



Trening Meta-poznawczy (MCT)

MCT 1 B – Atrybucje - Obwinianie i Uznanie

© Moritz, Woodward, Leszczyńska & Gawęda (7|22)

www.uke.de/mct

Wykorzystane w treningu ilustracje użyto za zgodą autorów i właścicieli praw autorskich. Szczegóły znaleźć można na ostatnim slajdzie.





Atrybucje: Obwinianie i Uznanie

Atrybucje = wnioskowanie o przyczynach zdarzeń



Atrybucje: Obwinianie i Uznanie

Atrybucje = wnioskowanie o przyczynach zdarzeń

Często nie dostrzegamy, że jedno wydarzenie może mieć wiele różnych przyczyn.



Atrybucje: Obwinianie i Uznanie

Atrybucje = wnioskowanie o przyczynach zdarzeń

Często nie dostrzegamy, że jedno wydarzenie może mieć wiele różnych przyczyn.

Jakie mogą być powody następującej sytuacji?

Przyjaciel nie zadzwonił na Twoje urodziny.



Wyjaśnienia

Dlaczego Twój przyjaciel nie zadzwonił do Ciebie...?

Możliwe atrybucje/wyjaśnienia dla tego zachowania...

???



Wyjaśnienia

Dlaczego Twój przyjaciel nie zadzwonił do Ciebie...?

Możliwe atrybucje/wyjaśnienia dla tego zachowania...

- Nie jestem dla niego ważny. Nie odważyłby się tego zrobić innym.
- Jest bardzo niezorganizowanym człowiekiem, mógłby zapomnieć nawet o własnych.
- Miał bardzo ważny egzamin do zdania i nie miał czasu na nic innego.



Wyjaśnienia

Dlaczego Twój przyjaciel nie zadzwonił do Ciebie...?

Możliwe atrybucje/wyjaśnienia dla tego zachowania...

- | | |
|--------------------------|--------------------------------------|
| ...odnoszące się do mnie | Nie jestem dla niego ważny. |
| ...do innych | Jest niezorganizowany. |
| ...sytuacja lub los | Miał ważny egzamin i nie miał czasu. |



Obwinianie i Kredyt Zaufania

Na poprzednim przykładzie pokazaliśmy, że różne wydarzenia mogą mieć bardzo różne powody. Ponadto, w większości przypadków kombinacja kilku czynników przyczynia się do powstania jakiegoś zdarzenia. Pomimo tego, spora część z nas preferuje wybór jednego czynnika, jako wytłumaczenia dla sytuacji (np. winienie innych zamiast siebie lub odwrotnie).



Wypisałeś się ze szpitala bez niepokojących objawów.

Wyjaśnienia...

...odnoszące się do mnie

...do innych

...sytuacyjne lub losowe





Wypisałeś się ze szpitala bez niepokojących objawów.

Wyjaśnienia...

... Odnoszące się do mnie:

(mające duży wpływ)

- Proces powrotu do zdrowia udał się ponieważ byłem mocno zmotywowany do leczenia.
- Korzystałem z pewnych form terapii, które odegrały dużą rolę w procesie zdrowienia.

(mające mniejszy wpływ)

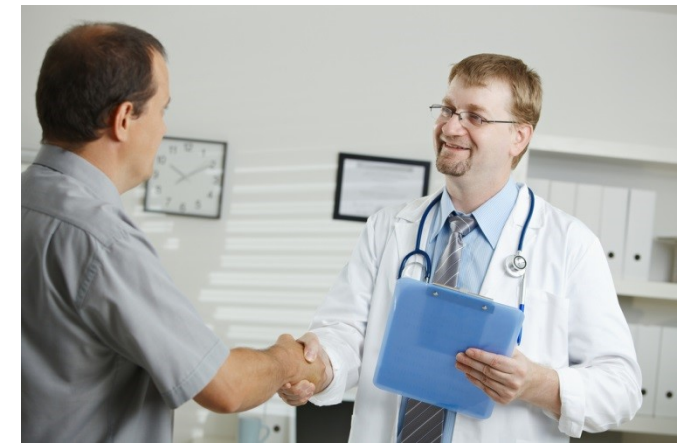
- Moim zdaniem objawy minęłyby również bez leków i terapii.
- Mam “doskonałe” geny

... Odnoszące się do innych:

- Personel w szpitalu jest kompetentny
- Bez wsparcia rodziny to nie byłby taki sukces.

