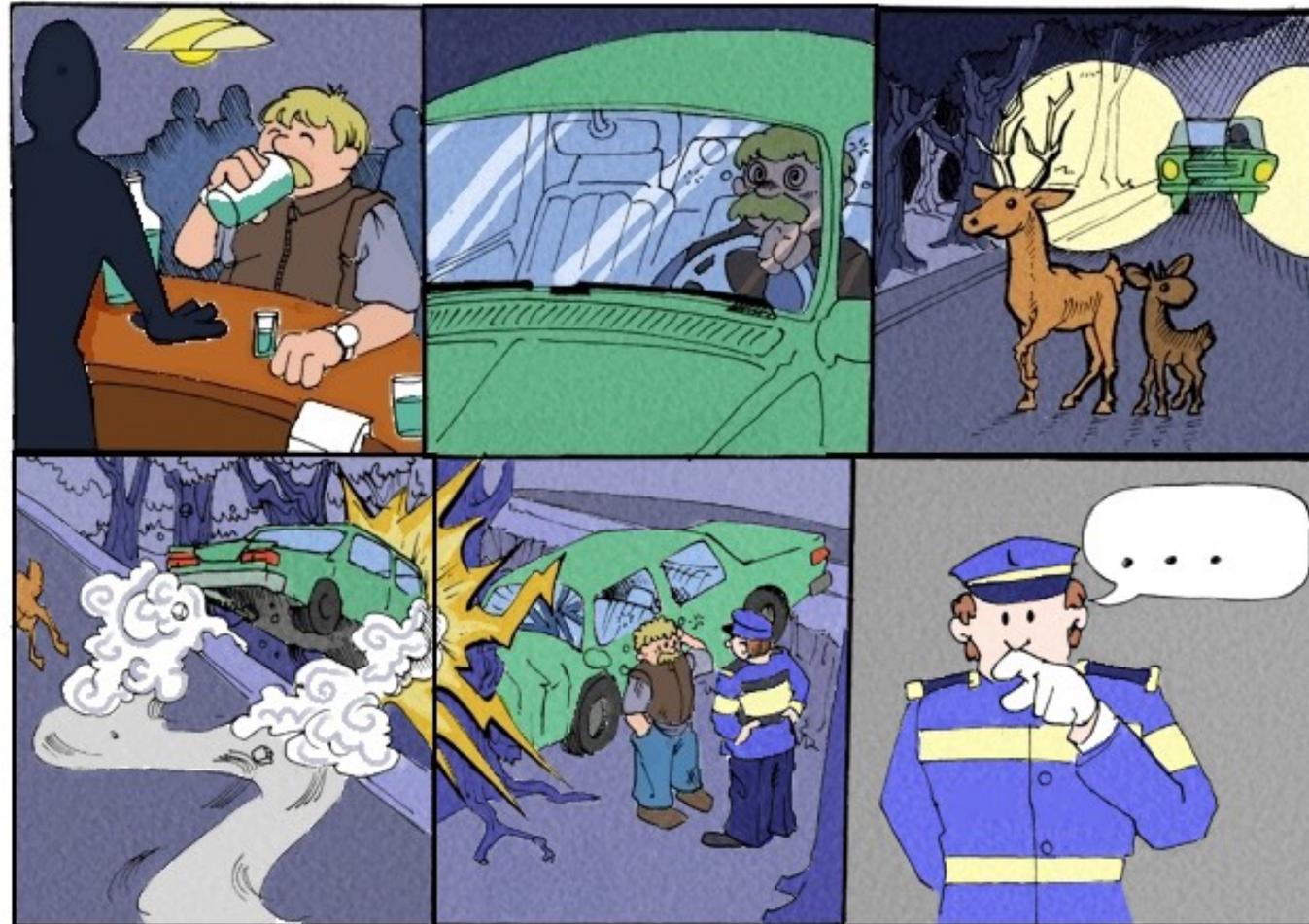
Que pense vraisemblablement le policier? A-t-il totalement raison ou seulement partiellement?



