Fusagasugá, Junio 7, 2016

Señores
Biblioteca Central
Universidad de Cundinamarca

Ciudad

Los suscritos:

Mariana Alonso Rodríguez, con C.C. No. 1069743441 de Fusagasugá
Tania Lorena Barrera Rodríguez, con C.C. No. 1069750885 de Fusagasugá

En nuestra calidad de autores exclusivos de la obra titulada: **PROPUESTA, CÁTEDRA DE LA FELICIDAD COMO NUCLEO ELECTIVO, PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS, UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA, FUSAGASUGÁ**

(Por favor Señale con una “x” las opciones que apliquen para el caso).

Tesis: ___
Trabajo de Grado: X
Otro: ____
Cual: _____

Presentado y aprobado en el año **2016**, por medio del presente escrito autorizamos a la universidad de Cundinamarca para que, en desarrollo de la presente licencia de uso parcial, pueda ejercer sobre nuestra obra las atribuciones que se indican a continuación, teniendo en cuenta que en cualquier caso, la finalidad perseguida será facilitar, difundir y promover el aprendizaje, la enseñanza y la investigación.

En consecuencia, las atribuciones de usos temporales y parciales que por virtud de la presente licencia se autoriza a la Universidad de Cundinamarca, a los usuarios de la Biblioteca de la universidad., así como a los usuarios de las redes,

bases de datos y demás sitios web con los que la Universidad tenga perfeccionado un convenio, son:

AUTORIZO (AUTORIZAMOS)	SI	NO
1. La conservación de los ejemplares necesarios la Biblioteca.	X	
2. La consulta física o electrónica según corresponda	X	
3. La reproducción por cualquier formato conocido o por conocer	X	
4. La comunicación pública por cualquier procedimiento o medio físico o electrónico, así como su puesta a disposición en Internet.	X	
5. La inclusión en bases de datos y en sitios web sean éstos onerosos o gratuitos, existiendo con ellos previo convenio perfeccionado con la Universidad de Cundinamarca para efectos de satisfacer los fines previstos. En este evento, tales sitios y sus usuarios tendrán las mismas facultades que las aquí concedidas con las mismas limitaciones y condiciones	X	
6. La inclusión en el Repositorio Institucional.	X	

De acuerdo con la naturaleza del uso concedido, la presente licencia parcial se otorga a título gratuito por el máximo tiempo legal colombiano, con el propósito de que en dicho lapso nuestra obra sea explotada en las condiciones aquí estipuladas y para los fines indicados, respetando siempre la titularidad de los derechos patrimoniales y morales correspondientes, de acuerdo con los usos honrados, de manera proporcional y justificada a la finalidad perseguida, sin ánimo de lucro ni de comercialización.

Para el caso de las Tesis o Trabajos de Grado, de manera complementaria, garantizamos en nuestra calidad de estudiantes y por ende autores exclusivos, que la Tesis o Trabajo de Grado en cuestión, es producto de nuestra plena autoría, de nuestro esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de nuestra creación original particular y, por tanto, somos los únicos titulares de la misma. Además, aseguramos que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifestamos que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos de la Tesis o

Trabajo de Grado es de nuestra competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

Sin perjuicio de los usos y atribuciones otorgadas en virtud de este documento, continuaremos conservando los correspondientes derechos patrimoniales sin modificación o restricción alguna, puesto que de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación de los derechos patrimoniales derivados del régimen del Derecho de Autor.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, *"Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores"*, los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables. En consecuencia, la Universidad de Cundinamarca está en la obligación de RESPETARLOS Y HACERLOS RESPETAR, para lo cual tomará las medidas correspondientes para garantizar su observancia.

NOTA: (Para Tesis o Trabajos de Grado):

Información Confidencial:

Esta Tesis o trabajo de grado, contiene información privilegiada, estratégica, secreta, confidencial y demás similar, o hace parte de la investigación que se adelanta y cuyos resultados finales no se han publicado. **SI**____ **NO** _X_.

NOMBRE COMPLETO	N°. Del Documento de Identidad	FIRMA
Mariana Alonso Rodríguez	1069743441	
Tania Lorena Barrera Rodríguez	1069750885	

FACULTAD: Ciencias administrativas, económicas y contables

PROGRAMA ACADEMICO: Administración de empresas

TITULO COMPLETO DEL DOCUMENTO:

PROPUESTA, CÁTEDRA DE LA FELICIDAD COMO NÚCLEO ELECTIVO, PROGRAMA DE ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS, UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA, FUSAGASUGÁ

AUTOR O AUTORES:

Apellidos Completos	Nombres Completos
Alonso Rodríguez	Mariana
Barrera Rodríguez	Tania Lorena

DIRECTOR (ES) DEL TRABAJO DE GRADO O TESIS

Apellidos Completos	Nombres Completos
Escobar Reyes	Gonzalo

(En caso que el Documento sea Trabajo de Grado)

TRABAJO PARA OPTAR AL TITULO DE (Opcional):
Administrador de empresas

FACULTAD: Ciencias Administrativas, económicas y contables

PROGRAMA O PROCESO:

Pregrado __X__
Especialización _____
Maestría _____
Doctorado _____
Administrativo _____

NOMBRE DEL PROGRAMA O ÁREA ADMINISTRATIVA:

Administración de empresas

NOMBRES Y APELLIDOS DEL DIRECTOR DE PROGRAMA (Opcional):

Marlon Jonathan Rodríguez

NOMBRES Y APELLIDOS DEL DIRECTOR DE LA PUBLICACIÓN:

Gonzalo Escobar Reyes

CIUDAD: Fusagasugá

AÑO DE PRESENTACION DEL DOCUMENTO: 2016

NÚMERO DE PÁGINAS (Opcional): 76

DESCRIPTORES O PALABRAS CLAVES EN ESPAÑOL E INGLES: (Usar como mínimo 10 descriptores)

ESPAÑOL	INGLES
Administración	Management
Administración de empresas	Business Administration
Cátedra	Chair
Crecimiento personal	Personal growth
Colombia	Colombia
Educación	Education
Educación Superior	Higher Education
Éxito	Success
Felicidad	Happiness
Fusagasugá	Fusagasuga
Inteligencia cognitiva	Cognitive Intelligence
Inteligencia emocional	Emotional Intelligence
Negocios	Business
Universidad de Cundinamarca	University of Cundinamarca

RESUMEN DEL CONTENIDO EN ESPAÑOL E INGLES: (Máximo 250 palabras – 1530 caracteres):

La propuesta se desarrolla sobre una fundamentación teórica-conceptual que describe y explica por qué actualmente y en especial en el ámbito de la educación superior se está atendiendo de forma medular el tema de la inteligencia emocional y su incidencia frente a las estrategias dirigidas a alcanzar el éxito y a vivenciar estados mayores de Felicidad. En el país, los planes de estudio de pregrado (convencionales) de diversas disciplinas se caracterizan por la prevalencia de uso de la inteligencia cognitiva perdiéndose muchas veces la oportunidad de optimizar el aprendizaje desde practicas lúdicas, estéticas y espirituales que brinden a los estudiantes, nuevos espacios de crecimiento personal en valores, autoestima y creatividad redundando en el mejoramiento de su capital académico y en la disminución del estrés personal y grupal. La propuesta se presenta como referente para dar viabilidad a la creación de la cátedra de la felicidad en el programa de administración de empresas Universidad de Cundinamarca, Fusagasugá, el cual ha alcanzado destacado nivel en su estructura curricular que permite se pueda generar esta innovación, ampliamente acogida en prestigiosas universidades del mundo y de Colombia. Las actividades temáticas buscan promover el conocimiento y potencial representado en la inteligencia emocional desde el estudio elemental de las funciones cerebrales, la autoconciencia, y su puesta en práctica a partir de experiencias estéticas y lúdicas planificadas.

The proposal develops on a theoretical-conceptual basis that describes and explains why now and especially in the higher education field is taking on a core the emotional intelligence topic and its impact against strategies aimed at achieving success and experiencing higher states of Happiness. In Colombia, the curriculum of undergraduate (conventional) from various disciplines are characterized by the prevalence of cognitive intelligence missing many times the opportunity to optimize learning from recreational, aesthetic and spiritual practices that provide students new spaces in personal growth values, self-esteem and creativity redounding in the improvement of their academic capital and decreasing personal and groupal stress. The proposal is presented as a reference to give viability to the creation of the chair of happiness in the Business Administration program, University of Cundinamarca, Fusagasuga, which has achieved outstanding level in its curricular structure that can generate this innovation, widely welcomed by prestigious universities in the world and in Colombia. The thematic activities seek to promote knowledge and potential represented in emotional intelligence from elementary study of brain function, self-awareness, and its implementation from planned aesthetic and recreational experiences.

Fusagasugá, Junio 7, 2016

Los suscritos:

Mariana Alonso Rodríguez, con C.C. No. 1069743441 de Fusagasugá,

Tania Lorena Barrera Rodríguez, con C.C. No. 1069750885 de Fusagasugá

En mí (nuestra) calidad de autor (es) exclusivo (s) de la obra titulada:

PROPUESTA, CÁTEDRA DE LA FELICIDAD COMO NUCLEO ELECTIVO, PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS, UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA, FUSAGASUGÁ

como titulares del derecho de autor, conferimos a la Universidad de Cundinamarca una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, por un plazo de 5 años, que serán prorrogables indefinidamente por el tiempo que dure el derecho patrimonial del autor. El autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito. (Para el caso de los Recursos Educativos Digitales, la Licencia de Publicación será permanente).

b) Autoriza a la Universidad de Cundinamarca a publicar la obra en formato y/o soporte digital, conociendo que, dado que se publica en Internet, por este hecho circula con un alcance mundial.

c) Los titulares aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.

d) Los Autores, garantizamos que el documento en cuestión, es producto de nuestra plena autoría, de nuestro esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de nuestra creación original particular y, por tanto, somos los únicos titulares de la misma. Además, aseguramos que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifestamos que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos es de nuestro competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

e) En todo caso la Universidad de Cundinamarca se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.

f) Los titulares autorizan a la Universidad para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

g) Los titulares aceptan que la Universidad de Cundinamarca pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.

h) Los titulares autorizan que la obra sea puesta a disposición del público en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en las “Condiciones de uso de estricto cumplimiento” de los recursos publicados en Repositorio Institucional, cuyo texto completo se puede consultar en biblioteca.unicundi.edu.co

i) Para el caso de los Recursos Educativos Digitales producidos por la Oficina de Educación Virtual, sus contenidos de publicación se rigen bajo la Licencia Creative Commons : Atribución- No comercial- Compartir Igual.

j) Para el caso de los Artículos Científicos y Revistas, sus contenidos se rigen bajo la Licencia Creative Commons Atribución- No comercial- Sin derivar.

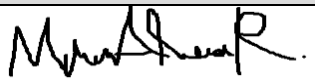
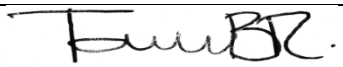
Nota:

Si el documento se basa en un trabajo que ha sido patrocinado o apoyado por una entidad, con excepción de Universidad de Cundinamarca, los autores garantizan que se ha cumplido con los derechos y obligaciones requeridos por el respectivo contrato o acuerdo.

La obra que se integrará en el Repositorio Institucional, está en el (los) siguiente(s) archivo(s).

