UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI DI MILANO-BICOCCA

COURSE SYLLABUS

Methods and Techniques of Intervention for The Promotion of Wellness

2223-2-F5106P023

Area di apprendimento

Area dell'apprendimento esperienziale

Obiettivi formativi

Conoscenza e comprensione

- Recenti sviluppi in materia di promozione del benessere
- Differenza tra interventi preventivi ed interventi promozionali
- Specificità dei metodi e delle tecniche di promozione del benessere della persona nei contesti

Capacità di applicare conoscenza e comprensione

- Capacità di operare una buona analisi della domanda
- Capacità di applicare le principali metodologie e tecniche della promozione del benessere in funzione della popolazione target dell'intervento
- Capacità di applicare le principali metodologie e tecniche della promozione del benessere in funzione degli obiettivi dell'intervento.

Contenuti sintetici

Il laboratorio, seguendo una modalità esperienziale presenta alcune tecniche utilizzabili negli interventi di

promozione del benessere della persona nei contesti

Programma esteso

- Salutogenesi e benessere
- Valutare il benessere e le sue risorse
- Promuovere benessere, promuovere risorse

Prerequisiti

Nessuno in particolare. La frequenza del corso "Intervento psicosociale di promozione de benessere è consigliata"

Metodi didattici

La metodologia utilizzata negli incontri formativi è coerente con un approccio maieutico. Ciascuno studente avrà, pertanto, l’occasione di sperimentarsi in azione. Seguirà, sempre, una condivisione e un ascolto cognitivo-esperienziale di gruppo e una sistematizzazione teorico-metodologica di quanto vissuto.

L'attività didattica sarà erogata in presenza, salvo indicazioni diverse, nazionali e/o di Ateneo, dovute al protrarsi dell'emergenza COVID-19

Modalità di verifica dell'apprendimento

Durante il laboratorio verrà proposto di sperimentare alcuni metodi e tecniche di promozione del benessere e di realizzare in autonomia un breve intervento. Per ricevere l'approvazione sarà necessario frequentare il 75% delle lezioni, eseguire con puntualità le consegne e redigereuna relazione sull’intervento svolto.

Testi di riferimento

Le pratiche della psicologia positiva. Strumenti e prospettive. A cura di Chiara Ruini, Marta Scrignaro, Marta Bassi, Andrea Fianco. Franco Angeli, 2017

Sustainable Development Goals

SALUTE E BENESSERE