

Expertos de universidades te quieren dar las claves de la felicidad



Asael Villanueva | Redacción Nacional

Expertos de varias partes del mundo enfocados en el estudio y análisis de las prácticas de la felicidad se darán cita en Monterrey para compartir las claves de la misma.

Se trata del [Foro Internacional de Ciencias de la Felicidad 360](#), organizado por la **universidad Tecmilenio**, que se realizará en el centro de convenciones CINTERMEX el próximo 2 y 3 de noviembre.

Estará, por ejemplo, **Tal Ben-Shahar**, profesor pionero en Harvard en el estudio de la felicidad, a través de su popular clase “**Positive Psychology**”.

También estará **James Pawelski**, director de Educación del Centro de Psicología Positiva de la **Universidad de Pensilvania** y director ejecutivo fundador de la **Asociación Internacional de Psicología Positiva**.

Él, junto con su esposa, **Suzann**, escritora y consultora en bienestar y felicidad en las relaciones, hablarán de las familias positivas.

LEE TAMBIÉN:

“[El foro] busca hacer conciencia y brindar herramientas sobre el tema de la felicidad en los diferentes aspectos de la vida, dice a CONECTA Rosalinda Ballesteros, directora del [Instituto de Ciencias de la Felicidad](#) de Tecmilenio.

Este instituto, creado hace cinco años, es, de acuerdo a Tecmilenio, único en México y está 100% dedicado al estudio de las prácticas de la felicidad a través de la psicología positiva.

“Cuando le enseñas a niños y jóvenes cómo tener más estados emocionales positivos y manejar mejor las situaciones, se ve una mejora en el rendimiento escolar y en la convivencia”, afirma Ballesteros.

“Pensamos que una vez que cumplamos nuestras metas vamos a ser felices y resulta que es al revés, las personas que están bien emocionalmente, son las que logran el éxito”, menciona sobre lo que se ha descubierto sobre el tema.

“Pensamos que una vez que cumplamos nuestras metas vamos a ser felices y resulta que es al revés, las personas que están bien emocionalmente, son las que logran el éxito”.

EL FORO Y SUS 4 EJES TEMÁTICOS:

Este es el sexto foro de la felicidad que Tecmilenio realiza para brindar las mejores enseñanzas del tema en el ámbito internacional.

Entre otros especialistas también estará **Caroline Miller, experta en GRIT, método exitoso de logro de metas, y Meik Wiking, director del Instituto para la búsqueda de la felicidad en Dinamarca, país que regularmente se ubica alto en los rankings de felicidad.**

El foro abordará la felicidad en **cuatro aspectos cotidianos: **educación, familias, organizaciones y ciudades.****

- **Educación positiva:** dirigido a directores y profesores para darles herramientas para motivar a los docentes y alumnos.
- **Familias positivas:** padres de familia conocerán estrategias para formar lazos familiares fuertes y de convivencia.
- **Organizaciones positivas:** enfocada a cómo generar motivación y felicidad en los empleados.
- **Ciudades felices:** dirigido a servidores públicos y organizaciones ciudadanas.

LEE TAMBIÉN:

EL INSTITUTO DE CIENCIAS DE LA FELICIDAD

El Instituto de Ciencias de la Felicidad nació **hace seis años** a la par del foro, ante la necesidad de **promover** las **estrategias** de **Tecmilenio** referentes a este tema.

Sus **cuatro áreas** de trabajo se enfocan en la **educación y formación** positiva, **organizaciones y liderazgo** positivo, **influencia en políticas públicas** sobre bienestar y **difusión de la felicidad** en México y el extranjero.

Conforma al instituto un **consejo consultivo** de investigadores, profesores, autoridades del INEGI y del **Tec de Monterrey y Universidad Tecmilenio**.

Mira aquí más información sobre este foro: <http://felicidad360.com/>

LEE TAMBIÉN: