

환영합니다

훈련 모듈 1:

귀인

비난하기와 공로 가로채기

귀인: 비난하기와 공로 가로채기

귀인이란?

상황, 사건을 보고 원인을 추론하는 것
(예, 비난하기와 공로 가로채기)

귀인: 비난하기와 공로 가로채기

귀인이란?

상황, 사건을 보고 원인을 추론하는 것
(예, 비난하기와 공로 가로채기)

우리는 같은 결과 일지라도 그 원인은 다를 수
있다는 것을 종종 간과한다

귀인: 비난하기와 공로 가로채기

귀인이란?

상황, 사건을 보고 원인을 추론하는 것
(예, 비난하기와 공로 가로채기)

우리는 같은 결과 일지라도 그 원인은 다를 수
있다는 것을 종종 간과한다

다음 상황은 어떤 이유로 인한 결과인가?

좋은 친구가 당신의 생일에 당신을 부르지 않았다

설명

친구가 왜 부르지 않았을까?

이 행위에 대한 원인으로 가능성이 있는 것들

???

설명

친구가 왜 부르지 않았을까?

이 행위에 대한 원인으로 가능성이 있는 것들

- 친구에게 나는 별로 중요한 존재가 아니다. 다른 사람이었다면 그가 잊지 않았을 것이다.
- 친구는 건망증이 있다. 자기 자신의 생일조차 잊곤 한다.
- 친구는 치뤄야 할 중요한 시험이 있고 다른일을 할 시간이 없다.

설명

친구가 왜 부르지 않았을까?

이 행위에 대한 원인으로 가능성이 있는 것들

... 내가 원인

내가 그에게 중요하지 않기
때문

... 다른 사람이 원인

친구는 건망증이 있다.

... 우연 혹은 상황이 원인

친구는 치뤄야 할 중요한 시험이
있고 시간이 없다

탓하기와 공로를 가로채기

앞서 설명하였듯이 사건과 상황은 그 원인이 여러 가지이다. 더구나 대부분의 사건은 그 원인이 복잡하게 얽혀 있다.

그럼에도 불구하고 많은 사람들은 그 원인을 한쪽에서만 찾는 경향이 있다.

(어떤 사건에 대해 남 탓이나 상황탓만 한다든지 아니면 반대로 내 탓만 한다든지)

“당신은 거의 증상이 사라진 상태에서 병원을
퇴원한다.”

응급실

이유...

...나자신

...타인

...상황이나 우연

“당신은 거의 증상이 사라진 상태에서 병원을 퇴원한다.”

응급실

설명...

... 자신:

(가능한 것들)

- 회복과정은 성공적이었는데 내가 상당히 의욕적이었기 때문이다.
- 나는 어떤 치료의 선택을 제안했는데 그것은 치유를 성공적으로 만든 주된 역할을 하였다.
- *(가능성이 적은 것들)*
- 나의 의견으로는, 나는 치료와 약물 없이 회복되었을 것이다.
- 회복은 나의 뛰어난 유전자 때문이다.

... 타인:

- 병원의 의료진은 매우 능력있다.
- 내 가족의 지원이 없었다면, 그러한 성공은 있을수 없었을 것이다.

... 상황이나 기회:

- 병원 치료진이 보통때처럼 바쁘지 않았기 때문에 운이 좋았다.
- 회복은 약물 치료에 의한 것이다.

“당신은 거의 증상이 사라진 상태에서 병원을
퇴원한다.”

응급실

설명...

... 자신:

(가능한 것들)

- 회복과정은 성공적이었는데 내가 상당히 의욕적이었기 때문이다.
- 나는 어떤 치료의 선택을 제안했는데 그것은 치유를 성공적으로 만든 주된 역할을 하였다.
- (가능성이 적은 것들)
- 나의 의견으로는, 나는 치료와 약물 없이 회복되었을 것이다.
- 회복은 나의 뛰어난 유전자 때문이다.

... 타인:

- 병원의 의료진은 매우 능력있다.
- 내 가족의 지원이 없었다면, 그러한 성공은 있을수 없었을 것이다.

... 상황이나 기회:

- 병원 치료진이 보통때처럼 바쁘지 않았기 때문에 운이 좋았다.
- 회복은 약물 치료에 의한 것이다.

주의: 단편적인 설명!

“당신은 거의 증상이 사라진 상태에서 병원을
퇴원한다.”

응급실

그러면, 더 균형 잡힌, 즉 다른 사람, 상황, 그리고
자신을 복합적으로 고려한 원인을 찾아 보시오.

???

???

???

“당신은 거의 증상이 사라진 상태에서 병원을
퇴원한다.”

응급실

그러면, 더 균형 잡힌, 즉 다른 사람, 상황, 그리고
자신을 복합적으로 고려한 원인을 찾아 보시오.

- “내 가족과 의사, 약물치료의 지원이 치료과정에 기여했다. 마지막으로 매우 중요한 것은, 내가 매우 의욕적이었고 능동적으로 치료과정에 참여했기 때문에 성공의 일부분은 나자신에 의한 것일 수 있다.”
- “나는 치료자가 잘 이끄는 특수한 집단 치료에 참여하는 것을 요청했기 때문에, 나는 변화에 대한 동기부여가 되었다.”



부정적 사건에 있어서 특별한 귀인경향의 효과



<p>자기 귀인 (예. “나는 더 공부를 했어야 했어!”)</p>	<p>불이익: ??? 이익: ???</p>
<p>타인/상황적 귀인 (e.g. “선생님은 멍청이야. 그리고 나를 미워해.”)</p>	<p>불이익: ??? 이익: ???</p>



부정적 사건에 있어서 특별한 귀인경향의 효과



<p>자기 귀인 (예. “나는 더 공부를 했어야 했어!”)</p>	<p>불이익: 자신감이 감소 이익: 책임질 줄 아는 존경스럽고 용감한 사람으로 여겨짐</p>
<p>타인/상황적 귀인 (e.g. “선생님은 멍청이야. 그리고 나를 미워해.”)</p>	<p>불이익: ??? 이익: ???</p>



부정적 사건에 있어서 특별한 귀인경향의 효과



자기 귀인

(예. “나는 더 공부를 했어야 했어!”)

불이익: 자신감이 감소

이익: 책임질 줄 아는 존경스럽고 용감한 사람으로 여겨짐

타인/상황적 귀인

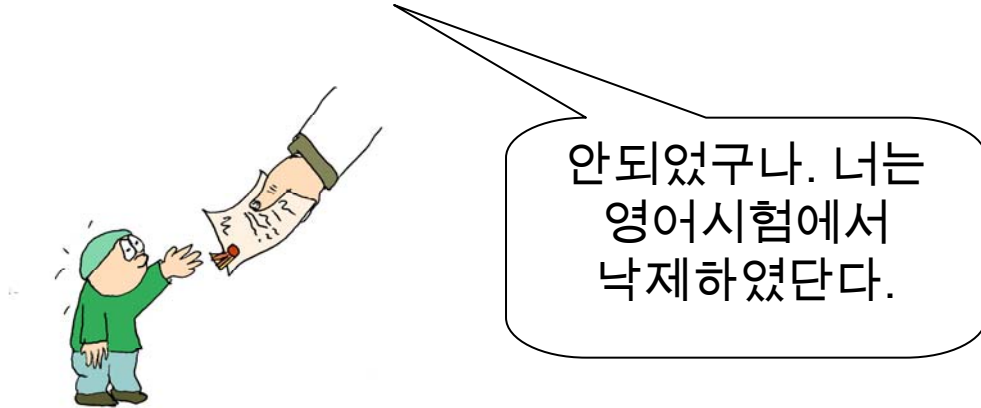
(e.g. “선생님은 멍청이야. 그리고 나를 미워해.”)

불이익: 자신에게 편할지는 모르나 책임회피는 비겁한 것으로 여겨진다.

이익: 자신감이 유지된다.



부정적 사건에 있어서 특별한 귀인경향의 효과



보다 균형적인 반응들(즉, 자신, 타인/상황의 영향을 접목한다;
또 다른 설명을 제의):

???

