

“Essere esseri umani” il welfare che cambierà il mondo. Se ne parla al Melo

Pubblicato: Venerdì 21 Febbraio 2020



Marta Zighetti, psicoterapeuta e autrice del “**Essere esseri umani**”(edizioni dEste), aprirà il festival **Filosofarti venerdì 21 febbraio alle 15 e 30 al Melo di Gallarate**. La proposta di **Marta Zighetti** è perfettamente in linea con il cambiamento in atto nella società e potrebbe cambiare lo stesso concetto di welfare.

Le domande che si è posta l'autrice cioè come siamo fatti, come funziona l'essere umano e perché vale la pena essere buoni ed avere cura degli altri, hanno trovato risposte nella scienza, in particolare le neuroscienze che ci indica la via della bontà e della compassione. Zighetti, psicologa psicoterapeuta familiare, **supervisor EMDR** e formatrice, nel suo libro spiega quanto sia **conveniente essere Uno per l'Altro**.



Nella foto la psicoterapeuta Marta Zighetti

“Essere esseri umani” pone al **centro dell’attenzione il valore del bene comune**, del benessere del singolo, della collettività e dell’impresa, **tutti in collaborazione per la costruzione di una società compassionevole**. un’idea di welfare che mette al centro l’uomo e l’etica, in grado di generare una reale ricaduta in termini di benessere sociale e di qualità della vita. **Cooperare invece che competere è la strada da seguire**. E in questo percorso le **neuroscienze** e la psicologia possono fare da apripista a un nuovo modello sociale. «Le neuroscienze – spiega Marta Zighetti – hanno dimostrato che il nostro cervello dà il massimo, in termini di performance e produttività, in uno stato di calma e di cooperazione reciproca. Al contrario, reagisce malissimo alla competizione, producendo altissimi livelli di cortisolo l’ormone dello stress».

Alla luce di queste nuove conoscenze scientifiche, è evidente che i fattori bio-psicosociali giocano un ruolo centrale nel benessere dell’individuo. E anche per coloro che non volessero abbracciare una visione compassionevole della società, c’è un aspetto molto convincente: **conviene a tutti, anche ai cinici**.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it