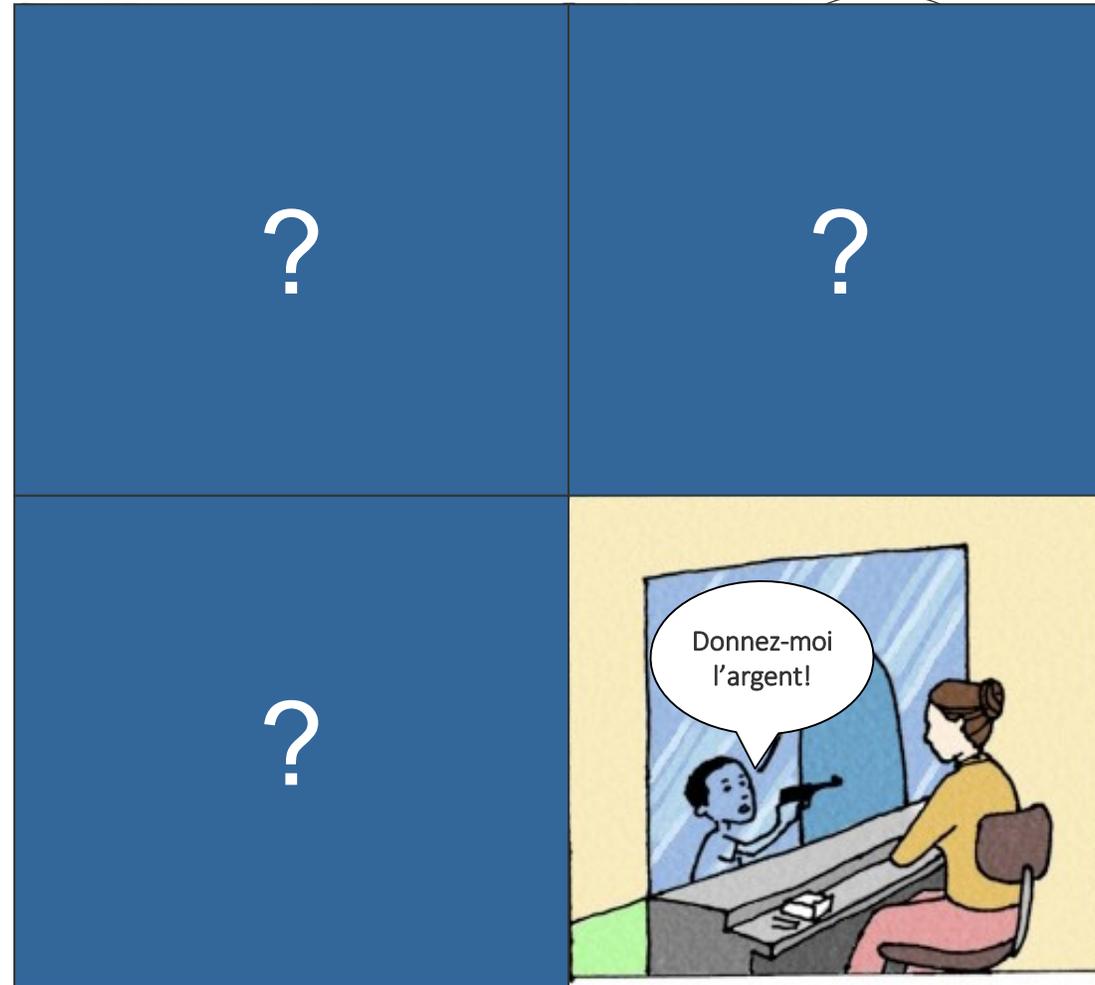
Que pense vraisemblablement le policier? A-t-il totalement raison ou seulement partiellement?



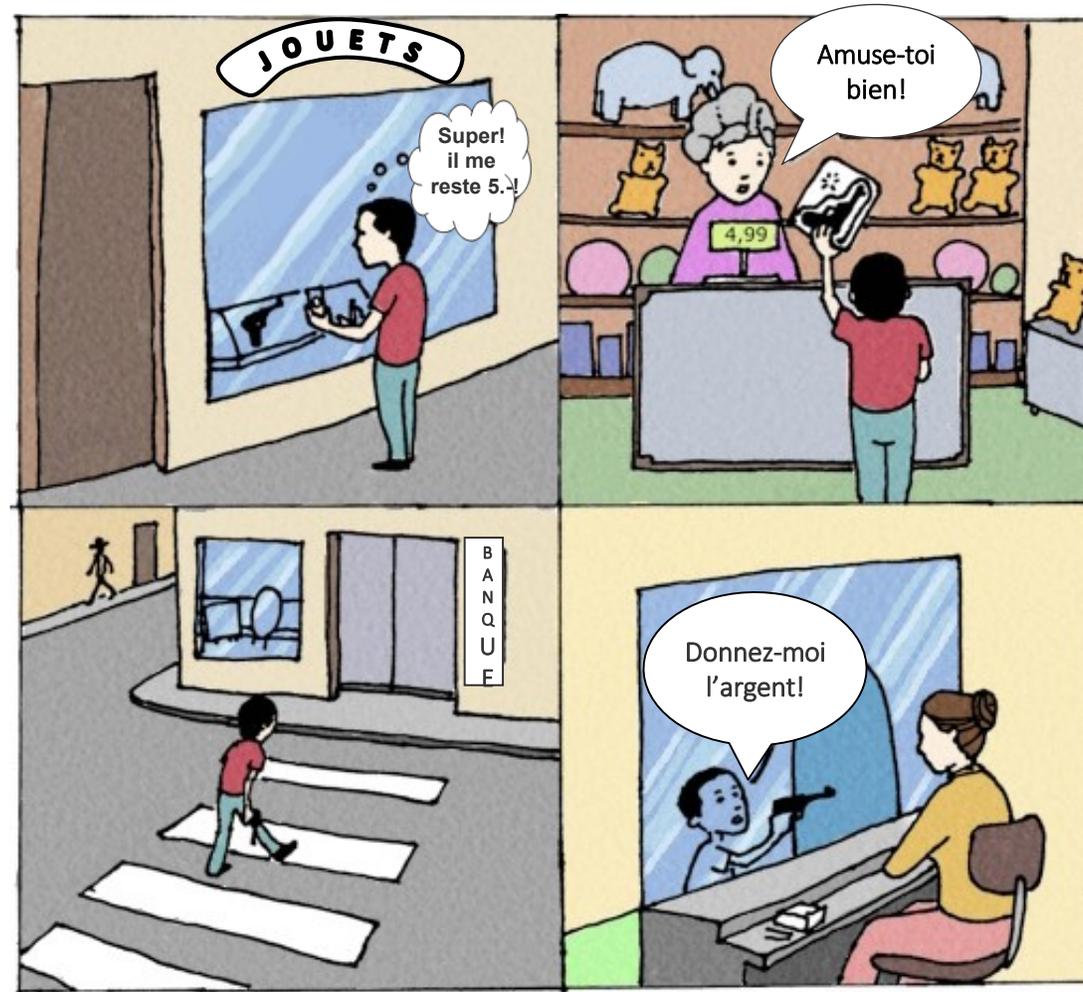
Que pense vraisemblablement le policier? A-t-il totalement raison ou seulement partiellement?