???

???



부정적 사건에 있어서 특별한 귀인경향의 효과



보다 균형적인 반응들(즉, 자신, 타인/상황의 영향을 접목한다;
또 다른 설명을 제의):

“나는 그런류의 시험에 익숙하지 않아; 다음번에는 시험에 더 잘 대비할 수 있을거야.”

“나는 선생님과 관계 개선시켜야 해. 선생님이 나를 순전히 미워해서 낙제시키지는 않을거야.”



부정적 사건에 있어서 특별한 귀인경향의 효과



자기 귀인

(예. “이건 훌륭한 나의 작품이었어.”)

불이익: ???

이익: ???

타인/상황적 귀인

(e.g. “누구라도 거기에서 득점할 수 있었어.”)

불이익: ???

이익: ???



부정적 사건에 있어서 특별한 귀인경향의 효과



자기 귀인

(예. “이건 훌륭한 나의 작품이었어.”)

불이익: 자기를 칭찬하는 것은 거만해 보일 수 있다.

이익: 자신감이 늘어난다

타인/상황적 귀인

(e.g. “누구라도 거기에서 득점할 수 있었어.”)

불이익: ???

이익: ???



부정적 사건에 있어서 특별한 귀인경향의 효과



자기 귀인

(예. “이건 훌륭한 나의 작품이었어.”)

불이익: 자기를 칭찬하는 것은 거만해 보일 수 있다.

이익: 자신감이 늘어난다

타인/상황적 귀인

(e.g. “누구라도 거기에서 득점할 수 있었어.”)

불이익: 자신감이 강화되지 않는다.

이익: 겸손하고, 진실로 다른 사람을 위한다고 여겨짐.



부정적 사건에 있어서 특별한 귀인경향의 효과



보다 균형적인 반응들(즉 자신, 타인/상황의 영향을 조화시켜, 또 다른 설명을 제시한다):

???

???

???



부정적 사건에 있어서 특별한 귀인경향의 효과



보다 균형적인 반응들(즉 자신, 타인/상황의 영향을 조화시켜, 또 다른 설명을 제시한다):

“내가 매우 자랑스러워요, 그러나 다른 사람들의 기여도 대단했습니다.”

“내 할일 이었어요, 하지만 실제로, 그 지점에서 득점하기는 어려웠습니다.”

“감사합니다. 그 순간에 일이 잘 되었어요.”

우리는 왜 이것을 하는 걸까?

예를 들어, 우울증이 있는 사람들은
[그러나 모두는 아니지요!]:

- 자기 자신으로부터 원인을 찾는 경향이 있다.
- 성공에 대한 이유를 다른 사람들과 환경에 그 공적을 돌리는 경향이 있다

이것은 자존감을 낮추는 결과를 가져올 수 있다!

우리는 왜 이것을 하는 걸까?

연구들은 망상을 가진 많은 사람들을 보여줍니다.

[그러나 모두는 아니지요!]:

- ▶ 부정적인 사건이나 실패에 대해 남탓을 하는 경향
- ▶ 모든 일이 자신의 통제를 벗어났다고 생각하는 경향

특히 첫번째 귀인 유형은 대인관계 문제를 일으킬 수 있습니다!

정신증이 있는 동안에 치우친 귀인이 어떻게 오해를 불러일으키는가에 대한 예시

사건	해석	다른 설명
친구가 당신을 반기지 않는다.	당신 친구는 당신을 더 이상 알고 지내고 싶지 않다. 당신을 부끄러워 한다.	당신 친구는 걱정이 있다; 당신을 알아채지 못하였다.
당신은 시험에 낙제하였다.	검사관은 당신의 경력을 망치고 싶어 한다.	아마도 검사관은 엄격하였던 것 같다. 그러나 충분하지 못한 시험준비와 수면부족이 낙제의 원인일 수 있다.
중요한 서류를 잃어 버렸다.	누군가 당신의 집을 부수고 들어왔으며 당신에게 해를 주려고 서류를 훔쳐간 것이다.	서류는 실수로 잘못된 곳에 놓여 있었던 것이다.

귀인 유형

오늘 회기의 목표 알기

- 상황의 원인들 고려해 보기
- 하나의 원인으로 성급히 결정해 버리는 것 피함
- 특정한 원인들에 대한 가능한 결과들에 대해 토론해 본다

: 일상생활에서 일어날수 있는 현실적인 상황 고려
실패 시 남 탓만 해서도 안 되고, 마찬가지로 잘못 되었을 때
자신 탓만 해서도 안 된다.

친구가 당신 뒤에서 이야기 한다.

친구가 당신 등 뒤에서 말하도록 만든 원인이 무엇인가?

이 사건의 주된 이유가 무엇입니까?

당신 자신?

다른 사람?

환경 혹은 우연?



당신은 구직 인터뷰에 초대되었다.

당신은 왜 이 인터뷰에 초대되었을까요?

이 사건의 주된 이유가 무엇입니까?

당신 자신?

다른 사람?

환경 혹은 우연?



친구가 당신의 지속적인 방문에 달갑지 않게 놀란다.

당신 친구가 달갑지 않아하면서 놀라게 만든 원인이 무엇인가요?

이 사건의 주된 이유가 무엇입니까?

당신 자신?

다른 사람?

환경 혹은 우연?



당신이 말하는 동안 다른 사람들이 웃는다.

당신이 말하는 동안 다른 사람들을 웃게 만든 원인 무엇일까요?

이 사건의 주된 이유가 무엇입니까?

당신 자신?

다른 사람?

환경 혹은 우연?



“내부의 목소리가 당신은 좋은 사람이 아니라고 말한다.”



이유...

...당신자신

...다른 사람

...상황/환경

“내부의 목소리가 당신은 좋은 사람이 아니라고 말한다.”



이유들...

... 당신 자신

- “불행히도, 나는 끊임없이 나 자신을 자책한다. 이는 숨겨진 자기혐오 때문으로 보인다”
- “나는 미치고 있다”
- “다른 사람의 생각 같다. 하지만 나 자신의 생각 인지도 모르겠다”

... 타인

- “내 뇌에 무슨 장치가 설치되었다”
- “어떻게 그럴 수 있는지는 모르겠지만 누가 내 생각을 조종하고 있다”

... 상황/우연

- “나는 요즘 스트레스가 많다. 그래서 내 생각을 포함해 모든 게 더 격하게 느껴지는 것 같다”
- “특 음악 소리 때문에 귀가 울린다”

“내부의 목소리가 당신은 좋은 사람이 아니라고 말한다.”



정신병: 내부의 소리는 다른 사람/영향력 때문이다.

- “내 머리에 무슨 장치가 심어졌다”
- “어찌된 일인지는 모르나 누군가 내 생각을 지배한다”

환청

자신의 생각인가 타인에 의한 조종인가? 동의 및 반대



외부로부터의 조정	왼쪽에 기술된 가정에 대한 또 다른 설명이 있는가?
“소리는 분명히 들리나 자신의 생각은 없다”	???
“이 생각들은 내가 주체할 수 없다. 내가 이를 이기려면 더 악화된다. 이는 누가 나를 끌어내리려는 것을 보여준다”	???
“나는 그런 사악한 생각을 갖지 않으려 한다. 나는 남을 해할 수도 없다. 그래도 나는 공격적인 생각은 계속 든다”	???

환청

자신의 생각인가 타인에 의한 조종인가? 동의 및 반대



외부로부터의 조정	왼쪽에 기술된 가정에 대한 또 다른 설명이 있는가?
“소리는 분명히 들리나 자신의 생각은 없다”	<ul style="list-style-type: none">• 대략 15-20%의 정상인들도 때때로 이런 환청을 듣는다.• 꼼꼼히 생각해보면 그런 생각이 거의 들린다. (따라하기 쉬운 음절, 꼼꼼한 생각, 친구의 이메일을 읽다가 그/그녀의 목소리를 들음)
“이 생각들은 내가 주체할 수 없다. 내가 이를 이기려면 더 악화된다. 이는 누가 나를 끌어내리려는 것을 보여준다”	???
“나는 그런 사악한 생각을 갖지 않으려 한다. 나는 남을 해할 수도 없다. 그래도 나는 공격적인 생각은 계속 든다”	???

환청

자신의 생각인가 타인에 의한 조종인가? 동의 및 반대



환청

자신의 생각인가 타인에 의한 조종인가? 동의 및 반대



환청

자신의 생각인가 타인에 의한 조종인가? 동의 및 반대



이상한 생각들이 타인에 의해 조종된다는 설명은 답보다는 더 많은 질문을 야기한다 즉,

- 기술적으로 가능한가?
- 언제 어디서 그 설치가 이뤄졌나?
- 누가 당신을 해하려 하는가? 누가 그럴 시간과 비용을 부담하나?
- 누굴 해하려면 이보다 쉬운 방법도 있을 텐데,
왜 이런 복잡한 (아마도 불가능한) 방법이 택해졌나?

친구가 당신을 집에 태워다 준다.

당신 친구가 당신을 집에 차로 바래다 주게 만든 원인이 무엇입니까?

이 사건의 주된 이유가 무엇입니까?

당신 자신?

다른 사람?

환경 혹은 우연?



친구가 당신과 만날 장소에 나타나지 않았다.

친구가 나타나지 않도록 만든 원인이 무엇일까요?

이 사건의 주된 이유가 무엇입니까?

당신 자신?

다른 사람?

환경 혹은 우연?



친구가 당신에게 엽서를 보내지 않았다.

친구가 당신에게 엽서를 보내지 않도록 만든 원인이
무엇일까요.

이 사건의 주된 이유가 무엇입니까?

당신 자신?

다른 사람?

환경 혹은 우연?



차는 당신 뒤에서 한시간 반동안 맴돌고 있다.

당신뒤에서 차가 맴돌도록 만든 원인은 무엇입니까?

이 사건의 주된 이유가 무엇입니까?

당신 자신?

다른 사람?

환경 혹은 우연?



당신이 막 타려고 했던 버스가 당신 앞을
곧바로 지나가 버렸다.

왜 버스가 당신을 태우지 않았을까요?

이 사건의 주된 이유가 무엇입니까?

당신 자신?

다른 사람?

환경 혹은 우연?



이웃은 술한잔 하기 위해 당신을 찾아왔다.

이웃이 술한잔 하기 위해 당신을 찾아오게 만든 원인이 무엇일까요?

이 사건의 주된 이유가 무엇입니까?

당신 자신?

다른 사람?

환경 혹은 우연?



꽤 오랫동안, 한 남자가 당신의 집 앞에서 신문을 읽고 있다.

남자가 당신 집앞에서 신문을 읽도록 만든 원인이 무엇일까요?

이 사건의 주된 이유가 무엇입니까?

당신 자신?

다른 사람?

환경 혹은 우연?



친구는 당신이 불공평하다고 생각한다.

친구가 당신을 불공평하다고 생각하도록 만든 원인이 무엇일까요?

이 사건의 주된 이유가 무엇입니까?

당신 자신?

다른 사람?

환경 혹은 우연?



친구는 당신이 영리하다고 생각한다.

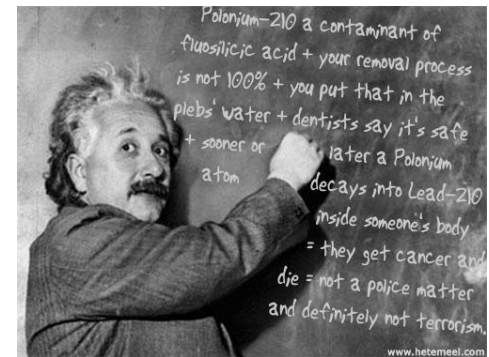
친구가 이런 판단을 하도록 만든 원인이 무엇일까요?

이 사건의 주된 이유가 무엇입니까?

당신 자신?

다른 사람?

환경 혹은 우연?



모듈 귀인- 탓하기와 공로 가로채기 (1)

일상 생활에로의 전환 (적용)

학습목표

- ▶ 어떤 사건/상황의 결과에 영향을 줄 수 있는 다양한 원인이 (즉, 자신, 남, 환경)이 있을 수 있다는 것을 항상 고려하라.

모듈 귀인- 탓하기와 공로 가로채기 (1)

일상 생활에로의 전환 (적용)

학습목표

- 어떤 사건/상황의 결과에 영향을 줄 수 있는 다양한 원인이 (즉, 자신, 남, 환경)이 있을 수 있다는 것을 항상 고려하라.
- 우리는 일상생활에서 항상 최대한 현실적으로 행동해야 한다: 항상 남의 탓만 하는 것은 정당화 되지 않으며 마찬가지로 일이 잘못되는 것은 항상 우리 잘못만은 아니다.

모듈 귀인- 탓하기와 공로 가로채기 (1)

일상 생활에로의 전환 (적용)

학습목표

- ▶ 어떤 사건/상황의 결과에 영향을 줄 수 있는 다양한 원인이 (즉, 자신, 남, 환경)이 있을 수 있다는 것을 항상 고려하라.
- ▶ 우리는 일상생활에서 항상 최대한 현실적으로 행동해야 한다: 항상 남의 탓만 하는 것은 정당화 되지 않으며 마찬가지로 일이 잘못되는 것은 항상 우리 잘못만은 아니다.
- ▶ 하나의 사건은 대부분 여러 요인에 의해 일어난다.

모듈 귀인- 탓하기와 공로 가로채기 (1)

이것이 정신증과 무슨관계가 있는가?

많은 정신질환이 있는 사람들은 복잡한 사건을 하나의 원인으로만 설명하려고 한다. 때때로 한사람이 실패했을 경우 여러 사람이 질책 당하기도 한다.

사례 1: 에드워드는 전화를 받았다. 전화기의 자동화된 목소리가 그에게 소비습관에 대해 질문한다.

자신의 믿음: 그를 아파트에서 쫓아내려고 하는 하숙집 주인의 스파이이다.

대안적인 설명!: 전화는 시장 조사회사로부터 온 것이며, 무작위로 우연히 그가 받게 된 것이다. 에드워드는 항상 제때에 하숙비를 지불했기 때문에 그러한 의심을 할 이유가 없다.

이것이 정신증과 무슨관계가 있는가?

때로는, 다른 사람에게 부분적으로 책임이 있다. 그러나 다른 여러 이유도 인정 되어야 한다.

사례 II: 안나는 정신병이 재발했다

자신의 믿음: 재발은 그녀가 이혼하게 되었을 때의 끔찍한 기억때문에 발생되었다. 그들은 결혼생활 동안 많이 싸웠다.

추가적인 요인!: 이것은 한가지 이유일 수 있다. 그러나 추가적인 요인이 있다: 안나는 약을 끊었고, 직장에서 심한 말다툼을 했고 이 일은 직장을 잃게 만들었다.

집중해주셔서 감사합니다!

Pictures used in this module are reproduced with indirect (creative commons license) or direct permission of the artists listed below, for which we would like to express our gratitude! A full list can be obtained via www.uke.de/mkt. If we have involuntarily breached copyright, please accept our apologies. In this case, we kindly ask creators for their permission to use their work under the "fair use" policy.

Die in diesem Modul verwendeten Bilder wurden mit der indirekten (creative commons Lizenz) oder direkten Zustimmung der untenstehenden Künstler reproduziert, wofür wir uns herzlich bedanken möchten! Eine vollständige Liste ist hinterlegt auf www.uke.de/mkt. Sollten wir unbeabsichtigt gegen das Urheberrecht verstoßen haben, so bitten wir dies vielmals zu entschuldigen und bitten nachträglich um die Verwendungserlaubnis.

