



Metacognitive Training (MCT)

# MCT 4 A - ہمدردی کرنا (پہلا حصہ)

© Moritz, Woodward, & Abbasi , 3 | 23

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





میں کسی دوسرے شخص کے ساتھ ہمدردی کیسے کر سکتا ہوں...؟

???



میں کسی دوسرے شخص کے ساتھ ہمدردی کیسے کر سکتا ہوں...؟

مثال: ایک شخص اپنی کنپٹی کو چھوتا ہے۔  
کیوں؟





# میں کسی دوسرے شخص کے ساتھ ہمدردی کیسے کر سکتا ہوں...؟

مثال: ایک شخص اپنی کنپٹی کو چھوتا ہے۔  
کیوں؟ بے حسی، ارتکاز، تھکاوٹ، سر درد؟





## میں کسی دوسرے شخص کے ساتھ ہمدردی کیسے کر سکتا ہوں...؟

مثال: ایک شخص اپنی کنپٹی کو چھوتا ہے۔  
کیوں؟ بے حسی، ارتکاز، تھکاوٹ، سر درد؟

سوال کا جواب دینے میں کیا مدد کر سکتا ہے؟





## میں کسی دوسرے شخص کے ساتھ ہمدردی کیسے کر سکتا ہوں...؟

مثال: ایک شخص اپنی کنپٹی کو چھوتا ہے۔

کیوں؟ بے حسی، ارتکاز، تھکاوٹ، سر درد؟

سوال کا جواب دینے میں کیا مدد کر سکتا ہے؟

اس شخص کے بارے میں علم - کیا وہ شخص درد شقیقہ کا شکار ہے؟



## میں کسی دوسرے شخص کے ساتھ ہمدردی کیسے کر سکتا ہوں...؟

مثال: ایک شخص اپنی کنپٹی کو چھوتا ہے۔

کیوں؟ بے حسی، ارتکاز، تھکاوٹ، سر درد؟

سوال کا جواب دینے میں کیا مدد کر سکتا ہے؟

اس شخص کے بارے میں علم - کیا وہ شخص درد شقیقہ کا شکار ہے؟

ماحول / صورتحال - کیا وہ شخص پوری رات جاگتا رہا تھا؟



## میں کسی دوسرے شخص کے ساتھ ہمدردی کیسے کر سکتا ہوں...؟

مثال: ایک شخص اپنی کنپیٹی کو چھوٹا ہے۔

کیوں؟ بے حسی، اڑتکار، تھکاوٹ، سر درد؟

سوال کا جواب دینے میں کیا مدد کر سکتا ہے؟

اس شخص کے بارے میں علم - کیا وہ شخص درد شقیقہ کا شکار ہے؟

ماحول / صورتحال - کیا وہ شخص پوری رات جاگتا رہا تھا؟

خود مشاہدہ - کن مواقع پر میں اپنی کنپیٹی کو چھوٹا ہوں؟ (احتیاط! فوری طور پر اپنے آپ سے دوسروں پر اندازہ نہ لگائیں!)





## میں کسی دوسرے شخص کے ساتھ ہمدردی کیسے کر سکتا ہوں...؟

مثال: ایک شخص اپنی کنپٹی کو چھوتا ہے۔

کیوں؟ بے حسی، ارتکاز، تھکاوٹ، سر درد؟

سوال کا جواب دینے میں کیا مدد کر سکتا ہے؟

اس شخص کے بارے میں علم - کیا وہ شخص درد شقیقہ کا شکار ہے؟

ماحول / صورتحال - کیا وہ شخص پوری رات جاگتا رہا تھا؟

خود مشاہدہ - کن مواقع پر میں اپنی کنپٹی کو چھوتا ہوں؟ (احتیاط! فوری طور پر اپنے آپ سے دوسروں پر اندازہ نہ لگائیں!)

چہرے کے تاثرات - کیا شخص تھکا ہوا، سوچتا ہوا، درد وغیرہ میں لگتا ہے؟



## ہم یہ سب کیوں کر رہے ہیں؟

مطالعات سے پتہ چلتا ہے کہ بہت سے لوگ (لیکن سبھی نہیں!) جو نفسیاتی مسائل کا شکار ہیں (خاص طور پر سائیکوسس) درج ذیل مسائل کا سامنا کر سکتے ہیں:

دوسروں کے چہرے کے تاثرات کا پتہ لگانے اور پہچاننے میں مشکلات (مثلاً اداسی، خوشی)۔



## ہم یہ سب کیوں کر رہے ہیں؟

مطالعات سے پتہ چلتا ہے کہ بہت سے لوگ (لیکن سبھی نہیں!) جو نفسیاتی مسائل کا شکار ہیں (خاص طور پر سائیکوسس) درج ذیل مسائل کا سامنا کر سکتے ہیں:

دوسروں کے چہرے کے تاثرات کا پتہ لگانے اور پہچاننے میں مشکلات (مثلاً اداسی، خوشی)۔

موجودہ رویے سے دوسرے لوگوں کے مقاصد / مستقبل کی سرگرمیوں کو کم کرنے میں مشکلات۔



## سائیکوس کے دوران جذبات کو پہچاننے میں مسائل کیسے غلط تشریح کو فروغ دیتے ہیں - مثالیں -

تناؤ اور خطرے میں ہونے کے احساسات دوسرے لوگوں کے بارے میں غلط تاثرات کا باعث بن سکتے ہیں:

ڈاکٹر کی مسکراہٹ کو سمجھنا کہ یہ ہم پر ہنس رہا ہے۔

حیرت بھرے چہرے کو خوف سمجھا جاتا ہے۔

تمھیراپسٹ کی توجہ اور سوچنے والی نظر کو دشمنی کے طور پر سمجھا جاتا ہے۔

کیا کوئی مختصر ذاتی تجربہ پیش کر سکتا ہے؟



پہلا کام



براه کرم کچھ انسانی جذبات / احساسات کا نام دیں۔

???



براه کرم کچھ انسانی جذبات / احساسات کا نام دیں۔

خوشی

حیرانگی

خوف

اداسی

غصہ

کراہت

درد



جذبات / احساسات  
بعض اوقات یہ سمجھنا آسان ہوتا ہے کہ کوئی دوسرا کیسا محسوس کرتا ہے، خاص کر اگر آپ سیاق و سباق کو جانتے ہوں۔

???



???



???



???



???



???







جذبات / احساسات  
بعض اوقات یہ سمجھنا آسان ہوتا ہے کہ کوئی دوسرا کیسا محسوس کرتا ہے، خاص کر اگر آپ سیاق و سباق کو جانتے ہوں۔

اداسی



غصہ



خوشی



کراہت



حیرانگی



درد





اداسی

غصہ

حیرانگی

خوف

خوشی

زیادہ مشکل تب ہوتی ہے جب آپ اس شخص یا حالات کو نہیں جانتے!



زیادہ مشکل تب ہوتی ہے جب آپ اس شخص یا حالات کو نہیں جانتے!  
براہ مہربانی تصویر 1 سے 5 میں جذباتی تاثرات کو پہچاننے کی کوشش کریں۔

آپ کو اپنے جوابات پر کتنا یقین ہے؟



کیا ہم کسی شخص کے کردار یا پیشے کے بارے میں صرف اس کی ظاہری شکل کی بنیاد پر اندازہ لگا سکتے ہیں؟

ان 4 حضرات میں سے کون ایک اداکار، کھلاڑی، سائیکو تھراپسٹ یا پکا قاتل ہے؟ آپ کتنے پر اعتماد ہیں؟





## کیا آپ کو پتہ تھا؟

اکثر، ہمارے دقیانوسی تصورات ہمارے پہلے تاثرات پر حاوی ہوتے ہیں۔ مثال کے طور پر، تمام اداکار خوبصورت نہیں ہوتے اور تمام قاتل سفاک نظر نہیں آتے!



جیفری ڈہمر:  
پکا قاتل



ایرون بیک:  
سائیکو تھراپسٹ






بیب روٹھ:  
مشہور بیس بال کھلاڑی



خالد صالح:  
اداکار


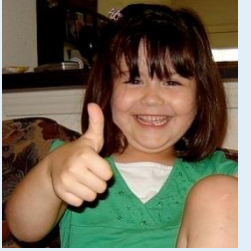



# جیسا دیس ویسا بھیس! اشاروں کی عام غلط تشریحات

اس اشارہ کی تشریح یہاں بمقابلہ کہیں اور کیسے کی گئی ہے؟	اشارہ / نقل
???	
???	
???	<p>زبان</p> 


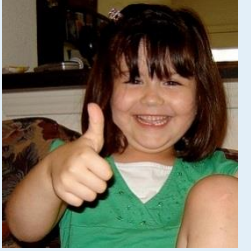



## جیسا دیس ویسا بھیس! اشاروں کی عام غلط تشریحات

اس اشارہ کی تشریح یہاں بمقابلہ کہیں اور کیسے کی گئی ہے؟	اشارہ / نقل
<p>یورپ / شمالی امریکہ: آرام دہ ہونے کا تاثر دیتا ہے۔ شاید تھوڑا سا بے ڈھنگ۔ کچھ عرب ممالک میں، تلوے کو جسم کا سب سے گندا حصہ سمجھا جاتا ہے۔ اس لیے کسی کو اپنے جوتے کے تلوے دکھانا تو بین ہوتی ہے۔</p>	
<p>???</p>	
<p>???</p>	<p>زبان</p> 




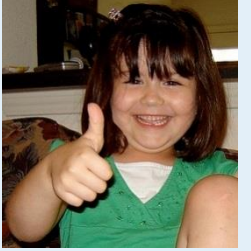

## جیسا دیس ویسا بھیس! اشاروں کی عام غلط تشریحات

اس اشارہ کی تشریح یہاں بمقابلہ کہیں اور کیسے کی گئی ہے؟	اشارہ / نقل
<p>یورپ / شمالی امریکہ: آرام دہ ہونے کا تاثر دیتا ہے۔ شاید تھوڑا سا بے ڈھنگ۔ کچھ عرب ممالک میں، تلوے کو جسم کا سب سے گندا حصہ سمجھا جاتا ہے۔ اس لیے کسی کو اپنے جوتے کے تلوے دکھانا تو بین ہوتی ہے۔</p>	
<p>امریکہ اور بہت سے دوسرے ممالک: "بہت اچھا!", "شاندار" کچھ افریقی ممالک: "جاؤ یہاں سے!" بہت سے ممالک: لفٹ مانگنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے لیکن تمام ممالک میں نہیں (اوپر دیکھیں!)</p>	
<p>???</p>	<p>زبان</p> 





## جیسا دیس ویسا بھیس! اشاروں کی عام غلط تشریحات

اس اشارہ کی تشریح یہاں بمقابلہ کہیں اور کیسے کی گئی ہے؟	اشارہ / نقل
<p>یورپ / شمالی امریکہ: آرام دہ ہونے کا تاثر دیتا ہے۔ شاید تھوڑا سا بے ڈھنگ۔ کچھ عرب ممالک میں، تلوے کو جسم کا سب سے گندا حصہ سمجھا جاتا ہے۔ اس لیے کسی کو اپنے جوتے کے تلوے دکھانا توہین ہوتی ہے۔</p>	
<p>امریکہ اور بہت سے دوسرے ممالک: "بہت اچھا!", "شاندار" کچھ افریقی ممالک: "جاؤ یہاں سے!" بہت سے ممالک: لفٹ مانگنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے لیکن تمام ممالک میں نہیں (اوپر دیکھیں!)</p>	
<p>"ڈکر" (جرمنی میں لفظی: موٹا) یا "مالاکا" (یونانی) ایک مخصوص ہم مرتبہ گروپ کے اندر دوستانہ مبارکباد ہو سکتے ہیں لیکن زیادہ تر دیگر سیاق و سباق میں یہ بدتمیز اور ناقابل معافی توہین ہیں۔</p>	<p>زبان</p> 



## دوسرا کام

درج ذیل سلائیڈ پر، آپ کو ایک تصویر (یا تصویر کا حصہ) نظر آئے گی۔  
براہ مہربانی یہ جاننے کی کوشش کریں کہ تصویر میں موجود شخص کیا سوچ رہا ہے یا کر رہا ہے۔  
براہ مہربانی گروپ کے ساتھ بات چیت کریں کہ آپ اپنی تشخیص میں کتنے پر اعتماد ہیں۔



## یہ شخص کیا محسوس کرتا ہے یا کرتا ہے؟ آپ کتنے پر اعتماد ہیں؟

کٹا ہوا!



آدمی دوڑ میں جیت رہا ہے۔

آدمی غصے میں ہے۔

آدمی مدد کے لیے چلا رہا ہے کیونکہ اس کی قمیض چوری ہو گئی تھی۔

انسان سورج کی پوجا کر رہا ہے۔



غصہ



*Please read the acknowledgement at the end of the presentation.*

آدمی دوڑ میں جیت رہا ہے۔

آدمی غصے میں ہے۔

آدمی مدد کے لیے چلا رہا ہے کیونکہ اس کی قمیض چوری ہو گئی تھی۔

انسان سورج کی پوجا کر رہا ہے۔



# یہ شخص کیا محسوس کرتا ہے یا کرتا ہے؟ آپ کتنے پر اعتماد ہیں؟

کٹا ہوا!



عدالت میں آخری درخواست

مزدور رہنا اپنے ساتھیوں سے بات کر رہے ہیں (1920 میں)

بازار میں لڑائی

موسیقار محبت والا گانا گا رہا ہے۔



جذبہ!



عدالت میں آخری درخواست

مزدور رہنا اپنے ساتھیوں سے بات کر رہے ہیں (1920 میں)

بازار میں لڑائی

موسیقار محبت والا گانا گا رہا ہے۔



یہ شخص کیا محسوس کرتا ہے یا کرتا ہے؟ آپ کتنے پر اعتماد ہیں؟

کٹا ہوا!



ایک مطلوب افریقی جنگی مجرم کی تصویر (جنرل ڈیبیکلی)

آدمی ریس میں بھاگ رہا ہے۔

مایوس اندھا آدمی

امریکی سیاست دان اپنے باڈی گارڈ کے درمیان جاگنگ کرتے ہوئے



ایک مطلوب افریقی جنگی مجرم کی تصویر (جنرل ڈیبیکلی)

آدمی ریس میں بھاگ رہا ہے۔

مایوس اندھا آدمی

امریکی سیاست دان اپنے باڈی گارڈ کے درمیان جاگنگ کرتے ہوئے





# یہ شخص کیا محسوس کرتا ہے یا کرتا ہے؟ آپ کتنے پر اعتماد ہیں؟

کٹا ہوا!



کھلاڑی اپنی ٹیم کو اشارہ کر رہا ہے۔

نابینا راہب

مشکوک نظر

تیر اندازی



پوری توجہ مرکوز!



کھلاڑی اپنی ٹیم کو اشارہ کر رہا ہے۔

نابینا راہب

مشکوک نظر

تیر اندازی



## یہ شخص کیا محسوس کرتا ہے یا کرتا ہے؟ آپ کتنے پر اعتماد ہیں؟

کٹا ہوا!



عورت کراہت سے کیڑے کھا رہی ہے۔

شرمندہ عورت اپنا سر جھکا لیتی ہے۔

عورت دعا مانگ رہی ہے۔

عورت کسی اور کی بد قسمتی سے خوش ہوتی ہے۔



کراہت!



عورت کراہت سے کیڑے کھا رہی ہے۔

شرمندہ عورت اپنا سر جھکا لیتی ہے۔

عورت دعا مانگ رہی ہے۔

عورت کسی اور کی بد قسمتی سے خوش ہوتی ہے۔



# یہ شخص کیا محسوس کرتا ہے یا کرتا ہے؟ آپ کتنے پر اعتماد ہیں؟

کٹا ہوا!



کان کے حادثے میں زندہ بچ جانے والا

وقفے پر کارکن

ناکام ہرٹال

فینسی ڈریس شو (کان میں کام کرنے والا)



كان کے حادثے میں زندہ بچ جانے والا

وقفے پر کارکن

ناکام ہرٹال

فینسی ڈریس شو (کان میں کام کرنے والا)



## یہ شخص کیا محسوس کرتا ہے یا کرتا ہے؟ آپ کتنے پر اعتماد ہیں؟



آدمی پڑھ رہا ہے:  
محبت کا خط (اگلی تصویر میں شرمانا)  
دبچپ مضمون (اگلی تصویر میں نوٹس لیتے ہوئے)  
رتجیکٹ کرنے کا خط (اگلی تصویر میں غصے کا اظہار)  
لطیفے (اگلی تصویر میں ہنستے ہوئے)



آدمی پڑھ رہا ہے:  
 محبت کا خط (اگلی تصویر میں شرمانا)  
 دلچسپ مضمون (اگلی تصویر میں نوٹس لیتے ہوئے)  
 زنجیکٹ کرنے کا خط (اگلی تصویر میں غصے کا اظہار)  
 لطیفے (اگلی تصویر میں ہنستے ہوئے)





## پہلا نتیجہ!

چہرے کے تاثرات اور اشارے ہمیشہ درست نہیں ہوتے!



## پہلا نتیجہ!

چہرے کے تاثرات اور اشارے ہمیشہ درست نہیں ہوتے!

بہت سے لوگ فطرتاً یا بیماری کی وجہ سے چہرے سے جذبات کو ظاہر نہیں کرتے ہیں (مثلاً پارکنسنز کی بیماری)، جس کی وجہ سے ان کے اندرونی احساسات کا اندازہ لگانا مشکل ہو جاتا ہے۔



## پہلا نتیجہ!

چہرے کے تاثرات اور اشارے ہمیشہ درست نہیں ہوتے!

بہت سے لوگ فطرتاً یا بیماری کی وجہ سے چہرے سے جذبات کو ظاہر نہیں کرتے ہیں (مثلاً پارکنسنز کی بیماری)، جس کی وجہ سے ان کے اندرونی احساسات کا اندازہ لگانا مشکل ہو جاتا ہے۔

چہرے کے تاثرات اور اشاروں کی تشریح کرنے سے پہلے اضافی معلومات (صورت حال، اس شخص کے بارے میں معلومات، اس شخص سے براہ راست پوچھنا، اگر ممکن ہو) پر غور کیا جانا چاہیے۔



## تیسرا کام

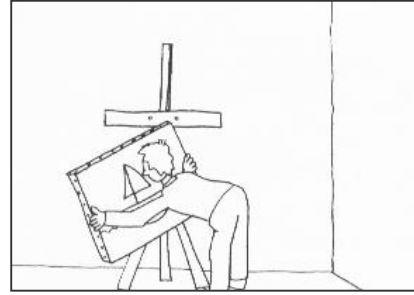
تصویروں کا ایک سلسلہ آپ کو دکھایا گیا ہے۔

تصاویر 1-3 کو الٹ ترتیب میں دکھایا گیا ہے، یعنی تصویر 3 پہلے پیش کی گئی ہے۔

ہر تصویر کے دکھائے جانے کے بعد، آپ سے پوچھا جائے گا کہ 3 میں سے کون سا متبادل منطقی طور پر ترتیب کو مکمل کرتا ہے۔



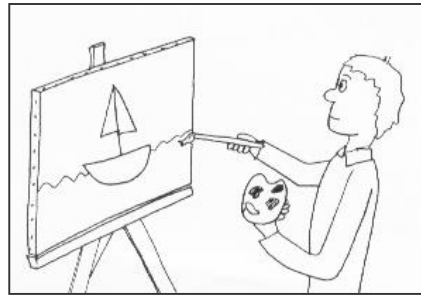
## آدمی کیا کرنے کا ارادہ رکھتا ہے؟



3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

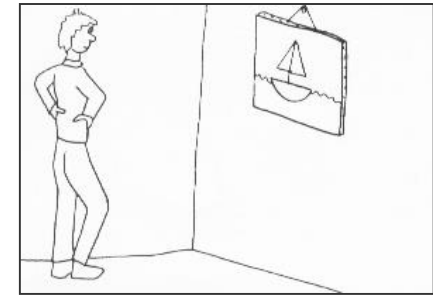
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



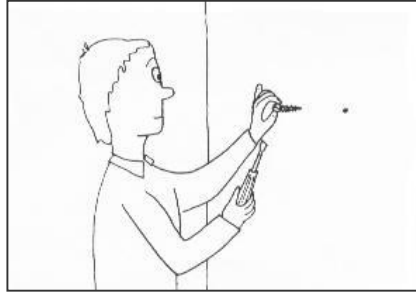
ب؟



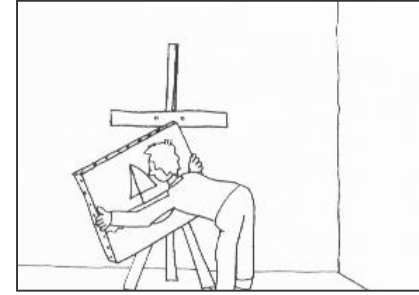
ج؟



## آدمی کیا کرنے کا ارادہ رکھتا ہے؟



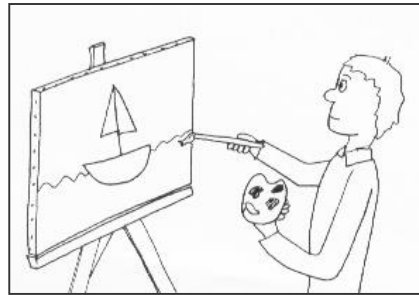
2



3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

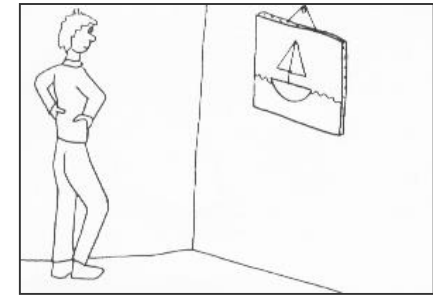
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



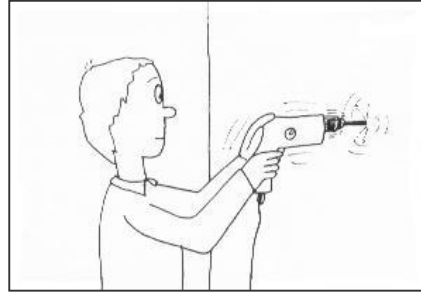
ب؟



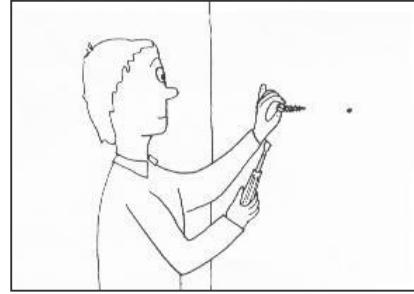
ج؟



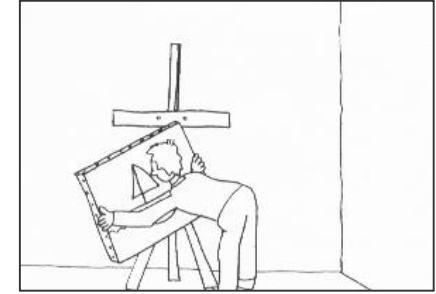
## آدمی کیا کرنے کا ارادہ رکھتا ہے؟



1



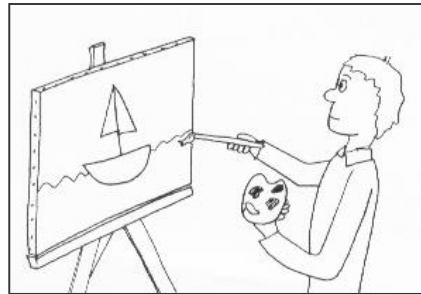
2



3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

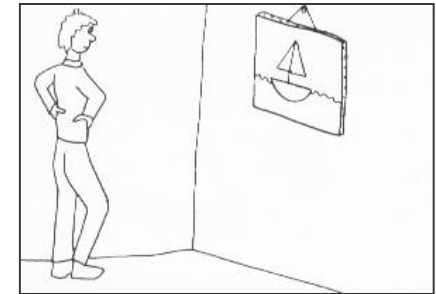
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



