



Metakognitivni Trening (MKT)

MKT 6 A – Sposobnost da se zamisli i podijeli osjećanje druge osobe... II

© Moritz, Woodward & Deljković (11|22)

www.uke.de/mct





Kad nekoga upoznate. Gdje prvo gledate? Koliko su ovi znaci dobri za dobru procjenu?





Kad nekoga upoznate. Gdje prvo gledate? Koliko su ovi znaci dobri za dobru procjenu?

Govor tijela/
držanje?

oči?

ruke?



govor?

odjeća?

drugo?...



Koje druge izvore informacija možete uzeti u obzir? Koliko su pouzdane?





Koje druge izvore informacija možete uzeti u obzir? Koliko su pouzdane?

- prethodno znanje o osobi (šta drugi kažu): na primjer prijateljevo opažanje
- pređašnje znanje o sličnoj osobi/grupi: npr. *reper*
- “unutrašnje osjećanje”/intuicija
- nešto napisano: na primjer iz email-ova, internet čatova






Prednosti i mane određenih socijalnih znakova

Pošto smo prethodno diskutovali o aspektima vezanim za procjenjivanje osobe, sada se želimo fokusirati na snazi i slabosti ovih socijalnih znakova.



Molimo Vas diskutujte o prednostima i manama sledećih znakova za donošenje mišljenja o nekoj osobi

<p>Jezik: Šta neko kaže i kako to kažu</p> 	<p>Važan znak: ???</p>
<p>Primjer:</p> <div data-bbox="129 929 838 1168" style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> <p>Narod nema hljeba... zašto ne jedu kolače umjesto?</p> </div> <p>Pripisano Mariji Antoaneti (1755-1793); sarkazam, naivnost, neupućenost o životnim uslovima sirotinje?</p>	<p>Pažnja: ???</p>



Molimo Vas diskutujte o prednostima i manama sledećih znakova za donošenje mišljenja o nekoj osobi

Jezik:
Šta neko kaže i kako to kažu



Važan znak:

Sadržaj: jezik je veoma bitan za direktnu komunikaciju.

Ton: Intonacija (sarkastičan, samozadovoljan), izbor riječi (arogantan, činjeničan itd.) ti mogu reći mnogo o nekome.

Primjer:

Narod nema hljeba...
zašto ne jedu kolače
umjesto?

Pripisano Mariji Antoaneti (1755-1793);
sarkazam, naivnost, neupućenost o životnim
uslovima sirotinje?

Pažnja:

???



Molimo Vas diskutujte o prednostima i manama sledećih znakova za donošenje mišljenja o nekoj osobi

Jezik:
Šta neko kaže i kako to kažu



Važan znak:

Sadržaj: jezik je veoma bitan za direktnu komunikaciju.

Ton: Intonacija (sarkastičan, samozadovoljan), izbor riječi (arogantan, činjeničan itd.) ti mogu reći mnogo o nekome.

Primjer:

Narod nema hljeba...
zašto ne jedu kolače
umjesto?

Pripisano Mariji Antoaneti (1755-1793);
sarkazam, naivnost, neupućenost o životnim
uslovima sirotinje?

Pažnja:

Sadržaj: Usljed pristojnosti i pogrešnih shvatanja, često postoji razlika između onoga šta ljudi misle i šta trenutno kažu.

Ton: Neki ljudi odaju malo emocija kad pričaju – iako su emotivni (“bezizražajan humor”; Parkinsonova bolest).



Molimo Vas diskutujte o prednostima i manama sledećih znakova za donošenje mišljenja o nekoj osobi

Prethodno znanje o nekoj osobi



Značajan znak:

???

Pažnja:

???



Molimo Vas diskutujte o prednostima i manama sledećih znakova za donošenje mišljenja o nekoj osobi

Prethodno znanje o nekoj osobi



Značajan znak:

- Prethodno znanje o osobi može pomoći u donošenju suda o osobi, posebno ako ste tu osobu sreli ranije u sličnoj situaciji.

Pažnja:

???



Molimo Vas diskutujte o prednostima i manama sledećih znakova za donošenje mišljenja o nekoj osobi

Prethodno znanje o nekoj osobi



Značajan znak:

- Prethodno znanje o osobi može pomoći u donošenju suda o osobi, posebno ako ste tu osobu sreli ranije u sličnoj situaciji.

