

조현병 환자를 위한 초인지적 훈련 프로그램

MCT



© Steffen Moritz

스테픈 모리츠 (Steffen Moritz)
토드 에스 우드워드 (Todd S. Woodward)
박성원 (Sungwon Park)
초인지 연구 그룹¹

VanHam Campus Press 2010
마지막 수정: 7월 2017

MCT 모듈은 다음 사이트에서 구할 수 있습니다: www.uke.de/mct
연락: moritz@uke.de (Prof. Steffen Moritz, Hamburg)

¹ 초인지 연구그룹은 우리가 개인적으로 감사드리는 분들로 구성되어 있다.

6 번째 volume, Version 6.4

수정에 대한 감사의 글

우리는 지난 수개월에 걸쳐 조현병 환자를 위한 초인지 훈련 프로그램을 수정해 왔습니다. 이러한 성과는 많은 사람들의 노력없이 불가능한 것이었습니다. 먼저, 대부분의 새로운 훈련자료를 수집해준 Julia Aghotor, Birgit Hottenrott, Ruth Veckenstedt, Rebecca Kupper, Lena Jelinek, Christiane Schmidt, Florian Scheu 그리고 Sabine Sperber 에게 감사할뿐만 아니라 현재 예비버전 매뉴얼을 교정해준 Sarah Randjbar 와 Jana Volkert 에게 감사를 표합니다. 모듈 2 의 예제를 선정해준 Kerry Ross, Philippa Garety 와 Daniel Freeman 와 새로운 레이아웃을 개발해준 Andrea Dunker 에게 감사드립니다. 마지막으로 우리 환자들과² MCT를 사용하는 수많은 과학자들에게 감사하고 그들의 피드백은 MCT를 향상시키는데 필수적인 것이었음을 밝힙니다.

여섯번째 출간을 위해, 자존감과 낙인에 관계된 새로운 모듈에 대해 중요한 조언을 해준 Devon Anersen, Mahesh Menon, Nathalie Werkle, Joy Hermeneit 과 Marie Hämmerling 에게도 깊이 감사드립니다.

최근 성과 발표

초인지 훈련의 효과에 대한 고무적인 결과와 관련된 review는 Current Opinion in Psychiatry.(Moritz & Woodward, 2007; Moritz, Vitzthum, Randjbar, Veckenstedt & Woodward, 2010)와 Clinical Psychology Review (Moritz et al., 2014)에 게재되었습니다. www.ukc.de/mct 에서 관련 논문을 다운로드 할 수 있습니다.

² 우리는 MCT에 참여하는 누구라도 입원환자나 외래환자는 아니라는 것을 알고 있습니다. 환자라는 용어는 이 매뉴얼에서 대부분 참여자로 일컬어집니다. 그들의 지위를 낮추려 하거나 치료중인 정신질환을 갖는 어떤 사람으로 낙인을 찍으려는 의도가 있으면 안됩니다.

기부

만약 MCT 를 지원 한다면, 그 기부에 대해 매우 감사하게 여길것입니다. 명백하게, 우리는 재정적 지원에 상관없이 누구든 지지하고 도울것입니다. 누구도 기부에 대한 도덕적인 의무감을 느낄 필요는 없습니다.

우리는 모든 기부가 MCT의 더 나은 발전을 위해 사용될 것임을 보장합니다(미래의 과제는 다른 언어로 모듈을 번역하기, 새로운 삽화 제작, 기관에서의 MCT 운영을 포함). 요청한다면, 우리는 기부영수증을 보낼수 있습니다. 기부는 다음의 계좌를 통해 가능합니다.

입금: UKE gGmbH

Bank(sort code): Hamburger Sparkasse HASPA

참조/지불 이유 (이것은 귀하의 기부가 우리에게 지급되도록 보장하기 위해 매우 중요합니다):

0470/001 (you can also indicate to which specific project you are donating, for example "0470/001 MCT")

IBAN: DE54 2005 0550 1234 3636 36

BIC/Swift: HASPDEHHXXX

서론

왜 조현병을 위한 인지 훈련인가?

조현병은 복잡한 정신과적 질환이다. 핵심 증상은 망상과 환청이다.

수십년의 세월동안 조현병에 대한 우리의 생각과 치료는 변화되어 왔음을 보아왔다. 신경이완제와 같은 정신약물 치료는 여전히 일차적 치료형태로서 대표적이다. 그러나 조현병의 정신치료를 반대하는 과거의 뿌리깊은 의심에 대해 점차 의문을 갖게 되고 있다. 신경이완제에 거의 혹은 전혀 반응하지 않거나, 부작용이나 병식부족으로 치료를 중단하는 환자들 입장에서 보면(Byerly, Nakonezny, & Lescouflair, 2007; Elkis, 2007; Voruganti, Baker, & Awad, 2008), 인지행동치료는 특히, 정신약물치료에 대한 유용한 대안적인 접근으로 증명되었다(Wykes, Steel, Everitt, & Tarrier, 2008). 현재의 초인지 훈련은³ 조현병 환자의 인지행동적 모델의 이론적 기초에 기반하고 있지만, 운영자의 치료적 접근은 다소 다를 수 있다.

초인지 훈련 프로그램은 망상적 사고의 "인지적 기반"을 변화시키는 것이다. 조현병의 일반적 인지 오류와 문제해결의 편향에 중점을 두는 열개의 핵심 모듈로 구성된다. 아래 (참조) 이 오류들과 편향들은 단독 혹은 서로 조합이 되어 결국 망상이라고 할 수 있을 정도의 잘못된 신념을 확고하게 한다 (Freeman, 2007; Garety & Freeman, 2013, Moritz & Woodward, 2007, Moritz, Vitzthum, Randjbar, Veckenstedt & Woodward, 2010). 훈련회기들은 이러한 왜곡을 환자가 인식하게 하려는 목적이 있으며 그들의 문제해결 기술들을 비판적으로 돌이켜 보고 보완하며, 변화를 격려하기 위함이다. 정신병은 급작스럽고 순간적인 사건이 아니며 개인의 인지과 사회적 환경에 대한 평가안에서 단계적인 변화를 거쳐 진행된다(e.g. Klosterkötter, 1992), 그리고 초인지 능력을 강화하여 정신병적 좌절을 예방하는데 작용할 수 있다. 과제는 각 회기의 마지막에 참여자에게 전달되며 이 과정을 보조한다.

³ 초인지는 "타인의 생각을 생각하는 것"으로 설명되어질 수 있으며 적절한 반응을 선택하는 능력을 포함한다.

것은 또한 우리가 정보를 가늠하여 평가하는 방식과 어떻게 인지적 제한성에 대처하는지를 포함한다.

각각의 모듈은 정신교육적인 요소와 “정상화”에서 시작한다: 많은 예시와 연습에 의해 각각의 영역이 소개되고(예. 속단하기) 인지의 불완전성이 논의되고 설명된다. 두번째 단계에서, 각 인지적 편향에 대한 병리적인 극단성이 강조된다: 환자는 과장된 사고편향이 일상생활에서 어떻게 문제를 만드는지와 때때로 망상에 이르게 될 수 있음을 직시하게 된다. 이는 정신병을 가진 사람들의 사례를 통해 설명되어 지는데, 만약 그들이 원한다면 자신의 경험을 나누는 집단 참여자들을 위해 기회를 제공한다.

망상을 발전시키는 잠재적인 기여요인은 귀인 왜곡(모듈 1), 성급한 결론을 내리는 편향(모듈 2 와 7), 불확실한 증거에 대한 편향(모듈 3), 마음이론의 결손(모듈 4 와 6), 기억오류에 대한 과신(모듈 5), 그리고 우울한 인지 양식(모듈 8)이다. 이러한 설명에 대한 타당성을 입증하는 훌륭한 경험적 증거에도 불구하고 몇가지는 과학적 논쟁의 주제로 지속적으로 남아있다 (Freeman, 2007; Garety & Freeman, 2013; Savulich, Shergill, & Yiend, 2012). 또한, 우리는 자존감(모듈 9)과 편견/낙인(모듈 10)을 다루고 있다. 많은 환자들이 정서적 문제로 고통받고 있으며 정서적 안녕을 향상시키는 것이 치료의 최우선 순위로 고려되고 있다. 모듈은 집단치료 프로그램의 구조안에서 수행되어진다. 메타인지 훈련의 주된 목적은 망상적 사고의 '인지적 기반 구조'를 변화시키는 것이다. MCT 프로그램은 조현병의 일반적인 인지 오류와 문제 해결 편향을 목표로 하는 모듈로 구성되어 있다(정서적 문제도 여러 모듈에서 다루어짐). 이전에는 직면적이고 증상 지향적인 접근이 환자를 힘들게 할까봐 우려하였다. 그러나, 이러한 우려는 근거없는 것이었다. 그럼에도 불구하고 개인적인 망상주제는 일대일의 치료적인 회기에서 다루어져야 한다고 권고 되어진다(개별화된 MCT 프로그램의 예시를 http://www.uke.de/mct_plus 에서 보십시오; Moritz, Veckenstedt, Randjbar & Vitzthum, 2010; Moritz et al., 2014).

우리는 이론만 강조되는 무미건조한 프로그램을 설계하고 싶지 않았다. 상호교환적이고 유쾌한 특성을 갖는, 회기들이 환자들의 관심을 붙들고 지속적인 영향력을 발휘하는 것을 목표로 한다. 이러한 목적을 달성하기 위해, 우리는 반복훈련 과제를 포함하는 것을 자제해 왔다. 주의력 문제와 같은 기본적인 인지적 역기능은 프로그램의 주제가 아니다. 이러한 결손은 다양한 정신과적 집단에서 흔하다. 그것이 특별히 정신병의 취약한 요인을 대표하는지는 명확하지 않다.

대부분의 프로그램의 구성들은 자기-설명적이기 때문에 매뉴얼은 적당히 짧고 훈련을 수행하는데 있어서 개인적 다양성을 허용한다. 그러나, 이러한 이유에서 근본적인 이론적 개념에 대한 심도 깊은 학습이 대체될 수는 없다.

현 프로그램은 다국가 언어로 사용가능하며 다음의 사이트에 연락하여 다운로드 할 수 있다.:

<http://www.uke.de/mct>

초인지 훈련 프로그램은 다음 요소들로 구성되어 있다

- 20 개의 pdf 양식의 파워포인트 자료(각각 10 개의 모듈로 구성된 두 가지 같은 종류의 사이클)
- 매뉴얼
- 6 개의 과제 유인물(모듈 4 와 6 뿐 아니라 2 와 7 을 위한 유인물은 동일하다)
- 각 참여자를 위한 한 개의 노란카드와 한 개의 빨간색 카드

모듈을 소개하기 전에, 몇 가지 기초적으로 전제가 되는 것들을 언급할 필요가 있다.

모듈의 개수와 회기의 빈도

프로그램은 두 개의 병렬 사이클로 구성된다. 대부분의 모듈은 인지적 편향을 다루고, 3개의 모듈은 우울, 낙인, 자존감을 다룬다. 일주일에 2개의 모듈을 제공하는 것이 좋다 (세션당 1개의 모듈) 이렇게, 입원환자는 한달의 입원기간 동안 전체 사이클을 완수할 수 있다. 장기적인 처치를 받는 외래환자나 낮병원 환자는 성공적인 훈련을 유지하고 심화시키기 위해 두 가지 사이클에 참여해야 한다. 평행적인 프로그램들의 합리적 근거는 동일하다. 그러나 소개와 연습은 다르다, 두 가지 사이클에 참여하는 그러한 환자들이 같은 소재들에 두 번 나타나지는 않는다.

그룹의 크기

그룹의 크기는 3-10 명의 환자 범위

회기의 지속시간

각 회기는 45 분과 60 분 사이에서 지속한다

회기의 시작

이전의 모듈에 대해 짧은 토의를 하면서 새로운 회기를 시작하는 것이 좋다. 그리고 지난 회기에 내어준 과제를 살펴보는 것이 좋다. 덧붙여, 프로그램에 대한 간략한 소개와 새로운 참여자를 짧게 소개하는 순서가 있어야 한다. (환자에게 프로그램 소개하기 부분을 보면 상세히 기술)

각 회기의 결말

만약 회기 마지막까지 연습을 완수하지 못한다면(대부분 그런 경우가 있기 쉽다), 운영자는 마지막 슬라이드 앞에서 건너뛰어야 한다. 이는 정신병뿐 아니라 일상생활의 과업과의 관련성을 설명하고 학습주제를 요약하는 것이다. 마지막으로 과제에 대한 인쇄물은 유인물로 주어진다. 모든 참여자는 사용법에 대한 지침에 따라 첫 번째 회기 마지막에 노란색과 빨간색 카드를 받게 된다(웹사이트 볼 것). 노란색 카드는 세 개의 기본적인 질문을 제기하는데, 환자는 필요할 때, 예를 들어 화나거나 모욕을 느낄 때 상담을 받아야만 한다:

1. 무엇이 증거인가?
2. 대안적인 시각들이 있는가?
3. ...와 같다고 할지라도...나는 과잉 반응하는가?

이러한 질문들은 환자가 성급하고 잘못된, 결정을 내리기 전에 환자가 빨리 유용한 증거를 다시 고려하도록 만들어졌다.

빨간색 카드는 응급시의 카드이다. 환자가 도움이 필요할 때 연락될 수 있는 개인과 시설의 전화번호를 쓰게 한다.

공간 확보

충분한 의자가 있고 하얀 벽이나 스크린에 슬라이드를 비출 수 있는 조용한 공간이 필요함.

필요한 기술적인 장치

프로젝터(빔)와 아도브 아크로벳 리더가 설치된 컴퓨터가 필요하다. 슬라이드는 전체 스크린으로 보여지게 된다.

선택적임: 복합적인 컴퓨터 화면, 만약 프로젝터가 유용하지 못하다면

전문적인 이력을 가진 훈련자

훈련자는 조현병 스펙트럼 환자들과 오랜 경험을 가진 심리학자나 정신과 의사가 바람직하다. 정신과 질환에 전문화된 정신과 간호사나 작업요법사 또한 적합하다. 이상적으로 훈련자는 그룹 회기를 조정할 경험이 있는 사람들이다.

회기동안 정신병적 증상 다루기

만약 그룹 구성원이 회기동안 정신병적 증상을 보인다면, 다른 사람들 앞에서 지지하지도 말고 도전하지도 말아야 한다. 개인적인 망상적 사고들은 각자의 치료자들과 함께 직면하는 회기에서 다루어져야 한다. 그러나 그들의 망상과 거리를 두고 있는 환자들은 일반적인 망상적 주제를 발표하는 연습기간 동안 유사한 경험에 대해 말할지도 모른다.(예, 모듈 1, 시나리오 “당신 등뒤에서 이야기하는 친구”, 모듈 5, 잘못된 기억들; 모듈 6, 다른 한남자에 대해 화가 나있는 두 남자의 모습에 대한 시나리오). 더욱이, “왜 우리가 이것을 하고 있는가?”(모듈을 시작할 때)와 “이것은 정신병과 어떤 관련이 있는가?”(마지막에)라는 제목의 슬라이드는 한층 더 개인적인 성찰을 위한 여지를 제공한다.

집단 구성원들을 위한 규칙

MCT 웹사이트에서, 당신은 중요한 집단 규칙 목록이 있는 슬라이드를 다운로드 받을 수 있다(예, 다른 사람의 의견을 존중하세요). 그것을 인쇄하고, 모든 그룹원들이 볼 수 있도록 벽에 붙여 놓는 것이 좋다. 갈등이 발생하면 때때로 규칙을 말해준다.

비디오 영상을 시청할때의 훈련자들을 위한 조언

다음 사이트 링크를 통해 http://www.uke.de/mct_videos 당신은 다른 모듈의 주제와 일치하는 비디오 장면을 확인할 수 있다- 사전에 가능한 비디오 장면을 보고 주의깊게 선택하기를 바란다. 어떤 장면은 독일인, 영국인, 프랑스인에게만 유용하다. 나머지는 소리가 없고 어떤 언어형태 이든 사용될 수 있다. 어떤 동영상은 모든 청중과 문화에 적합하지 않는 언어를 담고 있다. 당신이 사용하려고 한다면 앞선 화면을 주의깊게 보기 바란다. 비디오 제시 이후에, 비디오가 모듈의 특정 주제와 어떤 관련성이 있는지 환자들과 토의한다. 대안으로, 당신은 롤플레이를 하거나 환자의 개인적 경험을 토론할 수 있다. 명확하게, 당신은 다른 경험들을 가지고 계속 진행할 수 있다

환자에게 프로그램을 소개하기

초인지적 훈련은 열린 프로그램이다. 환자들은 주기 동안에 어느 시점에서든 들어올 수 있다. 어떤 새로운 참여자들 프로그램에 대한 정보를 얻어야 한다-가급적이면 훈련자의 도움으로 경험 많은 참여자에 의해. 첫 번째로, 초인지라는 용어가 설명되어진다: 초(meta)는 '~에 대한'의 그리스 말이며 인지는 집중, 기억, 문제해결과 같은 보다 높은 정신적 처리과정으로 일컬어진다. 초인지는 우리가 생각하는 방식에 대한 생각을 의미한다. 프로그램의 목적은 인간의 인지에 대해 더 배우고 최대한 문제해결을 활용하기 위해 그것을 어떻게 구체화할 수 있는지 습득하는 것이다. 프로그램의 핵심 사항은 망상을 발전시키는데 일조하는 생각의 유형이다. 환자들이 동시에 이러한 사고편향을 나타낼 것이라는 것은 아니다.

학습주제들과 일상생활/질환 사이의 관계는 규칙적으로 지적해야 한다. 이러한 목적으로, 각 모듈은 실제적 관련성을 강조하는 몇개의 슬라이드를 포함한다(슬라이드: "왜 우리가 이것을 하고 있는가?" "어떻게 속단하기가 정신병 동안에 오해를 부추기는가- 사례" "이것은 정신병과

어떤 관련이 있는가?”).

학습주제에서 일상생활로의 이전은 훈련의 중요한 목적을 명확하게 대표한다.

