

# Diplomado Psicología Positiva

---


Está probado científicamente que el desarrollo de las emociones positivas contribuye a tener una mejor salud, apoya el crecimiento personal y fundamenta el bienestar, lo cual se refleja no sólo de manera individual, sino también en el plano social y profesional.

Aunque existen antecedentes de la Psicología Positiva, fue hace poco más de diez años que Martin Seligman la definió como el estudio científico de las experiencias positivas, los rasgos positivos, las instituciones que facilitan su desarrollo y los programas que contribuyen a mejorar la calidad de vida de las personas.



**CESSA**<sup>®</sup>  
UNIVERSIDAD

Centro de Estudios Superiores de San Ángel



# Diplomado Psicología Positiva

\*Estudios sin validez oficial

## **Dirigido a:**

Toda persona interesada en el ámbito del bienestar y el desarrollo humano, desde una perspectiva científica, aplicable a su vida personal.

## **Objetivo general:**


Aplicar los hallazgos más importantes de la investigación contemporánea sobre el bienestar psicológico en su ámbito de acción, con el fin de mejorar su propia satisfacción, felicidad y calidad de vida, así como la de aquellos que le rodean, ya sea en el ámbito personal o profesional.

## **Módulos del curso:**

- Introducción a la psicología positiva
- La ciencia de la felicidad y el bienestar
- Manejo de emociones y su trascendencia
- Fortalezas y valores
- Psicología positiva y humanismo
- Psicología positiva y espiritualidad

## **Constancia:**

Curso sin validez oficial. Al terminar y acreditar todo el curso, CESSA Universidad extiende una constancia con valor curricular.



# Diplomado Psicología Positiva

\*Estudios sin validez oficial

## Requisitos de ingreso:

- Llenar tu solicitud de admisión (<https://www.cessa.edu.mx/proceso-admision-online>)
- Realiza una entrevista.
- Enviar de manera electrónica tu documentación personal.
- Hacer el pago para confirmar tu inscripción.

## Requerimientos para cursar el programa en línea:

- Contar con equipo de cómputo.
- Conexión a internet de buena velocidad.
- Manejo de programas y paquetería básica de Microsoft Office.
- Cuenta personal de correo electrónico.

### Inicio:

9 de febrero, 2021

### Horario:

De 18:30 a 21:30 hrs.

### Días:

Martes

### Modalidad:

En línea con tutor

### Duración:

5 meses

### Sede:

Campus San Ángel

Programa sujeto a cambios sin previo aviso.