Nombre completo del Archivo Incluida su Extensión **(Ej. Ensayo.pdf)**	**Tipo de documento (ej. Texto, imagen, video, etc)**
1. PROPUESTA, CÁTEDRA DE LA FELICIDAD COMO NUCLEO ELECTIVO.pdf	TEXTO

En constancia de lo anterior, firmamos el presente documento:

NOMBRE COMPLETO	**N°. Del Documento de Identidad**	**FIRMA**
Mariana Alonso Rodríguez	1069743441	
Tania Lorena Barrera Rodríguez	1069750885	

PROPUESTA, CÁTEDRA DE LA FELICIDAD COMO NUCLEO ELECTIVO, PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS, UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA, FUSAGASUGÁ

MARIANA ALONSO RODRIGUEZ

TANIA LORENA BARRERA RODRIGUEZ

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

FUSAGASUGA

2016

PROPUESTA, CÁTEDRA DE LA FELICIDAD COMO NUCLEO ELECTIVO, PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS, UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA, FUSAGASUGÁ

MARIANA ALONSO RODRIGUEZ

TANIA LORENA BARRERA RODRIGUEZ

Monografía para optar al Título de

Administrador de Empresas

DIRIGIDO POR:

GONZALO ESCOBAR REYES

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

FUSAGASUGA

2016

ACUERDO 00171 DE DIC. 14 DE 1989

Los autores manifiestan que ni la institución ni el jurado serán responsables de las ideas expuestas en el presente trabajo

NOTA DE ACEPTACIÓN

_____

_____

_____

_____

FIRMA DEL PRESIDENTE DEL JURADO

_____

COMITÉ DE EVALUACIÓN TRABAJOS DE GRADO

Fusagasugá, Junio 1 de 2016

DEDICATORIA

Este trabajo de grado va dedicado a todas las personas que día a día sueñan y ponen la acción para acercarse a cumplir sus sueños; a quienes creen que la felicidad se obtiene en el exterior y no en el interior de cada uno de nosotros y a quienes quieren aprender a ser felices, a través de la inteligencia emocional.

AGRADECIMIENTOS

Gracias a Dios por permitirnos llegar hasta este punto de nuestra carrera, a nuestras familias y amigos por su apoyo incondicional al compartieron nuestros esfuerzos alegrándose por las metas alcanzadas, a nuestros compañeros por la convivencia disfrutada en este proceso semestre tras semestre. A nuestros docentes por aportar sus conocimientos y valores en nuestra carrera profesional. A Camilo Cardoso por ayudarnos incondicionalmente a contactar al profesor Andrés Ramírez y desde luego a él por su apertura y acompañamiento de referentes teóricos. Por ultimo pero no menos importante al profesor Gonzalo Escobar y la profesora Elizabeth Escobar por acogernos casi como sus hijas y tenernos infinita paciencia en la realización de esta monografía, por su don de gentes y apoyo permanente.

TABLA DE CONTENIDO

RESÚMEN 10
1. TITULO 11
2. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA 12
2.1. ANTECEDENTES DEL PROBLEMA 12
2.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA 13
3. JUSTIFICACIÓN 14
4. OBJETIVOS 16
4.1. OBJETIVO GENERAL 16
4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS 16
5. MARCO DE REFERENCIA 17
5.1. ANTECEDENTES 17
5.2. MARCO TEÓRICO 19
5.3. MARCO CONCEPTUAL 42
6. METODOLOGÍA 51
6.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN 51
6.2. RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN 52
6.2.1. Fuentes primarias 52
7. APORTES DE LOS ESTUDIANTES PARTICIPANTES EN ACTIVIDADES PROGRAMADAS PARA LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD 56
8. PROPUESTA PROGRAMÁTICA DE LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD 68
9. CONCLUSIONES 71
10. RECOMENDACIONES 72
11. BIBLIOGRAFÍA 73
ANEXOS 75
ANEXO 1. EVIDENCIA FOTOGRAFICA ACTIVIDAD NO. 1 75
ANEXO 2. EVIDENCIA FOTOGRÁFICA ACTIVIDAD NO. 3 76
ANEXO 3. TABULACIÓN ENCUESTAS A LOS ESTUDIANTES 77

ANEXO 4. IMÁGENES RESPUESTAS ACTIVIDAD NO.2 77
ANEXO 5. IMÁGENES RESPUESTAS ACTIVIDAD NO.4 77
ANEXO 6. ACTIVIDAD DIBUJOS 77

RESÚMEN

La propuesta se desarrolla sobre una fundamentación teórica-conceptual que describe y explica por qué actualmente y en especial en el ámbito de la educación superior se está atendiendo de forma medular el tema de la inteligencia emocional y su incidencia frente a las estrategias dirigidas a alcanzar el éxito y a vivenciar estados mayores de Felicidad. En el país, los planes de estudio de pregrado (convencionales) de diversas disciplinas se caracterizan por la prevalencia de uso de la inteligencia cognitiva perdiéndose muchas veces la oportunidad de optimizar el aprendizaje desde practicas lúdicas, estéticas y espirituales que brinden a los estudiantes, nuevos espacios de crecimiento personal en valores, autoestima y creatividad redundando en el mejoramiento de su capital académico y en la disminución del estrés personal y grupal. La propuesta se presenta como referente para dar viabilidad a la creación de la cátedra de la felicidad en el programa de administración de empresas Universidad de Cundinamarca, Fusagasugá, el cual ha alcanzado destacado nivel en su estructura curricular que permite se pueda generar esta innovación, ampliamente acogida en prestigiosas universidades del mundo y de Colombia. Las actividades temáticas buscan promover el conocimiento y potencial representado en la inteligencia emocional desde el estudio elemental de las funciones cerebrales, la autoconciencia, y su puesta en práctica a partir de experiencias estéticas y lúdicas planificadas.

1. TITULO

PROPUESTA, CÁTEDRA DE LA FELICIDAD COMO NUCLEO ELECTIVO, PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS, UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA, FUSAGASUGÁ

2. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

2.1. ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

En los últimos años y dentro del contexto de la educación superior tanto pública como privada ha adquirido relevancia el tema de la felicidad, no solamente como aspecto innovador sino por el potencial que encierra frente a generar dinámicas que faciliten el proceso de enseñanza- aprendizaje vinculando al estudiante de una forma más emotiva y facilitando el uso de la inteligencia cognitiva al favorecer los niveles de percepción, comprensión y creatividad de los estudiantes.

Dentro del desarrollo de los diferentes núcleos, seminarios y otras actividades académicas son percibidos con cierta frecuencia la transmisión de conocimientos por parte de los docentes en forma magistral y sin mayor grado de participación de los estudiantes.

Esta es una condición extendida a un gran número de instituciones de educación superior asociada con el problema de la deserción estudiantil y por ende con las políticas educativas de las universidades públicas. Al respecto y junto con otros factores asociados a la inteligencia emocional y que tienen que ver con la orientación vocacional y profesional, el soporte familiar, las posibilidades socioeconómicas, el nivel del capital académico son en conjunto elementos determinantes de un mayor, mediano o menor grado de desempeño escolar y por ende de los factores personales de confianza, seguridad y satisfacción frente a la superación de dificultades, retos, etc. o la frustración ante la limitación de posibilidades emocionales ligadas con los roles de exigencia y de rigor académico que generan claras desventajas en los estudiantes cuyo capital académico es deficiente.

Investigaciones anteriores sobre deserción estudiantil dentro del programa de administración de empresas han demostrado que a pesar de no llegar a niveles significativos, el abandono de la carrera por parte de algunos estudiantes no deja de ser preocupante. Entre las causas mencionadas y habiéndose observado que este fenómeno se puede presentar en cualquier semestre, la situación se concentra principalmente durante los dos primeros años del cursamiento del pregrado. De forma complementaria en las monografías referidas se establece además que los hombres desertan en mayor número que las mujeres y aparece una asociación relacionada con la convivencia interpersonal de estos estudiantes con sus compañeros y profesores.

2.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

Cuál es la influencia de estados de confianza, autoestima, serenidad y otros asociados con la felicidad sobre el desempeño académico y la retención de estudiantes en el programa de administración de empresas de la Universidad de Cundinamarca sede Fusagasugá?

3. JUSTIFICACIÓN

La importancia de este proyecto de grado radica en proponer una herramienta de apoyo formativo que permita elevar el nivel de felicidad en los estudiantes de administración de empresas de la Universidad de Cundinamarca sede Fusagasugá. Permite entender puntos de vista y capitalizar experiencias relacionadas en otras instituciones de educación superior públicas y privadas.

En la actualidad, no se cuenta con un espacio académico en que se trabaje la cátedra de la felicidad en el programa de Administración de empresas de la Universidad de Cundinamarca, sede Fusagasugá.

Esta cátedra se ha convertido en una mega tendencia en el mundo de los negocios, empezando por prestigiosas universidades como Harvard y en la cual ha tenido un gran éxito, en Colombia universidades como CESA, Sergio Arboleda, La Sabana, entre otras, han convertido esta cátedra en un fundamento curricular importante para los procesos de aprendizaje y motivación para los estudiantes. Actualmente, en reconocidas empresas globales como Google, Coca-Cola, Facebook, entre otras; han convertido la actividad en parte de su filosofía corporativa.

Como administradoras de empresas, vemos la necesidad de mejorar los campos emocionales, humanísticos y productivos que estamos ofreciendo como emprendedores y profesionales entre las empresas en que se pueda intervenir adecuadamente bajo propuestas laborales que similarmente con la innovación académica, respecto de la felicidad puedan ser afectadas positivamente.

Propósito principal del trabajo es que profesores y estudiantes puedan conocer actividades no convencionales derivadas del tema de la felicidad e incidentes en el mejoramiento del desempeño académico y aspectos emocionales. Así, primeramente se hace imprescindible la capacitación en el área y la difusión de metodologías que complementen roles de enseñanza, por lo que el análisis de

información sobre deserción académica, así como la identificación de necesidades particulares y aspectos emocionales en los estudiantes, son necesarias para que la comunidad académica del programa de Administración de empresas sede Fusagasugá optimice sus servicios educativos e implemente de manera permanente propuestas referidas con el tema de la felicidad.

4. OBJETIVOS

4.1. OBJETIVO GENERAL

Diseñar un espacio académico (núcleo Electiva) que permita promover estados de felicidad personal incidentes en el desempeño académico de los estudiantes del programa de Administración de empresas de la Universidad de Cundinamarca, sede Fusagasugá.

4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Seleccionar y revisar documentos relacionados con la cátedra del éxito-felicidad.
- Sintetizar los aportes de los estudiantes obtenidos de actividades programadas para la cátedra.
- Diseñar la propuesta programática de la cátedra.

5. MARCO DE REFERENCIA

5.1. ANTECEDENTES

ARTÍCULO

ORGANIZACIONES EMOCIONALMENTE INTELIGENTES HOY, ORGANIZACIONES EXITOSAS MAÑANA

Ana Maria Afanador Mosquera

Universidad de La Sabana

Últimamente se les ha dado a los factores emocionales la importancia debida en el tiempo y espacio incluyéndolos en el óptimo desempeño de las actividades profesionales, donde las personas como individuos, como gerentes y como líder donde cada uno de ellos tienen sus diferencias en muchos aspectos y áreas, pero que como ser humano está dentro de los principios de la Inteligencia Emocional.

Antes de entrar de lleno a lo que es la Inteligencia Emocional haremos un pequeño rodeo a los fines de ver en forma más clara el panorama, empezando por definir un concepto que es importante como la motivación, algo fundamental en las acciones del individuo y en el cumplir de sus necesidades.

