unir LA UNIVERSIDAD EN INTERNET

Experto Universitario en

Psicología Positiva

unir LA UNIVERSIDAD EN INTERNET

Experto Universitario en Psicología Positiva

Índice

- **Presentación** — pág. 3
- **Directora del programa** — pág. 6
- **Claustro** — pág. 6
- **Programa** — pág. 7
  - » **Módulo 1:** Fundamentos de la Psicología Positiva
  - » **Módulo 2:** Psicología Positiva aplicada en el ámbito social, clínico y de la salud
  - » **Módulo 3:** Psicología Positiva aplicada en el ámbito educativo
  - » **Módulo 4:** Psicología Positiva aplicada en el ámbito de las organizaciones

Presentación

La **psicología positiva** ayuda a aliviar el dolor emocional poniendo el foco en la identificación de las fortalezas de las personas para fomentarlas.

El **Curso de Psicología Positiva** es el único título experto con talleres en directo con experiencias reales en psicología positiva con expertos en diferentes ámbitos, como el clínico o el educativo.

Objetivos

- Ampliar el conocimiento sobre ejercicios para la puesta en práctica de la **atención plena, el engagement y el flow**
- Conocer herramientas para la mejora de las **habilidades socio-emocionales** en el alumnado, en el profesorado y en las familias
- Adquirir competencias para fomentar el **desarrollo personal y profesional** de las personas en su ámbito de trabajo
- Mejorar la formación en el ámbito **socio-emocional** de sanitarios, trabajadores en servicios sociales y personal de instituciones y asociaciones
- Utilizar las nuevas tecnologías para aumentar las **emociones positivas** de las personas
- Diseñar planes de acción para crear escuelas y organizaciones saludables

Salidas Profesionales

Después de cursar el Curso de Psicología Positiva online, podrás trabajar en:

- Gabinetes de psicología
- Centros sociosanitarios
- Centros de investigación en psicología clínica y de la salud
- Equipos y organizaciones sociosanitarias
- Instituciones escolares: escuelas infantiles, colegios, institutos
- Instalaciones deportivas
- Empresas

Por qué UNIR recomienda este programa

El **Experto Universitario en Psicología Positiva** te proporciona las herramientas para mejorar tus habilidades en el ámbito social y en el ámbito emocional:

- Por su papel en el trato con el alumnado y el profesorado en colegios, escuelas e institutos para fomentar **el optimismo, el sentido del humor, la gratitud y la compasión**.
- En un contexto sanitario, con los **pacientes y sus familiares** ante los diferentes procesos de salud y de enfermedad.
- Por fomentar el **bienestar psicológico** y los instrumentos que ayudan a su desarrollo en cada individuo.

