



Entrenamiento Metacognitivo (EMC)

EMC 7 B — Saltar a Conclusiones, Segunda Parte

© Moritz, Woodward, Arzola & Barrignón, 12 | 22

www.uke.de/mct

El uso de imágenes en éste módulo ha sido posible con el cordial permiso de los propietarios de derecho de autor/imágenes, y los artistas orginales. Para más detalles (artista, título), por favor referirse a la última diapositiva.



Conclusiones Apresuradas

A menudo emitimos juicios sin conocer toda la verdad.

• Razones / ventajas: ???

Desventajas: ???



Conclusiones Apresuradas

A menudo emitimos juicios sin conocer toda la verdad.

- Razones / ventajas: ahorro de tiempo, hace que uno se sienta seguro, se puede parecer resuelto y competente ante los demás ("Una decisión equivocada es mejor que ninguna decisión.")
- Desventajas: ???



Conclusiones Apresuradas

A menudo emitimos juicios sin conocer toda la verdad.

- Razones / ventajas: ahorro de tiempo, hace que uno se sienta seguro, se puede parecer resuelto y competente ante los demás ("Una decisión equivocada es mejor que ninguna decisión.")
- Desventajas: riesgo de hacer una interpretación errónea y tomar una decisión peligrosa...



¿Cuándo?	Ejemplo
cuando el problema es complejo	???
cuando tenemos una experiencia previa, de la que se pueden hacer generalizaciones	???
cuando la decisión en realidad no tiene mucha importancia	???



¿Cuándo?	Ejemplo
cuando el problema es complejo	Para comprar un coche es imposible comparar todos los modelos y considerar todos los parámetros (precio, kilometraje, etc.). Hay que hacer una selección.
cuando tenemos una experiencia previa, de la que se pueden hacer generalizaciones	???
cuando la decisión en realidad no tiene mucha importancia	???



¿Cuándo?	Ejemplo
cuando el problema es complejo	Para comprar un coche es imposible comparar todos los modelos y considerar todos los parámetros (precio, kilometraje, etc.). Hay que hacer una selección.
cuando tenemos una experiencia previa, de la que se pueden hacer generalizaciones	Las sobre generalizaciones pueden conducir a prejuicios. ("visto uno, vistos todos")
cuando la decisión en realidad no tiene mucha importancia	???



¿Cuándo?	Ejemplo
cuando el problema es complejo	Para comprar un coche es imposible comparar todos los modelos y considerar todos los parámetros (precio, kilometraje, etc.). Hay que hacer una selección.
cuando tenemos una experiencia previa, de la que se pueden hacer generalizaciones	Las sobre generalizaciones pueden conducir a prejuicios. ("visto uno, vistos todos")
cuando la decisión en realidad no tiene mucha importancia	Elegir un tipo de pastel, el color de los calcetines, el almuerzo etc



Dominio	Ejemplo
Preocupaciones exageradas sobre la salud	• Las personas con preocupaciones exageradas sobre su salud a menudo creen que algunos síntomas menores e inespecíficos (ej. lunar) son señales de trastornos graves (ej. cáncer de piel).
Impostora	• Bajo el seudónimo de Anna Delvey, la germano-rusa Anna Sorokin fingió ser la hija de un millonario en Manhattan en 2012. Entre otros delitos, defraudó a bancos y a amigos/as por un total de unos 275.000 dólares. Por ejemplo, ella justificó su incapacidad para pagar los préstamos a una disputa con su padre que le impedía acceder a sus fondos. Su confianza en sí misma llevó a sus amigos/as y socios/as comerciales a confiar ciegamente en ella. Solo cuando las facturas impagas comenzaron a acumularse, Sorokin fue acusada y condenada por robo y fraude. Una buena cantidad de escepticismo sobre su identidad, declaraciones y capacidad para pagar préstamos podría haber expuesto su situación financiera antes



- Mitos Modernos -

(para un ejercicio alternativo ir al final de la presentación)

¿Hay alguna conexión entre la marca de cigarrillos "Lucky Strike" y la bomba atómica de Japón?

