

MASTER

MASTER ESPERTO IN PSICOLOGIA DEL SUCCESSO



ITELBS140

- DIPLOMA CERTIFICATO DA UN NOTAIO EUROPEO -



DESTINATARI

Questo Titolo è rivolto a imprenditori, manager, lavoratori, studenti e chiunque intenda acquisire le conoscenze necessarie in relazione a questo campo professionale.

Permette di conoscere introduzione alla psicologia del successo, principali ambiti di applicazione della psicologia del successo, componenti biologiche del comportamento umano, funzioni cognitive dell'essere umano, personalità umana, competenze comunicative e relazionali, intelligenza emotiva (ie), autoconsapevolezza, autostima, autoregolazione emotiva, motivazione, leadership, successo nel raggiungimento degli obiettivi, stress, risoluzione dei conflitti, tra gli altri. Inoltre, alla fine di ogni unità didattica, gli studenti troveranno esercizi di autovalutazione che permetteranno loro di seguire il corso in modo indipendente.

Lo studente riceverà l'accesso a un corso iniziale in cui troverà informazioni sulla metodologia di apprendimento, sul titolo di studio che riceverà, sul funzionamento del Campus Virtuale, su cosa fare una volta terminato il corso e su informazioni su Grupo Esneca Formación.

SCHEDA TECNICA

ORE DI STUDIO
300H



MODALITÀ
ONLINE



*La modalità comprende moduli con lezioni dal vivo.

CORSO DI
PRESENTAZIONE
ONLINE



TUTOR
PERSONALE



LINGUA
ITALIANO



DURATA
FINO AD UN ANNO
*Prorogabile



IMPORTO

IMPORTO ORIGINALE: ~~1580 €~~

IMPORTO ATTUALE: 395 €

TITOLO OTTENUTO

Un volta terminati gli studi e aver superato la prova di valutazione, l'alunno riceverà diploma che certifica il “ **MASTER ESPERTO IN PSICOLOGIA DEL SUCCESSO** ”, di ELBS BUSINESS SCHOOL, avallato , grazie alla nostra condizione di soci, dal CECAP, cioè la massima istituzione spagnola per la formazione e la qualità.

I nostri titoli, inoltre, posseggono il timbro del Notaio Europeo, che garantisce la validità, i contenuti e l'autenticità dei titoli, a livello nazionale e internazionale.

**Il contenuto è orientato all'acquisizione di una formazione teorica complementare. Questa formazione non porta all'ottenimento di una qualifica ufficiale.*

CONTENUTO FORMATIVO

PSICOLOGIA DEL SUCCESSO

INTRODUZIONE

MODULO 1. INTRODUZIONE ALLA PSICOLOGIA DEL SUCCESSO

UNITÀ DIDATTICA 1. PSICOLOGIA COME SCIENZA

1. Evoluzione storica
2. Teorie classiche

UNITÀ DIDATTICA 2. AMBITI D'AZIONE

1. Psicologia di base
 - Psicologia dell'apprendimento
 - Psicologia dello sviluppo
 - Psicologia della personalità
 - Psicopatologia
2. Psicologia applicata
 - Psicologia clinica
 - Psicologia sociale
 - Psicologia del lavoro e delle organizzazioni
 - Psicologia dell'educazione
 - Psicologia forense

UNITÀ DIDATTICA 3. PSICOLOGIA DEL SUCCESSO

1. Concetto di successo
2. Fondamenti della psicologia del successo

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 2. PRINCIPALI AMBITI DI APPLICAZIONE DELLA PSICOLOGIA DEL SUCCESSO

UNITÀ DIDATTICA 1. AMBITO PERSONALE

1. Sviluppo personale e autoefficacia
2. Relazioni interpersonali
3. Salute mentale e benessere
4. Processo decisionale
5. Gestione del tempo e produttività

UNITÀ DIDATTICA 2. AMBITO PROFESSIONALE

1. Leadership e gestione del team
2. Networking
3. Gestione dello stress da lavoro
4. Gestione delle risorse umane

UNITÀ DIDATTICA 3. AMBIENTE ACCADEMICO

1. Strategie di apprendimento e di memoria

2. Gestione del successo e del fallimento
3. Orientamento professionale

UNITÀ DIDATTICA 4. AMBITO SPORTIVO

1. Prestazioni sportive
2. Gestione dello stress e dell'ansia
3. Motivazione e fiducia in se stessi

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 3. COMPONENTI BIOLOGICHE DEL COMPORTAMENTO UMANO

UNITÀ DIDATTICA 1. ANATOMIA E FISIOLOGIA DEL SISTEMA NERVOSO

1. Evoluzione
2. Componenti di base
 - Neuroni
 - Cellule gliali
3. Parti
 - Sistema nervoso centrale
 - Sistema nervoso periferico
4. Funzionamento
 - Sinapsi
 - Sistema nervoso somatico
 - Sistema nervoso autonomo

