

Scienze del benessere e della salute per le professioni sanitarie



DIREZIONE

Prof.ssa Chiara Ruini

Dipartimento di Scienze per la Qualità della Vita



PRESENTAZIONE

Il Corso di Alta Formazione ha l'obiettivo di fornire aggiornamenti teorici e metodologico-operativi rispetto ai recenti sviluppi della scienza del benessere e della salute umana, grazie a un approccio interdisciplinare e integrato. Il CAF sarà focalizzato sulla promozione del benessere psicologico, della salute mentale e fisica e sulla prevenzione dei comportamenti a rischio e delle condizioni di sofferenza psicofisica. Il percorso formativo integra conoscenze teoriche, metodologiche e applicative che derivano dalla ricerca in ambito psicologico e socio-sanitario, dalla ricerca applicativa nell'ambito della psicologia clinica e della salute, nonché dai modelli di intervento della Psicologia Positiva e del benessere.

Il CAF è progettato per fornire ad operatori socio-sanitari competenze professionali in merito a:

- teorie e modelli psicologici inerenti il benessere psicofisico, la salute fisica e mentale, gli stili di vita salutari,
 - conoscenze rispetto ai fattori di rischio e ai fattori protettivi per la salute fisica e mentale,
 - expertise per il lavoro in equipe multidisciplinari nei contesti socio-sanitari,
 - la pianificazione, lo sviluppo e la realizzazione di interventi di promozione del benessere e della salute psicofisica in diversi contesti (socio-sanitari, ospedalieri, organizzazioni pubbliche e private) e con diverse tipologie di utenti (adulti, anziani, popolazioni cliniche, con malattie croniche).
-

MODULI DIDATTICI

- Filosofia e modelli teorici del benessere e della salute
Elisabetta Lalumera, UNIBO
- Psicologia del benessere e della salute
Chiara Ruini, UNIBO
- Benessere e neuroscienze
Elisa Ciaramelli, UNIBO – Alessio Avenanti, UNIBO
- Salute fisica e salute mentale: l'approccio psicosomatico
Chiara Ruini, UNIBO – Silvia Ferrari, UNIMORE
- Ricerche e interventi per la promozione del benessere nei contesti sanitari:
 - Nutrizione e endocrinologia
Elena Tomba, UNIBO – Valentina Vicennati, UNIBO – Attilio Rigotti, PUC Chile
 - Invecchiamento
Chiara Ruini, UNIBO – Carol Ryff, U-Wisconsin – Francesca Vescovelli, UNIBO
 - Malattie oncologiche e fine vita
Elisabetta Lalumera, UNIBO – Luigi Grassi, UNIFE – Ines Testoni, UNIPD
- Interventi innovativi e transdiagnostici per la promozione del benessere
Luca Pingani, UNIMORE – Kathi Norman, GPHI USA – Antonia Csillik, U-Lorraine
- Benessere e qualità di vita negli operatori sanitari
Chiara Ruini, UNIBO – Marcello Russo, UNIBO – Francesca Vescovelli, UNIBO – Andrew Soren, EUDAIMONIC
- Stili di vita salutari, salute fisica e salute mentale
Cristina Angeloni, UNIBO – Vincenzo Natale, UNIBO – Samuele Maria Marcora, UNIBO – Antonella Delle Fave, UNIMI
- Psicologia dello sport e psicologia positiva
Charles Martin Krumm, U-Lorraine
- Life Style Medicine e psicologia del benessere
Marta Bassi, UNIMI – Jolanta Burke, CPHS Ireland – Lyane Lianov, GPHI USA

DESTINATARI

Il corso è rivolto a professionisti della salute umana (medici, infermieri, psicologi, nutrizionisti, tecnici della riabilitazione, fisioterapisti, laureati in scienze motorie, etc...). Per l'elenco completo delle classi di laurea triennali e magistrali ammesse, consulta il bando.

OBIETTIVI FORMATIVI

Fornire aggiornamenti teorici e metodologico-operativi rispetto ai recenti sviluppi della scienza del benessere e della salute umana, che richiede un approccio interdisciplinare e integrato, con una facile applicabilità nei contesti sanitari.

CALENDARIO DIDATTICO 2025-2026

OTTOBRE

17, 18

NOVEMBRE

21, 22

DICEMBRE

19, 20

GENNAIO

16, 17

FEBBRAIO

20, 21

MARZO

20, 21

APRILE

17, 18

MAGGIO

22, 23

GIUGNO

(da definire)

SETTEMBRE

18, 19

OTTOBRE

9, 10

RISULTATI ATTESI

Alla fine del corso i partecipanti avranno acquisito conoscenze e competenze in merito ai modelli teorici, e applicativi inerenti le seguenti tematiche:

- modelli teorici del benessere psicologico e della salute e di intervento integrato per la promozione della salute fisica e mentale e degli stili di vita salutari;
- filosofia e etica del benessere;
- neuroscienze e benessere psicologico;
- stili di vita salutari (nutrizione, attività fisica, sport, igiene del sonno, gestione dello stress);
- Lifestyle medicine e promozione della qualità della vita nei contesti sanitari;
- modelli e interventi di prevenzione e dei comportamenti a rischio per la salute;
- strumenti di valutazione del benessere e delle risorse personali (es. motivazione, resilienza, punti di forza caratteriali, stili di vita);
- la psicologia della salute e la psicologia clinica positiva;
- relazioni positive, alleanza terapeutica, empatia e comunicazione empatica nei contesti socio-sanitari;
- benessere e salute degli operatori sanitari (burden e caregiving, work/life balance);
- resilienza e promozione della salute mentale in condizioni di malattie croniche e fine vita.

Queste conoscenze e competenze trovano una notevole applicazione nei contesti sociosanitari pubblici, privati e privati convenzionati come poliambulatori, case della salute e studi associati.

PERIODO

ottobre 2025 – settembre 2026

SCADENZA BANDO

22 settembre 2025

IMMATRICOLAZIONI

1 – 9 ottobre 2025

POSTI DISPONIBILI

50

DIDATTICA

100 ore di lezione in blended learning

(online sincrona e in presenza)

1 fine settimana al mese (venerdì pomeriggio e sabato)

70% di frequenza obbligatoria

SEDE

Complesso UNIONE

Via Azzo Gardino 33, Bologna

COSTO

1.600 €

CREDITI

20 CFU / in corso di accreditamento ECM

SITO DEL CORSO

site.unibo.it/wellbeingsciences-quvi



CONSULTA IL BANDO

Il bando è disponibile al seguente link:

bit.ly/caf-wellbeingsciences-quvi-25-26

SEGRETERIA DIDATTICA

Fondazione Alma Mater

Sofia Monari

s.monari@fondazionealmamater.it

