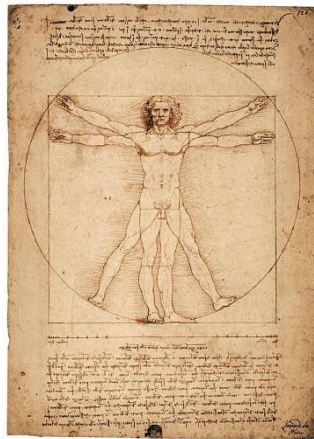


# AREA SCIENTIFICA



# ANALISI TRANSAZIONALE

## AT 101: approfondimenti e integrazioni.

Maria Veri

Le posizioni esistenziali, Il Triangolo Drammatico, La strutturazione del tempo. Attraverso la conoscenza e l'analisi dei concetti di AT sopracitati, il corso si propone di evidenziare bisogni e modalità comportamentali tipiche delle persone che interagiscono con altri e "dialogano" con se stesse. La consapevolezza di agire uno o più comportamenti descritti, può aiutare ciascun partecipante a scegliere di correggere pensieri e comportamenti non utili alla propria vita e al perseguimento del proprio benessere psicosociale.

# ANTROPOLOGIA PSICOLOGICA

## Questioni di vita e di morte

Giuseppe Fojeni

Mai come in questi ultimi anni l'uomo contemporaneo è stato chiamato ad interrogarsi sul senso della sua vita. La morte è stata quasi dimenticata per ritornare prepotentemente ad interrogarci con l'avvento della pandemia e della guerra. Con l'aiuto di grandi maestri della psicologia e della psicoanalisi cercheremo di riflettere su queste tematiche.

# ANTROPOLOGIA

## "L'aggressività. Il cosiddetto male."

Laura Zecchillo

Diamo al nostro corso 2022/23 il titolo di un'opera di Konrad Lorenz che oggi, a più di cinquant'anni dalla sua pubblicazione, ci appare assolutamente attuale e la cui lettura, ne siamo certi, può esserci molto utile, ora.

Perché?

Perché gli eventi che l'Europa sta vivendo e che rendono tutti noi protagonisti attoniti e smarriti, ci interrogano e ci chiamano a tentare una possibile comprensione, a rinvenire un inquadramento, una sufficientemente esaustiva spiegazione dei nostri tempi, di ciò che sta avvenendo e della nostra "natura malvagia". Ci urge una presa di coscienza.

Obiettivo del corso sarà domandarci se davvero sia ascrivibile all'Uomo la pulsione aggressiva; se non si tratti di un mero e personalissimo sentire; oppure di un punto di vista ideologico, di un singolo o di alcuni individui; se non si tratti dell'erronea attribuzione, semplicistica, a tutta la specie umana, di una lettura, impropria, degli abituali comportamenti umani. Cercheremo di capire che cosa ci sia possibile fare per volgere e gestire la nostra energia psico-fisica verso logiche e scopi accettabili e sufficientemente positivi. Cercheremo di proporre un'indagine per punti essenziali degli aspetti storico-antropologici e psicologici dell'aggressività, facendo riferimento al pensiero ed alle opere di scrittori e pensatori, per i quali l'indagine sul "male" è stata primaria e fondamentale.

## CONOSCERE LA FITOTERAPIA

Bruno Caspani

### **Una voce per tre**

Si prosegue col percorso iniziato lo scorso anno di "*una voce per tre*": Natura, Uomo e Universo, per conoscere e cercare di vivere al meglio la NATURA che ci circonda.

Le uscite sul territorio saranno organizzate nel periodo giusto per il tempo, la conoscenza e la raccolta (che non sarà fatta sulle essenze protette).

## CORSO di RIMEDI NATURALI

**dalla Natura i segreti dell'autoguarigione**

Bruna Ottolina

Quest'anno il corso verterà su "ALLERGIE E INTOLLERANZE":

- Definizione e distinzione tra allergie, intolleranze e celiachia.
- Sintomatologia e cause d'insorgenza.

- Complessità del Sistema Immunitario: la SALUTE STA NELLA NOSTRA PANCIA e nella SUA FLORA INTESTINALE.
- Importanza di una sana alimentazione (come prevenire e curare allergie e intolleranze alimentari).
- Rimedi naturali, fermenti e enzimi digestivi, idrocolonterapia, floriterapia. Gli elementi della natura, come la storia della Medicina Naturale insegna, dovrebbero essere considerati utili a favorire il ripristino dell'equilibrio psico-fisico.

## PSICOLOGIA DELLA SALUTE: GINNASTICA PER LA MENTE

Galbiati Elisabetta

L'avanzare dell'età porta ad un fisiologico invecchiamento cerebrale che si rispecchia sulle funzioni cognitive; in tale processo diminuiscono la memoria di lavoro, la MBT (memoria a breve termine) e la MLT (memoria a lungo termine), la capacità visuo spaziale e quella di riconoscimento delle figure, la capacità di pianificazione, la semantica. Già da anni le ricerche scientifiche hanno dimostrato che le strutture cerebrali deputate ad esprimere le funzioni mentali possono essere potenziate, anche in età avanzata, purché sollecitate con stimoli adeguati. Questo è possibile proprio perché il nostro sistema nervoso è plastico e modellabile e come un muscolo può essere potenziato se viene allenato. Il corso prevede incontri interattivi di allenamento mentale con esercizi specifici volti a stimolare e a potenziare le funzioni mentali quali: attenzione, concentrazione, memoria, logica, ragionamento, pianificazione, ecc; ginnastica funzionale per la prevenzione del declino intellettuale globale.

## IL FUTURO DELLA SCIENZA

Norma Trezzi

In questi ultimi anni segnati dalla pandemia siamo stati investiti da continui allarmismi e paure generati spesso dalla circolazione di una quantità eccessiva di informazioni, talvolta non vagliate con accuratezza e che hanno reso difficile orientarsi su un tema così importante per la nostra salute.

Le circostanze eccezionali nelle quali ci siamo venuti a trovare ci offrono una straordinaria opportunità di approfondire i concetti base della Biologia per colmare il divario cognitivo che separa gli specialisti della cultura scientifica dalle conoscenze del cittadino medio e poter così effettuare scelte consapevoli sulla base di una più solida conoscenza e cultura scientifica.

**TRA SCIENZA E TECNICA:** brevi incontri di approfondimento medico-scientifici sull'attualità e la cura di sé. - Camilla Folci

Per il terzo anno consecutivo proponiamo un corso che ha come obiettivo l'informazione scientifica in ambito medico, nutrizionale e dall'anno scorso anche con una visione tecnico-infermieristica. Gli incontri avranno cadenza mensile e copriranno l'anno accademico. I relatori saranno diversi tra loro ed approfondiranno argomenti che spaziano dall'attualità con i vaccini di nuova generazione passando attraverso la prevenzione a tavola, approdando alle diverse modalità di conservazione dei cibi per evitare intossicazioni, fino alla prevenzione degli incidenti domestici ed alla cura delle piccole ferite. La cura di se resta sempre il centro di questo corso per cui abbiamo pensato di aggiungere due lezioni tecniche: una di cosmesi ed una di preparazione alimentare che possano aiutare gli utenti ad orientarsi tra le tante proposte che il mercato propone così da poter scegliere in base alle proprie esigenze senza farsi influenzare dai tanti richiami dell'industria pubblicitaria.