Leyenda	A favor y en contra	"Evidencia"
El diseño del paquete de cigarrillos ha generado rumores de que la marca "Lucky Strike" tiene que ver con la caída de la bomba atómica en Japón.	A favor: ??? En contra: ???	LUCKY STRIKE DE LA CONTROL DE
		¿Bandera japonesa?



- Mitos Modernos -

¿Hay alguna conexión entre la marca de cigarrillos "Lucky Strike" y la bomba atómica de Japón?

Leyenda	A favor y en contra	"Evidencia"
El diseño del paquete de cigarrillos ha generado rumores de que la marca "Lucky Strike" tiene que ver con la caída de la bomba atómica en Japón.	 A favor: La bandera japonesa – igual que el paquete- es un círculo rojo sobre un fondo blanco. El círculo rojo puede ilustrar la contaminación radiactiva. "Lucky Strike" puede entenderse como "ataque con éxito". Lucky Strike cambió el paquete durante la Segunda Guerra Mundial. Antes el fondo blanco era verde. En contra: ???? 	¿Bandera japonesa?



- Mitos Modernos -

¿Hay alguna conexión entre la marca de cigarrillos "Lucky Strike" y la bomba atómica de Japón?

, ,	Little la filatea de elgarrillos Edeky Strike y la borriba atorril	
Leyenda	A favor y en contra	"Evidencia"
El diseño del paquete de cigarrillos ha generado rumores de que la marca "Lucky Strike" tiene que ver con la caída de la bomba atómica en Japón.	 A favor: La bandera japonesa – igual que el paquete- es un círculo rojo sobre un fondo blanco. El círculo rojo puede ilustrar la contaminación radiactiva. "Lucky Strike" puede entenderse como "ataque con éxito". Lucky Strike cambió el paquete durante la Segunda Guerra Mundial. Antes el fondo blanco era verde. En contra: El círculo rojo ya estaba en el paquete antiguo. El diseño del paquete se cambió en 1940/1941 por razones de marketing – la caída de la bomba atómica fue en 1945. La marca se creó en los tiempos de los buscadores de oro. El nombre "Lucky Strike" está registrado desde 1871. La lata inicial de tabaco tenía un martillo apuntando al cielo – un símbolo de suerte ("lucky strike" = golpe de suerte) para un buscador de oro. 	¿Bandera japonesa?



- Mitos Modernos -

¿Hay alguna conexión entre la marca de cigarrillos "Lucky Strike" y la bomba atómica de

Japón?



¡No!



¿Cómo surgen estas teorías de conspiración?

555



¿Cómo surgen estas teorías de conspiración?

- Son más emocionantes que la misma realidad.
- Se basan en información difícil de comprobar o demostrar (ej. el paquete representa Japón y el círculo rojo la contaminación radiactiva), pero aún es creído ingenuamente por algunas personas.
- Las explicaciones alternativas se ocultan (ej. que "lucky strike" (= golpe se suerte) también se puede referir a un descubrimiento)
- Las leyendas a veces se basan en hechos que han sido sacados de contexto. La importancia de estos datos se exagera en gran medida (en efecto el paquete se cambió durante la Segunda Guerra Mundial, sin embargo, esto no habla per se a favor de la leyenda)



¿Cómo surgen estas teorías de conspiración?

- Existen numerosos ejemplos históricos en los que se les ha echado la culpa a personas en desventaja o a grupos minoritarios por cosas que estuvieron fuera de su control. Por ejemplo, en la Edad Media se culpaba a las brujas u otras personas de religiones minoritarias por la mala cosecha.
- Estas explicaciones son demasiado sencillas. Sin embargo, reducen la tensión y los temores al tiempo que nos proporcionan una ilusión de control.



¿Qué relevancia tiene esto?

 Hay estudios que demuestran que muchas personas con psicosis (¡pero no todas!) toman decisiones basándose en una información escasa. Este tipo de toma de decisiones puede conducir fácilmente a errores, en comparación con un tipo de decisiones que implique un examen cuidadoso de toda la información disponible.



¿Qué relevancia tiene esto?

- Hay estudios que demuestran que muchas personas con psicosis (¡pero no todas!) toman decisiones basándose en una información escasa. Este tipo de toma de decisiones puede conducir fácilmente a errores, en comparación con un tipo de decisiones que implique un examen cuidadoso de toda la información disponible.
- La percepción de la realidad para muchas (¡pero no para todas!) de las personas con psicosis está alterada. Se tienen en cuenta interpretaciones poco probables que la mayor parte de la gente pasaría por alto.



A continuación les mostramos como el saltar a conclusiones conduce a errores de interpretación durante la psicosis.

Evento	Explicación del evento durante la psicosis	Lo que en realidad sucedió
La comida sabe rara.	Envenamiento	Mal cocinero, ingredientes caducados.
Su novia huele diferente cuando llega a casa por la tarde.	Ud. está convencido de que le engaña.	Su novia tiene un nuevo perfume y lo que espera es un cumplido y no acusaciones
En la radio suena "Hero" de Mariah Carey unas cuantas veces.	Es una señal secreta de que ha sido elegido para salvar el mundo.	Es una emisora de música pop.

¿Quiere contribuir alguien con alguna experiencia personal breve?



• En los siguientes ejercicios se le mostrarán diferentes cuadros. Por favor, trate de seleccionar cuál de las alternativas puede ser el título de la pintura y descarte aquellas que sean improbables.



- En los siguientes ejercicios se le mostrarán diferentes cuadros. Por favor, trate de seleccionar cuál de las alternativas puede ser el título de la pintura y descarte aquellas que sean improbables.
- Comente los pros y contras de cada una de las interpretaciones.



- En los siguientes ejercicios se le mostrarán diferentes cuadros. Por favor, trate de seleccionar cuál de las alternativas puede ser el título de la pintura y descarte aquellas que sean improbables.
- Comente los pros y contras de cada una de las interpretaciones.
- Por favor diga también el grado de seguridad en su decisión.



- En los siguientes ejercicios se le mostrarán diferentes cuadros. Por favor, trate de seleccionar cuál de las alternativas puede ser el título de la pintura y descarte aquellas que sean improbables.
- Comente los pros y contras de cada una de las interpretaciones.
- Por favor diga también el grado de seguridad en su decisión.
- Preste especial atención a las características que claramente excluyen una interpretación.





- a. Buenas noticias
- b. La muerte del niño
- c. El reclutamiento
- d. Trágicas noticias





- a. Buenas noticias
- b. La muerte del niño
- c. El reclutamiento
- d. Trágicas noticias (Peter Fendi, 1838)





- a. Educación
- b. Sopa en el monasterio
- c. Antes de la misa
- d. La conversión





- a. Educación
- b. Sopa en el monasterio (Anton Mangold, 1888)
- c. Antes de la misa
- d. La conversión





- a. La guerra
- b. Anunciación de la llegada de Cristo
- c. El caballo negro
- d. El caballo balancín





- a. La guerra (Henri Julien F. Rousseau, 1894)
- b. Anunciación de la llegada de Cristo
- c. El caballo negro
- d. El caballo balancín





- a. Envenenamiento
- b. ¿Por qué me casé con él?
- c. Suicidio
- d. La madre desesperada





- a. Envenenamiento
- b. ¿Por qué me casé con él? (Murray, ca. 1940)
- c. Suicidio
- d. La madre desesperada





- a. Alboroto
- b. Día de mercado
- c. El gallinero
- d. Juegos de niños





- a. Alboroto
- b. Día de mercado
- c. El gallinero
- d. Juegos de niños (Pieter d. Ä. Bruegel, 1560)



Opcional: Videoclip

Opcional: Los vídeos sobre el tema de hoy están disponibles en

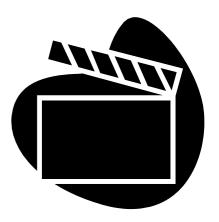
la siguiente página web:

http://www.uke.de/mct_videos

Después de verlo, se comentará la relación entre el video y el tema de hoy.

[for trainers:

algunos vídeos pueden contener lenguaje no apropiado para todos los públicos o no ser válidos en distintas culturas. Por favor, revise cuidaosamente los vídeos antes de mostrarlos]







- a. Juego prohibido
- b. El tramposo del as de diamantes
- c. El veneno
- d. La condesa apuesta su casa y sus tierras





- a. Juego prohibido
- b. El tramposo del as de diamantes (Georges de la Tour, 1630)
- c. El veneno
- d. La condesa apuesta su casa y sus tierras





- a. Pillaje en el cementerio
- b. Dos hombres contemplando la luna
- c. El cazador de vampiros
- d. Eclipse de sol





- a. Pillaje en el cementerio
- b. Dos hombres contemplando la luna (Caspar David Friedrich, 1819)
- c. El cazador de vampiros
- d. Eclipse de sol





- a. Descanso en la linde del bosque
- b. La huída
- c. Agotamiento
- d. La herida





- a. Descanso en la linde del bosque (F.G. Waldmüller, 1793-1865)
- b. La huída
- c. Agotamiento
- d. La herida





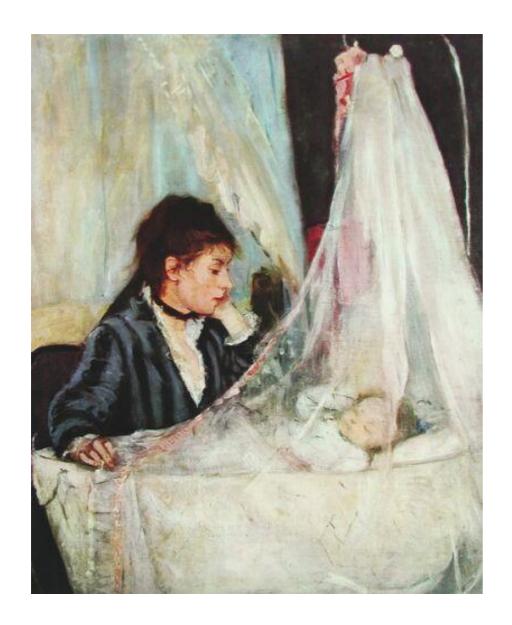
- a. La última comida
- b. Alimentando a los conejos
- c. Compañeros de juego
- d. Domingo de Pascua





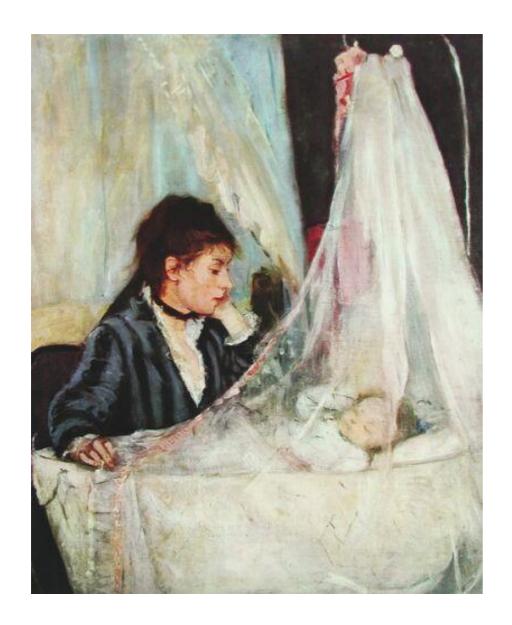
- a. La última comida
- b. Alimentando a los conejos (Felix Schlesinger, 1833-1910)
- c. Compañeros de juego
- d. Domingo de Pascua





- a. Aliento de muerte
- b. El niño agonizante
- c. El arrullo
- d. Madre en la cuna





- a. Aliento de muerte
- b. El niño agonizante
- c. El arrullo
- d. Madre en la cuna (Morisot Berthe, 1872)