포함과 배제 기준

1. 조현병 환자와 조현병 전범위의 환자들이 일차적 표적집단이다. 프로그램은 또한 현재 또는 과거에 정신병적 증상을 보여왔던 다른 진단을 갖는 환자에게 적합하다(특히 망상, 관계사고, 환청).
2. 환자들은 한 회기동안 참여할 수 있어야 한다. 매우 산만한 환자들에게, 훈련은 매우 강한 스트레스가 될 수 있다. 그럼에도 불구하고 시도되어야 한다.
3. 강렬한 자기-관계 망상적인 잘못된 해석을 하지 않는다면, 현존하는 망상과 환청은 배제 기준을 구성하는 요소가 아니다. 부적절한 (반사회적, 성적, 공격적) 행동을 보이는 조증 환자는 증상호전이 있지 않으면 참여할 수 없을지도 모른다. 그렇지 않으면 집단 역동이 깨질 수 있다.
4. 만약 환자가 회기에 참석하지 못한다면, 개인적 반복은 필요하지 않다. 프로그램이 연속적인 단계로 설계되지 않았기 때문이다.

분위기

1. 훈련 회기는 서두르지 않아야 한다. 하나의 회기안에서 모든 슬라이드를 완수하는 것을 요구하지 않으며, 그것은 거의 불가능하다! 훈련이 상당히 구조화되어 있고 명확한 초점을 두고 있을지라도, 적극적인 토론을 격려해야 하고 환자들은 그들의 견해를 교환할 수 있는 충분한 시간을 가져야 한다. 사회적 관계와 교환은 자기 인식을 얻기 위한 핵심적 요인들이며 일상생활에서의 행동을 변화시키는 것이다.
2. 어떤 환자들은 집단안에서 이야기하는 것을 불편해 한다. 이런 참여자들에게 단순한 네/아니오 문제를 내거나 수신호를 하도록 하여 참여시킬 수 있다.(예:“다른 누가 이 의견을 나누겠어요?”, “벌써 결정을 내린 사람이 있습니까?” 다른 선택사항은 네/아니오를 지칭하기 위한 목적으로 빨간색과 녹색의 카드를 각각 건네주는 것이다. 그러나, 환자들에게 참여를 강요하지 말아야 하며 훈련자는 무시하지 않는/지지적인 태도를 취해야 한다.

3. 특히 문제 의사소통 유형이 관찰될 때 훈련자는 대인관계 약속에 대한 기본적인 규칙들을 강조해야 한다(예, 타인의 말을 경청, 다른 의견을 존중). 각 구성원은 능동적으로 부분적인 참여 기회를 가져야 하며 토론은 한 사람이 독점하게 해서는 안된다. 순서대로 돌아가는 방식은 각 구성원이 기여할 수 있는 기회를 주고 훈련자가 특정 참여자가 대답하도록 지명할 수 있다.
4. 우호적이고 재미있는 분위기를 창출하라. 훈련은 유쾌하고 상호적이며 명랑해야 한다. 그룹 구성원을 향한 비판적인 조언은 지양해야만 한다.

이어서, 우리는 목표가 되는 차원, 기본적인 과업들, 각 모듈에 대한 이론적인 근거들에 대해 개요를 설명하려고 한다. 이것은 모듈의 목적에 따른 운영을 위한 전반적이고 구체적인 권장사항이다.

MODULE 1: 귀인 - 비난하기와 공로 가로채기

목표 영역

(실패에 대해서는 외부-사람 귀인, 단일 원인에 의한 추론)

기본과제

프로그램의 첫 번째 부분에서, 환자들이 극단적인 귀인스타일과 그에 따른 사회적 결과에 대해 익숙해지도록 한다. (예. 실패에 대하여 다른 사람들을 비난하는 것은 인간관계에서 긴장을 초래할 수 있다.) 환자들은 각 시나리오에 대해 보다 객관적이고 균형잡힌 해석을 할 수 있도록 격려받는다. (예. 자신의 성과로만 여기는 대신 다른 사람과 성과를 공유하는 것) 두 번째 부분에서, 환자들은 짧게 기술된 사건들에 대한 이유들을 찾아야 한다; 예를 들어, 왜 한 친구는 연락을 받지 못했고(부정적인 사건), 왜 누군가는 당신을 저녁식사에 초대했는지(긍정적인 사건). 상황적이고 개인적인 요소들도 고려되어야 한다. 이러한 사례들에 대한 상황은 명쾌한 답이 있는 것은 아닌 것을 유념해야 한다. 단 한가지 해석이 있을법한 명백한 사례조차 다른 다양한 해석이 항상 가능할 수 있다. (예, 한 친구가 당신 등뒤에서 말하고 있다; 가능한 해석: 그 사람은 나를 좋아하지 않는다; 다른 가능한 해석: 그 사람은 다른 사람에게 내가 아프지에 대해 물었다. 그는 내가 화를 내거나 걱정할 수 있기 때문에 나에게 직접적으로 묻지 못했던 것이다; 이것은 정상적인 것이고, 우리는 모두 때때로 험담을 한다. 이것이 우리가 나쁜 사람이라는 것을 의미하지는 않는다.) 두 번째 과제는 소리를 듣는것에 대한 부분을 포함할 것이다. 참여자들은 내면의 목소리(목소리 듣기)가 사실은 자신에 의해 만들어진 것이며 어째서 외부에서 주입된 것이 아닌지에 대한 몇가지 쟁점에 직면하게 된다.

교재

두 번째 과제 세트의 구성은 내면적, 개인적, 상황적 귀인 질문지(IPSAQ, Kinderman & Bentall, 1997)와 비슷하다. 사진사/아티스트들의 공헌은 이 소개의 끝에서 더 보여질 것이다.

이론적 배경

Bentall, Kinderman, 동료들과 관련된 여러 연구팀들은(Bentall, 1994; Bentall, Corcoran, Howard, Blackwood, & Kinderman, 2001; Bentall, Kaney, & Dewey, 1991; Kinderman & Bentall, 1996, 1997; Kinderman, Kaney, Morley, & Bentall, 1992) 의심 환자들이 실패했을 때 반복적으로 다른 사람을 비난한다는 것을 알게 되었다(참고, Janssen, Versmissen, Campo, Myin-Germeys, van Os, & Krabbendam, 2006). 반대로, 환자들은 성과에 대해서는 다른 사람들과 대조적으로 가급적이면 자신에게 귀인하는데, 그렇지만 후자의 유형이 문헌에는 잘 확인되지는 않는다(Garety & Freeman, 1999). 연구자들은 이러한 반응을 자기위주편향(self-serving bias); 비난의 외재화; 성과 내재화라고 하고, 건강한 사람들에서도 어느 정도 나타난다고 본다(“실력없는 사람이 연장 탕 한다”는 속담에서도 말하듯이). 그러나, 실패에 대한 외적 귀인은 편집증 환자들에게서 병적으로 두드러지고, 개인에게 책임을 돌리는 식으로 변화되는 것으로 보인다. 최근 연구에서, 우리는 이러한 패턴의 변화를 관찰하였다: 급격히 망상이 생긴 환자들은 긍정적이고 부정적인 사건 모두에서 대조군보다 자신에게 더 잦은 빈도로 귀인을 적게하였다. 이것은 환자들이 통제력 상실을 인식함으로써 고통스러워할 수도 있음을 시사한다.(Moritz, Woodward, Burlon, Braus, & Andresen, 2007). 단일원인으로 추론하는 경향의 증대에 대한 우려스럽게 많은 증거들이 있다(Randjbar, Veckenstedt, Vitzthum, Hottenrott, & Moritz, 2011).

Module 의 목표

환자들이 3개의 가능한 정보를(하나 또는 복합적으로) 고려함으로써 다른 상황에 대해 설명할 수 있도록 격려한다: 자기자신, 다른사람, 상황적요소. 목표는 환자들이 정답을 찾으려 하는 것이 아니다. 오히려, 역기능적인 인지 패턴(예. “항상 내 잘못이야.” Vs “항상 다른 사람 탓이야.”)이 변화될 수 있도록 다른 가능성들이 심사숙고되어야 한다. 우울한 귀인 스타일(실패를 자기탓으로, 성공을 운/우연 탓으로, 자아존중감을 감소시킴)과 자기위주편향(실패를 타인의 탓으로, 성공은 자기덕분으로 귀인하는 것은 다른 사람을 늘 희생양으로 몰아서 타인을 불쾌하게 만드는 사회적 갈등을 초래할 수 있다)의 장단점이 강조되어야 한다. 이 모듈의 기본적인 핵심은 하나의 사건/시나리오에 복합적인 요소들이

작용할 수 있음을 지적하는 것이다. 이미 말했듯이, 여기에는 처음엔 오직 한 가지 설명만 가능한 것처럼 보이는 상황이 적합하다.

일반적인 조언

프리젠테이션의 5 번 슬라이드에서, 그 사건에 대한 다른 설명이 선택되어야 한다. 다음에, 그 답들은 3개의 가능한 원인(자신, 다른 사람, 상황적 요소)에 따라서 그룹으로 나뉘어진다. 이 분류는 9 번 슬라이드에 있는 시나리오에도 적용된다. 12 번 슬라이드에서, 앞서 말한 3개의 가능한 원인적 측면을 이상적으로 통합하면서 보다 균형잡힌 반응들이 촉진되어야 한다. 마지막 슬라이드에 제시한 조화를 이룬 시나리오에 대한 반응은 명확한 해결책이라기보다 본보기가 될 것이다. 구성원들의 의견이 이것으로부터 벗어날수도 있다. 14-23 번 슬라이드에서, 환자들은 다른 귀인스타일에 따른 결과들에 대해 생각해 보도록 요구받는다.

프로그램의 두 번째 파트를 위해, 훈련자는 그/그녀 자신의 사례를 제시하거나 참여자들에게 오해했던 개인적 경험을 회상해보도록 요구할 수 있다. 그러나 토의가 너무 개인적이고 구체적으로 흐르지 않도록 해야 한다. 많은 연습을 해서, 한 가지 과제를 길게 끌어 환자들이 지루해하게 하지 않도록 한다. 일단 여러 가지 대안들이 나오면, 그룹은 가장 그럴듯한 이유를 선정할 수 있다. 참여자들은 목소리 듣기에 귀인하는 대안적인 방법을 찾도록 격려되어야 하고 더 합리적으로 설명하도록 강요 되어서는 안된다. 목소리 듣기가 불합리하다는 인식은 한번의 회기에서 성취될 수 없는 점진적인 과정이다. 이번 부분의 목적은 목소리의 확실성에 대한 의심을 갖게 하고, 부정적 생각(counter-argument)을 즉시 확신하기보다 초인지적 자각을 증가시키는 것이다.

세부적인 조언 (사례): 아래 어떤 귀인은 다른 출처의 혼합체임을 기록하라. 다음의 브레인 스토밍 단계에서, 각 해석의 그럴듯함에 대해서도 꼭 토의하라.

Cycle A 시나리오	귀인		
	나 자신	다른 사람	우연/상황
1. 불만	내 주장은 합당하다.	그 점원은 매우 공평하다.	<ul style="list-style-type: none"> •이는 이 가게에서 일반적인 과정이다. •나는 어제 그 물건을 샀다. 나는 단지 고객으로서 내 권리를 행사하는 것이다.
2. 고요	나는 적절하게 옷을 입지 않는다. (그럴 것 같지 않지만, 가능한)	<ul style="list-style-type: none"> •그들은 어떤 말도 하지 않는다. •그들은 참견하기 좋아하고, 방에 누가 들어왔는지 알고 싶어 한다. 	<ul style="list-style-type: none"> •프리젠테이션 사이에 짧은 휴식시간이 있었다. •문이 삐걱거리고, 사람들은 약간 짜증스러웠고 멈추었다.
3. 거칠게 쏘아보기	<ul style="list-style-type: none"> •나는 기분이 나쁘다. •나는 아프다. 	<ul style="list-style-type: none"> •이 사람은 많은 사람들에게 그렇게 빈말로 말한다. •이 사람은 나를 무시하려고 한다. •그 사람은 염려를 표현하려고 한다. 	작업장에 있는 모든 사람들은 나와 다르게 휴가 중이었다. 아마도 직접적으로 비교하면 나는 그들만큼 생기있어 보이지 않는다.
4. 시험에 낙제함.	<ul style="list-style-type: none"> •나는 충분히 공부하지 않았다. •그 시험은 나의 재능과 맞지 않았다. 	<ul style="list-style-type: none"> •나는 복도에서 떠드는 학생들에게 방해를 받았다. (가능하지만, 단일 이유로는 힘든) •그 수행은 매우 어려웠다. 	모든 사람이 시험에 낙제했고, 그것은 매우 어려웠다.
5.저녁식사	나는 그를 위해 힘썼다(예. 나는 그의 일을 도왔다).	<ul style="list-style-type: none"> •그는 매우 관대하다. •그는 무언가에 대해 사과하고자 한다. 	<ul style="list-style-type: none"> •그는 복권에 당첨됐다. (가능성 없는) •나의 생일이다.
6.고속도로	나는 매우 빠르게 운전 했다.	그 경찰관은 기분이 좋지 않은 상태이고, 나를 단지 괴롭히려고 한다. (가능성 없는)	이것은 표준적인 교통 통제 상황이다.

7. 게임에서 이김	<ul style="list-style-type: none"> •나는 훌륭한 선수다. •나는 속임수를 썼다. 	<ul style="list-style-type: none"> •다른 선수들은 그 게임을 잘 몰랐다. •그들은 내가 이기게 했다. 	운이다. 나는 좋은 패를 가졌다.
8. 차에 흠집을 냄	<ul style="list-style-type: none"> •나는 무열쇠 시승을 아직 하지 못했다. •나는 리모콘을 사용하지 않고 문을 열다가 열쇠가 미끄러졌다. 	<ul style="list-style-type: none"> •이웃의 아이들이 짓궂은 장난을 했다. •나의 이웃은 나를 좋아하지 않는다. 	이 주차장에서는 차들을 가깝게 세워야 해서, 어떤 나쁜 의도없이도 이런 일이 쉽게 일어난다.
9. 고혈압	나는 처방에 따른 행동을 하지 않았고, 약도 먹지 않았다.	그 의사는 뜻내기이고 혈압을 잘못 읽었다. (가능성 없는)	<ul style="list-style-type: none"> •고혈압은 우리집 내력이다. •장비가 고장이다. (가능성 없는) •초조한 상태에서 일시적으로 혈압이 올랐다. (예. "진찰전 혈압상승"으로 불리는)
10. 도움을 거절당함	그녀가 내게 도움을 요청했을 때도, 나는 그녀를 돕지 않았다.	<ul style="list-style-type: none"> •사람들은 대개 이런 종류의 일은 돕지 않는다. •그녀는 내가 혼자 힘으로 처리할 수 있다고 믿는다. 	그녀는 그 순간 매우 바빴다.
11. 선물	나는 그녀를 도왔다.	그녀는 관대한 사람이다.	<ul style="list-style-type: none"> •나의 생일이다. •나는 시험에 합격했다.
12. 어리석은 것으로 여김	나는 큰 실수를 했다.	그는 나에게 화가 나 있어서 상처를 주려고 한다.	<ul style="list-style-type: none"> •우리 사이의 오해 •이것은 사실 의도되지 않았다.
13. 아기	나는 아기에 대해 모르고, 잘못된 방법으로 안았다.	아기가 배가 고프다.	그 아기는 말벌에 쏘였다.

14. 존중하지 않음	나는 그에게 거짓말을 하거나 그를 속였다.	그는 매우 높은 수준의 도덕성을 지녔고, 그의 기준에 나는 충족되지 않았다.	이것은 오해로 그는 나에 대해 헛소문을 들었다.
-------------------	----------------------------------	--	----------------------------------

Cycle B 시나리오	귀인		
	나 자신	다른 사람	우연/상황
1. 당신뒤에서 수군대기	나는 그녀가 좋아하지 않는 무언가를 했다.	<ul style="list-style-type: none"> •그녀는 종종 다른 사람에게 대해 험담한다. •사람들은 누구나 어느정도 남의 뒷말을 한다. 이것이 꼭 적대적인 것은 아니다. 	내 생일이 다가오는데, 그들은 깜짝파티를 준비하고 있다.
2. 인터뷰	<ul style="list-style-type: none"> •나는 매우 좋은 곳에 지원했다. •나는 자격을 갖추었다. 	한 동료가 나를 추천했다.	모든 지원자들이 초대됐다.
3. 자진 방문	나는 최근 그녀의 환대에 긴장하고 있었다.	그녀는 예고없는 방문을 좋아하지 않는다.	<ul style="list-style-type: none"> •그녀는 어제 따분한 파티를 열었고 장소는 어수선했다. •그녀는 이미 방문객이 있었다.
4. 말하면서 웃기	<ul style="list-style-type: none"> •그것은 황당한 말실수였다. •나는 농담을 했다. 	<ul style="list-style-type: none"> •누군가 동시에 재밌는 농담을 했다. •다른 사람들은 이미 즐거운상태였고 사소한 일에도 웃었다. •그들은 술에 취했다. 	새해 이브닝 파티에서 흥분한 사람들은 모두 파티 분위기에 젖어있다.
5. 집으로 운전하기	나는 전에도 자주 그를 데려다 주었다.	그는 다른 사람을 잘 챙긴다. 그는 나를 좋아한다.	우리는 서로 가까이에 산다; 단지 같은 방향이다.
6. 바람맞음	내가 나쁜 시간대에 그에게 말했다. (가능하지만, 일어나기 힘든)	<ul style="list-style-type: none"> •그는 잊어버렸다. •그는 내가 중요하게 여긴만큼 생각하지 않는다. (일어나기 힘든) 	그는 못오게 됐다, 예를 들면, 차가 고장나거나 버스를 놓쳐서.
7. 엽서가 오지 않음	나는 그에게 엽서 등을 보내지 않았다.	<ul style="list-style-type: none"> •그는 보통 엽서를 보내지 않는다. •그는 할 일이 너무 많아, 우편물을 보낼 시간이 없었다. 	<ul style="list-style-type: none"> •휴일이 너무 짧다. •그 엽서는 중간에 분실됐다. (일어나기 힘든)

8. 당신 뒤로 운전하는 차	내차가 계속 흔들리자 경찰차가 내 차를 세웠다. (가능하지만 일어나기 힘든)	그 사람은 내가 흥미롭고 어디에 사는지 알고 싶어 한다. (일어나기 힘든)	<ul style="list-style-type: none"> •이것은 순전히 우연으로 다른 운전자도 같은 곳을 가고자 한다. •이 지역에는 도로가 하나다. (고속도로)
9. 버스가 떠나버림	나는 버스를 잡을 수 있을만큼 빨리 뛰지 못했다.	그 버스운전사는 일진이 나쁘다.	그 버스운전사는 나를 보지 못했다.
10. 술자리 초대	나는 그를 따분함에서 탈출시켜주고 싶었다.	<ul style="list-style-type: none"> •그는 나를 좀더 알고싶어 한다. •그는 와인을 좋아하고 그의 수집을 보여주고 싶어한다. (가능하지만 일어나기 힘든) 	<ul style="list-style-type: none"> •그는 막 이사를 왔다 •그것은 집들이 이다.
11. 신문 읽기	나는 나의 아파트를 팔려고 신문광고를 냈다(그 남자는 공인아파트검사가 시작될 때까지 단지 시간을 때우는 것이다).	<ul style="list-style-type: none"> •그는 길 건너 사는데 열쇠를 잃어버렸다. 그는 자물쇠 제조공을 기다린다. •그의 여자친구가 나를 방문했다; 그는 질투하여 그녀에게 스파이를 붙였다. (일어나기 힘든) 	나의 집 옆에 작은 상점이 있다.
12. 부당함	<ul style="list-style-type: none"> •나는 그 게임에서 속임수를 썼다. •나는 그에 대해 나쁜 이야기를 했다. 	그는 매우 예민하고 쉽게 모욕감을 느꼈다.	이것은 오해다.
13. 똑똑함	<ul style="list-style-type: none"> •나는 똑똑하다. •나는 똑똑한 무언가를 말했다. 	<ul style="list-style-type: none"> •그는 항상 간단한 질문을 한다. •그는 나를 좋아하고 나의 자존심을 세워주고 싶어한다. 	나는 지난밤 퀴즈쇼에서 그의 어려운 질문에 대한 답을 이미 보았다.

MODULE 2: 속단하기 I

목표 영역

속단하기 편향; 불확실한 근거에 대한 편향

기본과제

가능성있는 속단의 결과들이 모듈의 시작부분에서 몇 가지 사례들을 통해 보여진다. “실제로” 속단하기-도시 일화” 부분에서 집단은 현대의 잘못된 믿음에 대해 토의한다(예. cycle A 의 “풀은 죽는다” 일화). 이러한 믿음에 대한 찬반론이 모아지고, 의견이 교환되고, 타당성에 대해 평가되어야 한다. 이러한 종류의 일화들은 속단하는데서 기인하고 애매한 근거에 기초한다는 점을 분명히 해야 한다. 그것들은 일반적으로 망상적 사고에 대한 좋은 모델이 된다. 첫 번째 과제 연습에서 흔한 대상을 보여주는데(예. 개구리), 그림이 조각난 정도가 점점 줄어들면서 모습을 나타나게 된다: 마침내 완전한 대상이 분명히 드러날 때까지, 새로운 특징들이 8 개의 연속적인 단계에 따라 추가된다. 참여자들은 교대로 스스로 만들어 냈거나 미리 정해 놓은 해석에 대한 타당성 정도를 질문 받는다. 환자들은 충분한 근거가 제시될 때까지 결정내리는 것을 보류해야 한다. 예를 들어, “개구리” 연습의 첫 단계에서 레몬과 매우 닮은 것을 보여주는데, 이것은 개구리의 윤곽만을 보여준 것이다. 성급한 결정은 결국 오류로 이어질 것이다.

두 번째 과제 세트에서는, 사진 퍼즐을 보여주는데, 관찰자의 지각에 따라 달라지고 두 가지 다른 대상 또는 장면을 포함한다(예. 사이클 B 의 첫 번째 그림은 한명의 나이든 사람의 프로필과 밤거리 사진을 동시에 보여준다). 참여자들은 사진의 첫인상에 대해 말하도록 요구되고, 다른 대안이 되는 사진을 찾기 위해 그들의 사고방식을 변화시키도록 요구된다.

교재

첫 번째 과제 세트의 대상은 동화책에서 발췌하여 수정한 검정/하얀색 그림들이다. 사진사/아티스트들의 기여는 프리젠테이션의 마지막에서 감사를 표하였다.

이론적 배경

우리는 전부터 조현병 연구에서 첫 번째 과제 세트에 있는 일부 자극들을 사용했었다(Moritz & Woodward, 2006). 이전 연구에서도 (Woodward, Moritz, Cuttler, & Whitman, 2006), 조현병 환자들은 부정확한 해석을 수정하는 능력이 감소되어 있음을 제시하였다. 이러한 반응 패턴은 “불확실한 근거에 대한 편향”이라고 일컬어져 왔다(Woodward et al., 2006). 처음의 결정적인 해석에 반대되는 증거가 드러날지라도, 건강한 사람과 비교 해볼 때 환자들은 지금은 쓸모없어진 선택에 집착한다. 결국, 수많은 연구결과들은 속단하기는 곧 조현병 환자의 자료수집 편향이라는 것을 보여준다(Van Dael, Versmissen, Janssen, Myin-Germeys, van Os, & Krabbendam, 2006; for reviews see Bell, Halligan, & Ellis, 2006; Fine Gardner, Craigie, & Gold, 2007; Garety & Freeman, 1999,2013): 환자들은 성급한 결론을 내리고, 판단은 불완전한 근거의 기초 위에서 만들어 진다(이 설명의 변화는 Moritz & Woodward, 2004 를 참조).

Module 목표

환자들은 첫인상에 굽히지 않도록 훈련받는다, 그것은 결국 잘못된 것으로 판명되거나(1. 과제 세트) 절반의 진실만을 드러낼 수 있다(2. 과제 set). 일/상황들은 시간에 걸쳐 변할 수 있고, 늘어나는 증거는 종종 사건에 대한 다른 해결의 빛을 던져준다; 그러므로 대안적인 관점이나 태도는 조급하게 일축하지 않도록 한다. 우리 연구에서는, 첫 번째 과제 세트의 그림들은 조현병 환자의 속단하는 패턴을 끌어내지 않지만(Moritz & Woodward, 2006), 훈련들은 다른 개념들을 사용하는 조현병 환자에게서 확인된 반응양식의 약점을 증명하는데 매우 적합하였다(Freeman et al., 2004; Garety, Hemsley, & Wessely, 1991; Peters & Garety, 2006).

일반적인 조언

성급한 vs 느린 반응 유형에 대한 찬반양론은 초반에 지적되어야 한다: 만일 이해관계가 크고 충분한 시간이 있다면, 모든 가능한 근거들이 마지막 결정을 하기 전에 고려되어야 한다. “속단하기” 편향의 결과들은 때때로 심각할 수 있는데 이것은 몇몇 예에서 나타난다(예. 약: 오진 등). 환자들에게 그들 자신의 경험도 이야기 할 수 있도록 기회를 주어야 한다(예. 정신병이 있는 동안). 환자들에게 그들의 반응확신을 보여달라고 요청하라. 예를 들어, 의심을 표현하고

높은 자신감을 완전히 표현하기 위해 도중에 손을 들면서, 환자는 증거가 불완전하면 확신을 낮추는 법을 배워야 한다.

첫 번째 과제에서 훈련의 반은 참여자들이 그들 자신의 해석/아이디어를 떠올려야 한다. 더 좋은 개요를 위해 참여자들이 플립차트나 화이트보드에 적어보도록 권한다. 각 해석에 대한 타당성은 각각의 새로운 조각들이 보여진후에 재평가되어야 한다. 환자들은 그들이 새로운 아이디어가 있거나 이미 결정했다면 손을 들어 알릴 수 있다. 해석에 반대되거나 또는 해석을 위해 그림의 특징을 발표하는 환자들과 토의하도록 한다.

두 번째 과제세트의 그림퍼즐에서, 훈련자는 모든 참여자들이 양쪽 대상을 모두 발견했는지 확인해야 한다. 만일 환자가 양쪽 해결책을 찾을 수 없다면, 또 다른 참여자는 특별한 단서를 지적함으로써 도와줄 수 있다(예. cycle B 의 두 번째 과제 세트에 첫 번째 그림에서, 길위의 개는 노인의 손처럼 보일 수 있다).

세부적인 조언 (사례)

사례 (개구리, cycle B, 두 번째 예):

이 과제에서, 많은 환자들은 조급하게 레몬 반응을 선택한다. 이러한 경우, 훈련자는 앞으로 7 가지 힌트가 남아있다는 것을 강조할 수 있다. 레몬은 아마도 나중에 즉시 완성될 수 있을 것이고, 그래서 오히려 가능성 없는 대안을 나타내게 될 것이다.

당신은 첫 번째 그리고 두 번째 과제 세트 중에서 택일할 수 있다. 여기에 강제적인 순서는 없다.

MODULE 3: 신념 바꾸기

목표 영역

불확실한 근거에 대한 편향; 속단하기 편향

기본과제

이어지는 짧은 소개, 이른바 확증적 편향(뭔가 좋은쪽으로 생각하려는 경향)이 짧은 과제를 통한 연습에 놓여진다. 세가지 대상이(버전 A: 세 개의 꽃; B: 세 개의 과일종류들) 제시 된다. 참여자는 이 범주(상위 범주: 생물, 음식) 안에서 새로운 대상을 제시함으로써, 보여준 대상을 포함하는 더 높은 수준의 범주를 생각하게 된다. 네/아니오의 답변을 가지고, 훈련자는 새로운 대상이 상위 범주에 적합한지 아닌지에 대해 피드백을 제공한다. 제시된 대상은 많은 사람들이 상위 카테고리가 꽃과 과일이라고 믿도록 유도하며, 대부분의 사람들은 대안적 가정이나 다른 항목에 대한 가정을 비판적으로 검증하려는 노력 대신에 이러한 카테고리들이 적합하다고 제시한다. 연습은 강력한 반응 편향, 확증적 편향을 보여준다. 확증적 편향은, 그들의 이전부터 존재하던 의견과 태도가 일치하지 않는 정보를 무시할 때(예, 신문, 어떤 텔레비전 프로그램, 책) 발생한다. 어떤 집단 구성원들은 이미 연습에 익숙하거나 옳은 해답을 제공할지라도 옳은 해답을 즉시 확신하지 말고, 다른 구성원들의 제안을 허용한다.

주된 연습은 뒤바뀐 순서로 연속된 세가지 사진을 보여주는 것을 포함한다.

각 사례는 순서가 거꾸로 된 세가지 연속된 그림으로 구성되어 있다. 연속그림들은 점차적으로 애매한 구성을 드러낸다(사이클 B의 예: 남자가 담장에 기대어 짓고 있는 개를 보고 있다; 다음의 두장의 그림에서 그 남자가 담장을 넘어 막 탈출했음이 분명해진다). 각 그림에 대해, 참여자들이 네가지 다른 해석의 그럴듯함에 대해 평가하도록 한다. 옳은 해석은 각 테스트의 마지막에 밝게 표시된다.

네가지 해석 중 하나는 첫 번째 그림이 제시될 때 가능성이 없어 보일 수 있으나, 결국 대부분의 경우에 사실로 밝혀진다(위의 예에서: "남자는 짓고있는 개로부터 방금 탈출했다"). 다른 해석 중 두개는 첫 번째 그림에서는 그럴 듯해 보이지만, 결국 잘못된 해석으로 판명된다(유인하기 위한 예시, 예. "남자는 그의 이웃 개와 놀고 있다"; "남자는 그의 개를 위해 울타리를 막

설치했다"). 모든 연습들은 적어도 한 가지 해석을 포함하고, 그것은 항상 있을법 하지 않은 채로 있다. 사례들은 무작위 순서로 네가지 다른 상태로 구성된다: 처음으로 공개된 그림 (첫번째 사진에 대한 가장 그럴듯한 해석이 타당하다), 두번째 공개된 그림 (이야기 구성이 두번째 사진에서 나타난다), 그리고 세번째 공개된 그림(이야기 구성이 마지막 사진에서 드러난다).

교재

연속그림의 대부분은 WAIS(Wechsler Adult Intelligence Scale) Picture Arrangement subtest 의 배열그림으로부터 영향을 받았다.

이론적 배경

이러한 연속그림을 사용함으로써, 우리는 조현병 환자들이 불확실한 근거에 대한 편향을 나타내는 것을 여러 차례 알게 되었다(Sanford, Veckenstedt, Moritz, Balzan, & Woodward, 2014; Woodward, Moritz, & Chen, 2006; Veckenstedt, Randjbar, Vitzthum, Hottenrott, Woodward, & Moritz, 2011; Woodward, Moritz, Cuttler, & Whitman, 2006). 조현병 환자들은 두 번째, 세 번째 그림에서도 부정확한 해석 정도가 덜 수정될 수 있었다. 이러한 결과들의 패턴은 세 번째 그림 상태에서 현재 편집 증상이 있는 환자들에게서 특히 잘 나타난다(Woodward et al., 2006). 그러나, 다른 연구에서는 조현병에서 부정확한 근거에 대한 편향이 망상이 없는 환자들에서도 또한 일어날 수 있다고 하였다(Moritz & Woodward, 2006).
모듈 목표: 모듈2와 비슷하게(속단하기 1), 첫인상을 고집하려는 경향성을 이겨내는 것이 중요하며 이러한 반응편향이 잘못된 결정을 발전시킨다는 것을 집단에 설명해야 한다. 그러므로 개방된 마음가짐을 유지하는 것이 바람직하다.

세부적인 조언

3번 슬라이드를 시작할 때, 다른 그룹멤버들이 답변해야 하는 몇 가지 질문이 제기된다. 연속그림에 대해서, 환자들은 각 그림을 본 후에 그들이 바라는대로 해석해야 하고, 그들이 확실한 한가지를 이미 판단했는지 보여주어야 한다. 몇 가지 의견이 제시된 후에, 다른

참여자들은 거수로 동의 여부를 표명하게 된다(중간에 손을 들어 의심을 나타낼수도 있음). 각각의 새로운 사진에서, 해석의 재평가에 따라 새로운 단서를 포착되어야 한다. 조급하게 들린 해석을하기로 결정한 참여자들은 그들의 해석이 처음엔 그럴 듯해 보였지만 증거가 바뀌었기 때문에 주의하도록 해야 한다. 대인관계 상황과 망상 형성에 있어 성급한 의사결정의 잠재적인 부정적 결과에 대해 강조한다. 조급한 결정은 오해와 사회적 갈등을 일으키는 전제가 될 수 있기 때문이다.

옳은 해석을 감지하는 단서

Cycle A 과제	해석이 명확할 때:	올바른 해석을 찾기 위한 단서들 (예들):
1. (불)	2번째 또는 3번째 사진에 근거한	<ul style="list-style-type: none"> • 소년이 어른들에게 칭찬을 받는다. • 당신이 가까이에서 본다면, 당신은 이웃집 지붕에 구멍이 있는 첫 번째 사진을 볼 수 있다. 그러나, 이것은 증거라기보다 단서이다.
2. (주차공간)	3번째 사진에 근거한	근처의 차들이 적절한 주차공간을 사용하지 않아 남자가 제대로 주차할 수 없는 세 번째 사진 전에는 분명하지 않다.
3. (피자)	1번째 사진에 근거한	<ul style="list-style-type: none"> • 남자는 전화수화기를 들고 있다. • 그의 손에 가루반죽이 떨어지고 있다. 그가 의도적으로 반죽을 뒤집어쓰는 것 같지는 않다(선택지 3 은 답이 되기 힘든) • 선택지 4(케이크)에 대해 토마토와 소금은 눈에 잘 띄는 말
4. (연설)	3번째 사진 에 근거한	<ul style="list-style-type: none"> • 남자의 복장과 그의 의심스러운 행동 때문에, 그가 절대로 여자의 보디가드인 것 같지는 않다. • 참여자들을 조급하고 잘못된 결론을 내리도록 유인하는 정치인에 대한 일반적인 편견이 4 번 선택지로 제기된다.
5. (탈출)	3번째 사진에 근거한	<ul style="list-style-type: none"> • “수호천사” 해석은 두루 터무니없다. • 남자의 옷이 젖어있다는 것을 뒷받침하는 특별한 단서가 없다. (선택지 4 는 답이 되기 힘든)
6. (늑시)	2번째 또는 3번째 사진에 근거한	소년이 원예를 하고 있는 세 번째 사진 전까지 전체적으로 분명하지 않다. 그러나, 두 번째 사진이 이러한 해석이 매우 그럴듯하게 만든다.
7. (밀고 당기기)	3번째 사진에 근거한	정확한 해석에 도달하기 위해, 모든 세 가지 사진이 보여져야 한다. 왼쪽에 있는 남자는 그가 문을 열려고 할 때 다른 남자가 그 방에 들어가는 것을 보고 놀랐다. 분명히, 왼쪽에 있는 그 남자는 밀고 당기기로 혼란스러웠다.
8. (카우보이)	1번째 사진에 근거한	<ul style="list-style-type: none"> • 전면에 나와 있는 남자는 구금되었고 자유로워지기 위해 싸운다. • 다른 대안은 우스운 것이다.

9. (보트)	1번째 또는 2번째 사진에 근거한	<ul style="list-style-type: none"> • 고양이가 보트 위에 떠돌고 있다. • 개가 의심스러운 도둑을 잡은 것처럼 보이지는 않는다. 그들은 사람이라기보다 보트를 쫓고 있다.
10. (충돌)	3번째 사진에 근거한	<p>첫 번째 사진에서, 당신은 배경에 있는 테이블 하나를 볼 수 있다. 그러나 3 번 해석에 대한 정확한 결정은 아직 가능하지 않다. 두 번째 사진에서, 다른 남자가 길바닥에 이미 누워(아마도 술에 취해)있었을 때 남자가 테이블과 함께 이동할 기회에 여전히 기인될 수 있다.</p>
11. (마네킹)	3번째사진 에 근거한	특별한 단서 없음.

Cycle B 과제	해석이 명확할 때:	올바른 해석을 찾기 위한 단서들 (예들):
1. (상어)	2번째 사진에 근거한	두 번째 사진에서, 당신은 도망가고 있는 사람들을 본다. 첫 번째 사진에서 모래위의 발자국이 이미 보였다.
2. (성가대)	3번째 사진에 근거한; 2번째 사진 후에 추측할 수 있다.	<ul style="list-style-type: none"> • 두 번째 사진에서, 당신은 앞줄에 있는 남자가 볼이 빨개진 것을 볼 수 있다(아마도 부끄러움이나 당황을 나타냄). 그러나, 확실한 결론이 이 단계에서 정당한지 의문스럽다. • 첫 번째 사진에서, 지휘자가 성가대 연주를 듣는다. 이것으로 그가 성가대가 조화롭게 노래하고 있는지 체크하고 있는 것으로 이미 추측할 수 있다.
3. (개)	2번째 사진 에 근거한	개가 담장 주변이 아닌, 앞에 있다. (선택지 1 은 답이 되기 힘든)
4. (세탁)	1번째 사진에 근거한	<ul style="list-style-type: none"> • 그 표시는 빨래방을 의미한다. • 여자는 바구니를 옮기고 있다.
5. (총)	1번째 사진 에 근거한	<ul style="list-style-type: none"> • 총이 남자 정면을 가리키고 있다. • 남자는 그의 손을 위로 올렸다. • 남자들은 너무 나이가 많아서 “경찰과 도둑” 놀이를 하지는 않을 것이다. • 왼쪽에 있는 남자가 그의 총을 되돌리지 않는다면, 다른 남자는 돈을 제의하지 않을 것이다. (선택지 2 와 3 은 답이 되기 힘든)
6. (우산)	2번째 사진에 근거한	<ul style="list-style-type: none"> • 소녀는 물에 젖은 것처럼 보인다. 땀은 아니다. • 아빠가 혼내는 것과 반대로 달래는 것으로 보인다. • 선택지 2 는 끝까지 가기 전까지는 가능하다(그러나, 소녀의 외면하는 제스처가 이것은 아니라고 말해준다).
7. (왕)	3번째 사진에 근거한	<ul style="list-style-type: none"> • 정확한 결론을 내리기 위해서, 당신은 3 장의 사진을 모두 보아야 한다.
8. (다람쥐)	2번째 사진에 근거한	<ul style="list-style-type: none"> • 두 번째 사진(그림)에서, 오른쪽에 있는 소년은 장난감 자 차를 가리키고 있다. • 똑같은 소년이 매우 화가 나 보인다.

9. (세레나데)	1번째 또는 2번째 사진에 근거한	<ul style="list-style-type: none"> •소년은 매우 화가 나 보인다. •밤이 늦어(달) 아마도 밴드 리허설에 가기에는 너무 늦은 것 같다(선택지 2 는 답이 되기 힘든). •클래식기타는 밴드보다 세레나데에서 보다 일반적이다.
10. (집)	1번째 사진에 근거한 (당신이 매우 가까이에서 본다면) 또는 2번째 사진에 근거한	<ul style="list-style-type: none"> •남자는 그의 손에 양동이를 들고 있다. •그는 무언가를 보고 있는 것 같진 않다(선택지 3 은 답이 되기 힘든). •그 집은 더러워 보이지 않는다. 누군가의 집 앞을 청소하는 것은 드문 일이다(선택지 1 은 답이 되기 힘든).

MODULE 4: 공감하기...I

목표영역

마음이론; 정서인식

기본 과제

참여자들에게 인간의 기본적인 정서를 구분해내고 얼굴표정으로 이를 표현해 보도록 하는 것으로 모듈을 시작한다. 얼굴표정은 확실한 증거를 제공하는 것이 아니라 한 개인의 내적 동기를 추론해내는 것과 관련있는 실마리일 뿐이라는 점을 알려주기 위해 운동선수, 심리학자, 배우, 연쇄살인범이 있는 4 장의 사진들을 보여준다. 이 훈련에서 대부분의 사람들은 얼굴 표정만으로는 잘못된 결정을 내리게 된다! 계속해서, 우리는 얼굴표정과 몸짓이 그 사람의 문화적 배경과 나이에 따라 다르게 해석될 수 있는 예들을 제시하게 된다.(“로마에 가면 로마인처럼 행동하라”) 그리고 나서, 우리는 서로 다른 얼굴표정들이 제시된 사진들을 제시한다. 참여자들에게 사진속의 주인공이 느끼는 감정이 무엇인지 판단하도록 하고-4개의 대안적인 해석들의 가능성에 대해 토의하도록 한다. 그리고 나서, 해답을 강조해서 알려준다.(흔히 완전한 사진을 제시함으로써 해답을 강조하게 된다.)

3 번째 과업세트는 모듈 3 에서 제시된 과업과 유사하다. 3장의 사진들을 연속해서 보여주고 다시 역순으로 보여준다. 각각의 사진을 보여준 후 참여자들은 슬라이드 밑에 적힌 3개의 옵션들 중에서 어느 것이 가장 결과에 부합되는 논리적인 관련성이 있는지를 토의해야 한다. 예를 들면, 파트 B 의 연습 중 하나에서 한 여성이 그녀의 지갑에서 동전을 꺼내는 모습을 보여준다. 이 시점에서 결과와 연결될 수 있는 3개의 선택사항 중 2개가 가능하다.- 주차기계에 동전을 넣기 위한 것, 음악가에게 기부하기 위한 것(그 여성의 미소 짓는 얼굴이 후자의 선택사항이 더 가능하도록 하는 실마리를 제공하기는 하지만) 다음의 슬라이드는 장면을 더 한층 분명하게 해준다: 그 여성은 음악가의 연주에 귀를 기울이고 있었다. 이야기의 결론이 확실해지는 시점은 연습의 종류에 따라 다양하다. 마지막 과업 집단에서는 4 장의 사진들이 연속적으로 보여지는데, 이 사진들은 시나리오를 점점 더 분명하게 해주는 것이다. 참여자들이 3개의 대안들을 사용해서 한 사람 또는 여러 사람들의 의도에 대해 결정하도록 격려한다.

교재

3 번째 과업세트를 위한 자극원들은 Sarfati, Hardy-Bayle, Besche, and Widlocher(1997)에 의해 사용 가능해 질 수 있었는데, 이러한 자극원들은 감사하게도 독일의 Martin Brüne (see Brüne, 2003) 에 의해 제공받았다.

이론적 배경

마음이론 결손은 조현병 환자에서 충분히 입증되었다(리뷰를 위해 참조, Bora & Pantelis, 2013; Sprong, Schothorst, Vos, Hox, & van Engeland, 2007). 조현병 환자들은 타인의 행동을 예측하는것에 어려움을 갖고, 그것은 망상적 사고를 하도록 한다(Mehl, Rief, Lüllmann, Ziegler, Kesting, & Lincoln, 2010; Versmissen, Janssen, Myin-Germeys, Mengelers, Campo, van Os, Krabbendam, L., 2008). 표정 해석에 문제가 있음은 충분히 입증되었다 (Phillips & David, 1995). Sarfati 등(1997)은 조현병 환자들, 특히 사고장애 환자들은 상황에 대한 이해가 필요한 과제에서 문제를 나타내며, 이는 맥락과 상관없는 특징들로 인해 주의가 분산되기 때문인 것으로 생각된다.

모듈의 목표

이 모듈의 첫 번째 부분에서는 비록 얼굴 표정이 한 개인의 정신상태와 내적 감정을 이해하는데 매우 중요하긴 하지만, 동시에 아주 쉽게 잘못된 해석을 할수 있다는 것을 알도록 해주는 것이다. 예를 들면, 당신은 어떤 사람이 배우인지 혹은 연쇄 살인범인지를 단순히 그들의 걸모습을 검사해 봄으로써 결정할 수는 없다. 얼굴 표정을 적절하게 해석하기 위해서, 다른 종류의 정보(즉 맥락; 개인적 배경)를 고려해보는 것이 중요하다. 참여자들은 한가지 세부사항에 의존하기 보다는 다양한 맥락적 정보를 고려하는 방법에 대해 배운다.

일반적 조언

환자들은 가장 그럴듯한 해석을 추론할 때 반드시 맥락을 고려해야 한다. 따라서 첫인상으로 인해 오류를 범하기 쉬움을 강조하고, 편견 없는 상태를 유지하고 증거가 불충분하면 확신을 줄일 것을 강조하라(의심은 수신호로 표현될 수 있다. 모듈 2 와 3 을 보시오). 또한

일상생활과의 관련성을 강조하기 위해 적절한 예들을 사용하라.

세부적 조언

이 매뉴얼에 기술되어 있는 과업들은 어떤 순서로도 제시될 수 있다. 훈련가는 첫 번째 과업 세트와 두 번째 과업 세트를 참여자의 수행 수준에 따라 바꿔서 실시하기를 원할 수도 있다.

옳은 해석을 내리기 위한 단서들: 과업 세트 1 과 2 를 위한 특별한 단서들은 없다. 핵심적인 학습 목표는 얼굴 표정은 잘못된 판단을 내리게 할 수 있고 더 많은 정보들이 강력한 결론에 도달하기 전에 수집되어야 한다는 것이다. 모듈의 첫 번째 부분에서 “기본적인 정서들”과 관련된 슬라이드에서 몸짓보다는 맥락으로부터 해결책이 추론되어질 수 있다.(즉, 행복=면사포를 쓴 여자/화=주먹을 꼭 쥐고 있는 남자)

Cycle A 과제 세트 3	해석이 명확할 때:	올바른 해석을 찾기 위한 단서들 (예들):
1(그림 거는 남자)	두 번째 사진; 첫 번째 사진에서도 추론될 수 있음	<ul style="list-style-type: none"> •첫번째 사진에서, 남자는 그림을 완성하기 위해 이젤에 그림을 놓고 있는 것처럼 보인다. 그러나 그가 작업하고 있는 그림의 모든 부분들은 이미 완성되어 있다.(A 선택은 가능성이 적음) •선택 B 는 처음부터 불합리하다. •두번째 사진에서, 남자는 무언가를 벽에 걸려고 하는 것처럼 못을 벽위에 막 올려놓고 있다.
2(여자와 아기)	두 번째 사진	<ul style="list-style-type: none"> •첫번째 사진에서, 여자는 아기 침대를 향해 걸어가고 있다. 그녀가 이 단계에서 무엇을 하려고 하는지는 분명하지 않다. 세가지 선택들이 이 단계에서는 모두 가능한 것 같다. •그러나, 그녀는 근심어린 표정이고, 이는 선택 B 가 이 단계에서는 가능성이 적음을 나타낸다. •두번째 사진에서, 당신은 그 여자가 불을 끄려고 하고 있음을 볼 수 있으며, 따라서 대안 B 와 C 는 가능성이 없다.
3(남자와 쓰레기통)	두 번째 또는 세 번째 사진	<ul style="list-style-type: none"> •선택 A 는 처음부터 가능성이 적다. •두번째 사진을 보면, 그 남자는 시계를 찾기 위해 노력하고 있음을 알 수 있다. 따라서 선택 A 와 B 는 가능성이 적다. 그러나 선택 B 는 이 시점에서 완전히 배제될 수는 없다.
4(여자와 성냥)	두 번째 사진	<ul style="list-style-type: none"> •처음에는 모든 선택사항들이 가능하다. •두번째 사진을 보면, 여자는 요리 중임이 분명해지고, 이는 선택 B 와 C 는 가능성이 적음을 알 수 있다.
5(여자와 시계)	두 번째 사진	<ul style="list-style-type: none"> •선택 A 는 처음부터 불합리하다. 왜냐하면 시계는 온도계가 될 수 없기 때문이다. •만약 당신이 첫 번째 사진을 자세히 들여다보고, 근심어린 얼굴 표정을 읽어낼 수 있다면 대안 B 는 첫 번째 사진에서 추측될 수 있다. •두번째 사진은 여자가 요리를 하고 있음을 나타내고 있으므로 선택 A 와 C 는 가능성이 적다.

6(여자와 목걸이)	첫 번째 사진(자세히 살펴본다면) 또는 두 번째 사진	<ul style="list-style-type: none"> •첫번째 사진에서 가격표는 그 여자가 목걸이를 사려고 하고 있음을 보여준다. •여자가 판매원과 대화하고 있는 모습을 보여주는 두번째 사진은 선택 B 를 나타내고, 대안 A 와 C 의 가능성을 감소시킨다. •비록 C 가 마지막 사진까지 전적으로 배제될 수는 없다 하더라도 B 가 가장 가능성이 높다.
7(소년과 우산)	두 번째 또는 세 번째 사진	<ul style="list-style-type: none"> •결정적인 결정이 내려지기 전에 세장의 사진 모두를 보여준다. •선택 C 는 처음부터 가능성이 적다. •첫번째 사진에서 소년이 우산으로 무엇을 하려는지가 분명하지 않다. •두번째 사진에서 우리는 소년이 도움없이 문을 열기에는 너무 작다는 것을 알 수 있다. •선택 B 는 선택 A 가 완수된 다음에야 가능해질 수 있다.
8(남자와 젖은 신발)	첫 번째 사진	<ul style="list-style-type: none"> •선택 A 는 처음부터 제외된다. 그 이유는 남자가 젖은 신발을 렌지에 넣지는 않을 것이기 때문이다. •신발과 남자 모두 건조한 상태이고, 침실에 있기 때문에 선택 C 또한 가능성이 적다.
9(여자와 바구니)	두 번째 사진	<ul style="list-style-type: none"> •처음에는 세가지 선택사항 모두 약간의 가능성이 있으나 A 가 가장 가능성이 높아 보인다. •두번째 사진에서, 여자는 화덕옆에 서 있고, 땀감이 떨어졌다는 것을 깨달았다. (B 와 C 의 가능성이 적어진다.)
10(남자와 나무)	두 번째 사진	<ul style="list-style-type: none"> •처음에는 세가지 선택사항 모두 다소 가능성이 있다. •두번째 사진은 남자가 나무를 심고 있는 사진이므로 B 가 가장 적절한 선택이 된다.

Cycle B 과제 세트 3	해석이 명확할 때:	올바른 해석을 찾기 위한 단서들 (예들):
1(남자와 낚시줄)	두 번째 사진; 첫 번째 사진에서도 추측될 수 있음	<ul style="list-style-type: none"> •첫번째 사진에서, 남자는 낚시를 하고 있을 수 있지만 땅을 파고 있는 것처럼 보인다. (C 대안은 가능성이 적다.) •선택 A 는 처음부터 불합리하다. •두번째 사진에서, 남자는 막 낚시하러 가려던 참이므로, A 는 제외된다.
2(여자와 동전 지갑)	두 번째 사진: 첫 번째 사진 에서도 추측될 수 있음	<ul style="list-style-type: none"> •첫번째 사진에서, 대안 A 와 C 는 모두 가능해 보인다. B 는 불합리해 보인다. •선택 A 는 만약 당신이 첫 번째 사진을 자세히 들여다보고 여자의 행복한 얼굴을 알아챌 수 있다면 첫 번째 사진에서도 추측할 수 있다. •두번째 사진에서, 당신은 그 여자가 음악을 즐기고 있고, 연주자에게 돈을 주려고 한다는 것을 볼 수 있다.
3(남자와 밧줄)	두 번째 사진	두번째 사진에서 그 남자가 협곡을 건너하려고 하는 것을 알 수 있다. 이로 인해 B 는 가능성이 적고 C 는 불합리하다.
4(남자와 지갑)	두 번째 사진	<ul style="list-style-type: none"> •첫번째 사진을 보면, 세가지 모든 대안이 가능성이 있어 보인다. •두번째 사진에서, 남자는 배가 고프다는 것이 분명해지고, 이로써 선택 A 의 가능성은 희박해진다. 만약 당신이 사진을 자세히 들여다보면 남자가 어떤 케이크를 들여다보고 있음을 추측할 수 있다.(대안 B 가 가장 가능성이 많음) •선택 C 는 완전히 제외될 수는 없으나 가능성이 적어 보인다. 왜냐하면 바게뜨는 가게 진열장에 진열되지 않기 때문이다.
5(남자와 병)	첫 번째 사진	<ul style="list-style-type: none"> •선택 A 는 처음부터 가능성이 있다. •선택 B 는 처음부터 불합리하다. 선택 C 는 그 섬에 열광해 있다는 것을 내포할 수는 있으나 가능성은 적다. •첫 번째 사진은 남자가 병에 쪽지를 넣어두고 있는 것을 나타낸다. 남자의 옷이 갈기갈기 찢어졌으므로 선택 B 와 C 의 가능성은 떨어진다.

6(남자와 사다리)	세 번째 사진	<ul style="list-style-type: none"> • 선택 B 는 처음부터 가능성이 적다. • 첫번째 사진과 두 번째 사진이 주는 정보는 매우 적기 때문에 세장의 그림 모두 옳은 결정을 내리는데 필요하다.
7(남자와 깨진 유리컵)	세 번째 사진, 두 번째 사진에서도 추측할 수 있음	<ul style="list-style-type: none"> • 정확한 결정을 내리기 위해서는 3 장의 사진을 모두 봐야 하지만, 그러나 처음부터 B 는 가장 가능성이 높다. • 첫 번째 사진에서 남자가 무슨 생각을 하고 있는지는 정확하지 않다. • 만약 당신이 두 번째 사진을 자세히 본다면 그 남자가 목이 마르다는 것을 알 수 있다.
8(남자와 냉장고)	두 번째 사진, 자세히 보면 첫 번째 사진에서도 추측할 수 있음	<ul style="list-style-type: none"> • 선택 C 는 처음부터 불합리하다. • 선택 A 와 B 는 첫 번째 사진을 보고나면 똑같은 가능성을 가진 것처럼 보인다. • 두 번째 사진을 보고 나면 남자가 이웃집에서 나는 시끄러운 음악소리 때문에 화가 나 있다는 것을 알 수 있고 이는 A 의 가능성을 가장 높게 해준다.
9(손이 더러운 남자)	첫 번째 사진	처음부터 남자가 손을 씻길 원한다는 것이 분명하기 때문에 A 와 C 는 제외된다.
10(남자와 나무막대기)	두 번째 사진, 첫 번째 사진에서도 추측될 수 있음	<ul style="list-style-type: none"> • 두번째 사진에서 남자가 캠핑을 하고 있다는 것을 나타내기 때문에 C 가 가장 적절한 선택이 될 수 있다. • A 는 처음부터 가능성이 없다.

