

<b>Nombre de la asignatura</b>	Psicología positiva: Una nueva concepción de la Personalidad y la Felicidad		
<b>Unidad académica</b>	Escuela de Psicología		
<b>Créditos SCT-Chile</b>	4		
<b>Horas de dedicación</b>	<b>Totales</b> <i>N° de horas totales de la asignatura: 120</i>	<b>Docencia directa</b> <i>N° de horas presenciales</i> 30	<b>Trabajo autónomo</b> <i>N° de horas de trabajo autónomo o estudio personal</i> 90
<b>Tipo de asignatura</b>	Minor		
<b>Prerequisitos/ Aprendizajes previos</b>			
<b>Profesor responsable</b>	Ps. Fernando Urra S		
<b>Definición de la asignatura</b>			
<i>Se trabaja sobre los elementos conceptuales que definen la psicología positiva, el optimismo aprendido, la felicidad y su influencia en nuevos estilos saludables de vida y mejores formas de resolución de problemas.</i>			
<b>Aporte al propósito del programa</b>			
<i>Comprender que existen estilos de vida y de personalidad que favorecen la felicidad, prevención en salud, promoción en salud y resolución positiva de conflictos.</i>			
<b>Resultados de aprendizaje generales de la asignatura:</b>			
Al finalizar el curso el estudiante:			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Conoce y analiza los principales aspectos teóricos de la Psicología positiva</i></li> <li>• <i>Aplica conceptos de la psicología positiva en la resolución saludable de conflictos y en la búsqueda de la felicidad.</i></li> </ul>			
<b>Contenidos/Unidades Temáticas</b>	<b>Resultados de aprendizaje específicos para cada Unidad</b>	<b>Estrategias o metodologías de enseñanza-aprendizaje</b>	<b>Metodología de evaluación</b>
I.- Psicología Positiva y Optimismo Aprendido	Conocer aspectos centrales del modelo teórico de Psicología positiva y Optimismo Aprendido	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Clases expositivas</li> <li>• Lecturas Dirigidas</li> <li>• Análisis de casos</li> </ul>	Evaluación escrita: evaluación entre pares
II.- Teoría de la Auténtica Felicidad	Conocer los aspectos centrales del concepto de felicidad y su relación con la salud mental y la solución de problemas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tema que se analizará mediante el Método Socrático</li> <li>• Lecturas Dirigidas</li> <li>• Análisis de casos</li> </ul>	Evaluación escrita: evaluación entre pares
III.- Teoría del Bienestar Psicológico (Modelo Perma)	Aplicar los conceptos de la Psicología positiva, de la felicidad al bienestar psicológico	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Clases expositivas</li> <li>• Trabajo en parejas</li> <li>• Análisis de videos de vida real</li> </ul>	Ensayo: felicidad y bienestar psicológico: ¿Qué elegir?
<b>Requisitos de aprobación</b>	Para aprobar se requiere nota mínima 4,0 Requisito de asistencia a clases: 65%		
<b>Nota final de la asignatura</b>			
<b>Evaluaciones</b>	<b>Ponderación</b>		

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prueba escrita, en pareja, aplicando conceptos.</li> </ul>	15%
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prueba escrita, en pareja, aplicando conceptos.</li> </ul>	20%
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ensayo, en pareja, aplicación de los modelos revisados en la formulación de un proyecto de vida.</li> </ul>	25%
Examen: Prueba escrita, individual, aplicación de conceptos	40% del promedio final de la asignatura.
<b>Recursos de aprendizaje</b>	
<p><i>Seligman, M (2011) La auténtica felicidad</i>  <i>Seligman, M (2017) Aprende Optimismo</i>  <i>Seligman, M (2011) La vida que florece</i>  <i>Informáticos: Incluye sitios web, plataformas web, entre otros.</i></p>	