Datos Clave

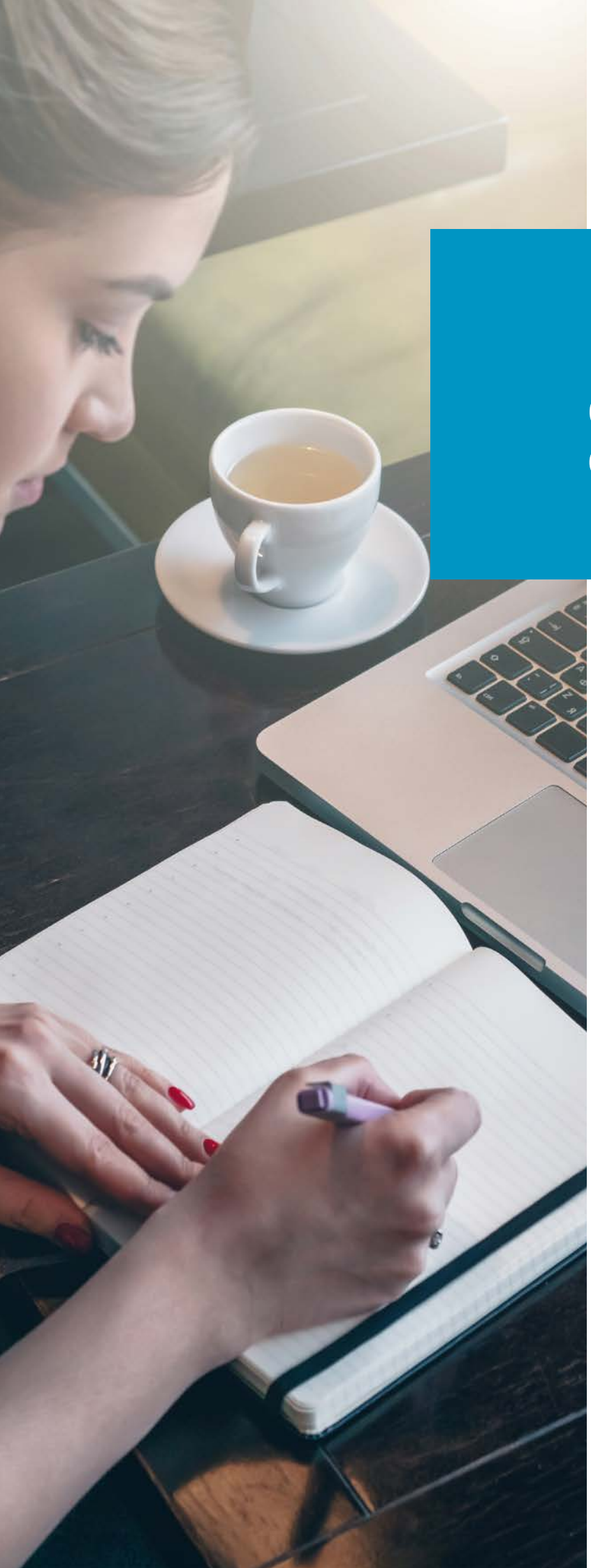
4 MESES - 15 ECTS

CLASES ONLINE EN DIRECTO

Donde podrás interactuar con el profesor y los alumnos. Y, si no puedes asistir en directo, puedes verla en diferido siempre que quieras

DIRIGIDO A

- Profesionales del ámbito de las ciencias de la salud (psicólogos/as, enfermeros/as, médicos/as y terapeutas ocupacionales)
- Profesionales de las ciencias sociales (trabajadores/as sociales y educadores/as sociales)
- Profesionales de áreas relacionadas, como educación (pedagogos/as, maestros/as) y recursos humanos



Un nuevo concepto de Universidad online

La Universidad Internacional de La Rioja, universidad con docencia 100% online, se ha consolidado como solución educativa adaptada a los nuevos tiempos y a la sociedad actual. El **innovador modelo pedagógico de UNIR** ha conseguido crear un nuevo concepto de universidad en el que se integran aspectos tecnológicos de última generación al servicio de una enseñanza cercana y de calidad. La **metodología 100% online** permite a los alumnos estudiar estén donde estén, interactuando, relacionándose y compartiendo experiencias con sus compañeros y profesores. Actualmente UNIR cuenta con:

- Más de **41.000 alumnos**
- Más de **10.000 alumnos internacionales**
- Presencia en **90 países de los 5 continentes**
- Más de **130 títulos de Grado y Postgrado**
- Más de **4.000 convenios de colaboración** firmados para dar cobertura de prácticas a nuestros estudiantes
- Además UNIR es una **universidad responsable con la cultura, la economía y la sociedad.** Este compromiso se materializa a través de la Fundación UNIR.

DIRECTORA DEL PROGRAMA

Dra. Natalia Martín María
Doctora en Psicología Clínica y de la Salud

Coordinadora de diferentes títulos de psicología en la Facultad de Ciencias de la Salud de UNIR

Anteriormente, ayudante de investigación en el Centro de Investigación Biomédica en Red Salud Mental (CIBERSAM), colabora con el centro colaborador de la Organización Mundial de la Salud (OMS) para la Investigación y Docencia en Servicios de Salud Mental. También es miembro del Instituto de Investigación Sanitaria del Hospital Universitario La Princesa y de CIBERSAM.

