 ***Tu -* TERZA UNIVERSITÀ - 2025/26**

 Provincia - **PRIMA FASE**

**PARRE**

**Referente:** Federica Scarcella

**Iscrizioni e informazioni**: Biblioteca di Parre, tel. 035 702600 cell. 3317740890;

 Comune di Parre, tel. 035 701002, interno 5

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Modulo n° | **113** | ***PSICOLOGIA POSITIVA, OVVERO LA FELICITÀ***  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Docente** | **Simone Algisi** |
| **Giorno** | Mercoledì  |
| **Orario** | 15.00 - 17.15 |
| **Periodo** | Dal 15 ottobre al 12 novembre 2025 (5 incontri - € 20,00) |
| **Sede** | Sala museale Antiquarium, piazza San Rocco - Parre |
| **Argomento** | **PSICOLOGIA** |
| **Presentazione** | *In un’epoca carica di incertezze e fatiche come quella attuale diviene sempre più importante preservare gli aspetti buoni della vita, riconoscere ciò che ci dà pienezza, appagamento, ciò che ci trasmette la sensazione di avere vissuto a pieno: in breve la felicità. In questo corso, pertanto, ci si concentrerà sui fattori che aiutano a sviluppare un senso di ottimismo verso la vita e nei confronti delle esperienze soggettive: i punti di forza, le virtù, i talenti, le relazioni. Ci si focalizzerà sulle emozioni positive, cercando di agevolare l’accettazione del nostro passato, alimentando la felicità per il nostro presente e per il nostro futuro.* |
|  |  |

 **Calendario**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | 15.10.2025 | Cosa è la “Psicologia Positiva”? |
| **2** | 22.10.2025 | Emozioni positive ed emozioni negative |
| **3** | 29.10.2025 | Fattori che fanno aumentare la felicità: altruismo, benevolenza ed empatia |
| **4** | 05.11.2025 | Fattori che fanno aumentare la felicità: forme espressive e forme contemplative |
| **5** | 12.11.2025 | Felicità relazioni e legami sociali |