

UNITRE Lodi  
15 Giugno 2021

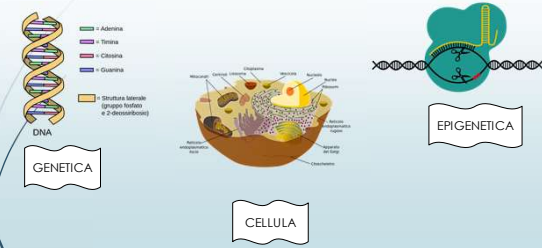


## PERCHE' IL CERVELLO FA QUELLO CHE FA?

### La consapevolezza delle abilità di vita quotidiana

Dott.ssa Nicoletta Porcu  
Psicologa - Neuropsicologa - Brain Trainer Assomensana  
Psicoterapeuta Cognitivo-Costruttivista  
Via Zancada, 57 - Codogno (Lo)  
Cell.: 348.8230767 - E-mail: [n.porcu@assomensana.it](mailto:n.porcu@assomensana.it)

### LIVELLO BASE: comportamento come arco riflesso




GENETICA

CELLULA

EPIGENETICA

### LIVELLO INTERMEDIO: l'organismo si struttura



ORGANI

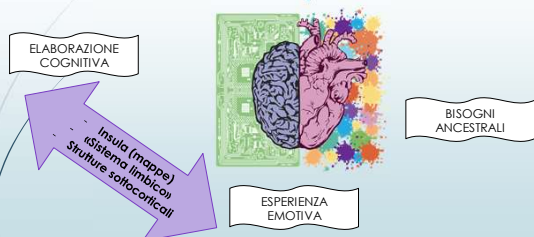
SISTEMI

NETWORK

Studio del CONNETTOMA

INTEGRAZIONE di informazioni

### LIVELLO SUPERIORE: le costruzioni complesse



ELABORAZIONE COGNITIVA

BISOGNI ANCESTRALI

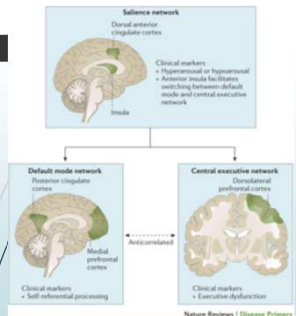
ESPERIENZA EMOTIVA

Insula (mappe) - sistema limbico - strutture sottocorticali

### I BISOGNI ANCESTRALI



Fonte: Real Way of Life - Association for Integrative Sciences - Fabio Sinibaldi e Sara Achilli - 2018 © tutti i diritti riservati - riproduzione vietata - [www.realwayoflife.com](http://www.realwayoflife.com)



Salience network  
Dorsal anterior cingulate cortex  
Insula  
Clinical markers = Hypersensitization to hippocampal  
Anterior insula facilitates switching between default mode and central executive network

Default mode network  
Posterior cingulate cortex  
Medial prefrontal cortex  
Clinical markers = Self-referential processing

Central executive network  
Dorsolateral prefrontal cortex  
Clinical markers = Executive dysfunction

Nature Reviews | Disease Primaries

STRESS IPER- IPO-VIGILANZA ADATTAMENTO

SISTEMA delle PREVISIONI

FONTE: Real Way of Life - Association for Integrative Sciences - Fabio Sinibaldi e Sara Achilli - 2019 © tutti i diritti riservati - riproduzione vietata - [www.realwayoflife.com](http://www.realwayoflife.com)



**LA PROFEZIA  
CHE SI  
AUTOAVVERA**

**EFFETTO PIGMALIONE**  
Giulio Bargellini - *Pygmalion and Galatea*  
(1896)  
Galleria Nazionale Roma



**IL DIALOGO INTERNO**



**Parole  
DEPOTENZIANTI**

**UN ESEMPIO...**



**IL DIALOGO INTERNO**



**AUTOSTIMA**

**FACCIAMO PRATICA**



**MOTIVAZIONE  
VS  
ABITUDINE**


**OBIETTIVI  
VS (?)  
CREATIVITÀ**

**IL «TRUCCO» DELLE 3 SCATOLE**





«Non esiste il difficile...c'è solo il più complesso...»  
(G. A. Iannocari)



Un asteroide viene definito come "...un corpo celeste...che non è stato incorporato nel pianeta..." e che, perciò, viaggia da solo pur trovandosi in un infinito spazio popolato da altri e innumerevoli corpi celesti.  
(da Wikipedia, l'Enciclopedia Libera)




Una galassia, al contrario, è "...un grande insieme di stelle, sistemi, ammassi...legati assieme dalla reciproca forza di gravità..."  
(da Wikipedia, l'Enciclopedia Libera).






IN QUALE DIREZIONE CREDETE VOI CHE VADA L'UMANITÀ?

IN AVANTI NATURALMEN...

AVANTI È DA QUELLA PARTE !

LA NON È "AVANTI" ?

MA È IL MIO "AVANTI" ?

IL "STUO" "AVANTI" NON È IL "MIO" ?

NO!

COMINCIO A CAPIRE PERCHÉ L'UMANITÀ FA TANTAJ FATICA A ANDARE AVANTI.

**GRAZIE A TUTTI!**

La follia sta nel fare sempre la stessa cosa aspettandosi risultati diversi.