... Odnoszące się do sytuacji lub losu:

- Miałem szczęście, że personel nie był tak zajęty jak zwykle
- Powrót do zdrowia był spowodowany lekami





Wypisałeś się ze szpitala bez niepokojących objawów.

Wyjaśnienia...

... Odnoszące się do mnie:

(mające duży wpływ)

- Proces powrotu do zdrowia udał się ponieważ byłem mocno zmotywowany do leczenia.
- Korzystałem z pewnych form terapii, które odegrały dużą rolę w procesie zdrowienia.

(mające mniejszy wpływ)

- Moim zdaniem objawy minęłyby również bez leków i terapii.
- Mam “doskonałe” geny

... Odnoszące się do innych:

- Personel w szpitalu jest kompetentny
- Bez wsparcia rodziny to nie byłby taki sukces.

... Odnoszące się do sytuacji lub losu:

- Miałem szczęście, że personel nie był tak zajęty jak zwykle
- Powrót do zdrowia był spowodowany lekami

Uwaga: wyjaśnienia jednostronne!





Wypisałeś się ze szpitala bez niepokojących objawów.

Teraz, postarajmy się zbudować wyjaśnienia bardziej zbalansowane, składające się z różnych możliwych wyjaśnień (np. inni, sytuacja i ja)

???

???

???





Wypisałeś się ze szpitala bez niepokojących objawów.

Teraz, postarajmy się zbudować wyjaśnienia bardziej zbalansowane, składające się z różnych możliwych wyjaśnień (np. inni, sytuacja i ja)

- “Wsparcie rodziny, lekarzy i działanie leków przyczyniły się do mojego powrotu do zdrowia. Sukces to również moja zasługa, ale nie tylko, swoją dużą motywacją i aktywnym uczestnictwem w terapii przyczyniłem się do powrotu do zdrowia”
- “Byłem zmotywowany do zmiany, chciałem brać aktywny udział w różnych terapiach grupowych dobrze prowadzonych przez terapeutów”





Wpływ niektórych stylów atrybucji (sposobów wyjaśniania) na negatywne wydarzenia!



Kiepsko Ci poszło. Oblałeś egzamin z Angielskiego.

Atrybucje odnoszące się do mnie
(np. "Powiniennem się lepiej nauczyć!")

Wady: ???

Zalety: ???

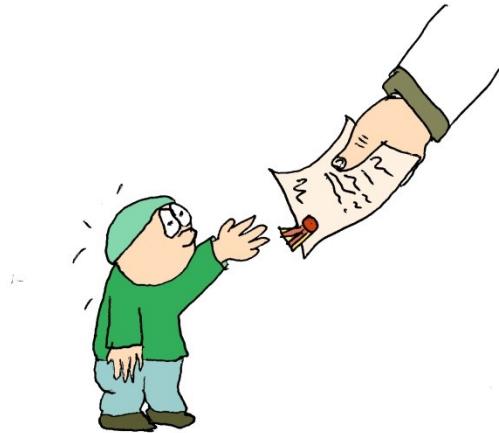
Odnoszące się do innych/Sytuacji
(e.g. "Nauczyciel jest matosem i nienawidzi mnie.")

Wady: ???

Zalety: ???



Wpływ niektórych stylów atrybucji (sposobów wyjaśniania) na negatywne wydarzenia!



Kiepsko Ci poszło. Oblałeś egzamin z Angielskiego.

Atrybucje odnoszące się do mnie

(np. "Powinienem się lepiej nauczyć!")

Wady: obniża pewność samego siebie

Zalety: szlachetnym i odważnym jest przejąć odpowiedzialność

Odnoszące się do innych/Sytuacji

(e.g. "Nauczyciel jest matosem i nienawidzi mnie.")