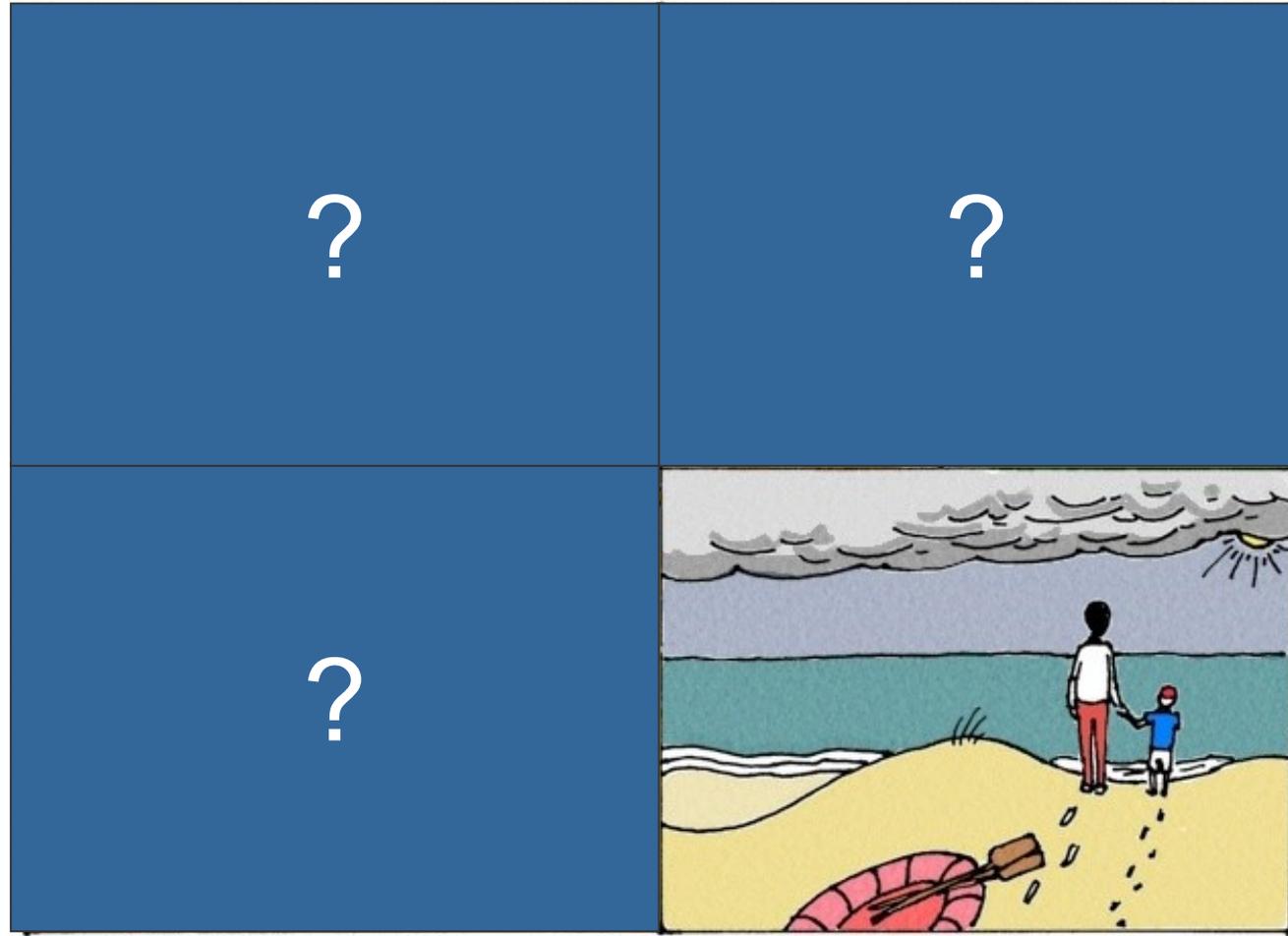
Que pense vraisemblablement le policier? A-t-il totalement raison ou seulement partiellement?