Pažnja:

- Ljudi se mogu različito ponašati zavisno od situacije ili njihovog trenutnog raspoloženja ili samo zbog slučajnosti. Niko nije uvijek srećan odnosno tužan ili dobar odnosno zao u svakoj situaciji. Neko može biti jako otvoren sa svojom porodicom i u isto vrijeme veoma stidljiv sa prijateljima – ili suprotno. Nekad čak možete biti iznenađeni samim sobom.



Molimo Vas diskutujte o prednostima i manama sledećih znakova za donošenje mišljenja o nekoj osobi

Intuicija



Kažu da psi imaju sposobnost da osjete da li ljudi imaju prijeteću pozu ili ne.

Važan znak:

???

Pažnja:

???

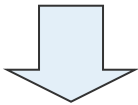


Molimo Vas diskutujte o prednostima i manama sledećih znakova za donošenje mišljenja o nekoj osobi

Intuicija



Zabavan , zastrašujuć?
Zavisi od vašeg raspoloženja!



Strah

Zadovoljstvo



npr. Horor film
("It")



Sjećanje iz cirkusa

Važan znak:

- Intuicija se može razumjeti kao znanje bazirano na iskustvu. Nekad je naš instinkt bolji nego razmišljanje!

Pažnja:

???

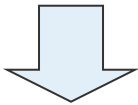


Molimo Vas diskutujte o prednostima i manama sledećih znakova za donošenje mišljenja o nekoj osobi

Intuicija



Zabavan , zastrašujuć?
Zavisi od vašeg raspoloženja!



Strah

Zadovoljstvo



npr. Horror film
("It")



Sjećanje iz cirkusa

Važan znak:

- Intuicija se može razumjeti kao znanje bazirano na iskustvu. Nekad je naš instinkt bolji nego razmišljanje!

Pažnja:

- Naše trenutne emocije mogu uticati na percepcije/mišljenje; primjeri:
 1. **Ljutnja:** sklonost osjećanju neshvatanja; nepovjerenja
 2. **Depresija:** sve izgleda "crnje" nego što u stvari jeste.
- trebamo slušati naše instinkte ali im ne trebamo slijepo vjerovati.



Izgled i realnost!

... ne može se potpuno vjerovati pojedinačno ni jednom od prethodno diskutovanih aspekata (npr. jezik)!

Moraju se uzeti u obzir svi aspekti!

U kombinaciji, pomažu u složenoj situaciji...



Zašto mi ovo radimo?

Studije pokazuju da mnogi (ali ne svi!) ljudi sa problemima u sferi mentalnog zdravlja (posebno sa psihozom) imaju probleme u sledećim poljima:

- Teškoće u otkrivanju i procjeni izraza lica drugih osoba (npr. sreća, tuga).



Zašto mi ovo radimo?

Studije pokazuju da mnogi (ali ne svi!) ljudi sa problemima u sferi mentalnog zdravlja (posebno sa psihozom) imaju probleme u sledećim poljima:

- Teškoće u otkrivanju i procjeni izraza lica drugih osoba (npr. sreća, tuga).
- Teškoće u predviđanju motiva/budućih aktivnosti drugih osoba iz trenutnog ponašanja.



Kako nedostatak empatije vodi pogrešnim tumačenjima tokom psihoze – primjeri

Događaj	Objašnjenje tokom psihoze	Druga objašnjenja
Čovjek u autobusu te dugo gleda.	Progonitelj se konačno otkriva.	Usled tvog sumnjičavog držanja (npr. Nošenje sunčanih naočara), sam si uzrokovao da te gledaju.
Šef kritikuje tvoje greške.	Ubjeđen si da će te otpustiti.	Šef je prejako odreagovao ali ne namjerava da te otpusti- generalno on je malo prgav.
Prijatelj čita članak u novinama o uspijehu u školi.	Cilja na loše ocjenama koje si imao u školi.	Čista slučajnost- prijatelj je zainteresovan člankom u novinama, ne zna o tvojim problemima u školi.

Da li bi neko podijelio kratko licno iskustvo?



Vježba

- Na sledećim slajdovima, vidjećete stripove.
- Molimo diskutujte šta likovi u priči mogu misliti jedni o drugima.



