

PSICOLOGIA

G. Berretta

(giovedì, ore 18.00 – 19.30)

“MENTAL WORK IN PROGRESS” - La costruzione della realtà.

(Corso modulare)

Dal punto di vista individuale, la realtà che percepiamo corrisponde fedelmente all'esperienza che abbiamo del mondo, degli altri e di noi stessi. La moderna psicologia ha ridimensionato il mito della *'realtà oggettiva'*, dimostrando che la cosiddetta *'realtà'* è il frutto di complessi meccanismi neurofisiologici coordinati da quella straordinaria centrale di comando rappresentata dall'encefalo, contenuto nella scatola cranica. La realtà è dunque una *costruzione* soggettiva in continuo divenire, funzionale alla sopravvivenza dell'individuo e della specie. Il corso - aperto a quanti hanno interesse a conoscere i processi-base di *costruzione della realtà* - intende introdurre ai fondamenti della psicologia scientifica e all'organizzazione degli apprendimenti.



1° Modulo

“SOGNARE ... FORSE” - Psicobiologia del sonno e del sogno

Il **sonno** occupa un terzo della nostra vita e custodisce nelle sue profondità il mistero affascinante del **sogno**. La scienza ritiene oggi il sonno e il sogno particolari *“livelli di coscienza”*, del tutto simili allo stato di veglia. L'*approccio psicobiologico* al tema ne consentirà una visione ad ampio raggio: l'esperienza del dormire e del sognare, analizzata nelle sue componenti neurofisiologiche e psichiche nel quadro delle elaborazioni prodotte nel tempo dai diversi contesti culturali, non mancherà di rivelarsi una nuova sorprendente fonte di conoscenza di se stessi e dei propri rapporti con le cose e con gli altri. Il filosofo cinese Zhuāng-Tzǐ, nel III sec. A.C., scriveva: *“Una volta, di notte, sognai di essere una farfalla. Poi mi svegliai, ed ero Zhuāng-Tzǐ. Ma allora chi sono io, in realtà? Una farfalla che sogna di essere un uomo, oppure un uomo che immagina di essere una farfalla?”* - **Sognare? ... Forse.**