



Entraînement métacognitifs (MCT)

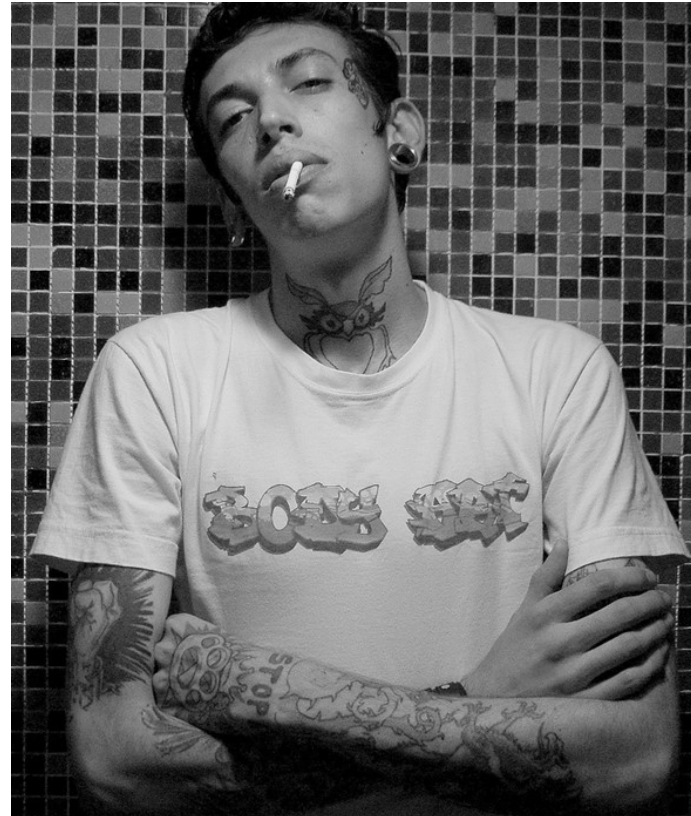
MCT 6 B BADE – Être empathique... II

© 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?



langage?



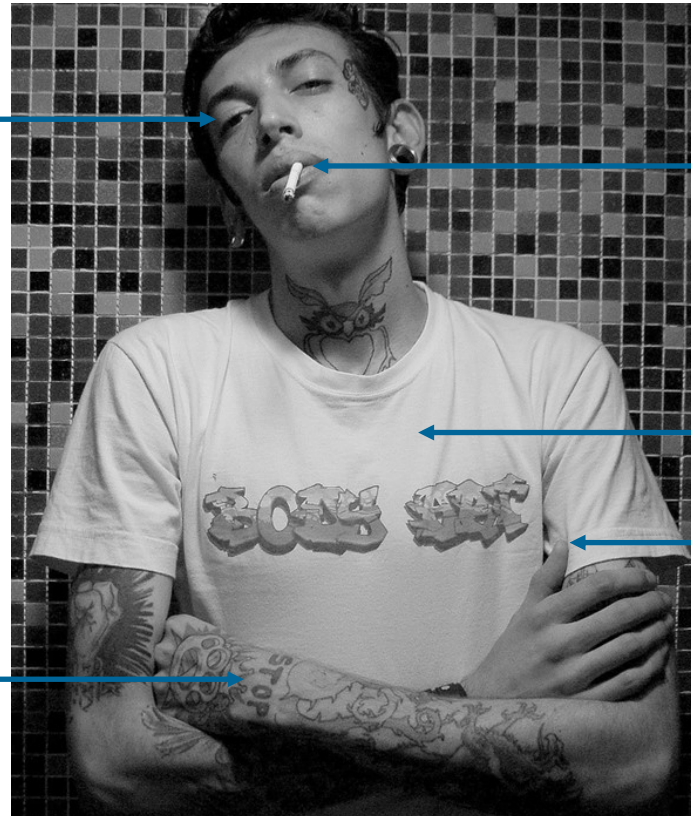
vêtements?



mains?



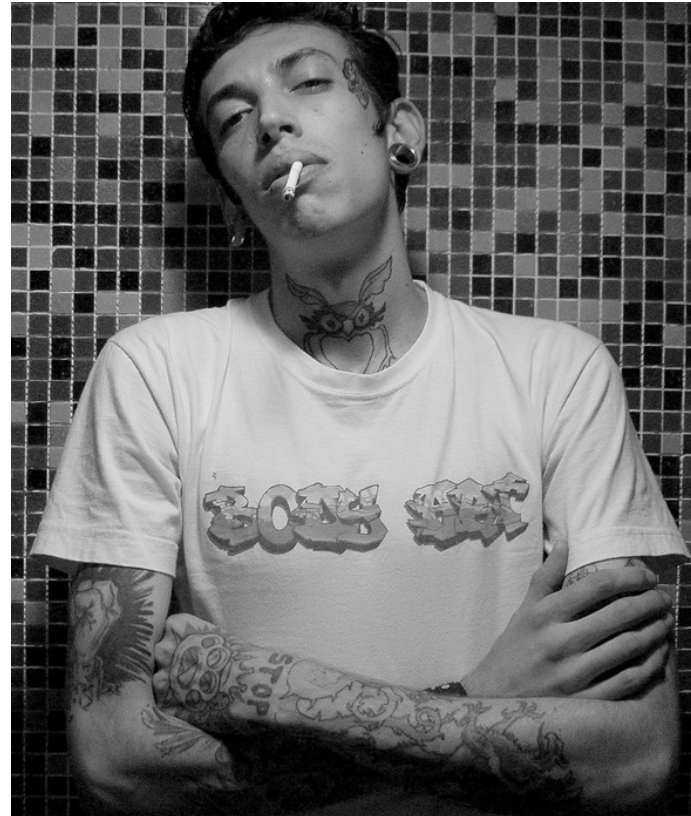
langage du corps/
tenue?



autres?...



