



Metakognitif Eğitim (MCT)

MCT 3 A – İnançları Değiştirmek

© Moritz, Woodward & Akturan (11|21)

www.uke.de/mct

Bu modüldeki resimlerin kullanımı için gerekli izin sırasıyla sanatçılardan ve telif hakkı sahipleri nden temin edilmiştir.
Detaylar için (sanatçı ismi, başlık), lütfen bu sunumun sonundaki ilgili kısma bakınız.



İnançları Değiştirmek

- İnsanların ilk izlenimlerine sıkı sıkıya sarılma eğilimi vardır (ör: önyargı, “ilk izlenim sahip olunabilecek tek izlenimdir” tavrı)



İnançları Değiştirmek

- İnsanların ilk izlenimlerine sıkı sıkıya sarılma eğilimi vardır (ör: önyargı, “ilk izlenim sahip olunabilecek tek izlenimdir” tavrı)
- **Sebepler:** Tembellik, “doğrulama yanlı düşünmek”*, düşüncesizlik, karmaşık dünyada yönümüzü bulmamıza yardımcı olur, gurur

* Sadece görmek istediğini görürsün



İnançları Değiştirmek

- İnsanların ilk izlenimlerine sıkı sıkıya sarılma eğilimi vardır (ör: önyargı, “ilk izlenim sahip olunabilecek tek izlenimdir” tavrı)
- **Sebepler:** Tembellik, “doğrulama yanlı düşünmek”*, düşüncesizlik, karmaşık dünyada yönümüzü bulmamıza yardımcı olur, gurur
- **Sorunlar:** Yanlış hükümlerimizi devam ettiririz (ör: ırkla ilgili önyargılar), yanlış üzerine yanlış yapmak- genelleme yapmak (“birini gördüm – hepsini gördüm”), ikinci şansı hak edebilecek birine o şansı vermemek

* Sadece görmek istediğini görürsün



Tahminler doğru çıkmadığında

Salt Lake şehrindeki (ABD) bir tarikatın lideri olan Marion Keech uzaydan mesajlar aldığını iddia etmiştir. Ona gelen vahiye göre 21 Aralık 1954 günü şafak vaktinden önce büyük tufan ile dünyanın sonu gelecekti. Ancak o ve müritlerinin canı bağışlanacak ve bir uzay gemisi tarafından kurtarılacaklardı.

O günün akşamı grup yeleri Keech'in evinde toplanır ve kehanetin gerçekleşmesini beklerler. Gece yarısı geçer ancak... hişbir şey olmaz. Ne tufan ne de uzay gemisi görülür.

Bu tarikat bu durumu nasıl açıkladı?

İnançlarından vazgeebildiler mi? Siz ne düşünüyorsunuz?

???





Tahminler doğru çıkmadığında

Kehanetin yanlış çıkması ile tarikatın lideri olan Keech, ilk başta büyük bir şüpheye düşer ve ağlar.

Ertesi sabah grup yeleri bildirirler ki: Tanrı bu küçük grup insandan o kadar etkilenmiştir ki; tufandan vazgeçmiş ve tüm dünyanın canını bağışlamıştır.

Bu açıklama, bazı insanların tahminleri doğru çıkmadığında nasıl bu durumla baş ettiklerine dair bir örnektir:

'Minareyi alan, kılıfını uydurur!'

* Kaynakça: Festinger ve arkadaşları, (1956) *When Prophecy Fails*





Esnek olmamak “hareket halinde” (“at gözlüğü ile bakmak”)

alan	Örnekler
coğrafya	???
toplum	???
felaketler	???



Esnek olmamak “hareket halinde” (“at gözlüğü ile bakmak”)

alan	Örnekler
coğrafya	<ul style="list-style-type: none">Dünya düzdür! Bu teori, ortaçağ dönemi boyunca bir sürü bilimadamı tarafından reddedilmiştir. Ancak, 20. yüzyıla kadar Düz Dünya Topluluğu bu yanlış inanca tutunmaya devam etti ve dünyanın uzaydan çekilmiş top şeklindeki fotoğraflarını komplo olarak düşündüler
toplum	???
felaketler	???



Esnek olmamak “hareket halinde” (“at gözlüğü ile bakmak”)

alan	Örnekler
coğrafya	<ul style="list-style-type: none">Dünya düzdür! Bu teori, ortaçağ dönemi boyunca bir sürü bilimadamı tarafından reddedilmiştir. Ancak, 20. yüzyıla kadar Düz Dünya Topluluğu bu yanlış inanca tutunmaya devam etti ve dünyanın uzaydan çekilmiş top şeklindeki fotoğraflarını komplo olarak düşündüler
toplum	<ul style="list-style-type: none">Bir rejimin hem başarısız hem gaddar ve kötü oluşuna dair kanıtlara bakılmaksızın yüceltilmesi (ör: faşizm, Stalincilik)
felaketler	???



Esnek olmamak “hareket halinde” (“at gözlüğü ile bakmak”)

alan	Örnekler
coğrafya	<ul style="list-style-type: none">Dünya düzdür! Bu teori, ortaçağ dönemi boyunca bir sürü bilimadamı tarafından reddedilmiştir. Ancak, 20. yüzyıla kadar Düz Dünya Topluluğu bu yanlış inanca tutunmaya devam etti ve dünyanın uzaydan çekilmiş top şeklindeki fotoğraflarını komplo olarak düşündüler
toplum	<ul style="list-style-type: none">Bir rejimin hem başarısız hem gaddar ve kötü oluşuna dair kanıtlara bakılmaksızın yüceltilmesi (ör: faşizm, Stalincilik)
felaketler	<ul style="list-style-type: none">Önlenebilir kazalara, genelde uyarıları dikkate almamış olmak sebep oluyor (ör: çığ felaketi: mağdurlar çoğu zaman olaydan önce tehlikeyle ilgili uyarı almış oluyor)Titanik-felaketi: asla batmaz diye ünlendiği için insanlar uyarıları dikkate alınmamıştır



Bunu neden yapıyoruz?

Araştırmalar gösteriyor ki; psikozdaki çoğu insan (ancak hepsi değil!) tersini gösteren bilginin ışığında bile bir durumla ilgili fikir ya da inancını sürdürmeye devam ediyor.

Bu da kişiler arası sorunlara sebep olup, çevreyle ilgili sağlıklı ve gerçekçi bir bakış oluşturmamıza engel teşkil edebilir.



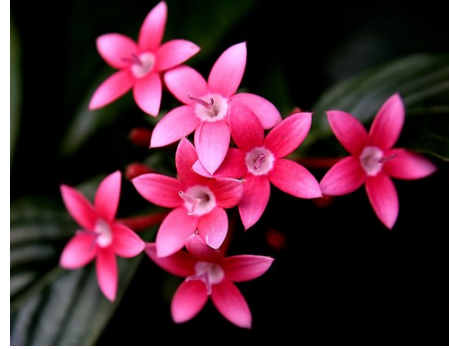
Psikoz döneminde katı inançlar nasıl yanlış anlaşılmalara yol açabilir - örnekler

- Kesin fikir çatışması olur korkusu/beklentisi ya da öteki insanlara duyulan güvensizlik dolayısıyla, belirgin konular hakkında arkadaş ya da akrabalarla tartışmaktan kaçınmak.
- Sizin kendi inançlarınızla ters düşen fikirlere sahip insanları düşman olarak algılayıp, size zarar vereceklerini düşünmüş olabilirsiniz.
- Bilgiyi sade tek kaynaktan elde ederken (ör: internetteki komplo teorileri hakkındaki forumlar), diğer daha ciddi medya kaynaklarını (ör: basın ajansları) umursamamak.