Claustro

Alberto Ortega Maldonado
Profesor

Es docente, investigador y consultor, es especialista en Psicología Positiva Aplicada y Doctor en Psicología. Su tesis doctoral obtuvo varios premios y menciones por su contribución tanto al ámbito de la investigación como a la práctica profesional.

Elvira Lara Pérez
Investigadora postdoctoral.

Su trabajo académico e investigador se ha desarrollado en diversos centros sanitarios y universidades de prestigio. Además, está acreditada como profesora ayudante doctora por la ANECA.

Programa

MÓDULO 1

Fundamentos de la Psicología Positiva – 6 ECTS

- **TEMA 1. Base teórica y conceptual de la Psicología Positiva**
  - 1.1. Introducción y objetivos
  - 1.2. Antecedentes históricos
  - 1.3. Pilares de la Psicología Positiva: la experiencia, el individuo y las comunidades positivas
  - 1.4. Modelos teóricos y perspectivas actuales
  - 1.5. Críticas a la Psicología Positiva
  - 1.6. Referencias bibliográficas
- **TEMA 2. Bienestar psicológico**
  - 2.1. Introducción y objetivos
  - 2.2. ¿Qué significa bienestar?
  - 2.3. Welfare vs well-being: relación entre Estado del bienestar y bienestar psicológico
  - 2.4. El bienestar psicológico a lo largo de la vida
  - 2.5. La evaluación del bienestar psicológico: un reto permanente
  - 2.6. Referencias bibliográficas
- **TEMA 3. Las emociones**
  - 3.1. Introducción y objetivos
  - 3.2. Definición, funcionalidad y características
  - 3.3. Psicobiología de las emociones
  - 3.4. Emociones positivas y emociones negativas
  - 3.5. Relación entre emociones, procesos de salud y enfermedad y cognición
  - 3.6. Referencias bibliográficas
- **TEMA 4. Fortalezas personales**
  - 4.1. Introducción y objetivos
  - 4.2. Definición, funcionalidad, características y clasificación en las seis virtudes
  - 4.3. Sabiduría y conocimiento
  - 4.4. Coraje
  - 4.5. Humanidad
  - 4.6. Justicia
  - 4.7. Moderación
  - 4.8. Trascendencia
  - 4.9. Referencias bibliográficas
- **TEMA 5. Resiliencia**
  - 5.1. Introducción y objetivos
  - 5.2. Resiliencia y afrontamiento de adversidades
  - 5.3. Factores de riesgo y protección en la resiliencia
  - 5.4. Contextos resilientes. Fomento de la resiliencia ante la adversidad
  - 5.5. Referencias bibliográficas
- **TEMA 6. *Mindfulness. Engagement, Flow***
  - 6.1. Introducción y objetivos
  - 6.2. Mindfulness (atención plena). Definición, características e intervención
  - 6.3. El engagement (compromiso) y la psicología organizacional positiva
  - 6.4. Flow (fluir). Motivación, concentración y creatividad
  - 6.5. Referencias bibliográficas

MÓDULO 2

Psicología Positiva aplicada en el ámbito social, clínico y de la salud – 3 ECTS

- **TEMA1. Formación en el ámbito socio-emocional de sanitarios, de trabajadores en servicios sociales y de personal de instituciones y asociaciones**
  - 1.1. Introducción y objetivos
  - 1.2. Burnout en profesiones sanitarias y sociales

- 1.3. Beneficios de la Psicología Positiva en el ámbito sanitario y social
- 1.4. Propuestas para la mejora del bienestar psicológico de profesionales, pacientes y usuarios
- 1.5. Referencias bibliográficas

- **TEMA2. Uso de nuevas tecnologías para fomentar emociones positivas**
  - 2.1. Introducción y objetivos
  - 2.2. ¿Qué es la tecnología positiva y cuáles son sus beneficios?
  - 2.3. Intervenciones positivas con el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs)
  - 2.4. Referencias bibliográficas