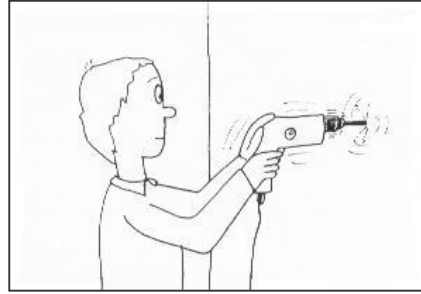
ب؟



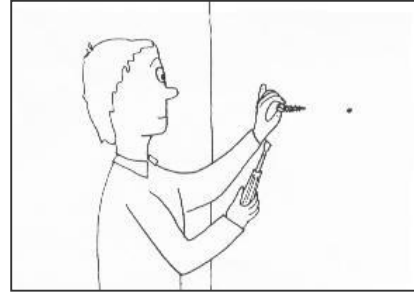
ج؟



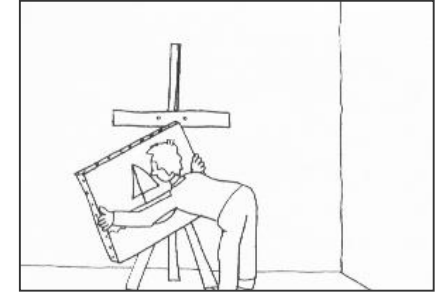
## درست جواب ج ہے!



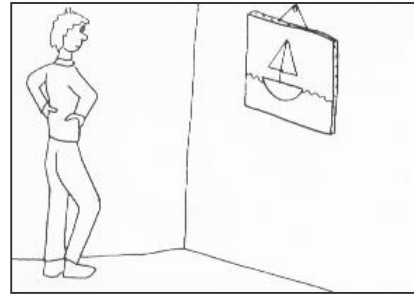
1



2



3

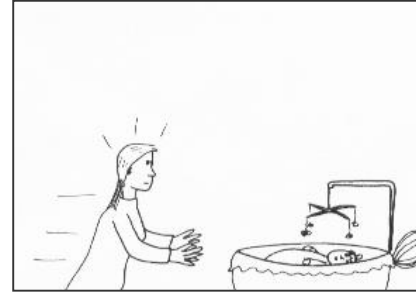


ج





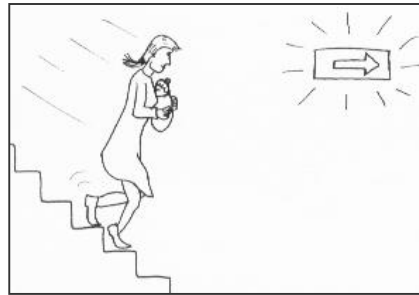
## اس عورت کی نیت کیا ہے؟



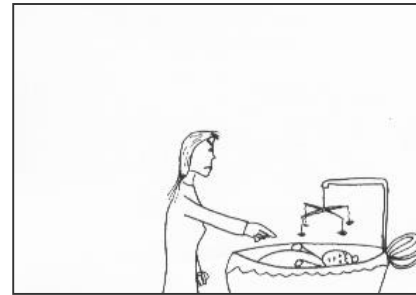
3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



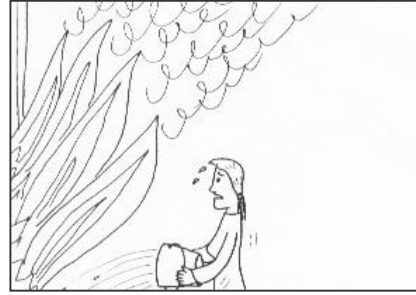
ب؟



ج؟



## اس عورت کی نیت کیا ہے؟



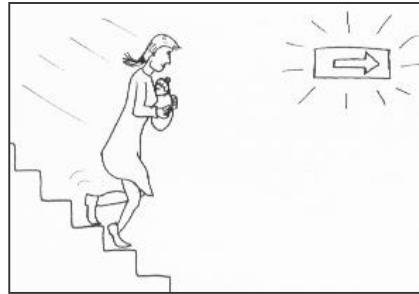
2



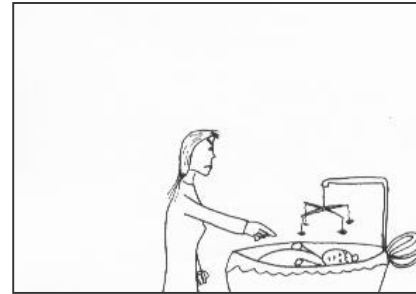
3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



ب؟



ج؟



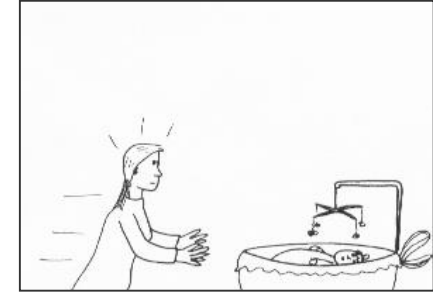
## اس عورت کی نیت کیا ہے؟



1



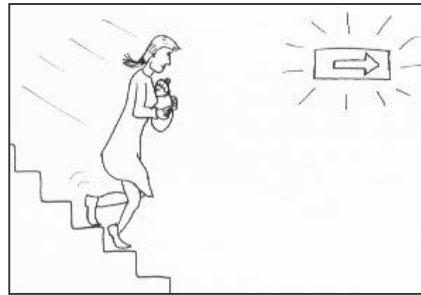
2



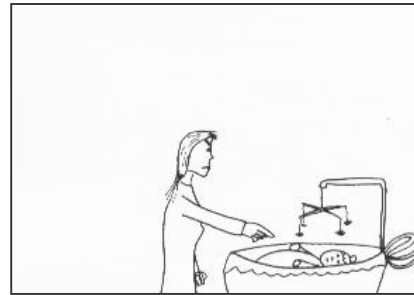
3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



ب؟



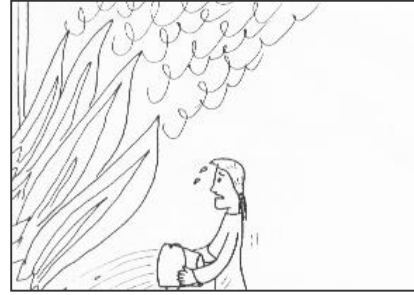
ج؟



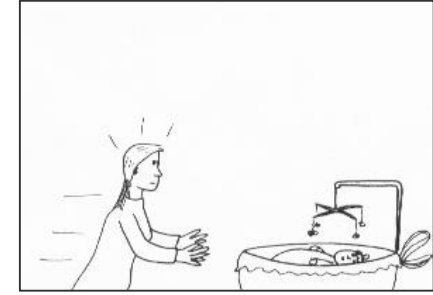
## درست جواب الف ہے!



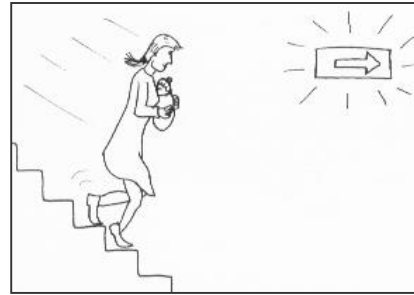
1



2



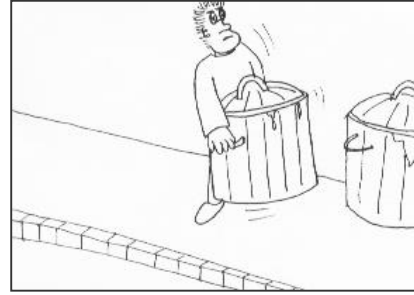
3



الف



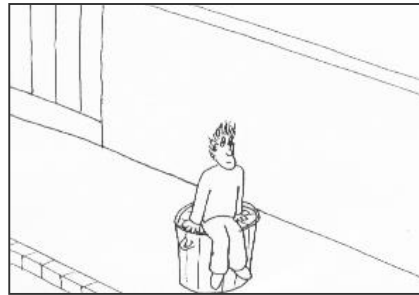
## اس آدمی کی نیت کیا ہے؟



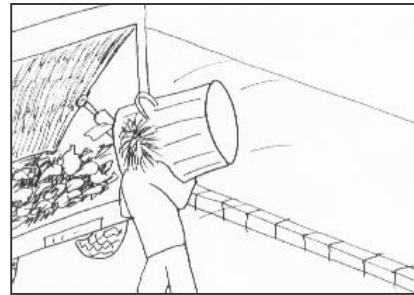
3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

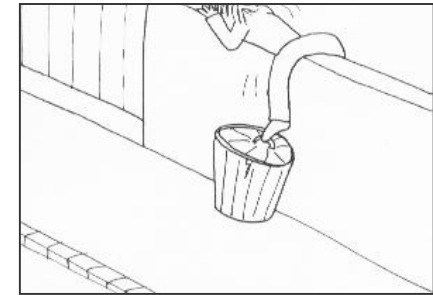
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



ب؟



ج؟



## اس آدمی کی نیت کیا ہے؟



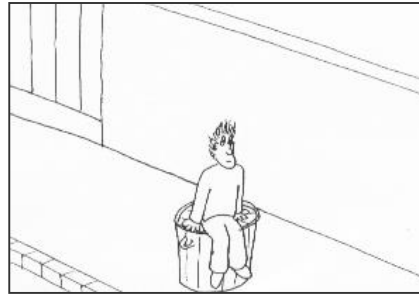
2



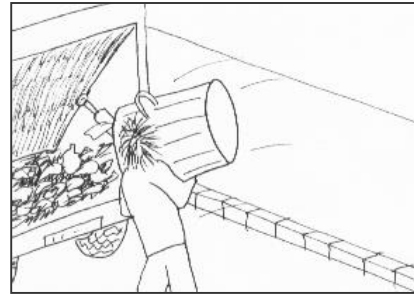
3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

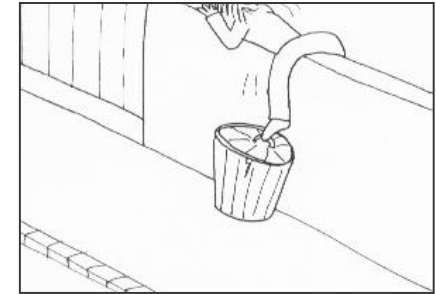
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



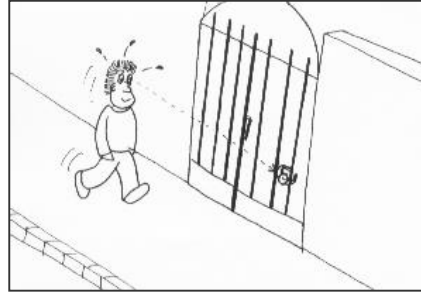
ب؟



ج؟



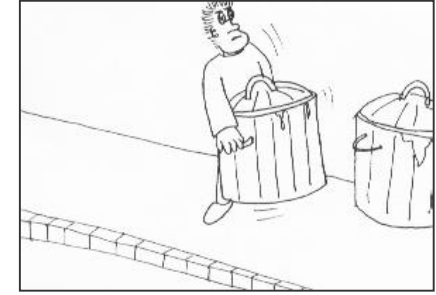
## اس آدمی کی نیت کیا ہے؟



1



2



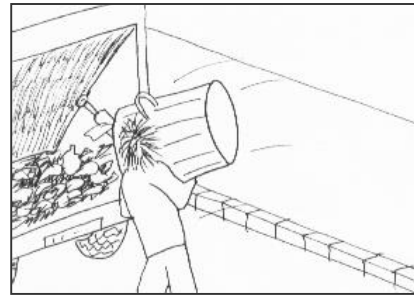
3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

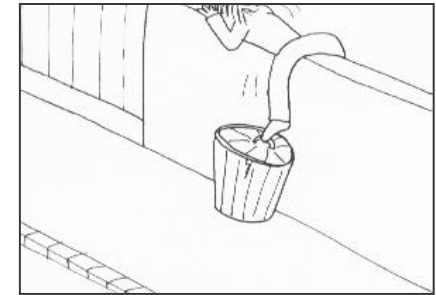
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



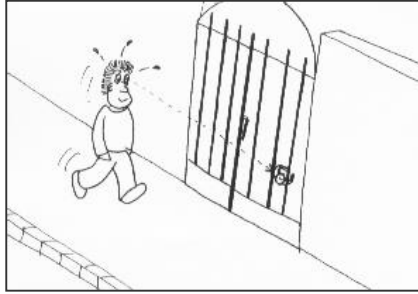
ب؟



ج؟



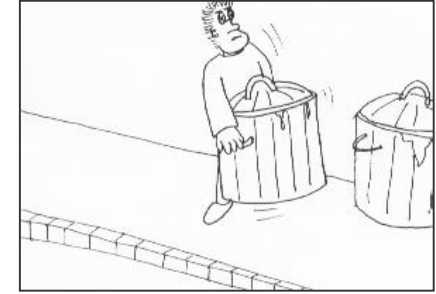
## درست جواب ج ہے!



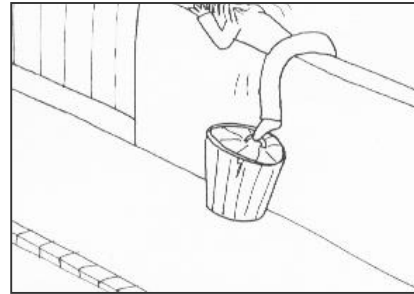
1



2



3



ج





## اس عورت کا کیا کرنے کا ارادہ ہے؟



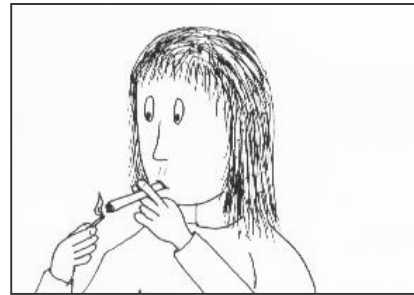
3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

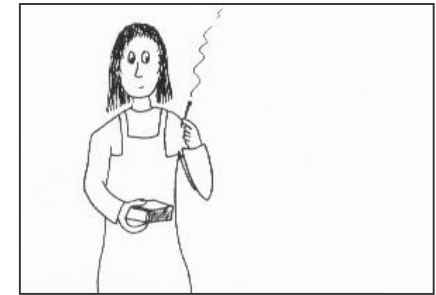
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



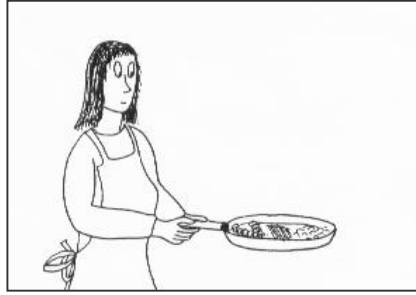
ب؟



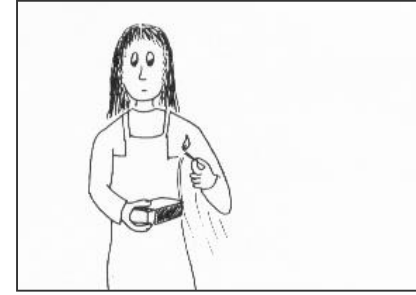
ج؟



## اس عورت کا کیا کرنے کا ارادہ ہے؟



2



3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



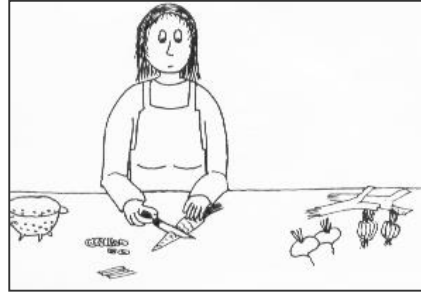
ب؟



ج؟



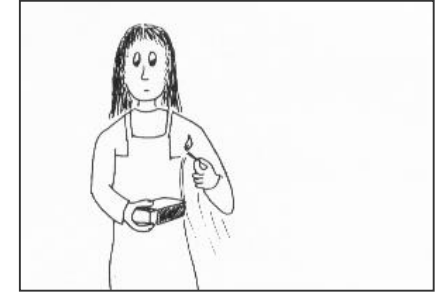
## اس عورت کا کیا کرنے کا ارادہ ہے؟



1



2



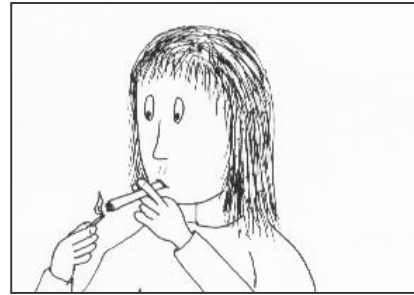
3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

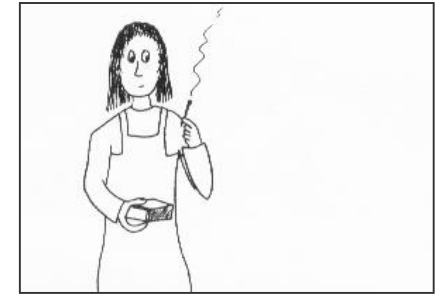
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



ب؟



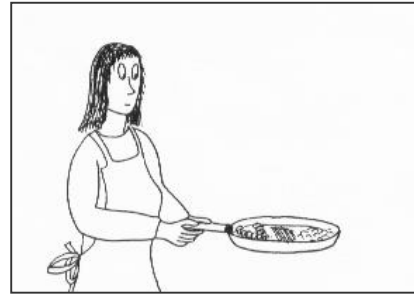
ج؟



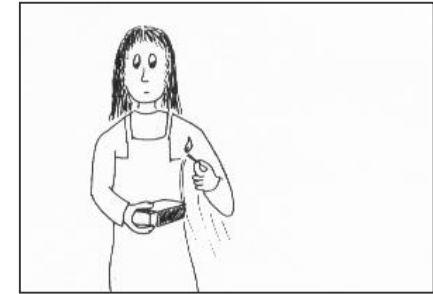
## درست جواب الف ہے!



1



2



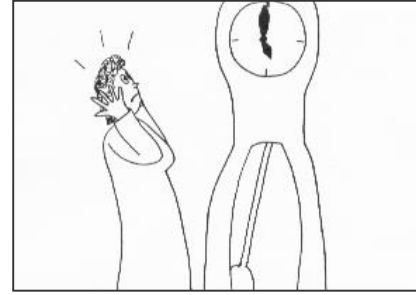
3



الف



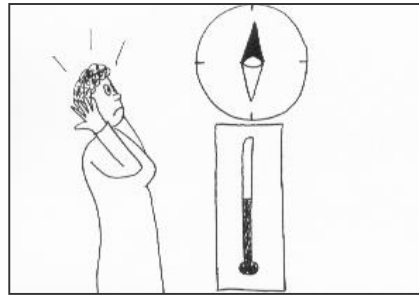
## اس عورت کی نیت کیا ہے؟



3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

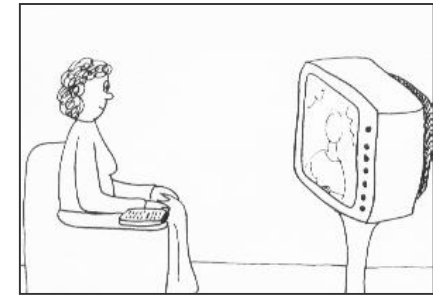
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



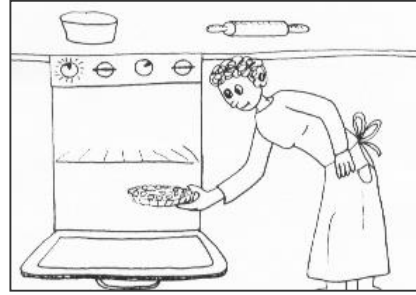
ب؟



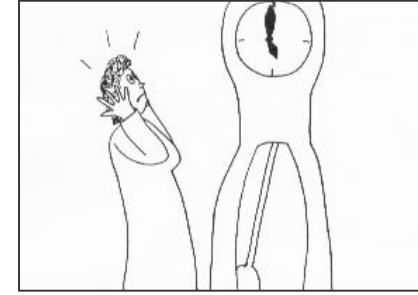
ج؟



## اس عورت کی نیت کیا ہے؟



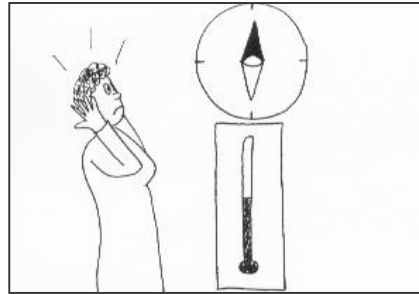
2



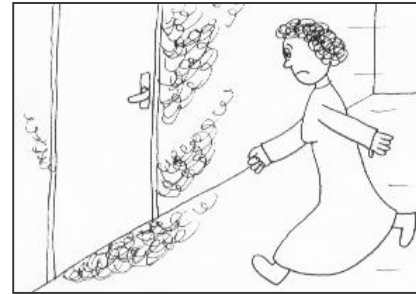
3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

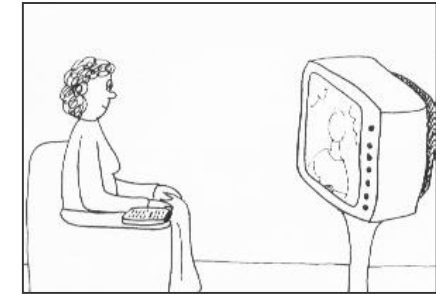
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



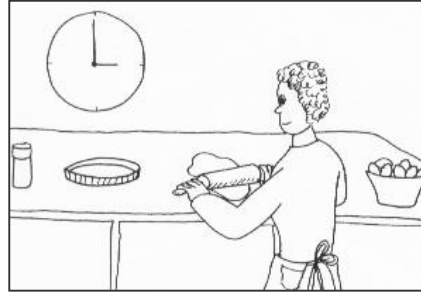
ب؟



ج؟



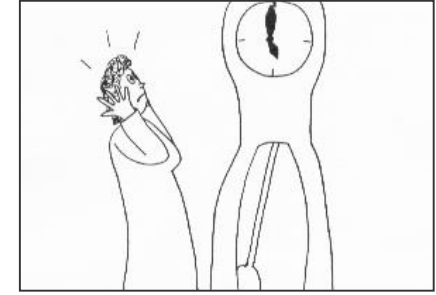
## اس عورت کی نیت کیا ہے؟



1



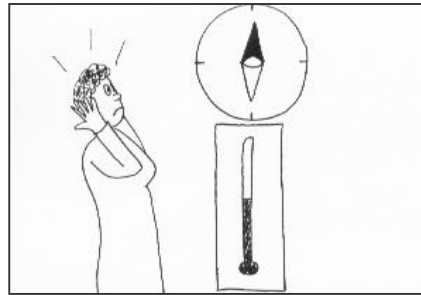
2



3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

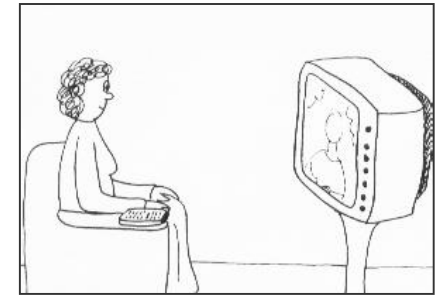
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



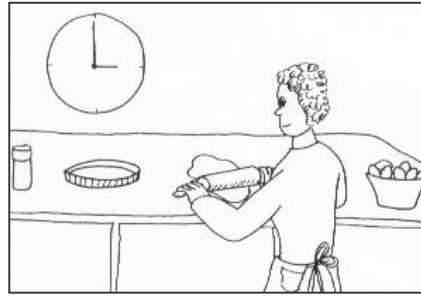
ب؟



ج؟



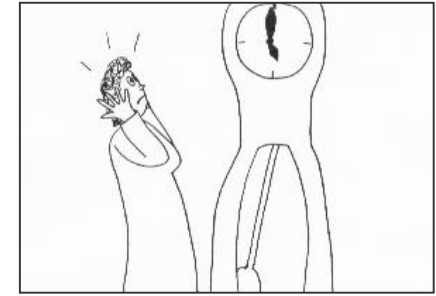
## درست جواب ب ہے!



1



2



3



4





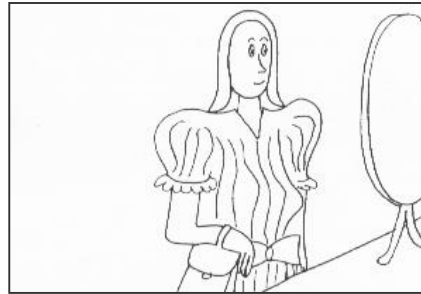
## اس عورت کا کیا کرنے کا ارادہ ہے؟



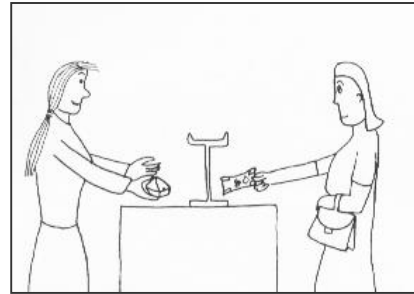
3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

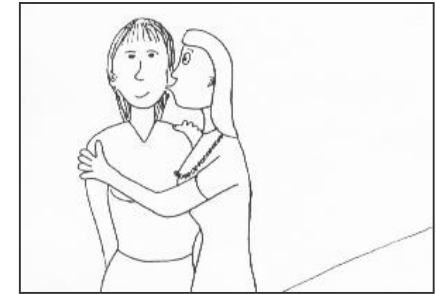
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



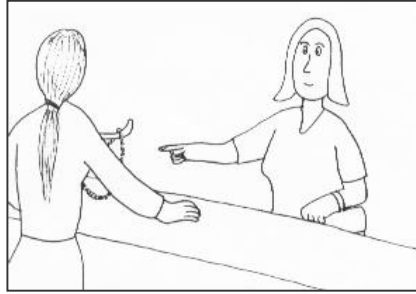
ب؟



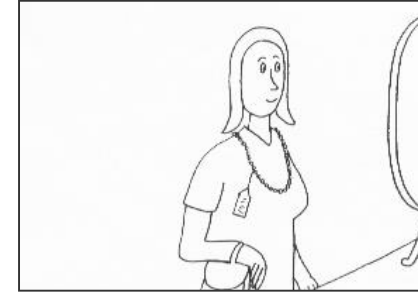
ج؟



## اس عورت کا کیا کرنے کا ارادہ ہے؟



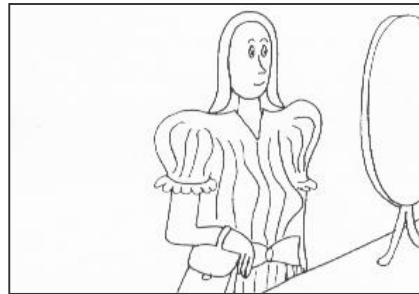
2



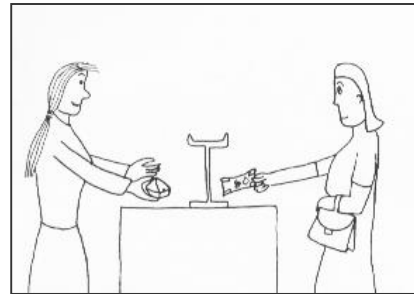
3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



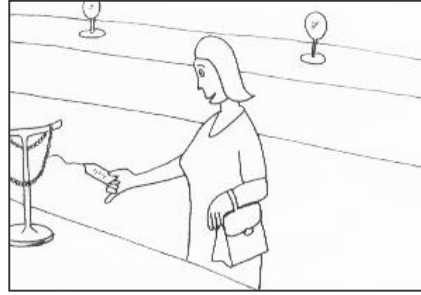
ب؟



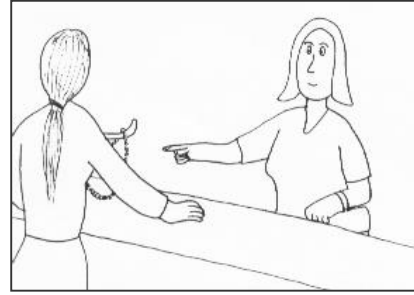
ج؟



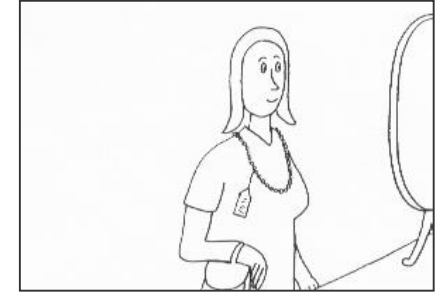
## اس عورت کا کیا کرنے کا ارادہ ہے؟



1



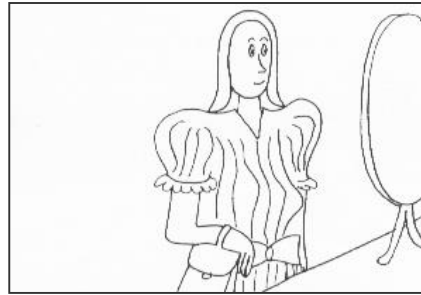
2



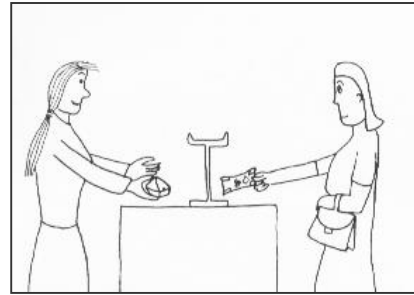
3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

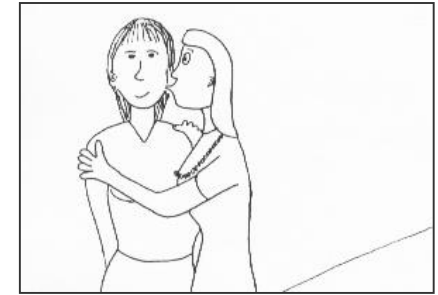
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



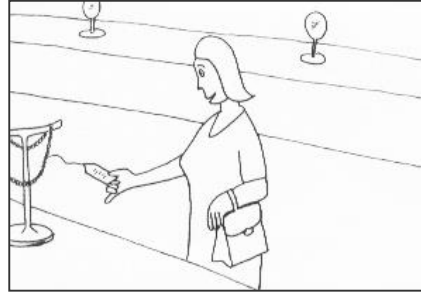
ب؟



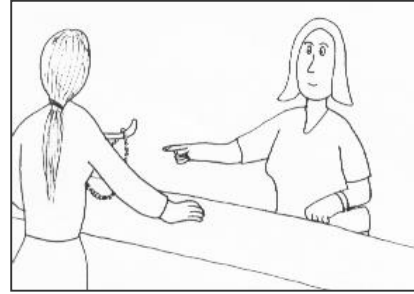
ج؟



## درست جواب ب ہے!



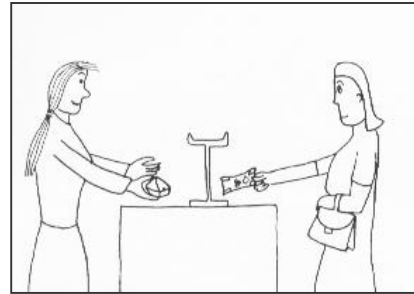
1



2



3



4



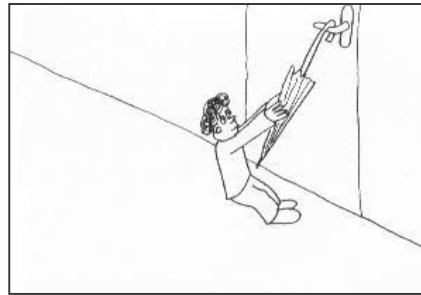
## اس لڑکے کی کیا نیت ہے؟



3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



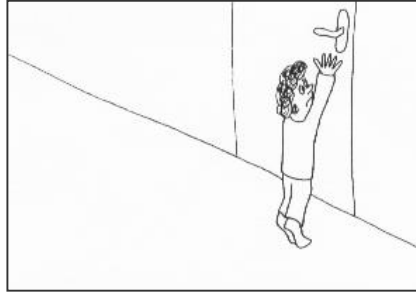
ب؟



ج؟



## اس لڑکے کی کیا نیت ہے؟



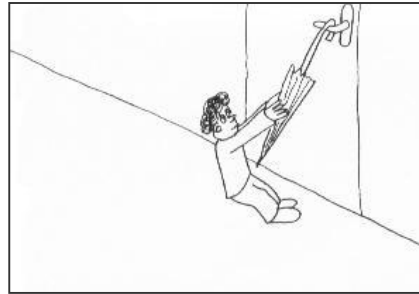
2



3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



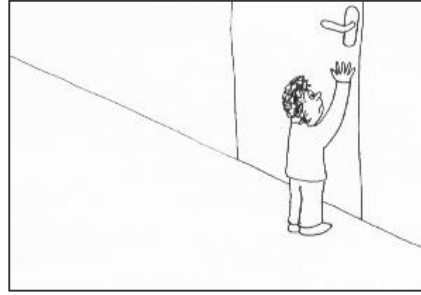
ب؟



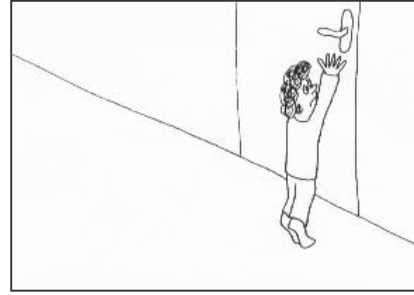
ج؟



## اس لڑکے کی کیا نیت ہے؟



1



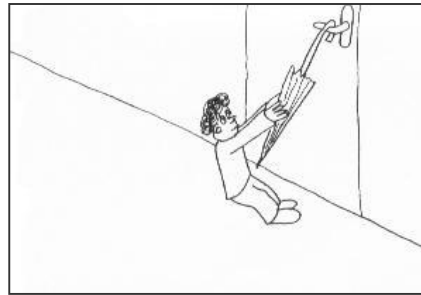
2



3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

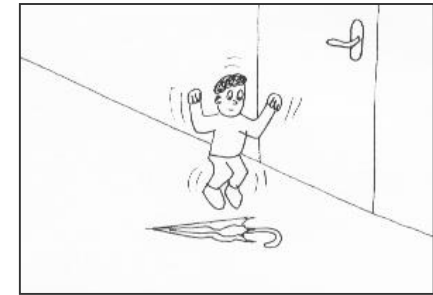
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



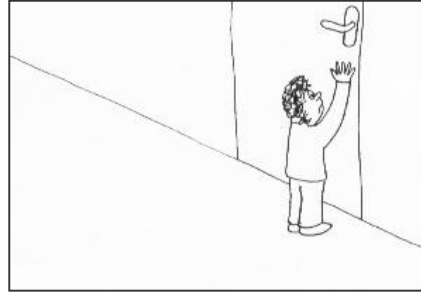
ب؟



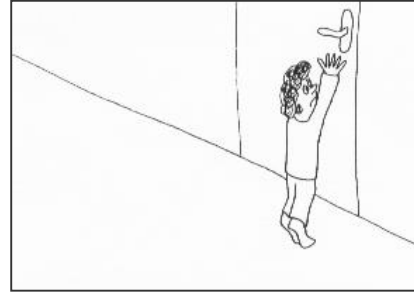
ج؟



## درست جواب الف ہے!



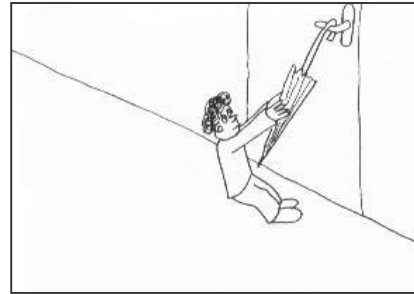
1



2



3



الف





## اس آدمی کا کیا کرنے کا ارادہ ہے؟



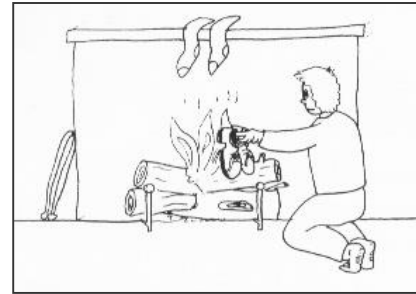
3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

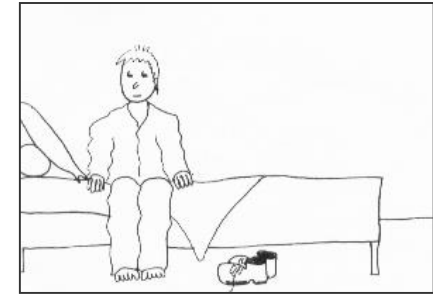
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



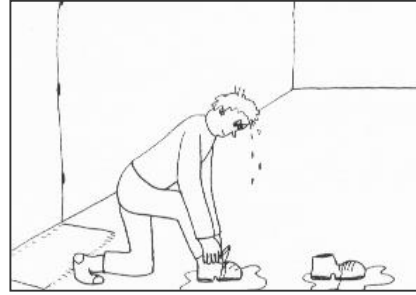
ب؟



ج؟



## اس آدمی کا کیا کرنے کا ارادہ ہے؟



2



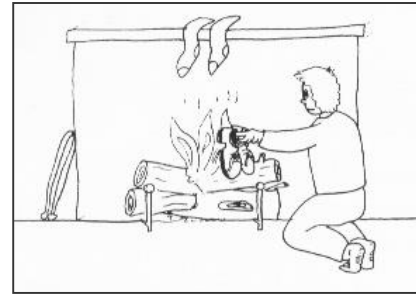
3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

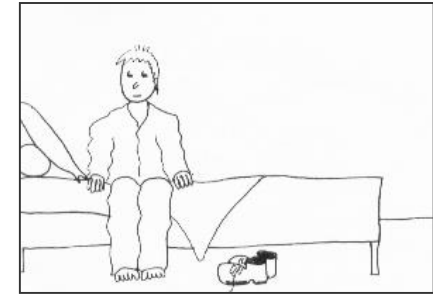
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



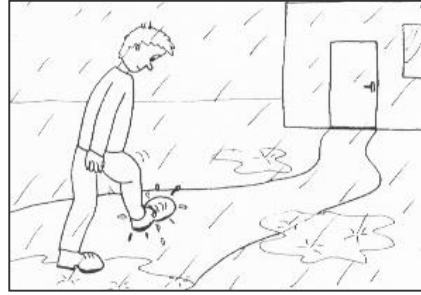
ب؟



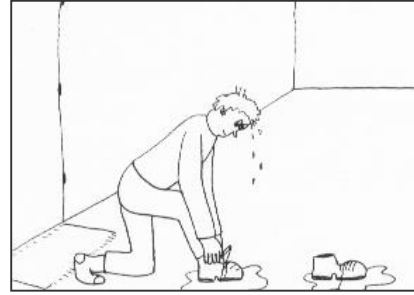
ج؟



## اس آدمی کا کیا کرنے کا ارادہ ہے؟



1



2



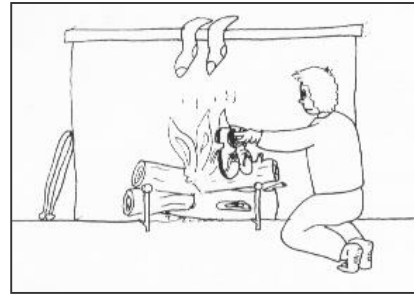
3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

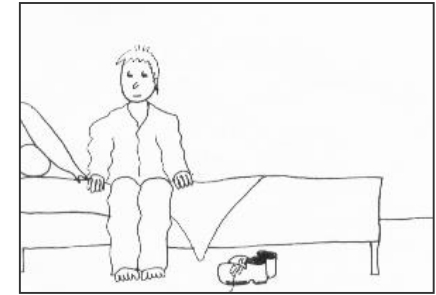
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



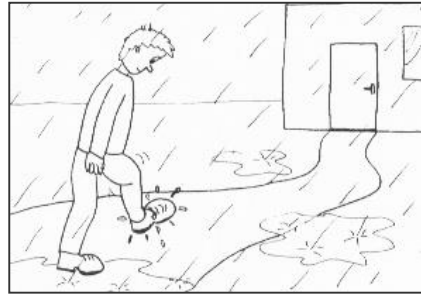
ب؟



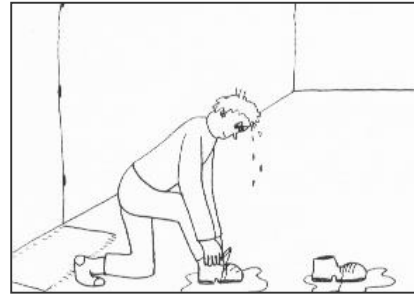
ج؟



## درست جواب ب ہے!



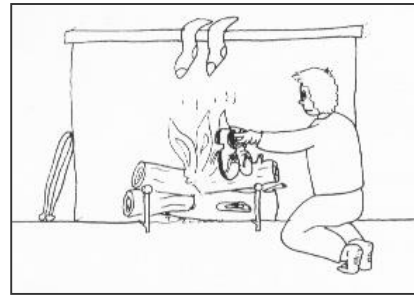
1



2



3



4



## اس عورت کی نیت کیا ہے؟



3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



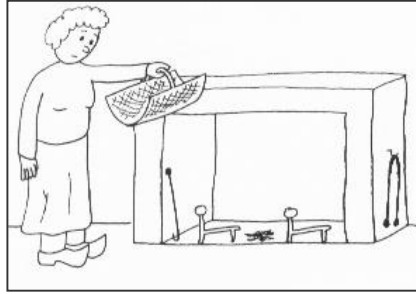
ب؟



ج؟



## اس عورت کی نیت کیا ہے؟



2



3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



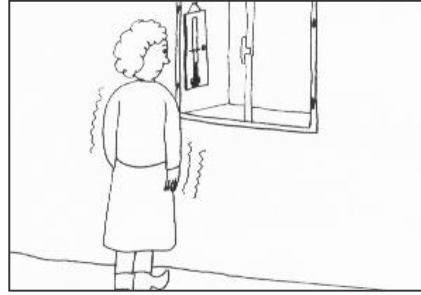
ب؟



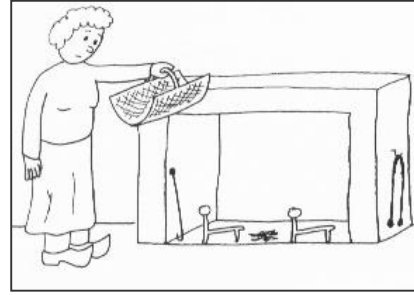
ج؟



## اس عورت کی نیت کیا ہے؟



1



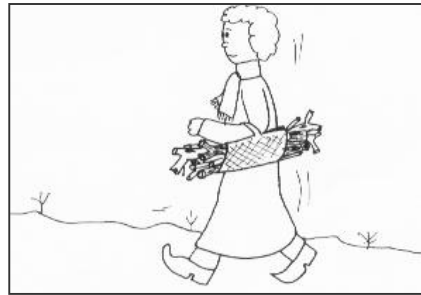
2



3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



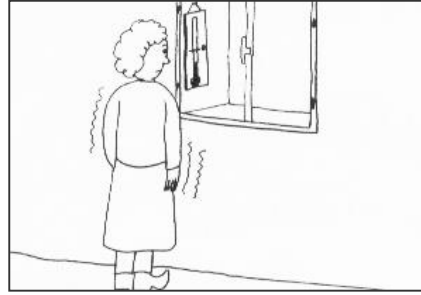
ب؟



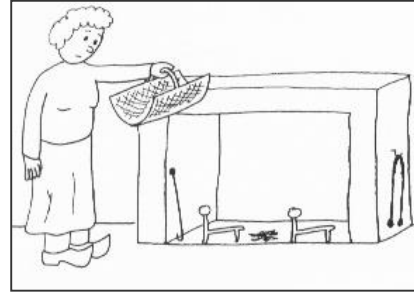
ج؟



## درست جواب الف ہے!



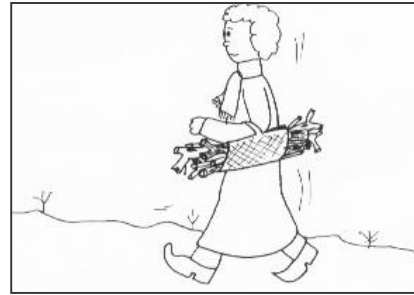
1



2



3

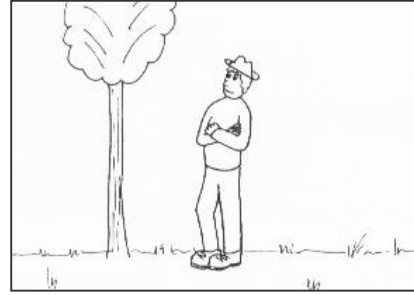


الف





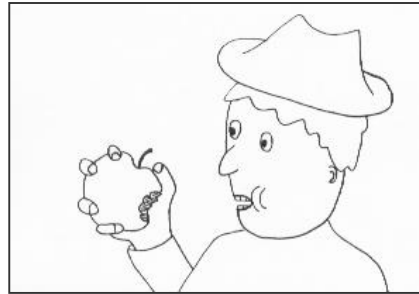
## اس آدمی کی نیت کیا ہے؟



3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

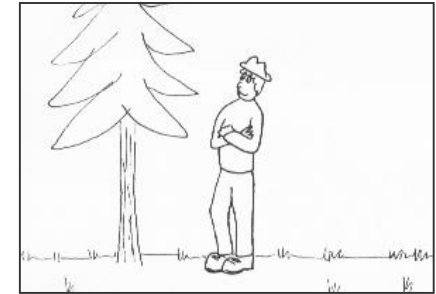
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



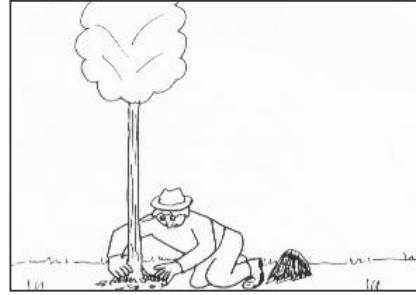
ب؟



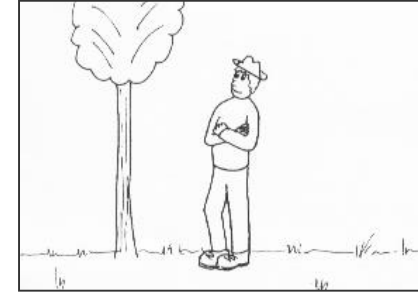
ج؟



## اس آدمی کی نیت کیا ہے؟



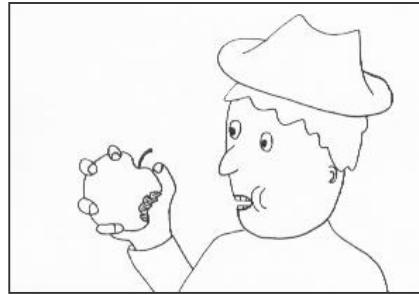
2



3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

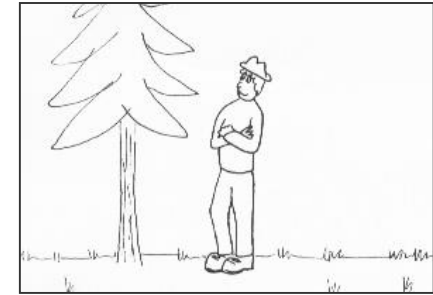
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



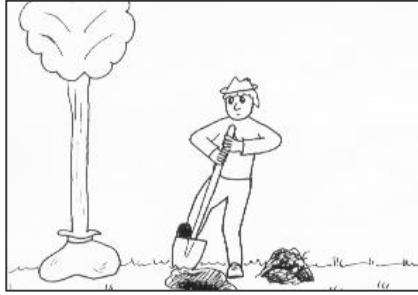
ب؟



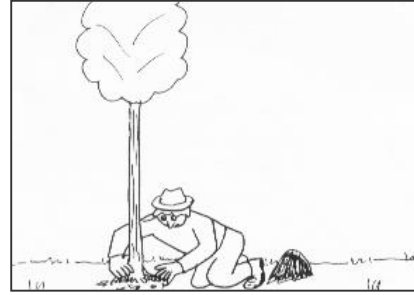
ج؟



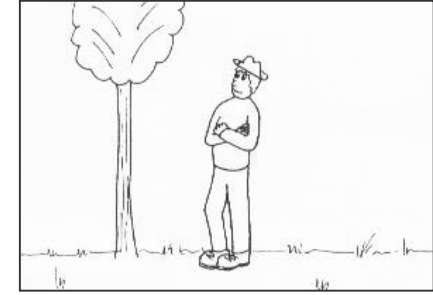
## اس آدمی کی نیت کیا ہے؟



1



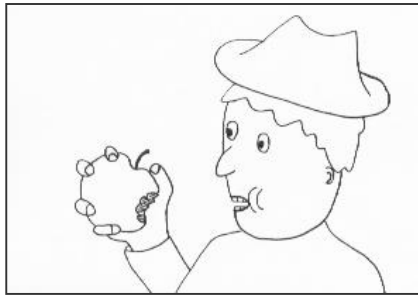
2



3

اوپر کی کہانی کیسے آگے بڑھتی ہے؟

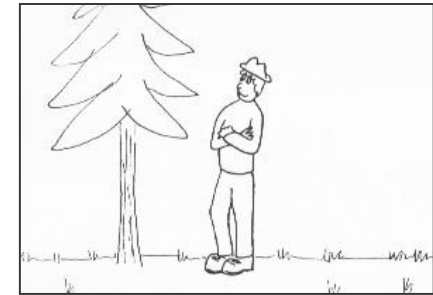
براہ مہربانی درج ذیل اختیارات کے امکان پر تبادلہ خیال کریں:



الف؟



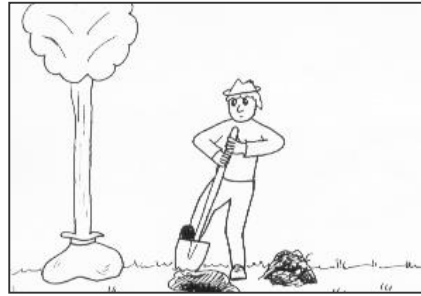
ب؟



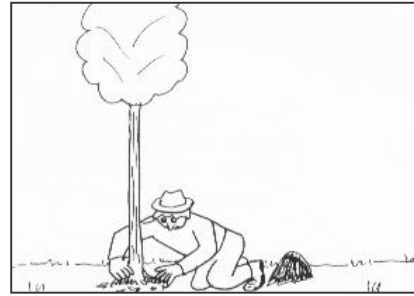
ج؟



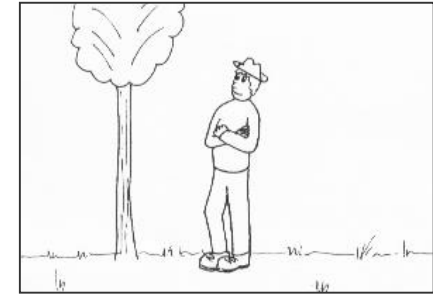
## درست جواب ب ہے!



1



2



3



4



## خلاصہ

آپ کو کسی دوسرے شخص کے بارے میں صرف اس صورت میں پکا نتیجہ اخذ کرنا چاہئے جب آپ اس شخص کو اچھی طرح جانتے ہیں یا آپ نے اس شخص کو مختلف حوالوں سے دیکھا ہے۔



## خلاصہ

آپ کو کسی دوسرے شخص کے بارے میں صرف اس صورت میں پکا نتیجہ اخذ کرنا چاہئے جب آپ اس شخص کو اچھی طرح جانتے ہیں یا آپ نے اس شخص کو مختلف حوالوں سے دیکھا ہے۔

پچیدہ حالات کا جائزہ لینے کے لیے (جیسا کہ ابھی پیش کیا گیا ہے)، تمام دستیاب معلومات پر غور کرنا بہت ضروری ہے۔



## خلاصہ

آپ کو کسی دوسرے شخص کے بارے میں صرف اس صورت میں پکا نتیجہ اخذ کرنا چاہئے جب آپ اس شخص کو اچھی طرح جانتے ہیں یا آپ نے اس شخص کو مختلف حوالوں سے دیکھا ہے۔

پچیدہ حالات کا جائزہ لینے کے لیے (جیسا کہ ابھی پیش کیا گیا ہے)، تمام دستیاب معلومات پر غور کرنا بہت ضروری ہے۔

جتنی زیادہ معلومات پر غور کیا جائے گا، اتنا ہی زیادہ امکان ہے کہ آپ صحیح فیصلہ کریں گے۔



## چوتھا کام

آپ کو تصویروں کا ایک سلسلہ دکھایا جائے گا جو ایک کہانی بیان کرتی ہیں۔  
تصویریں تین ممکنہ نتائج کے ساتھ ہوں گی۔

آپ کا کام اس بات کا تعین کرنا ہے کہ تینوں میں سے کون سا نتیجہ کہانی کے اختتام کے نزدیک ترین ہے۔





## لڑکے کیا کرنے کا ارادہ کر رہے ہیں؟



دوسرے لڑکے کو ان کے ساتھ گیند سے کھیلنے کی دعوت دینا۔  
کوئی شرارت کرنا۔

فٹ بال چیمپئن سے آؤگراف لینے کے لیے۔



## لڑکے کیا کرنے کا ارادہ کر رہے ہیں؟



دوسرے لڑکے کو ان کے ساتھ گیند سے کھیلنے کی دعوت دینا۔  
کوئی شرارت کرنا۔

فٹ بال چیمپئن سے آؤگراف لینے کے لیے۔



## لڑکے کیا کرنے کا ارادہ کر رہے ہیں؟



دوسرے لڑکے کو ان کے ساتھ گیند سے کھیلنے کی دعوت دینا۔  
کوئی شرارت کرنا۔

فٹ بال چیمپئن سے آؤگراف لینے کے لیے۔



## لڑکے کیا کرنے کا ارادہ کر رہے ہیں؟



دوسرے لڑکے کو ان کے ساتھ گیند سے کھیلنے کی دعوت دینا۔  
کوئی شرارت کرنا۔

فٹ بال چیمپئن سے آؤگراف لینے کے لیے۔





## لڑکے کیا کرنے کا ارادہ کر رہے ہیں؟

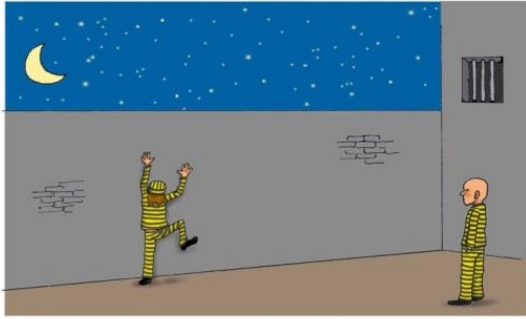
دوسرے لڑکے کو ان کے ساتھ گیند سے کھیلنے کی دعوت دینا۔  
کوئی شرارت کرنا۔

فٹ بال چیمپئن سے آؤگراف لینے کے لیے۔





## آدمی کیا کر رہے ہیں؟



مرد چاند ڈانس کر رہے ہیں۔

مرد فرار ہونے کی کوشش کر رہے ہیں۔

مرد ورزش کر رہے ہیں۔



## آدمی کیا کر رہے ہیں؟



مرد چاند ڈانس کر رہے ہیں۔

مرد فرار ہونے کی کوشش کر رہے ہیں۔

مرد ورزش کر رہے ہیں۔



## آدمی کیا کر رہے ہیں؟



مرد چاند ڈانس کر رہے ہیں۔

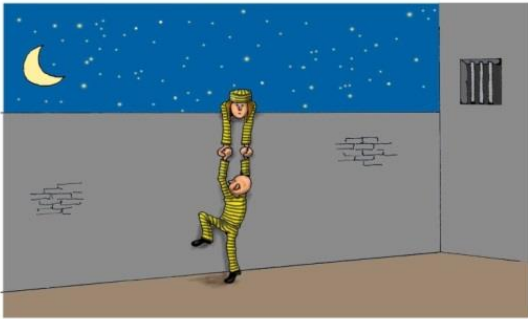
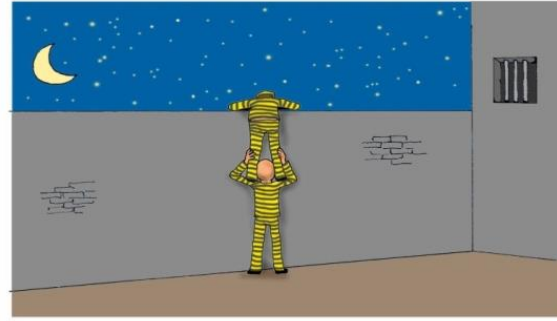
مرد فرار ہونے کی کوشش کر رہے ہیں۔

