



IMEP
Institute of Medicine and Psychology



**UNIVERSIDAD
SERGIO ARBOLEDA**

Diplomatura en Psicología Positiva

Certificación con aval de IMEP Education y Universidad Sergio Arboleda



¿Por qué deberías sumarte a nuestra Diplomatura en Psicología Positiva?

Nuestro programa ofrece una **formación integral**, diseñada para explorar en profundidad el potencial humano desde una perspectiva científica y aplicada. Los participantes aprenderán a identificar, potenciar y aplicar los **recursos psicológicos positivos en su vida cotidiana y en su entorno profesional**, basándose en investigaciones y prácticas validadas. La estructura del programa permite una comprensión clara de los fundamentos de esta disciplina, sentando una base sólida para su implementación en diversos contextos.

Los módulos del programa se centran en temas clave como el **bienestar, las fortalezas personales, la resiliencia y el florecimiento humano**. Cada módulo está cuidadosamente elaborado para facilitar la comprensión y aplicación de estos conceptos, promoviendo el desarrollo personal y profesional de los estudiantes. A través de esta formación, los participantes podrán desarrollar habilidades prácticas para aumentar su propio bienestar y el de los demás, ya sea en el ámbito laboral o familiar.

El enfoque práctico del programa permite que los estudiantes apliquen los conceptos en situaciones reales, logrando una formación que va más allá de la teoría. Con actividades interactivas, ejercicios reflexivos y estudios de caso, los participantes tienen la oportunidad de experimentar de primera mano cómo la **Psicología Positiva puede mejorar la calidad de vida**. Además, el programa fomenta un ambiente de aprendizaje colaborativo, permitiendo el intercambio de experiencias y conocimientos entre compañeros de distintas disciplinas.

La calidad de la enseñanza está garantizada por un equipo de profesionales con amplia experiencia en Psicología Positiva y áreas relacionadas. Los docentes combinan su **conocimiento académico con su experiencia práctica**, brindando una formación que es tanto rigurosa como inspiradora. Con su orientación, los estudiantes pueden sentirse acompañados y motivados en su proceso de aprendizaje, lo que permite un mayor aprovechamiento de cada módulo.

Al finalizar el programa, los participantes estarán equipados con herramientas valiosas para promover la **felicidad, la resiliencia y el crecimiento** en sus vidas y en las de quienes los rodean. Esta formación es ideal para aquellos que buscan no solo entender los **fundamentos de la Psicología Positiva**, sino también **aplicarlos de manera efectiva en su día a día**, promoviendo un impacto positivo duradero en su entorno.



Lic. Gonzalo Descotte
Director del programa





La **Universidad Sergio Arboleda** es una institución de educación superior con 40 años de trabajo incansable por la formación integral de los colombianos en Bogotá y en la región Caribe. Es reconocida por su **proyecto académico humanista**, internacional e innovador, y por ser la universidad más joven de Colombia con **Acreditación Institucional de Alta Calidad Multicampus**.

El legado de la Universidad Sergio Arboleda incluye hitos como el desarrollo del primer satélite colombiano lanzado al espacio -Libertad 1-, el desarrollo de una oferta académica única, que integra las humanidades, el deporte, los negocios, la tecnología y la moda, y la consolidación de proyectos innovadores como PRIME Business School, que cuenta con acreditación internacional. Todo esto con un enfoque de inclusión y diversidad para que más personas accedan a la educación superior.



Objetivos del programa

La presente **formación en Psicología Positiva** se orienta a brindar un aprendizaje actualizado y especializado en el desarrollo del bienestar y el potencial humano, dotando a los participantes de herramientas prácticas para fomentar el florecimiento personal y social.

A lo largo del trayecto académico, los estudiantes recorrerán los fundamentos teóricos y prácticos, así como las más recientes investigaciones en el campo de la Psicología Positiva, para poder identificar, potenciar y aplicar fortalezas, resiliencia y otras competencias positivas en diversos contextos de la vida cotidiana y profesional.



Conocer los principales desarrollos, campos de estudio y aplicación de la Psicología Positiva.



Reconocer el valor del enfoque salugénico en la psicología.