Kim kısa bir kişisel yaşantısı ile katkıda bulunmak ister?



Aşağıdaki 3 resim belli bir kategoriye ait. Sizce bu hangi kategori olabilir?



Eğer yukarıdakileri hangi kategorinin tamamıyla kapsadığından eminseniz, cevabınızı öneriniz.

Cevabınızla ilgili geri bildirim alacaksınız (“evet” ya da “hayır”).

Diğer seğenekleri varsayımınızı test edecek sırada önermeye dikkat ediniz.



Kategori: canlılar!



Diğer seçenekler:



Yaygın hata: Çoğu insan kendi varsayımını doğrulayacak bilgiyi ararken, onunla çelişecek bilginin varlığını unutur (doğrulama yanlı düşünme dolayısıyla). Bu durumda doğru gibi görünen kategori: ieklerdir. Çoğunlukla alternatif düşünce ya da önemli etmenler göz önüne alınmaz.

Günlük yaşamdan örnekler:

- kişi kendi fikri ile uyuşan gazeteleri okur.
- kişi karşıt fikirleri tartışmaktansa, kendisinden farklı düşünen insanlarla ilişkiden kaçınır.

Bu da tek-tarafli tutumlara hatta yanlış kanıların iyice dallanıp budaklanmasına yol açabilir.



Alıştırma

- Őimdi, bir hikayeyi oluşturan, farklı yorumlara açık 3 resim gösterilecektir.



Alıştırma

- Őimdi, bir hikayeyi oluşturan, farklı yorumlara açık 3 resim gösterilecektir.
- Bu resimler ters sırada gösterilecek, yani en son resmi ilk göreceksiniz.



Alıştırma

- Őimdi, bir hikayeyi oluşturan, farklı yorumlara açık 3 resim gösterilecektir.
- Bu resimler ters sırada gösterilecek, yani en son resmi ilk göreceksiniz.
- Her resim gösterildikten sonra, sunulan çeşitli yorumların akla yatkınlığını ve olabilirliğini değerlendirmeniz sizden istenecek. Her yeni bir resimden sonra bu yorumları tekrar değerlendirmeniz gerekecektir.

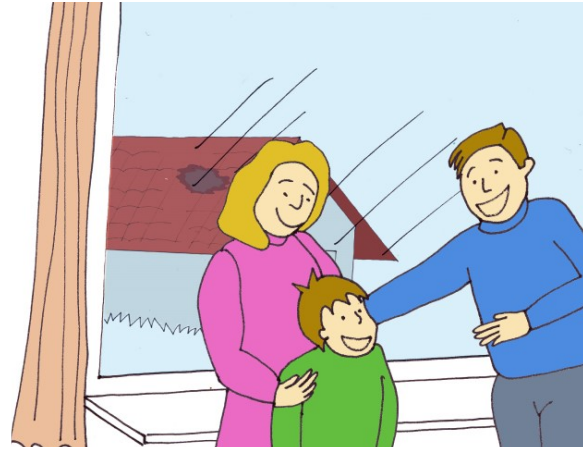


Alıştırma

- Őimdi, bir hikayeyi oluşturan, farklı yorumlara açık 3 resim gösterilecektir.
- Bu resimler ters sırada gösterilecek, yani en son resmi ilk göreceksiniz.
- Her resim gösterildikten sonra, sunulan çeşitli yorumların akla yatkınlığını ve olabilirliğini değerlendirmeniz sizden istenecek. Her yeni bir resimden sonra bu yorumları tekrar değerlendirmeniz gerekecektir.
- Değerlendirmenizde ne kadar güvenli olduğunuzu grup ile tartışınız.



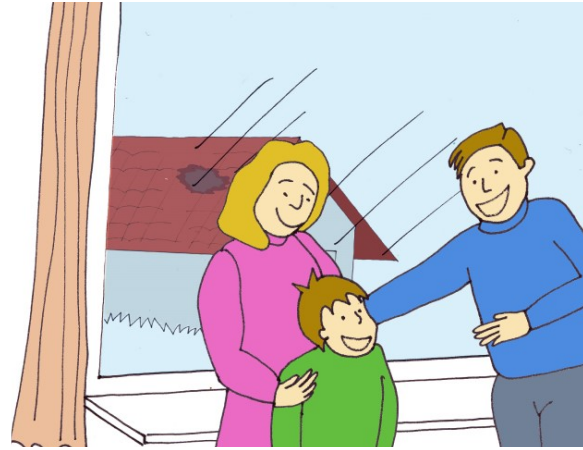
Sizce ne olmuş olabilir?



3



Her seeneği ne kadar olabilir buluyorsunuz?

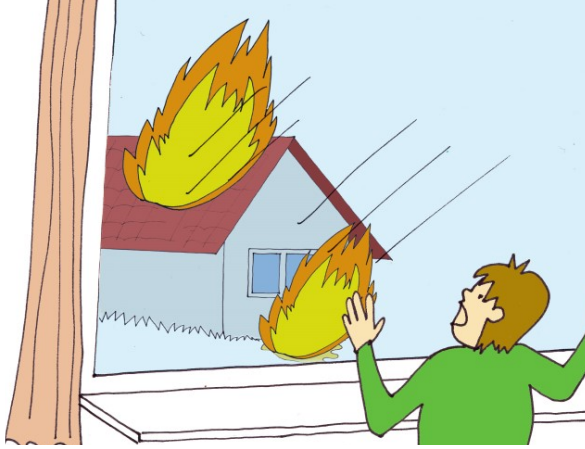


3

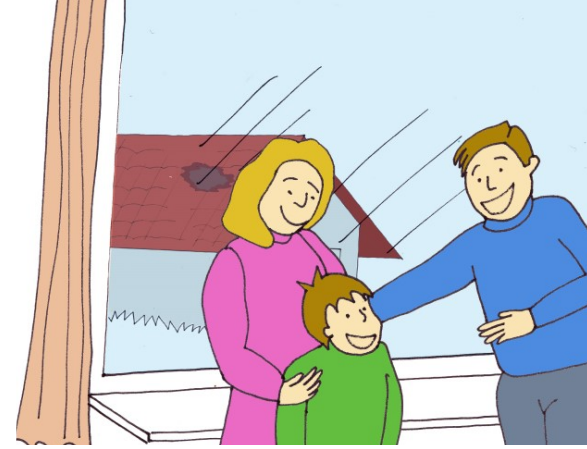
1. ocuk mutlu çünkü sonunda bir aile onu evlat edindi.
2. Ailesi çocuklarını övüyorlar çünkü o ihbar ettiği için yangına zamanında müdahale edilebildi.
3. ocuk okulda bir dersinden iyi bir not aldığını öğrendi.
4. ocuk yakalanmadan yangın çıkardı.



Yeni resim ile birlikte kararınız değişti mi?



2



3

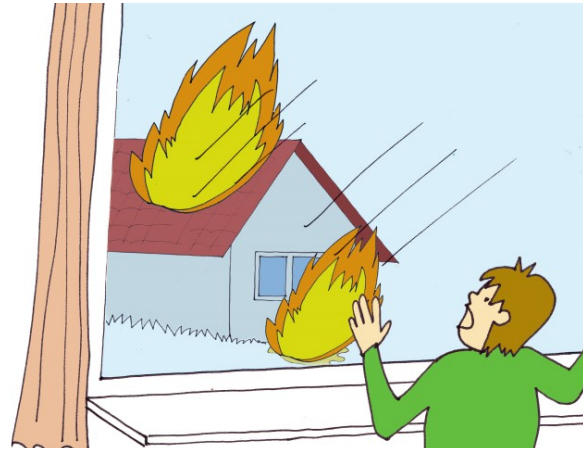
1. Çocuk mutlu çünkü sonunda bir aile onu evlat edindi.
2. Ailesi çocuklarını övüyorlar çünkü o ihbar ettiği için yangına zamanında müdahale edilebildi.
3. Çocuk okulda bir dersinden iyi bir not aldığını öğrendi.
4. Çocuk yakalanmadan yangın çıkardı.



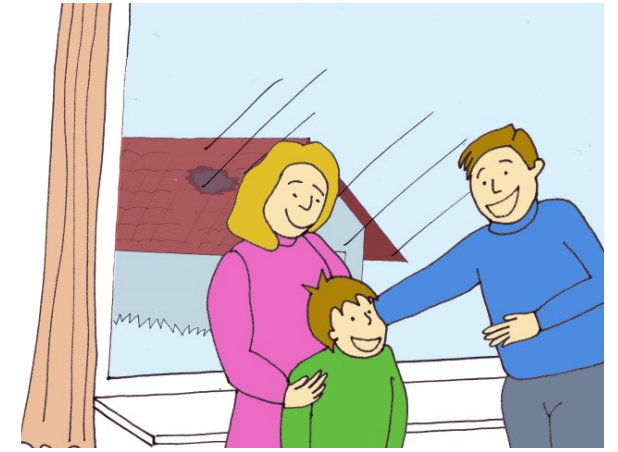
Olasılığı tekrar değerlendiriniz!



1



2

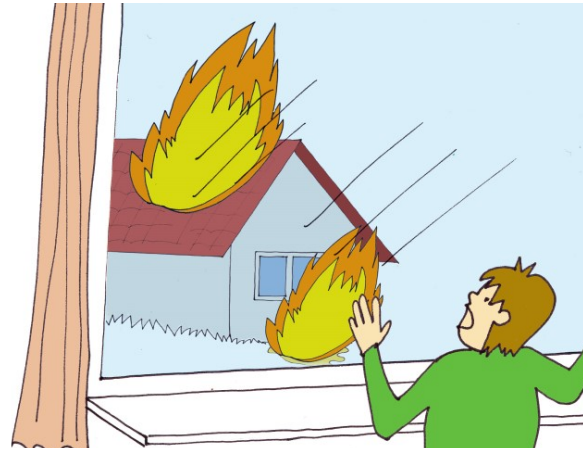


3

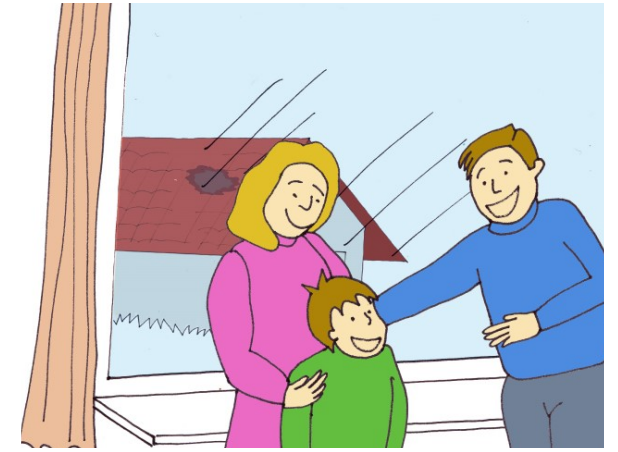
1. Çocuk mutlu çünkü sonunda bir aile onu evlat edindi.
2. Ailesi çocuklarını övüyorlar çünkü o ihbar ettiği için yangına zamanında müdahale edilebildi.
3. Çocuk okulda bir dersinden iyi bir not aldığını öğrendi.
4. Çocuk yakalanmadan yangın çıkardı.



1



2

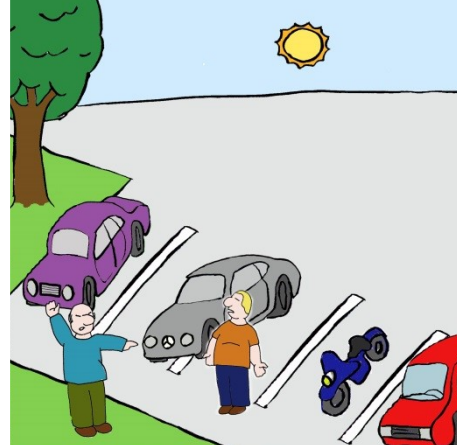


3

1. Çocuk mutlu çünkü sonunda bir aile onu evlat edindi.
2. Ailesi çocuklarını övüyorlar çünkü o ihbar ettiği için yangına zamanında müdahale edilebildi.
3. Çocuk okulda bir dersinden iyi bir not aldığını öğrendi.
4. Çocuk yakalanmadan yangın çıkardı.



Her seeneği ne kadar olabilir buluyorsunuz?



3

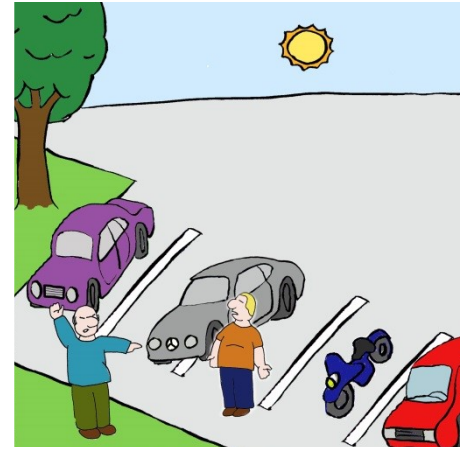
1. Adamlar gölgede kalan park yeri için kavga ediyorlar.
2. Adam diğer adama her iki park yerini işgal ettiği için azarlamakta haklı.
3. Gri arabanın sahibi yanlış yere eleştiriliyor.
4. Adamlar arabanın fiyatında anlaşamadılar.



Yeni resim ile birlikte kararınız değişti mi?



2

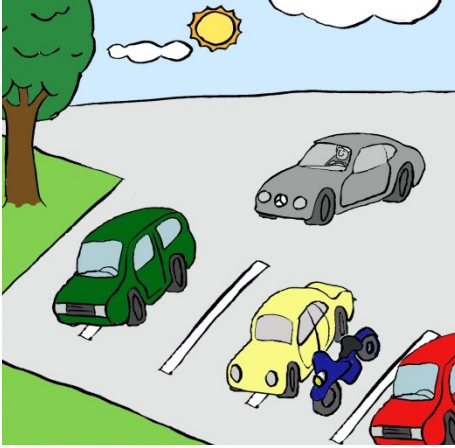


3

1. Adamlar gölgede kalan park yeri için kavga ediyorlar.
2. Adam diğer adama her iki park yerini işgal ettiği için azarlamakta haklı.
3. Gri arabanın sahibi yanlış yere eleştiriliyor.
4. Adamlar arabanın fiyatında anlaşamadılar.



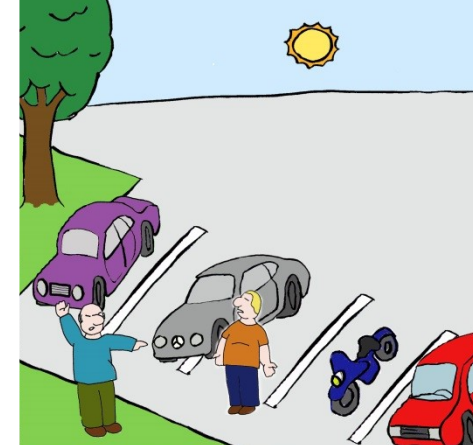
Olasılığı tekrar değerlendiriniz!



1

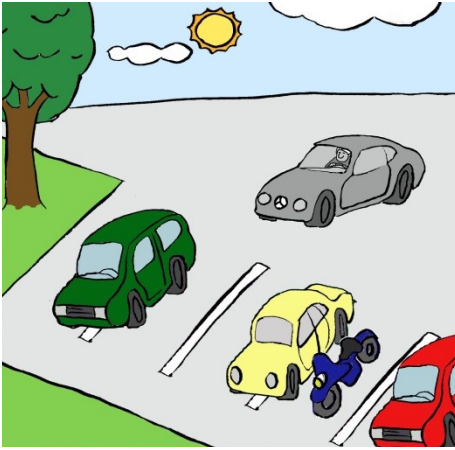


2



3

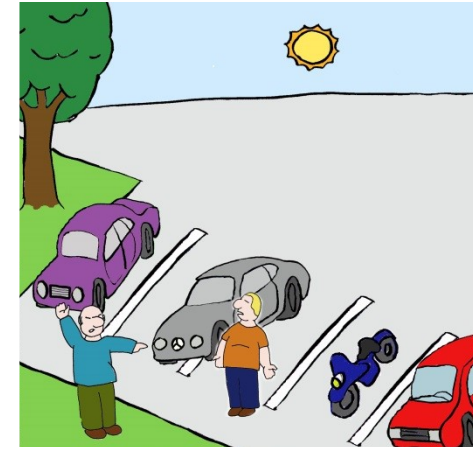
1. Adamlar gölgede kalan park yeri için kavga ediyorlar.
2. Adam diğer adama her iki park yerini işgal ettiği için azarlamakta haklı.
3. Gri arabanın sahibi yanlış yere eleştiriliyor.
4. Adamlar arabanın fiyatında anlaşamadılar.



1



2



3

1. Adamlar gölgede kalan park yeri için kavga ediyorlar.
2. Adam diğer adama her iki park yerini işgal ettiği için azarlamakta haklı.
3. Gri arabanın sahibi yanlış yere eleştiriliyor.
4. Adamlar arabanın fiyatında anlaşılamadılar.



Her seeneği ne kadar olabilir buluyorsunuz?



3

1. Telefon çalınca adamın dikkati dağıldı ve havaya fırlattığı pizza hamuru kafasının üzerine dűřtü.
2. Adam yardım için birilerini arıyor çünkü biraz önce kafasına uzaylı bir yaratık kondu.
3. Adam, bařına komik bir řapka takarak bir kızı gűldűrmeye alıřıyor.
4. Adam kekin nasıl yapıldığını unuttuğundan annesini tarifi sormak için arıyor.



Yeni resim ile birlikte kararınız değişti mi?



2



3

1. Telefon çalınca adamın dikkati dağıldı ve havaya fırlattığı pizza hamuru kafasının üzerine düştü.
2. Adam yardım için birilerini arıyor çünkü biraz önce kafasına uzaylı bir yaratık kondu.
3. Adam, başına komik bir şapka takarak bir kızı güldürmeye çalışıyor.
4. Adam kekin nasıl yapıldığını unuttuğundan annesini tarifi sormak için arıyor.



Olasılığı tekrar değerlendiriniz!



1



2



3

1. Telefon çalınca adamın dikkati dağıldı ve havaya fırlattığı pizza hamuru kafasının üzerine düştü.
2. Adam yardım için birilerini arıyor çünkü biraz önce kafasına uzaylı bir yaratık kondu.
3. Adam, başına komik bir şapka takarak bir kızı güldürmeye çalışıyor.
4. Adam kekin nasıl yapıldığını unuttuğundan annesini tarifi sormak için arıyor.



1



2

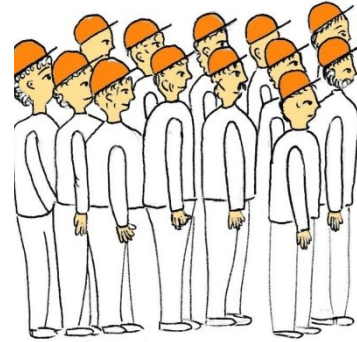


3

1. Telefon çalınca adamın dikkati dağıldı ve havaya fırlattığı pizza hamuru kafasının üzerine düştü.
2. Adam yardım için birilerini arıyor çünkü biraz önce kafasına uzaylı bir yaratık kondu.
3. Adam, başına komik bir şapka takarak bir kızı güldürmeye çalışıyor.
4. Adam kekin nasıl yapıldığını unuttuğundan annesini tarifi sormak için arıyor.



Her seeneği ne kadar olabilir buluyorsunuz?

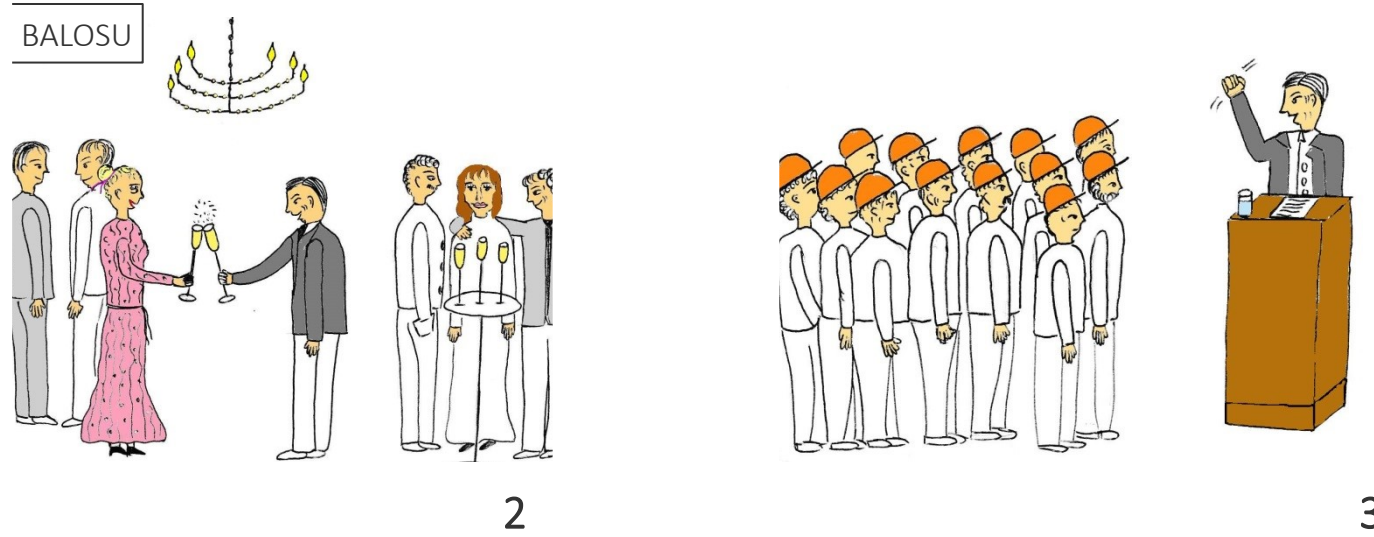


3

1. Politikacı, yoksun insanlara yardım ediyor.
2. Bu komünist politikacı işçilere daha sıkı çalışmalarını için teşvik ediyor.
3. Hatip, dünyanın sonunun geldiğini duyuruyor.
4. Patron lüks içerisinde yaşamasına rağmen, çalışanların maaşlarında artış yapmak için hiç para olmadığını bildiriyor.



