

## DADES GENERALS

<b>Curs acadèmic</b>	Curs 2016/2017
<b>Tipus de curs</b>	Màster Propi
<b>Nombre de crèdits</b>	60,00 Crèdits ECTS
<b>Matrícula</b>	2.200 euros (import preu públic)
<b>Requisits d'accés</b>	
<b>Modalitat</b>	On-line
<b>Lloc d'impartició</b>	Aula Virtual
<b>Horari</b>	Aula Virtual ADEIT,

## Direcció

<b>Organitzador</b>	Departament de Psicobiologia
<b>Direcció</b>	Manuela Martínez Ortiz Catedrática de Universidad, Departament de Psicobiologia, Universitat de València.

## Terminis

<b>Preinscripció al curs</b>	Fins a 24/10/2016
<b>Data inici</b>	Octubre 2016
<b>Data fi</b>	Desembre 2017

## Més informació

<b>Telèfon</b>	961 603 000
<b>Web específic</b>	<a href="http://formacion.adeituv.es/neurofelicidad/">http://formacion.adeituv.es/neurofelicidad/</a>
<b>E-mail</b>	<a href="mailto:informacio@adeituv.es">informacio@adeituv.es</a>

## PROGRAMA

- 1.1-Neuroanatomía-Neurobiología
- 1.2-Neuroquímica-Psicofarmacología
- 1.3-Psicoendocrinología
- 1.4-Psicoimmunología
- 1.5-Genética de la conducta

- 2.1. Concepto de felicidad
- 2.2. Fenomenología de la felicidad
- 2.3. La felicidad como un derecho universal
- 2.4. Estadísticas de felicidad
- 2.5. La ciencia de la felicidad

- 3.1. Cerebro y felicidad
- 3.2. Hormonas y felicidad
- 3.3. Genes y felicidad
- 3.4. Cerebro y neuroplasticidad
- 3.5. Reprogramación cerebra

- 4.1. El control del pensamiento
- 4.2. El control de las emociones
- 4.3. El control de la conducta
- 4.4. El placer a través de los sentidos
- 4.5. Los beneficios de las relaciones sociales
- 4.6. La adaptación a través de la flexibilidad

- 5.1. Efectos de la felicidad sobre la neuroplasticidad cerebral

- 5.2. Felicidad y epigenética
- 5.3. Felicidad, sistema endocrino y respuesta de estrés
- 5.4. Influencia de la felicidad en el sistema cardiovascular
- 5.5. Influencia de la felicidad en el sistema inmunológico
- 5.6. Influencia de la felicidad en el sistema reproductor

- 
- 6.1. Efectos protectores de la felicidad frente a la enfermedad
    - 6.1.1. Influencia en la salud física
    - 6.1.2. Influencia en la salud mental
    - 6.1.3. Influencia en la fertilidad y la reproducción asistida
  - 6.2. Felicidad y bienestar social
  - 6.3. Envejecimiento y felicidad
  - 6.4. Felicidad y práctica de estilos de vida saludables

- 
- 7.1. Características de un ambiente saludable
  - 7.2. Inteligencia emocional: una herramienta clave para la salud
  - 7.3. Desarrollo de hábitos de vida saludables
  - 7.4. Estrategias para el desarrollo de una red social saludable
  - 7.5. La musicoterapia
  - 7.6. La meditación integrada en la estrategia terapéutica
  - 7.7. La convivencia con mascotas como fuente de bienestar
  - 7.8. Gestión saludable de las personas en las organizaciones de salud
  - 7.9. Ambientes hospitalarios saludables

- 
- 8.1. La neurofelicidad en el ámbito laboral
  - 8.2. El bienestar emocional clave para la motivación, la creatividad y el rendimiento profesional
  - 8.3. Felicidad, estrés laboral y productividad
  - 8.4. Cerebro feliz y empatía
  - 8.5. Relaciones sociales saludables
  - 8.6. Impacto del clima laboral en la productividad
  - 8.7. Espacios de trabajo saludables
  - 8.8. Neuroeconomía y neurofelicidad