Presentar instrumentos de evaluación de las distintas emociones positivas y fortalezas humanas.



Profundizar en la práctica en los ámbitos clínico y laboral desde la mirada de la Psicología Positiva.



Ejercitar métodos y técnicas basados en la Psicología Positiva.

Formación integral

Nuestros programas se orientan al abordaje de temáticas de fuerte implicancia social, en un marco de valores humanos y compromiso con el cambio social.



¿A quiénes está dirigido?

El programa está estructurado en módulos temáticos que cubren desde los **fundamentos teóricos y la historia de la Psicología Positiva**, hasta **aplicaciones prácticas** en contextos clínicos y organizacionales. Con una **metodología de aprendizaje virtual**, el diplomado ofrece una combinación de clases teóricas, ejercicios prácticos, y evaluaciones continuas, facilitando una experiencia de aprendizaje flexible y accesible para profesionales de todo el mundo.

El presente programa resulta de especial interés y utilidad para:

Profesionales de la salud mental

(Psicólogos clínicos, terapeutas ocupacionales, consejeros y coaches de vida).

para incorporar técnicas de Psicología Positiva en la práctica clínica, y comprender cómo las fortalezas personales pueden transformar el tratamiento a sus pacientes.

Líderes de Recursos Humanos y Desarrollo Organizacional

(Directores y gerentes de Recursos Humanos, consultores de desarrollo organizacional, coaches ejecutivos).

con propósito de implementar herramientas prácticas que contribuyan a un ambiente de trabajo saludable, y promuevan la motivación, cohesión de equipo y liderazgo.



Perfil de egresado

Competencias

Al finalizar el curso, el profesional será capaz de:

- Aplicar **estrategias de intervención basadas en Psicología Positiva** para promover el bienestar en ámbitos clínicos y organizacionales.
- Identificar y potenciar **fortalezas personales y grupales**, utilizando herramientas de evaluación validadas para medir el florecimiento humano.
- Implementar **prácticas que fomenten la resiliencia y el crecimiento personal**, adaptadas a las necesidades y contextos específicos de su entorno profesional.
- Integrar el **enfoque salugénico en su práctica diaria**, promoviendo la salud mental y el desarrollo positivo en su comunidad.
- Liderar procesos de cambio positivo, aplicando los **principios de la Psicología Positiva** para mejorar la calidad de vida y el bienestar en entornos diversos.

Diferenciales de *Experiencia IMEP*

- **Programas de contenido** actualizados, y de excelente correlación entre actualización teórica y aplicación práctica.
- **Autogestión del aprendizaje**, con acceso al Campus virtual las 24 h, con **material educativo exclusivo y clases asincrónicas**.
- **Tutoría permanente**, con asistencia y seguimiento al estudiante cuando lo requiera.
- **Staff de profesores referentes** en las temáticas tratadas, expertos en las temáticas y de reconocimiento internacional.
- **Networking global**, mediante el establecimiento de lazos profesionales internacionales.



Contenidos académicos

Módulo 1

Bases, historia y fundamentos **Docente:** PhD. Montserrat Amorós

Introducción a la psicología positiva, colaboración con el bienestar y la salud mental. Inicios de la psicología positiva. Historia y marcos teórico. Principales temas de estudio de la psicología positiva y sus ámbitos de aplicación. Que es psicología positiva y que no. Valor del enfoque salugénico. Concepto de bienestar.

Módulo 2

Salud positiva **Docente:** PhD. Montserrat Amorós

Salud positiva. Teoría de la indefensión aprendida vs. Optimismo. Estilos explicativos/atribucionales y origen. Optimismo Disposicional de Scheier y Carver. Optimismo, esperanza y salud. El aprendizaje del optimismo. Optimismo como recurso psicológico para la salud. Modelo PERMA. Modelos de felicidad y bienestar. Bases biológicas, psicológicas y sociales. El estudio científico de la felicidad. Neuroanatomía de la felicidad. Características biológicas subyacentes. Causas de la felicidad. Bienestar psicológico y felicidad. Concepto de bienestar psicológico. Modelos teóricos del bienestar. Los elementos del bienestar. Definiciones de felicidad. Rasgos positivos. Fortalezas y virtudes. Clasificación de Peterson y Seligman.

Módulo 3

Crianza positiva **Docente:** Mg. Mariella Vega Swayne

Psicología Positiva y Crianza.

- Estilos de apego.
- Apego.
- Estados afectivos positivos.
- Competencias parentales.
- Definición, evaluación y entrenamiento.
- Aceptación y validación.
- Crianza basada en el desarrollo emocional positivo.

Intervenciones con familias basadas en la Psicología Positiva.



**Módulo
4**

Modelo PERMA. Emociones positivas.

Docente: Ps. Namrata Jain- Clase en inglés (subt. en español)

Evolución de las emociones positivas. El apego y el desarrollo de la competencia emocional. Felicidad.

Emociones Positivas en el presente: Mindfulness y Saboreo.

Emociones Positivas relacionadas con el pasado: Gratitud y Perdón

Emociones Positivas relacionadas con el futuro: Esperanza y Optimismo.

**Módulo
5**

Modelo PERMA. Compromiso / Engagement.

Docente: Ps. Namrata Jain- Clase en inglés (subt. en español)

Definición. Desarrollo histórico del concepto.

Flow. Placer y disfrute.

Fortalezas: qué son y criterios de selección. Modelo de 6 virtudes clave: Sabiduría y conocimiento, Valor, Amor y humanidad, Justicia, Templanza, Espiritualidad y trascendencia. 6 virtudes principales.

**Módulo
6**

Modelo PERMA. Relaciones/vínculos positivos.

Docente: Ps. Namrata Jain- Clase en inglés (subt. en español)

Relaciones interpersonales. Apoyo social. Fredrickson y su concepción del amor. Comunicación efectiva y asertividad. Técnicas de Asertividad. Respuesta activa constructiva. Emociones y temáticas asociadas a la conducta pro-social y a la felicidad. Correlación con las virtudes propuestas por Seligman y Peterson. Actividades para trabajar sobre el pensamiento crítico. Definiciones y dimensiones del humor. Funciones y efectos del humor.

**Módulo
7**

Modelo PERMA. Significado / sentido.

Docente: Ps. Akanksha Sharma- Clase en inglés (subt. en español)

Metas a corto, medio o largo plazo. Planificación para la obtención de objetivos.



**Módulo
8**

Modelo PERMA. Logros.

Docente: Ps. Akanksha Sharma- Clase en inglés (subt. en español)

Búsqueda de significado positivo. Visión de logro. Altruismo. Víctor Frankl. Crecimiento post-traumático.

**Módulo
9**

Intervenciones en el ámbito de la psicología de la salud

Docente: PhD. María José Soler

Trabajando el sentido y el propósito. Distintas formulaciones. Mirar para adentro. La vocación.

**Módulo
10**

**Intervenciones en el ámbito de la psicología de la salud
II**

Docente: PhD. María José Soler

Desarrollo de la mentalidad de crecimiento. Estilos mentales (*mindsets*). Seis situaciones disparadoras de mentalidad fija.

**Módulo
11**

Intervenciones en las organizaciones (saludables y resilientes).

Docente: Mg. Franco Beizas

Las organizaciones desde una mirada desde la Psicología Positiva. Organizaciones saludables y Resilientes (desde el Modelo HERO). Trabajo y bienestar psicológico (Happy and productive worker). Liderazgo y emocionalidad. Estilos de liderazgo (transformacional, auténtico y positivo). Factores para un alto desempeño (extra e intra rol) y compromiso organizacional. Fortalezas, talentos, desempeño y flow.

**Módulo
12**

Capital psicológico para potenciar a las organizaciones

Docente: Mg. Franco Beizas

Recursos organizacionales. Demanda Organizacionales (desgastantes v/s retadoras). Work Engagement. Esperanza como base del Capital Psicológico. Optimismo como base del Capital Psicológico. Capital Psicológico como recurso psicológico positivo desarrollable y su impacto organizacional.



Staff docente

Conformamos una red global de networking, en la que nuestros docentes comparten sus conocimientos y experiencia profesional.



PhD. Montserrat Amorós



Licenciada en Psicología.