Wady: ???

Zalety: ???



Wpływ niektórych stylów atrybucji (sposobów wyjaśniania) na negatywne wydarzenia!



Kiepsko Ci poszło. Oblałeś egzamin z Angielskiego.

Atrybucje odnoszące się do mnie

(np. "Powiniennem się lepiej nauczyć!")

Wady: obniża pewność samego siebie

Zalety: szlachetnym i odważnym jest przejąć odpowiedzialność

Odnoszące się do innych/Sytuacji

(e.g. "Nauczyciel jest matosem i nienawidzi mnie.")

Wady: odrzucenie odpowiedzialności widziane jest jako niegrzeczne (łatwe wytłumaczenie siebie)

Zalety: niezagrożona pewność siebie



Wpływ niektórych stylów atrybucji (sposobów wyjaśniania) na negatywne wydarzenia!



Kiepsko Ci poszło. Oblałeś egzamin z Angielskiego.

Bardziej wyważone odpowiedzi (tzn. połączone atrybucje ja, inni/sytuacja; zaproponuj różne wyjaśnienia):

???

???

???



Wpływ niektórych stylów atrybucji (sposobów wyjaśniania) na negatywne wydarzenia!



Kiepsko Ci poszło. Oblałeś egzamin z Angielskiego.

Bardziej wyważone odpowiedzi (tzn. połączone atrybucje ja, inni/sytuacja; zaproponuj różne wyjaśnienia):

“Nie jestem przyzwyczajony do tego rodzaju egzaminów; następnym razem lepiej się przygotuję.”

“Powinienem poprawić relacje z nauczycielem. Nie będzie mógł mnie oblać z powodu urazy.”



Wpływ niektórych atrybucji na pozytywne wydarzenia!



Świetnie! Twój gol doprowadził do wygranej!



Atrybucje odnoszące się do mnie

(e.g. "To był świetny indywidualny kawał roboty.")

Wady: ???

Zalety: ???

Odnoszące się do innych/sytuacji

(e.g. "Każdy mógł zdobyć gola z tamtej pozycji.")

Wady: ???

Zalety: ???



Wpływ niektórych atrybucji na pozytywne wydarzenia!



Świetnie! Twój gol doprowadził do wygranej!



Atrybucje odnoszące się do mnie

(e.g. "To był świetny indywidualny kawał roboty.")

Wady: przechwalanie się może wydać się aroganckie

Zalety: zwiększa pewność siebie

Odnoszące się do innych/sytuacji

(e.g. "Każdy mógł zdobyć gola z tamtej pozycji.")

Wady: ???

Zalety: ???



Wpływ niektórych atrybucji na pozytywne wydarzenia!



Świetnie! Twój gol doprowadził do wygranej!



Atrybucje odnoszące się do mnie

(e.g. "To był świetny indywidualny kawał roboty.")

Wady: przechwalanie się może wydać się aroganckie

Zalety: zwiększa pewność siebie

Odnoszące się do innych/sytuacji

(e.g. "Każdy mógł zdobyć gola z tamtej pozycji.")

Wady: pewność siebie nie jest uwydatniona/wzmocniona

Zalety: możesz być uznany za osobę skromną, a prawdziwego zespołowego gracza



Wpływ niektórych atrybucji na pozytywne wydarzenia!



Świetnie! Twój gol doprowadził do wygranej!



Bardziej wyważone odpowiedzi (tzn. połączone atrybucje ja, inni/sytuacja; zaproponuj różne wyjaśnienia):

???

???

???



Wpływ niektórych atrybucji na pozytywne wydarzenia!



Świetnie! Twój gol doprowadził do wygranej!



Bardziej wyważone odpowiedzi (tzn. połączone atrybucje ja, inni/sytuacja; zaproponuj różne wyjaśnienia):

“Jestem bardzo dumny, ale udział Staszka był również świetny!”

“To była moja zasługa, ale rzeczywiście było bardzo trudno trafić z takiego kąta.”

“Dziękuję bardzo. Teraz wszystko idzie dobrze.”



