

¿A la felicidad por el éxito, o viceversa?

Del 11 al 13 julio de 2012

Hospedería Spa Hospital de Benasque.
Benasque (Huesca)

Ciencia y práctica de la Felicidad
como clave del Éxito Personal
y Empresarial



Ciencia y práctica de la Felicidad como clave del Éxito Personal y Empresarial

DESCRIPCIÓN

Cada vez son más numerosas las evidencias científicas de que **la felicidad interior es la verdadera clave del éxito en la vida**, y no a la inversa. Esto es algo clave a tener en cuenta en todas las facetas de las personas, tanto personales como profesionales, lo cual también tendrá su correlato en el terreno empresarial y organizacional.

Aquella empresa u organización que cuente con personas felices, estará más cerca de alcanzar mejores relaciones, mejores resultados, mejores y más logros... el éxito, en definitiva. Por otro lado, para aquella persona que no tenga un trabajo, cultivar su bienestar interior le ayudará a alcanzarlo.

Hoy más que nunca se hace crucial para una persona y para una organización, desarrollar las **destrezas para cultivar su felicidad**, esto es, contar con competencias actitudinales y emocionales, con inteligencia social, emocional y también con lo que se viene llamando **inteligencia espiritual**.

En este sentido, algunas preguntas sobre las que el curso plantea trabajar son las siguientes: ¿Cuáles son los últimos hallazgos científicos al respecto? ¿Qué dice la Psicología Positiva hoy? ¿Qué relación puede tener el deporte, la montaña y el ecologismo, el arte, etc., con la felicidad? ¿Qué relación tiene el ejercicio de las fortalezas humanas y el éxito empresarial? ¿Qué es la comunicación positiva?



¿A la felicidad por el éxito, o viceversa?

DIRIGIDO A

- Comunidad universitaria de la Universidad San Jorge y de cualquier otra Universidad.
 - Directivos de empresas y profesionales de toda índole, en activo o en situación de desempleo.
 - Y en general, todo aquel que desee profundizar en el conocimiento científico de la felicidad humana, así como aprender a desarrollar sus habilidades personales para ejercitarla, como clave del éxito en el trabajo, sea en su disfrute y proyección como en su búsqueda, y por supuesto en el plano personal.
-

PLAZAS LIMITADAS

Por riguroso orden de inscripción.

MATRÍCULA

- **Comunidad universitaria** y egresados de la USJ: 175 Euros.
 - **Estudiantes de otras universidades y profesionales en activo:** 225 Euros.
 - **Profesionales en situación de desempleo** que así lo acrediten en el momento de la inscripción: 45 euros (el resto del coste vendrá sufragado por la Cátedra Simply Sano).
-

El precio incluye: matrícula y tasas del curso, alojamiento y pensión completa durante la duración del curso.

CRÉDITOS

Posibilidad de reconocimiento de 2 créditos ECTS.

LUGAR DE CELEBRACIÓN

Hospedería Spa Hospital de Benasque.
Benasque (Huesca)

OBJETIVO

El curso versa sobre la relación que existe entre felicidad y éxito tanto personal como profesional. Su objetivo principal es transmitir lo que desde la ciencia se ha avanzado en dictaminar **la relación causal que puede existir entre cultivar la felicidad interior y el éxito** duradero en la vida.

Para ello, el curso tendrá un carácter eminentemente procedimental, experiencial y vivencial, en el sentido de que los conceptos a trabajar serán transmitidos tanto desde la teoría, el debate y el análisis científico, como desde la praxis y la ejercitación tanto individual como grupal. Se combinarán ponencias y **sesiones teóricas con talleres, charlas, mesas redondas, debates, ejercicios**, etc.

ENTIDAD COLABORADORA

Bodegas Ignacio Marin.

INFORMACIÓN DEL CURSO

Email: felicicomlab@usj.es

INSCRIPCIÓN

Universidad San Jorge
Secretaría General Académica
Autovía A-23 Zaragoza-Huesca Km 299
50830. Villanueva de Gállego (Zaragoza)
tel.: (34) 976 060 100
sga@usj.es

Fecha límite de inscripción: 5 de julio

PROGRAMA

MIÉRCOLES 11 DE JULIO	
16:00h - 17:00 h	CAFÉ DE BIENVENIDA, CHECK-IN Y RECOGIDA DE DOCUMENTACIÓN
17:00h - 18:00 h	PRESENTACIÓN DEL CURSO: Felicidad, éxito y trabajo.
18:00h - 19:30 h	SESIÓN INAUGURAL: La felicidad científica hoy: últimas aproximaciones. Carmelo Vázquez (Catedrático de Psicopatología, Universidad Complutense de Madrid).
19:30 h - 21:00 h	SESIÓN DE TRABAJO 1: Teoría y práctica de la comunicación positiva. José Antonio Muñiz (Felicicom Lab, Universidad San Jorge)
21:00 h - 22:30 h	CENA DE "GALA"
22:30 h - 00:00 h	VELADA-TALLER NOCTURNO: En la noche oscura del alma. (Desarrollo personal y Naturaleza).

“ No es el éxito lo que nos hará felices; es el ser felices lo que nos traerá el éxito en la vida. ”

Shawn Achor



JUEVES 12 DE JULIO

08:00 h - 09:00 h	DESAYUNO SUPERMINERALIZANTE Y SUPERVITAMINANTE
09:00 h - 10:00 h	SESIÓN DE TRABAJO 2: Conciencia y cuerpo como elemento clave de trabajo y desarrollo. Víctor Vicente (Universidad San Jorge)
10:00 h - 13:00 h	TALLER DE FORTALEZAS HUMANAS Senderismo y ascensión por la montaña
13:00 h - 14:00 h	SESIÓN DE TRABAJO 3 (EN LA COTA ALCANZADA): Felicidad, naturaleza y conciencia ecológica: evidencias científicas. Natalia Loste (Instituto de Medio Ambiente de la Universidad San Jorge)
14:00 h - 15:00 h	COMIDA PIC-NIC
15:00 h - 18:00 h	TALLER DE MINDFULNESS Y APERCEPCIÓN SENSORIAL Senderismo de vuelta de la montaña
18:00 h - 19:00 h	COFFEE-BREAK Y DESCANSO
19:00 h - 20:30 h	SESIÓN DE TRABAJO 4: De la Inteligencia Social y Emocional a la Inteligencia Espiritual. Carlos Hue García (Universidad de Zaragoza / Gobierno de Aragón)
20:30 h - 22:30 h	CENA-TALLER: COMER, BEBER, ESTAR: VIAJAR AL AHORA A TRAVÉS DEL PALADAR.
22:30 h - 00:00 h	VELADA-TALLER NOCTURNO: Bienestar y Belleza: arte, música y poesía creativa.

VIERNES 13 DE JULIO

07:30 h - 08:30 h	TALLER DE FLOW Y OPTIMISMO: Buenos días, Mundo.
08:30 h - 09:30 h	DESAYUNO SUPERMINERALIZANTE Y SUPERVITAMINANTE
09:30 h - 11:00 h	SESIÓN DE TRABAJO 5: Leer para crecer. Debate y puesta en común de la lectura previa al curso. Ignacio Escuin (Universidad San Jorge)
11:00 h - 12:30 h	SESIÓN DE TRABAJO 6: Economía y felicidad, ¿un cambio de paradigma?. Luis Alberto Rivas (Universidad Pontificia de Salamanca).
12:30 h - 14:00 h	MESA REDONDA: Felicidad y liderazgo en las organizaciones. Óscar Díaz (Felicicom Lab, Universidad San Jorge), María Jesús Vinacia (Directora de Personas de la Universidad San Jorge), Jorge Berlanga (Director de RR.HH. de Supermercados Simply), Carlos Pyñeiroa (Gerente del Centro de Incubación Empresarial Milla Digital).
14:00 h - 15:30 h	COMIDA DE DESPEDIDA
15:30 h - 16:00 h	CLAUSURA DEL CURSO
16:00 h - 18:00 h	Visita a los museos y yacimientos de Los Llanos del Hospital y Fundación Hospital de Benasque. (OPCIONAL)



universidad
SANJORGE
GRUPO SANVALERO

www.usj.es

COLABORA



CÁTEDRA
SiMPLY
sano

ORGANIZA



FELICICOMlab

ORGANIZATIONAL COMMUNICATION, PERFORMANCE, & HAPPINESS LAB
LABORATORIO DE COMUNICACIÓN ORGANIZACIONAL, EFICIENCIA Y FELICIDAD



Campus Universitario de Villanueva de Gállego (Zaragoza)
Autovía A-23 Zaragoza - Huesca, km. 299
50830 Villanueva de Gállego, Zaragoza (España)
(34) 976 060 100
info@usj.es

