OBTENDRAS DIPLOMA



# Psicología Positiva para la Gestión Laboral y Organizacional

Duración:
**16 horas**

Modalidad:
**Presencial**

WWW.UDECCAPACITA.CL

Universidad de Concepción | Udec Capacita



# DESCRIPCIÓN

El curso Psicología Positiva para la Gestión Laboral y Organizacional busca fortalecer el bienestar y la productividad en sus equipos de trabajo. A través de un enfoque teórico–práctico, los participantes aprenderán a identificar y potenciar sus fortalezas personales, aplicar técnicas de resiliencia y manejo del estrés, y promover emociones positivas en el entorno laboral. Además, desarrollarán estrategias para construir climas organizacionales saludables, impulsar el liderazgo positivo y fomentar la colaboración, el reconocimiento y el propósito compartido. Esta formación contribuye a generar un ambiente de trabajo más motivador, resiliente y sostenible en el tiempo.

**Duración:**
**16 horas**

**Modalidad:**
**Presencial**

## Psicología Positiva para la Gestión Laboral y Organizacional

## ¿QUÉ APRENDERÁS?

**Aplicar herramientas de la psicología positiva para un clima laboral saludable de acuerdo con el modelo organizacional de la institución.**

- Identificar habilidades, fortalezas y oportunidades de mejora a partir de un diagnóstico individual
- Identificar fortalezas personales según el desempeño laboral individual.
- Aplicar técnicas de fortalecimiento de la resiliencia según principios de la psicología positiva.
- Aplicar prácticas de psicología positiva de acuerdo con el ámbito institucional

MALLA CURRICULAR

# Psicología Positiva para la Gestión Laboral y Organizacional

## MÓDULO I

### Fundamentos de la Psicología Positiva en el Trabajo

- Origen y principios de la psicología positiva.
- Diferencias entre psicología tradicional y psicología positiva.
- Bienestar subjetivo y bienestar psicológico en el entorno laboral.
- Modelos teóricos fundamentales (PERMA y otros).
- Impacto de la psicología positiva en la productividad y el clima organizacional.

## MÓDULO II

### Fortalezas Personales y Resiliencia en el Trabajo1

- Concepto de fortalezas personales y su identificación.
- Inventarios y herramientas para reconocer las fortalezas (ej. VIA Strengths).
- Estrategias para potenciar fortalezas en contextos laborales.
- Resiliencia y afrontamiento positivo ante el cambio.
- Estrategias para manejar la adversidad en el trabajo.

MALLA CURRICULAR

# Psicología Positiva para la Gestión Laboral y Organizacional

## MÓDULO III

### Emociones Positivas, Resiliencia y Manejo del Estrés

- La función de las emociones positivas en el trabajo.
- Concepto y desarrollo de la resiliencia organizacional individual.
- Estrategias para manejar el estrés laboral desde la Psicología Positiva.
- Comunicación asertiva y gestión positiva de conflictos.
- Gratitud, reconocimiento y feedback apreciativo.
- Prácticas de construcción de confianza y colaboración

## MÓDULO IV

### Construcción de Ambientes Laborales Positivos

- Componentes de un clima organizacional saludable y positivo.
- Estrategias de liderazgo positivo y su influencia en equipos.
- Comunicación efectiva y feedback constructivo.
- Promoción de la colaboración, sentido de propósito y reconocimiento

RUTA DE APRENDIZAJE




# Ruta de Aprendizaje

Nuestra trayectoria de aprendizaje ha sido diseñada para **guiar a los estudiantes** a través de un proceso educativo completo y dinámico, dividido en siete etapas clave:

**Inicio:**
Iniciamos el curso estableciendo expectativas claras.

**Conectar:**
Generamos vínculos entre los participantes y el contenido.

**Conocer:**
Presentamos los conceptos fundamentales del curso.

**Profundizar:**
Los estudiantes exploran a fondo el material proporcionado y practican.

**Colaborar:**
Fomentamos el trabajo en equipo para un aprendizaje práctico.

**Reflexionar:**
Fomentamos la reflexión crítica para consolidar y aplicar el conocimiento a través de evaluaciones.

**Cierre:**
Evaluamos y celebramos los logros al finalizar el curso.




# ¡Obtén tu Diploma de Certificación al aprobar este curso!

## REQUISITOS DE APROBACIÓN

- Cumplir con las **actividades de aprendizajes contempladas en cada uno de los Módulos**
- Cumplir con el mínimo de asistencia a las **aulas virtuales de un 75%.**
- Aprobar el curso con un **mínimo de 60 puntos** (en escala de 1 a 100).

*Si no apruebas el curso, obtendrás un Certificado de Participación.

# ¿POR QUÉ ELEGIR A UDEC CAPACITA?

**+20 AÑOS**
CAPACITANDO

**+500**
PROGRAMAS
REALIZADOS

**+55.000**
PARTICIPANTES
CAPACITADOS

**+54.000**
HORAS
EJECUTADAS

**+150 EMPRESAS**
CONFÍAN
EN NOSOTROS

**93%**
DE SATISFACCIÓN
EN PARTICIPANTES

CERTIFIED
NCH 2728
BUREAU VERITAS

CERTIFICACIÓN
**NCH 2728:2015**
BUREAU VERITAS

Great Place To Work.
Certified
OCT 2025–OCT 2026
CHILE

SOMOS
**GREAT PLACE TO WORK**

sence

DISPONIBLE
**FRANQUICIA TRIBUTARIA**

Universidad de Concepción | Udec Capacita

# Obtén tu Diploma de Aprobación al finalizar el curso

Contacto:

**Krishna Rodriguez Suazo**
Asistente de Proyectos

krishnarodriguez@udec.cl

+56 41 220 7484

www.udeccapacita.cl