Dlaczego to robimy?

Badania pokazują, że wiele osób z **depresją** (ale nie wszystkie!)

- Mają tendencję do obwiniania siebie za porażki
- Odniesiony sukces przypisują innym bądź też okolicznością

To może prowadzić do spadku samooceny!



Dlaczego to robimy?

Badania pokazują, że wiele osób z **urojeniami** (ale nie wszystkie!)

- Mają tendencję do obwiniania innych za negatywne wydarzenia i porażki
- Mają tendencję do myślenia, że wszystkie wydarzenia są poza ich kontrolą

Szczególnie pierwszy styl wyjaśniania może prowadzić do problemów w relacjach z innymi!



Jak błędy atrybucji prowadzą do nieporozumień podczas psychozy – przykłady

Wydarzenie	Wyjaśnienie podczas psychozy	Inne wyjaśnienia
Zgubiłeś ważne dokumenty w swoim mieszkaniu.	Ktoś włamał się do Twojego mieszkania i ukradł dokumenty aby Ci zaszkodzić.	Dokument przez przypadek znalazły się w innym miejscu.
Oblałeś egzamin.	Egzaminator chce zrujnować Ci karierę.	Możliwe, że egzaminator był surowy, ale niedokładne przygotowanie i brak snu to również możliwe powody.
Przyjaciel nie przywitał się z Tobą.	Twój przyjaciel nie chce Cię już więcej znać i wstydzi się Ciebie.	Twój przyjaciel jest zmartwiony; nie zauważył Cię.

Czy ktoś zechciałby podzielić się swoim własnym doświadczeniem?



Style atrybucji

cele dzisiejszej sesji:

- Rozważaj możliwe powody wydarzeń
- Nie śpiesz się z akceptacją tylko jednego wyjaśnienia
- Dyskutuj konsekwencje poszczególnych wyjaśnień

Starajmy się być realistami na tyle na ile to możliwe w codziennym życiu:

Nie wińmy zawsze innych za nasze błędy.

Podobnie, nie wińmy zawsze siebie kiedy coś idzie nie po naszej myśli!



Znajomy mówi za Twoimi plecami

Co spowodowało, że znajomy mówi za Twoimi plecami?

Jaki jest główny powód tej sytuacji?

Odnoszący się do ciebie?

Innych osób?

Okoliczności lub losu?





Zostałeś zaproszony na rozmowę o pracę

Dlaczego zostałeś zaproszony na rozmowę?

Jaki jest główny tej sytuacji?

Odnoszący się do ciebie?

Innych osób?

Okoliczności lub losu?





Znajomy jest niemiło zaskoczony Twoją niespodziewaną wizytą.

Co spowodowało, że znajomy jest niemiło zaskoczony?

Jaki jest główny tej sytuacji?

Odnoszący się do ciebie?

Innych osób?

Okoliczności lub losu?





Inne osoby śmieją się podczas, gdy Ty mówisz.

Dlaczego inne osoby śmiały się podczas, gdy Ty mówiłeś?

Jaki jest główny tej sytuacji?

Odnoszący się do ciebie?

Innych osób?

Okoliczności lub losu?





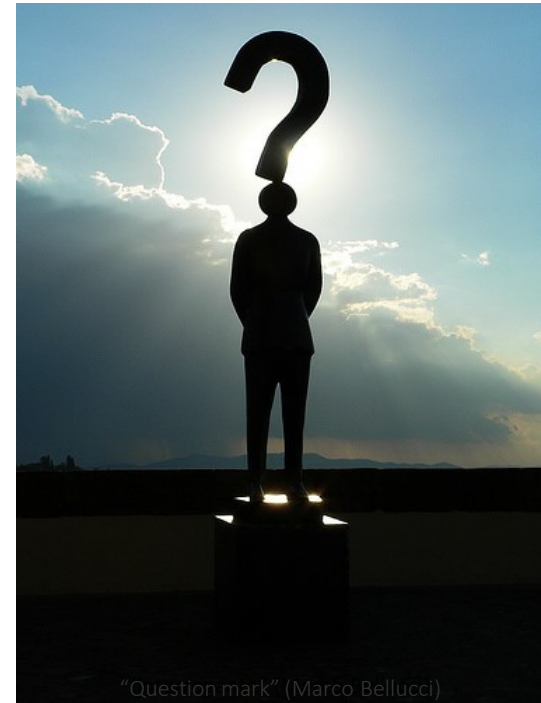
podaj swoje własne przykłady!

