



Reg. Trib. Roma n. 522 del 18 sett 2002

N. 16 del 22/09/2004



Home | Contattaci | Chi siamo | Mailing-list | Archivio

- Storia di copertina
- Il ricercatore
- In libreria
- Il tema del mese
- Avventure scientifiche
- Formazione
- Appuntamenti

- Con la cinematerapia si diventa meno pessimisti e più socievoli
- In aumento l'energia ricavata dal vento
- Una batteria a spinaci
- Asiatici da generazioni
- Deserti non deserti
- I cerchi dei delfini
- Il magazzino della memoria
- Topi di salvataggio
- Il cervello vede ciò che vuole
- Radicali liberi? Per contrastarli c'è il tulipano africano?
- Terrorismo: fa male anche al cuore
- Il rumore che viene dall'acqua
- Il colpo di fulmine? Scatta dopo i primi minuti
- 2156, l'anno del sorpasso femminile
- Popcorn con il trucco

Pillole di Scienza

a cura di Rosanna Dassisti

05/10/2004

Con la cinematerapia si diventa meno pessimisti e più socievoli

Se la porzione aumenta l'appetito si adegua

La stele di Rosetta: gli arabi sono arrivati prima dei francesi

04/10/2004

Il colpo di fulmine? Scatta dopo i primi minuti

2156, l'anno del sorpasso femminile

Popcorn con il trucco

L'Archivio

Gli articoli di questa rubrica

Con la cinematerapia si diventa meno pessimisti e più socievoli

Secondo uno studio pubblicato dall'Istituto Solaris di Roma, la cinematerapia funziona e diminuisce i sentimenti negativi, aumentando quelli positivi. La ricerca è stata coordinata da Giampiero Ciappina, psicologo e psicoterapeuta dell'Istituto Solaris e aveva l'obiettivo di fornire informazioni misurabili sulle variazioni dello stato umorale e psicologico delle persone che si sottopongono a trattamenti di cinematerapia.

Ai partecipanti è stato chiesto di riempire un questionario anonimo 2 volte: la prima volta all'inizio delle sessioni di cinematerapia e successivamente al termine delle stesse. Lo scopo era quello di misurare la variazione percentuale di punteggio provocata dalle sessioni stesse. In altre parole, l'obiettivo era quello di confrontare le 2 'fotografie' scattate prima e dopo le sessioni, al fine di valutare le trasformazioni psicologiche operate grazie alla cinematerapia.

I questionari si basavano su cinque macroaree e cioè conoscenza profonda delle proprie emozioni, percezione di sentimenti negativi, percezione di sentimenti positivi, capacità di entrare in contatto con l'altro, elucubrazione mentale.

I risultati dimostrano che c'è un incremento del +5% nella macroarea 'conoscenza profonda delle proprie emozioni'. C'è inoltre un decremento del -24% nella macroarea 'percezione di sentimenti negativi' e un incremento del +8% nella macroarea 'percezione di sentimenti positivi'.

Infine, c'è un incremento del +9% nella macroarea 'Capacità di entrare in contatto con l'altro' e un decremento del -17% nella macroarea 'elucubrazione mentale'.

"Malgrado si tratti ancora di risultati parziali su un campione ridotto - spiega Ciappina - lo studio è stato in grado di dimostrare che la cinematerapia riduce drasticamente il pessimismo e le fantasie spiacevoli ma anche la cosiddetta 'ruminazione' mentale, contro un aumento delle capacità di socializzazione, un miglioramento positivo della qualità dei pensieri e un aumento nell'auto-conoscenza profonda".

Data: 05/10/2004

Fonte: Lanci - Istituto Solaris

Home | Contattaci | Chi siamo | Mailing-list

Storia di copertina | Il ricercatore | Formazione | In libreria | Appuntamenti | Il tema del mese | Avventure scientifiche