

Introduzione

Le *life skills* nella Psicologia Positiva

(Dalla salute al benessere: un cambio di prospettiva; Dai deficit alle risorse secondo lo *strengths-based approach*; La felicità: verso una visione rivoluzionaria del benessere;

Le *life skills*: origine e principali definizioni; La promozione delle *life skills* e l'efficacia dei programmi di intervento; L'autoefficacia percepita nelle *life skills*)

I correlati psicologici delle *life skills*: dall'approccio edonico all'approccio eudaimonico del benessere psicologico

(La complessità del benessere; Il benessere soggettivo: prospettive teoriche e principali caratteristiche; Il benessere psicologico: principali dimensioni e interventi di promozione; Il benessere sociale: l'influenza del contesto sulla salute e sul benessere individuale; Le misure del benessere: strumenti di *assessment*; La resilienza: definizioni e modelli teorici a confronto)

La qualità di vita degli adolescenti durante la pandemia: alcune ricerche sul campo

(*Self-efficacy in life skills*, resilienza e strategie di *coping* negli adolescenti: quali relazioni significative? Obiettivi ed ipotesi di ricerca; Relazioni tra le dimensioni della resilienza

disposizionale e le strategie di *coping* negli studenti degli istituti superiori: il ruolo dell'autoefficacia nelle *life skills*; Le *life skills*, la soddisfazione di vita e la resilienza:

l'incidenza delle strategie di *coping* in un gruppo di giovani liceali)

Riflessioni conclusive

Appendice

La scala di misura dell'autoefficacia percepita nelle *life skills*

Bibliografia