



Metakognitivni Trening (MKT)

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

© Moritz, Woodward & Deljković (11|22)

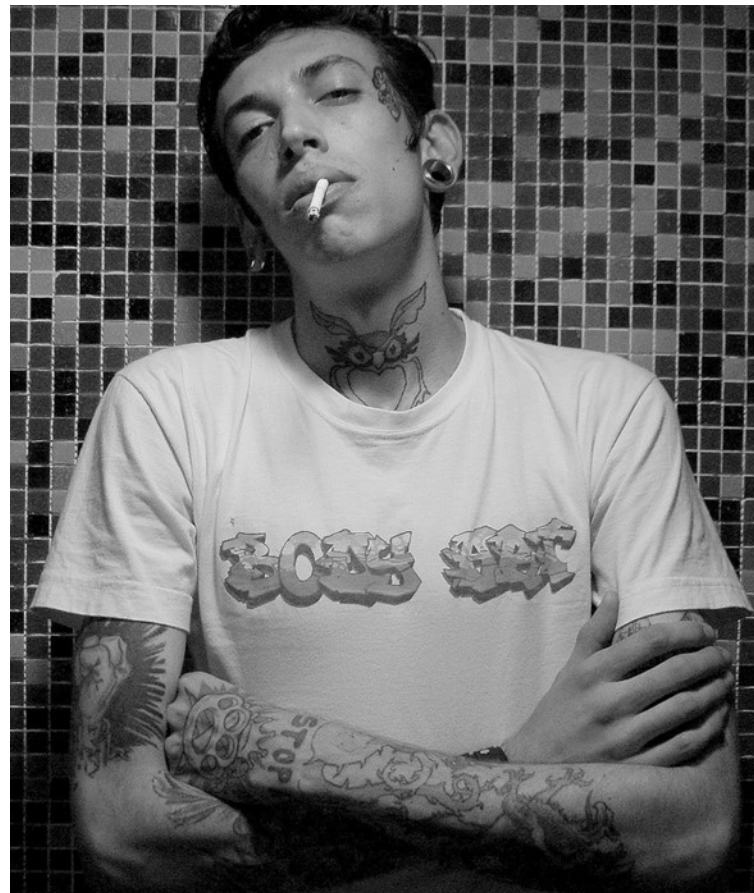
www.uke.de/mct

The use of the pictures in this module has been kindly permitted by artists and copyright holders, respectively. For details (artist, title), please refer to the end of this presentation.





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?

oči?

govor?

odjeća?

govor tijela/
držanje?

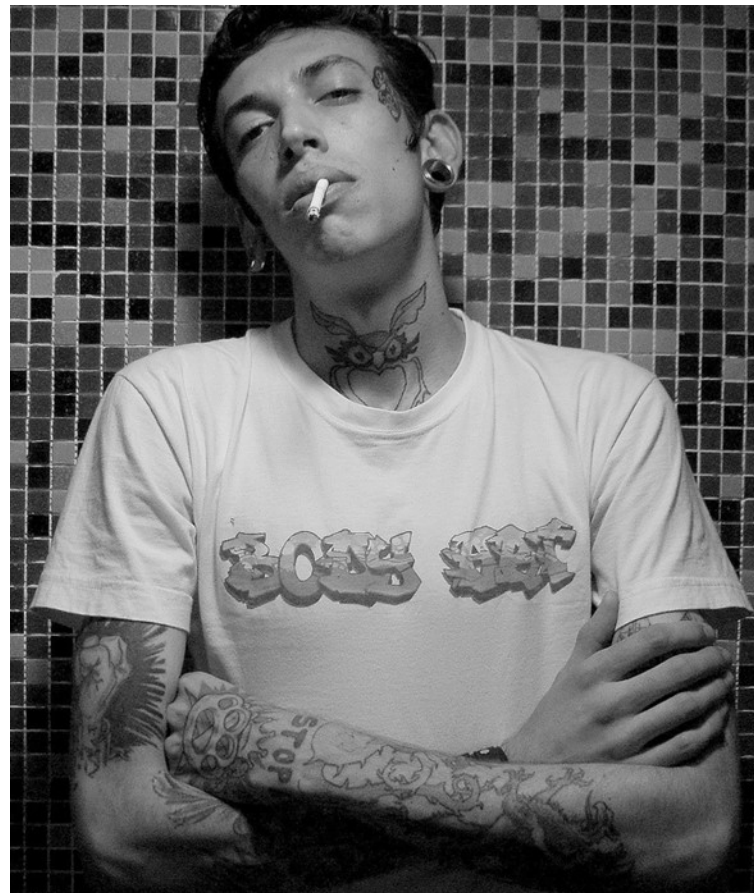
ruke?



drugo?...



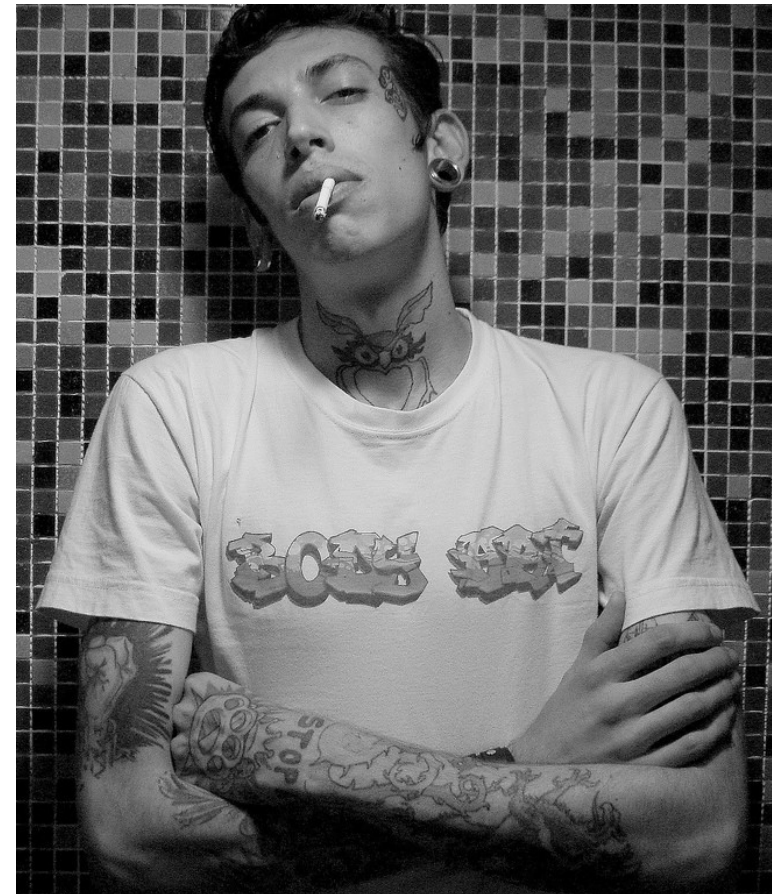
Koje druge izvore informacija možete uzeti u obzir? Koliko su pouzdane?





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. *Bajker*
- “unutrašnje osjećanje”/intuicija
- nešto napisano: na primjer iz email-ova ili internet čatova





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

Govor tijela

Primjer



Molitva/Hladno
ća?

Važan znak:

???

Pažnja:

???



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

Govor tijela

Primjer



Molitva/Hladnoća?

Važan znak:

- Gestovi i držanje mogu naglasiti riječi (npr. Stezanje pesnica kod ljutnje, podizanje ruku kod pozdrava, spuštanje glave pri molitvi).

Pažnja:

???



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

Govor tijela

Primjer



Molitva/Hladnoća?

Važan znak:

- Gestovi i držanje mogu naglasiti riječi (npr. Stezanje pesnica kod ljutnje, podizanje ruku kod pozdrava, spuštanje glave pri molitvi).
- Indirektni znaci su često smisleni: dok gestovi mogu upućivati na nervozu (ipak, budite svjesni kulturnih razlika!); pogurenost može biti znak niskog samopouzdanja.

Pažnja:

???



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

Govor tijela

Primjer



Molitva/Hladnoća?

Važan znak:

- Gestovi i držanje mogu naglasiti riječi (npr. Stezanje pesnica kod ljutnje, podizanje ruku kod pozdrava, spuštanje glave pri molitvi).
- Indirektni znaci su često smisleni: dok gestovi mogu upućivati na nervozu (ipak, budite svjesni kulturnih razlika!); pogurenost može biti znak niskog samopouzdanja.

Pažnja:

- Govor tijela može voditi pogrešnim interpretacijama.
Primjer: Neko ko izgleda samopouzdana možda se samo želi da ističe. Ili deformitet u držanju se može protumačiti kao da neko ima malo samopouzdanja.



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

Napisane izjave



Primjer:

“Nemoj previše raditi!”
→ sarkazam, simpatija,
obična fraza?

Važan znak:

???

Oprez:

???



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

Napisane izjave



Primjer:

“Nemoj previše raditi!”

→ sarkazam, simpatija,
obična fraza?

Važan znak:

- često više mislimo o onome što pišemo nego o onome!

Oprez:

???



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

Napisane izjave



Primjer:

“Nemoj previše raditi!”
→ sarkazam, simpatija,
obična fraza?

Važan znak:

- često više mislimo o onome što pišemo nego o onome!

Oprez:

- Ponekad, morate čitati između redova da biste shvatili značenje. Ipak, ovo može voditi netačnim zaključcima!
- Nova studija pokazuje da email-pisači i email-čitaoci su veoma sigurni oko “tona” jednog emaila. U stvarnosti, postoji slaganje u oko 56%, što je malo iznad slučajnosti!



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

Prethodno znanje o sličnim ljudima /kulturi (predrasude)



Tipičan musliman, tipičan Njemaac?

Važan znak:

???

Oprez:

???



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

Prethodno znanje o sličnim ljudima /kulturi (predrasude)



Tipičan musliman, tipičan Njemaac?

Važan znak:

- Poznavanje različitih kultura ili etničkih grupa pomaže u shvatanju ljudi koji pripadaju toj grupi. Svaka kultura ima svoja nenapisana društvena pravila.

Oprez:

???



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

Prethodno znanje o sličnim ljudima /kulturi (predrasude)



Tipičam musliman, tipičan Njamac?

Važan znak:

- Poznavanje različitih kultura ili etničkih grupa pomaže u shvatanju ljudi koji pripadaju toj grupi. Svaka kultura ima svoja nenapisana društvena pravila.

Oprez:

- Ljudi se često ponašaju nestereotipno! Ljudi određene religije ili ljudi iz nekih zemalja su ponekad suočeni sa predrasudama (npr. muslimani su fanatici; US-Amerikanci su arogantni i jedu samo brzu hranu).



Izgled i realnost!

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

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 (posebno sa psihozom) imaju probleme u sledećim poljima:

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



Zašto mi ovo radimo?

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

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



Kako nedostatak empatije vodi pogrešnim tumačenjima tokom psihoze – primjeri

Događaj	Objašnjenje tokom psihoze	Druga objašnjenja
Pošto je pričao sa tobom, doktor se smije sa sestrom.	“Smiju se meni.”	Puka slučajnost, doktor i sestra su pričali o nečemu drugom.
Pješak te gleda dva puta i okreće za tobom kasnije.	Ubijeđen/a si da te čovjek proganja.	Pješak je iziritiran, jer si izgledao/la užasnut/a zbog njegovog izgleda. Okreće se opet da vidi šta nije u redu.
Druga osoba ti namiguje.	Ovaj morseov kod je upozorenje.	Osoba je zaslijepljena suncem; slučajnost, zainteresovanost.