Una de las formas en que podemos definir a la motivación sería algo así como la pasión por lograr. Es un rasgo que comparten prácticamente todos los líderes efectivos. Aquí la palabra clave es lograr. Numerosas personas se sienten motivadas por factores externos: un gran sueldo, la situación que acompaña la obtención de un titulo impresionante o el formar parte de una empresa prestigiosa. Sin embargo, aquellos que tienen potencial de líderes encuentran la motivación en

el logro de una hazaña o una meta, por la sola satisfacción que les produce concluirla.

Todos tenemos determinadas capacidades que podríamos resumir en grupos, cada uno con elementos básicos, a saber:

Capacidades Innatas:

- La capacidad física
- La capacidad intelectual
- La resistencia psíquica
- La inteligencia emocional

Capacidades adquiridas:

- Las habilidades
- El conocimiento potencial
- La experiencia

Todos estamos acostumbrados con la definición de inteligencia que se basa en la medición del CI (Coeficiente Intelectual): raciocinio lógico, habilidades matemáticas, habilidades espaciales. Sin embargo, estudios recientes demuestran que otro tipo de inteligencia, la inteligencia emocional, es la principal responsable por el éxito o fracaso de los profesionales, jefes, líderes, padres.

El éxito profesional, independientemente de que se trate de un ingeniero, un profesor, un abogado o un vendedor, está definido en un 80% por la inteligencia emocional y en un 20% por el CI.

La inteligencia emocional está vinculada a actividades tales como la Automotivación, que como vimos no figura entre los motivadores del Taylorismo. Desde un punto de vista técnico, la motivación es el empleo de la energía en una dirección y para un fin específico. En el contexto de la Inteligencia Emocional,

significa utilizar el sistema emocional para catalizar todo el proceso y mantenerlo en marcha.

CONCLUSIONES

¿Por qué el tema de la inteligencia emocional ha capturado la atención de los medios científicos, académicos, empresariales, de comunicación y sociales en todo el mundo? La inteligencia emocional en el escenario cotidiano de desencuentros y angustias no representaría sino una necesidad de reencontrarnos con nosotros mismos y los demás, además de una esperanza viva para la humanidad.

Durante el siglo XX uno de los temas recurrentes de estudio e investigación de la psicología ha sido el de la inteligencia racional, el mismo que se ha expresado en términos como edad mental, cociente intelectual, aptitudes intelectuales, funciones cognitivas e inteligencias múltiples. La inteligencia emocional será, a no dudarlo, uno de los temas que más se estudiará y explotará en los próximos años.

5.2. MARCO TEÓRICO

PSICOLOGÍA POSITIVA

Andrés Ramírez primer profesor de la felicidad en Colombia y actual profesor en la Universidad Sergio Arboleda y la CESA; y Andrés Aljure profesor de la ciencia de la felicidad de la Universidad de la Sabana, sientan sus bases de la cátedra de la felicidad en la psicología positiva.

La psicología positiva fue definida por Seligman (1999) como el estudio científico de las experiencias positivas, los rasgos individuales positivos, las instituciones que facilitan su desarrollo y los programas que ayudan a mejorar la calidad de vida

de los individuos, mientras previene o reduce la incidencia de la psicopatología. Fue definida también como el estudio científico de las fortalezas y virtudes humanas, las cuales permiten adoptar una perspectiva más abierta respecto al potencial humano, sus motivaciones y capacidades. El propósito de este artículo es presentar una revisión teórica acerca de este movimiento reciente en la psicología desde un enfoque cognitivo comportamental, sus antecedentes, definición, principales presupuestos, campos aplicados en los que ha tenido mayores adelantos y algunas perspectivas de desarrollo. (Esguerra, 2006)

CÓMO SE APRENDE LA FELICIDAD. PROTOCOLO HARVARD (Angarita, 2006)

Es la clase más popular de la Universidad de Harvard. Son muchos los estudiantes que quieren inscribirse en la materia que dicta el profesor Tal Ben-Shachar, quien enseña a sus alumnos cómo aprender a ser más felices.

Según Ben-Shachar, la clase de Psicología Positiva -que se centra en la felicidad, la autoestima y la motivación- le da a los estudiantes herramientas para conseguir el éxito y encarar la vida con más alegría.

"El objetivo de mi clase es crear este puente, unir la accesibilidad y la diversión de la autoayuda con la rigurosidad y la sustancia de la academia".

Este profesor de 35 años y que algunos consideran "el gurú de la felicidad", no critica otras propuestas de la psicología, pero asegura que es importante no olvidar el lado positivo de los seres humanos.

También cree que es necesario unir el aspecto práctico de los libros de autoayuda con el rigor de los estudios académicos.

¿Qué aprenden los estudiantes en su clase y cómo lo hacen?

La principal lección para mis alumnos es que la felicidad está en nuestro estado de ánimo.

Es cierto que las circunstancias externas son importantes. Por ejemplo, a una mujer que vive en Darfur, Sudán, se le haría difícil alcanzar la felicidad, pero más allá de las condiciones y las libertades básicas, la felicidad hay que encontrarla en nuestro propio estado de ánimo.

Los estudiantes aprenden cómo pueden cambiar su visión del mundo y sus estados de ánimo con el fin de incrementar sus niveles de felicidad.

Esto se logra por medio de la lectura de artículos, la redacción de ensayos y también exámenes.

¿Y cómo se encuentra la felicidad?

El enfoque está en lo interior y no lo exterior. Por ejemplo, la mayoría de la gente, sea en Estados Unidos, Asia, África, Europa o América Latina, nos concentramos en lo negativo en vez de lo positivo.

Por ejemplo, debemos aprender a expresar gratitud por lo que tenemos, por el privilegio de tener una familia, comida en la mesa; hay que aprender a apreciar la vida.

También hay que mirar el fracaso desde otra perspectiva. Más allá de decir que es una catástrofe, la pregunta es qué podemos aprender.

Es necesario apreciar el valor de la música, la espiritualidad y las relaciones interpersonales, porque son elementos que le otorgan valor a nuestra vida.

Se trata también de darnos permiso de ser humanos y permitirnos experimentar la tristeza, la ansiedad en determinados momentos, porque son los que nos hacen fuertes y crecer.

"Aprendan a fracasar o fracasen en aprender", dice el académico.

LAS CLAVES DE LA FELICIDAD. PROTOCOLO HARVARD (SEMANA, 2015)

Por mucho tiempo se creyó que la felicidad no se podía enseñar como las matemáticas o la geografía. Sin embargo, desde cuando Martin Zeligman creó la psicología positiva, esa idea cambió. A partir de sus muchas investigaciones se sabe que el 50 por ciento de la felicidad depende de factores como creencias y hábitos que son modificables y por lo tanto se pueden enseñar. “El resto es genética”, dice Andrés Aljure, coach y profesor de la cátedra de felicidad y bienestar de la Universidad de La Sabana.

En efecto, aprender a ser feliz es posible y por eso muchas universidades en el mundo se han dado a la tarea de incluirla como una cátedra. En Harvard, donde existe desde 2006, es la más apetecida por los estudiantes, al punto de que desbancó a Introducción a la Economía, que por años había sido la clase más popular.

Enseñarla es importante, según este coach, porque la expectativa de vida en el mundo está aumentando y la gente debe vivir esos años extra con bienestar. Se sabe, por ejemplo, que la gente feliz vive 15 años más y con más salud que los pesimistas. Además, ser feliz es una manera de prevenir enfermedades mentales como la depresión y la ansiedad, que amenazan con ser los principales motivos de discapacidad en países desarrollados a partir de 2020. También se ha visto que los empleados felices son más productivos. Por eso, dice Aljure, “no es una moda sino un tema de agenda de la sociedad”. Y si no se enseña en colegios y universidades, como indica Anthony Seldon, director del internado Wellington College, en Gran Bretaña, “es posible que las nuevas generaciones no lo aprendan en ninguna otra parte”.

Aunque lo parecen, los cursos de felicidad no son un paseo. En el de Harvard hay 22 clases magistrales de 75 minutos cada una dictadas por Tal Ben-Shahar, uno de los gurúes del tema en el mundo. El objetivo es enseñar a tener una vida productiva y satisfactoria, y para lograrlo Ben Shahar acude no solo a su propia experiencia, sino a la evidencia científica más reciente, que es el material de estudio más importante de la clase. La idea no es salir con una sonrisa de oreja a oreja, sino "aprender a tomar lo bueno y lo malo y aprovechar al máximo lo que brinda la vida", señala una de las alumnas de Ben-Shahar.

Curiosamente, dentro de las diez lecciones principales el dinero no aparece por ningún lado y la razón es sencilla. Según Aljure, después de que el ser humano logra satisfacer sus necesidades básicas la plata deja de ser tan importante, y si bien crea satisfacciones en quienes la reciben resultan pasajeras. "El placer de comprar un carro o cualquier otra cosa se desgasta al mes de haberlo hecho", dice. Aunque no está mal ambicionarlo, el dinero solo no hace totalmente feliz a nadie. Por el contrario, los siguientes comportamientos y formas de pensar representan cambios estructurales que generarán bienestar permanentemente.

1. La felicidad está en la mente: el nivel de bienestar está determinado por la interpretación que cada cual hace de los eventos externos. Si se ven catastróficos o provechosos depende de dónde se ponga el foco de atención. Según Aljure, "el 10 por ciento es lo que nos pasa en la vida y el 90 por ciento es lo que hacemos con lo que nos pasa". Las personas deben saber que no tienen control sobre todo lo que les sucede, por ejemplo, la muerte de un ser querido, un despido en el trabajo, pero sí tiene alternativas para ver cómo los afrontan. Saber que se tiene ese control es clave en la adversidad.

2. Agradecer: el ser humano se adapta a todo, tanto a situaciones negativas como positivas. A eso se le llama adaptación hedonista. El agradecimiento es

beneficioso porque significa reconocer las cosas que la gente da por sentadas y creer que siempre estarán allí. Según el psicoanalista Ariel Alarcón, los estudios comprueban que dar gracias explícitamente a las personas genera altos niveles de bienestar porque “en ese acto uno crea empatía con la bondad del otro y eso nos hace sentir buenos a su vez”. Zeligman también recomienda escoger cada noche el hecho más agradable del día.

3. Hacer ejercicio: se ha podido establecer que 20 minutos de ejercicio al día equivalen a una dosis de Prozac o cualquier otro antidepresivo. Esto sucede porque durante la actividad física el cerebro secreta un tipo de hormonas, las endorfinas, opiáceos naturales que proporcionan una sensación de calma y placer. El ejercicio no tiene que ser intenso ni en un gimnasio. Basta una caminata a ritmo acelerado durante 20 o 30 minutos.

4. Cultivar amistades: los estudios señalan que con solo mantener cinco relaciones de amistad durante toda la vida las personas tienen el 60 por ciento mayor posibilidad de sentirse mejor. “Los amigos ayudan a que los individuos se desahoguen y al hacerlo se producen varias cosas: se reducen las emociones negativas, el cerebro se estructura mejor porque entiende con más claridad la situación y, además, brindan consejo y apoyo”, dice Aljure. Así mismo, al compartir las desgracias es posible descubrir que sus problemas no son únicos y mirar diferentes formas de afrontarlos.

5. Establecer Metas: la evidencia científica muestra que tener una meta, un proyecto, un sueño que le dé sentido a la vida redunda en bienestar porque funciona como un motor interno que sirve para sobrellevar los obstáculos. Estudios recientes han mostrado que las personas felices que no tienen un claro

sentido de propósito cuentan con las mismas probabilidades de padecer problemas de salud que aquellos que enfrentan una adversidad crónica.

6. Simplificar: hay que hacer la vida sencilla. Los expertos aconsejan no agendar más actividades de las que puede hacer, ni vivir muy lejos del trabajo, ni quedarse rumiando los problemas. La premisa es que la cantidad impacta la calidad. Tal Ben-Shahar recomienda la simplicidad en el trabajo y en la casa, y para eso hay que tener claras las prioridades.

7. Meditar: esta práctica milenaria reduce el estrés negativo, relaja, genera paz interior y da energía al cuerpo y a la mente para capotear las situaciones diarias. Está demostrado que, a largo plazo, la gente que medita puede soportar mejor los obstáculos porque, lo dice Laura Álvarez, directora de Happy Yoga, “al concentrarse la mente desvela el ruido que genera la vida amarga y ver el ruido es el primer paso para aquietarlo y cuando la meditación se hace de forma regular, el ruido se transforma en un espacio de silencio o paz”.

8. Permítirse ser humano: todas las emociones humanas, tanto las llamadas positivas como las negativas, entre las que están la ira y la tristeza, tienen un propósito. Por eso, es bueno sentirlas. También es importante ser compasivo consigo mismo, aceptar las debilidades y las fortalezas y no juzgarse más de la cuenta cuando hay fracasos. Errar no es malo si se ve como una oportunidad para aprender. “Las personas más infelices son las que pretenden que todo les salga perfecto”, señala Aljure.

9. Flexibilizarse mentalmente: se asocia a la habilidad que tiene un caucho de volver a su estado normal. En el caso de los humanos significa tener la elasticidad suficiente para ser impactado por un trauma, pero al mismo tiempo poder recuperarse. Esta palabra también se relaciona con crecimiento postraumático, lo que implica seguir caminando pero fortalecido después de una situación difícil o una pérdida. Para poder lograrlo es importante saber que se tiene control y que el fracaso también es oportunidad. Como dice Tal Ben-Shahar en sus clases, “no hay que decir ‘esto me pasó por mi bien’, sino ‘qué bien puedo sacar de esto que me pasó’”.

MEDITACIÓN

Enrique González, guía de grupos de trabajo interior o meditación.

Desde este saber, la evolución se considera el despertar de la conciencia. Para lograrlo, se requiere de la meditación, un proceso no racional que implica la observación de la realidad sin pensamientos y obliga a ver los estados internos. Por eso un de sus principios es “aquí, ahora, esto”.

Para González, la humanidad está muy mal educada emocionalmente y la consecuencia es un mundo lleno de dolor. Las personas no observan realmente lo que pasa y los hechos se tienden a llenar de prejuicios. Y según González, hay que tener muy claro que una idea acerca de un hecho mismo son aspectos completamente diferentes. La meditación permite ver cada cosa tal y como es. (El Espectador, 2016)

Por medio de estos ejercicios las personas no cambian aquello que las hace sufrir (angustias, celos, vanidad, ego o miedo), sino que detallan cada una de esas emociones, pues sólo con verlas será posible modificarlas. (El Espectador, 2016)

“El proceso de la observación cambia inevitablemente lo observado. Eso es física cuántica: los sentimientos son energías que tienen cierta longitud de onda. Cuando dirijo la atención sobre ella le estoy agregando otra energía y se crea una nueva”, asegura el guía. Por ejemplo, un temor puede modificarse cuando se observa. Es una forma emocional que tomó la energía y lo recomendable, desde la meditación, es dirigir la atención a él para transmutarlo. (El Espectador, 2016)

Según Eduardo Velásquez, las personas usualmente buscan la felicidad fuera de sí: “En el dinero, la seguridad, la pareja, la salud y una cantidad de anhelos mundanos. La perspectiva de la meditación es que la felicidad es un estado interno que no está sujeto a las circunstancias externas. Es descubrir una libertad que antes no teníamos: la de sentirse bien sin importar lo de afuera”.

FELICIDAD. PROTOCOLO CESA (CESA, 2013)

Consecuente con la formación de profesionales a través de un alto componente práctico y en consonancia con las tendencias globales, el CESA inicia la carrera de ser pionera en el país y América Latina de la electiva de ‘felicidad’ dentro de su oferta académica.

Comenzó ‘The Happy Business’, primera electiva de esta temática que se ofrece en las universidades colombianas, a cargo de Andrés Ramírez Ordóñez, director del programa Adicciones.

Esta electiva es en buena medida la respuesta a los desafíos del mundo actual, que desde hace un tiempo reconoce que a partir del liderazgo y la felicidad de las personas resulta más viable la construcción y desarrollo de familias, empresas y sociedades en general.

Aunque el tema resulta una novedad en la academia colombiana y de América

Latina, en otras latitudes ha venido consolidándose a tal punto que varias empresas ya han creado cargos de esta categoría u otros con nombres peculiares que la inspiran. No en vano, el Secretario general de Naciones Unidas, Ban Ki-Moon, ha dispuesto el 20 de marzo como el día internacional de la felicidad.

Desde hace un par de años el israelí Tal Ben-Shahar, experto en psicología positiva, dicta el curso 'Mayor felicidad', electiva que semestralmente atrae en la Universidad de Harvard a 1.400 estudiantes.

La cátedra está fundamentada en encuestas y estudios de campo sobre las características y componentes que permiten vivir felizmente. En ella, este 'Gurú de la felicidad' entrega un surtido de consejos que contribuye a alcanzarla.

La empresa de enseñanza de inglés en línea 'Open English', reconocida ampliamente por sus comerciales de televisión, por ejemplo, creó el cargo de director de la Felicidad, cuya misión es la de generar una cultura de optimismo y cooperación en la empresa. El Director de Felicidad, otro jefe de recursos humanos, tiene perfil de 'coach'.

Para fortuna del estudiantado del CESA, que advierte en la electiva 'The Happy Business' un componente medular para el futuro de los empresarios que está formando, Andrés Ramírez viene trabajando el tema desde hace un par de meses en contacto con Ben-Shahar.

"La gente que es feliz es más productiva, contagia el positivismo y construye mejores sociedades", explica Ramírez Ordóñez.

La cuestión es que la felicidad se practica. Se entrena. "Es como un músculo que si no se fortalece se atrofia". Como en la historia de Billy Elliot (Stephen Daldry, 2000), el chico que crece en una Durham (Inglaterra) de mineros sindicalizados

que practican el boxeo, pero que termina sumergido en el ballet y los valses de Tchaikovsky; “de lo que se trata es que la gente se dedique a pensar qué es lo que le gusta, qué es lo que le mueve las fibras, qué es lo que le apasiona, para que sepa para qué nació y saber con naturalidad para qué está hecho”, reflexiona Andrés Ramírez. Y agrega que “el principio de saber quiénes somos y entender nuestros dones, nuestros talentos y nuestras virtudes es el camino correcto y lógico para buscar nuestro hacer”.

Por otra parte, asuntos como la sostenibilidad y el desarrollo ambientalmente responsable, entre otros, son ‘cátedras’ que están apoyando el tema de la felicidad.

Aunque existen distintos escalafones, en la mayoría de ellos Colombia aparece en el ‘top five’ de países más felices del mundo. De hecho, según el Barómetro Global de Felicidad y Esperanza, que realiza en 54 países la red mundial de empresas de investigación de mercados (Win - Gallup International), Colombia es el más feliz de todos los países.

Así como en finanzas se habla comúnmente de indicadores como el Dow Jones, el PIB y muchos más, “la gran apuesta es tomar con más seriedad los índices de felicidad de los países como un factor clave del desarrollo de los pueblos”, finaliza.

Los países más felices según Win - Gallup International:

1. Colombia
2. Malasia
3. Brasil
4. Arabia Saudita

Lista de países más felices según asociación inglesa NEF:

1. Vanuatu

2. Colombia
3. Costa Rica
4. República Dominicana

¿POR QUÉ DICTAR UNA CATEDRA DE LA FELICIDAD EN LAS UNIVERSIDADES? (BLURADIO, 2015)

Sergio Arboleda
Decano Ignacio Gaitán

Hace unos diez años la Universidad por su carácter humanista, que de alguna manera la ha identificado a sus 30 años…como la Universidad más joven de Colombia. Ha hecho que lo que gira alrededor del ser humano es lo que trasciende, hablo desde la cultura, desde el humanismo, desde la historia y hace unos 10 años en la escuela de negocios nos poníamos a pensar '¿Cómo es el humanismo en una escuela de negocios?', el humanismo es ética… hoy es uno de los retos más importantes de una escuela de negocios, trabajar el tema con los estudiantes en el aula, el tema de ética. Y lo otro era que vamos a manejar personas, es indiscutible que hoy estamos en una economía de servicios, la OMC nos dice permanentemente que hoy la economía en el mundo no es de bienes sino de servicios y como es de servicios pues lo que la moda nos dice son de personas y empezamos a identificar como hacemos para que las áreas de desarrollo humano y similares en las organizaciones manejen ese proceso de manera mucho más coherente.

Y ahí nos encontramos con muchas orientaciones en el mundo que tenían que ver con la responsabilidad de las organizaciones de tener a los empleados felices y desarrollar generaciones felices. Empezamos a tener una prueba con un profesor

nuestro, en crear en pregrado una cátedra de la felicidad y ha sido tan rotundo el éxito en generar este espacio de reflexión con los estudiantes de pregrado que decidimos desde la decanatura tomarlo como bandera y hoy en todos los programas de la escuela en pregrado, en maestría de educación ejecutiva nos acercamos al tema para acompañar a empresas para formar su dirección de felicidad. Hoy empresas muy exitosas como Google o IBM y muchas en el mundo, ha creado eso como un proceso de gestión, ya ni siquiera es como motivación, sino como motivar personas a tener entornos mucho más satisfactorios. Eso fue lo que nos movió a la Universidad a crear la cátedra de la felicidad.

Procuramos que cuando se vayan de la Universidad sientan un legado de la Universidad, que los llevemos a que reflexionen sobre la importancia del ser humano en su proceso de formación, hemos tratado que el Sergista se identifique como una persona que cuida a las demás personas. Como la decisión tiene que ser propia, hay muchas cosas que decidimos cambiar en el día a día, decidimos incluso ser optimistas, me atrevo a decir que no tanto decir que aseguro que son más felices (los estudiantes) pero si son más conscientes del rol como ser humano.

Hoy las personas quieren trascender más a través de las emociones que del dinero, los nuevos estudios demuestran que la satisfacción del aumento del salario dura hasta la próxima quincena, porque evidentemente el endeudamiento crece, los gastos crecen, los hobbies crecen, etc. En cambio cuando tengo asociado a mi trabajo temas emocionales como respeto, confianza, ser visible, que me identifique como persona, me respete como persona, el comportamiento cambia.

Formación de los docentes que dictan esta cátedra

Primero lo que hicimos fue constituir un equipo de trabajo, donde nos dedicáramos a reflexionar sobre el tema. Antes que mandarlos al aula, la formación tiene que

ver con cualquier ciencia del conocimiento… ingenieros, biólogos, psicólogos, administradores, abogados… que estén orientados hacia el humanismo. No escogemos personas desde el punto de vista de la formación, escogemos personas más desde el punto de vista de la motivación. Quien sale al aula tiene un compromiso doble, es el tema de la coherencia a los que hablamos de temas como estos. Parte del reto son personas también que lo que hacen en el aula también es de algún ejemplo, hablo de la puntualidad y las relaciones con los estudiantes.