Vježba

- Na sledećim slajdovima, vidjećete stripove.
- Molimo diskutujte šta likovi u priči mogu misliti jedni o drugima.

Važno

- Morate napraviti razliku između informacija dostupnih vama i onih informacija koje likovi imaju jedni o drugima!
- Koja dodatna informacija je neophodna za dobijanje definitivnog odgovora?



Šta će djevojčica vjerovatno donijeti njenoj baki kao poklon za sledeći rođendan? Da li će baka biti oduševljena?



Bakin rođendan

Šta će djevojčica sledeće donijeti svojoj baki?



Vjerovatno: Ponovo kutiju pralina jer je baka bila toliko entuzijastična zadnji put.

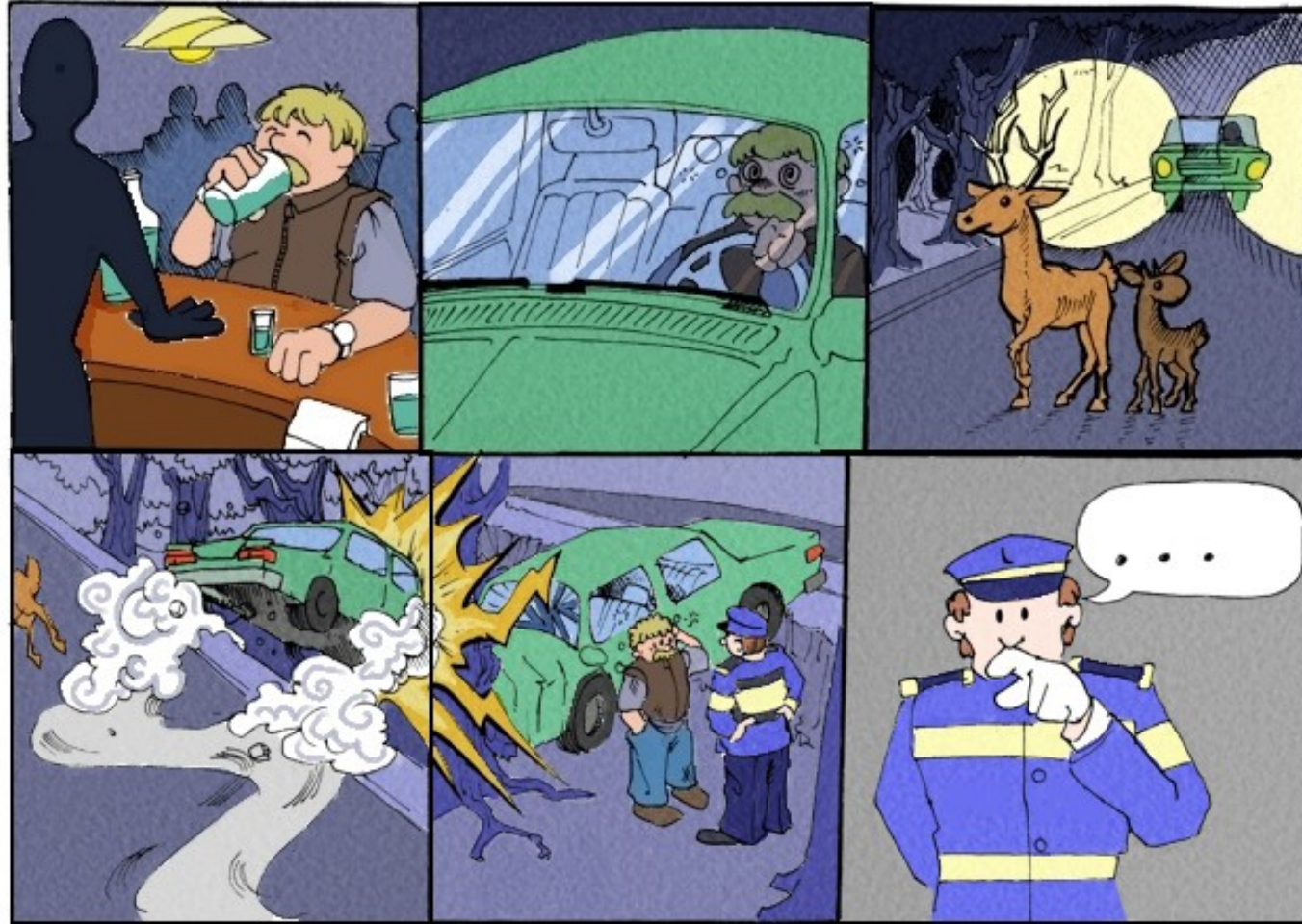
Manje vjerovatno: Djevojčica je primjetila da baka ne voli praline i donijeće joj nešto drugo za sledeći rođendan.