Da li bi neko podijelio kratko licno iskustvo?



Vježba

- Sledeće što ćete vidjeti su komični stripovi.
- Molimo vas diskutujte šta likovi u priči mogu misliti jedni o drugima.



Vježba

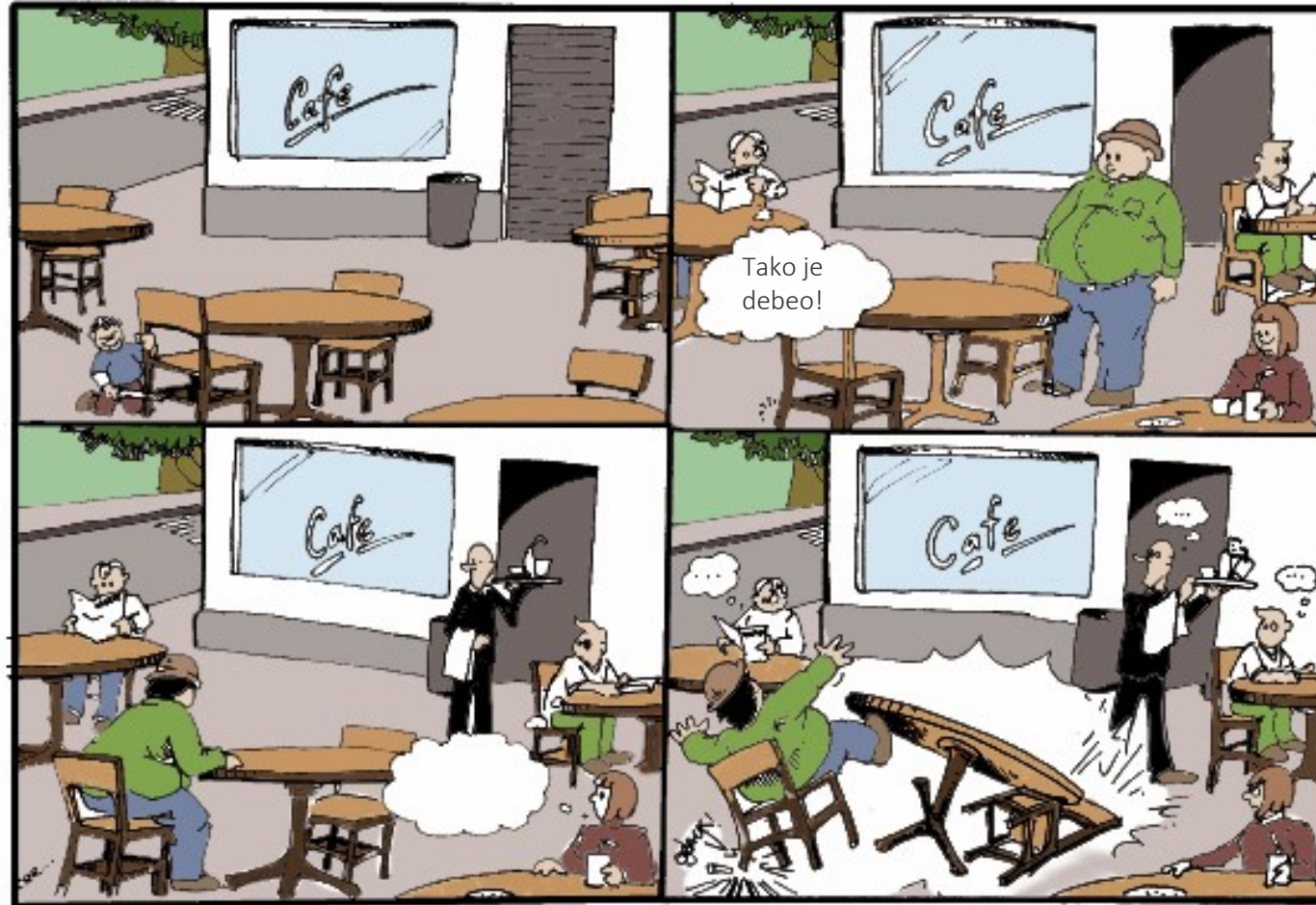
- Sledeće što ćete vidjeti su komični stripovi.
- Molimo vas diskutujte šta likovi u priči mogu misliti jedni o drugima.

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?



Primjer: Čovjek sa viškom kilograma je pao sa stolice

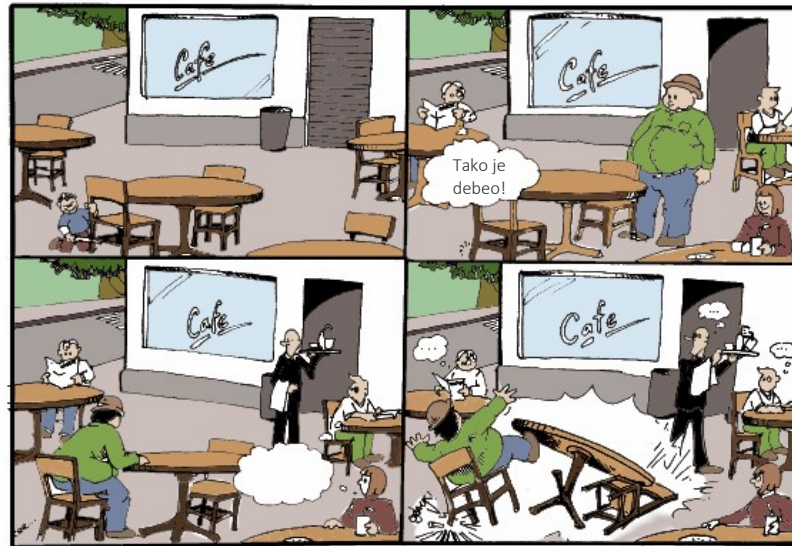


Šta ljudi mogu misliti...jesu li u pravu?