INTELIGENCIA EMOCIONAL (Goleman, 1996)

Los sentimientos son indispensables para la toma racional de decisiones, porque nos orientan en la dirección adecuada para sacar el mejor provecho a las posibilidades que nos ofrece la lógica. El aprendizaje emocional que la vida nos ha proporcionado nos ayuda a eliminar ciertas opciones y a destacar otras.

Existen dos clases de inteligencia; la racional y la emocional, y nuestro funcionamiento en la vida está determinado por ambos. La inteligencia emocional es tener la capacidad de motivarnos a nosotros mismos, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones. De controlar los impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestros propios estados de ánimo, de evitar que la angustia interfiera con nuestras facultades racionales y por ultimo pero no por ello menos importante, la capacidad de empatizar y confiar en los demás.

La inteligencia académica no ofrece la menor preparación para la multitud de oportunidades a la que debemos enfrentarnos a lo largo de nuestra vida. No obstante, aunque un elevado CI no contribuya la menor garantía de prosperidad, prestigio ni felicidad, nuestras escuelas nuestra cultura, en general, siguen insistiendo en el desarrollo de las habilidades académicas en detrimento de la

inteligencia emocional, de este conjunto de rasgos, que algunos llaman carácter, que tan decisivo resulta para nuestro destino personal.

Salovey abarca las inteligencias personales en cinco competencias principales: el conocimiento de las propias emociones, la capacidad de controlar las emociones, la capacidad de motivarse a uno mismo, el reconocimiento de las emociones ajenas, el control de las relaciones.

Las personas que han desarrollado adecuadamente las habilidades emocionales suelen sentirse más satisfechas, son más eficientes y más capaces de dominar los hábitos mentales que determinan la productividad.

Los jóvenes que poseen un alto nivel de inteligencia emocional suelen ser socialmente equilibrados, extrovertidos, alegres poco predispuestos a la timidez. Demuestran estar dotados de una capacidad para comprenderse con las causas y personas, suelen adoptar capacidades, mantienen una ética da la vida y son cariñosos en sus relacione. Su vida emocional es rica y apropiada, se sienten, en suma, a gusto consigo mismos, con sus semejantes y con el universo social en el que viven.

EL EQUILIBRIO

La vida está llena de altibajos, pero nosotros debemos aprender a mantener el equilibrio. Templanza, contención de exceso emocional, el objetivo no es la represión de las emociones si no el equilibrio, porque cada sentimientos valido y tiene su propio significado y valor. El intento de ser felices a cada momento y a toda costa nos recuerda a la ingenuidad de aquellas insignias de rostros sonrientes que estuvieron tan de moda durante la época de los setenta.

No se trata de que para ser felices debemos evitar los sentimientos angustiosos, si no tan solo que no pasen inadvertidos y terminen desplazando a los estados de ánimo más positivos. Aunque los que atraviesan episodios de enojo o depresión aguda disponen, a pesar de todo, de la posibilidad de disfrutar esa sensación de

bienestar si cuenta con el adecuado contrapunto que suponen las experiencias alegres y felices.

EL ENOJO

El problema que estriba, como nos recuerda el desafío de Aristóteles, en tener el grado de enfado apropiado, ya que, con demasiada frecuencia, la rabia escapa de nuestro control. “siempre hay razones para estar enfadados, pero rara vez son buenas”

Los estudiantes que se hallan atrapados por el enojo, la ansiedad o la depresión tienen dificultades para aprender porque no perciben adecuadamente la información y, en consecuencia, no pueden procesarla correctamente. Las emociones negativas intensas absorben toda la atención del individuo, obstaculizando cualquier intento de atender a otra cosa.

Debemos tratar de socavar las convicciones que alimentan el enfado. Cuantas más vueltas demos a los motivos que nos llevan al enojo, más buenas razones y más justificaciones encontramos para seguir enfadados. Uno de los remedios más poderosos para acabar con el enfado consiste en:

- Volver a encuadrar la situación en un marco más positivo
- Las distracciones son un recurso sumamente eficaz para modificar nuestro estado de ánimo por la sencilla razón de que es difícil seguir enfadado cuando uno se lo está pasando bien.
- El ejercicio puede servir además para disimular el enfado por una razón similar ya que, después del alto nivel de activación fisiológica suscitado por el ejercicio, el cuerpo vuelve naturalmente a un nivel de menor excitación.
- La persona aprenda a utilizar a conciencia de sí mismo para darse cuenta de los pensamientos irritantes o cínicos en el mismo momento en que aparecen y, seguidamente, registrarlos por escrito.

LA TRISTEZA

El control de la tristeza; no debería evitarse toda tristeza porque, al igual que ocurre con cualquier otro estado de ánimo, tiene sus facetas positivas. La tristeza que provoca una pérdida irreparable. Por ejemplo, suele ir acompañada de ciertas consecuencias: disminuye el placer y diversiones y fija la atención en aquello que se ha perdido.

Para combatir la tristeza podemos:

- Tomar un baño caliente
- Disfrutar de las comidas favoritas
- Escuchar música o hacer el amor
- Hacerse un regalo o invitarse a uno mismo para tratar de desprenderse de un estado de ánimo negativo es una estrategia muy común entre mujeres.
- La oración constituye una actividad especialmente indicada para elevar el estado de ánimo de las personas con una orientación religiosa.

DESARROLLO DE TALENTOS Y DISCIPLINA

Se diría que el hecho de comenzar antes (a entrenar algún talento) permite un margen de tiempo mucho mayor: los alumnos más aventajados todos ellos de poco más de veinte años, habrán invertido unas diez mil horas de práctica en toda su vida, mientras que aquellos que ocupan un segundo o tercer lugar solo habrán promediado un total de unas siete mil quinientas horas.

La mayoría de los padres americanos blancos parecen dispuestos a admitir que sus hijos tengan asignaturas más flojas y a subrayar, en cambio, las más fuertes pero la actitud que sostienen los padres asiáticos es la de que “si no te lo sabes estudiarás esta noche y si aun así tampoco te lo sabes mañana, te levantarás

temprano y seguirás estudiando". Ellos consideran que, con el esfuerzo adecuado, todo el mundo puede tener un buen rendimiento escolar.

Una fuerte ética cultural de trabajo se traduce en una mayor motivación, celo y perseverancia, un auténtico acicate emocional.

Cada vez existe un convencimiento mayor de que habilidades emocionales como el dominio de los impulsos y la capacidad de leer las situaciones sociales es algo que puede aprenderse.

LA ANSIEDAD

La preocupación es, una respuesta útil aunque desencaminada, una especie de ensayo mental ante la previsión de una amenaza. Pero este ensayo mental se convierte en un auténtico desastre cognitivo cuando nuestra mente se queda atrapada en una rutina obsoleta que captura nuestra atención e impide todo intento de focalizarla en cualquier otro sitio.

La ansiedad entorpece de tal modo el funcionamiento del intelecto que constituye un predictor casi seguro del fracaso en el entrenamiento o el desempeño de una tarea compleja, intelectualmente exigente y tensa.

Cuando a un grupo de control de sujetos normalmente despreocupados se les pidió que se preocupasen durante quince minutos, su rendimiento disminuyó considerablemente. Y cuando, por el contrario, a quienes suelen preocuparse se les ofreció una sesión de relajación de quince minutos antes de emprender la tarea, llegaron a desempeñarla sin ningún tipo de problemas.

Quienes controlan sus emociones pueden utilizar esa ansiedad anticipatoria para motivarse a sí mismos, prepararse adecuadamente y, en consecuencia, hacerlo bien. La relación existente entre la ansiedad y el rendimiento –incluido el rendimiento mental- constituye una especie de U invertida. En la cúspide de esta

U invertida está la relación óptima entre la ansiedad –parte izquierda de la U- genera apatía o muy poca motivación, mientras que el exceso de ansiedad – parte derecha de la U- sabotea todo intento de hacerlo bien.

Un estado ligeramente eufórico parece óptimo para escritores y otro tipo de profesiones creativas que exigen un pensamiento fluido e imaginativo, un estado que se halla en la cúspide de la U invertida.

ESTADOS POSITIVOS

Los estados de ánimo positivos aumentan la capacidad de pensar con flexibilidad y complejidad, haciendo más fácil encontrar soluciones a los problemas, ya sean intelectuales o interpersonales. Una forma de ayudar a alguien a resolver un problema consiste en contarle, un chiste. La risa, al igual que la euforia, parece ampliar la perspectiva y, de este modo, ayuda a la gente a pensar con más amplitud y a asociar con mayor libertad, advirtiendo relaciones que, de otra manera, podrían pasar inadvertidas, una habilidad mental importante, no sólo para la creatividad sino también para el reconocimiento de las relaciones complejas y la previsión de las consecuencias de una determinada decisión.

Incluso los cambios más ligeros de estado de ánimo pueden llegar a modificar nuestros pensamientos. En un estado positivo, solemos recordar acontecimientos positivos. En la medida en que nos sentimos a gusto mientras estamos pensando en los pros y los contras de un determinado curso a acción, nuestra memoria busca datos en una dirección positiva, inclinándonos, por ejemplo, a emprender acciones más aventuradas y arriesgadas.

LA ESPERANZA

La esperanza no sólo ofrece consuelo a la aflicción sino que desempeña un papel muy importante en dominios tan diversos como el rendimiento escolar y el hecho de soportar un trabajo pesado. La esperanza es algo más que la visión ingenua de que todo irá bien; en opinión de Snyder se trata de “la creencia de que uno tiene la voluntad y dispone de la forma de llevar a cabo sus objetivos, cualesquiera que éstos sean.”

Según Snyder, las personas con un alto nivel de expectativas comparten ciertos rasgos, entre los que destacan la capacidad de motivarse a sí mismos, de sentirse lo suficientemente diestros como para encontrar la forma de alcanzar sus objetivos, de asegurarse de que las cosas irán mejor cuando están atravesando una situación difícil, de ser lo bastante flexibles como para encontrar formas diferentes de alcanzar sus objetivos y de saber descomponer una tarea compleja en otras más sencillas y manejables.

Desde el punto de vista de la inteligencia emocional, la esperanza significa que uno no se rinde a la ansiedad, el derrotismo o la depresión cuando tropieza con dificultades y contratiempos.

EL OPTIMISMO

El optimismo significa tener una fuerte expectativa de que, en general, las cosas irán bien a pesar de los contratiempos y de las frustraciones. Es una actitud que impide caer en la apatía, la desesperación o la depresión frente a las adversidades; no solo es un factor importante en cuanto al éxito en las ventas sino que fundamentalmente se trata de una actitud emocionalmente inteligente.

Los optimistas consideran que los fracasos se deben a algo que puede cambiarse y, así en la siguiente ocasión en la que afronten una situación parecida pueden llegar a triunfar.

Uno de los orígenes de una visión positiva o negativa puede ser el temperamento innato, ya que hay personas que tienden naturalmente hacia una o hacia la otra. Pero el temperamento puede verse modulado por la experiencia. El optimismo y la esperanza –al igual que la impotencia y la desesperación- pueden aprenderse.

EL ESTADO DE FLUJO

El *flujo* es un estado de olvido de uno mismo, el opuesto de la reflexión y la preocupación, un estado en el que la persona, en lugar de perderse en el desasosiego, se encuentra tan absorta en la tarea que está llevando a cabo, que desaparece toda conciencia de sí mismo y abandona hasta las más pequeñas preocupaciones de la vida cotidiana. (Goleman, 1996)

La esencia del “flujo” es la concentración. La capacidad de entrar en el estado de “flujo” es el mejor ejemplo de la inteligencia emocional, un estado que tal vez represente el grado superior de control de las emociones al servicio del rendimiento y el aprendizaje. En ese estado las emociones no se ven reprimidas ni canalizadas sino que, por el contrario, se ven activadas, positivadas y alineadas con la tarea que estemos llevando a cabo.

<<Las personas parecen concentrarse mejor cuando se les pide algo más que lo corriente, en cuyo caso son capaces de ir más allá de lo normal. Si la demanda es muy inferior a su capacidad, la persona se aburre y si, por el contrario, es excesiva, termina angustiándose. El estado de *flujo* tiene lugar en esa delicada franja que separa el aburrimiento de la ansiedad. >> Csikzentmihay.

Tratar de que el aprendizaje se realice a través del “flujo” constituye una forma más humana, más natural y probablemente más eficaz de poner las emociones al servicio de la educación.

LA EMPATÍA

La conciencia de uno mismo es la facultad sobre la que se erige la empatía, cuanto más abiertos nos hallemos a nuestras propias emociones, mayor será nuestra destreza en la comprensión de los sentimientos de los demás.

La empatía exige calma y receptividad suficientes para que las señales sutiles manifestadas por los sentimientos de la otra persona puedan ser captadas y reproducidas por nuestro propio cerebro emocional. Es la capacidad de ponerse en el lugar del otro y es el fundamento de la comunicación.

Indignación empática: el sentimiento natural de venganza alimentado por la razón, la simpatía y el daño que nos causan los agravios de que otras personas son objeto. – John Stuart Mill

ÉXITO Y FELICIDAD

¡Éxito es conseguir lo que se desea! No significa lo mismo que Felicidad, que es apreciar lo que ya se ha conseguido. Usted no necesita nada más para ser feliz. Basta con que le satisfaga lo que tiene; es una cuestión de aceptación mental. Nada le impide querer o ambicionar otras cosas, el problema está en ligar la felicidad al éxito. (Ribeiro, 2000)

Ribeiro asegura que cualquiera puede aprender a aumentar en gran manera su capacidad mental, siempre y cuando entrenemos nuestro cerebro para eso. La manera en la que vemos las crisis o fracasos muestra hacia dónde vamos. La crisis significa peligro y oportunidad. Pero no todas las personas lo ven como

oportunidad, sino que se enfocan en el peligro solamente. Se debe aprender a ver la oportunidad en la crisis por nuestra parte porque la educación tradicional no nos prepara para ello. “ Los actuales procesos educativos se centran en los problemas y no en las soluciones.” (Ribeiro, 2000)

En el mundo, las oportunidades se presentan de tal manera que lo obvio sólo lo es para el ojo preparado.

Hay quienes se enfocan en lo negativo del pasado pero el auto Ribeiro nos muestra que debemos aprender a ver las situaciones que en su momento fueron negativas, como algo que posiblemente generó una consecuencia de éxito para su vida porque *no podemos cambiar lo que no podemos cambiar*.

Toda creencia, una vez establecida, procura perpetuarse. Por otro lado, toda información nueva, cuando penetra en la mente, tiende a sustituir una información antigua relacionada con el mismo tema. Siendo así, la última experiencia es generalmente la que permanece. (Ribeiro, 2000)

Si usted cayó de la bicicleta y tiene miedo de volver a montar en ella, lo que va a perdurar es el miedo ir en bicicleta. Si usted se cayó, se levantó e incluso con miedo volvió a montar en ella, lo que va a perdurar es la capacidad de ir en bicicleta. (Ribeiro, 2000)

5.3. MARCO CONCEPTUAL

FELICIDAD

“La felicidad es el significado y propósito de la vida, el fin de la existencia humana”- Aristóteles

Libro I: Sobre el bien en general y sobre la felicidad (Aristóteles, Ética Nicomáquea, siglo IV a. C)

Al inicio Aristóteles se pregunta *¿Qué bien es el objeto de todos los fines?* Toda actividad apunta hacia un bien, entonces la felicidad debe de ser también un bien. No sólo debe ser un bien, sino el bien al cual todos los demás bienes se dirigen. Se puede buscar este bien en diversas cosas, pero al final la verdad es el único bien delante del cual los demás bienes parecen incompletos.

Si no hay un bien final y alcanzable, entonces es irracional la naturaleza del hombre, que busca por naturaleza un bien. El no tener un bien final que se llama felicidad negaría la naturaleza, llevando al absurdo. Ahora bien, esta felicidad se compone de la vivencia de las virtudes y de una vida completa; la felicidad es una actividad del alma de acuerdo con la virtud ("excelencia") completa. (WIKIPEDIA, www.wikipedia.org, 2015)

“El verdadero bien del hombre, la felicidad, habrá de alcanzarse mediante la práctica de la virtud” - Platón

Epicuro consideraba que la felicidad consiste en vivir en continuo placer. Este punto de su doctrina ha sido a menudo objeto de malentendidos, pese a que

Epicuro hace una cuidadosa categorización de los placeres, indicando cuáles son recomendables y cuáles no.

En efecto, Epicuro señala que existen tres tipos de placeres:

- Los naturales y necesarios: las necesidades físicas básicas, alimentarse, calmar la sed, el abrigo y el sentido de seguridad.
- Los naturales e innecesarios: la conversación amena, la gratificación sexual y las artes.
- Los innaturales e innecesarios, que considera superfluos: la fama, el poder político o el prestigio.

Epicuro formuló algunas recomendaciones en torno a todas estas categorías de deseos:

- El hombre debe satisfacer los deseos naturales necesarios de la forma más económica posible.
- Se pueden perseguir los deseos naturales innecesarios hasta la satisfacción del corazón, pero no más allá.
- No se debe arriesgar la salud, la amistad, la economía en la búsqueda de satisfacer un deseo innecesario, pues esto sólo conduce a un sufrimiento futuro.
- Hay que evitar por completo los deseos innaturales innecesarios, pues el placer o satisfacción que producen es efímero.

También distinguía entre dos tipos de placeres, basados en la división del hombre en dos entes diferentes pero unidos, el cuerpo y el alma:

- placeres del cuerpo: aunque considera que son los más importantes, en el fondo su propuesta es la renuncia de estos placeres y la búsqueda de la carencia de apetito y dolor corporal;
- placeres del alma: el placer del alma es superior al placer del cuerpo, pues el corporal tiene vigencia en el momento presente, pero es efímero y temporal,

mientras que los del alma son más duraderos y además pueden eliminar o atenuar los dolores del cuerpo.

Epicuro dice que “todo placer es un bien en la medida en que tiene por compañera a la naturaleza”. Los placeres vanos no son buenos, porque a la larga acarrearán dolor y no sólo son más difíciles de conseguir, sino además más fáciles de perder.

También habla de la importancia de poseer una virtud para elegir y ordenar los placeres: la prudencia.

El discernimiento de los diferentes placeres y la recta prudencia, permiten acercarse a una vida feliz, lo cual constituye el objeto de la filosofía.

Epicuro valoraba como placer fundamental la tranquilidad del alma y la ausencia de dolor: “la ausencia de turbación y de dolor son placeres estables; en cambio, el goce y la alegría resultan placeres en movimiento por su vivacidad. Cuando decimos entonces, que el placer es un fin, no nos referimos a los placeres de los inmoderados, sino en hallarnos libres de sufrimientos del cuerpo y de turbación del alma”.

Una rica vida privada, rodeada de amistades y de placeres moderados con el mínimo de dolores posibles y tranquilidad en el alma, brinda la felicidad. (WIKIPEDIA, www.wikipedia.org, 2015)

DÍA INTERNACIONAL DE LA FELICIDAD

El Día Internacional de la Felicidad pasó desapercibido (La ONU escogió, hace años, el 20 de marzo para esta celebración). Lo curioso es que no hay un consenso sobre qué es la felicidad, y, atención, no es lo mismo que el éxito, la alegría o el placer. Emerson acertó al decir: éxito es obtener lo que se desea, felicidad es disfrutar lo que se obtiene. (Gallo Gonzalez, 2015)

Colombia suele brillar como uno de los países más felices del mundo, pero ¿es real? ¿Somos felices o bien resignados? Felicidad es un estado emocional de

bienestar, paz y autorrealización que no cambia al vaivén de las circunstancias. Hoy, la felicidad es una mercancía como la estética y por doquier se ofrecen recetas mágicas para disfrutarla. Hay una invasión de libros facilistas sobre ella y los publicistas abusan con anuncios, uno odioso es en el que si bebes Coca-Cola 'destapas la felicidad'. ¡Qué engaño! Piensa mejor que hay más felicidad en dar que en recibir, y en las buenas relaciones que en las muchas posesiones. Siendo más amoroso y espiritual, eres más feliz. Las investigaciones siempre encuentran que donde hay más amor y fe, hay más dicha.

La felicidad es un tema que hoy se analiza en diversos campos, incluso hay estudios sobre economía y felicidad. También se profundiza el tema en la cátedra, como lo hace el Cesa, en Bogotá.

Igualmente, la clase de psicología positiva, 'mayor felicidad', dictada por Tal Ben Shachar, en Harvard, atrae a cientos de alumnos. Hay muchas investigaciones y libros, y en uno de ellos Sonja Lyubomirsky, profesora de psicología de la Universidad de California, analiza mitos sobre la felicidad, como estas dos falsas ideas: 'seré feliz cuando…' y 'no seré feliz si...'.

De hecho, es un gran error condicionar o postergar la felicidad, cuando lo sabio es ser felices amando aquí y ahora. El dinero no da la felicidad, siempre y cuando tengamos suficiente para atender nuestras necesidades básicas. Un estudio realizado en Estados Unidos demostró que, en general, los que ganan más de 90.000 dólares anuales no son más dichosos que los que tienen unos ingresos por debajo, hasta de unos 50.000. Una amplia encuesta realizada en Japón arrojó resultados similares.

La felicidad no existe ni en el futuro ni en el pasado. Es un estado emocional, un estado interno, que solo puedes sentir en el presente. Andan erráticos y entre las brumas los nostálgicos y los viajeros al futuro. Ojo: felicidad no es ausencia de problemas o males. De hecho, hay millones de enfermos pobres, lisiados y hasta prisioneros, que son felices. Todo depende de la actitud, y ellos eligen enfocarse

en lo mejor de la vida, como lo hacen seres tan especiales como estos que ojalá busques en Youtube: Nick Vujicic, Adriana Macías, Tony Meléndez, Jessica Cox, Aimee Mullins. Personas extraordinarias, que nos muestran que la felicidad depende de cómo estás en tu interior y no de las circunstancias externas, por más adversas que sean. Serás feliz si le das más importancia al ser que al tener, a las buenas relaciones que a las muchas posesiones y a lo espiritual que a lo superfluo y material. ¿Qué es felicidad?, simple: amarse y amar**.** (Gallo Gonzalez, 2015)

PRODUCTIVIDAD ACADÉMICA

Según el diccionario de la Real Academia Española (RAE), la productividad es un concepto que describe la capacidad o el nivel de producción por unidad de superficies de tierras cultivadas, de trabajo o de equipos industriales.

