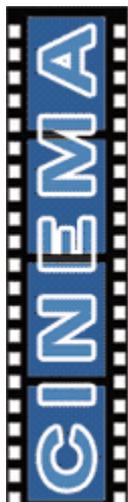




Home > Cinema > Tutti Più Sani E Belli Con La 'cinematerapia'



Tutti più sani e belli con la 'cinematerapia'

Una ricerca dell'Istituto Solaris si è posta l'obiettivo di fornire informazioni misurabili sulle variazioni dello stato umorale e psicologico delle persone che si sottopongono a trattamenti di Cinematerapia. I risultati sono strabilianti...



Roma, 4 Ottobre 2004 - Che la **Cinematerapia** fosse una metodologia efficace lo si sapeva già, ma che addirittura fosse in grado di modificare alcuni stati psicologici è la scoperta di questi giorni. Passi avanti nella ricerca sono stati possibili grazie allo studio - ancora parziale - pubblicato dall'**Istituto Solaris** e coordinato dal **Dott. Giampiero Ciappina**, psicologo e psicoterapeuta. La ricerca è basata sulle categorizzazioni proposte da Salovey e Mayer (Salovey P., Mayer J.D., "Emotional intelligence", pubbl. su 'Imagination, Cognition and Personality', 9, 1990) e si è posta l'obiettivo di fornire informazioni misurabili sulle variazioni dello stato umorale e psicologico delle persone che si sottopongono a trattamenti di Cinematerapia.

Lo studio ha utilizzato **una Rating Scale**, ovvero uno strumento ampiamente noto in ambito psicodiagnostico. La scala è fondata sulle auto-valutazioni e auto-percezioni espresse dalle persone lungo un segmento valorizzato a 5 punti.

Ai partecipanti è stato quindi chiesto di riempire un questionario anonimo composto da 5 macroaree sviluppate lungo 38 item. Il medesimo Questionario è stato somministrato 2 volte: la prima volta all'inizio delle sessioni di **Cinematerapia** e successivamente al termine delle stesse. Lo scopo delle 2 somministrazioni era quello di misurare la variazione percentuale di punteggio su ogni item 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.**

Le macroaree rappresentate nello studio sono:

- Conoscenza profonda delle proprie emozioni
- Percezione di sentimenti negativi
- Percezione di sentimenti positivi
- Capacità di entrare in contatto con l'Altro
- Elucubrazione mentale

In sintesi i risultati dimostrano che:

- vi è un incremento del +5% nella macroarea 'Conoscenza profonda delle proprie emozioni'.
- vi è un decremento del -24% nella macroarea 'Percezione di sentimenti negativi'.
- vi è un incremento del +8% nella macroarea 'Percezione di sentimenti positivi'.
- vi è un incremento del +9% nella macroarea 'Capacità di entrare in contatto con l'Altro'.
- vi è un decremento del -17% nella macroarea 'Elucubrazione mentale'.

"Malgrado si tratti ancora di risultati parziali su un campione ridotto" - **afferma il Dott. Ciappina**, coordinatore della ricerca - "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".

Lo studio si annuncia come uno strumento prezioso nelle mani di psicologi, psichiatri, medici e operatori sanitari, per meglio orientarsi anche nella prognosi e nel trattamento di alcuni disturbi.

I risultati sono stati pubblicati sul sito **www.cinematerapia.it** - alla sezione 'Benefici', e saranno inoltre presentati al Convegno "CINEMATERAPIA: LA VISIONE CHE CURA", ROMA - 18 OTTOBRE 2004 - ore 18:30, presso **ISTITUTO GOETHE** - Via Savoia 15

[segnala l'articolo](#) | [il punto di vista](#) | [stampa l'articolo](#)