Čovjek sa viškom kilograma je pao sa stolice

Šta bi većina ljudi mogla misliti?...



Vjerovatno: čovjek je pretežak za stolicu.

Manje vjerovatno: Čovjek se nagnuo sa stolice; stolica je previše fragilna.

Veoma nevjerovatan zaključak koju su ljudi mogli imati ali je **istina**: Stolica je bila sasječena testerom – malo vjerovatna pretpostavka jer niko nije posmatrao dječaka na prvoj slici koji sječe nogar stolice!



Idemo!



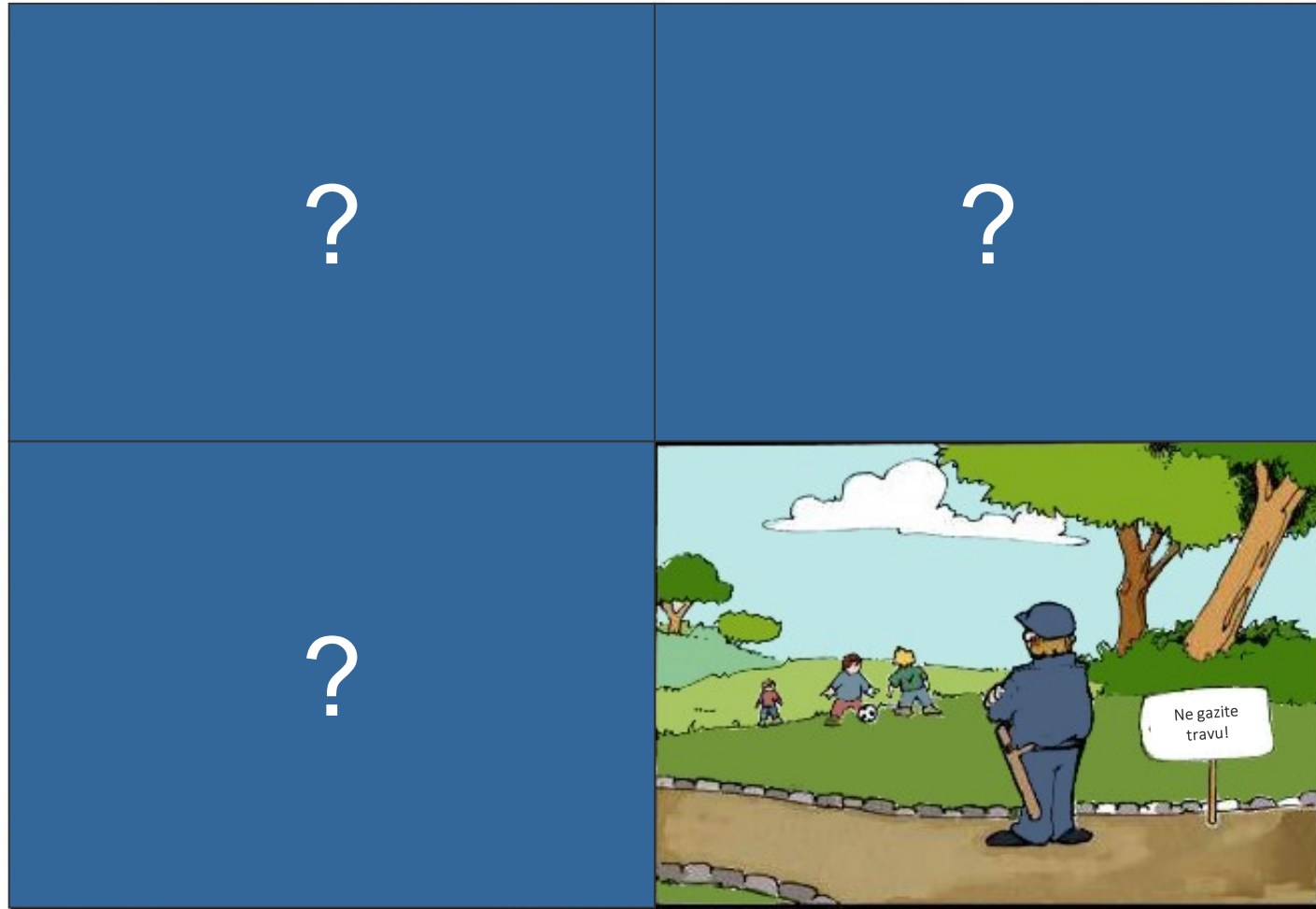
Kako se žena može osjećati u situaciji?



Šta bi čovjek mogao da misli?