UNITÀ DIDATTICA 2. I SENSI DELLE PERSONE

1. Sensi fondamentali
 - Vista
 - Tatto
 - Udito
 - Gusto
 - Odore
2. Sensi aggiuntivi
 - Termocezione
 - Nocicezione
 - Propriocezione
 - Equilibriocezione

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 4. FUNZIONI COGNITIVE DELL'ESSERE UMANO

UNITÀ DIDATTICA 1. NOZIONI DI BASE

1. Concetto
2. Storia della cognizione umana

UNITÀ DIDATTICA 2. TIPI DI FUNZIONI COGNITIVE

1. Memoria
 - Ricordo
 - Oblio
2. Attenzione
 - Fattori
 - Classificazione
3. Linguaggio
 - Sviluppo
 - Caratteristiche delle lingue naturali
 - Funzioni di base
 - Funzioni complementari
4. Ragionamento
 - Tipi
 - Ragionamento in psicologia
5. Intelligenza
 - Fattori
 - Modelli sulla struttura dell'intelligenza
 - Misurare l'intelligenza
6. Percezione
 - Teoria della Gestalt
7. Apprendimento
 - Teorie
 - Strategie
8. Pianificazione
9. Controllo motorio
10. Giudizio
11. Esecuzione

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 5. PERSONALITÀ UMANA

UNITÀ DIDATTICA 1. CONCETTO

UNITÀ DIDATTICA 2. MODELLO DEI BIG FIVE

1. Estroversione
2. Stabilità mentale o nevroticismo
3. Apertura mentale
4. Gradevolezza o amicalità
5. Coscienziosità

UNITÀ DIDATTICA 3. TEMPERAMENTO

1. Tratti del temperamento
 - Attività
 - Emotività
 - Socievolezza
2. Tipi di temperamento
 - Temperamento collerico
 - Temperamento malinconico
 - Temperamento flemmatico
 - Temperamento sanguigno

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 6. COMPETENZE COMUNICATIVE E RELAZIONALI

UNITÀ DIDATTICA 1. PROCESSO COMUNICATIVO

1. Emittente
2. Destinatario
3. Canale
4. Codice
5. Feedback
6. Contesto

UNITÀ DIDATTICA 2. TIPI DI COMUNICAZIONE

1. Comunicazione verbale
 - Comunicazione orale
 - Comunicazione scritta
2. La comunicazione paraverbale
3. Comunicazione non verbale

UNITÀ DIDATTICA 3. COMPETENZE RELAZIONALI

UNITÀ DIDATTICA 4. EMPATIA

1. Tipi
 - Empatia cognitiva
 - Empatia emotiva
 - Empatia somatica
 - Empatia sociale

UNITÀ DIDATTICA 5. RAPPORT

1. Tecniche di sviluppo
 - Ascolto attivo
 - Linguaggio del corpo
 - Convalida delle emozioni
 - Uso del linguaggio della controparte
 - Ricerca di interessi comuni
 - Interesse genuino

UNITÀ DIDATTICA 6. INTELLIGENZA EMOTIVA

1. Componenti

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 7. INTELLIGENZA EMOTIVA (IE)

UNITÀ DIDATTICA 1. INTRODUZIONE ALL'INTELLIGENZA EMOTIVA

1. Premessa
2. Origine ed evoluzione
3. Benefici
4. Rilevanza in diverse dimensioni
 - Dimensione personale
 - Dimensione professionale
 - Dimensione sociale

UNITÀ DIDATTICA 2. IMMATURITÀ EMOTIVA

UNITÀ DIDATTICA 3. MODELLI PRINCIPALI DI INTELLIGENZA EMOTIVA

1. Modello di Salovey e Mayer
2. Modello di Goleman
3. Modello Bar-on

UNITÀ DIDATTICA 4. STRUMENTI E PROCEDURE DI VALUTAZIONE

UNITÀ DIDATTICA 5. TECNICHE PER MIGLIORARE L'IE

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 8. AUTOCONSAPEVOLEZZA

UNITÀ DIDATTICA 1. COS'È L'AUTOCONSAPEVOLEZZA?

1. Componenti dell'autoconsapevolezza
2. Relazione tra autoconsapevolezza, autoregolazione e autostima

UNITÀ DIDATTICA 2. METODI DI VALUTAZIONE DELL'AUTOCONSAPEVOLEZZA

1. Autovalutazione e questionari
2. Test psicometrici
3. Analisi SWOT
4. Feedback a 360°

UNITÀ DIDATTICA 3. APPLICAZIONI PRATICHE DELL'AUTOCONSAPEVOLEZZA

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 9. AUTOSTIMA

UNITÀ DIDATTICA 1. CONCETTO DI AUTOSTIMA

1. Autostima globale e autostima specifica
2. Concetto di rispetto di sé e relazione con l'autostima
3. Componenti dell'autostima