Co mogło doprowadzić do sytuacji?

Odnoszący się do ciebie?

Innych osób?

Okoliczności lub losu?





Głos mówi ci, że nie jesteś dobry.

Powody...

...odnoszące się do ciebie

...do innych

...do sytuacji/okoliczności





Głos mówi ci, że nie jesteś dobry.



Powody...

... Odnoszące się do ciebie:

- “Niestety, nieustannie obwiniam samego siebie. Wydaje się, że to taka ukryta nienawiść do samego siebie.”
- “Jestem bliski szaleństwa.”
- “Wydaje mi się, jakby to ktoś inny myśli. Ale wiem, że to są moje własne myśli.”

... Odnoszące się do innych:

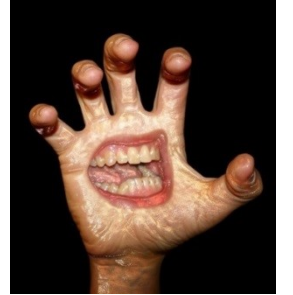
- “Coś zostało mi wszczepione do mózgu.”
- “Nie wiem jak to się mogło stać, ale ktoś inny przejął kontrolę nad moimi myślami. ”

... Odnoszące się do sytuacji/okoliczności:

- “Czuję się ostatnio zestresowany. To dlatego odczuwam ostatnio wszystko bardziej intensywnie, łącznie z moimi myślami.”
- “Szumi mi w uszach od słuchania głośnej muzyki i hałasów.”



Głos mówi ci, że nie jesteś dobry.



Psychoza: Głos wyjaśniany jest jako pochodzący od innych ludzi czy też sił:

- “Coś zostało mi wszczepione do mózgu.”
- “Nie wiem jak to się mogło stać, ale ktoś inny przejął kontrolę nad moimi myślami”



Słyszenie głosów

własne myśli czy może sterowane przez kogoś?

Za i przeciw



Głosy są nasyłane z zewnątrz?	Czy są może jakieś inne możliwe wyjaśnienia dla opisanych po lewej stronie przypuszczeń?
<p>“Słyszę je wyraźnie. W przeciwieństwie do moich myśli, które są ciche!”</p>	<p>???</p>
<p>“Te myśli są poza moją kontrolą. Kiedy próbuję się im przeciwstawić, jest jeszcze gorzej. To pokazuje, że coś rzeczywiście mnie zmusza.”</p>	<p>???</p>
<p>“Nigdy nie pomyślałbym takich złych myśli. Nie mógłbym nikogo skrzywdzić. Ale nadal mam takie agresywne myśli.”</p>	<p>???</p>



Słyszenie głosów

własne myśli czy może sterowane przez kogoś?

Za i przeciw



Głosy są nasyłane z zewnątrz?	Czy są może jakieś inne możliwe wyjaśnienia dla opisanych po lewej stronie przypuszczeń?
<p>“Słyszę je wyraźnie. W przeciwieństwie do moich myśli, które są ciche!”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Około 15-20% zdrowych ludzi słyszy głosy od czasu do czasu • Intensywne myśli są czasem prawi słyszalne (np. chwytne melodia, czy wspomnienie rozmowy z przyjacielem)
<p>“Te myśli są poza moją kontrolą. Kiedy próbuję się im przeciwstawić, jest jeszcze gorzej. To pokazuje, że coś rzeczywiście mnie zmusza.”</p>	<p>???</p>
<p>“Nigdy nie pomyślałbym takich złych myśli. Nie mógłbym nikogo skrzywdzić. Ale nadal mam takie agresywne myśli.”</p>	<p>???</p>



Słyszenie głosów

własne myśli czy może sterowane przez kogoś?