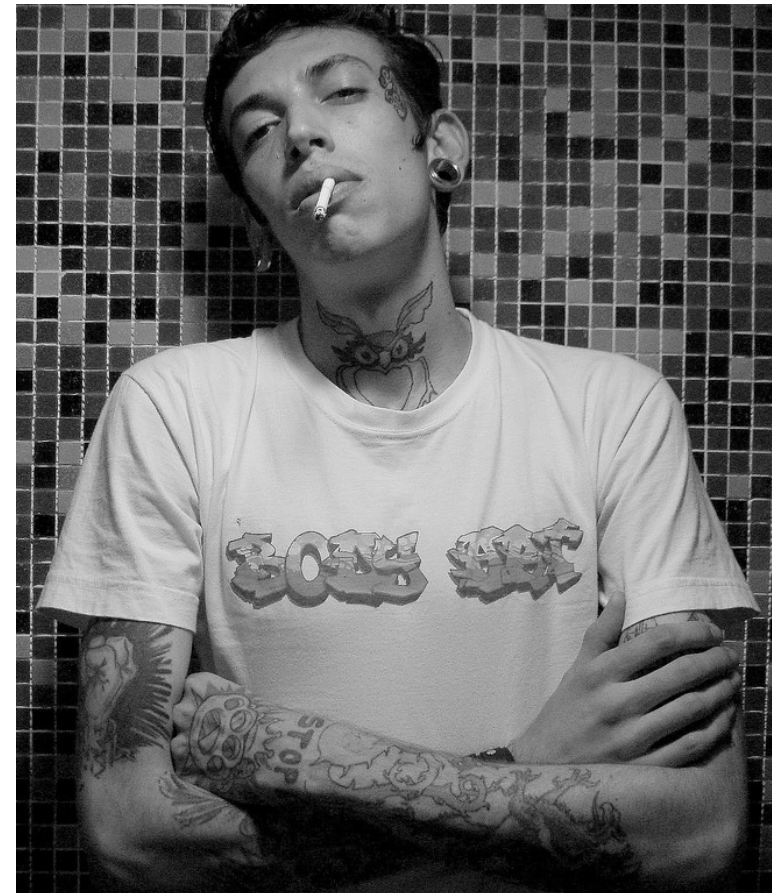
Quelles autres sources d'information peut-on considérer?
Quel est le degré de fiabilité de ces informations?





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. les motocyclistes.
- Intuition.
- Quelque chose d'écrit : par exemple, par e-mail ou discussion sur internet.





Avantages et désavantages de certaines questions sociales

Après avoir discuté les aspects contribuant au jugement d'une personne, nous voulons maintenant nous centrer sur les forces et faiblesses des questions sociales.



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

Langage corporel

Exemple:



Prier ou geler?

Indices importants:

???

Attention:

???



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

Langage corporel

Exemple:



Prier ou geler?

Indices importants:

- Les gestes et la posture peuvent accentuer les mots, ex: serrer les dents quand on est en colère, lever la main pour saluer, baisser la tête pour prier.
- Les signes indirects ont souvent un sens: des gestes désordonnés peuvent indiquer la nervosité (cependant ils peuvent être le fait de différences culturelles) l'affaissement peut être le signe d'une faible confiance en soi.

Attention:

???



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

Langage corporel

Exemple:



Prier ou geler?

Indices importants:

- Les gestes et la posture peuvent accentuer les mots, ex: serrer les dents quand on est en colère, lever la main pour saluer, baisser la tête pour prier.
- Les signes indirects ont souvent un sens: des gestes désordonnés peuvent indiquer la nervosité (cependant ils peuvent être le fait de différences culturelles) l'affaissement peut être le signe d'une faible confiance en soi.

Attention:

- Le langage du corps peut mener à une fausse interprétation. Ex: Quelqu'un qui semble avoir confiance en lui peut juste se mettre en avant. Une difformité posturale peut faire penser qu'une personne a une faible confiance en elle.



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

Langage corporel



Exemple:

«Ne travaille pas trop dur»

→ sarcasme, sympathie, phrase vide de sens?

Indices importants:

???

Attention:

???



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

Langage corporel



Exemple:

«Ne travaille pas trop dur»

→ sarcasme, sympathie, phrase vide de sens?

Indices importants:

- Souvent on pense plus à ce qu'on écrit qu'à ce qu'on dit!

Attention:

???



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

Langage corporel



Exemple:

«Ne travaille pas trop dur»

→ sarcasme, sympathie, phrase vide de sens?

Indices importants:

- Souvent on pense plus à ce qu'on écrit qu'à ce qu'on dit!

Attention:

- Parfois il faut lire entre les lignes pour comprendre la signification. Cependant ça peut mener à des conclusions incorrectes!
- Une nouvelle étude montre que les personnes qui écrivent des e-mail et celles qui les lisent ont une grande confiance dans le ton (par ex. l'ironie) d'un même e-mail. En réalité il n'y a que 56 % de congruence ce qui est à peine plus que le hasard.



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

Les connaissances antérieures à propos d'un peuple ou d'une culture (préjugés)



Typiquement allemand ou typiquement turc?

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'un peuple ou d'une culture (préjugés)



Typiquement allemand ou typiquement turc?

Indices importants:

- Connaître une culture ou un groupe ethnique différent aide à comprendre les personnes qui appartiennent à ce groupe. Chaque culture a ses règles sociales non écrites.

Attention:

???



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

Les connaissances antérieures à propos d'un peuple ou d'une culture (préjugés)



Typiquement allemand ou typiquement turc?

Indices importants:

- Connaître une culture ou un groupe ethnique différent aide à comprendre les personnes qui appartiennent à ce groupe. Chaque culture a ses règles sociales non écrites.

Attention:

- Les gens agissent souvent de manière non stéréotypée! Les personnes qui ont une certaine foi ou qui viennent d'un certain pays peuvent être confrontés à des préjugés (ex: les musulmans sont fanatiques; les américains des USA sont arrogants et ne mangent que de la mauvaise nourriture).



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 personnes (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 personnes (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 dans la psychose - exemples

Événement	Explication durant la psychose	Autres explications
Après que le docteur vous aie parlé, il a rigolé avec l'infirmière.	"Ils se moquent de moi."	C'est une pure coïncidence, le docteur et l'infirmière étaient en train de parler d'autre chose.
Un passant vous regarde à deux reprises et se retourne ensuite.	<i>Vous êtes convaincu que l'homme vous poursuit.</i>	Le passant est fâché, parce que vous avez eu l'air horrifié lorsqu'il vous a observé une première fois. Il se retourne pour savoir ce qui ne va pas.
Quelqu'un d'autre cligne des yeux devant vous.	Ce code morse est un signal d'alarme.	La personne est éblouie par le soleil; une coïncidence, un intérêt.

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.

