

EXPERTO UNIVERSITARIO EN PSICOLOGÍA POSITIVA

*Especialidad en Educación,
Empresa y Salud*

www.emotivacpc.es

*“La felicidad es una actitud.
O nos hacemos miserables o felices y fuertes.
La cantidad de trabajo es el mismo.”*

Francesca Reigl



EMOTIVA
CENTRO PARA EL CAMBIO

 CESdonbosco

EXPERTO UNIVERSITARIO EN PSICOLOGÍA POSITIVA

INTRODUCCIÓN

Tradicionalmente se han valorado más las capacidades conocidas como cognitivas.

En cambio hoy en día estamos viendo que no es suficiente el desarrollo de estas capacidades para enfrentarse con éxito a nuestro día a día.

EXPERTO UNIVERSITARIO EN PSICOLOGÍA POSITIVA

INTRODUCCIÓN

La **PSICOLOGÍA POSITIVA** se está instaurando dentro del ámbito educativo y de la salud, porque da respuesta y recursos a lo que la sociedad actual necesita: capacidad de adaptación a los cambios, superación de las adversidades y situaciones de crisis, la gestión de los recursos emocionales propios y ajenos, la capacidad de comunicación eficaz, el optimismo y el humor, la capacidad de creatividad para resolver dificultades o producir alternativas, conocer los recursos y fortalezas personales para un autoliderazgo para conseguir nuestras metas y objetivos, etc.



EXPERTO UNIVERSITARIO EN PSICOLOGÍA POSITIVA
INTRODUCCIÓN

Es por ello que los profesionales de la salud y de la educación, necesitan un nuevo enfoque con herramientas y metodologías que se engloban dentro de los diferentes componentes de la **PSICOLOGÍA POSITIVA.**

*¡¡ABIERTO PLAZO
DE INSCRIPCIÓN!!*

EXPERTO UNIVERSITARIO EN PSICOLOGÍA POSITIVA

OBJETIVOS

Adquirir las competencias personales necesarias para el desarrollo de todas las áreas que componen la **PSICOLOGÍA POSITIVA**.

Adquirir las competencias necesarias para el desarrollo de la **PSICOLOGÍA POSITIVA**.

Desarrollar las competencias necesarias para el desarrollo de la **PSICOLOGÍA POSITIVA** en las relaciones diádicas y/o grupales.

Conocer y aplicar la metodología básica para poder implementar la **PSICOLOGÍA POSITIVA** en una institución.

Conocer y desarrollar herramientas y recursos de la **PSICOLOGÍA POSITIVA** para afrontar el día a día.

EXPERTO UNIVERSITARIO EN PSICOLOGÍA POSITIVA

PROGRAMA

10
MÓDULOS

PROGRAMA DE
CONTENIDOS
POR BLOQUES

MÓDULO

1

TALLER VIVENCIAL

TALLER VIVENCIAL DE PSICOLOGÍA POSITIVA





FUNDAMENTACIÓN DE LA PSICOLOGÍA POSITIVA

INTRODUCCIÓN A LA **PSICOLOGÍA POSITIVA**

Orígenes y antecedentes de la **PSICOLOGÍA POSITIVA.**

Bases de la **PSICOLOGÍA POSITIVA.**

Enfoques actuales de la **PSICOLOGÍA POSITIVA.**

DEFINICIÓN DE **PSICOLOGÍA POSITIVA**

Componentes: Inteligencia Emocional, Resiliencia, Humor, Optimismo, Creatividad, Fluir, Felicidad y Fortalezas Personales.

Áreas de intervención y aplicación de la **PSICOLOGÍA POSITIVA.**





FUNDAMENTACIÓN DE LA PSICOLOGÍA POSITIVA

PSICOLOGÍA POSITIVA VS PSICOLOGÍA TRADICIONAL.

EL SISTEMA EMOCIONAL:

El cerebro y las emociones positivas.

El sistema emocional y su funcionamiento: el circuito emocional.

Las dimensiones de las emociones.

El mapa de las emociones y las cargas emocionales.

Tipología emocional: emociones primarias, secundarias e instrumentales.

INICIATIVAS SOBRE PSICOLOGÍA POSITIVA EN EDUCACIÓN.