Cycle A 과제 세트 4	해석이 명확할 때:	올바른 해석을 찾기 위한 단서들 (예들):
1(3 명의 소년)	네 번째 사진; 두 번째 사진을 본 후 추측할 수도 있음	<ul style="list-style-type: none"> •첫번째 사진에서, 세가지 선택사항 모두 가능하다. •두 번째 사진을 보면 C 의 가능성이 적어진다. •두 소년이 세 번째 소년을 불러 모으고 있는 세 번째 사진을 보면 대안 A 가 가능할 수도 있지만, 땅위에 있는 구멍으로 볼 때 B 가 최선의 선택이다.
2(2 명의 최수)	두 번째 사진: 첫 번째 사진 에서도 추측될 수 있음	<ul style="list-style-type: none"> •첫번째 사진에서, 남자들 중 한 명이 벽을 기어오르려한다는 것을 알 수 있다. •두번째 사진에서 두 남자 모두 벽을 기어오르려 하는 것을 볼 수 있기 때문에 A 와 C 는 가능성이 떨어진다.
3(상자와 소년)	두 번째 사진	두 번째 사진에서, 소년이 선물을 포장하지 않거나 생일 선물을 즐기고 있지 않는 것이 분명해지므로, A 와 B 는 가능성이 적어진다.

Cycle B 과제 세트 4	해석이 명확할 때:	올바른 해석을 찾기 위한 단서들 (예들):
1(나무와 두 소년)	세 번째 사진; 두 번째 사진에서도 추측이 가능함	<ul style="list-style-type: none"> •첫 번째 사진에서, 세가지 대안 모두 가능하다. •두 번째 사진은 A 를 불가능한 것으로 만든다. •세 번째 사진에서 소년이 그의 친구를 도울 것이라는 것이 분명해지기 때문에 B 가 가장 적절한 답이다.
2(꽃다발 과 소년)	두 번째 사진; 첫 번째 사진에서도 추측될 수 있음	두 번째 사진을 보고 나면, 소년이 그의 여자친구에게 마술을 보여주고 있다는 것을 알 수 있다.(대안 C)
3(두 소년과 사탕 가게)	세 번째 사진, 두 번째 사진에서도 추측될 수 있음	두 번째 사진에서 소년들이 무언가를 계획하고 있다는 것을 알 수 있지만 세 번째 사진을 볼 때까지는 그들이 가게에서 사탕을 훔치려고 한다는 것이 분명하지 않다. 따라서 A 와 B 는 불가능하다.

MODULE 5: 기억하기

목표 영역

실수에 대한 과도한 자신감

기본 과제

이른바 Deese-Roediger-McDermott(잘못된 기억 패러다임)라 불리워지는 시각적 자극을 보여준다(Roediger III & McDermott, 1995; Roediger III, Watson, McDermott, & Gallo, 2001). 이 교재는 50-80%의 건강한 사람들에게조차 상당히 많은 잘못된 기억을 유발하는 것으로 알려져 있다. A주기에서, 처음에 전형적인 해변가 장면(즉, 놀고 있는 아이들, 일광욕하는 사람들, 물)을 보여주는데 의도적으로 당연히 해변가에 있을 것이라고 생각할만한 물건들을 빼버린다.(즉, 비치볼, 타월) 실제로 참여자들은 이 장면들을 보고나서 대개 있었을 법한 물건을 기억해내지만 실제 있었던 것들은 놓친다.

처음에 두 장의 사진을 보여주고, 짧게 설명해 줌으로써 참여자들은 잘못된 기억 효과에 친숙해지게 된다. 그리고 나서, 참여자들에게 그 다음에 보여지는 사진들을 유심히 보도록 지시하고, 잘못된 기억 효과를 피하기 위해 가능한 생생하게 각각의 물건들을 기억해내도록 한다. 각각의 사진을(보여주는 시간: 15~30 초, 집단의 수행수준에 따라 달라짐) 보여주고 나서, 대상자들에게 그 물건이 사진에 있었는지, 없었는지를 결정하도록 하는 인식 과제를 부여한다. 여러 개의 과업들은 전형적인 장면들에 대한 자유로운 사고(brainstorming)를 자극하게 되며, 이는 전형적으로 잘못된 기억의 가능성을 증가시키게 된다.

교재

Norman Rockwell 이 그린 그림들 몇 장(Miller & Gazzaniga 이 수정, 1998). ©라고 표시된 그림들은 Geobra Brandstätter GmbH 와 Co. KG, Germany 의 승인 하에 사용되었다. 여러 장의 그림들이 감사하게도 Stefan Merz 와 Frank Burmeister 에 의해 제공되었다. 다른 사진사/예술가들의 기여는 프리젠테이션 마지막에 언급하였다.

이론적 배경

조현병 환자들은 상당 부분 자신감 넘치는 기억의 오류들을 만들어낸다(Moritz & Woodward, 2002, 2005; Moritz, Woodward, Cuttler, Whitman, & Watson, 2004; Moritz, Woodward, & Ruff, 2003; Peters, Moritz, Hauschildt, & Jelinek, 2012). 환자들은 잘못된 회상을 확신하는 반면, 건강한 대조군에 비해 옳은 반응에 대한 자신감은 낮다. 이러한 반응 패턴은 많은 수의 기억 장애와 마찬가지로 지식훼손(knowledge corruption)이라 불리워지는 상태(대상자가 사실이라고 믿는 것(주관적인 지식)의 대부분이 변조되거나 또는 오염된 것)를 유발한다. 생생한 기억은 잘못된 기억으로부터 옳은 기억을 구분해내는데 좋은 발견적 교수법이라는 것은 분명하다. 이와는 대조적으로, 단순한 친숙성이나 약하고 희미한 기억은 확실성을 뒷받침할 증거로는 불충분하다. 중요한 것은, 조현병 환자들은 건강한 대상자들과는 달리 덜 생생한 기억을 가지고 있다는 것이다. 환자들에게 있어서 기억 판단력은 대부분 친숙성과 직감에 기초하며 이는 실수의 원인이 된다.

모듈의 목표

대부분의 연구들에서 조현병 환자들이 Deese-Roediger-McDermott 패러다임에서 정확성은 통제집단과 유의한 차이가 없었을지라도 (e.g. Huron & Danion, 2002), 기억의 실수에 대한 확신은 부적절하게 증가되어 있는 것으로 나타났다 (Moritz, Woodward, & Rodriguez- Raecke, 2006). 현재의 교재는 대부분의 사람들에게서 확실한 사실이라고 굳게 믿어지는 기억조차도 잘못된 기억일 수 있다는 것을 보여주는데 교육적인 의의가 있다. 환자들은 인간 기억의 불확실성을 이해해야만 하며 기억은 건축과 같아서 자료들을 쌓아 나가는 것이지, 비디오 카메라처럼 모든 것을 한 번에 찍어놓을 수는 없다는 것을 이해해야만 한다. 이 모듈의 목표 중 하나는 환자들에게 만약 생생한 기억이 불가능하다면 그들의 기억을 의심해보도록 가르치는 것이다. 이 경우, 좀 더 확실한 확증이 필요하며, 특히 중요한 대인 관계적 상황이 중요하다(즉, 갈등).

일반적 조언

소개하는 슬라이드는 활발한 상호작용을 자극할 수 있도록 제공되어야 한다.(예를 들면, 환자들에게 싸이클 A 에 있는 “어떻게 하면 내가 기억을 더 잘 할 수 있을까?”라는 제목의 슬라이드에서 사람에 대한 기억을 돕는 트릭을 사용하도록 요청한다.) 잘못된 기억 효과에 관한 슬라이드 작업을 해나가면서, 환자들은 친숙한(“포화된”) 상황일수록 잘못된 기억이 더 잘 일어남을 배워나가야 한다. 예를 들면, 우리는 최근의 사소한 말다툼이나 논쟁으로부터 실제로는 언급되지 않았지만 다소 내포되어 있던(주관적인 추론), 또는 이전의 갈등 상황에서 실제로 거론되었던 말들을 기억해낼 수도 있다. 이러한 상황에서는 우리들의 첫인상을 검증해 보는 것이 매우 중요하다. 덧붙여, 참여자들은 잘못된 기억에서 어떻게 옳은 기억을 구분해낼 수 있을 것인지 그 방법(생생함의 정도를 높이는 것, 세부사항을 기억하는 것)에 대해 배워야 한다. 거기에는 매우 많은 과제들이 있다. 환자들에게 하나의 연습과제를 가지고 길게 토론하지 않도록 한다. 각각의 사진이나 그림을 제시한 후, 어떤 물건들이 보여 졌는지를 토의하게 한다(손들을 보여 주는 것이 좋고, 또는 예를 들면 빨강-초록 카드들). 환자들에게 그들의 자신감에 점수를 매기도록 하고(손을 들어서: 완전히 손을 들면 확신하는 것; 손을 반만들면 일부 의심하고 있는 것), 아주 구체적인 세부사항을 회상할 수 있는지를 물어본다.(즉, 색깔, 대상의 위치) 참여자들의 반응을 모으고 토의한 후, 그러한 판단들을 검증하기 위해 사진을 다시 보여준다. 브레인스토밍 과 업에서, 인식하기에 앞서 해당하는 사진을 보여준 후 참여자들에게 어떤 물건이-사진에 제시되어 있는 물건과는 상관없이- 그와 유사한 장면에서 전형적으로 그것이 있을 수 있다고 기대하는 지를 질문 한다(즉, 교실, 수영장). 이는 상투어구를 사용하여 옳은 이미지를 “편집할” 잘못된 기대를 하게 함으로써 잘못된 기억 효과를 전형적으로 증가시킨다. 구체적인 사진의 세부사항에 대해서는 질문하지 말것!

세부적인 조언

없음

MODULE 6: 강조하기...II

목표 영역

마음/사회 인지 복합 이론; 종결욕구

기본 과제

시작하면서, 참여자들은 어떤 사람에 대해 판단을 내릴 때 도움이 되는 단서들에 대해 말해야 한다(예, 언어, 몸짓). 약점과 강점의 각각의 기준은 완전하게 논의되어야 하며, 그리고 나서 참여자들에게 만화주인공 중 하나의 관점을 취해서 그 인물이 다른 사람이나 특정 사건에 대해 어떻게 생각하는지를 추론해 볼 수 있도록 연속 만화를 보여준다. 대부분의 연속 만화들은 만화가 끝날 때까지 여러 가지로 해석이 가능하다. 이 경우, 참여자들은 타당한 결론을 내리는데 어떤 부가적인 정보가 필요한 지를 요청해야 한다. 심지어 만화의 결과가 모호한 채로 남아 있다 하더라도, 가능한 증거들을 토대로 했을 때 어떤 해석이 가장 적절한 지에 대한 토의가 이루어져야 한다.

이 과제에서 두가지 다른 변형이 가능하다: 표준화된 관리와 BADE화된 운영(BADE에 대한 더 많은 정보를 위해, 모듈 3을 참고할것). 표준화된 버전은 갑자기 연속적인 코믹한 사건을 보여준다. 만약 회기가 보통보다 더 짧다면 이러한 버전을 사용할 것을 추천한다. 두가지 변형에서, 참여자들은 특성을 보여주는 관점을 취해야만 한다.

BADE화된 운영안에서 대부분은 슬라이드가 반대 순서로 보여지는데, 처음 보여진 만화에서 마지막 그림이 포함되어 있다. 발생시간 순서대로 말하자면, 마지막 그림은 처음 보여지고, 반면에 만화 순서에서 첫번째 그림은 감추어져 있다. 각각의 새로운 그림과 함께 더 많은 상황이 이야기에 대해 제공되어진다. 처음 보여진 그림 이후의 만화 순서에서 그림을 더 볼 필요가 있는지 혹은 이미 답이 명확한지 참여자에게 질문하기를 바란다. 사실, 사건의 진실 연결고리는 다음 그림에 의해 완전히 다른 영감을 준다. 표준화되거나 BADE화된 슬라이드에 대해 토론하는 동안 옳은 해석을 발견하기 위한 단서들은 아래 표에서 찾을 수 있다.

표준화되었을 뿐만 아니라 BADE화된 운영에서의 대다수 항목들, 끝날때까지 두세가지 해석은 가능성을 남겨둔다. 이런 경우, 참여자는 신뢰할 만한 판단을 위해 필요한 부가적인 정보가

무엇인지를 제안해야 한다.

연속적인 사건들이 계속 모호할 지라도, 해석은 유용한 증거에 의해 충분히 지지받을 수 있는 토론이 되어야 한다.

교재

연속 만화는 Martin Armbruster, Britta Block and Mariana Ruiz-Villarreal Villarreal 와 Christin Hoche 에 의해 그려졌다.

이론적 배경

조현병 환자들은 다른 사람의 견해를 수용하거나 공감하는 능력이 요구되는 상황에서 많은 어려움을 나타낸다(Bora & Pantelis, 2013; Frith, 2004; Sprong et al., 2007). 다른 사람들의 동기와 행위에 대한 왜곡된 지각은 대인관계 문제를 쉽게 일으킨다. 그러나 마음 결핍 이론은 다른 정신질환에서도 발견되며 망상의 형성과 마음 결핍 이론의 병리적인 관련성은 지속적인 논쟁이 되고 있다(Garety & Freeman, 1999). 덧붙여, 조현병 환자들은 종결욕구와 확신이 증가되어 있다(Colbert & Peters, 2002): 그들은 수정이 가능한 개방형 일화와 모호성을 참아내는데 어려움이 있다.

모듈의 목표

참여자들에게 등장인물에 대한 "전지적 관찰자"로서의 정보의 수준과 유용한 사실들과의 차이점을 가르쳐 준다. 주기 A 의 한 훈련의 예를 보면, 한 여자가 의사로부터 나쁜소식을 듣게 된다. 그 후에 그 여자는 출근을 늦게 하고, 그녀의 상관으로부터 꾸중을 듣는다. 마지막 그림에서, 우리는 그녀의 상관이 냉정한 사람이어서인지 아니면 그가 여직원이 의사를 만나고 온 사실을 몰랐기 때문인지 사실을 말할 수 없다; 상관이 좀 더 사려깊게 행동했어야 하는지에 대해서 논의할 수는 있다. 왜냐하면 그의 직원이 충격을 받은 것처럼 보였기 때문이다. 어떤 만화장면들은 종결욕구가 증가된 사람들에게는 불만족스럽다. 많은 장면에서는-실제 삶의 현장에서처럼-결정적인 설명들을 제공할 수 없다. 그러므로 환자들은 그러한 가정 중 하나를 결정적으로 검증하기 위해 어떤 부가적인 정보가 필요한지를 제안해야 한다.

일반적 조언

환자들에게 연속적으로 주어지는 각각의 그림들에 대해 순서대로 돌아가면서 설명하도록 한다. 만약 설명이 그림에 나타나 있는 것에서 벗어나게 되면 개입이 필요하다. 핵심적인 과제를 위해, 환자들에게 자신이 제시된 등장인물의 입장에서 생각해 보도록 한다. MCT의 매우 중요한 목표중 하나는 의심을 키우고 확신의 정도를 약하게 하며, 증거가 불충분할때는성급한 결정을 하지 않도록 하는 것이다.

올바른 해석을 탐색하기 위한 단서들

주기 A	표준화된 운영	BADE 되어진 운영
1 (생일)	할머니가 단것을 싫어한다고 공개적으로 말하지 않아서, 손녀가 할머니께 다음 생일에 사탕을 사드릴 수도 있다.	제공된 첫 번째 슬라이드에서, 소녀는 그녀의 할머니의 다음생일에 무엇을 드릴지 결정하기 어려웠다. 남아있는 만화 장면에서 할머니는 토피를 받고 아주 기뻐하는 것처럼 보였고, 소녀는 할머니에게 토피를 다시 드리게 될 것 같다. 할머니는 토피를 좋아하지 않지만 소녀에게 이것을 솔직하게 표현하지 않았다. 요점은 그 집단/ 참가자들이 소녀 보다 더 많은 것을 알고 있다는 것이 명확해져야 한다는 것이다.
2 (나쁜 소식)	앞에 설명 참조	첫 번째 그림에서는 (마지막 순서의 사진) 상사가 냉정하다- 따뜻하다 또는 아니다를 결정하기 어렵다. 두 번째 슬라이드에서 여자가 우는 것을 보여주고, 그녀는 아마도 정당한 이유가 있어서 지각했을 것이라는 것을 보여준다. 그러나 그녀의 상사는 그녀가 우는 것을 알지 못한다. 마지막 슬라이드는 여자가 건강상의 문제들을 가지고 있다는 것을 보여준다. 그녀의 상사는 그녀가 일 또는 건강문제 이전에 의사를 만났음을 알고 있는지 명확하지 않다, 그래서 보스가 냉정한 사람인지 확신할 수 없다.반대로, 여자가 주기적으로 늦게 출근했다면, 그 상사가 화내는 것을 이해할 수 있다. 반면에, 마지막 순서의 그림에서(last chronological picture) 그 상사는 아마도 여자가 울고 있었다는 사실을 알게 될지도 모르 고 이 경우에 상사는 너무 가혹했다는 것을 약간은 고려할 수 있을 것이다.