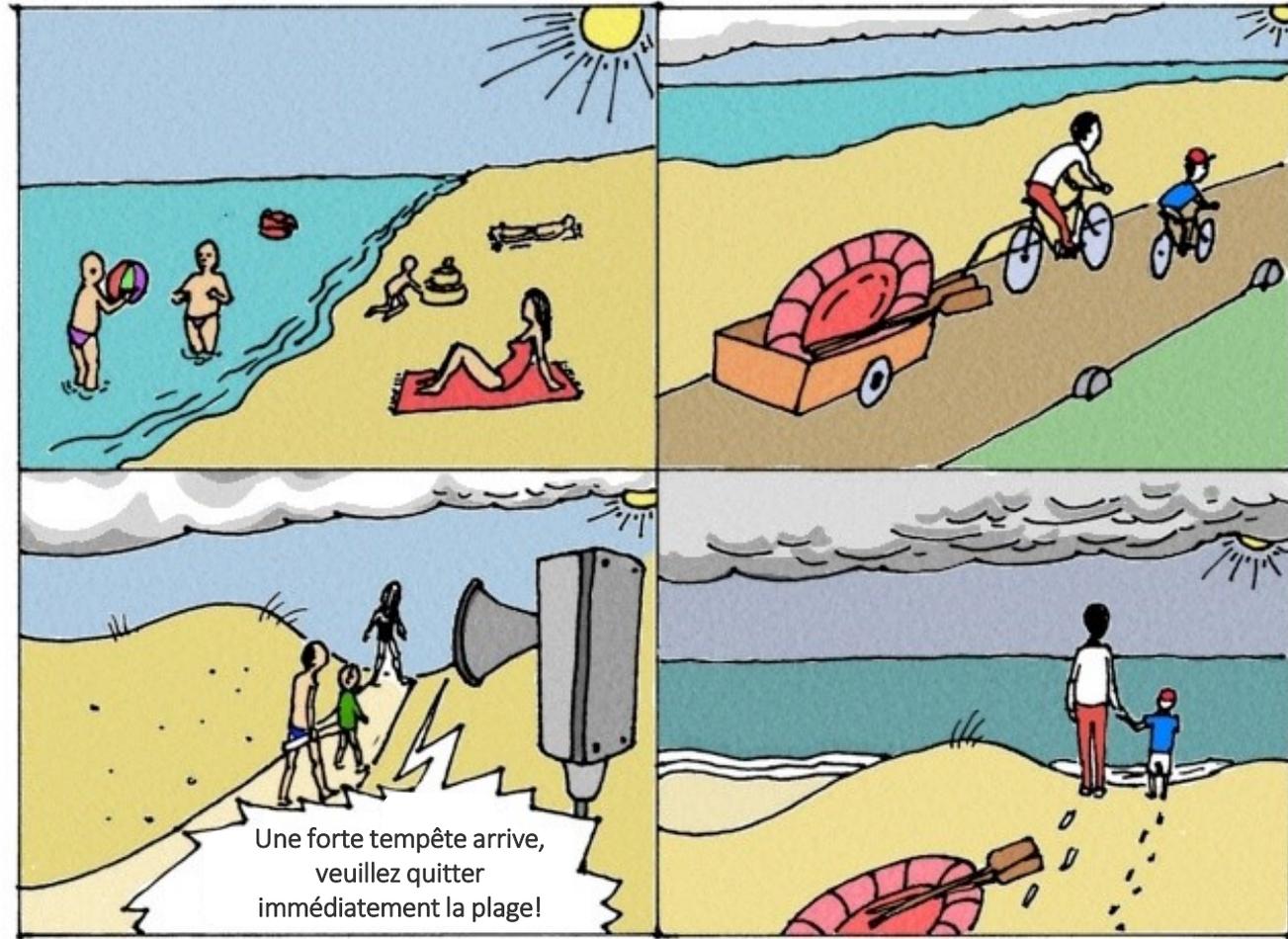
L'employée de banque a-t-elle peur?



L'employée de banque a-t-elle peur?



Est-ce que le père et son fils vont faire du bateau?



Est-ce que le père et son fils vont faire du bateau?