Name Photographer/Artist Name Fotograf/Künstler/	Source/ Quelle	Picture Name/ Name des Bildes	CC = used with corresponding creative commons license; PP = used with personal permission of artist CC = genutzt unter creative commons Lizenz, PP = verwendet mit persönlicher Zustimmung des Künstlers	Description/Kurzbeschreibung
Benny-Kristin Fischer	- - -	- - -	Produced for the MCT/Anfertigung für das MKT; © Arbeitsgruppe Neuropsychologie	Various motives: pupil, ice hockey player/ Verschiedene Motive: Schüler, Eishockeyspieler
Bdunnette	flickr	DSCF0486	CC	A friend is talking behind your back (whispering)/Freundin hat hinter Ihrem Rücken geredet (flüstern)
rileyroxx	flickr	Job Interview #2	CC	You are invited for a job interview (man dressed in grey shirt + tie)/Vorstellungsgespräch (Mann in schwarzem Hemd u. Krawatte)
bre pettis	flickr	This is what the webcam sees through a peephole	CC	A friend is unpleasantly surprised by your spontaneous visit (man in a spyhole)/Eine Freundin ist von ihrem Besuch unangenehm überrascht (Mann im Spion)
yanec	flickr	laughter workshop	CC	Other people laugh while you are talking (celebration)/Andere fangen an zu lachen, während Sie reden (Feier)
Heidi Wittwer	fotocommunity	schreiende Hand	PP	Screaming hand/Schreiende Hand
zen	flickr	zen driving home - day 14	CC	A friend gives you a lift home (man in the car)/ Ein Freund hat sie nach Hause gefahren (Mann im Auto)
Jswieringa	Flickr	Quarter Past three	CC	A friend did not show up for a meeting with you (clock)/Ein Freund versetzt sie (Wanduhr)
Rocketjim54	Flickr	mail box	CC	Postcard (mailbox)/Postkarte (Briefkasten)

Pictures used in this module are reproduced with indirect (creative commons license) or direct permission of the artists listed below, for which we would like to express our gratitude! A full list can be obtained via www.uke.de/mkt. If we have involuntarily breached copyright, please accept our apologies. In this case, we kindly ask creators for their permission to use their work under the "fair use" policy.

Die in diesem Modul verwendeten Bilder wurden mit der indirekten (creative commons Lizenz) oder direkten Zustimmung der untenstehenden Künstler reproduziert, wofür wir uns herzlich bedanken möchten! Eine vollständige Liste ist hinterlegt auf www.uke.de/mkt. Sollten wir unbeabsichtigt gegen das Urheberrecht verstoßen haben, so bitten wir dies vielmals zu entschuldigen und bitten nachträglich um die Verwendungserlaubnis.

Name Photographer/Artist Name Fotograf/Künstler/	Source/ Quelle	Picture Name/ Name des Bildes	CC = used with corresponding creative commons license; PP = used with personal permission of artist CC = genutzt unter creative commons Lizenz, PP = verwendet mit persönlicher Zustimmung des Künstlers	Description/Kurzbeschreibung
trekguy	flickr	rear view side mirror	CC	A car has been driving behind you for some time (rearview mirror of the car)/Ein Wagen fährt längere Zeit hinter ihnen her (Rückspiegel e. Autos)
The Jamoker	flickr	Missed The Bus	CC	Bus passing by/Der Bus fährt weg
*MarS	flickr	wine II	CC	A neighbour invited you for a drink (Glass of white wine)/Nachbar hat sie auf ein Gläschen eingeladen (Glas m. Weiswein)
heater	flickr	Commute (reading gang signs)	CC	Reading the newspaper/Zeitungsleser
Katrin Ze.	fotocommunity	enttäuscht	CC	A friend thinks you are unfair/Ein Freund findet sie unfair (in der Ecke kauende Frau)
judge mental	flickr	The Fluoride uncertainty Theory	CC	A friend thinks you are smart (Albert Einstein)/ Ein Freund findet sie klug (Einstein)

Mit freundlicher Unterstützung der Janssen-Cilag GmbH*
With kind support of Janssen-Cilag



* 4000 € für die Verbesserung und Verbreitung des Trainings
4000 € for the improvement and distribution of the training