مرد ورزش کر رہے ہیں۔





## آدمی کیا کر رہے ہیں؟



مرد چاند ڈانس کر رہے ہیں۔

مرد فرار ہونے کی کوشش کر رہے ہیں۔

مرد ورزش کر رہے ہیں۔

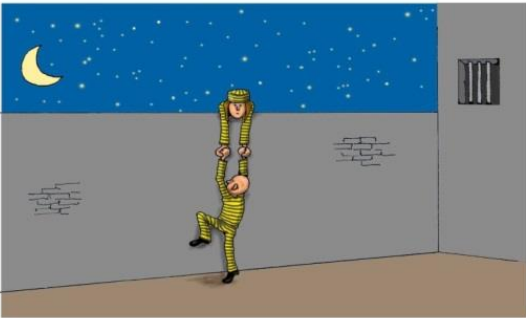


## آدمی کیا کر رہے ہیں؟

مرد چاند ڈانس کر رہے ہیں۔

مرد فرار ہونے کی کوشش کر رہے ہیں۔

مرد ورزش کر رہے ہیں۔





## لڑکا کیا کر رہا ہے؟



اپنی سالگرہ کے تحفے سے لطف اندوز ہو رہے ہیں۔

تحفہ ریپ کر رہا ہے۔

اپنی بہن کو ڈرانے کی کوشش کر رہا ہے۔



## لڑکا کیا کر رہا ہے؟



اپنی سالگرہ کے تحفے سے لطف اندوز ہو رہے ہیں۔

تحفہ ریپ کر رہا ہے۔

اپنی بہن کو ڈرانے کی کوشش کر رہا ہے۔



## لڑکا کیا کر رہا ہے؟



اپنی سالگرہ کے تحفے سے لطف اندوز ہو رہے ہیں۔

تحفہ ریپ کر رہا ہے۔

اپنی بہن کو ڈرانے کی کوشش کر رہا ہے۔





## لڑکا کیا کر رہا ہے؟



اپنی سالگرہ کے تحفے سے لطف اندوز ہو رہے ہیں۔

تحفہ ریپ کر رہا ہے۔

اپنی بہن کو ڈرانے کی کوشش کر رہا ہے۔





## لڑکا کیا کر رہا ہے؟



اپنی سالگرہ کے تحفے سے لطف اندوز ہو رہے ہیں۔

تحفہ ریپ کر رہا ہے۔

اپنی بہن کو ڈرانے کی کوشش کر رہا ہے۔





## روزمرہ کی زندگی میں منتقل کریں۔

سیکھنے کے مقاصد:

آپ کو کسی دوسرے شخص کے بارے میں صرف اس صورت میں پختہ نتیجہ اخذ کرنا چاہئے جب آپ اس شخص کو اچھی طرح جانتے ہیں یا آپ نے اس شخص کو مختلف توالوں سے دیکھا ہے۔





## روزمرہ کی زندگی میں منتقل کریں۔

سیکھنے کے مقاصد:

آپ کو کسی دوسرے شخص کے بارے میں صرف اس صورت میں پختہ نتیجہ اخذ کرنا چاہئے جب آپ اس شخص کو اچھی طرح جانتے ہیں یا آپ نے اس شخص کو مختلف حوالوں سے دیکھا ہے۔

چہرے کے تاثرات اور اشارے اس بات کے لیے اہم اشارے ہیں کہ ایک شخص کیا محسوس کرتا ہے لیکن بعض اوقات گمراہ کن ہو سکتا ہے۔



## روزمرہ کی زندگی میں منتقل کریں۔

سیکھنے کے مقاصد:

آپ کو کسی دوسرے شخص کے بارے میں صرف اس صورت میں پختہ نتیجہ اخذ کرنا چاہئے جب آپ اس شخص کو اچھی طرح جانتے ہیں یا آپ نے اس شخص کو مختلف حوالوں سے دیکھا ہے۔

چہرے کے تاثرات اور اشارے اس بات کے لیے اہم اشارے ہیں کہ ایک شخص کیا محسوس کرتا ہے لیکن بعض اوقات گمراہ کن ہو سکتا ہے۔

پچیدہ حالات کا جائزہ لیتے وقت، تمام دستیاب معلومات پر غور کرنا بہت ضروری ہے۔



## روزمرہ کی زندگی میں منتقل کریں۔

سیکھنے کے مقاصد:

آپ کو کسی دوسرے شخص کے بارے میں صرف اس صورت میں پختہ نتیجہ اخذ کرنا چاہئے جب آپ اس شخص کو اچھی طرح جانتے ہیں یا آپ نے اس شخص کو مختلف حوالوں سے دیکھا ہے۔

چہرے کے تاثرات اور اشارے اس بات کے لیے اہم اشارے ہیں کہ ایک شخص کیا محسوس کرتا ہے لیکن بعض اوقات گمراہ کن ہو سکتا ہے۔

پچیدہ حالات کا جائزہ لیتے وقت، تمام دستیاب معلومات پر غور کرنا بہت ضروری ہے۔

جتنی زیادہ معلومات پر غور کیا جائے گا، اتنا ہی زیادہ امکان ہے کہ آپ صحیح فیصلہ کریں گے۔



## اس سب کا سائیکوس کے ساتھ کیا تعلق ہے؟

سائیکوس کے دوران، لوگ چہرے کے تاثرات یا افعال کی غلط تشریح یا حد سے زیادہ تشریح کرتے ہیں۔

مثال: عمر کو اس خیال کا جنون تھا کہ وہ ایشوریا رائے کا دوست ہے۔ اس نے اسے دوستی کے خطوط لکھے اور مستقبل کے لیے منصوبے بنائے۔

پس منظر: اس نے ایشوریا رائے کو فلم کے پریمیئر میں دیکھا۔ اس نے ہجوم کی طرف ہاتھ ہلایا اور بہت خوش دلی سے اس کے ساتھ ساتھ دوسروں کی طرف دیکھا۔



## اس سب کا سائیکوس کے ساتھ کیا تعلق ہے؟

سائیکوس کے دوران، لوگ چہرے کے تاثرات یا افعال کی غلط تشریح یا حد سے زیادہ تشریح کرتے ہیں۔

مثال: عمر کو اس خیال کا جنون تھا کہ وہ ایشوریا رائے کا دوست ہے۔ اس نے اسے دوستی کے خطوط لکھے اور مستقبل کے لیے منصوبے بنائے۔

پس منظر: اس نے ایشوریا رائے کو فلم کے پریمیئر میں دیکھا۔ اس نے ہجوم کی طرف ہاتھ ہلایا اور بہت خوش دلی سے اس کے ساتھ ساتھ دوسروں کی طرف دیکھا۔

بہت سی چیزیں دیکھنے والے کی نظر میں ہوتی ہیں۔ ہمارے جذبات ہمارے تاثرات پر اثر انداز ہوتے ہیں، خاص طور پر جب ہمیں خطرہ محسوس ہوتا ہے۔ جب ہم فکر مند ہوتے ہیں تو ہمارا ماحول مخالف لگتا ہے۔ جب ہم بہت خوش ہوتے ہیں تو ناقابل تسخیر ہونے اور پیار کیے جانے کا مبالغہ آمیز احساس پیدا ہو سکتا ہے۔



# Thank you for your attention!

*for trainers:*

Please hand out worksheets. Introduce our app COGITO (download free of charge).



[www.uke.de/mct\\_app](http://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](http://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](http://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
allspice 1	flickr	Headache coming on	CC	Woman touches her temple/Frau fasst sich an die Schläfe
Brit.	flickr	saying goodbye	CC	Two women in mourning/Zwei Frauen in Trauer)
Dr Phil	flickr	Who's the bully	CC	Anger (Zidane at the world cup in 2006)/Wut (Zidane WM 06)
Carol^-^	flickr	The happy couple	CC	Happiness (marriage)/Freude (Hochzeit)
ben-millet	flickr	Day 64 Rotten potatoes	CC	Disgust (rotten potatoes)/Ekel (vergammelte Kartoffeln)
manville	flickr	SURPRISE	CC	Surprise (baby looks at himself in the mirror)/Überraschung (Baby sieht überrascht in d. Spiegel)
ecmorgan	<a href="http://www.flickr.com/photos/ecmorgan/3251929600/">http://www.flickr.com/photos/ecmorgan/3251929600/</a>	Agony	CC	Pain (injured soccer player)/ Schmerz (verletzter Fußballspieler)
stuandgravy	flickr	5emotions	CC	Five different facial expressions/5 verschiedene Gesichtsausdrücke
Feastoffools	flickr	dahmer	CC	Jeffrey Dahmer (serial killer)/Jeffrey Dahmer (Serienmörder)
madmonk	flickr	Egyptian Actor Khaled Saleh	CC	Khaled Saleh (actor)/Khaled Saleh (Schauspieler)
---	---	---	PP	Aaron Beck (Psychotherapeut)/Aaron Beck (psychotherapist)



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](http://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](http://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
[unknown photographer]	wikipedia	---	Public domain	Babe Ruth (athlete)/Babe Ruth (Sportler)
Ruth Klinge	---	Schuhsohle	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	sole of a shoe/Schuhsohle
Andreanna	flickr	Thumbs up!	CC	A little girl puts her thumb up/kleines Mädchen hält den Daumen hoch
Xflickrx	flickr	Generation Gap	CC	Old lady and punk/Alte Dame und Punker
Despite persistent efforts, we were unable to find the source of this photo and for this reason regrettably we cannot acknowledge the photographer. We are confident that the fair use policy applies for the reproduction of the photo as it used solely for noncommercial and educational nonprofit purposes. Since it displays an event that has happened years ago we hope that its display does not negatively impact on the copyright holder. If you are the copyright holder or you know his/her name please contact us so that we can credit the photographer and ask for official permission to reproduce.				Angry man/ Wütender Mann
Vladimir Rolov	fotocommunity	Das Lied der Liebe	PP	Singing accordion player/singender Akkordeonspieler
Frédéric de Villamil	flickr	[untitled] Semi Marathon de Paris 2008 – Selection	CC	Marathon runner/Marathonläufer
Klaus-Peter Hüskes	fotocommunity	Konzentriert - mittig - ins Schwarze	PP	Archer/Bogenschütze
Nico Gaycken	Mary Lou`s	---	PP	Ordering beverages at the bar/Bestellung am Tresen





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](http://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](http://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
RTL	Granada Productions	Lisa Fitz	PP by the management of Lisa Fitz and granada productions/PP durch das Management von Lisa Fitz sowie granada productions/	Woman is eating maggots/Frau isst Maden
Steffen Moritz	---	---	PP	Yannis
Nico Gaycken	Mary Lou`s	---	PP	Woman in the pub/Frau in Kneipe
Nico Gaycken	Mary Lou`s	---	PP	Cheerful barkeeper/Fröhlicher Barkeeper
Eberhard Kamm	fotocommunity	Schicht am Schacht	PP	Worker at break/Arbeiter bei der Pause
Jens Mittelsdorf	fotocommunity	sich schwarz ärgern2	PP	Rejection letter/Ablehnungsbescheid
Yves Sarfati	---	---	PP	Several sequences in black and white: artist, mother, watch, matches, cake, necklace, umbrella, shoes, fireplace, tree/ Verschiedene schwarz- weiße Bildersequenzen Künstler, Mutter, Uhr, Streichholz, Kuchen, Kette, Regenschirm, Schuhe, Kamin, Baum
Martin Brüne	---	---	PP	Several coloured sequences: trick, jailbreak, fear/Verschiedene farbige Bildersequenzen Streich, Ausbruch, Schreck