- 
- 9.1. Inteligencia emocional, inteligencia social y felicidad
  - 9.2. La neurofelicidad en la resolución de problemas
  - 9.3. La comunicación eficaz: saber comunicar y evitar el conflicto
  - 9.4. Felicidad y cooperación
  - 9.5. Cómo influye la felicidad en la toma de decisiones
  - 9.6. Neurofelicidad y engagement
  - 9.7. La felicidad como estrategia de afrontamiento al estrés laboral
  - 9.8. Capital psicológico positivo
  - 9.9. Neurofelicidad y liderazgo saludable
  - 9.10. Desarrollo y economía de las sociedades

- 
- 10.1. Desarrollo del autoconocimiento y la autoestima
  - 10.2. Desarrollo de la asertividad
  - 10.3. Desarrollo de habilidades emocionales
  - 10.4. Potenciación de la motivación
  - 10.5. Práctica de la Meditación
  - 10.6. Sueño, actividad física y estilos de vida saludables
  - 10.7. Desarrollo de la empatía y la comunicación
  - 10.8. Técnicas para reducir el estrés y la ansiedad
  - 10.9. Ambientes saludables
  - 10.10. Organización saludable en la gestión de personas
  - 10.11. Desarrollo de un liderazgo saludable

---

Trabajo fin de Máster

## PROFESSORAT

---

### Miguel Bellosta Batalla

Investigador/a en Formación. Departamento de Psicobiología. Universitat de València

---

### Concepción Blasco Ros

Doctora en Psicología. Psicoterapeuta. Profesora Asociada de Universidad, Departament de Psicobiologia, Universitat de València.

---

**Patricia Calabuig Monzón**

Psicóloga RRHH. Selección, Desarrollo y Motivación de personas. Socia-Directora de Desarrollo+Talento

---

**Carmen Carrasco Pozo**

Profesora Titular de Universidad Departament de Psicobiologia, Universitat de València.

---

**Fernando Chust Piles**

IECO Candidato, Universitat de València

---

**Miguel Ángel Díaz Escoto**

Licenciado en Psicología. Máster en RRHH. Presidente de la Asociación Nacional de Inteligencia Emocional (ASNIE). Consultor, Formado y Coach.

---

**Raúl Espert Tortajada**

Profesor Titular de Universidad, Departament de Psicobiologia, Universitat de València.

---

**Amalia García de las Bayonas Blánquez**

Responsable del gabinete Psicológico de la Clínica Fecundación in vitro (FIV). Socia y Co-Directora de PSICOMED.

---

**Marcos Antonio Gómez Juan**

Licenciatura en Informática

---

**Rita Jácome López**

---

**Manuela Martínez Ortiz**

Catedrática de Universidad, Departament de Psicobiologia, Universitat de València.

---

**José Francisco Mazón Herrero**

Director Científico del Instituto Valenciano de Neurociencias (IVANN). Neuropsicólogo Clínico. Profesor Asociado de Universidad Departament de Psicobiologia, Universitat de València.

---

**Joana Moix Queraltó**

Profesora Titular de Universidad. Departamento de Psicología Básica, Evolutiva y de la Educación. Universidad Autónoma de Barcelona.

---

**Luis Moya Albiol**

Catedrático de Psicobiología. Departamento de Psicobiología, UNiversitat de València. Neurocientífico, Conferenciante y Escritor.

---

**Fernando Pena Vivero**

Director. Agencia de Marketing de Autónomos

---

**Josefa Pérez Blasco**

Profesora Titular de Universidad. Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación. Universitat de València..

---

**Luis Miguel Pérez Granero**

Máster en Business Administration. Doctor en Dirección Estratégica y Organización de Empresas

---

**Ángel Romero Martínez**

Dr Neurociencias. Investigador Postdoctoral. Departament de Psicobiologia. Universitat de València.

---

**José Sánchez Labella**

Coach Profesional y Economista Especializado en Desarrollo Personal y Ejecutivo. Coaching Ejecutivo, Personal, Deportivo y PNL (certificado por ICF, AECOP, AECODE y AEPNL).