PSICOLOGIA POSITIVA Y RELACIONES INTERPERSONALES

CAPACITACIÓN EN HABILIDADES DE COMUNICACIÓN DESDE LA PSICOLOGÍA POSITIVA.

Habilidades como emisor y como receptor.

La escucha activa: elemento clave de la comunicación.

Estilos comunicativos.

EL PAPEL DE LA EMPATÍA: BENEFICIOS Y LÍMITES.



MÓDULO

4

INTELIGENCIA EMOCIONAL E INTELIGENCIA PERSONAL

CONCIENCIA DE UNO MISMO:

Identificación emocional.

Identificación de puntos fuertes y de mejora.

REGULACIÓN EMOCIONAL.

AUTONOMÍA EMOCIONAL.



MÓDULO
5

OPTIMISMO Y FELICIDAD. APLIC. PRÁCTICAS

EMOTIVA
CENTRO PARA EL CAMBIO

CESdonbosco

INTRODUCCIÓN AL OPTIMISMO Y LA FELICIDAD.

DEFINICIÓN DE OPTIMISMO Y FELICIDAD.

INICIATIVAS SOBRE OPTIMISMO Y LA FELICIDAD.

TALLER: OPTIMISMO Y CAPACIDAD DE SUPERACIÓN.





CRECIMIENTO A PESAR DE LA ADVERSIDAD

INTRODUCCIÓN A LA RESILENCIA.

DEFINICIÓN DE RESILENCIA.

APEGOS, DESAPEGOS Y PÉRDIDAS.

INICIATIVAS SOBRE RESILENCIA.

TALLER: DE LA PÉRDIDA AL CRECIMIENTO VITAL.



MÓDULO

7

CREATIVIDAD Y "FLUIDEZ"

**INTRODUCCIÓN A LA CREATIVIDAD
Y AL CONCEPTO "FLOW" O FLUIDEZ.**

DEFINICIÓN DE CREATIVIDAD Y FLUIDEZ.

INICIATIVAS SOBRE CREATIVIDAD.

TALLER: CREATIVIDAD Y "FLOW".



MÓDULO
8

HUMOR Y RISOTERAPIA

INTRODUCCIÓN AL HUMOR Y A LA RISOTERAPIA.

DEFINICIÓN DE HUMOR Y RISOTERAPIA.

BENEFICIOS DEL HUMOR EN LA SALUD.

INICIATIVAS SOBRE HUMOR Y RISOTERAPIA EN LA EDUCACIÓN.

TALLER: RISOTERAPIA PARA VIVIR MÁS Y MEJOR.





FORTALEZAS PERSONALES Y COMUNICACIÓN POSITIVA

FORTALEZAS PERSONALES.

INTRODUCCIÓN A LA COMUNICACIÓN POSITIVA.

EDITANDO NUESTRA HISTORIA.

EL PALO Y LA ZANAHORIA. LA REFORMULACIÓN.

BARRERAS EN LA COMUNICACIÓN.

ESCUCHA ACTIVA.

FEEDBACK Y RETROALIMENTACIÓN.

PREGUNTAS PODEROSAS.

DIÁLOGO INTERNO.

CAMBIO DE CREENCIAS.

AFIRMACIONES POSITIVAS.

EL METAMODELO DEL LENGUAJE (PNL).

STORYTELLING Y METÁFORAS TERAPÉUTICAS.

HABILIDADES DEL BUEN COMUNICADOR.

MÓDULO 10

PSICOLOGÍA POSITIVA Y EL ÁMBITO LABORAL

En esta formación se capacita al alumno en aquellas habilidades relacionadas con la **PSICOLOGÍA POSITIVA** que se aplican en ámbitos laborales.

Es propósito del curso que cada alumno identifique cuáles son los aspectos en que desea capacitarse para su desarrollo profesional en un ámbito acotado y que adquiera la metodología básica del profesional que utiliza la **PSICOLOGÍA POSITIVA** como herramienta laboral.



METODOLOGÍA:

PRÁCTICA Y VIVENCIAL

Se caracteriza por ser eminentemente **PRÁCTICA Y VIVENCIAL**, buscando la participación personal para una más profunda asimilación.

El alumno experimentará personalmente las dinámicas, para después adquirir la formación necesaria para aplicarlas.

Sólo después de la **PROPIA VIVENCIA** es posible una visión holística e integral de la aplicación de estas técnicas.

El curso se divide en:

Formación Básica.

Formación Aplicada.

FORMACIÓN:

BÁSICA Y APLICADA

FORMACIÓN BÁSICA:

Se imparte a través de la realización por parte del alumno de ejercicios relacionados con la materia dirigidos por el docente, y de su participación en dinámicas personales y/ o de grupo. Se realizarán actividades online para supervisar los conocimientos necesarios en una práctica profesional satisfactoria.

FORMACIÓN APLICADA:

Consiste en la asistencia a PROGRAMAS ESPECÍFICOS, tales como:

Taller vivencial de Psicología Positiva (nivel I)

Taller de Coaching.

Taller: Optimismo y capacidad de superación

Taller: De la pérdida al crecimiento vital

Taller: Creatividad y "flow".

Taller: Risoterapia para vivir más y mejor.

TUTORÍAS Y PROYECTO

A CADA ALUMNO SE LE ASIGNARÁ UN TUTOR DESDE EL INICIO DEL CURSO, que velará por la asimilación de los contenidos y que será también la persona que dirija su proyecto.

El proyecto es un ***trabajo práctico*** realizado sobre una institución.

Consistirá en la implantación de una metodología que permita la aplicación de la Psicología Positiva en una situación real.

El proyecto finalizará con la entrega de la memoria, siendo ésta imprescindible para la obtención del Título.

TITULACIONES

EXPERTO UNIVERSITARIO EN PSICOLOGÍA POSITIVA

(especialización en educación, empresa y salud),
expedido por el CES Don Bosco.

CERTIFICADO DE EMOTIVIDAD

(Certificado que garantiza el proceso vivencial
del alumno)



PROFESORADO

JUAN G. CASTILLA RILO

Director del complejo residencial Sanyres Aravaca.

Licenciado en Psicología (UAM). Diploma de Estudios Avanzados en Psicología Clínica y de la Salud por la UAM.

Especialista en Psicología positiva e Inteligencia Emocional, por el CES Don Bosco

Máster en Coaching. Posgrado en Inteligencia Emocional.

Docente de Cursos de Postgrado de la UCJC, Universidad de Alcalá, Universidad CES Don Bosco, Universidad de Burgos y la Universidad Europea de Madrid, de diferentes cursos e impartiendo temáticas sobre Inteligencia Emocional y Coaching.

Coach Certificado por el Coaching International Center (CIC).

PROFESORADO

CRISTINA ALBENDEA SAORNIL

Directora de Emotiva, Centro para el cambio y del Máster en Inteligencia Emocional en el ámbito educativo en el CES Don Bosco, adscrito a la UCM.

Máster en Inteligencia Emocional (UCJC).

Especialista en Coaching e Inteligencia Emocional con PNL.

Licenciada en Psicopedagogía.
Máster en Psicopedagogía Clínica.

Diplomada en Educación Especial.

Coach Certificado por el Coaching International Center (CIC).

PROFESORADO

ESTEBAN GARCÍA VALDIVIA

Licenciado en Filología Hispánica
Especialista en comunicación (UAM).

Máster en Coaching. Postgrado en Inteligencia Emocional.

Especialista en Coaching e Inteligencia Emocional con PNL.

Seminarios educativos (Análisis transaccional en las relaciones comunicativas, inteligencias múltiples, etc.)

Coordinador de departamentos lingüísticos.
Director de contenidos de publicaciones artísticas on-line.

Coach Certificado por el Coaching International Center (CIC)

PROFESORADO

JUAN CRUZ GONZÁLEZ

Licenciado en Psicología y consultor.

Fundador del programa de “Desarrollo Integral del Ocio y Tiempo libre” DIOT.

Miembro de la Red Intergeneracional del IMSERSO.

Miembro fundador del Grupo de Trabajo en Enfermedades Neurodegenerativas y forma parte del grupo de “Humor Saludable-Risoterapia” del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.

Profesor Escuela Voluntariado Comunidad de Madrid. Conferenciante, comunicador y experto en Psicología Positiva y

Optimismo desarrollando programas empresariales y sociales.

