

# PUNTI DI FORZA DEL CARATTERE Le leve della personalità per il benessere psicologico

Prezzo: **Prezzo di listino**  
**21,00 €** **Prezzo a te riservato**  
**19,95 €**

Codice	9788891666765
Tipologia	Libri
Data pubblicazione	1 mar 2024
Reparto	LIBRI
Autore	Bellardita Lara, Villani Daniela
Editore	Maggioli

## Descrizione

---

I punti di forza del carattere sono tratti della personalità che riflettono il nucleo centrale della nostra identità, con implicazioni positive sul benessere personale, interpersonale e della collettività.

Le ricerche nell'ambito della psicologia positiva mostrano che conoscere e allenare i propri punti di forza contribuisce a sviluppare la fiducia in sé stessi, rafforzare le relazioni, migliorare il problem solving e le prestazioni lavorative e ridurre lo stress.

Questo volume, per la prima volta nella realtà italiana, presenta una descrizione articolata e approfondita del modello VIA (Valori in Azione) e ne illustra in maniera chiara, rigorosa e originale le possibili applicazioni per promuovere il benessere psicologico.

“Attingendo dalla letteratura scientifica, dalla loro profonda esperienza in ambito clinico e di ricerca, le Autrici ci insegnano a leggere la realtà con ‘gli occhi’ del modello, forniscono strumenti di misurazione e valutazione dei punti di forza da applicare nella pratica professionale, e presentano molteplici strategie che possiamo duttilmente adottare in progetti di intervento per fare leva sulle risorse individuali e promuovere il benessere psicologico a tutti i livelli” (Marta Bassi).

Rimaniamo a disposizione per qualsiasi ulteriore chiarimento allo 0461.232337 o 0461.980546 oppure via mail a : [servizioclienti@libriprofessionali.it](mailto:servizioclienti@libriprofessionali.it)

www.LibriProfessionali.it è un sito di Scala snc Via Solteri, 74 38121 Trento (Tn) P.Iva 01534230220