Important:

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



Exercice

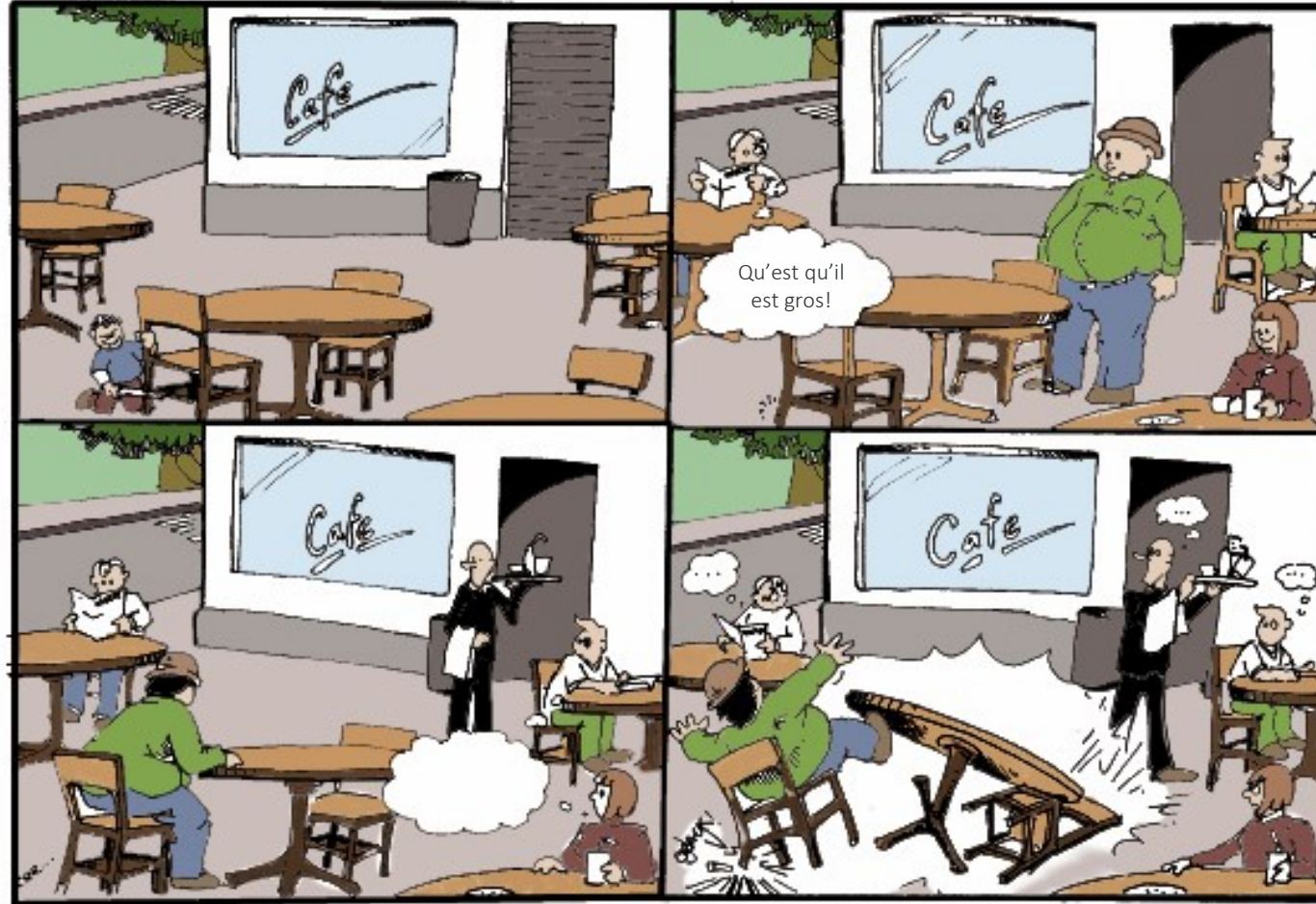
- Des bandes dessinées vont vous être présentées.
- S'il vous plaît, discutez de ce que les personnages dans l'histoire pensent des autres.

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?



Exemple: un homme en surpoids tombe d'une chaise

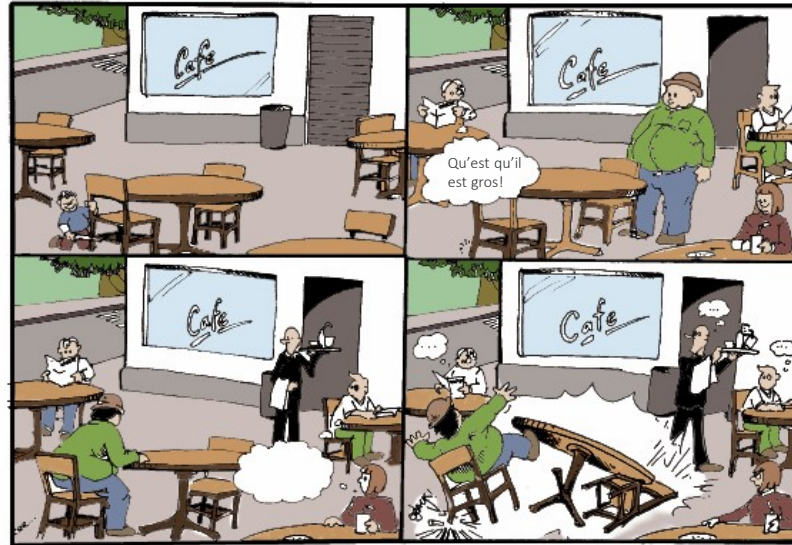


Qu'est-ce que les gens peuvent penser...ont-ils raison?



Un homme en surpoids tombe d'une chaise

Qu'est-ce que la plupart des gens pensent ?



Probable: L'homme est trop lourd pour la chaise.

Moins probable: L'homme s'est incliné sur sa chaise; la chaise est trop fragile

Pensée très improbable mais VRAIE!: La chaise a été coupée avec une scie; c'est une pensée très improbable parce que personne n'a observé le garçon scier la chaise à la première image!



Allons-y!