- **TEMA 3. Programas de intervención para fomentar las fortalezas psicológicas y las competencias socio-emocionales en la población general**
  - 3.1. Introducción y objetivos
  - 3.2. El bienestar psicológico y su relación con el bienestar físico
  - 3.3. Promoción del desarrollo personal y social en los adolescentes: prevención del estrés y la violencia
  - 3.4. Aplicaciones positivas en personas mayores
  - 3.5. Propuesta de intervención para los trastornos adaptativos
  - 3.6. Referencias bibliográficas

MÓDULO 3

Psicología Positiva aplicada en el ámbito educativo – 3 ECTS

- **TEMA 1. Educación Positiva**
  - 1.1. Introducción y objetivos
  - 1.2. El inicio y su contexto
  - 1.3. Educación Positiva en el mundo
  - 1.4. Los retos de la Educación Positiva
  - 1.5. Referencias bibliográficas

- **TEMA 2. Educación positiva para el alumnado**
  - 2.1. Introducción y objetivos
  - 2.2. Educación Positiva y rendimiento académico
  - 2.3. Beneficios de la Educación Positiva en el alumnado: más allá del logro escolar
  - 2.4. Intervenciones positivas para el alumnado: herramientas para promover el bienestar psicológico
  - 2.5. Referencias bibliográficas

- **TEMA 3. Educación positiva para los docentes**
  - 3.1. Introducción y objetivos
  - 3.2. Ser docente: ¿una profesión de riesgo?
  - 3.3. La formación en Psicología Positiva como una competencia clave
  - 3.4. Intervenciones positivas para el profesorado: herramientas para promover el bienestar psicológico
  - 3.5. Referencias bibliográficas

MÓDULO 4

Psicología Positiva aplicada en el ámbito de las organizaciones – 3 ECTS

- **TEMA 1. Organizaciones saludables**
  - 1.1. Introducción y objetivos
  - 1.2. Definición y modelos de organizaciones saludables
  - 1.3. Recursos organizacionales positivos
  - 1.4. Recursos personales positivos
  - 1.5. Prácticas organizaciones positivas
  - 1.6. Referencias bibliográficas

- **TEMA 2. Capital psicológico. Definición y gestión**
  - 2.1. Introducción y objetivos
  - 2.2. Concepto y utilidad del capital psicológico a nivel individual, de equipo y organizacional
  - 2.3. Factores favorecedores del desarrollo del capital psicológico
  - 2.4. Efectos y beneficios del capital psicológico

- 2.5. Medición del capital psicológico
- 2.6. Intervención para el desarrollo del capital psicológico
- 2.7. Referencias bibliográficas

TEMA 3. Programas de intervención para fomentar el desarrollo personal y profesional

- 3.1. Introducción y objetivos
- 3.2. Intervenciones Psicológicas Positivas (IPP) en el ámbito laboral
- 3.3. Desarrollo de modelos de liderazgo positivo
- 3.4. Referencias bibliográficas

TITULACIONES RELACIONADAS

- Máster Universitario en Neuropsicología Clínica
- Máster Universitario en Psicoterapia: Terapias de Tercera Generación
- Experto Universitario en Inteligencia Emocional
- Experto Universitario en Adicción a las Nuevas Tecnologías

unir LA UNIVERSIDAD EN INTERNET

RECTORADO LOGROÑO

Avenida de la Paz, 137
26006. La Rioja
España
+34 941 210 211

DELEGACIÓN MADRID

Calle de García Martín, 21
28224. Pozuelo de Alarcón
España
+34 915 674 391

DELEGACIÓN BOGOTÁ

Calle 100 # 19-61. Edificio Centro
Empresarial 100. Oficina 801. 11001
Colombia
+571 5169659

DELEGACIÓN CD. DE MÉXICO

Avenida Universidad 472,
Narvarte Poniente. 03600
México
+52 (55) 3683 3800

DELEGACIÓN QUITO

Avenida República E7-123 y Martín
Carrión (esquina). Edificio Pucará
Ecuador
(+593) 3931480

DELEGACIÓN LIMA

José Gabriel Chariarse, 415
San Antonio. Miraflores
Perú
(01) 496 – 8095

unir.net | +34 941 209 743