---

**Patricia Sariñana González**

Licenciada en Psicología

---

**M<sup>a</sup> Francisca Savall Rodríguez**

Doctora en Psicología. Psicóloga en el ámbito forense

---

**María del Carmen Soler Pagán**

Licenciada en Derecho. Gerente Oficina Técnica de Prevención, S.L. (OTP)

---

---

**OBJECTIUS**

Les sortides professionals que té el curs són:

Aquest Màster va dirigit a tots els Estudiants, Llicenciats i Professionals que estiguen interessats a conèixer les recerques científiques sobre la Neurociencia de la Felicitat així com les seues aplicacions pràctiques.

Els coneixements adquirits podran ser aplicats en diversos àmbits professionals, especialment en aquells relacionats amb les Ciències de la Salut i el Benestar (Psicologia, Medicina, Psiquiatria, Gerontologia, Infermeria, etc.), amb les Ciències Socials (Economia, Administració i direcció d'empresa, Relacions Laborals, Recursos Humans, Màrqueting, Criminologia, Intervenció social, etc.), amb la Pedagogia, amb les Ciències de l'Esport i l'Activitat Física, la Geografia i Medi ambient, i l'Arquitectura, entre uns altres.

L'Aplicació de la Neurofelicidad és de gran utilitat en totes aquelles professions que tracten d'ajudar a les persones al fet que porten una vida més saludable i satisfactòria, així com creativa i productiva. Entre elles cal destacar: a) Professions que duen a terme intervencions que afavorisquen un major estat de benestar, tant des de la prevenció com en la intervenció amb pacients, podent comptar amb estratègies terapèutiques útils en àmbits com la Salut mental, la Gerontologia, Malalts Crònics, Addiccions, etc; b) Professionals de l'Empresa, tant en recursos humans com en selecció de personal, aplicant la Neurofelicidad a persones amb problemes relacionals, a la resolució de conflictes, assetjament laboral, a la millora de l'empatia i la felicitat en les relacions laborals, tot açò amb l'objectiu d'augmentar el benestar, la salut i la productivitat, c) Professionals de Màrqueting; d) Professionals de la Ciències Jurídiques, aplicant la Neurofelicidad en la reducció de la violència, tant a nivell de tractament com de càlcul de probabilitat de reincidència i risc de perillositat, totes elles intervencions basades en la Neurocriminologia positiva, i) Professionals de l'educació per a dur a terme intervencions que afavorisquen un major estat de felicitat de les persones, tant a nivell d'educació infantil com en adolescents i adults. També es considera la seua aplicació en el camp de la formació contínua, així com en formació per a majors, f) Professionals de l'Esport i l'activitat física, esportistes d'elit, per a la millora del rendiment així com l'aplicació de l'esport per a la salut, etc, g) Professionals de l'Arquitectura i Medi ambient per a dissenyar espais adaptats a millorar la salut i la felicitat en els entorns personals i laborals.

Aquest Màster també pot resultar de gran utilitat per a Professionals amb vocació investigadora ja que ofereix les bases científiques necessàries per al disseny i plantejament de recerques bàsiques i aplicades en l'àmbit de la Neurofelicidad. També resulta interessant per a Professors universitaris amb formació en Ciències Socials i de la Salut, ja que els coneixements sobre les bases neurocientífiques de la felicitat poden ser beneficiosos en la formació en totes aquelles disciplines que treballen amb l'ésser humà des de qualsevol perspectiva.

El principal objectiu del Mster en Neurofelicidad Aplicada s informar dels coneixements actuals sobre la Neurociencia de la Felicitat, aix com les seues aplicacions, especialment en l'mbit de la Salut i en l'mbit Laboral. Aquest Mster aborda els coneixements terics i prctics necessaris per a conixer com entrenar el nostre cervell i com aprofitar tots els recursos que aquest ens ofereix per a tenir una vida saludable, satisfactria, creativa i feli en els diferents mbits de la nostra vida. En resum, aquest Mster ofereix l'actualitat sobre un camp de treball aplicable a multitud de disciplines professionals i possibilita dur a terme un treball de prevenci i intervenci basat en la Neurociencia de la Felicitat.