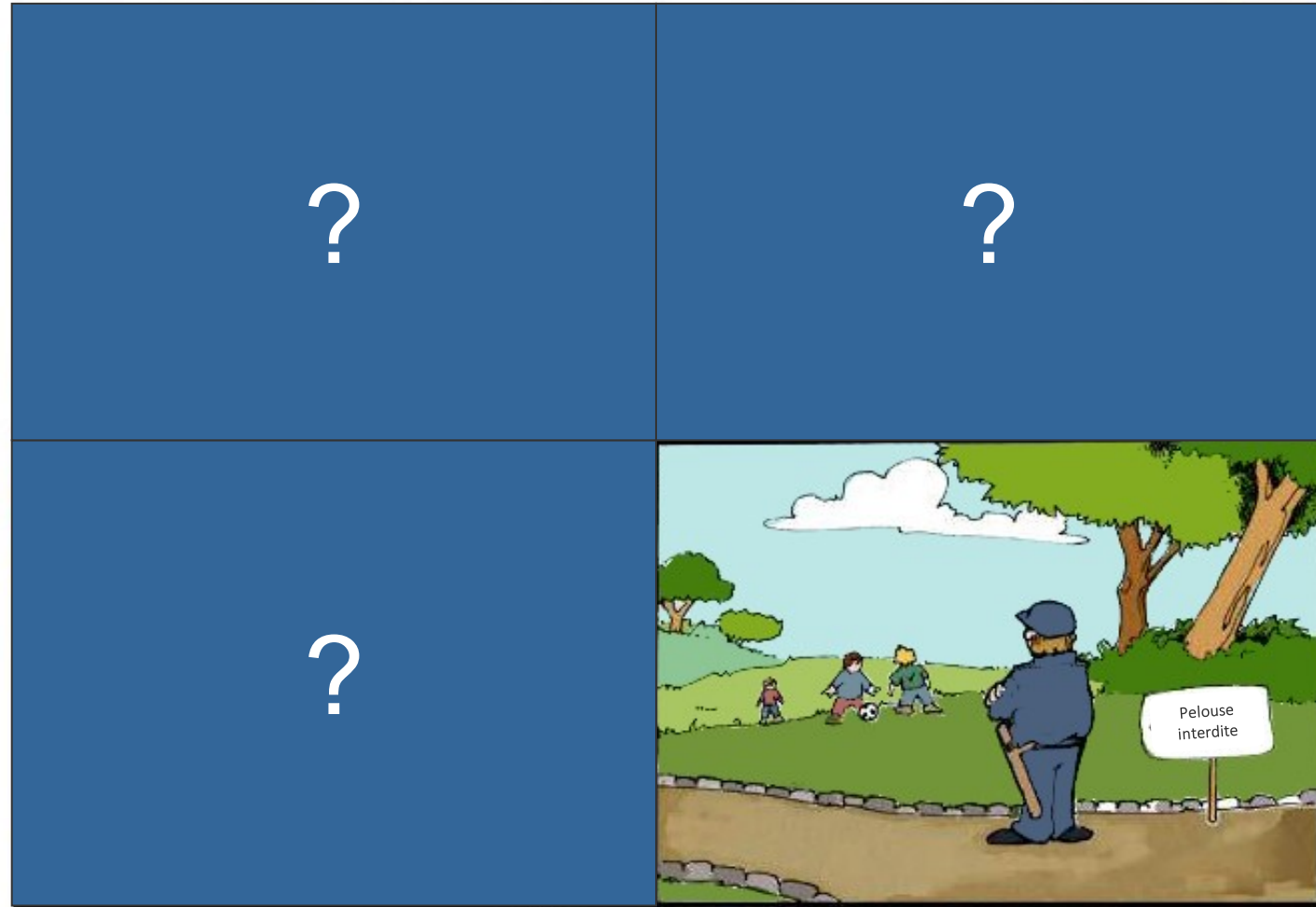
Qu'éprouve probablement la femme dans cette situation?



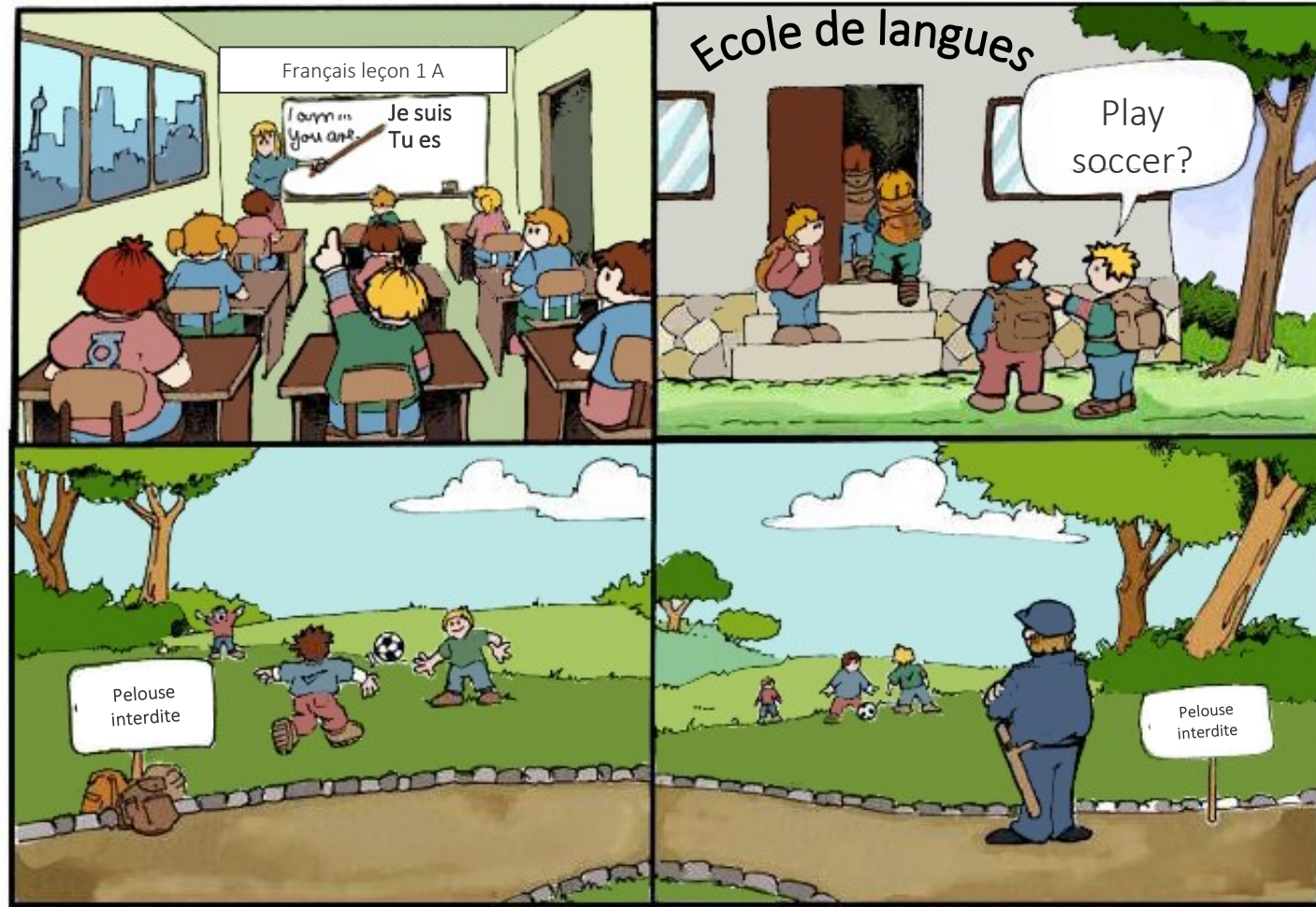
Que pense l'homme?



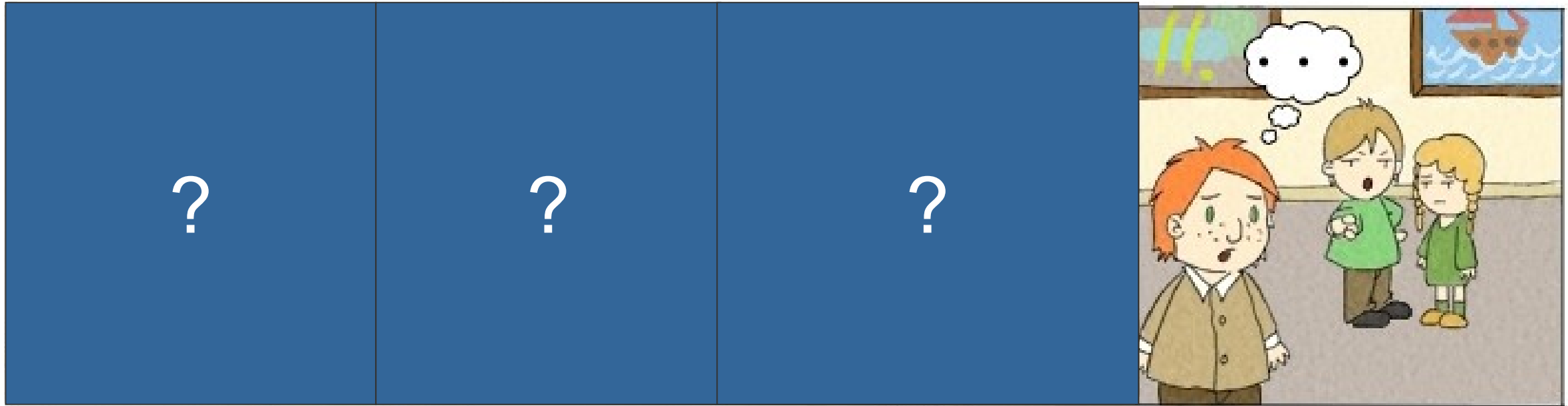
Que pense l'homme?



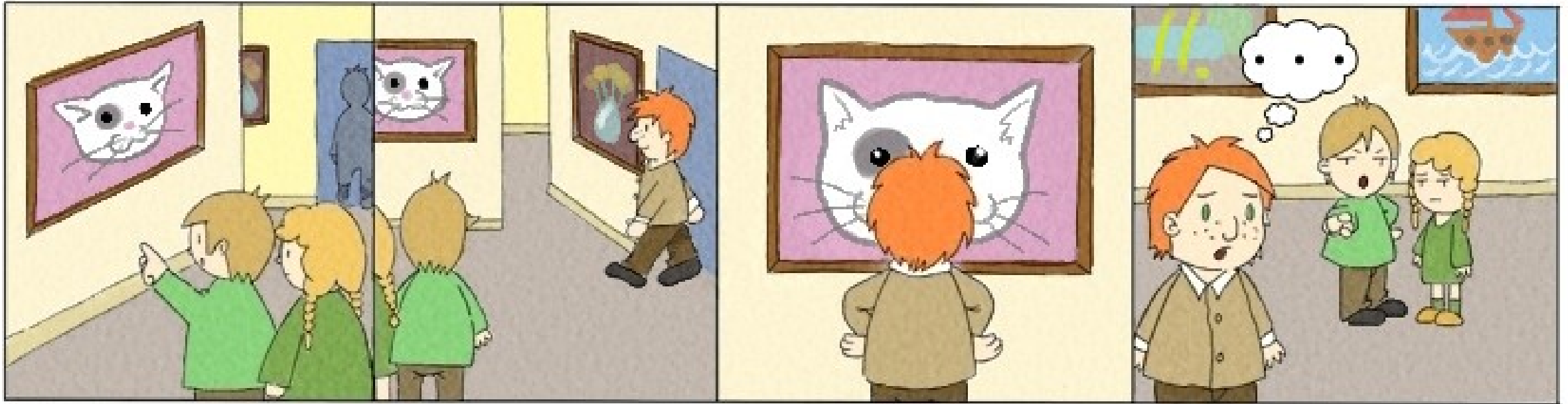
Qu'est-ce que le gardien va penser? A-t-il raison ?



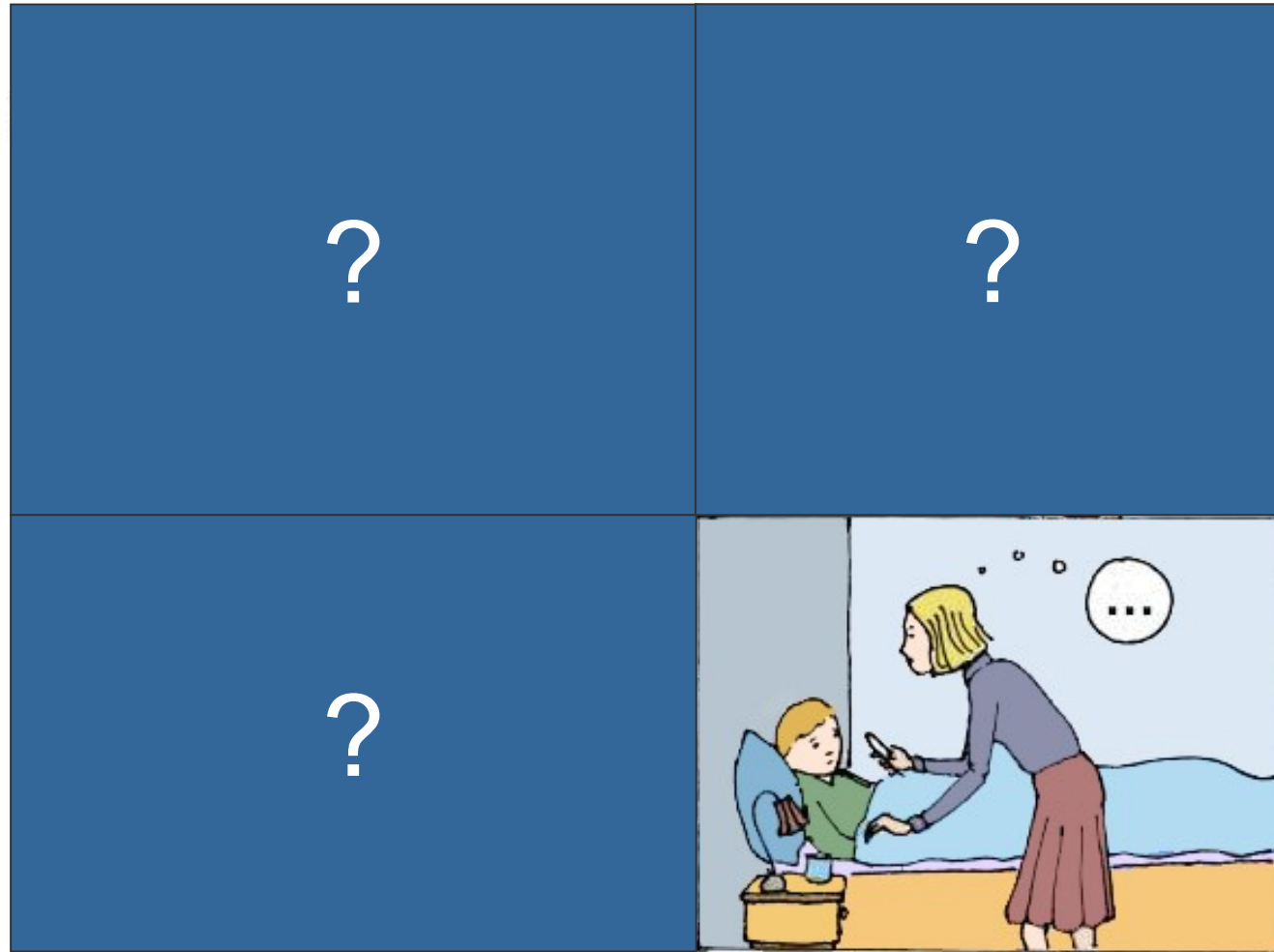
Qu'est-ce que le gardien va penser? A-t-il raison ?



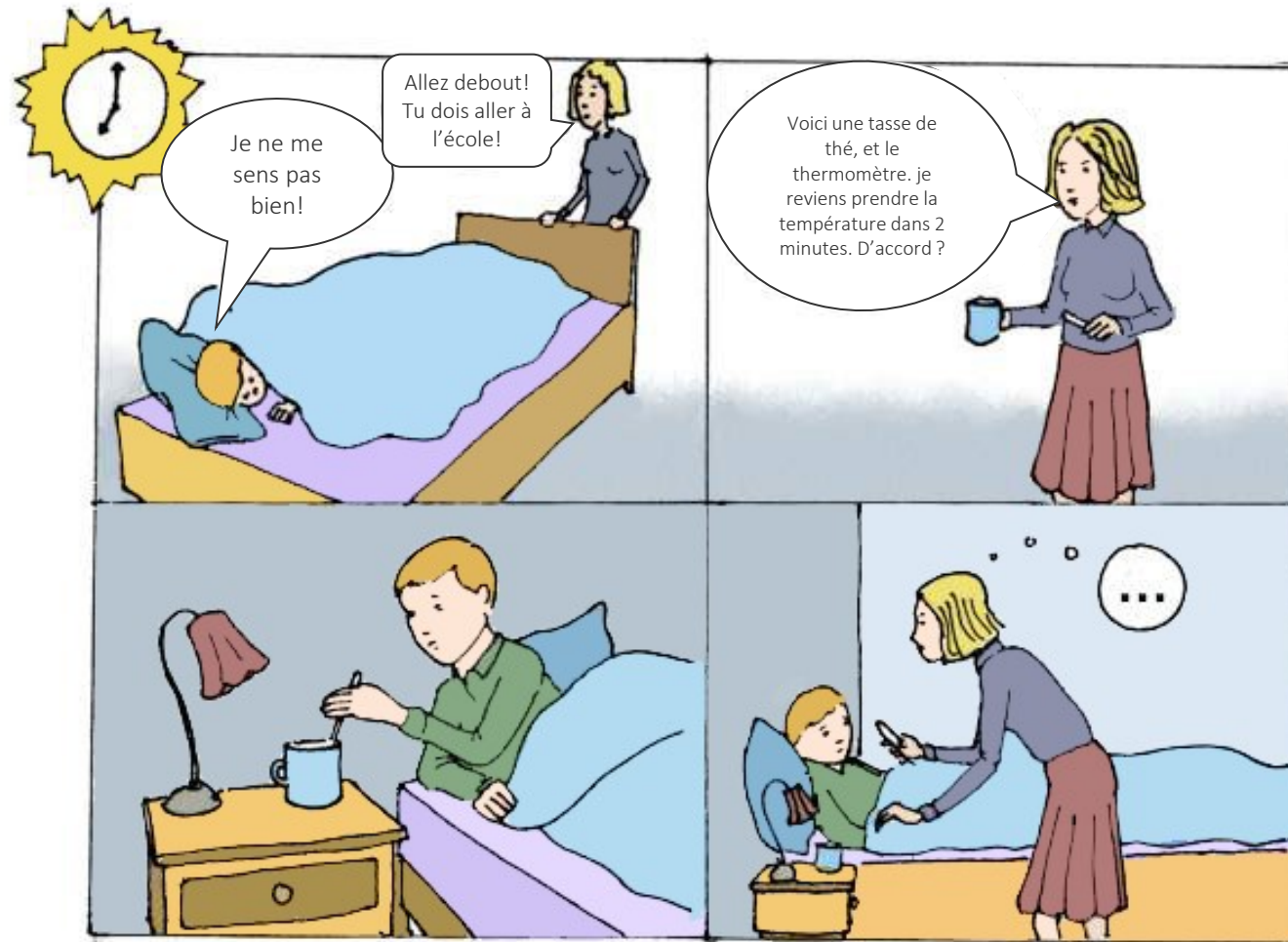
Que pense vraisemblablement l'homme devant la peinture?... A-t-il raison?



Que pense vraisemblablement l'homme devant la peinture?... A-t-il raison?



Que pense la mère? A-t-elle besoin d'informations supplémentaires pour en être sûr?



Que pense la mère? A-t-elle besoin d'informations supplémentaires pour en être sûr?



Facultatif: Clip vidéo

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

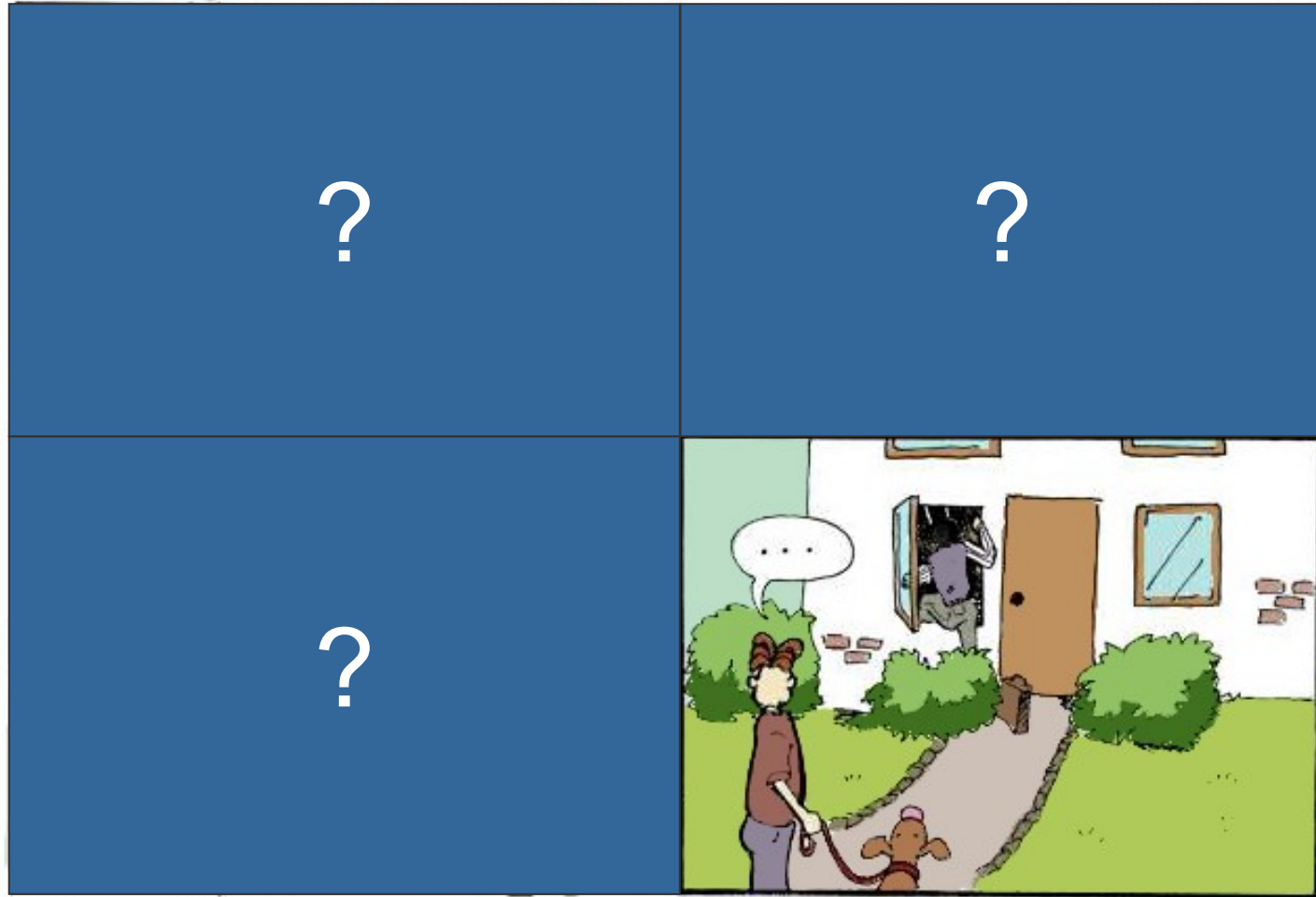
http://www.uke.de/mct_videos

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

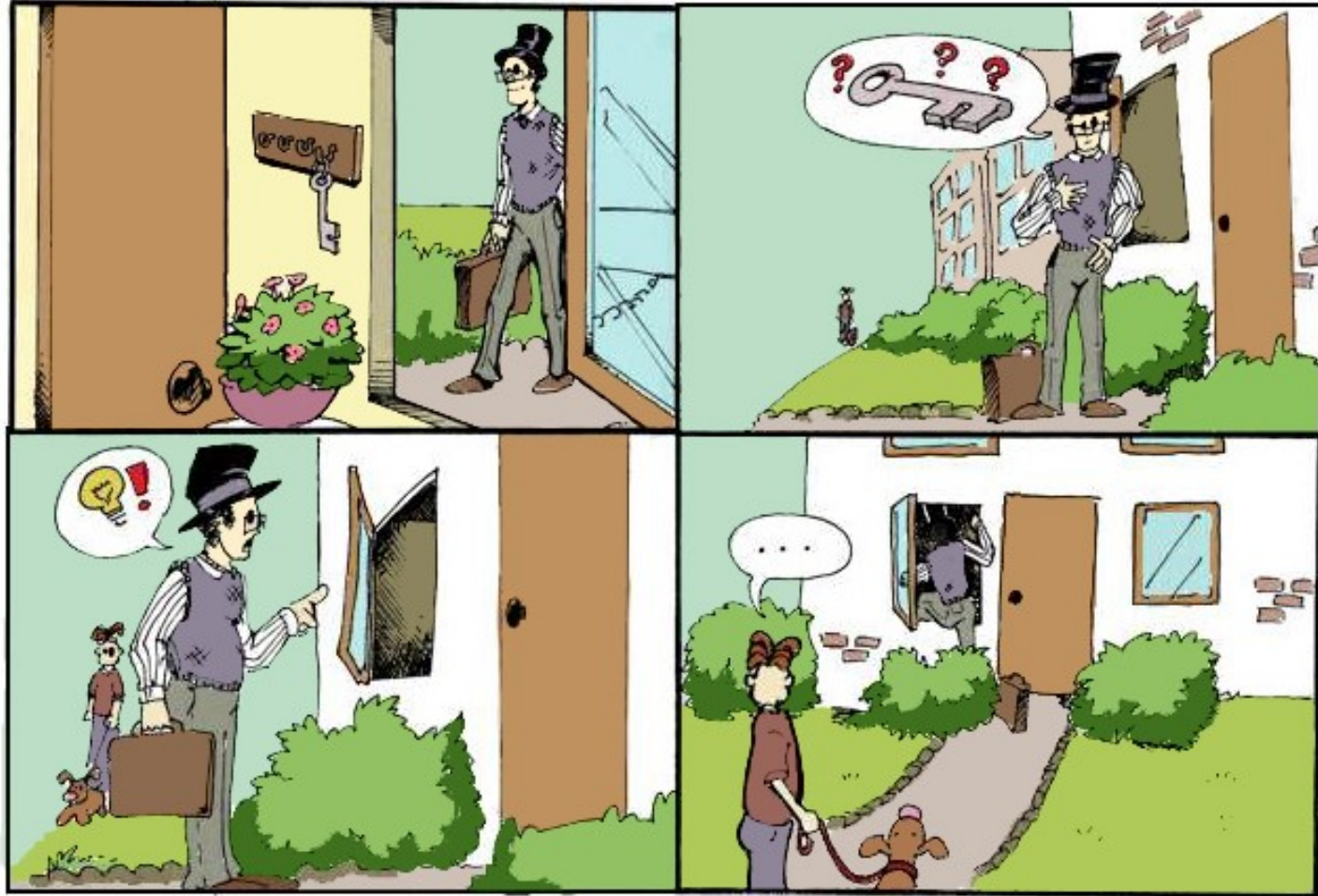
[pour les animateur:

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]





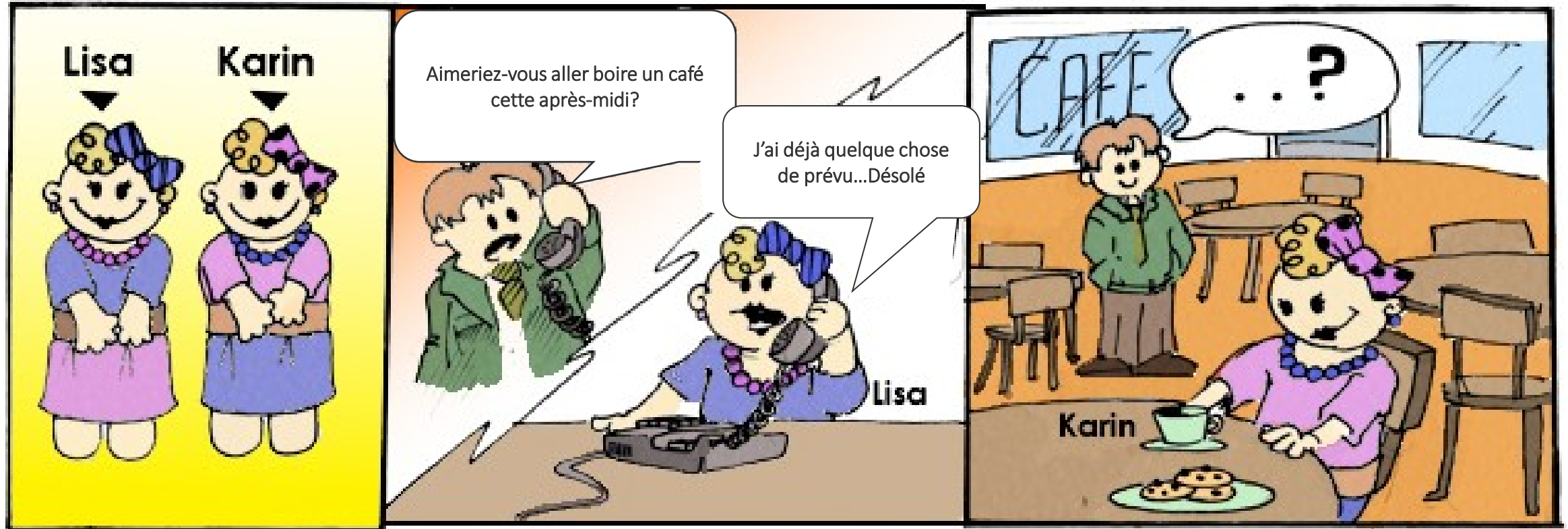
Que pense le promeneur?



Que pense le promeneur?



Que peut penser l'homme sur l'image N° 3?



Que peut penser l'homme sur l'image N° 3?



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 prendrez d'informations en compte, plus votre jugement sera approprié.



Quel rapport avec la psychose ?

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

Exemple: Nadine se sent dévisagée, elle pense: “Ils vont m’avoir.”

Contexte: Nadine a peur depuis des semaines et elle porte des lunettes de soleil comme déguisement.

Mais: à cause de son comportement particulier elle attire l’attention.

«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
Lili Vieira de Carvalho	flickr	Tattoo poser	CC	Rocker
---	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Praying – being cold/Beten - Frieren
Muffet	flickr	letters	CC	Written statements (old, handwritten letters)/Schriftliche Äußerung (alte, handgeschriebene Briefe)
don2g	flickr	turkish parade	CC	„typical turkish/muslim?“ (turkish parade)/„Typisch türkisch?“ (türkische Parade)
stephcarter	flickr	Froehliche Weihnachten!!! (Day 44)	CC	„typical german?“ (woman in dirndl dress)/„Typisch deutsch?“ (Frau in Dirndl)
Verena Jung	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	
Britta Block	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Comic strip: library/Bildergeschichte: Bücherei
M.A./Christin Hoche	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Comic strips: car, illness/Bildergeschichten Auto, Krankheit
L. Müller	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Comic strip: museum/Bildergeschichte: Museum
Marina Ruiz-Villarreal	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Comic strip: overweight man, football, burglary, twins/Bildergeschichten: dicker Mann, Fußball, Einbruch, Zwillinge