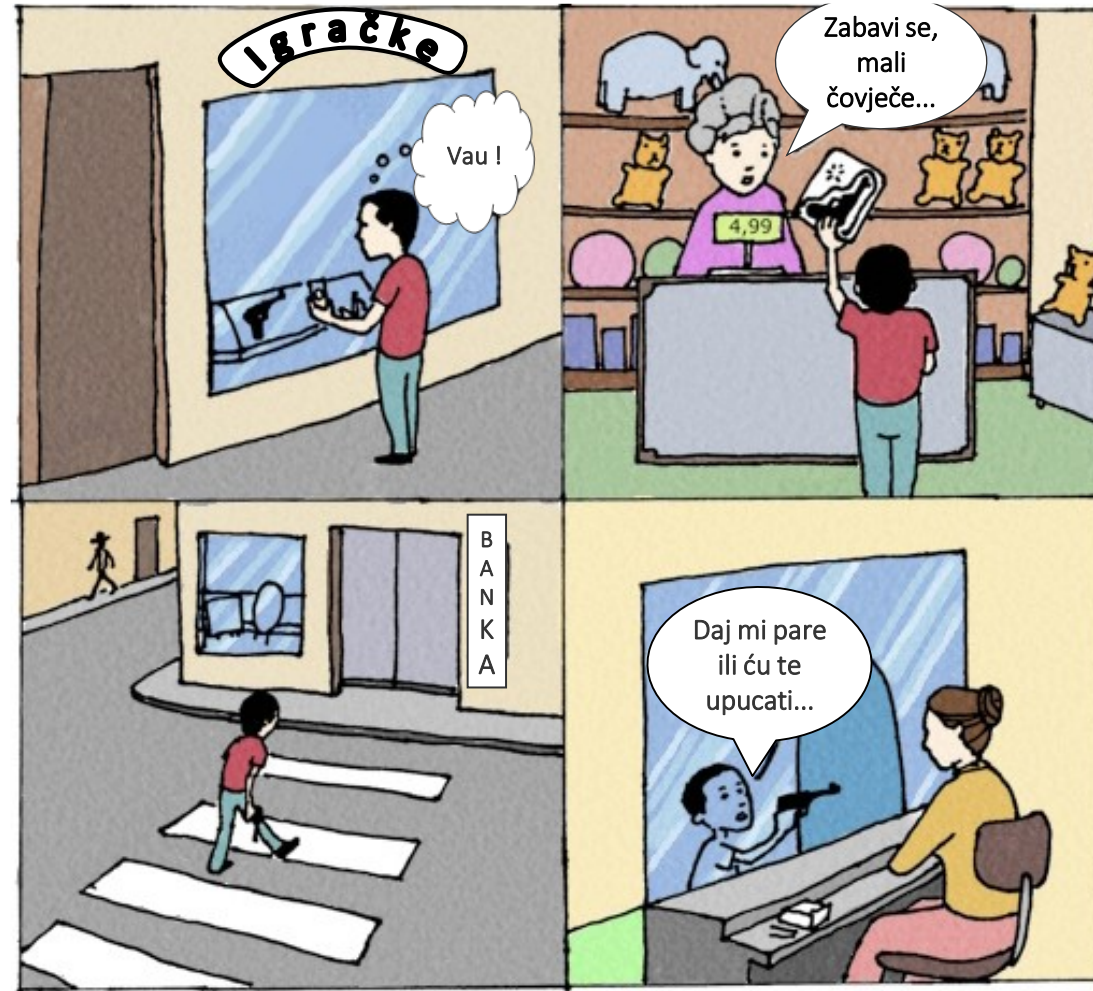
Idemo!



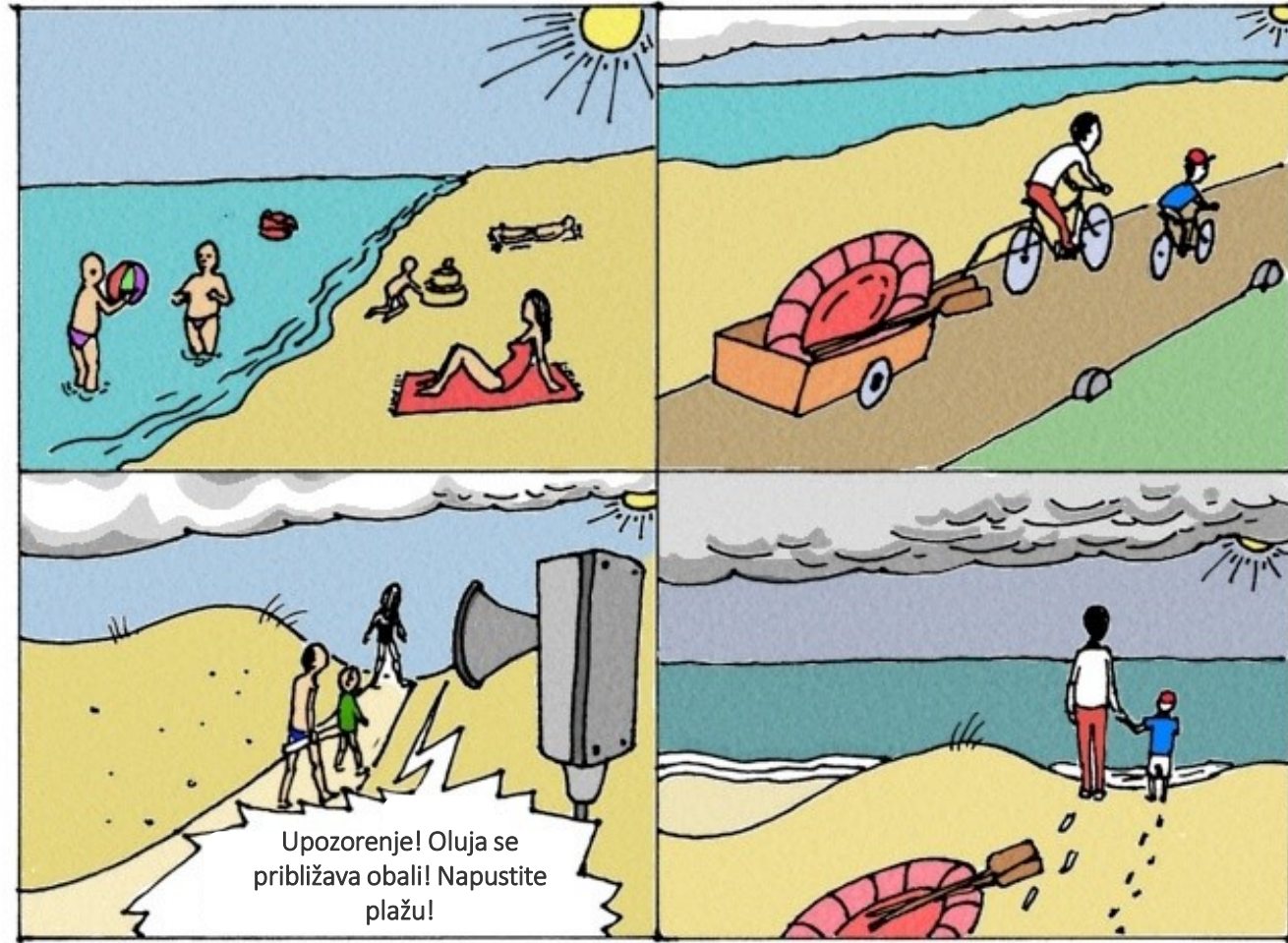
Da li je šef bezosjećajan? Da li nam treba dodatna informacija da odlučimo?



Šta bi mogao policajac da pomisli...potpuno je u pravu ili je djelimično u pravu?



Da li je bankarska službenica uplašena?