Máster en Administración y Dirección de Servicios de Salud
Doctora en Psicología Biológica y de la Salud.



Mg. Mariella Vega Swayne



Licenciada en Psicología.

Máster en Psicología Clínica.



Ps. Namrata Jain



Licenciada en Psicología.

Fundadora de OutAloud Wellness (Bienestar Mental Corporativo e Individual). Psicoterapeuta de Parejas, Líderes y Emprendedores. Oradora TEDx.



PhD. María José Soler



Lic. en Psicología.

Doctora en Psicología. Diplomada en Psicología Positiva Aplicada.



Mg. Franco Beizas



Licenciatura en Comunicación Social, Periodismo.

Máster en Psicología Positiva Aplicada. Máster en Psicología del Trabajo, de las Organizaciones y en Recursos Humanos.



Ps. Akanksha Sharma



Psicóloga especializada en terapia narrativa, la DBT (terapia dialéctico-conductual), la IPT (terapia interpersonal) y el TA (análisis transaccional).

Maestría en Psicología del Counseling- Xavier's College- Mumbai.



Certificación con aval universitario

El egresado recibirá la certificación correspondiente en soporte digital, una vez concluido el plazo de cursado y acreditadas las actividades evaluativas pertinentes.

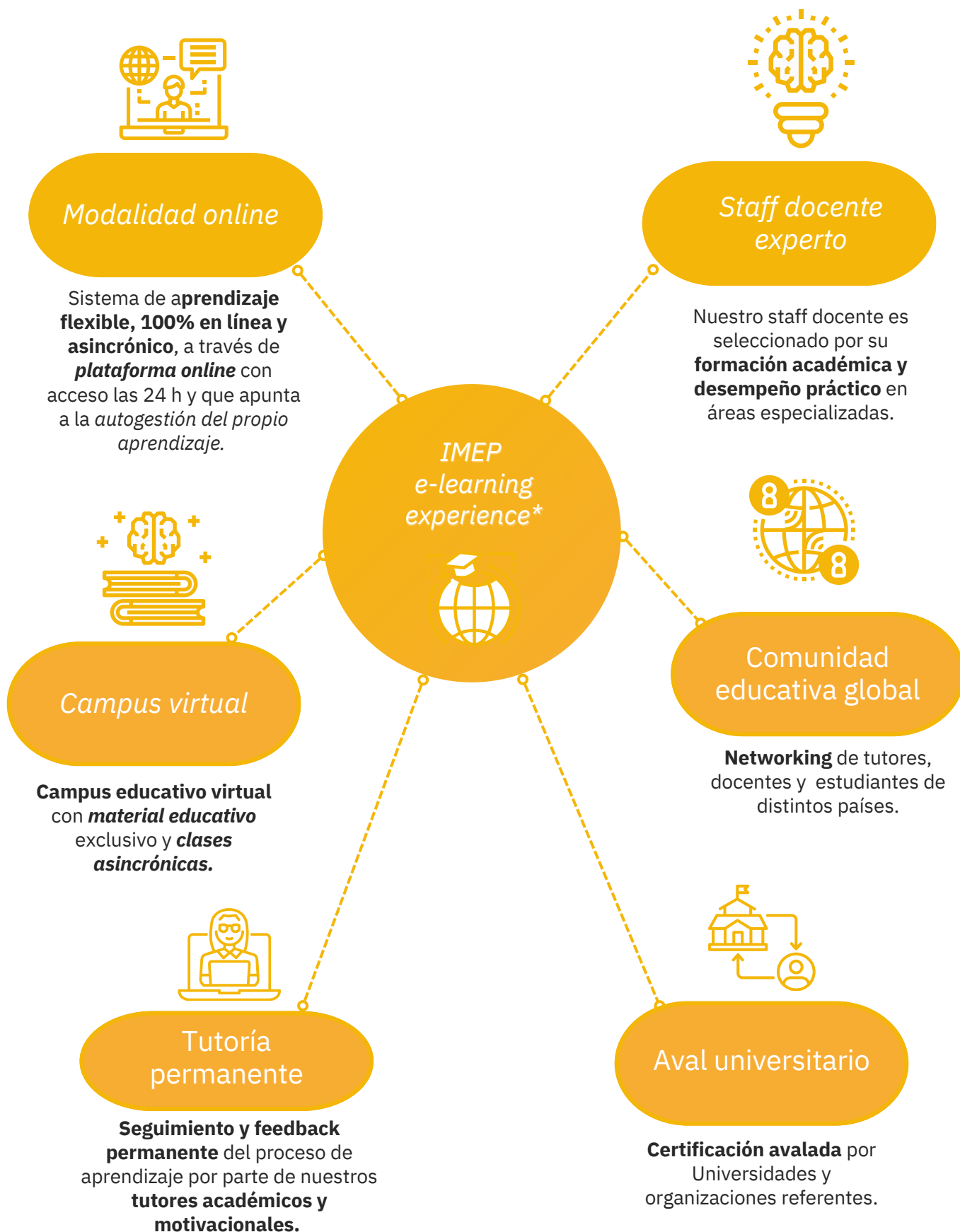
Dicha certificación indica curso, carga horaria, nombre del estudiante y organizaciones educativas que avalan.



