

FUTURE ACADEMY

RESILIENZA



Future Academy



Con questo
CORSO

DESCRIZIONE

Il corso "Sviluppare la resilienza" è un programma di formazione che si concentra sull'approfondimento e lo sviluppo della resilienza, una competenza chiave per affrontare le sfide e le difficoltà nella vita quotidiana. Durante il corso, gli studenti esploreranno "Le origini della resilienza" per comprendere come questo concetto è emerso e come è stato studiato nel tempo. Saranno introdotti ai "Primi studi della resilienza" per ottenere una visione storica della ricerca sulla resilienza. Il corso esaminerà la discussione sulla resilienza come tratto di personalità o processo dinamico, permettendo agli studenti di comprenderne le diverse interpretazioni. Saranno presentati "Due modelli integranti della resilienza" per fornire un quadro completo di come la resilienza può essere vista in contesti diversi. Il corso si concentrerà sull'importanza della resilienza nella promozione del benessere e sul suo impatto sull'aspetto psicologico. Gli studenti esploreranno concetti chiave come il coping e l'appraisal, che sono legati alla resilienza. Infine, il corso offrirà strategie pratiche su "Come migliorare la propria resilienza" per aiutare gli studenti a sviluppare questa competenza essenziale nella loro vita quotidiana.



Con questo
CORSO

OBIETTIVI

Gli obiettivi principali del corso "Sviluppare la resilienza" sono di preparare gli studenti a diventare individui altamente resilienti, in grado di affrontare con successo le sfide personali e professionali. Gli studenti acquisiranno una comprensione approfondita dell'origine e della storia della resilienza attraverso "Le origini della resilienza" e "Primi studi della resilienza". Saranno in grado di valutare se la resilienza sia un tratto di personalità o un processo dinamico e comprenderne le implicazioni. Grazie ai "Due modelli integranti della resilienza", saranno in grado di applicare la resilienza in una varietà di contesti. Il corso mira anche a promuovere la consapevolezza sulla resilienza e il benessere psicologico attraverso "Resilienza e promozione del benessere" e "Resilienza e aspetto psicologico". Gli studenti saranno in grado di applicare strategie di coping e appraisal per migliorare la propria resilienza e affrontare meglio lo stress e le avversità. Complessivamente, il corso mira a formare individui altamente resilienti, in grado di adattarsi alle sfide della vita e mantenere un elevato benessere psicologico.



Videocorsi Online disponibili h24 per un anno intero



Accorcia le distanze e collegati da ogni parte del mondo con qualsiasi dispositivo



Tutor sempre a disposizione, i nostri formatori sono professionisti certificati



Dispense e materiale didattico sempre disponibile da scaricare



Test di valutazione e esami online



Attestato riconosciuto

Future Academy

UNA PANORAMICA

Siamo una scuola di formazione che punta su contenuti video multimediali, docenti qualificati e professionisti del settore che hanno tenuto negli ultimi anni più di 300 corsi disponibili sulla nostra piattaforma.

RESILIENCE

ARGOMENTI

- Le origini della resilienza
- Primi studi della resilienza
- Trattato di personalità o processo dinamico
- Due modelli integranti della resilienza
- Resilienza e promozione del benessere
- Resilienza e aspetto psicologico
- Coping e appraisal
- Come migliorare la propria resilienza



Vediamo più da

VICINO



TEST ONLINE

TEST A SCELTA MULTIPLA

RICONOSCIMENTI



ISO 9001:2015

ISO 9001 è lo standard di riferimento internazionalmente riconosciuto per la gestione della Qualità di qualsiasi organizzazione che intenda rispondere all'esigenza dell'aumento dell'efficacia ed efficienza dei processi interni attraverso il miglioramento della soddisfazione e della fidelizzazione dei clienti.



European Association for Distance Learning (EADL) è un'organizzazione internazionale che si occupa dello scambio di informazioni e idee sull'educazione a distanza. Comprende scuole, istituzioni e individui che lavorano nel campo dell'istruzione a distanza dislocati in più di 20 paesi europei.