



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI DI MILANO-BICOCCA

## SYLLABUS DEL CORSO

### Laboratorio Metodi e Tecniche di Intervento per la Promozione del Benessere - Turno B

2425-2-F5106P039-TB

---

#### Area di apprendimento

Area dell'apprendimento esperienziale

#### Obiettivi formativi

##### *Conoscenza e comprensione*

- Recenti sviluppi in materia di prevenzione e promozione della salute e del benessere
- Differenza tra interventi di prevenzione ed interventi di promozione della salute e del benessere
- Specificità dei metodi e delle tecniche di prevenzione e promozione della salute e del benessere

##### *Capacità di applicare conoscenza e comprensione*

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

#### Contenuti sintetici

Il laboratorio, attraverso una modalità esperienziale, presenta le possibili tecniche di valutazione e di intervento in

materia di prevenzione e promozione della salute e del benessere.

## **Programma esteso**

- Psicologia, salute e benessere
- Prevenzione e promozione della salute e del benessere: ambiti di applicazione
- Metodi e tecniche per la valutazione e l'intervento in materia di salute e benessere
- Nuove tecnologie, salute e benessere
- Progettazione di interventi per la promozione della salute e del benessere

## **Prerequisiti**

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

## **Metodi didattici**

Il laboratorio adotterà una metodologia didattica mista (erogativa ed interattiva). Ciascuna lezione (in presenza) includerà dunque una prima parte teorica introduttiva frontale (per un totale di 6 ore) seguita da una seconda parte pratica ed esperienziale (per un totale di 18 ore), in cui ciascun studente avrà la possibilità di condividere e sperimentare le proprie conoscenze e competenze acquisite sia individualmente che in gruppo. L'attività pratico-esperienziale verrà monitorata nel corso di incontri di supervisione.

## **Modalità di verifica dell'apprendimento**

Durante il laboratorio verrà proposto di sperimentare alcuni metodi e tecniche per la promozione della salute e del benessere e di realizzare un progetto di valutazione e/o intervento coerente con le tematiche del programma. Per ricevere l'approvazione sarà necessario frequentare il 75% delle lezioni (18 ore), eseguire con puntualità le attività proposte e redigere una relazione scritta individuale sul progetto realizzato.

## **Testi di riferimento**

Psicologia e salute. Teorie e ambiti di intervento. A cura di Paola Gremigni, Alessandra Gorini. Carocci Editore, 2022.

Gli/Le studenti/studentesse Erasmus possono contattare il docente per concordare la possibilità di studiare su una bibliografia in lingua inglese e/o la possibilità di sostenere la verifica dell'apprendimento in inglese.

## **Sustainable Development Goals**

SALUTE E BENESSERE

---