Facultatif: Clip vidéo

Facultatif: des présentations en clip vidéo qui aborde le sujet du module son disponible à l'adresse vidéo ci-dessous:

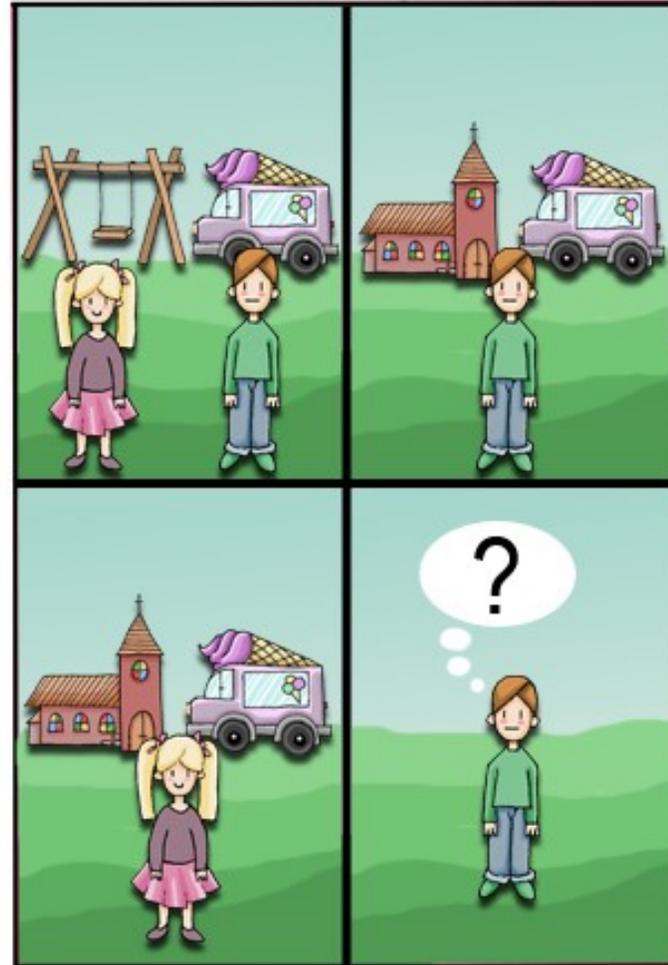