Además, el egresado cuenta con la posibilidad de pedir su certificación en formato papel, con un coste adicional por gestiones administrativas y logística de envío.



¿Por qué sumarse a nuestra Diplomatura?



Plan didáctico

Duración

6 meses | 220 horas cátedra

Dedicación semanal: **4/5 horas**

Modalidad

Flexible, 100% en línea y asincrónica a través de plataforma online con acceso las 24 h.

Nuestra modalidad de cursado flexible permite la auto-gestión del propio aprendizaje.

El cursado conlleva un ritmo semanal/quincenal, en el que cada módulo se habilita de forma progresiva, alternando semanas de cursado y semanas de estudio.

En las **25 semanas de cursado**, se habilita un módulo nuevo de contenido de forma quincenal. En las semanas de estudio, no se disponen nuevos contenidos, y están orientadas a la profundización y estudio.

Metodología de aprendizaje

Programa de contenidos desarrollado en **12 módulos** (con variedad de materiales y recursos para garantizar un aprendizaje significativo).

Cada módulo cuenta con clases asincrónicas en formato de video que se habilitan de forma semanal y, una vez disponible, se encuentran disponibles las 24 hs en el campus educativo hasta el cierre del curso.

A su vez, cada módulo cuenta con material bibliográfico y con una instancia evaluativa.

Evaluación







Sistema de evaluación continua. Al finalizar cada módulo, los estudiantes deben acreditar el aprendizaje mediante una instancia evaluativa (formato multiple choice y/o verdadero o falso).

Dichas instancias se habilitan de forma conjunta con el módulo y poseen un plazo de realización de hasta 1 mes.

Se recomienda la realización regular de las actividades evaluativas, a fin de fortalecer el proceso continuo y progresivo de aprendizaje.



Resumen

Duración  6 meses	Carga horaria  220 horas cátedra	Fecha  Inicio mensual
Módulos contenidos  12 módulos	Evaluación  Evaluación continua	Certificación  UNIVERSIDAD SERGIO ARBOLEDA

Súmame a nuestra Diplomatura en Psicología Positiva, profundiza sobre fundamentos teóricos y prácticos y aplica herramientas prácticas para promover el bienestar personal y profesional de los pacientes.

Forma parte de nuestra comunidad global de aprendizaje y accede a nuestra metodología de aprendizaje validada por más de 1.000 estudiantes y organizaciones* de distintos países del mundo, cuyos atributos diferenciales son:

- ✓ Aula virtual de fácil acceso, intuitiva y diseñada para una experiencia educativa satisfactoria.
- ✓ Acompañamiento tutorial permanente, a cargo de nuestros docentes facilitadores.
- ✓ Networking global, con posibilidades de establecer contacto con docentes, colegas y estudiantes de todo el mundo.

[Quiero más información](#)

* Consulte por nuestros programas corporativos de formación.



Certificación con aval universitario

Nuestra Institución tiene el propósito de brindar educación de alta calidad, con una fuerte influencia en valores humanos, y accesible para todos los profesionales que deseen formarse, en una comunidad global de aprendizaje.



