

Intervento della dott.ssa Di Corato al *Workshop internazionale teorico e pratico*
TRATTAMENTI e RISORSE DEL PAZIENTE - Resilienza, risorse positive e angoscia: il
T.R.U.S.T.® (Tecniche per l'elaborazione del trauma focalizzate alle risorse psichiche e
all'elaborazione simbolica) nei conflitti, crisi e in psicoterapia

Abstract

Nell'intervento dal titolo "**Il senso della vita. La Psicologia Positiva applicata al quotidiano**" viene presentata l'origine della Psicologia Positiva e la sua applicabilità nella vita di tutti i giorni, attraverso l'osservazione delle teorie di alcuni importanti autori che hanno studiato in modo approfondito questo aspetto della psicologia. Viene trattato l'ambito del benessere individuale, delinendo i presupposti per una vita "dotata di senso", attraverso la teoria dell'Esperienza Soggettiva Ottimale di Csikszentmihaly. Vengono analizzate le caratteristiche peculiari del Flusso di Coscienza e le dimensioni coinvolte nell'insorgenza dell'Esperienza Ottimale (Challenge e Skill), giungendo alla conclusione che ognuno di noi è responsabile del proprio benessere e di un processo di selezione psicologica e culturale.

Attraverso l'esame degli artefatti, ci si domanda in che direzione stia andando la società moderna industrializzata e si analizzano alcuni esempi di vita in comunità.

Nel discorso sulle risorse e potenzialità individuali, trova un posto d'onore il metodo Feuerstein e il PAS (Programma di Arricchimento Strumentale).

Parole - chiave: Psicologia Positiva, Esperienza Ottimale, Qualità della Vita, Cultura, Flusso, Empowerment, Artefatto, Potenziale di Apprendimento