



Κύκλος σεμιναρίων ΜΙΚ: «Τέχνες και Άνθρωπος»

5ο σεμινάριο ΜΙΚ

Το πέμπτο σεμινάριο του κύκλου μαθημάτων με θέμα «Τέχνες και Άνθρωπος» (Επιστημονικός Υπεύθυνος: Διευθυντής Μουσείου Ιατρικής Κρήτης, Καθηγητής Ιατρικής Σχολής Ι. Μουζάς) με ομιλητή τον Ιωάννη Μουζά, Καθηγητή Ιατρικής Παν/μίου Κρήτης, και με θέμα «Πώς αλλάζει ο άνθρωπος;» θα διεξαχθεί την Τρίτη 14.05.19 (Επιμελητήριο Ηρακλείου, Αίθουσα Καρούζου, 17.00-18.45).

Ακολουθεί περίληψη της ομιλίας:

Πώς αλλάζει ο άνθρωπος;

Στη ζωή μας πολλές αλλαγές έρχονται απλά ως αποτέλεσμα του χρόνου που περνάει: αλλαγές στις απόψεις μας, αλλαγές στην εμφάνιση, στις σωματικές δυνατότητες. Άλλες αλλαγές σχετίζονται άμεσα με τα λεγόμενα στρεσογόνα γεγονότα της ζωής, δηλαδή τις δοκιμασίες. Όμως, υπάρχουν και αλλαγές σε μας που εμείς οι ίδιοι επιδιώκουμε να γίνουν. Συχνά οι αλλαγές αυτές έχουν σχέση με την συμπεριφορά μας, με τις συνήθειές μας, με τον τρόπο που ζούμε.

Υπάρχουν κοινές διαδικασίες στην διαδρομή μιας αλλαγής συμπεριφοράς στον άνθρωπο. Υπάρχουν τρόποι με τους οποίους υποβοηθείται η αλλαγή. Υπάρχουν προσεγγίσεις που ευνοούν και άλλες που δυσχεραίνουν την αλλαγή. Μια συζήτηση μπορεί να ευνοεί ή όχι την αλλαγή. Ένα περιβάλλον, ομοίως. Τι γνωρίζουμε σήμερα για τα θέματα αυτά;

Στην παρουσίαση αυτή θα παρουσιάσουμε δεδομένα από την έρευνα των φαινομένων της αλλαγής. Η έρευνα στο πεδίο αυτό έχει βοηθήσει στην απάντηση πολλών ερωτημάτων για το πώς και το γιατί συμβαίνει μια αλλαγή. Θα μιλήσουμε για την φυσική αλλαγή, την βραχεία παρέμβαση, το κίνητρο για αλλαγή και την κινητοποίηση, την σωκρατική «μαιευτική» μέθοδο και την αξιοποίηση της ανθρώπινης επικοινωνίας, της ενσυναίσθησης με σκοπό να φτάσουμε μαζί με το άτομο που θέλει να αλλάξει στο σημείο να μιλάει το ίδιο το άτομο για την αλλαγή που θέλει να επιχειρήσει.