## METODOLOGÍA

### METODOLOGIA

La metododoga online permet traslladar l'experincia formativa a l'AULA VIRTUAL d'ADEIT, on l'alumnat i el professorat podran adquirir i intercanviar coneixements independentment del moment i del lloc on es troben. L'Aula Virtual es constitueix com un entorn de trobada, intercanvi i aprenentatge dinmic.

Els participants disposen d'una clau personalitzada que permet l'accs al curs des de qualsevol ordinador connectat a internet i des de qualsevol navegador web i sistema operatiu.

### MATERIALS I RECURSOS ADEQUATS

L'alumnat t a la seua disposici en l'Aula Virtual tot el material didctic que compon el programa del curs.

A ms comptar, si s el cas, amb un conjunt de recursos addicionals que permetran al professorat complementar la seua docncia: Materials multimdia, vdeos a travs d'un servici de videostreaming, arxius Powerpoint, arxius PDF, udios, diapositives, galeries d'imatges, enllaos d'inters, bibliografa, etc. que seran ferramentes de suport per a aprofundir en els coneixements del curs.

### COMUNICACI CONSTANT

Durant l'activitat formativa, els participants disposaran de diverses ferramentes de comunicaci, com els frums, els xats i la missatgeria interna.

Els FRUMS de debat sn espais compartits per tots els participants (alumnat i professorat) que permeten l'intercanvi d'idees, aix com resoldre dubtes, proposar debats i respondre qestions. Tamb permeten intercanviar arxius per a realitzar activitats determinades en grup.

Els frums fomenten la participaci, la col"laboraci i el treball en equip. Estan sempre disponibles, l'alumne decidix quan realitza la seua aportaci, triant el moment que millor s'adapta al seu horari.

S'oferix tamb la possibilitat de comunicar-se en temps real a travs d'un XAT. Este mecanisme s til quan diversos participants desitgen debatre sobre un tema en concret d'una manera simultani i snron.

L'Aula Virtual d'ADEIT disposa d'un sistema de VIDEOCONFERENCIA que permetr aprofundir en distints continguts, discutir casos prctics, i assistir a presentacions en qu els alumnes poden realitzar preguntes i compartir experincies.

Un eix fonamental en la formaci on line s el seguiment personal portat a terme pels tutors del curs, ajudant a aprofundir i refermar els conceptes clau i resolent els dubtes i consultes particulars a travs d'un sistema de TUTORIA personal.

### AVALUACI CONTNUA

Per a garantir l'aprofitament del curs, s'aplica un sistema d'avaluaci contnua, que servir per a comprovar en quina mesura l'alumnat assimila els coneixements estudiats, i el seu rendiment en les distintes matries.

Amb carcter general es valorar, a ms de la participaci i el treball en equip, la profunditat de les intervencions en els frums, aix com el coneixement adquirit i demostrat a travs de la realitzaci de proves com ara qestionaris tipus test, casos prctics, activitats

de desenvolupament, etc.

Els participants hauran de complir amb els requisits i estndards d'aprenentatge i dedicaci establits pels diferents docents del curs.

#### SUPORT PERSONALITZAT

L'alumnat est acompanyat per un conjunt de persones, servicis i recursos que li atenen i estan a la seua disposici per a facilitar-li l'aprenentatge.

Este col"lectiu inclou diverses figures, des del Responsable acadmic del curs o Director del mateix, els autors de continguts, els tutors, coordinadors del desenvolupament del curs, dinamitzadors i fins a l'Equip Tcnic. Tots ells participen d'una manera relacionada en els processos docents en entorns virtuals.

Encara que s el propi alumne qui gestiona el seu temps i planifica el seu ritme d'estudi, tot este equip de suport li ajudar a fer que aprofite amb xit el curs.