<p>3 (사고)</p>	<p>남자에게서 술냄새가 나는 것 같다. 경찰관은 대부분 남자가 취했기 때문에 사고가 났다고 믿을 것이다. 이러한 판단이 꼭 틀린 것은 아니지만 우리는 술에 취하지 않았다면 사고를 내지 않았을 것이라고 확신할 수도 없다. 길은 똑바른 편이다. 이는 남자가 차를 세울 수 있는 충분한 시간을 가질 수 있었음을 나타내기 때문에 사고의 주요 책임을 남자가 져야한다는 것을 나타내는 지표일 수도 있다.</p>	<p>첫 번째 제공된 슬라이드로부터 주어진 정보는, 경찰이 무엇을 생각하고 있는지 추론하기 어렵다. 우리는 운전자가 방향을 잃었다고 추측할 수 있다, 그러나 우리는 이것이 단지 차사고로 인한 것인지 아닌지 알 수 없다. 더 많은 슬라이드가 제시되었을 때, 대상자들은 사고 전에 사슴이 길을 건너고 있었다는 것을 알게 된다. 첫 번째 그림의 결정적인 정보로부터 남자가 술을 마시고 있었다는 것이 명확하다. 집단은 경찰보다 더 많은 정보를 가지고 있다는 것을 기억하는 것이 중요하다. 그러나, 경찰이 술 냄새를 맡았을 것이고, 그 사고의 원인이 중독 때문이라고 생각하게 만들었을 것이다. 그러나 진실한 상황은 더 많이 복잡하다.</p>
<p>4 (은행)</p>	<p>은행원은 소년이 막 장난감 권총을 샀다는 사실을 모르고 있다. 은행원이 권총으로 인해 공포에 떨지 아닐 지는 여러 가지 요소에 달려있다.(즉, 소년이 예측할 수 없어 보이는지, 장난감 총이 진짜처럼 보이는지, 은행원이 겁이 많은 사람인지)</p>	<p>첫 번째 제공된 그림에 기초해서 대상자들은 아마도 은행직원이 총에 의해서 놀랄 것이라고 결론짓게 될 것이다. 소년은 아마도 또한 작은 남자로 보일 것이다. 나머지 슬라이드들에서 대상자들은 총이 장난감이지만 은행직원은 아마도 이것을 파악하지 못할 것이라는 것을 깨닫게(의식하게) 해준다. 직원은 우리가 궁극적으로 평가할 수 없는 다른 많은 요인들에 따라 두려워할 것인가(예를 들면: 소년은 예측할 수 없어 보이는가? 장난감 총은 진짜처럼 보이는가? 은행직원은 두려워하는 사람인가?)</p>

5 (항해)	<p>비록 아버지와 아들이 경고 메시지를 듣지 못했을 지라도, 그들은 날씨가 변화하는 것(구름이 잔뜩 낀)을 보았을 것이며 이 때문에 항해 여행을 취소할 수도 있다. 그러나 이 경우, 그들은 오래 전에 발길을 돌렸을 것이다.</p>	<p>첫 번째 제공된 그림에서 아버지와 아들은 당장 뱃놀이를 할 준비가 된 것처럼 보인다, 그러나 자세히 보면, 날씨조건이 최상이 아니라는 것을 알아챌 수 있을 것이다(자욱한 구름). 세 번째 슬라이드는 아마도 아버지와 아들이 뱃놀이를 하러가지 않을 것이라고 결론짓도록 대상자들에게 도움을 줄 것이다, 그러나 그들이 경고 메시지를 듣지 않았다는 것을 기억하는 것이 중요하다. 첫번째 두 개의 슬라이드의 추가 정보에서 우리는 날씨조건이 변화 된것을 안다. 아버지와 아들은 역시 날씨가 나쁘게 바뀌었음을 알아차렸고 뱃놀이하지 않기로 결정했을 것 같다. 그러나, 이 경우에 아버지와 아들은 여행 오래전에 취소했어야 했을 것이다. 그들은 아마도 해변이 조용한 사막으로 보인다는 것을 알아 차렸을 것이다. 그리고 이것은 아마도 아버지와 아들이 뱃놀이를 가지 않도록 했을 것이다.</p>
6 (아이스크림 밴)	<p>소년은 소녀가 공원에서 아이스크림 트럭을 보았다는 것을 몰라서, 그녀가 그것을 교회에서 보았다고 생각할 수 있다.(그가 그녀를 마지막 보았을 때)</p>	<p>BADE화된 운영이 없음</p>
7 (소시지)	<p>소년이 매우 배가 고파 보이기 때문에, 머니는 소시지를 모두 그 소년 혼자 먹었다고 잘못 생각할 수 있다.</p>	<p>BADE화된 운영이 없음</p>

8 (이웃)	<p>어떤 남자가 차의 배터리가 모두 방전돼서 몇 번을 시도했으나 시동을 걸지 못한다. 아래층의 이웃과 음악 소리가 큰 문제 때문에 사소한 말다툼을 해서(그림 1-2), 그는 이웃이 몰래 차에 들어가 불을 켜놓는 바람에 방전된 것으로 생각할 수 있다. 그러나 그의 자동차가 방전된 것은 4 번 그림에서처럼 다른 장소에서 자신이 무신경해서 불을 켜둔 채 차를 방치한 것 때문임을 분명히 해 줄 수 있다(아마도 차의 소유주는 그의 이웃과의 말다툼으로 인해 다소 혼란스러웠을 것이다.)</p>	BADE화된 운영이 없음
--------	--	---------------

주기 B	표준화된 운영	BADE 되어진 운영
1 (덩치큰 남 자)	<p>카페에 있는 사람들이 톱을 가지고 있는 소년을 보지 못했다는 것을 이해하는 것이 중요하다. 그러므로 사람들은 부서진 의자가 그 남자의 체중때문이라고 생각할 확률이 높다. 그러나 그 의자는 훨씬 가벼운 사람일지라도 아마 부서졌을 것이다.</p>	<p>BADE화된 운영이 없음</p>
2 (자동차)	<p>사람들은 정말로 그 여자가 그 남자의 말을 단순한 정보로 여길지, 은혜를 베푸는 행동으로 여길 지에 대해 말할 수 없다.</p>	<p>BADE화된 운영이 없음</p>
3 (도서관)	<p>여러 가지 해석이 가능하다. 아마도 남자는 여자가 전화를 걸고 있는 것을 보지 못해서 그녀의 말이 자기한테 하는 것이라고 생각할 수도 있다. 이는 그가 처음에 그녀의 주의를 자기에 돌리려는 시도 없이 곧장 그녀에게 질문을 퍼부은 사실에 의해 입증된다. 이 경우, 그는 화가날 수도 있다. 한편으로, 그는 여자가 개인적인 전화를 하는 대신에 그녀의 업무를 수행해야 한다고 생각할 수 있다.</p>	<p>두 번째 슬라이드에 기초해서, 남자는 그녀에게 직접 질문했을때 그녀가 전화 통화중이었다는 사실을 알아차리지 못했다는 것을 추론할 수 있다. 남자는 여자가 그에게 대답하는 것이라고 생각하는 것이 가능하다. 반면에 그는 아마도 그녀가 잡담대신에 일을 해야 한다고 생각 할 수도 있다. 남은 슬라이드가 제시되었을 때, 여자는 전화통화중이었고 남자의 질문에 대답한 것이 아니었다는 것으로 추측될 수 있다. 이 만화들은 다른 해석을 허용한다. 대상자들은 남자보다 더 많은 정보를 가지고 있다 고 강조하는 것이 중요하다.</p>

<p>4 (축구)</p>	<p>1 번 그림에서, 외국인들이 그들을 초대한 국가의 언어를 배우고 있다. 교육과정의 내용은 매우 보여서,(칠판위에 문법이 적혀있다.) 그들의 어휘 수준이 아직은 조하다고 생각해 보는 것이 합리적이다. 그러므로 그들은 공원의 표지판이 무슨 의미인지 이해할 수 없을 지도 모른다. 공원관리인은 반대로 사람들이 고의로 규칙을 어기고 있다고 생각할 수 있다. 외국인에 대한 선입견 또한 이러한 판단에 영향을 줄 수 있다. 잔디밭위의 표지판이 축구를 하지 못하도록 하는 데 충분한 표식이 될 수 있는 지에 대해 토의되어야 한다.</p>	<p>첫 번째로 제공된 슬라이드에서 공원 순찰대원은 종종 사람들이 잔디밭에서 축구를 함으로써 공원 규정을 심하게 무시한다고 생각한다. 나머지 슬라이드가 보여짐으로써, 대상자들에게 축구하는 사람들이 어휘력이 부족한 외국인이라는 것이 명확 해진다. 우리는 교육과정의 내용이 아주 쉽다는 것을 알게 된다(칠판에 쓰인 문법을 볼것). 그렇지만, 이 정보는 공원 순찰 대원에게 유용하지 않다, 그래서 그 상황의 그의 생각은 바뀌지 않는다. 집단은 이것을 이해하지만 순찰대원은 이해하지 못했다.</p>
<p>5 (미술관)</p>	<p>남자가 미술 화랑으로 들어간다. 그는 두 사람이 자신에 대해 이야기하고 있다고 잘못 생각할 수 있다. 한편, 두 방문객은 그 남자가 그들의 시야를 방해하고 있음을 불평할 지도 모른다.</p>	<p>첫 번째 제공된 슬라이드에서 주어진 정보에 기초 하면, 갤러리에 있는 두 사람이 고양이 그림 앞에 있는 남자에 관해서 이야기 한다고 생각할 만하다 . 나머지 슬라이드가 제공 되었을 때 남자들은 먼저 고양이 그림에 대해 논의하고 있었다는 것이 대상자들에게 명확해 진다, 그러나 남자는 아마도 그가 방에 들어가자 그들이 그에 관해서 이야기하고 있다는 생각을 유지할 것이다.</p>

6 (병)	<p>어머니는 아들이 체온계를 뜨거운 컵에 담고 나서 열이 나는 수준으로 온도계의 온도를 떨어뜨리기 위해 흔들었다면(사진에서는 보여주지 않음) 아들이 아프다고만 생각할 것이다. 반면에, 온도계의 온도가 너무 높다고 생각되면, 아들이 아픈 것으로 꾸미고 있다는 것을 알게 될 것이다.</p>	<p>첫 번째 제공된 슬라이드에서, 어머니는 그녀의 아들에 상태로 인해 혼란스럽고 아마도 걱정스러운 것처럼 보인다. 세 번째 슬라이드는 소년이 뜨거운 컵에 온도계를 집어넣는 것이 보여주고, 그가 열이 나는 것처럼 보이도록 만들기 위해 노력하는 것을 보여준다. 이 정보는 이야기의 다른 면을 비추준다. 어쩌면, 그 온도가 극단적으로 높을 우에 그녀의 아들이 아프척 한다는 사실이 어머니에 게 명확해진다. 이 경우에는 어머니는 아마도 화가 날 것이다. 그 첫 번째 두 개의 슬라이드는 이전 사건의 진행을 보여주었다 그러나 추가적인 정보를 주지는 않았다.</p>
7 (집)	<p>남자가 집 열쇠를 분명히 잊어버려서 자기 집 창문을 통해 기어 들어가고 있다. 길을 지나던 보행인이 그를 강도라고 여길 지도 모른다. 만약 그렇지 않으면, 그는 그 남자를 알지도 모르며(아마도 이웃), 집주인이 그에게 그 상황을 설명했을 수도 있다.(두 번째 사진에서 집주인의 행동이 이런 식으로 해석될 수도 있다.)</p>	<p>첫 번째 슬라이드는 남자가 집에 주거 침입하는 것처럼 보인다. 두 번째 슬라이드에서는 남자가 집 열쇠를 잊었으며 도둑이 아니라는 것이 대상자들에게 명확해진다. 이 시점에 강아지를 데리고 있는 남자가 대상자와 같은 지식을 가지고 있지 않고 따라서 아마도 남자가 집에 주거 침입한 것 이라고 믿을 수 있음을 대상자에게 상기시키는 것 이 중요하다. 이것은 개를 데리고 있는 남자가 다른 남자가 창문을 통해서 기어오르는 것을 알지 못한다는 사실을 단지 추측하는 것이다.</p>
8 (쌍둥이)	<p>남자는 리사(그가 전화를 걸었던 여자)가 그에게 다른 일을 하고 있다고 했음에도 불구하고 카페에 앉아 있다고 생각할 것이다. 그가 그녀를 이름으로 부르지는 않는 것으로 보아 그가 그녀를 잘 모르고 있으며, 따라서 그녀의 쌍둥이 동생은 알지도 못한다는 것을 가정해 볼 수 있다.</p>	<p>그 남자는 아마도 리사(여자는 전화로 그를 불렀 다)가 비록 다른 할 일이 있었다고 그에게 말했을지라도 카페에 앉아있을 것이라고 생각했다. 남은 슬라이드까지 이르지 않아도 카페에 앉아있는 여자는 리사의 쌍둥이 자매인 카린이라는 사실이 대상자들에게 명확해진다. 그는 그녀의 이름으로 부르지는 않았기 때문에, 그녀를 잘 알지 못했고 따라서 아마도 그녀의 쌍둥이 자매도 잘 알지 못한다고 가정할 수 있다.</p>

MODULE 7: 성급하게 결론 내리기 II

목표 영역

속단하기 편향; 관용적인 수용

기본과제

참여자에게 몇 개의 그림을 보여 준다. 그들의 과제는 각각의 그림에 대해 4 개의 선택유형 중 바른 제목(표제)을 추론하게 하는 것이다. 일부 그림의 해결은 다소 명확한데 비해, 나머지는 심사숙고를 해야만 분명해 진다. 심지어 어떤 그림은 정확한 제목이 분명한지 질문해야 할 수도 있다.

모듈 2 와 유사하게, 이 서론은 성급한 결론내리기에 대해 다루고, 널리 알려진 도시 괴담 또는 음모설 을 설명하고 있다 (A 회기 사례: 말보로 담배회사의 소유주는 백호주의자 KKK 이다). 이 의견에 찬성 혹은 반대하는 견해가 수집되고, 공유되고, 그 타당성이 평가되어야 한다. 이러한 종류의 괴담들은 성급한 결론내리기 때문에 발생하고 불분명한 증거를 토대로 하고 있음을 명확히 해야 한다. 그래서 이들은 일반적 망상적 사고의 좋은 모델이 된다.

교재

명작그림과 현대 그림; 두가지 사진은 다른 TAT(주제 통각 검사) 로부터 발췌하였다.

이론적 배경

선행연구에서 조현병 환자들은 추측(가정)에 있어 지나치게 관용적인 것으로 보인다(Moritz & Woodward, 2004, 2005; Woodward, Moritz, Cuttler, & Whitman, 2006; Moritz et al., 2009). 대조군에 비해 환자들은 불합리하거나 가능성이 적은 대안들에 대해 그럴듯하다고 평가하는 경우가 보다 많았는데, 이러한 결과는 환자들은 의사결정을 위한 기준 채택에 덜 엄격함을 나타내는 것이다. 그 뿐 아니라, 모든 가능한 근거들이 충분히 고려되지 않는다는 것을 의미한다 (module 2를 보세요, Bell et al., 2006; Garety & Freeman, 1999,2013) 환자는 정보를 적절하게 다루지 못한다 (Glöckner & Moritz, 2009).

모듈의 목적

환자들은 복잡한 문제를 해결하기 위해 충분한 시간을 투자하는 것이 중추적 요소가 된다는 것을 배워야 (알아야) 한다. 때때로 피상적인 조사를 하고도 어떤 특징들 때문에 명백한(지당한) 결론을 내릴 때가 있는데 이런 때에 이런 피상적인 조사가 간과되기도 한다.

일반적 조언

어느 특정 주제에 찬성 혹은 반대하는 세부 내용은 그룹에서 토의되어야 한다. 참여자의 주의를 아직 인식하지 못한 정보에 방향을 맞춘다. 모든 세부 사항이 논의된 후에 환자들은 그 주제를 선택한 것에 대해 다시 평가해야만 한다.

이 모델에 의하면, 참여자들은 그들의 동의를 표현하기 위해 붉은 카드와 푸른 카드를 활용하는 것은 필요하다. 경솔한 의사결정의 단점은 참여자들에게 그림의 맨 처음 발표 직후에 사정한 것을 물어보고 그 후에 세부사항을 논의한 후 이를 다시 했을 때가 가장 잘 드러나게 된다. 이전의 모듈과 같이, 대상자들에게 그들의 확신 정도를 질문한다(예, 손을 보여줌으로써: 강한 확신이 드는 사례에서 손을 완전히 들고, 의심스러운 사례에서는 손을 반만 든다)

만일 집단에서 선호하는 다른 주제를 갖는 당사자들이 있다면, 훈련자는 중재, 공개 토론을 격려할 수 있다.

구체적 조언

Cycle A 그림번호	영문 제목(표제)	올바른 해석을 찾기 위한 단서들
그림 1	구매	다음은 B 에 대한 진술: 여성의 얼굴표정이 다소 요염하고 관능적이다; 남자는 그녀에게 꽃을 선물하였다; 남자의 헌신적 태도
그림 2	판독하는 화학자	뚜껑있는 시약병과 약연과 절구 공이는 새로운 처방전을 연구하는 화학자를 나타낸다 (C 에 지지기반). 그가 판독에 빠져있고 테이블 위에 유리병이 달려 있다는 사실은 B 와는 상반되게 주장하는 것이다. 옷차림새는 수도사 같지 않다(A 에 상반되게 진술)
그림 3	형편 없는 시인	그림에 보여 지는 많은 책들은 종업원(대안 A) 보다는 시인(대안 C)을 나타낸다. 그가 그의 손을 잡고 있는 방법을 보면 그는 시를 쓰는 연기 중에 있음(대안 C)을 보여 준다. 그는 분명히 가능한 생활을 하고 있지만, 다양한 소지품들(특히 책들)은 가난한 가계로 해석에는 상반되는 주장이다.
그림 4	훈계	다음은 D 에 대한 진술: 소녀가 죄책감을 느끼는 것으로 보인다; 나이든 부인의 위협적 태도; (소녀가 아닌) 소녀에게 관심이 집중되고 선택 D 에대한 진술; 소년은 손에 어떤 신발도 들고 있지 않다(대안 C 는 그렇듯하지 않게 된다).
그림 5	방문	남자의 관심이 창가의 새에 시선이 집중되고 있다; 그가 시선을 든다(A). 그 남자가 책을 바라보지 않았기 때문에 B 는 그럴듯하지 않다.
그림 6	사냥 사고	남성의 빨간 코가 B 인 것 같게 한다. 남성의 겁먹은 표정은 또한 A 가 정말 같게 한다; 그러나 의복, 엽총(산탄총), 그 사람이 튕겨져 나간 점 등은 D 를 지지한다.
그림 7	카자흐스탄 의 편지	테이블에 둘러앉은 남성들 중 한 명이 손에 펜을 쥐고 있다(B 에 대한 이야기). 남성들은 팔씨름을 하고 있지 않다; 카자흐스탄 사람들은 흥겨운 분위기이고 전투 준비를 하는 것 같지는 않다 (대안 D 는 그럴듯하지 않게 된다).

그림 8	안경 판매원	어른과 아이들이 안경을 껴보고 있다 (눈에 잘 맞는지 신문을 읽어보면서); 수염 난 남자가 상자에서 안경을 꺼내어 여성에게 건넨다 (D 를 지지). 그림의 초점은 아이들이 아니고, 많은 수의 어른들이다(A 와 상반). 들어오는 남자는 주의 환경의 역할을 할 뿐이다. (그러므로 C 는 그럴듯하지 않다.) 학자를 묘사하려면, 어떤 사람을 이런 사회적 환경 대신에 그를 책이 있는 책상에 있게 묘사할 것이다.
그림 9	세비야의물장수	앞의 남자는 남루한 옷을 입고 있다; 유리컵 속의 액체는 무색이다. 백포도주도 이보다는 노란빛을 띠며 유리병도 좀 비워져 있었을 것이다.
그림 10	홀아비	검은 정장을 차려입은 신사는 분명히 지나가는 여인들을 보고 있다. 그 신사는 그 여성들과 교류를 나누지는 않는다 (그래서 A 는 그럴듯하지 않다). 앉아있는 남자가 비교적 그림의 중앙 위치를 차지하고 있다 (B 는 그럴듯하지 않게 된다).
그림 11	발톱미용	남자의 여성의 발/발톱에 집중 하고 있다. 의료상자나 의료기구는 보이지 않는다(그래서 B 와 C 는 그럴듯하지 않다).
그림 12	과일 도둑들	나무의 밑동에 과일이 일부 남아있고 한 소년이 나무 아래에 서있는 것으로 보아, 외관상보기에 아이들/또는 난쟁이들이 나무로부터 과일을 따가는 것 같다. ; 노인이 그들을 회초리로 내쫓는다.
그림 13	저녁 기도	두 사람의 손이 포개어져있고 고개를 숙이고 있다. 해가 지고 있다. 비석이나 신부는 보이지 않는다(그러므로 C 는 그럴듯하지 않다). D 의 "울타리를 손질하는 사람"은 그 그림의 평화로운 분위기에 적합하지 않다.
그림 14	낚시배를 기다림	어머니와 자녀 중 한 명이 (기대에 차?) 바다를 응시하고 있다. 수평선에 닿은 선박, 그 어머니와 아이들의 취약한 옷차림이 가난한 어부의 가족임을 나타낸다고 한다(대안 B). 계다가 여행을 위한 짐꾸러미도 보이지 않고 아이들은 맨발이다(D 에 상반되는 주장). 장면이 해변산책을 묘사하였다면, 화가는 그 장면을 보다 역동적으로 설명했어야 할 것이다. 비통해하는 과부에 대한 특별한 암시(힌트)도 없다(C 에 단호히 상반되는 증거도 규명하지 않는다).

그림 15	바이올린을 가진 소년	대부분 다른 해석들은 그림에서 보여 지는 것들 보다 훨씬 지나친 것들이다; 사실 그 소년은 유명한 바이올린 연주자 Yehudi Menuhin 으로, 콘서트에 나오기 전 한 아이로서의 모습이다.
그림 16	연애 편지	아무도 가구를 옮기고 있지 않다 (C 는 그럴듯하지 않아진다); 그림의 분위기는 화창하고 평화롭다; 지형학자는 보통 전문적인 도구들을 더 많이 사용한다 (D 는 그럴듯하지 않게 된다).
그림 17	토지세	동전은 그림의 주요한 요소이다 (C 를 지지한다). 해적이 귀족에게 돈을 건네주는 것은 있을 법 하지 않다 (D 에 상반되는 주장). A 와 B 는 가능하지만 C 보다는 덜 그럴듯하다. A 와 상반되는 또 다른 주장은 부패와 같은 주제가 심지어 중세시대에서도 사되었다는 사실이 의심스럽다는 것이다.
그림 18	댄스 청하기	그림을 배경으로 춤을 추는 남녀그림이 있다. 남성이 여성에게 인사를 하고, 이는 C 를 지지하는 주장이다; 그리고 그 그룹은 그의 출현을 고마워하는 것처럼 보인다. 테이블 위의 두 여성들은 그에 대한 소문을 퍼트리고 있다기보다, 그 방의 소음 때문에 아주 가까이 있는 것일 것이다. 그림 오른쪽에 있는 남자뿐만 아니라 모든 사람들이 술을 마신 것으로 보인다(테이블 위의 맥주잔들이 A 와 상반되게 진술한다).
그림 19	드라마	무대 위 공연 장면을 주시하는 많은 관중이 있다; 스크린이 없다 (C 는 그럴듯하지 않게 된다); 많은 사람들이 범죄를 목격하고도 그 일에 개입하지 않을 것 같지는 않다(A 는 그럴듯하지 않게 된다); 그 장면은 극장에서와 같이 조명을 받는 반면, 관중들은 어두운 곳에 앉아있다.

Cycle B 그림번호	영문 제목(표제)	올바른 해석을 찾기 위한 단서들
그림 1	슬픈 메시지	여성이 울고 있다; 군인은 그녀에게 모자와 외투를 가져다 줬다 (집작컨대 그녀의 전하한 남편의 유품같다); 그녀의 무릎 위에 편지 한통이 있다 (D 를 설명해 준다); 아기가 아파 보이지는 않는다; 어린 소년은 아기가 아닌 제복을 입은 남성을 바라보고 있다 (B 는 그럴듯하지 않게 된다).
그림 2	수도원의 스프	다음은 C 에 대한 표현: 스프 접시를 가진 소년이 수도원을 출발하고 있다; 그 배경에 사람들이 음식을 먹고 있는 것처럼 보인다. 배경 속의 수녀는 앞에 스프 주전자를 가지고 있다; 그 문은 성당의 것으로 보기에는 너무 평범해 보인다 (C 와 상반됨).
그림 3	전쟁	칼, 햇불, 땅위의 시체들이 A에 대한 암시가 된다. 예수의 도착을 알리는 표식이 전혀 없다(B 는 그럴듯하지 않다). C 와 D 는 지엽적인 설명에 의존한다.
그림 4	내가 왜 그와 결혼했을까	한 쌍의 남녀가 배 위에 있는 것 같이 보인다 (배경에 굴뚝이 보임) 아마 신혼여행 중인 것 같다 (B 를 지지). 남성은 침대위에 옷을 입은 채로 누워있고, 과음으로 병이 난 것 같은데, 그의 옆 테이블위에 병이 놓여져 있다 (이 또한 B 를 지지한다). 여성은 남자의 어머니로는 너무 어리다(D 에 상반되는 주장). 살인이나 자살의 단서(예, 권총)은 없다 (대안 A 와 C 와 상반). 예전에는 여인이 붉은 리본은 묶고 있으면 그녀가 방금 결혼했다는 표시였다 (대안 B 를 지지하는 또 다른 암시).
그림 5	아이들의 게임	세일 가판대나 음식이 없다(그러므로 B 와 C 는 그럴듯하지 않다). 게임들(운동, 무용 등)이 D 를 나타내고 있다. A 의 지지는 처음에는 명백히 혼돈스럽다; 그러나 이는 게임을 하는 사람들에게 의해 반박되었다
그림 6	다이아몬드 에이스 카드를 가진 사기꾼	빨간 술(음료)을 보면 c 는 분명히 그럴듯해 보이지만, 여러 가지 의문이 남는다. D 는 여성의 외양으로 보아 그럴듯해 보인다; 하지만 남자의 뒤의 카드(다이아몬드 에이스)는 B 를 지지한다.
그림 7	달을 응시하는 두 남자	달은 이 그림에서 필수적인 요소다 (B 를 지지한다). 묘비나 흡혈귀는 없다(대안 A 와 C 에 상반되는 주장). 더욱이, 그 장면은 평화로워 보인다. 분위기는 야간임을 암시한다(대안 D 에 상반되는 주장).

그림 8	숲에서의 휴식	여성이 큰 바구니를 갖고 왔다; 사람들은 동요되는 것 같아 보이지 않는다; 부상에 대한 특별한 단서는 없다(D).
그림 9	토끼 먹이주기	아이들이 토끼에게 먹이를 주고 있다; 부활절에 대한 특별한 단서는 없다(D); 마지막 음식(A)은 다소 무시무시하며, 그림의 다소 평화스러운 분위기를 잡아내지 못한다.
그림 10	요람옆 어머니	아이들이 평화롭게 자고 있고 심하게 아프거나 죽어가고 있는 것으로 보이지는 않는다 (건강한 혈액; 대안 A, B 와 상반되는 주장). 어머니는 막 요람옆에 앉아 턱을 손에 대고 있으며, 그녀는 노래를 부르는 것 같지는 않다 (D 를 지지하는 반면 C 와 상반되는 주장).
그림 11	옷입기	배경에 있는 의자에 옷 들이 걸쳐져 있다; 서있는 여성은 그 시대에 유행하던 속옷을 입고 그녀 앞에 무릎을 꿇고 있는 젊은이의 옷깃을 고치고 하고 있다(C 를 말하되 A 와 반되는 진술). 그 분위기는 다소 정답고, 두 여성은 화가 나 있거나 서로 다투는 것 같지는 않으며, 즐거워 보이고(D 와 반되는 주장) 마사지를 하는 자세도 아니다(B 를 그럴듯하지 않게 한다).
그림 12	다림질하는 여인	기운을 북돋아야 할 사람은 없다 (B 는 그럴 듯 하지 않음); 오른쪽에 있는 여인은 드레스를 다리고 있다; 나머지 한 여인은 일 때문에 피곤한 모습입니다, 하품을 하고 있다.
그림 13	무릉도원	그림의 도리깨는 A 를 설명한다. 여기저기 흩어져 있는 음식물들과 칼들이 꽃혀져 있는 동물시체들은 B 를 설명한다. 목잘린 닭은 그림제목의 근거로 너무 약하다. 식중독의 특별한 근거는 없다 (D)
그림 14	곡예사	남자의 도구 (예, 개와 훌라후프)들이 그가 마법사(A), 순회 설교자 (C)가 아니라 곡예사임을 알려준다. B 일 가능성도 있다
그림 15	점심	고개 숙인 사람들이 A 와 B 를 가능해 보이게 하나 아무도 애통해 하지는 않는다 (그러므로 A 일 것 같지는 않다) 한사람은 벌써 식사를 하고 있다, 그래서 기도 중(B)인 것 같지는 않다. 이야기 중인 사람도 없다 (그래서 D 도 아닌 것 같다) 대부분 사람들이 식사 중이므로 C 가 맞다.

그림 16	두 구혼자와 포도주를 마시는 아가씨	와인잔을 든 여인이 미소를 지으며 즐거워 보인다. 칭찬을 들은 것 같다(A 에 대한 지지). 또 다른 남자가 같이 있으나 그녀가 그를 쳐다보지 않는 것은 B 가 아님을 말한다. 그녀가 그림의 중심에 있는 것은 C 도 아님을 말한다. 게다가 D 맞으면 있어야 할 비싼 음식도 테이블에는 없다.
그림 17	오페라 안경을 쓴 여인	여인이 오페라 안경은 썼으나 가면은 쓰고 있지 않다 (A 가 아님) C 에 대한 구체적 근거가 없다.

MODULE 8: 기분

목표 영역

부정적 인지 도식(schemata)

기본과제

먼저 그룹원들은 우울증상을 열거한다. 다음은, 우울증 치료 가능성과 전형적 인지 유형을 논의한다. 그 다음 훈련들은 우울 인지 도식 작성을 목표로 한다. 참여자들의 협력하에, 훈련자는 왜곡된 인지 도식이 어떻게 보다 현실적이고 유익한 것으로 대체될 수 있는지를 설명한다. 모듈은 또한 심리적 문제를 갖는 사람들이 자주 채택하는 역기능적 대처전략을 목표로 한다. 예를 들면, 조현병 환자들은 침습을 극도로 부정적으로(예, 강렬한 부정적 사고와 관념) 평가하고 고조된 공포 반응을 보이는 경향을 갖는다(Morrison, 2001). 이러한 사고는 그것들을 억제하려는 시도와 경계를 증대시킴으로써 결국 강화된다. 정신적 과정으로부터 단절된 느낌이 발생할수도 있는데, 때때로 주관적으로 스며들수 있는 자아경계("만들어진 사고")와 관련된 증상과 환청을 일으킬 수 있다. 환자들은 그러한 사고가 짜증스러울수 있지만 상대적으로 양호한 것임을 배워야 한다. 그들은 또한 사고억제가 비직관적으로 부정적 생각의 영향과 존재를 강화한다는 것을 배울것이다. 대신에, 동물원이나 폭풍 바깥에서 호랑이를 보고 있는 것처럼 간섭없는 분리된 관점으로 자신의 생각에 주의를 기울이도록 권고한다. 마지막으로, 규칙적으로 이용되었을 때 부정적인 자기-도식을 변경하고 기분을 향상시키는 일부 기술들이 제공된다.

교재

대부분 본인의 사례와 일부 인지행동 교과서(예. Beck, 1976)에서 영감을 받은 사례와 사례 일화를 활용한다. 상연 끝 부분에 참여 촬영자/예술가를 밝힌다.

이론적 배경

많은 조현병 환자들은 낮은 자존감을 보인다(Freeman et al., 1998; Moritz, Veckenstedt,

Randjbar, Vitzthum, Karow & Lincoln, 2010; Sundag, Lincoln, Hartmann, & Moritz, 2015). 이들의 우울증 발병률과 자살률은 매우 높다 (Buckley, Miller, Lehrer, & Castle, 2009). 편집증적 사고가 자존감을 향상시키는데 있어 역기능적 대응전략인가에 대해서는 논란이 있는데(Adler, 1914/1929; Bentall et al., 2001; Kinderman & Bentall, 1996), 예를 들면, 피해망상동안 개인의 주관적 중요성을 고취시키거나(사악한 영혼에 대항하는 영웅적 싸움은 적이 더 많으면 많을수록 더 존경을 받는 것으로 주제화된다) 혹은 새로운 인생 목표를 창조한다는 점에서 그러하다 (Moritz, Werner, & Von Collani, 2006).

이 프로그램의 의도하는 바는 자신감을 비현실적 높이로 끌어올리는 것이 아니라 (그러므로 우리가 “긍정적 사고”를, 비정신과 환자들에게 적합할 수 있는 “나는 특별한 사람”과 같이 표현하는 것은 부적절하다), 자신에 대한 현실적 감각을 보다 향상시키는 것이라 할 수 있다.

모듈의 목적

참여자들은 우울과 낮은 자존감을 형성하고 유지하는데 기여하는 역기능적 사고 유형에 대해 알게 된다. 그리고 정기적인 훈련으로 이러한 인지 유형이 교정될 수 있음을 강조한다.

일반적 조언

이 모듈은 옳거나 틀린 반응 선택을 하는 전통적인 과제가 아니라는 점에서 MCT 의 다른 영역들과는 다르다. 결정적으로 훈련자는 이 모듈의 근간을 이루는 우울에 관한 인지행동 모델에 익숙해야 한다.

MODULE 9: 자존감

구체적 조언

몇가지 슬라이드는 가능한 반응선택이 나타나기전에 어디에서 더욱 도움되는 합리적 해석을 요청받을 것인지, 질문을 포함한다.

목표영역

자존감 증진하기

과제 Task

이 모듈은 자존감이 주관적 차원이라는 것을 집단 구성원들에게 전달한다. 누구도 다른 이들보다 더 낮거나 모자란 가치를 갖고 있는 것은 아니다. 건강, 낮은 자존감, 과장된 자존감 사이에서 차이뿐만 아니라 자존감의 가능한 원천을 보여준다. 낮은 자존감을 갖는 사람들은 낙약함을 강조하는 경향이 있고, 참여자들은 그들의 강점을 강화하도록 교육받는다. 참여자들은 그들의 자존감을 향상시키는 방법을 얻게되고 그들의 전략을 발전시키도록 독려된다.

교재

다양한 정신치료 매뉴얼로부터 영감을 얻은 자기 창조적 예시(예, Potreck-Rose & Jacob, 2013)

이론적 배경

몇몇 연구자들에 의하면 낮은 자존감으로 고통받는 많은 편집증 조현병 환자들은(Freeman et al., 1998; Moritz et al., 2010; Sundag et al., 2015), 병인학적으로 편집증과 과대망상증이 연관되어 있다. 게다가, 성공적으로 망상이 감소하고 병식이 증가하는 것은 기분을 저하시킬지도 모른다(Belvederi Murri et al., 2015; Lincoln, Lüllmann & Rief, 2007). 많은 참여자들은 치료의 최우선 순위로써 감정적 안녕의 개선을 보여준다(Kuhnigk, Slawik, Meyer, Naber, & Reimer, 2012), 우리는 매우 중요한 모듈 8을 다루면서 이러한 측면을 고려한다.

모듈목적

참여자들은 낮은 자존감을 상승시키는 방법을 알아야 한다. 그들은 그들의 삶이나 개인적 결손과 같은 부정적 측면에 관심두지 않는 법을 배우는 대신, 삶의 순조로운면을 찾고 인정하도록 한다. 일상적인 조언과 제안을 받아들이고 그들의 자존감을 강화하도록 돕는다.

일반적인 조언

이 모듈의 과제는 "맞음"이나 "틀림"에 대한 답이 명확하지 않다. 참여자에게는 자존감을 올릴수 있는 기능적 전략을 생각하고 토론할 충분한 시간이 주어져야 한다. 이는 참여자가 그들의 강점을 명명할수 있고 인식하는 것이 중요하다.

MODULE 10: 편견다루기(낙인)

목표영역

(자기) 낙인 (스스로 낙인찍는 것에 대한 인식을 증가시킴, “지각된” 혹은 “느껴지는” 낙인)

과제

유명인(예, 축구선수나 작가)이 대상자들에게 보여진다. 정신질환을 앓고 있는 작가(두번째 집단의 사람들)들이 나타난다. 그후에, 정신질환은 있는데 임상적이지 않은 사람의 그림을 보여준다. 정신장애인의 그림은 중요하고 가치있는 것들을 창조할 수 있다. 다음에, 정신질환과 정신증상조차 일반인들에게도 자주 나타날수 있음을 보여준다. 마지막으로, 집단은 편견을 비판적으로 다루고 낙인을 물리칠수 있는 방법을 논의한다. 적절하게 질병에 대해 소통할수 있는 방법을 추천한다

교재

클래식과 모던한 그림; 발표된 통계자료, 스스로 창조된 예시들.

이론적 배경

조현병을 포함하여 많은 정신과 질환은(Gerlinger et al., 2013; Świtaj, Grygiel, Anczewskaa, & Wciórka, 2015), 편견과 낙인이 관련되어 있다. 이것은 더 심한 문제와 질환(불안전, 우울)을 자주 초래하고, 불신과 사회적 은둔과 같은 정신병적 증상을 야기한다. 자존감은 이런 결과를 줄여주게 된다(Świtaj et al., 2015).

모듈목적

우리는 얼마나 흔한 정신질환(정신병과 같은)이 일반인에게도 나타나는지 먼저 논의한다. 유명한 아티스트나 운동선수들의 예시에서, 정신질환(정신병같은)을 경험하는 것이 비생산적이거나 무가치한 것을 의미하는 것이 아님을 설명한다. 참여자들이 그러한 낙인이 자존감에 어떻게 영향을 줄 수 있는지 인식하게 만든다. 이 모듈은 일반인들의 정신질환 유병율에 대해 더 많이 인식함으로써 자기-낙인을 최소화하고자 한다. 정신질환/정신병이 누군가의 가치를 결정하지 않는다는 것과 예들 들어, 다른사람들과 그들의 병에 대해 효과적으로 의사소통함으로써 그들의 질병을 적절하게 다루는 법을 배우도록 강조한다.

일반적인 조언

이 모듈의 과제는 “맞음” 이나 “틀림”이 명확하지 않다. 참여자는 낙인 경험을 관리할 수 있는 기능적 전략을 생각하고 토론할 충분한 시간이 주어져야 한다. 한개의 연습이나 챗터는 생략될수 있다(예, 모든 작가들의 경력을 크게 읽을 필요는 없다)

주의: 조현병에 관한 상투적인 표현이나 오해 여지가 있는 슬라이드를 제시 할 때 (예 : 정신병이 있는 사람들은 위험합니다) 매우 조심스럽고 신중해야한다. 그들이 이러한 표현과 오해를 알고 있다고 생각된다면 환자에게 사례만 보여주십시오. 그렇지 않으면, 진부함에 노출되는 것이 새로운 걱정을 유발 할 수 있고, 이것은 반드시 피해야 한다. 슬라이드를 제시하기 전에 정신병에 관한 상투적인 표현이 있는지 물어 보는 것이 좋습니다. 아마도 환자가 이미 알고있는 표현으로 해결할 수도 있다.

특별 주석

참여자는 그들의 질병을 다루는 법에 대한 유용한 팁을 수행해야 한다.

References

- Adler, A. (1914/1929). Melancholia and paranoia. In A. Adler (Ed.), *The practice and theory of individual psychology*. London: Routledge & Kegan Paul Ltd.
- Bacon, E., Danion, J. M., Kauffmann-Muller, F., & Bruant, A. (2001). Consciousness in schizophrenia: a metacognitive approach to semantic memory. *Consciousness and Cognition, 10*, 473-484.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: Meridian. Bell, V., Halligan, P. W., & Ellis, H. D. (2006). Explaining delusions: a cognitive perspective. *Trends in Cognitive Sciences, 10*, 219-226.
- Belvederi Murri, M., Respino, M., Innamorati, M., Cervetti, A., Calcagno, P., Pompili, M., Lamis, D. A., Ghio, L., & Amore, M., (2015). Is good insight associated with depression among patients with schizophrenia? Systematic review and meta-analysis. *Schizophrenia Research, 162*, 234-247.
- Bentall, R. P. (1994). Cognitive biases and abnormal beliefs: towards a model of persecutory delusions. In A. S. David & J. Cutting (Eds.), *The neuropsychology of schizophrenia* (pp. 337-360). Erlbaum: London.
- Bentall, R. P., Corcoran, R., Howard, R., Blackwood, N., & Kinderman, P. (2001). Persecutory delusions: a review and theoretical integration. *Clinical Psychology Review, 21*, 1143-1192.
- Bentall, R. P., Kaney, S., & Dewey, M. E. (1991). Paranoia and social reasoning: an attribution theory analysis. *British Journal of Clinical Psychology, 30*, 13-23.
- Bora, E., & Pantelis, C. (2013). Theory of mind impairments in first-episode psychosis, individuals at ultra-high risk for psychosis and in first-degree relatives of schizophrenia: systematic review and meta-analysis. *Schizophrenia Research, 144*, 31- 36.
- Brüne, M. (2003). Theory of mind and the role of IQ in chronic disorganized schizophrenia. *Schizophrenia Research, 60*, 57-64.
- Buckley, P. F., Miller, B. J., Lehrer, D. S., & Castle, D. J. (2009). Psychiatric comorbidities and schizophrenia. *Schizophrenia Bulletin, 35*, 383-402.
- Byerly, M. J., Nakonezny, P. A., & Lescouffair, E. (2007). Antipsychotic medication adherence in schizophrenia. *Psychiatric Clinics of North America, 30*, 437-452.
- Colbert, S. M., & Peters, E. R. (2002). Need for closure and jumping-to-conclusions in delusion-prone individuals. *Journal of Nervous and Mental Disease, 190*, 27-31.
- Danion, J.-M., Rizzo, L., & Bruant, A. (1999). Functional mechanisms underlying impaired recognition memory and conscious awareness in patients with schizophrenia. *Archives of General Psychiatry, 56*, 639-644.
- Elkis, H. (2007). Treatment-resistant schizophrenia. *Psychiatric Clinics of North America, 30*, 511-533.
- Fine, C., Gardner, M., Craigie, J., & Gold, I. (2007). Hopping, skipping or jumping to conclusions? Clarifying the role of the JTC bias in delusions. *Cognitive Neuropsychiatry, 12*, 46-77.
- Freeman, D., Garety, P., Fowler, D., Kuipers, E., Dunn, G., Bebbington, P., & Hadley, C. (1998). The London-East Anglia randomized controlled trial of cognitive-behaviour therapy for psychosis. IV: Self-esteem and persecutory delusions. *British Journal of Clinical Psychology, 37*, 415-430.
- Freeman, D., Garety, P. A., Fowler, D., Kuipers, E., Bebbington, P. E., & Dunn, G. (2004). Why do people with delusions fail to choose more realistic explanations for their experiences? An empirical investigation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 72*, 671-680.
- Freeman, D. (2007). Suspicious minds: the psychology of persecutory delusions. *Clinical Psychology Review, 27*, 425-457.
- Frith, C. D. (2004). Schizophrenia and theory of mind. *Psychological Medicine, 34*, 385-389.
- Garety, P. A., & Freeman, D. (1999). Cognitive approaches to delusions: a critical review of theories and evidence. *British Journal of Clinical Psychology, 38*, 113-154.
- Garety, P. A., & Freeman, D. (2013). The past and future of delusions research: from the inexplicable to the treatable. *British Journal of Psychiatry, 203*, 327-333.
- Garety, P. A., Hemsley, D. R., & Wessely, S. (1991). Reasoning in deluded schizophrenic and paranoid patients. Biases in performance on a probabilistic interference task. *Journal of Nervous and Mental Disease, 179*, 194-201.

- Gerlinger, G., Hauser, M., De Hert, M., Lacluyse, K., Wampers, M., & Correll, C. U. (2013). Personal stigma in schizophrenia spectrum disorders: A systematic review of prevalence rates, correlates, impact and interventions. *World Psychiatry, 12*, 155-164.
- Glöckner, A., & Moritz, S. (2009). A fine-grained analysis of the jumping-to-conclusions bias in schizophrenia: Data-gathering, response confidence, and information integration. *Judgment and Decision Making, 4*, 587-600.
- Huron, C., & Danion, J.-M. (2002). Impairment of constructive memory in schizophrenia. *International Clinical Psychopharmacology, 17*, 127-133.
- Huron, C., Danion, J.-M., Giacomoni, F., Grengé, D., Robert, P., & Rizzo, L. (1995). Impairment of recognition memory with, but not without, conscious recollection in schizophrenia. *American Journal of Psychiatry, 152*, 1737-1742.
- Janssen, I., Versmissen, D., Campo, J. A., Myin-Germeys, I., van Os, J., & Krabbendam, L. (2006). Attribution style and psychosis: evidence for an externalizing bias in patients but not in individuals at high risk. *Psychological Medicine, 36*, 771-778.
- Kinderman, P., & Bentall, R. P. (1996). Self-discrepancies and persecutory delusions: evidence for a model of paranoid ideation. *Journal of Abnormal Psychology, 105*, 106-113.
- Kinderman, P., & Bentall, R. P. (1997). Causal attributions in paranoia and depression: internal, personal, and situational attributions for negative events. *Journal of Abnormal Psychology, 106*, 341-345.
- Kinderman, P., Kaney, S., Morley, S., & Bentall, R. P. (1992). Paranoia and the defensive attributional style: deluded and depressed patients' attributions about their own attributions. *British Journal of Medical Psychology, 65*, 371-383.
- Klosterkötter J. (1992). The meaning of basic symptoms for the genesis of the schizophrenic nuclear syndrome. *Japanese Journal of Psychiatry and Neurology, 46*, 609-630.
- Kuhnigk, O., Slawik, L., Meyer, J., Naber, D., & Reimer, J. (2012). Valuation and attainment of treatment goals in schizophrenia: perspectives of patients, relatives, physicians, and payers. *Journal of Psychiatric Practice, 18*, 325-332
- Lincoln, T. M., Lüllmann, E., & Rief, W. (2007). Correlates and long-term consequences of poor insight in patients with schizophrenia. A systematic review. *Schizophrenia Bulletin, 33*, 1324-1342.
- Miller, M. B., & Gazzaniga, M. S. (1998). Creating false memories for visual scenes. *Neuropsychologia, 36*, 513-520.
- Mehl, S., Rief, W., Lüllmann, E., Ziegler, M., Kesting, M.-L., & Lincoln, T. M. (2010). Are theory of mind deficits in understanding intentions of others associated with persecutory delusions? *Journal of Nervous and Mental Disease, 198*, 516-519.
- Moritz, S., Andreou, C., Schneider, B. C., Wittekind, C. E., Menon, M., Balzan, R. P., & Woodward, T. S. (2014). Sowing the seeds of doubt: a narrative review on metacognitive training in schizophrenia. *Clinical Psychology Review, 34*, 358-366.
- Moritz, S., Veckenstedt, R., Randjbar, S., Hottenrott, B., Woodward, T. S., von Eckstaedt, F. V., Schmidt, C., Jelinek, L., & Lincoln, T. M. (2009). Decision making under uncertainty and mood induction: further evidence for liberal acceptance in schizophrenia. *Psychological Medicine, 39*, 1821-1829
- Moritz, S., Veckenstedt, R., Randjbar S., & Vitzthum, F. (2010). *MKT+: Individualisiertes Metakognitives Therapieprogramm für Menschen mit Psychose*. [MCT+: Individualized metacognitive therapy for people with psychosis]. Heidelberg: Springer; see also www.uke.de/mct_plus
- Moritz, S., Veckenstedt, R., Randjbar, S., Vitzthum, F., Karow, A., & Lincoln, T. M. (2010). Course and determinants of self-esteem in people diagnosed with schizophrenia during psychiatric treatment. *Psychosis, 2*, 144-153.
- Moritz, S., Werner, R., & von Collani, G. (2006). The inferiority complex in paranoia readdressed: a study with the Implicit Association Test. *Cognitive Neuropsychiatry, 11*, 402-435.
- Moritz, S., & Woodward, T. S. (2002). Memory confidence and false memories in schizophrenia. *Journal of Nervous and Mental Disease, 190*, 641-643.
- Moritz, S., & Woodward, T. S. (2004). Plausibility judgment in schizophrenic patients: evidence for a liberal acceptance bias. *German Journal of Psychiatry, 7*, 66-74.
- Moritz, S., & Woodward, T. S. (2005). Jumping to conclusions in delusional and non-delusional schizophrenic patients. *British Journal of Clinical Psychology, 44*, 193-207.
- Moritz, S., & Woodward, T. S. (2006). A generalized bias against disconfirmatory evidence in schizophrenia. *Psychiatry Research, 142*, 157-165.

- Moritz, S., & Woodward, T. S. (2007). Metacognitive training in schizophrenia: from basic research to knowledge translation and intervention. *Current Opinion in Psychiatry, 20*, 619-625.
- Moritz, S., Vitzthum, F., Randjbar, S., Veckenstedt, R., & Woodward, T. S. (2010). Detecting and defusing cognitive traps: Metacognitive intervention in schizophrenia. *Current Opinion in Psychiatry, 23*, 561-569.
- Moritz, S., Woodward, T. S., Burlon, M., Braus, D., & Andresen, B. (2007). Attributional style in schizophrenia: Evidence for a decreased sense of self-causation in currently paranoid patients. *Cognitive Therapy and Research, 31*, 371-383.
- Moritz, S., Woodward, T. S., Cuttler, C., Whitman, J. C., & Watson, J. M. (2004). False memories in schizophrenia. *Neuropsychology, 18*, 276-283.
- Moritz, S., Woodward, T. S., & Rodriguez-Raecke, R. (2006). Patients with schizophrenia do not produce more false memories than controls but are more confident in them. *Psychological Medicine, 36*, 659-667.
- Moritz, S., Woodward, T. S., & Ruff, C. (2003). Source monitoring and memory confidence in schizophrenia. *Psychological Medicine, 33*, 131-139.
- Morrison, A. P. (2001). The interpretation of intrusions in psychosis: an integrative cognitive approach to hallucinations and delusions. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy, 29*, 257-276.
- Peters, E., & Garety, P. (2006). Cognitive functioning in delusions: a longitudinal analysis. *Behaviour Research and Therapy, 44*, 481-514.
- Peters, M. J. V., Moritz, S., Hauschildt, M., & Jelinek, L. (2012). Impact of emotional valence on memory and meta-memory in schizophrenia using videos sequences. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 44*, 77-83.
- Phillips, M. L., & David, A. S. (1995). Facial processing in schizophrenia and delusional misidentification: cognitive neuropsychiatric approaches. *Schizophrenia Research, 17*, 109-114.
- Potreck-Rose, F., & Jacobs, G. (2013). *Selbstzuwendung, Selbstwertakzeptanz, Selbstvertrauen. Psychotherapeutische Interventionen zum Aufbau von Selbstwertgefühl [Self-care, self-acceptance and self-confidence. Psychotherapeutic interventions to raise self-esteem]*. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Randjbar, S., Veckenstedt, R., Vitzthum, F., Hottenrott, B., & Moritz, S. (2011). Attributional biases in paranoid schizophrenia: Further evidence for a decreased sense of self-causation in paranoia. *Psychosis, 3*, 74-85.
- Reisberg, D. (2001). *Cognition*. New York: WW Norton & Co.
- Roediger III, H. L., & McDermott, K. B. (1995). Creating false memories: remembering words not presented in lists. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition, 21*, 803-814.
- Roediger III, H. L., Watson, J. M., McDermott, K. B., & Gallo, D. A. (2001). Factors that determine false recall: a multiple regression analysis. *Psychonomic Bulletin and Review, 8*, 385-407.
- Sanford, N., Veckenstedt, R., Moritz, S., Balzan, R. P., & Woodward, T. S. (2014). Impaired integration of disambiguating evidence in delusional schizophrenia patients. *Psychological Medicine, 44*, 2729-2738.
- Sarfati, Y., Hardy-Bayle, M. C., Besche, C., & Widlocher, D. (1997). Attribution of intentions to others in people with schizophrenia: a non-verbal exploration with comic strips. *Schizophrenia Research, 25*, 199-209.
- Savulich, G., Shergill, S., & Yiend, J. (2012). Biased cognition in psychosis. *Journal of Experimental Psychopathology, 3*, 514-536.
- Sprong, M., Schothorst, P., Vos, E., Hox, J., & van Engeland, H. (2007). Theory of mind in schizophrenia: meta-analysis. *British Journal of Psychiatry, 191*, 5-13.
- Sundag, J., Lincoln, T. M., Hartmann, M. M., & Moritz, S. (2015). Is the content of persecutory delusions relevant to self-esteem? *Psychosis, 7*, 237-248.
- Świtaj, P., Grygiel, P., Anczewska, M., & Wciórka, J. (2015). Experiences of discrimination and the feelings of loneliness in people with psychotic disorders: The mediating effects of self-esteem and support seeking. *Comprehensive Psychiatry, 59*, 73-79.
- Van Dael, F., Versmissen, D., Janssen, I., Myin-Germeys, I., van Os, J., & Krabbendam, L. (2006). Data gathering: biased in psychosis? *Schizophrenia Bulletin, 32*, 341-351.
- Veckenstedt, R., Randjbar, S., Vitzthum, F., Hottenrott, B., Woodward, T. S., & Moritz, S. (2011). In corrigibility, jumping to conclusions, and decision threshold in schizophrenia. *Cognitive Neuropsychiatry, 16*, 174-192.

- Versmissen, D., Janssen, I., Myin-Germeys, I., Mengelers, R., Campo, J., van Os, J., & Krabbendam, L. (2008). Evidence for a relationship between mentalising deficits and paranoia over the psychosis continuum. *Schizophrenia Research*, *99*, 103-110.
- Voruganti, L. P., Baker, L. K., & Awad, A. G. (2008). New generation antipsychotic drugs and compliance behaviour. *Current Opinion in Psychiatry*, *21*, 133-139.
- Weiss, A. P., Dodson, C. S., Goff, D. C., Schacter, D. L., & Heckers, S. (2002). Intact suppression of increased false recognition in schizophrenia. *American Journal of Psychiatry*, *159*, 1506-1513.
- Woodward, T. S., Moritz, S., Cuttler, C., & Whitman, J. C. (2006). The contribution of a cognitive bias against disconfirmatory evidence (BADE) to delusions in schizophrenia. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, *28*, 605-617.
- Woodward, T. S., Moritz, S., Cuttler, C. C., & Whitman, J. (2004). A generalized cognitive deficit in integrating disconfirmatory evidence underlies delusion maintenance in schizophrenia. *Schizophrenia Research*, *67*, 79.
- Wykes, T., Steel, C., Everitt, B., & Tarrier, N. (2008). Cognitive behavior therapy for schizophrenia: effect sizes, clinical models, and methodological rigor. *Schizophrenia Bulletin*, *34*, 523-537.

Meta-Analyses

- Eichner, C. & Berna, F. (2016). Acceptance and efficacy of Metacognitive Training (MCT) on positive symptoms and delusions in patients with schizophrenia: a meta-analysis taking into account important moderators. *Schizophrenia Bulletin*, *42*, 952-962.
- Liu, Y. C., Tang, C. C., Hung, T. T., Tsai, P. C., & Lin, M. F. (2018). The efficacy of Metacognitive Training for delusions in patients with schizophrenia: a meta-analysis of randomized controlled trials informs evidence-based practice. *Worldviews on Evidence-Based Nursing*, *15*, 130-139.
- Penney, D., Sauv e, G., Mendelson, D., Thibaudeau,  ., Moritz, S., & Lepage, M. (2022). Immediate and sustained outcomes and moderators associated with metacognitive training for psychosis: a systematic review and meta-analysis. *JAMA Psychiatry*, *79*, 417-429.
- Sauv e, G., Lavigne, K. M., Pochiet, G., Brodeur, M. B., & Lepage, M. (2020). Efficacy of psychological interventions targeting cognitive biases in schizophrenia: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, *78*, 101854.