Da li će otac i sin otići da se voze čamcem?



opcionarno: Video Klip

opcionarno: Video klip prezentacije vezane za današnje teme su dostupne na sledećem sajtu:

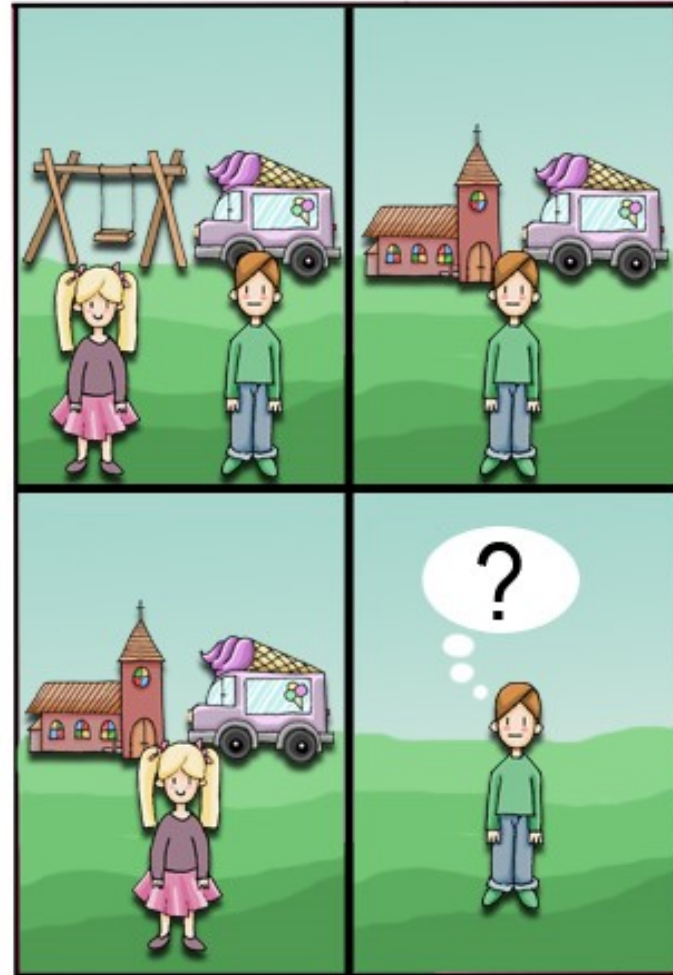
http://www.uke.de/mct_videos

Posle video klipa možete prodiskutovati kako je sadržaj povezan sa današnjom temom.

[za trenere:

Neki od video klipova mogu sadržati jezik koji je neadekvatan za pojedine osobe iz publike kao i za neke kulture. Molimo prije prikazivanja pažljivo pogledajte video zapise u svrhu skrininga.]