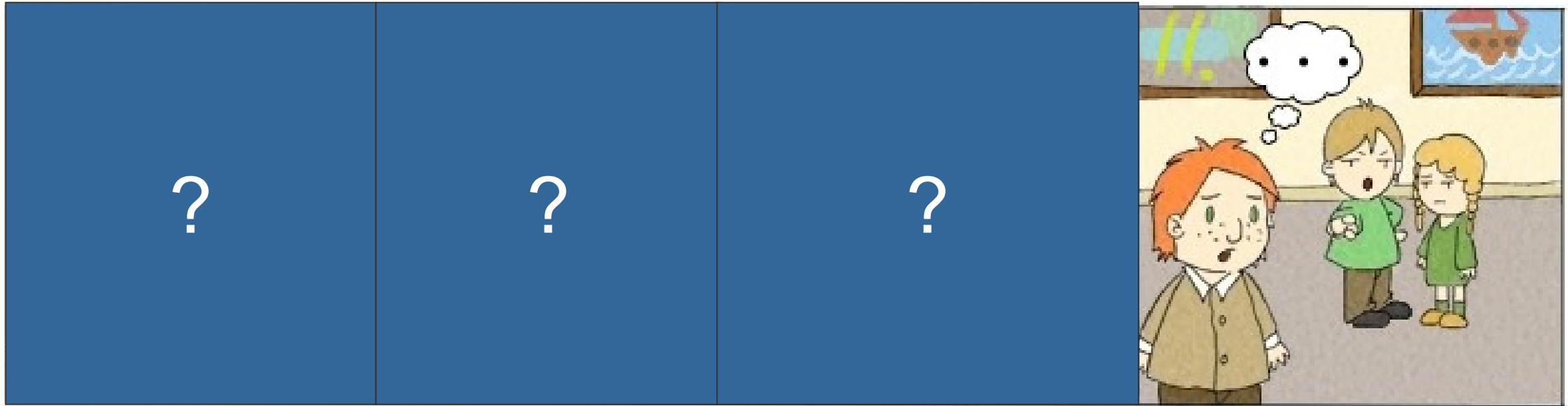
Šta bi čovjek mogao da misli?



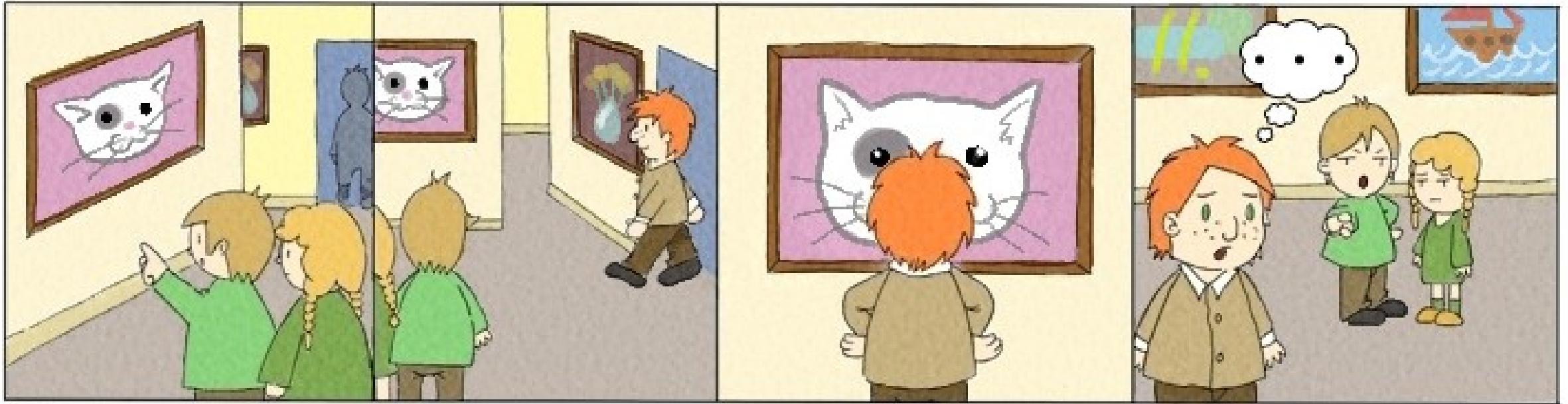
Šta čuvar parka vjerovatno misli...je li u pravu?



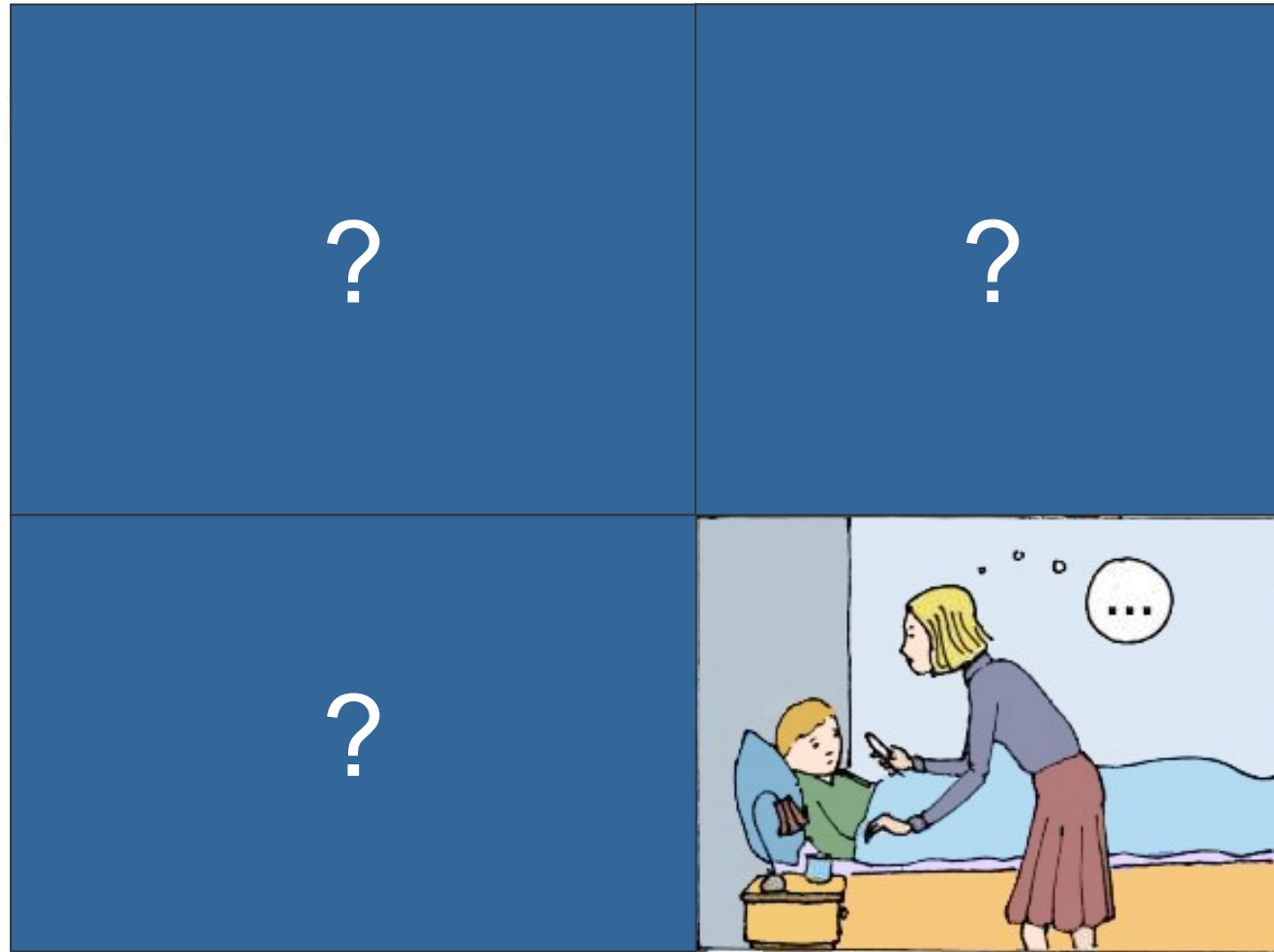
Šta čuvar parka vjerovatno misli...je li u pravu?



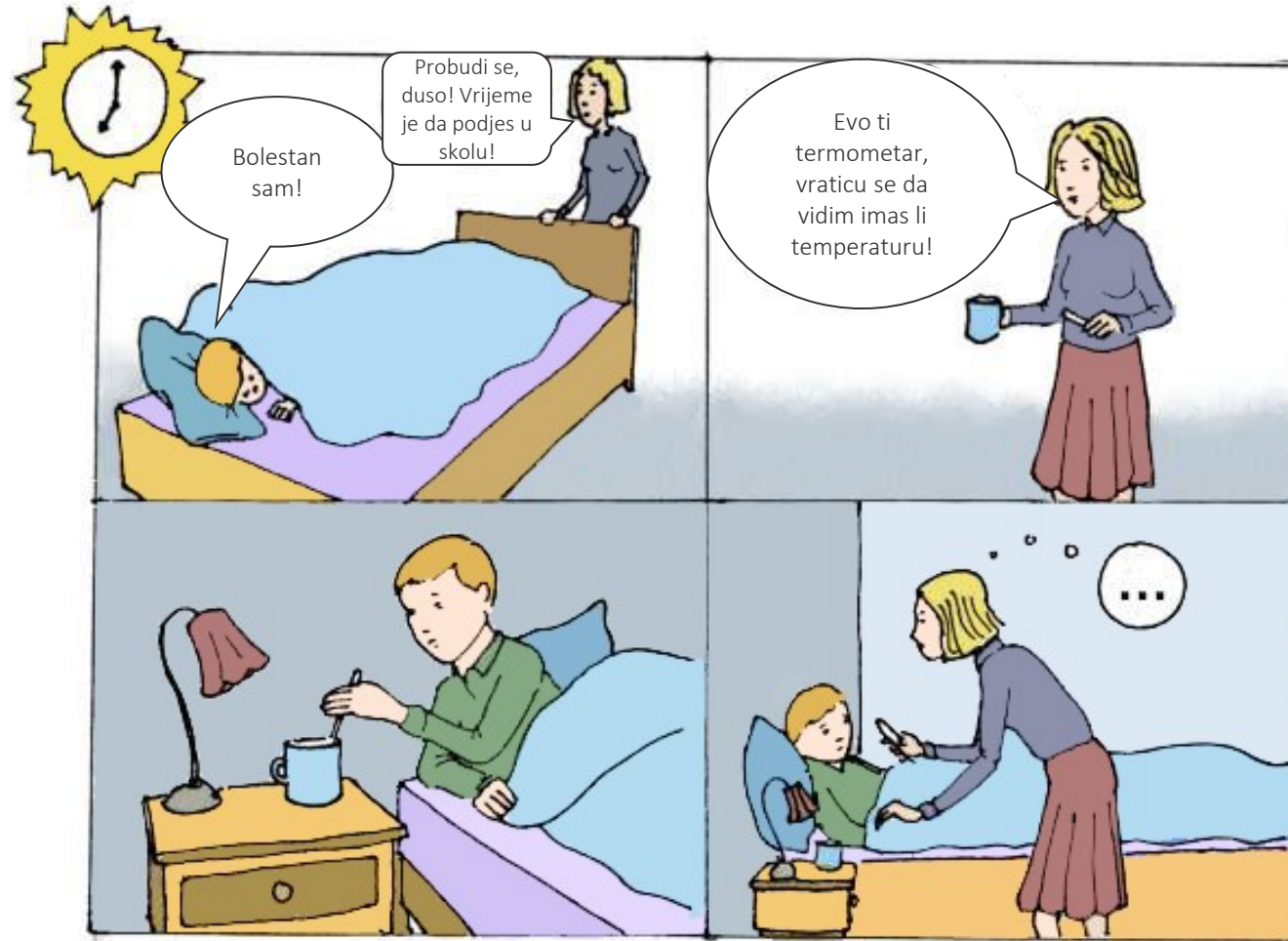
Šta bi mogao da misli čovjek koji stoji direktno ispred slike sa mačkom...da li je u pravu?



Šta bi mogao da misli čovjek koji stoji direktno ispred slike sa mačkom...da li je u pravu?



Šta majka misli? Da li nam treba dodatna
informacija da odlučimo?



Šta majka misli? Da li nam treba dodatna informacija da odlučimo?



opcionalno: Video Klip

opcionalno: Video klip prezenatacije vezane za današnje teme su dostupne na sledećem sajtu:

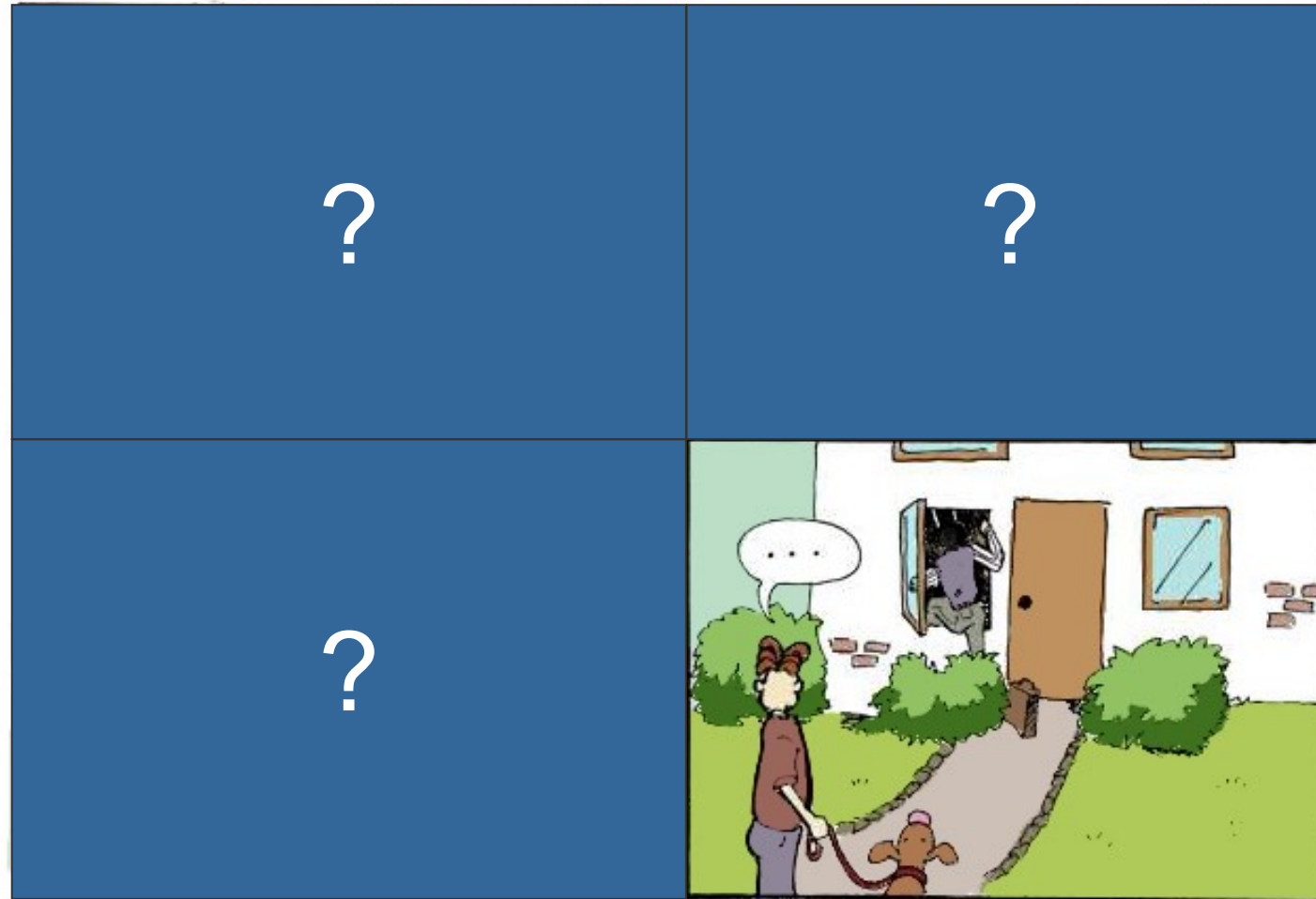
http://www.uke.de/mct_videos

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

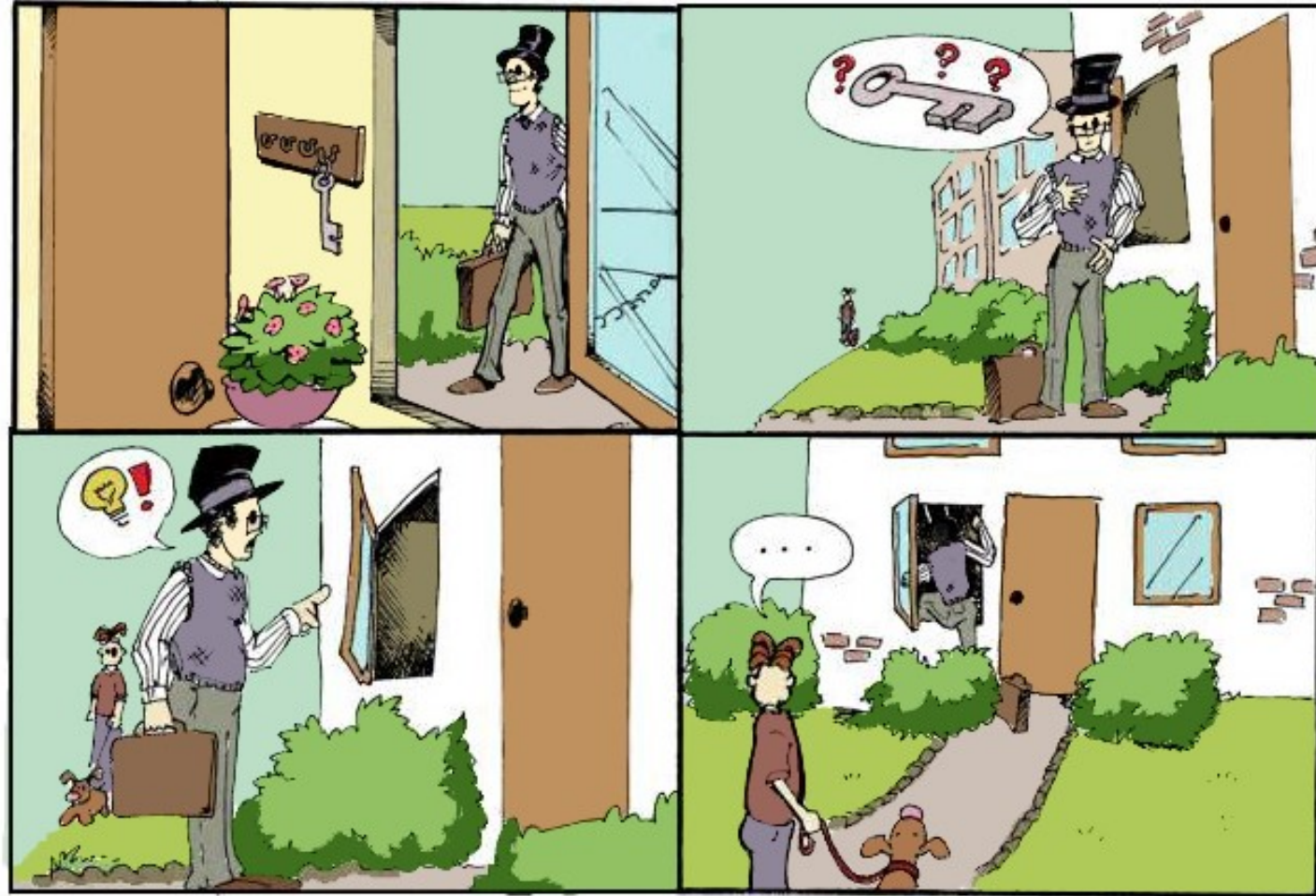
[za trenere:

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.]





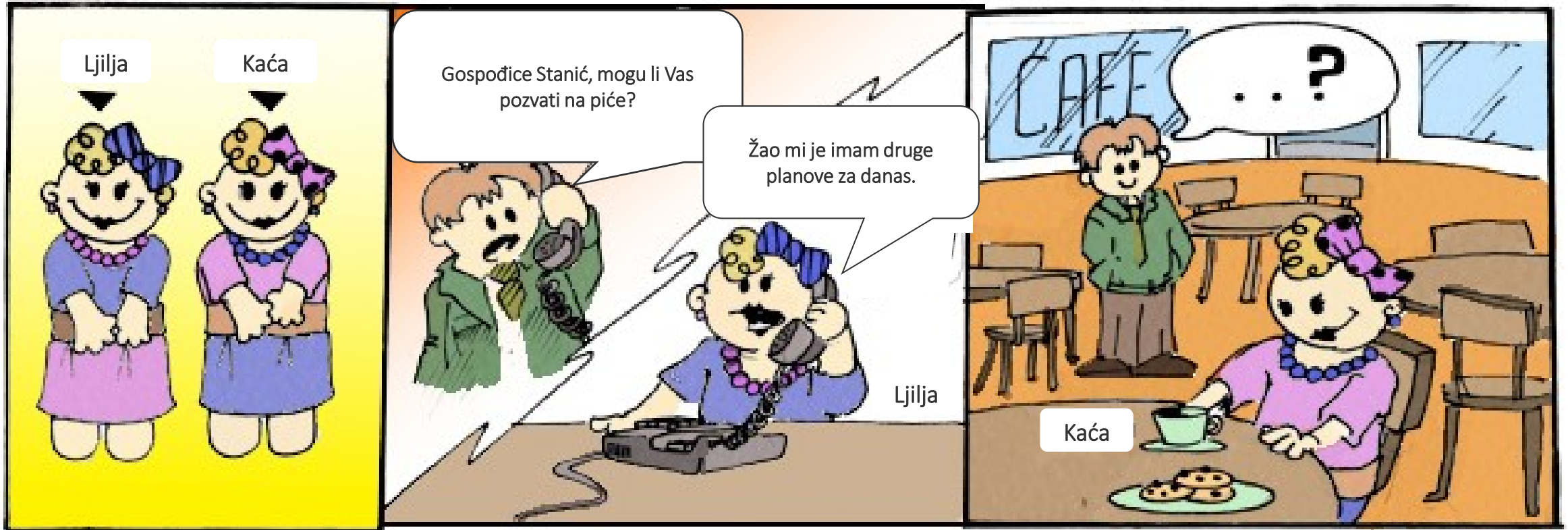
Šta bi mogao da misli čovjek koji šeta psa?



Šta bi mogao da misli čovjek koji šeta psa?



Šta bi mogao da misli čovjek na zadnjoj slici i ...je li u pravu?



Šta bi mogao da misli čovjek na zadnjoj slici i ...je li u pravu?



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 uzmite u obzir sve dostupne informacije. Što se uzme u obzir više informacija, vjerovatnije je da će se dobiti odgovarajuće mišljenje.



Kako je ovo povezano sa psihozom?

Tokom psihoze ljudi su u opasnosti da pogrešno protumače ili previše interpretiraju izraze lica i radnji.

Primjer: Nikola misli da bulje u njega, ima osjećaj da: “Oni žele da me uhvate.”

Prošlost: Nikola se boji/uplašen je nedjeljama i nosi tamne naočare za prerušavanje.

Ali: Zbog svog čudnog ponašanja, privlači posebnu pažnju.

Svi mi pravimo greške! – uvijek uzmite različite perspectives 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
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)
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