Za i przeciw



Głosy są nasyłane z zewnątrz?	Czy są może jakieś inne możliwe wyjaśnienia dla opisanych po lewej stronie przypuszczeń?
“Słyszę je wyraźnie. W przeciwieństwie do moich myśli, które są ciche!”	<ul style="list-style-type: none"> • Około 15-20% zdrowych ludzi słyszy głosy od czasu do czasu • Intensywne myśli są czasem prawi słyszalne (np. chwytne melodia, czy wspomnienie rozmowy z przyjacielem)
“Te myśli są poza moją kontrolą. Kiedy próbuję się im przeciwstawić, jest jeszcze gorzej. To pokazuje, że coś rzeczywiście mnie zmusza.”	<ul style="list-style-type: none"> • Nasze myśli nie dają się całkowicie kontrolować – w przeciwnym razie nie było by takich rzeczy jak burza mózgów, inspiracje itp. • Jeśli próbujemy powstrzymać te myśli stają się jeszcze silniejsze Eksperyment: nie myśl o cyfrze 8! Raczej się nie uda!
“Nigdy nie pomyślałbym takich złych myśli. Nie mógłbym nikogo skrzywdzić. Ale nadal mam takie agresywne myśli.”	???



Słyszenie głosów

własne myśli czy może sterowane przez kogoś?

Za i przeciw



Głosy są nasyłane z zewnątrz?	Czy są może jakieś inne możliwe wyjaśnienia dla opisanych po lewej stronie przypuszczeń?
<p>“Słyszę je wyraźnie. W przeciwieństwie do moich myśli, które są ciche!”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Około 15-20% zdrowych ludzi słyszy głosy od czasu do czasu • Intensywne myśli są czasem prawi słyszalne (np. chwytana melodia, czy wspomnienie rozmowy z przyjacielem)
<p>“Te myśli są poza moją kontrolą. Kiedy próbuję się im przeciwstawić, jest jeszcze gorzej. To pokazuje, że coś rzeczywiście mnie zmusza.”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Nasze myśli nie dają się całkowicie kontrolować – w przeciwnym razie nie było by takich rzeczy jak burza mózgów, inspiracje itp. • Jeśli próbujemy powstrzymać te myśli stają się jeszcze silniejsze Eksperyment: nie myśl o cyfrze 8! Raczej się nie uda!
<p>“Nigdy nie pomyślałbym takich złych myśli. Nie mógłbym nikogo skrzywdzić. Ale nadal mam takie agresywne myśli.”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Myśli, które są sprzeczne z tym co zwykle myślimy zdarzają się często. Myśli ≠ działanie: 20% zdrowych ludzi myśli o samobójstwie, jednakże nie podejmują takiej próby. Nawet jeśli kogoś kochamy, odczuwamy do tej osoby agresję (np. matka i jej płaczące dziecko)



Słyszenie głosów

własne myśli czy może sterowane przez kogoś?

Za i przeciw



Wyjaśnienie, że dziwne myśli nie są nasze (pochodzą z zewnątrz) niesie ze sobą więcej pytań niż odpowiedzi np.:

- Techniczne wykonalne?
- Kiedy i gdzie miało miejsce wszczepienie np. implantów?
- Kto chciałby cię skrzywdzić? Kto miałby pieniądze i czas żeby to robić?
- Są prostsze sposoby, aby kogoś skrzywdzić. Dlaczego ktoś miałby wybrać tak skomplikowane (i prawdopodobnie nie możliwe) metody?



Znajomy podrzucił Cię do domu.

Co spowodowało, że znajomy podwiózł Cię?

Jaki jest główny tej sytuacji?

Odnoszący się do ciebie?

Innych osób?

Okoliczności lub losu?





Znajomy nie pojawił się na spotkaniu z Tobą.

Co spowodowało, że znajomy nie pojawił się?

Jaki jest główny tej sytuacji?

Odnoszący się do ciebie?

Innych osób?

Okoliczności lub losu?





Znajomy nie wysłał Ci kartki z wakacji

Co spowodowało, że znajomy nie wysłał kartki?

Jaki jest główny tej sytuacji?

Odnoszący się do ciebie?

Innych osób?

Okoliczności lub losu?





Samochód jedzie za Tobą od pół godziny.

Co spowodowało, że samochód jedzie za Tobą?

Jaki jest główny tej sytuacji?

Odnoszący się do ciebie?

Innych osób?

Okoliczności lub losu?





Autobus którym chciałeś jechać, odjechał Ci sprzed nosa.

Dlaczego nie złapałeś autobusu?

Jaki jest główny tej sytuacji?

Odnoszący się do ciebie?

Innych osób?

Okoliczności lub losu?





Sąsiad zaprosił Cię na drinka.

Co spowodowało, że sąsiad zaprosił Cię?

Jaki jest główny tej sytuacji?

Odnoszący się do ciebie?

Innych osób?

Okoliczności lub losu?





Od jakiegoś czasu mężczyzna czyta gazetę naprzeciwko Twojego mieszkania.

Jaki jest powód dla którego mężczyzna czyta naprzeciwko?

Jaki jest główny tej sytuacji?

Odnoszący się do ciebie?

Innych osób?

Okoliczności lub losu?





Przyjaciel myśli, że jesteś nie fair.

Co spowodowało, że przyjaciel tak myśli?

Jaki jest główny tej sytuacji?

Odnoszący się do ciebie?

Innych osób?

Okoliczności lub losu?





Przyjaciel myśli, że jesteś bystry.

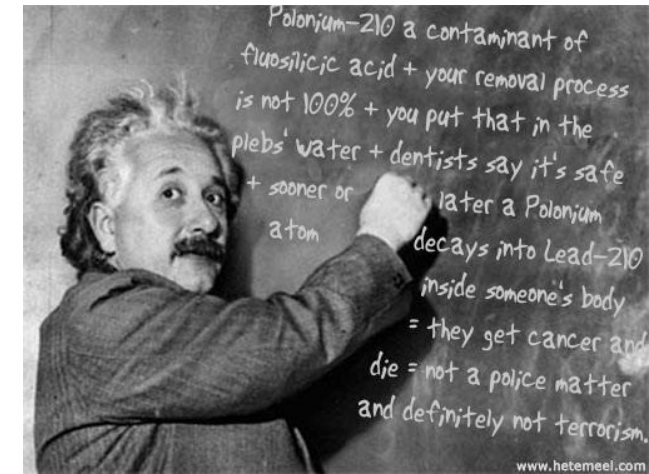
Co spowodowało, że przyjaciel tak myśli?

Jaki jest główny tej sytuacji?

Odnoszący się do ciebie?

Innych osób?

Okoliczności lub losu?





Wykorzystanie w życiu codziennym

Wnioski:

- Zawsze staraj się rozważyć możliwe, złożone czynniki, które mogły mieć udział w jakimś konkretnym wydarzeniu (np. ty/inni/okoliczności).



Wykorzystanie w życiu codziennym

Wnioski:

- Zawsze staraj się rozważyć możliwe, złożone czynniki, które mogły mieć udział w jakimś konkretnym wydarzeniu (np. ty/inni/okoliczności).
- Staraj się myśleć realistycznie jak to tylko możliwe w życiu codziennym: niesprawiedliwie jest zawsze zrzucać winę na innych, tak samo jak nie zawsze naszą winą jest, że coś złego się dzieje.



Wykorzystanie w życiu codziennym

Wnioski:

- Zawsze staraj się rozważyć możliwe, złożone czynniki, które mogły mieć udział w jakimś konkretnym wydarzeniu (np. ty/inni/okoliczności).
- Staraj się myśleć realistycznie jak to tylko możliwe w życiu codziennym: Niesprawiedliwie jest zawsze zrzucać winę na innych, tak samo jak nie zawsze naszą winą jest, że coś złego się dzieje.
- Najczęściej różne czynniki przyczyniają się do powstania jakiegoś wydarzenia



Co to ma wspólnego z psychozą?

Wiele osób (ale nie wszystkie!) mają tendencję do wyjaśniania złożonych wydarzeń jednym prostym powodem. Czasami inni są obwiniani za czyjeś błędy.

Przykład I: Sławek odebrał telefon. Mechaniczny głos pytał go o przyzwyczajenia konsumenckie.

Własne przekonanie: Człowiek od którego wynajmuje mieszkanie szpieguje go, aby móc wyrzucić go z mieszkania.

Wyjaśnienie alternatywne: telefon pochodził od firmy zajmującej się badaniami, które wybrała numer Sławka losowo. Sławek nigdy nie miał konfliktu z osobą od której wynajmuje mieszkanie. Sławek zawsze płaci czynsz na czas, więc jego przypuszczenia są mało prawdopodobne.



Co to ma wspólnego z psychozą?

Czasami, inni przyczyniają się w jakimś stopniu do wydarzenia, ale również inne czynniki mogą być ważne w danych wydarzeniu.

Przykład II: Anna miała nawrót psychozy!

Własne przekonanie: Nawrót był spowodowany przez pojawienie się trudnych wspomnień z dzieciństwa – Anna była bita.

Dodatkowe wyjaśnienie: To może być jedno z wyjaśnień, ale mogą być jeszcze inne czynniki: Anna zaprzestała przyjmowania leków, ponieważ obawiała się utraty pracy.



Dziękujemy za uwagę!

dla prowadzących:

Proszę rozdać arkusze ćwiczeń. Zaprezentuj naszą aplikację COGITO (pobierz bezpłatnie).



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
Vic	flickr	Doctor greating patient [sic]	CC	A doctor is shaking a patient’s hand/Ein Arzt schüttelt einem Patienten die Hand
Benny-Kristin Fischer	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Various motives: pupil, ice hockey player/ Verschiedene Motive: Schüler, Eishockeyspieler
Bdunnette	flickr	DSCF0486	CC	A friend is talking behind your back (wispering)/Freundin hat hinter Ihrem Rücken geredet (flüstern)
rileyroxx	flickr	Job Interview #2	CC	You are invited for a job interview (man dressed in grey shirt + tie)/Vorstellungsgespräch (Mann in schwarzem Hemd u. Krawatte)
bre pettis	flickr	This is what the webcam sees through a peephole	CC	A friend is unpleasantly surprised by your spontaneous visit (man in a spyhole)/Eine Freundin ist von ihrem Besuch unangenehm überrascht (Mann im Spion)
yanec	flickr	laughter workshop	CC	Other people laugh while you are talking (celebration)/Andere fangen an zu lachen, während Sie reden (Feier)
Heidi Wittwer	fotocommunity	schreiende Hand	PP	Screaming hand/Schreiende Hand
zen	flickr	zen driving home - day 14	CC	A friend gives you a lift home (man in the car)/ Ein Freund hat sie nach Hause gefahren (Mann im Auto)
Jswieringa	Flickr	Quarter Past three	CC	A friend did not show up for a meeting with you (clock)/Ein Freund versetzt sie (Wanduhr)
Rocketjim54	Flickr	mail box	CC	Postcard (mailbox)/Postkarte (Briefkasten)



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
trekguy	flickr	rear view side mirror	CC	A car has been driving behind you for some time (rearview mirror of the car)/Ein Wagen fährt längere Zeit hinter ihnen her (Rückspiegel e. Autos)
The Jamoker	flickr	Missed The Bus	CC	Bus passing by/Der Bus fährt weg
*MarS	flickr	wine II	CC	A neighbour invited you for a drink (Glass of white wine)/Nachbar hat sie auf ein Gläschen eingeladen (Glas m. Weiswein)
heater	flickr	Commute (reading gang signs)	CC	Reading the newspaper/Zeitungsleser
Katrin Ze.	fotocommunity	enttäuscht	CC	A friend thinks you are unfair/Ein Freund findet sie unfair (in der Ecke kauernde Frau)
judge mental	flickr	The Fluoride uncertainty Theory	CC	A friend thinks you are smart (Albert Einstein)/ Ein Freund findet sie klug (Einstein)