UNITÀ DIDATTICA 2. LIVELLI DI AUTOSTIMA

1. Alta autostima
2. Bassa autostima
3. Autostima gonfiata

UNITÀ DIDATTICA 3. INFLUENZA DELL'AMBIENTE SULLO SVILUPPO DELL'AUTOSTIMA

UNITÀ DIDATTICA 4. FORME DI LAVORARE SULL'AUTOSTIMA PER RAGGIUNGERE IL SUCCESSO

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 10. AUTOREGOLAZIONE EMOTIVA

UNITÀ DIDATTICA 1. CONCETTO DI AUTOREGOLAZIONE E AUTOCONTROLLO

1. Importanza dell'autoregolazione e dell'autocontrollo per il successo

UNITÀ DIDATTICA 2. CLASSIFICAZIONE DELLE EMOZIONI

UNITÀ DIDATTICA 3. CATEGORIE DI REGOLAZIONE EMOTIVA

1. Modello di regolazione emotiva di Gross
2. Modello di regolazione emotiva di Thompson

UNITÀ DIDATTICA 4. STRATEGIE DI REGOLAZIONE EMOTIVA

1. Soppressione dei pensieri
2. Riconsiderazione emotiva
3. Distanziamento cognitivo
4. Rilassamento
5. Controllo della respirazione

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 11. MOTIVAZIONE

UNITÀ DIDATTICA 1. CONCETTO DI MOTIVAZIONE

1. Ruolo della motivazione nel successo

UNITÀ DIDATTICA 2. TEORIE DELLA MOTIVAZIONE

1. Teoria della gerarchia dei bisogni di Maslow
2. Teoria bifattoriale di Herzberg
3. Teoria dell'autodeterminazione di Deci e Ryan
4. Teoria delle aspettative di Vroom
5. Teoria dell'equità di Adams
6. Teoria del rinforzo di Skinner
7. Teoria degli obiettivi di Locke

UNITÀ DIDATTICA 3. TIPI DI MOTIVAZIONE

1. Motivazione intrinseca
2. Motivazione estrinseca
3. Motivazione trascendente

UNITÀ DIDATTICA 4. RELAZIONE TRA MOTIVAZIONE E FRUSTRAZIONE

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 12. LEADERSHIP

UNITÀ DIDATTICA 1. INTRODUZIONE ALLA DIREZIONE E ALLA LEADERSHIP

1. Differenze tra direttore e leader

2. Teorie della leadership
 - Teoria del grande uomo
 - Teoria dei tratti
 - Teoria delle contingenze
 - Teoria situazionale
 - Comportamentismo
3. Qualità di un buon leader
4. Concetto di potere nella leadership

UNITÀ DIDATTICA 2. MODELLI DI LEADERSHIP

1. Leadership carismatica
2. Leadership transazionale
3. Leadership trasformativa
4. Leadership situazionale
5. Leadership autocratica
6. Leadership democratica
7. Leadership "laissez faire"

UNITÀ DIDATTICA 3. PROFILO DI UN LEADER NELLA GESTIONE DI UN TEAM

UNITÀ DIDATTICA 4. TECNICHE DECISIONALI

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 13. SUCCESSO NEL RAGGIUNGIMENTO DEGLI OBIETTIVI

UNITÀ DIDATTICA 1. DETERMINAZIONE DEGLI OBIETTIVI

1. Obiettivi personali
2. Obiettivi professionali

UNITÀ DIDATTICA 2. METODOLOGIA SMART PER LA DEFINIZIONE DEGLI OBIETTIVI

UNITÀ DIDATTICA 3. FILOSOFIA KAIZEN

1. Esempi di metodologie kaizen
 - Just in time
 - Ciclo di Deming

UNITÀ DIDATTICA 4. CREARE ABITUDINI POSITIVE PER RAGGIUNGERE GLI OBIETTIVI

UNITÀ DIDATTICA 5. MONITORAGGIO DEL RAGGIUNGIMENTO DEGLI OBIETTIVI

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 14. STRESS

UNITÀ DIDATTICA 1. STRESS E BURNOUT

UNITÀ DIDATTICA 2. CONCETTO DI BURNOUT

1. Relazione tra stress e burnout
2. Fasi
3. Manifestazioni cliniche
4. Cause e fattori di rischio
5. Prevenzione e trattamento

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 15. RISOLUZIONE DEI CONFLITTI

UNITÀ DIDATTICA 1. IDENTIFICARE E COMPRENDERE IL CONFLITTO

1. Comunicazione aperta ed efficace
2. Concentrarsi su interessi e bisogni comuni
3. Generare opzioni e trovare soluzioni

UNITÀ DIDATTICA 2. NEGOZIAZIONE E PROCESSO DECISIONALE

1. Attuazione e monitoraggio

UNITÀ DIDATTICA 3. GESTIONE DEI CONFLITTI

UNITÀ DIDATTICA 4. PREVENZIONE DEI CONFLITTI

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

SOLUZIONI

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTARE