



**ACCADemia
DOMANI**

ACCELERA IL TUO FUTURO

Corso Online

Problem Solving

Dott.ssa Claudia Muccinelli



Programma del Corso

Problem Solving

Modulo 1 – Noi e il nostro problema

1. Cosa intendiamo per problema

Esercizi lezione 1

2. Aspetti emotivi e cognitivi connessi al problema

Esercizi lezione 2

3. Personalità e problem solving

Esercizi lezione 3

Modulo 2– Come affrontiamo i problemi

4. Da dove arriva la possibile soluzione?

Esercizi lezione 4

5. Il ruolo dell'autostima

Esercizi lezione 5

6. Strategie emotive, cognitive e comportamentali

Esercizi lezione 6

Modulo 3 – Strategie

7. Cambiare il nostro punto di vista

Esercizi lezione 7

8. La prospettiva scientifica

9. La prospettiva strategica

Esercizi lezioni 8 e 9

10. Problemi ricorrenti: come mai non si risolvono?

11. Andare oltre il problema

Esercizi lezioni 10 e 11

Modulo 4 – Relazioni e problemi

12. Stabiliamo chi ha il problema

13. Comunicare per risolvere

Esercizi lezioni 12 e 13

Quiz finale

Conclusione del Corso e il Certificato frequenza e superamento del Corso