PROFESORADO

MANUEL NEVADO REY

Doctor en Ciencias de la Salud. Miembro de la Junta de Gobierno del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid en área de Intervención Social. Actualmente es director de Intervención terapéutica de la Fundación Maria Wolff.

Autor del libro "Aprendiendo a despedirse, de la pérdida a la superación".

Conferenciante y autor de diferentes libros sobre Psicología, Geriatria y Neurología.

Experto en enfermedades degenerativas, discapacidad, duelo y resiliencia.

PROFESORADO

JOSÉ ELÍAS

Licenciado en Psicología y terapeuta.
Fundador del Centro Yanidra y del Centro Jose Elías SL.

Pionero en España en Cromoterapia y Risoterapia,
para el trastorno de afectaciones emocionales.

Pionero en la aplicación y divulgación de la Risoterapia,
como terapia para influir sobre el estado de ánimo.

Colaborador habitual de numerosos programas de radio
y numerosas revistas de divulgación científica.

Conferenciante y autor de diferentes libros sobre
Humor y Risoterapia.

PROFESORADO

MONTSERRAT PÉREZ

Licenciada en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid. Especialidad en Psicología Clínica. Posgrado en Psicología positiva. Formación en Técnicas Proyectivas de Psicodiagnóstico y Exploración Neuropsicológica. Formación en Psicología Forense. Ponente en Charlas Informativas y Jornadas sobre Alzheimer.

SUSANA ALVES ORTEGA

Diplomada en Terapia Ocupacional por la Escuela Nacional de Sanidad. Postgrado en Terapia Ocupacional Geriátrica por la Universidad de Alcalá de Henares. Postgrado en Especialista Psicología positiva. Con amplia experiencias en el campo de la Terapia Ocupacional geriátrica y neurológica en adultos.

PROFESORADO

ANTONI MARTÍNEZ

Licenciado en Psicología por la Universidad de Valencia (2002).

Máster en intervención en Psicología Clínica y Salud (2007).
Diploma de Estudios avanzados programa de doctorado
Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos (2005).
Suficiencia investigadora.

Especialista en drogodependencias según la legislación valenciana.

Diploma en psicobiología de las drogas.

Especialista universitario en gestión directiva de organizaciones
no lucrativas.

PROFESORADO

FRANCISCO SAINERO

Licenciado en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid.

Posgrado de Especialista en Psicología Positiva.

Experto en Drogodependencias por la Universidad Complutense de Madrid.

Curso de Adaptación Pedagógica (CAP), especialidad psicopedagogía.

Psicólogo de Proyecto Hombre Castilla La Mancha y director de la Comunidad Terapéutica de consumidores de Alcohol y del

Programa de Patología Dual.

DESARROLLO Y ORGANIZACIÓN

Dedicación: 250h.

115 horas presenciales.
60 horas de trabajo online.
75 horas de proyecto fin de máster.

Grupos muy reducidos

(máximo de 8 -10 personas).

Modalidad presencial y Online.

DESARROLLO Y ORGANIZACIÓN

La inscripción del alumno se considerará realizada, con el ingreso del 10% del importe total del curso, en concepto de matrícula y reserva de plaza.

La modalidad de pago podrá ser FRACCIONADA
(pago flexible a medida) y podrá realizarse:

En efectivo en la Sede de Emotiva Centro para el Cambio.
(Plaza del Callao, 1)

Transferencia bancaria, indicando el nombre del alumno,
a la cuenta de Ibercaja 2085 / 9253 / 56 / 0330271569.

Titular de la Cuenta: Emotiva Centro para el Cambio, SL.

PARA MÁS INFORMACIÓN
PONTE EN CONTACTO CON NOSOTROS
ESTAREMOS ENCANTADOS DE ATENDERTE.

EXPERTO UNIVERSITARIO EN PSICOLOGÍA POSITIVA

*Especialidad en Educación,
Empresa y Salud*

www.emotivacpc.es

*“La felicidad es una actitud.
O nos hacemos miserables o felices y fuertes.
La cantidad de trabajo es el mismo.”*

Francesca Reigl



EMOTIVA
CENTRO PARA EL CAMBIO

 CESdonbosco