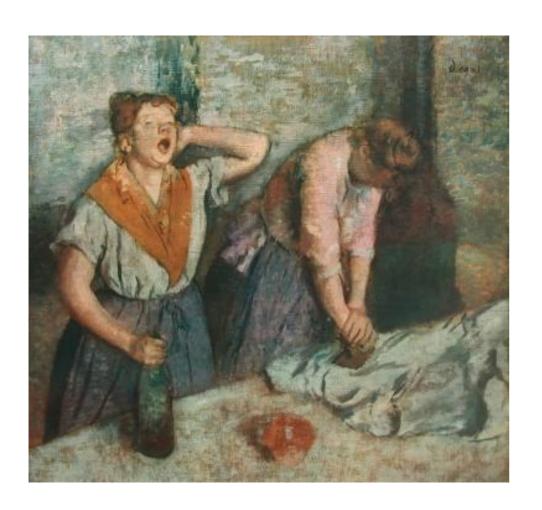
- a. Invitación a bailar
- b. Masaje de cuello
- c. Vistiéndose
- d. Pillado en acción





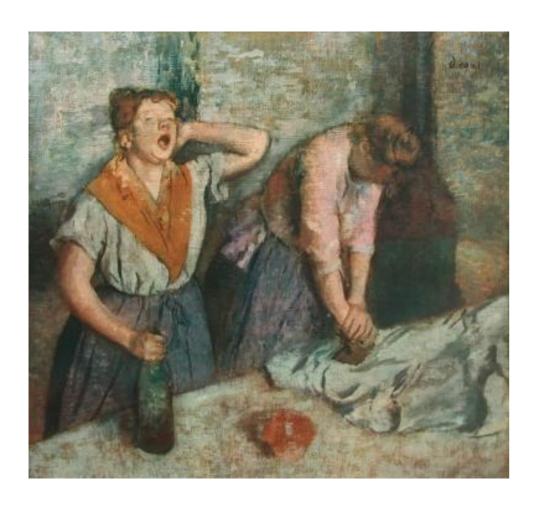
- a. Invitación a bailar
- b. Masaje de cuello
- c. Vistiéndose (Joseph Caraud, 1868)
- d. Pillado en acción





- a. Las alcohólicas
- b. Reanimación
- c. Mujeres limpiando
- d. Dos planchadoras





- a. Las alcohólicas
- b. Reanimación
- c. Mujeres limpiando
- d. Dos planchadoras (Edgar Degas, 1884)





- a. Después de la cosecha
- b. El país de Jauja
- c. El gallo decapitado
- d. Comida envenenada





- a. Después de la cosecha
- b. El país de Jauja (Pieter d. Ä. Bruegel, 1567)
- c. El gallo decapitado
- d. Comida envenenada





- a. El brujo
- b. Asombro
- c. El predicador itinerante
- d. El prestidigitador





- a. El brujo
- b. Asombro
- c. El predicador itinerante
- d. El prestidigitador (Hieronymus Bosch, 1480)





- a. El funeral
- b. El rezo
- c. El almuerzo
- d. El discurso





- a. El funeral
- b. El rezo
- c. El almuerzo (Albin Egger-Lienz, 1910)
- d. El discurso





- a. Dama con dos caballeros (Muchacha con copa de vino)
- b. La propuesta
- c. Los gemelos
- d. La cena festiva





- a. Dama con dos caballeros (Muchacha con copa de vino)(Jan Vermeer van Delft, 1660)
- b. La propuesta
- c. Los gemelos
- d. La cena festiva





- a. Carnaval en Venecia
- b. Mujer con anteojos para la ópera
- c. El agente secreto
- d. El ángel





- a. Carnaval en Venecia
- b. Mujer con anteojos para la ópera (Edgar Degas, 1834-1917)
- c. El agente secreto
- d. El ángel



Metas de aprendizaje:

• Cuando los juicios son importantes y trascendentales, es mejor evitar las decisiones apresuradas y considerar toda la información pertinente. ("hombre prevenido vale por dos").



- Cuando los juicios son importantes y trascendentales, es mejor evitar las decisiones apresuradas y considerar toda la información pertinente. ("hombre prevenido vale por dos").
- Ejemplo: Alguien habla muy despacio y su cara es inexpresiva. ¿Alteración mental? ¿Enfermedad neurológica?



- Cuando los juicios son importantes y trascendentales, es mejor evitar las decisiones apresuradas y considerar toda la información pertinente. ("hombre prevenido vale por dos").
- Ejemplo: Alguien habla muy despacio y su cara es inexpresiva. ¿Alteración mental? ¿Enfermedad neurológica?
- Sea cuidadoso con las decisiones precipitadas: También puede suceder que los síntomas estén causados por efectos secundarios de medicación.



- Cuando los juicios son importantes y trascendentales, es mejor evitar las decisiones apresuradas y considerar toda la información pertinente. ("hombre prevenido vale por dos").
- Ejemplo: Alguien habla muy despacio y su cara es inexpresiva. ¿Alteración mental? ¿Enfermedad neurológica?
- Sea cuidadoso con las decisiones precipitadas:
 También puede suceder que los síntomas estén causados por efectos secundarios de medicación.
- Para eventos de menor importancia, es posible decidir rápidamente (por ejemplo, elegir un tipo de yogur o un tipo de pastel).



- Cuando los juicios son importantes y trascendentales, es mejor evitar las decisiones apresuradas y considerar toda la información pertinente. ("hombre prevenido vale por dos").
- Ejemplo: Alguien habla muy despacio y su cara es inexpresiva. ¿Alteración mental? ¿Enfermedad neurológica?
- Sea cuidadoso con las decisiones precipitadas: También puede suceder que los síntomas estén causados por efectos secundarios de medicación.
- Para eventos de menor importancia, es posible decidir rápidamente (por ejemplo, elegir un tipo de yogur o un tipo de pastel).
- Errar es humano, esté preparado para la posibilidad de estar equivocado.



- Cuando los juicios son importantes y trascendentales, es mejor evitar las decisiones apresuradas y considerar toda la información pertinente. ("hombre prevenido vale por dos").
- Ejemplo: Alguien habla muy despacio y su cara es inexpresiva. ¿Alteración mental? ¿Enfermedad neurológica?
- Sea cuidadoso con las decisiones precipitadas:
 También puede suceder que los síntomas estén causados por efectos secundarios de medicación.
- Para eventos de menor importancia, es posible decidir rápidamente (por ejemplo, elegir un tipo de yogur o un tipo de pastel).
- Errar es humano, esté preparado para la posibilidad de estar equivocado.
- Las decisiones importantes deben basarse en hechos sólidos. Las meras conjeturas son "malos consejeros". Hay que tener en cuenta siempre las consecuencias de un juicio erróneo.



¿Qué tiene esto que ver con la psicosis?

Muchas (¡pero no todas!) de las personas con psicosis tienden a saltar a conclusiones y a formarse opiniones extremas. Esta forma de razonar puede exacerbarse cuando se está bajo presión y se necesita desahogo.



¿Qué tiene esto que ver con la psicosis?

Muchas (¡pero no todas!) de las personas con psicosis tienden a saltar a conclusiones y a formarse opiniones extremas. Esta forma de razonar puede exacerbarse cuando se está bajo presión y se necesita desahogo.

Ejemplo: Sheila cree que su doctor es en realidad su ex-novio que la ha estado siguiendo durante años bajo la falsa identidad de su psiquiatra.

Antecedentes: Los dos son del mismo pueblo y tienen el mismo nombre propio

Pero: Esto es sólo casualidad.



¿Qué tiene esto que ver con la psicosis?

Muchas (¡pero no todas!) de las personas con psicosis tienden a saltar a conclusiones y a formarse opiniones extremas. Esta forma de razonar puede exacerbarse cuando se está bajo presión y se necesita desahogo.

Ejemplo: Sheila cree que su doctor es en realidad su ex-novio que la ha estado siguiendo durante años bajo la falsa identidad de su psiquiatra.

Antecedentes: Los dos son del mismo pueblo y tienen el mismo nombre propio

Pero: Esto es sólo casualidad.

Antes de hacer acusaciones serias se debe corroborar la información mediante múltiples fuentes y también discutir las diferentes posibilidades con personas de confianza.



¡Gracias Por Su Atención!

para los conductores:

Reparta las hojas de trabajo y presente la aplicación móvil COGITO (de descarga gratuita).



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/A Name Fotograf/Künstle		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
Oiseau '3'	flickr	LUCKY STRIKE	СС	Lucky Strike cigarette box/ Zigarettenschachtel

All reproduced paintings are in the public domain because their copyright has expired (all artists died more than 70 years ago).

Alle abgebildeten Kunstwerke sind gemeinfrei ("public domain"), da die Schutzfrist des Urheberrechts unseres Wissens abgelaufen ist ("public domain"; alle Künstler verstarben vor mindestens 70 Jahren). Alle Reproduktionen gelten ebenfalls als gemeinfrei.



Mito	Teorías conspiratorias	"Evidencia"
La llegada del hombre a la luna en 1969 nunca tuvo lugar y no fue más que una farsa.	¿Argumentos a favor?	



Mito	Teorías conspiratorias	"Evidencia"
La llegada del hombre a la luna en 1969 nunca tuvo lugar y no fue más que una farsa.	 Motivaciones que se le atribuyen a los EEUU: "Victoria tecnológica" en la competición espacial con la Unión Soviética, que había lanzado antes un satélite al espacio con éxito Distracción de la guerra de Vietnam La propia NASA falsificó el alunizaje por temor a recortes presupuestarios del gobierno 	



Mito	A favor y en contra	"Evidencia"
La llegada del hombre a la luna en 1969 nunca tuvo lugar y no fue más que una farsa.	A favor: ???	



Mito	A favor y en contra	"Evidencia"
La llegada del hombre a la luna en 1969 nunca tuvo lugar y no fue más que una farsa.	 "Bandera ondeando": imposible, ya que en la luna no hay atmósfera Las fotos del cielo sin estrellas y las sombras cambiantes apuntan a una grabación de estudio El mensaje de radio de Armstrong: Responde muy rápido a la última frase del presidente Nixon. Una señal de radio necesita más tiempo para ser transmitida desde la tierra que el que empleó Armstrong para responder 	



Mito	A favor y en contra	"Evidencia"
La llegada del hombre a la luna en 1969 nunca tuvo lugar y no fue más que una farsa.	En contra: ???	

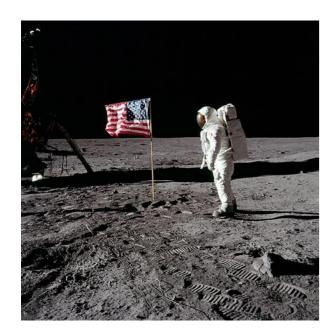


Mito	A favor y en contra	"Evidencia"
La llegada del hombre a la luna en 1969 nunca tuvo lugar y no fue más que una farsa.	 En contra: El efecto de la bandera ondeando se creó clavando el asta en la superficie lunar y con un mástil superior horizontal Las fotografías nocturnas no pueden capturar las luces débiles por los tiempos de exposición → ausencia de estrellas Las sombras cambiantes están causadas por la superficie desigual de la luna La entrevista había sido editada para cubrir el retardo original en el diálogo entre Nixon y Armstrong 	



- Leyendas urbanas -

¿Fue la llegada del hombre a la luna un engaño del gobierno de los EEUU?



Director Roland Emmerich (Independence Day):

"La llegada a la luna [...] era demasiado buena. Tal cosa era imposible de lograr en los años 60. Incluso con tecnología como la de hoy en dia plantearía problemas."

Fuente: German television station ZDF: "Vorsicht Verschwörung" [Beware conspiracy]



¿Cómo surgen esta leyenda urbana y otras teorías conspiratorias?

???



¿Cómo surgen esta leyenda urbana y otras teorías conspiratorias?

- A menudo son más emocionantes que la realidad.
- Se basan en información que es difícil de comprobar y la gente lo cree fácilemente (ej. el ondear de la bandera sugiere que las fotos fueron tomadas en la tierra).
- Se ocultan explicaciones alternativas (ej. el cielo sin estrellas se puede explicar por la limitaciones técnicas de las fotografías nocturnas).
- Las leyendas urbanas toman hechos sacados de contexto y los ponen al límite.