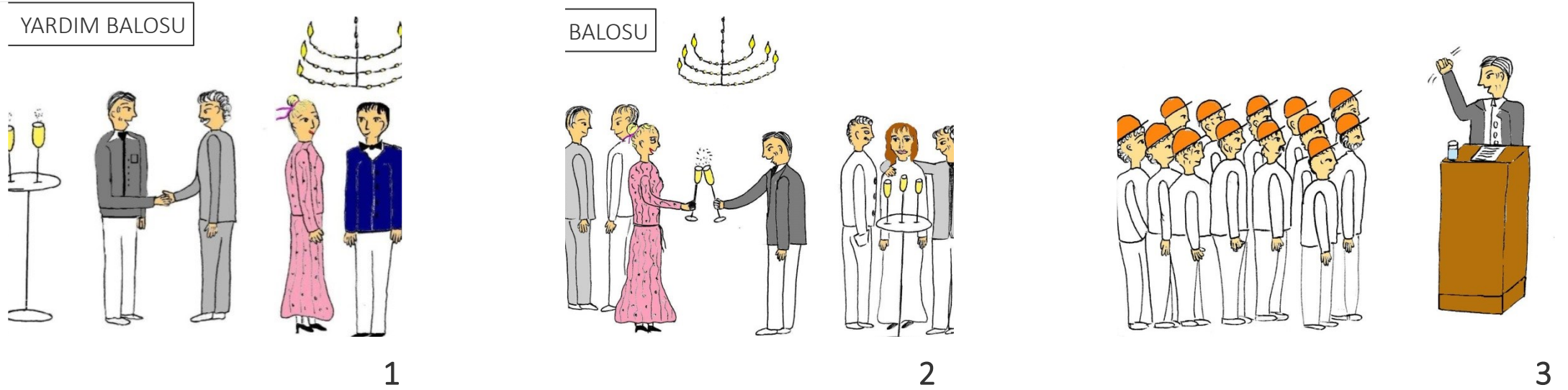
Lütfen ne kadar makul ya da olabilir olduğunu değerlendirin



1. Politikacı, yoksun insanlara yardım ediyor.
2. Bu komünist politikacı işçilere daha sıkı çalışmalarını için teşvik ediyor.
3. Hatip, dünyanın sonunun geldiğini duyuruyor.
4. Patron lüks içerisinde yaşamasına rağmen, çalışanların maaşlarında artış yapmak için hiç para olmadığını bildiriyor.



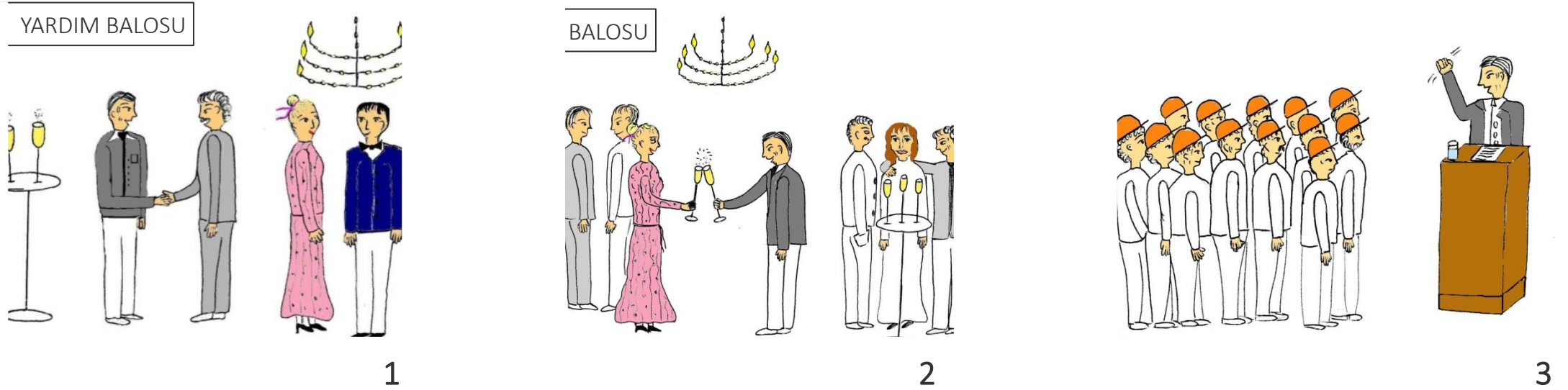
Lütfen ne kadar makul ya da olabilir olduğunu değerlendirin



1. Politikacı, yoksun insanlara yardım ediyor.
2. Bu komünist politikacı işçilere daha sıkı çalışmalarını için teşvik ediyor.
3. Hatip, dünyanın sonunun geldiğini duyuruyor.
4. Patron lüks içerisinde yaşamasına rağmen, çalışanların maaşlarında artış yapmak için hiç para olmadığını bildiriyor.



Lütfen ne kadar makul ya da olabilir olduğunu değerlendirin



1. Politikacı, yoksun insanlara yardım ediyor.
2. Bu komünist politikacı işçilere daha sıkı çalışmalarını için teşvik ediyor.
3. Hatip, dünyanın sonunun geldiğini duyuruyor.
4. Patron lüks içerisinde yaşamasına rağmen, çalışanların maaşlarında artış yapmak için hiç para olmadığını bildiriyor.



Her seeneği ne kadar olabilir buluyorsunuz?

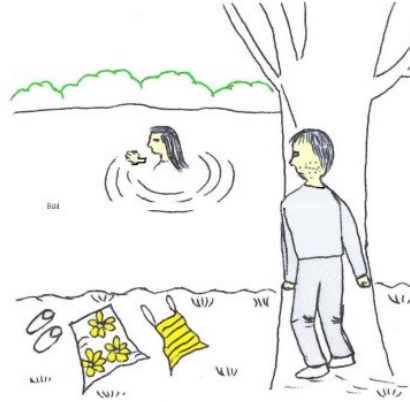


3

1. Adam, onu kovalayan polisi kandırmaya alışıyor.
2. Adam, kadının yüzme kıyafetlerini eğlence olsun diye deniyor.
3. Adam, kadının kişisel koruması olarak alışıyor.
4. Adam, kendi kıyafetleri ıslak olduğundan kadınınkileri çalıyor.



Yeni resim ile birlikte kararınız değişti mi?



2



3

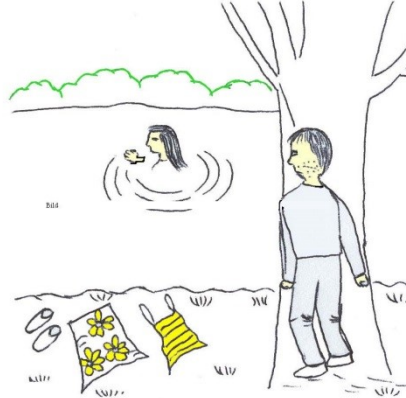
1. Adam, onu kovalayan polisi kandırmaya çalışıyor.
2. Adam, kadının yüzme kıyafetlerini eğlence olsun diye deniyor.
3. Adam, kadının kişisel koruması olarak çalışıyor.
4. Adam, kendi kıyafetleri ıslak olduğundan kadınınkileri alıyor.



Olasılığı tekrar değerlendiriniz!



1



2

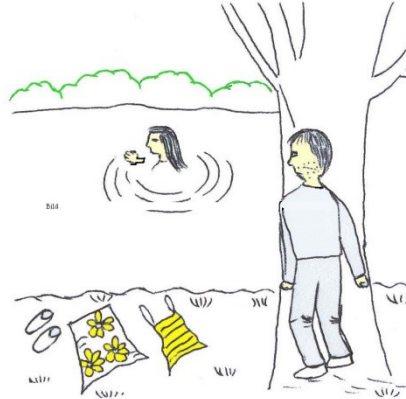


3

1. Adam, onu kovalayan polisi kandırmaya alışıyor.
2. Adam, kadının yüzme kıyafetlerini eğlence olsun diye deniyor.
3. Adam, kadının kişisel koruması olarak alışıyor.
4. Adam, kendi kıyafetleri ıslak olduğundan kadınınkileri çalıyor.



1



2



3

1. Adam, onu kovalayan polisi kandırmaya çalışıyor.
2. Adam, kadının yüzmeye kıyafetlerini eğlence olsun diye deniyor.
3. Adam, kadının kişisel koruması olarak çalışıyor.
4. Adam, kendi kıyafetleri ıslak olduğundan kadınınkileri çalıyor.



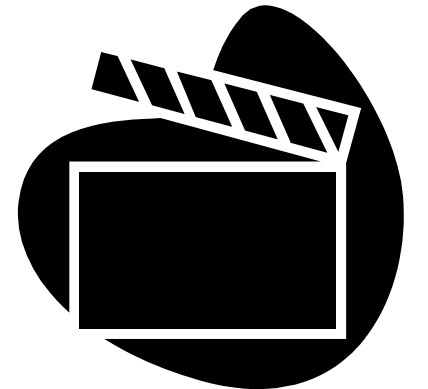
Video klip: isteğe bağlı

İsteğe bağlı: Bugünün konusu ile ilgili video klibe aşağıda belirtilen web sitesinden ulaşılabilir:
http://www.uke.de/mct_videos

Videodan sonra bugünün konusu ile ilişkisini tartişabilirsiniz.

[Eğiticiler için:

Bazı video klipler tüm kültürler ve tüm izleyiciler için uygun olmayan dil içerebilir. Lütfen videoları göstermeden önce dikkatlice gözden geçiriniz.]





Her seeneği ne kadar olabilir buluyorsunuz?



3

1. Oğlan çocuğu, bu güzel günün keyfini çıkarıyor.
2. Oğlan çocuğu, balık tutmak için bahçe işlerinden sıvıştı.
3. Oğlan çocuğu, annesini mutlu etmek için ona bir balık tutmak istiyor.
4. Oğlan çocuğu, balık tutmak için solucan çalmış.



Yeni resim ile birlikte kararınız değişti mi?



2



3

1. Oğlan çocuğu, bu güzel günün keyfini çıkarıyor.
2. Oğlan çocuğu, balık tutmak için bahçe işlerinden sıvıştı.
3. Oğlan çocuğu, annesini mutlu etmek için ona bir balık tutmak istiyor.
4. Oğlan çocuğu, balık tutmak için solucan çalmış.



Olasılığı tekrar değerlendiriniz!



1



2



3

1. Oğlan çocuğu, bu güzel günün keyfini çıkarıyor.
2. Oğlan çocuğu, balık tutmak için bahçe işlerinden sıvıştı.
3. Oğlan çocuğu, annesini mutlu etmek için ona bir balık tutmak istiyor.
4. Oğlan çocuğu, balık tutmak için solucan çalmış.



1



2



3

1. Oğlan çocuğu, bu güzel günün keyfini çıkarıyor.
2. Oğlan çocuğu, balık tutmak için bahçe işlerinden sıvıştı.
3. Oğlan çocuğu, annesini mutlu etmek için ona bir balık tutmak istiyor.
4. Oğlan çocuğu, balık tutmak için solucan çalmış.



Her seeneği ne kadar olabilir buluyorsunuz?



3

1. Bu iki adam kendi aralarında altıncı his/telepati aracılığıyla iletişim kuruyorlar.
2. Adam, diğer adamın kapıyı açtığını görünce şaşırdı.
3. Adam, diğer adamın siması tanıdık gelince arkasına dönüyor.
4. Adam, ağzı açık geri dönüyor çünkü diğer adam onun hakkında kaba bir yorumda bulundu.



Yeni resim ile birlikte kararınız değişti mi?



2



3

1. Bu iki adam kendi aralarında altıncı his/telepati aracılığıyla iletişim kuruyorlar.
2. Adam, diğer adamın kapiyı ağtığını gürünce şaşırdı.
3. Adam, diğer adamın siması tanıdık gelince arkasına dönüyor.
4. Adam, ağzı açık geri dönüyor çünkü diğer adam onun hakkında kaba bir yorumda bulundu.



Olasılığı tekrar değerlendiriniz!



1. Bu iki adam kendi aralarında altıncı his/telepati aracılığıyla iletişim kuruyorlar.
2. Adam, diğer adamın kapıyı açtığını görünce şaşırdı.
3. Adam, diğer adamın siması tanıdık gelince arkasına dönüyor.
4. Adam, ağzı açık geri dönüyor çünkü diğer adam onun hakkında kaba bir yorumda bulundu.



1



2



3

1. Bu iki adam kendi aralarında altıncı his/telepati aracılığıyla iletişim kuruyorlar.
2. Adam, diğer adamın kapıyı açtığını görünce şaşırdı.
3. Adam, diğer adamın siması tanıdık gelince arkasına dönüyor.
4. Adam, ağzı açık geri dönüyor çünkü diğer adam onun hakkında kaba bir yorumda bulundu.



Her seeneği ne kadar olabilir buluyorsunuz?



3

1. Kaan inekleri yakalayabilmek için bu adamlar, büyük baş hayvan bağlama stillerini çalışıyorlar.
2. Kovboy kement satın almak istiyor.
3. Kovboy dükkanda bulduğu bir ip ile satıcıyı bağladı ki kasadaki parayı alabilsin.
4. Adam yeni bir şapka satın almak istiyor.



Yeni resim ile birlikte kararınız değişti mi?



2



3

1. Kaçan inekleri yakalayabilmek için bu adamlar, büyük baş hayvan bağlama stillerini çalışıyorlar.
2. Kovboy kement satın almak istiyor.
3. Kovboy dükkanda bulduğu bir ip ile satıcıyı bağladı ki kasadaki parayı alabilsin.
4. Adam yeni bir şapka satın almak istiyor.



Olasılığı tekrar değerlendiriniz!



1



2



3

1. Kaçan inekleri yakalayabilmek için bu adamlar, büyük baş hayvan bağlama stillerini çalışıyorlar.
2. Kovboy kement satın almak istiyor.
3. Kovboy dükkanda bulduğu bir ip ile satıcıyı bağladı ki kasadaki parayı alabilsin.
4. Adam yeni bir şapka satın almak istiyor.



1



2



3

1. Kaçan inekleri yakalayabilmek için bu adamlar, büyük baş hayvan bağlama stillerini çalışıyorlar.
2. Kovboy kement satın almak istiyor.
3. Kovboy dükkanda bulduğu bir ip ile satıcıyı bağladı ki kasadaki parayı alabilsin.
4. Adam yeni bir şapka satın almak istiyor.



Her seğeneği ne kadar olabilir buluyorsunuz?



3

1. Polis köpekleri, bir bot hırsızlığını önlemeye çalışıyor.
2. Köpekler kediyi kovalarken, arada kalan genç kız suya düştü.
3. Genç kız, kediyi suda sürüklenmekten kurtarmaya çalışıyor.
4. Genç kız, köpeklerden kaçabilmek için suya atladı.



Yeni resim ile birlikte kararınız değişti mi?



2



3

1. Polis köpekleri, bir bot hırsızlığını önlemeye çalışıyor.
2. Köpekler kediye kovalarken, arada kalan genç kız suya düştü.
3. Genç kız, kediye suda sürüklenmekten kurtarmaya çalışıyor.
4. Genç kız, köpeklerden kaçabilmek için suya atladı.



Olasılığı tekrar değerlendiriniz!



1



2



3

1. Polis köpekleri, bir bot hırsızlığını önlemeye çalışıyor.
2. Köpekler kediye kovalarken, arada kalan genç kız suya düştü.
3. Genç kız, kediye suda sürüklenmekten kurtarmaya çalışıyor.
4. Genç kız, köpeklerden kaçabilmek için suya atladı.



1



2



3

1. Polis köpekleri, bir bot hırsızlığını önlemeye çalışıyor.
2. Köpekler kediyi kovalarken, arada kalan genç kız suya düştü.
3. Genç kız, kediyi suda sürüklenmekten kurtarmaya çalışıyor.
4. Genç kız, köpeklerden kaçabilmek için suya atladı.



Her seeneği ne kadar olabilir buluyorsunuz?



3

1. Oğlan, adamı soyulmaktan kurtardı.
2. Oğlan, sarhoş adama yardım ediyor.
3. Oğlan, adama masa ile kazara çarptı.
4. İki eski dost sokakta karşılaşır.



Yeni resim ile birlikte kararınız değişti mi?



2



3

1. Oğlan, adamı soyulmaktan kurtardı.
2. Oğlan, sarhoş adama yardım ediyor.
3. Oğlan, adama masa ile kazara çarptı.
4. İki eski dost sokakta karşılaşır.



Olasılığı tekrar değerlendiriniz!



1



2



3

1. Oğlan, adamı soyulmaktan kurtardı.
2. Oğlan, sarhoş adama yardım ediyor.
3. Oğlan, adama masa ile kazara çarptı.
4. İki eski dost sokakta karşılaşır.



1



2



3

1. Oğlan, adamı soyulmaktan kurtardı.
2. Oğlan, sarhoş adama yardım ediyor.
3. Oğlan, adama masa ile kazara çarptı.
4. İki eski dost sokakta karşılaşır.



Her seeneği ne kadar olabilir buluyorsunuz?



3

1. Adam, kız arkadaşı ile arabalı sinemada film seyrediyor.
2. Adam, arabasında metresi ile beraber ve umuyor ki kimse görmez.
3. Adam, dükkanına arabasıyla cansız manken götürüyor.
4. Adam, kadın ile birlikte araba çalıyor.



Yeni resim ile birlikte kararınız değişti mi?



2

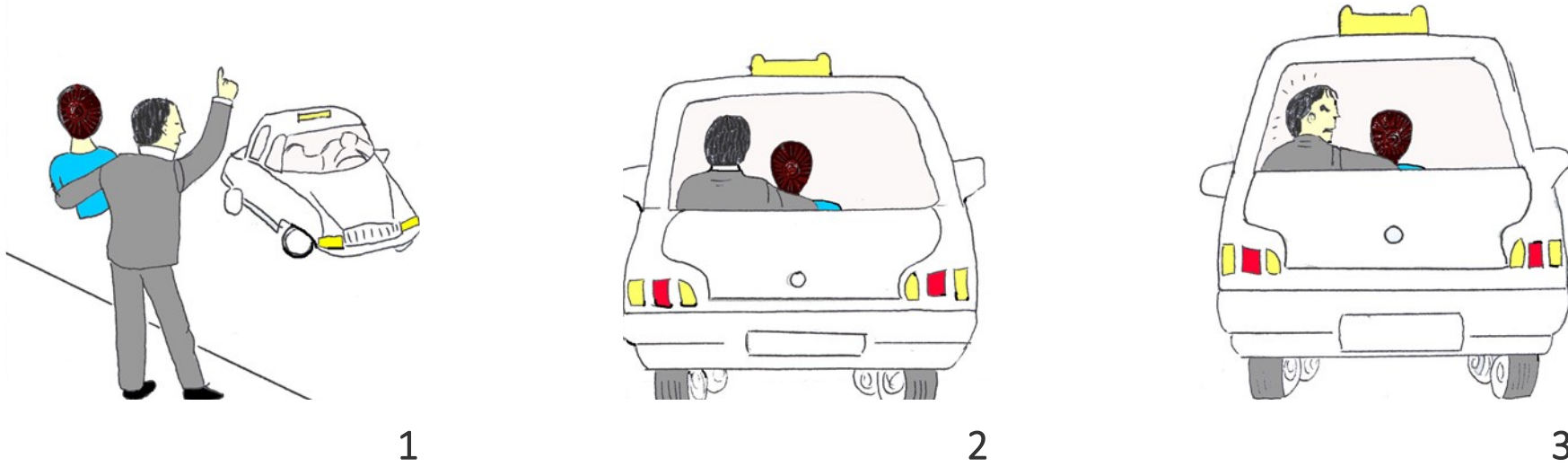


3

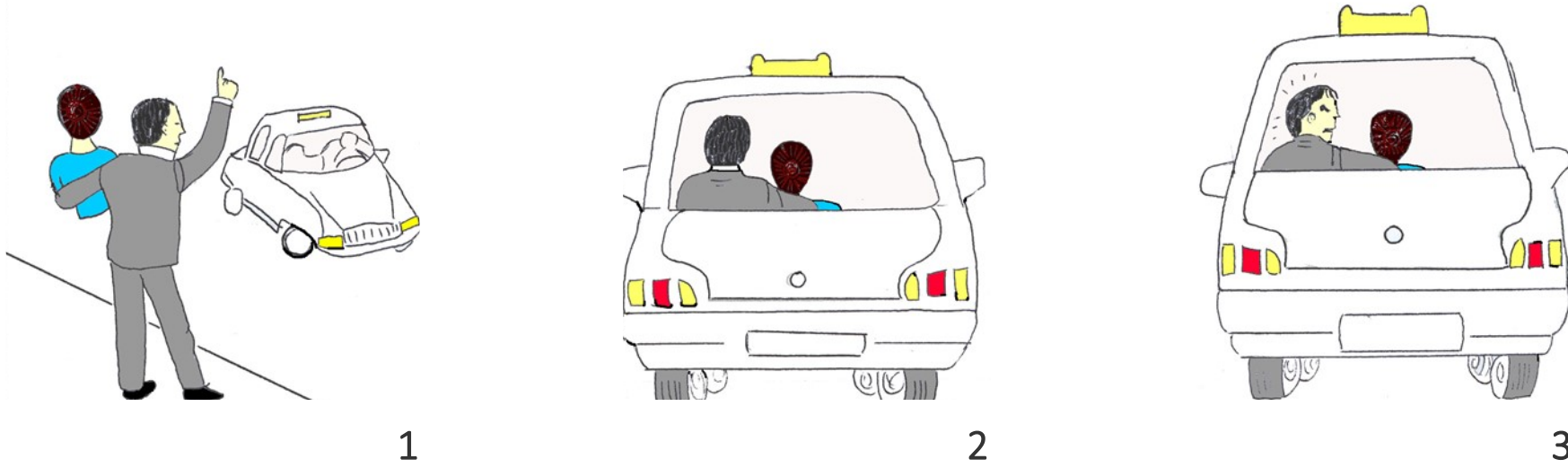
1. Adam, kız arkadaşı ile arabalı sinemada film seyrediyor.
2. Adam, arabasında metresi ile beraber ve umuyor ki kimse görmez.
3. Adam, dükkanına arabasıyla cansız manken götürüyor.
4. Adam, kadın ile birlikte araba çalıyor.



Olasılığı tekrar değerlendiriniz!



1. Adam, kız arkadaşı ile arabalı sinemada film seyrediyor.
2. Adam, arabasında metresi ile beraber ve umuyor ki kimse görmez.
3. Adam, dükkanına arabasıyla cansız manken götürüyor.
4. Adam, kadın ile birlikte araba çalıyor.



1. Adam, kız arkadaşı ile arabalı sinemada film seyrediyor.
2. Adam, arabasında metresi ile beraber ve umuyor ki kimse görmez.
3. Adam, dükkanına arabasıyla cansız manken götürüyor.
4. Adam, kadın ile birlikte araba çalıyor.



Günlük hayatımıza taşıyalım

ğrenme Hedeflerimiz:

- Bazen olaylar beklediğimizden farklı sonuçlanır: abuk alınmış kararlar çoğunlukla hatalı sonuçlara varır.



Günlük hayatımıza taşıyalım

ğrenme Hedeflerimiz:

- Bazen olaylar beklediğimizden farklı sonuçlanır: Çabuk alınmış kararlar çoğunlukla hatalı sonuçlara varır.
- Her zaman farklı yorumlar/varsayımlar olabileceğini göz önünde bulundurunuz ve inandıklarınızı bu yönde dnştrebilmelisiniz.



Günlük hayatımıza taşıyalım

ğrenme Hedeflerimiz:

- Bazen olaylar beklediğimizden farklı sonuçlanır: Çabuk alınmış kararlar çoğunlukla hatalı sonuçlara varır.
- Her zaman farklı yorumlar/varsayımlar olabileceğini göz önünde bulundurunuz ve inandıklarınızı bu yönde dnştrebilmelisiniz.
- Vardığınız hükmün doğruluğun test etmek için olabildiğince fazla bilgi bulmaya çalışınız.



Bunun psikoz ile alakası nedir?

Psikoz sırasında, insanlar yanlış inançlara tutunup, karşıt fikirleri görmemezlikten gelebilirler. Bazı durumlarda, bu tarz tutumun dramatik sonuçları olabilir.



Bunun psikoz ile alakası nedir?

Psikoz sırasında, insanlar yanlış inançlara tutunup, karşıt fikirleri görmemezlikten gelebilirler. Bazı durumlarda, bu tarz tutumun dramatik sonuçları olabilir.

Örnek: Ömer, babasına saldırdı. Babasının uzun zaman önce öldüğünden ve onun bedenini robotların ele geçirmiş olduklarından emindi. Ne kadar babası bu saldırıdan yaralanmış ve kan kaybetmiş olması bu inancın tersi kanıt sağlasa da, Ömer bu konudaki kuşkusunu sürdürdü.

Öncesinde: Babası, garip bir tutum göstermiş ve her zaman davrandığı kadar iyi davranmamıştı.

Fakat: İnsanlar yaşlandıkça, değişirler; belki babanın da kendine göre sorunları olabilir ya da oğlu o gün onu çok zorlamış olabilir. Ömer'in akrabaları onu babasıyla ilgili her şeyin yolunda gittiğine ikna edemedi.



Bunun psikoz ile alakası nedir?

Psikoz sırasında, insanlar yanlış inançlara tutunup, karşıt fikirleri görmemezlikten gelebilirler. Bazı durumlarda, bu tarz tutumun dramatik sonuçları olabilir.

Örnek: Ömer, babasına saldırdı. Babasının uzun zaman önce öldüğünden ve onun bedenini robotların ele geçirmiş olduklarından emindi. Ne kadar babası bu saldırıdan yaralanmış ve kan kaybetmiş olması bu inancın tersi kanıt sağlasa da, Ömer bu konudaki kuşkusunu sürdürdü.

Öncesinde: Babası, garip bir tutum göstermiş ve her zaman davrandığı kadar iyi davranmamıştı.

Fakat: İnsanlar yaşlandıkça, değişirler; belki babanın da kendine göre sorunları olabilir ya da oğlu o gün onu çok zorlamış olabilir. Ömer'in akrabaları onu babasıyla ilgili her şeyin yolunda gittiğine ikna edemedi.

Tehdit altında hissederken, insanın soğukkanlı davranması zordur. Bu yüzden, yargılarınız hakkında ihtiyatlı olup, güvendiğiniz insanların fikirlerini sorunuz!



İlginiz için teşekkr ederim

Eğiticiler için:

Lütfen alışma kağıtlarını dağıtın. COGITO uygulamamızı tanıtın (cretsiz indirin).



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/mkt. 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
Jule Berlin	flickr	Sunset at the end of the world	CC	Sunset/Sonnenuntergang
fmc.nikon.d40	flickr	Flower	CC	Yellow blossom/Gelbe Blüte
Aussiegall	flickr	Pentas Flowers	CC	Pink flowers/Pinkfarbene Blumen
Swami Stream	flickr	Mumbai Flowers	CC	Yellow and pink gerbara/Gelbe und pinkfarbene Gerbera
e3000	flickr	I wanna be your dog	CC	Pug/Mops
moore fun	flickr	Jellyfish	CC	Jelly fish/Qualle
Wesley Oostvogels	Flickr	High Key Baby Portrait	CC	Baby/Baby
Benny-Kristin Fischer	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Various picture sequences fire, chef, charity gala, criminal, boy, door, cowboy’s robbery, dogs, table, taxi, some motives are adapted from the Wechsler Intelligence Scale/Verschiedene Bildersequenzen Feuer, Koch, Wohltätigkeitsgala, Verbrecher, Junge, Tür, Überfall des Cowboys, Hunde, Tisch, Taxi, einige Motive sind angelehnt an Aufgaben des Wechsler Intelligenztests
Janne Hottenrott	---	---	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Picrture sequence parking space is adapted from the Wechsler Intelligence Scale/Bildersequenz Parkplatz, Motiv ist angelehnt an Aufgaben des Wechsler Intelligenztests