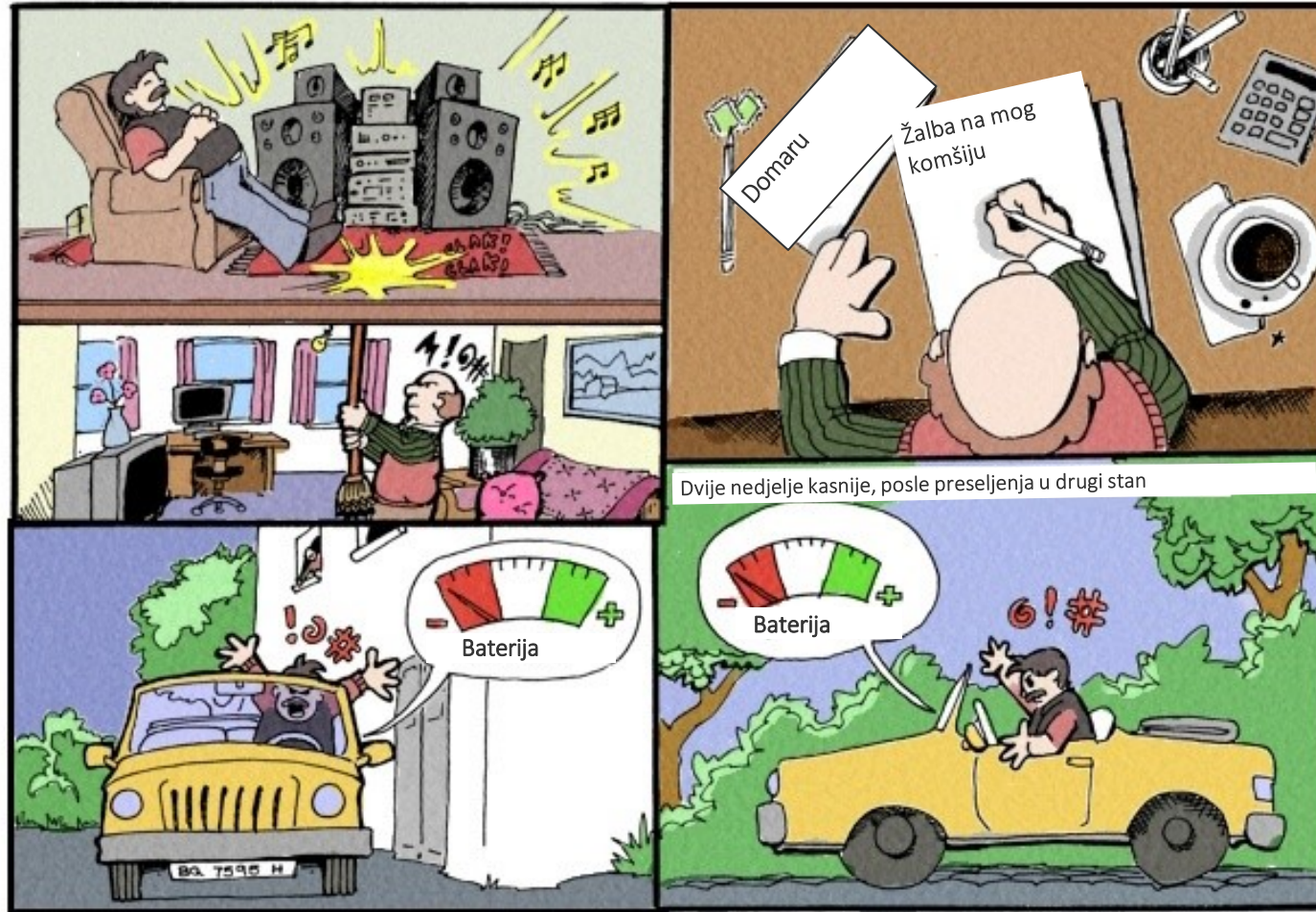




Đe je po mišljenju Vuka Mira zadnji put vidjela kamion sa sladoledom? U parku ili crkvi?



Šta majka misli...da li je u pravu?



Zašto se baterija ispraznila prvi put a zašto drugi put? Kako je vlasnik auta možda shvatio situaciju?



Prenos u svakodnevni život

Ciljevi učenja:

- Mnogi nesporazumi čak i sukobi nastaju jer ljudi pogrešno pretpostavljaju šta je u glavi drugih ljudi (npr. Ako ne kažete prijateljima da se osjećate loše u tom momentu, ne možete očekivati od njih da imaju više razumjevanja!)



Prenos u svakodnevni život

Ciljevi učenja:

- Mnogi nesporazumi čak i sukobi nastaju jer ljudi pogrešno pretpostavljaju šta je u glavi drugih ljudi (npr. Ako ne kažete prijateljima da se osjećate loše u tom momentu, ne možete očekivati od njih da imaju više razumjevanja!)
- Pokušajte da procjenite složene društvene situacije iz različitih perspektiva i uzmete u obzir sve dostupne informacije. Što više informacija uzmete u obzir, vjerovatnije je da ćete dobiti odgovarajuće mišljenje.



Kako je ovo povezano sa psihozom?

Tokom psihoze ljudi su u opasnosti da pogrešno procjenjuju ili prenamlašavaju izraze lica i radnje.

Primjer : Marko se osjeća ismijanim!

Prošlost: Marko je ušao u ulazni dio aerodroma posle carine, đe su ljudi čekali i gledali u njegovom pravcu. Dva od njih su počeli da se glasno smiju.

Ali: Svi ljudi koji čekaju su, naravno, tražili dolazeće putnike da bi preuzeli prijatelje ili klijente. Dva nasmijana čovjeka vjerovatno nijesu vidjeli jedan drugog dugo vremena i razmjenjuju sjećanja sa odmora. Ili možda Marko i dalje nosi glupavi sombero sa njegovog odmora u Meksiku.

“Svi mi griješimo” – uvijek uzmite različite perspektive u obzir.



Hvala Vam na pažnji!

za trenere:

Podijelite radne listove. Predstavite našu aplikaciju COGITO (preuzmite besplatno).



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
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