http://www.uke.de/mct_videos

Après l'extrait vidéo, vous pouvez discuter de comment il est lié au thème du jour.

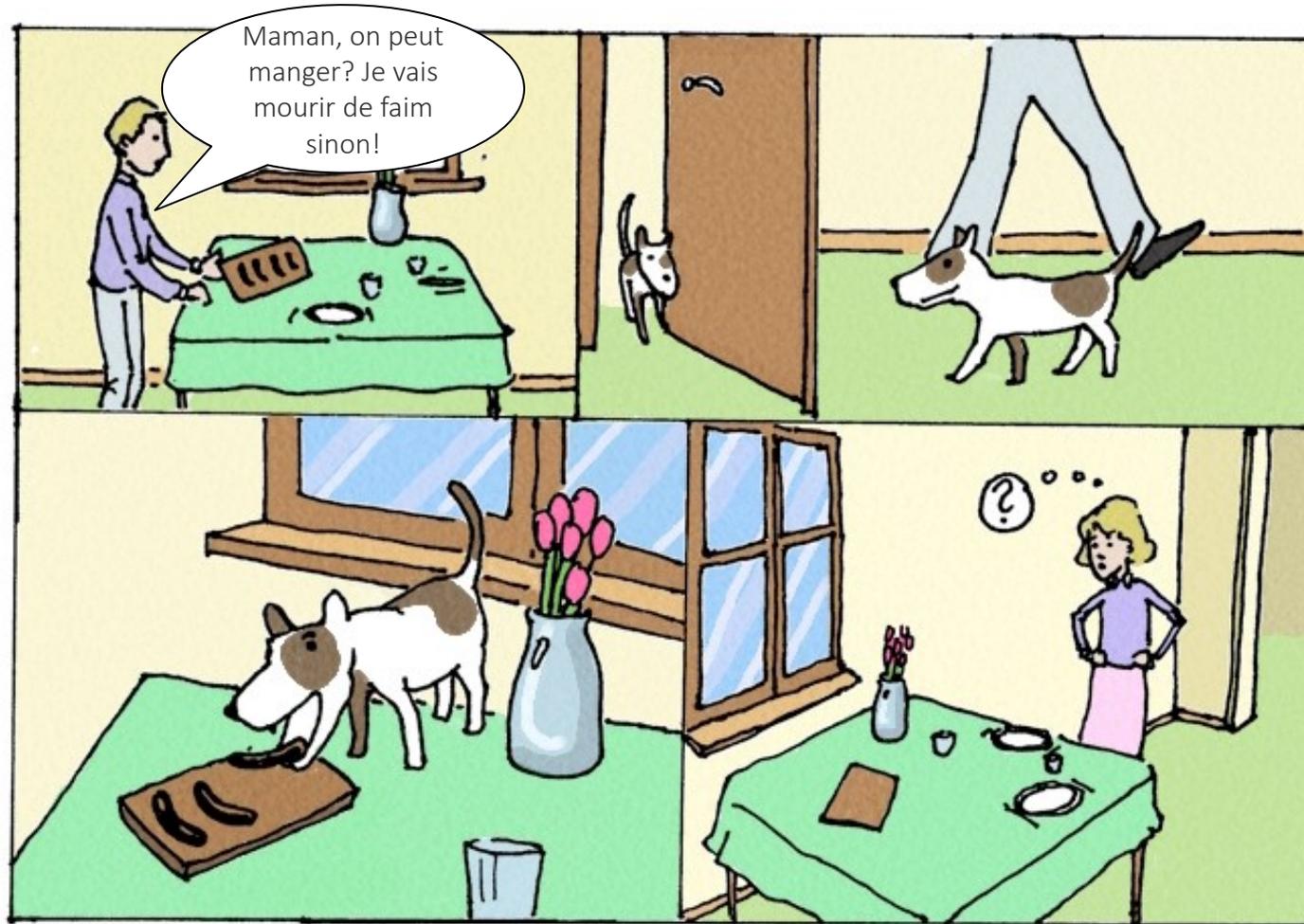
[pour les animateur:

Certains extraits de film utilise un langage qui peut ne pas être approprié pour toutes les audiences ou cultures. Veuillez visionner les vidéos avant de les montrer]

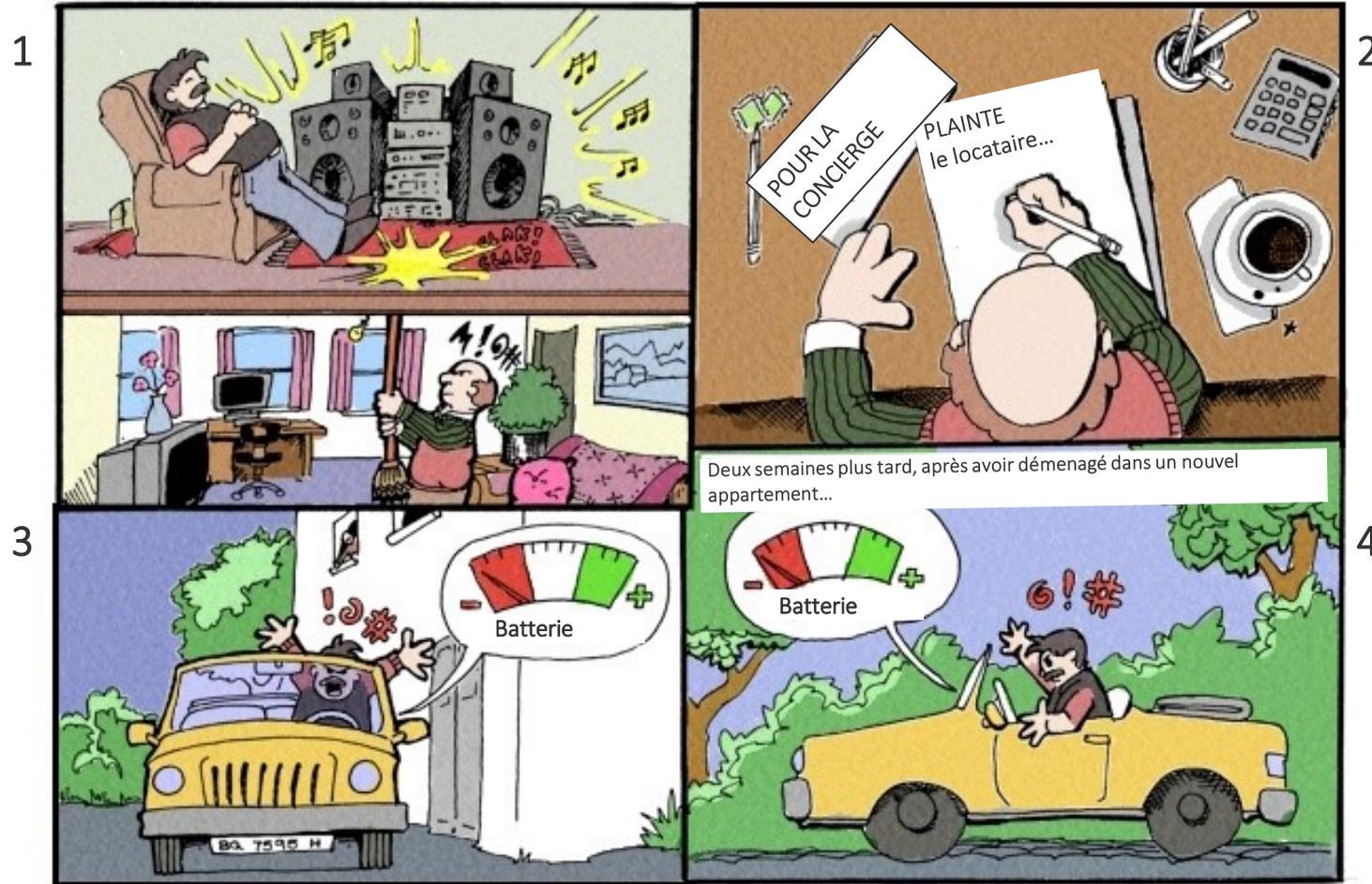




John se demande où Mary a vu la camionnette du glacier pour la dernière fois? Vers la place de jeu ou vers l'église?



Que pense la mère? ... a-t-elle raison?



Pourquoi la batterie est-elle vide la première et la seconde fois?



Transfert à la vie quotidienne

Buts de l'apprentissage:

- Beaucoup d'incompréhension et de conflits surviennent parce que les gens n'ont pas la même quantité d'informations (ex: si vous ne dites pas à vos amis que vous êtes vulnérable en ce moment, vous ne pouvez pas vous attendre à plus de considération!).



Transfert à la vie quotidienne

Buts de l'apprentissage:

- Beaucoup d'incompréhension et de conflits surviennent parce que les gens n'ont pas la même quantité d'informations (ex: si vous ne dites pas à vos amis que vous êtes vulnérable en ce moment, vous ne pouvez pas vous attendre à plus de considération!).
- Essayez d'évaluer les situations sociales complexes de différentes perspectives et considérez toutes les informations disponibles. Plus vous prenez en compte d'informations, plus votre jugement sera approprié.



Quel rapport avec la psychose ?

Durant la psychose, les gens (mais pas toutes!) risquent de mal interpréter ou de sur-interpréter les expressions faciales et les actions.

Exemple: en public, Matthias a souvent l'impression qu'on se moque de lui!

Contexte: après être descendu d'avion Matthias entre dans le hall d'un aéroport après la douane; des gens attendent là, ils regardent dans sa direction, et deux d'entre eux commencent à rire fortement.

Mais: toutes les personnes qui attendent sont naturellement en train de regarder celles qui arrivent, parce qu'elles viennent chercher leurs amis ou leurs clients. Les deux personnes qui rient ne se sont probablement pas vues depuis longtemps et échangent leurs souvenirs de vacances.

«Se tromper est humain»– Prenez toujours en compte d'autres points de vue.



Merci de votre attention!

Pour les animateurs:

Distribuez les feuilles de travail. Présentez notre application COGITO (à télécharger gratuitement).



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 |
|---|-------------------|----------------------------------|--|--|
| Llima | 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 |