“La productividad es la capacidad de algo o alguien de producir, ser útil y provechoso.” (www.definicionabc.com, 2007)

“La relación que existe entre los insumos y los productos de un sistema productivo.” (Schroeder, 1992)

“La medida de qué tan bien funciona el sistema de operaciones o procedimientos de la organización. Es un indicador de la eficiencia y competitividad de la organización o de parte de ella.” (Freeman, 1994)

“La productividad es un efecto (no una causa) de la administración de varios recursos. La productividad es una relación mensurable entre el producto obtenido (resultado o salida) y los recursos empleados en la producción.” (Chiavenato, 2000)

“Es la relación entre la producción obtenida y los recursos utilizados para obtenerla.” (La Organización Internacional del Trabajo)

CAPITAL CULTURAL Y DESERCION ESTUDIANTIL

El principal problema es que la deserción estudiantil ocurre en base a un sistema educativo que reproduce la desigualdad y la exclusión. En el sistema educativo “todos compiten en el marco de la igualdad de oportunidades como iguales” (Casillas, Chain, & Jácome, 2007)

La diferenciación está dada en base al nivel de capital cultural de cada estudiante. El capital cultural consta de “conocimientos y habilidades precisas, sensibilidades artísticas y criterios estéticos, formas de comportamiento y de ser específicas que normalmente se aprenden en la familia y en la escuela. Se trata de un capital en forma de hábitos de vida y de trabajos interiorizados, de conocimientos expertos o de habilidades específicas que solo se adquieren e incorporan al individuo después de largos procesos de socialización”. (Casillas, Chain, & Jácome, 2007)

LIBERTAD DE CATEDRA

La cátedra en la Universidad de Cundinamarca UDEC es libre. Ello significa que en todos los contenidos objeto de la docencia, en las conferencias que se dicten, en los debates, estudios o actividades académicas e intelectuales de toda índole, en las publicaciones y en general, en todas las relaciones académicas, podrán exponerse y debatirse libremente, dentro de un estricto rigor científico, las ideas políticas, filosóficas, económicas, sociales y académicas, las tesis, métodos y sistemas. Ningún credo político, filosófico o religioso puede ser impuesto como oficial por el docente, las autoridades universitarias o el estudiantado. La Universidad de Cundinamarca UDEC, es ajena a todo confesionalismo y respeta por igual la libre expresión de todas las ideas. (Universidad de Cundinamarca)

CULTURA

Puede comprenderse como el acumulado histórico que delimita un paradigma en tanto sus características y condiciones científicas, sociales, estéticas, etc. y que genera entre los miembros de una comunidad prácticas en las que se comparten experiencias similares. (Escobar, 2016)

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Conócete a ti mismo, es darse cuenta de los propios sentimientos en el mismo momento en el que estos tienen lugar, constituye la piedra angular de la inteligencia emocional. Ser consciente de uno mismo, significa ser consientes de nuestros estados de ánimo y de los pensamientos que tenemos acerca de esos estados de ánimo. (Goleman, 1996)

Según Mayer existen varios estilos de personas en cuanto la forma de atender o tratar con sus emociones: la persona consiente de sí misma, las personas atrapadas en sus emociones, las personas que aceptan resignadamente sus emociones.

ALFABETIZACIÓN EMOCIONAL

Se plantea como el conjunto de herramientas emocionales que favorece la comunicación con niños y jóvenes y en la universidad entre compañeros y profesores, priorizando la solidaridad en el desarrollo de actividades comunes y dentro de la acción de integración de grupos a tareas comunes de mejoramiento.

POSITIVISMO

El optimismo significa tener una fuerte expectativa de que, en general, las cosas irán bien a pesar de los contratiempos y de las frustraciones. Es una actitud que impide caer en la apatía, la desesperación o la depresión frente a las adversidades. Los optimistas consideran que los fracasos se deben a algo que puede cambiarse y, así en la siguiente ocasión en la que afronten una situación parecida pueden llegar a triunfar. (Goleman, 1996)

INTELIGENCIA

Se relaciona comúnmente con el Coeficiente Intelectual como indicador de medición de la inteligencia en las personas.

El diccionario de la Real Academia Española define la inteligencia como la capacidad de entender, comprender y resolver problemas. Normalmente se ha creído que las personas “inteligentes” son quienes tienen un CI alto y por lo tanto son a quienes se les facilita resolver los problemas; pero no basta con un coeficiente intelectual alto y según Goleman, debe existir un equilibrio con el manejo adecuado de las emociones para tomar decisiones asertivas en la vida. Podemos decir que la inteligencia se compone de la parte racional y la parte emocional.

ARQUITECTURA EMOCIONAL

La arquitectura emocional del cerebro nos explica una de las coyunturas más desconcertantes de nuestra vida, aquélla en que nuestra razón se ve desbordada por el sentimiento. Llegar a comprender la interacción de las diferentes estructuras cerebrales que gobiernan nuestras iras y nuestros temores —o nuestras pasiones y nuestras alegrías— puede enseñarnos mucho sobre la forma en que

aprendemos los hábitos emocionales que socavan nuestras mejores intenciones, así como también puede mostrarnos el mejor camino para llegar a dominar los impulsos emocionales más destructivos y frustrantes. (Goleman, 1996)

EMPATÍA

Cuanto más abiertos nos hallemos a nuestras propias emociones, mayor será nuestra destreza en la comprensión de los sentimientos de los demás. La empatía exige la calma y la receptividad suficientes para que las señales sutiles manifestadas por los sentimientos de la otra persona puedan ser captadas y reproducidas por nuestro propio cerebro emocional. (Goleman, 1996)

AUTOESTIMA

La autoestima es el concepto propio que se tiene de uno mismo, generalmente positivo y que incide el comportamiento emocional y físico de una persona.

FLUJO (ESTADO)

Término psicológico donde la persona se encuentra en un estado positivo de olvido de sí mismo, -el opuesto de la reflexión y la preocupación- mientras realiza alguna actividad o tarea. Básicamente es la capacidad de concentrarse en la realización de una tarea a tal punto de disfrutarla y a la vez lograr suprimir la atención en elementos distractores.

6. METODOLOGÍA

Esta propuesta investigativa hace parte de la línea de investigación propuesta por la Facultad de Ciencias Administrativas, económicas y contables de la Universidad de Cundinamarca: Desarrollo Organizacional y Regional.

6.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

Tipo de Investigación:	El tipo de investigación, es descriptiva exploratoria. Revisión documental.
Fuentes de información:	Primarias: Talleres de aplicación, encuestas con los estudiantes de quinto, sexto y séptimo semestres. Secundarias: Datos históricos relacionados a la cátedra de la felicidad en otras instituciones. Docentes que dictan la cátedra. Libros sobre Inteligencia emocional.
Técnicas de Recolección de información:	Encuestas, entrevistas, actividades académicas.
Modo de Aplicación:	En la investigación se utilizó el método directo.
Muestra	Estudiantes del programa administración de empresas Fusagasuga séptimo semestre.

RECURSOS HUMANOS	RECURSOS FISICOS	RECURSOS TECNICOS	RECURSOS FINANCIEROS	
• Estudiantes del programa administración de empresas de la Universidad de Cundinamarca sede Fusagasugá	• Libros • Documentación • Bibliografías • Medios de transporte • Materiales de Papelería (hojas, esferos, lápiz, borrador, marcadores, entre otros)	• Computador • Modem, internet • Cámara de video	• Costos de materiales de papelería • Costo de transporte a la Universidad • Costo de transporte a Bogotá • Internet	20.000 30.000 70.000 40.000

6.2. RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

6.2.1. Fuentes primarias

Para poder realizar este trabajo se tuvo que vincular grupos de estudiantes de quinto, sexto y séptimo semestres del programa Administración de empresas jornadas diurna y nocturna. Se desarrollaron talleres teórico-prácticos, también se aplicaron encuestas.

TALLERES PRÁCTICOS

- **ACTIVIDAD NO. 1**

TITULO DE LA ACTIVIDAD: PINTURA Y MÚSICA CLÁSICA

FECHA: 4 Y 8 DE ABRIL DE 2016

HORA: 4 pm a 6 pm (Lunes) / 6 pm a 8 pm (Viernes)

PARTICIPANTES

Estudiantes de sexto semestre, jornadas diurna y nocturna; las autoras y el asesor.

METODOLOGÍA

Se realizó el taller y los estudiantes tuvieron la oportunidad de expresar libremente a través del dibujo con colores y lápices sus ideas y estados de ánimo. Se ambiento el espacio con música clásica para relajar a los estudiantes.

ELEMENTOS

- Papel, Lápices, esferos, marcadores, crayolas, entre otros; reproductor de música

- **ACTIVIDAD NO. 2**

TITULO DE LA ACTIVIDAD: ENCUESTAS A ESTUDIANTES

FECHA: 1 FEB - 11 DE ABRIL DE 2016

PARTICIPANTES

Estudiantes de quinto, sexto y séptimo semestres de administración de empresas, las autoras y el asesor.

METODOLOGÍA

Se realizaron preguntas abiertas sobre aspectos como: influencia de los docentes en la formación del estudiante, inteligencia emocional. Valores y estados psicológicos relacionados ellos con la felicidad.

ELEMENTOS

- Papel, esfero

- **ACTIVIDAD NO. 3**

TITULO DE LA ACTIVIDAD: ESCRITURAL CON TEMA LIBRE

FECHA: 18 Y 22 DE ABRIL DE 2016

HORA: 4 pm a 6 pm (Lunes) / 6 pm a 8 pm (Viernes)

PARTICIPANTES

Estudiantes sexto semestre de administración de empresas, las autoras y el asesor.

METODOLOGÍA

El estudiante realizó un escrito personal (ensayo, carta dirigida a quien quiera, a si mismo) de tema libre.

ELEMENTOS

- Papel, Lápices, esferos, reproductor de música

- **ACTIVIDAD NO. 4**

TITULO DE LA ACTIVIDAD: ENCUESTAS A ESTUDIANTES

FECHA: 28 DE ABRIL DE 2016

HORA: 6 pm a 8 pm (Viernes)

PARTICIPANTES

Estudiantes de sexto semestre de administración de empresas, las autoras y el asesor.

METODOLOGÍA

Se realizaron preguntas abiertas sobre aspectos como: aspectos incidentes en la felicidad, temas de actualidad para incluir en la cátedra de la felicidad, cuales actividades lúdicas y de recreación le gustaría practicar a los estudiantes y el vinculo que bienestar universitario podría tener con la cátedra.

ELEMENTOS

- Papel, esfero

7. APORTES DE LOS ESTUDIANTES PARTICIPANTES EN ACTIVIDADES PROGRAMADAS PARA LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD

Los resultados obtenidos de la actividad No.1 se relacionan a continuación:

- **ESCRITOS ACTIVIDAD NO.1:** PINTURA Y MÚSICA CLÁSICA

Es importante formar al ser humano, como persona como ser responsable y respetuoso, la gente no ha entendido que solo tenemos una vida y por ello no debemos desperdiciarla, no todo en la vida es trabajo y estudio, y mucho menos dinero, el ser humano ha creado cosas para convertirlas en necesidades, pero la realidad es que muchas veces no necesitamos lo que creemos, y olvidamos lo que realmente somos.

Creo que las clases de inteligencia emocional y todas las derivadas que nos ayudan a construirnos como personas, son muy importantes para ver la vida desde otra perspectiva.

Andrea Carolina Garcés Castillo

Impartir una estrategia formativa como esta en nuestra rama de desarrollo profesional y emocional nos podría brindar herramientas de interiorización y permitiría aflorar sentimientos y sensaciones más personales, alejándonos de los formalismos de una carga laboral un contexto violento una realidad social más fría y menos enriquecedora. Estaríamos aprendiendo posibilidades valorativas de nuestro espacio y tiempo.

Sería muy oportuno vincular esta cátedra como electiva ya que forma más el ser humano. Una excelente experiencia “se me olvido por completo todo el afán de mi día normal”.

Lesly Castro

La actividad verdaderamente me agrado, puesto que para mí es de suma importancia, esta clase de espacios en donde podemos interactuar con nuestro yo íntimo.

Me gustaría que hubiese en esta universidad una cátedra de la felicidad, porque hoy en día tenemos a estresarnos bastante por cosas totalmente fuera del estudio universitario y estas actividades facilitarían el aprendizaje, porque enfocaríamos nuestros temas emocionales en ellos y es probable que tuviéramos un nivel educativo más alto.

Nour Alejandra Hayek

La posibilidad de implementar una cátedra de la felicidad es importante, más en esta época en donde se requiere un proceso de reconciliación con grupos de personas que se integran a la sociedad, teniendo en cuenta que todo comienza con el perdón.

“Si algo es difícil y duro de hacer entonces merece la pena hacerlo” los Simpson

El taller es interesante nos brindar un espacio de esparcimiento y relajación y nos invita a pensar.

Jeison Cardenas Farfan

Me parece interesante, es algo diferente me distraje y la actividad del dibujo me gusto y me relajo. Vale la pena la cátedra de la felicidad en la universidad de Cundinamarca, buena electiva y algo diferente.

Sebastián Rodríguez

La actividad propuesta me pareció muy interesante ya que fue un momento de relajación, nos acordamos de cosas que casi nunca practicamos como lo es el dibujo, pone a volar nuestra imaginación y olvidarnos por un momento de nuestra vida rutinaria.

En cuanto a la cátedra de la felicidad me parece que si se debería implementar en la universidad, para ayudar a la emocionalidad de las personal

Mónica Vergara Ballén

La actividad me pareció muy interesante, por una parte personalmente me relajo bastante y por otra mientras coloreaba, reflexione sobre lo que era más importante en mi vida y cuál era mi felicidad y tranquilidad.

Respecto a la electiva sería muy interesante verla en nuestro pensum, ya que se tratarían temas de interés, reflexión y tranquilad de valores puesto que creería que ya culminando la carrera manejaríamos un punto de estrés muy alto y saldríamos con una buena perspectiva al ámbito laboral.

Gracias por esta actividad propuesta espero aprueben esta electiva en la carrera, es muy importante esta cátedra de la felicidad.

Danitza Misnaza Buitrago

La actividad es muy buena nos permite relajarnos y decir en pensar en situaciones que nos ocasionan estrés, y estas actividades relajan el cuerpo y el alma.

Implementar la cátedra de la felicidad como una electiva es muy buena opción ya que nos permite manejar muy bien nuestras emociones.

Angie Rodríguez Galindo

Considero que es una buena alternativa para quienes disfruten y gusten de todo lo manual, creativo e ingenioso, esto nos permite entrar en un estado de relajación.

En cuanto a la cátedra sería interesante que la implementaran en la universidad y saber cómo funciona.

Mayra Pinzón Rojas

Me gusto la actividad, hay que hacer cosas diferentes y estoy de acuerdo con la cátedra de la felicidad ya que esto nos ayuda y contribuye a ser mejores profesionales.

Fredy Zambrano

Pienso que se debe hacer la cátedra de la felicidad, debe ser un tema importante para abarcarlo en la carrera de administración de empresas, porque esto permite a las personas poder reflejar y hacer realidad sus metas, mientras hacen lo que les gusta y son felices.

Hans Gómez

Pienso que es un espacio muy provechoso ya que mediante esto podemos expresar grandes cosas de nuestro querer, ya que muchas veces por el afán del día a día olvidamos.

Gracias por tenernos en cuenta y brindarnos un espacio para poder recuperar nuestro ser**.**

Yamile Herrera Monroy

Me parece muy importante que todas las personas cuenten con la felicidad, puesto que es esencial y principal para nuestra carrera, porque de allí pueden clasificar que tipo de personas somos o como nos comportamos. Además de que con nuestra felicidad podemos transmitir mucho al ambiente que nos rodea.

Katherine Linares Murcia

La cátedra de la felicidad es una gran herramienta para los estudiantes universitarios ya que con esto nos saldremos de la monotonía de las materias que a los estudiantes les parecen aburridas o les genera estrés como son las matemáticas por eso teniendo la cátedra de la felicidad, tendremos una actividad lúdica con nuestros compañeros, ya que a veces no compartamos tanto tiempo con ellos y este sería un buen espacio para aprovecharlo.

Daniel Ineiver Rodríguez Acosta

Se debería implementar la cátedra de la felicidad ya que de esta manera todos los estudiantes van a tener mejor rendimiento.

Nancy Avellaneda T.

La cátedra de la felicidad me parece muy importante ya que estamos concentrados en el correr del día a día y no dedicamos tiempo para compartir o dedicarnos a nosotros mismos para salir de nuestros problemas aunque sea por un instante.

Los docentes deberían implementar en cada momento esta cátedra para que así los alumnos pudiéramos expresarnos y ser más sociables para que nos enseñen a

querer la carrera y no llegaren un momento a pensar que la odiamos y nos queremos salir.

Juan Carlos Díaz A.

La cátedra de la felicidad sería buena medida para reducir los niveles de deserción académica, además es importante apoyar a los estudiantes en su proceso académico.

Angie Paola Sandoval

Es necesario amar lo nuestro. Nadie obtiene la felicidad si en el interior no está feliz, la felicidad no viene del exterior.

Brandon Rodríguez

La felicidad se encuentra en las pequeñas cosas pero mi felicidad a veces se esfuma con las estrellas.

Sara María Rojas Cruz

Para la cátedra de la felicidad, inicialmente apoyarla totalmente, para aplicarlo en cada persona me parece que no se debe relacionar absolutamente en nada con la carrera y dar libertad de pensamiento.

Daniela Oquendo

Felicidad entre familia, compartir con la naturaleza tener que conservarlas para así poder tener armonía descanso, salud y demás.

Paula Reina

SINTESIS

En este taller se evidenció la libre expresión a través de los dibujos. Algunos geométricos otros abstractos, unos con tinte caricaturesco, otros resultaron humorísticos y algunos con un toque místico. Cada uno de los estudiantes tuvo la oportunidad de escribir detrás de su dibujo lo que este significaba y adicionalmente se les solicitó que opinaran acerca de la cátedra de la felicidad.

La actividad resultó reconfortante para los estudiantes, pues al ser inesperada, para muchos fue motivo de relajación, esparcimiento y volver a su niñez, salir de la rutina, olvidarse por una hora de sus ”problemas de adultos” y concentrarse en expresar lo que sentían.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA: **Ver Anexo 1**

DIBUJOS ACTIVIDAD NO.1: PINTURA Y MÚSICA CLÁSICA Ver Anexo 6

Los resultados obtenidos de la actividad No.1 se relacionan a continuación:

- **RESPUESTAS ACTIVIDAD NO.2:** ENCUESTAS A LOS ESTUDIANTES

1. ¿CONSIDERA USTED QUE LOS DOCENTES INFLUYEN EN LA CALIDAD DE SU PROCESO FORMATIVO, NIVEL DE DESEMPEÑO ACADÉMICO Y PRODUCTIVIDAD?

Los estudiantes consideraron que los docentes si influyen en la calidad de su proceso formativo, en su nivel de desempeño académico y en su productividad académica. Consideran que los docentes son guías con una gran responsabilidad de transmitir conocimiento de manera pedagoga y atractiva, de tal manera que el estudiante vea atractivo el núcleo temático y se entusiasme por ahondar en las temáticas.

2. ¿QUÉ TANTO INFLUYE EN USTED LA ACTITUD DE LOS DOCENTES, FRENTE A SU DISPOSICIÓN PARA EL DESARROLLO DE LOS NÚCLEOS TEMÁTICOS? CALIFIQUE DE 1 A 5, SIENDO 1 EL MENOR ESTIMULO Y 5 EL MAYOR.

Los estudiantes calificaron con 4 como alto estimulo sobre la influencia de la actitud docente frente a la disposición de ellos para el desarrollo de los núcleos temáticos; argumentando la generación de un ambiente propicio por parte del docente, en el cuál este tenga una actitud agradable, una buena comunicación con los estudiantes, evitando toda arrogancia, dinamizando las clases, exigiendo calidad pero motivando a dar lo mejor de sí a los estudiantes.

3. ¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE USTED SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL?

Los estudiantes nombraron el reconocimiento y control de la emociones y sabiduría para elegir lo conveniente como definiciones de inteligencia emocional. Según lo estudiado anteriormente, la mayoría conoce los rasgos de la IE, siendo este un buen indicador que muestre el posible margen de estudiantes que elegirían la cátedra de la felicidad como electiva entre las diversas electivas existentes, sin tener un conocimiento previo de sus contenidos temáticos.

4. ¿CON QUÉ VALORES Y ESTADOS PSICOLOGICOS, ASOCIA USTED LA FELICIDAD?

La mayoría de estudiantes asoció la felicidad con valores como el respeto, la tranquilidad o paz, el amor, la alegría, la amistad, el perdón, la satisfacción y la tolerancia; reconociendo que todos estos entre otros son aquellos que generan felicidad en las personas generando bienestar físico y emocional.

TABULACIÓN DE DATOS **Ver Anexo 3**

IMÁGENES RESPUESTAS ACTIVIDAD NO.2: **Ver Anexo 4**

- **ACTIVIDAD NO. 3:** ESCRITURAL TEMA LIBRE

EVIDENCIA FOTOGRAFICA: **Ver Anexo 2**

Los resultados obtenidos de la actividad No.4 se relacionan a continuación:

- **RESPUESTAS ACTIVIDAD NO.4:** ENCUESTAS A LOS ESTUDIANTES

1. ¿ILUSTRACIÓN SOBRE TEMAS RELACIONADOS CON LA BUENA ALIMENTACIÓN (PRODUCCIÓN ORGÁNICA), VIVENCIA DE LA PAZ (DERECHOS HUMANOS), ECONOMÍA FAMILIAR (PLANIFICACIÓN DEL PRESUPUESTO PERSONAL), LOS CONSIDERA USTED RELACIONADOS COMO ASPECTOS INCIDENTES EN LA FELICIDAD? POR FAVOR ARGUMENTE SOBRE CADA UNO.

Los estudiantes consideraron que para lograr la felicidad se requieren los tres factores relacionados anteriormente: Alimentación sana para obtener una salud óptima; convivir en paz y armonía sin miedo al peligro; la economía estable con oportunidades laborales.

2. DE LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES Y TEMAS DE ACTUALIDAD CUÁLES LE INTERESARIA FUERAN INCLUIDOS EN LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD: (ESCRIBA DE MAYOR A MENOR INTERÉS) POLÍTICA, ARTE, DEPORTES, ECONOMÍA, TECNOLOGÍA

Los estudiantes clasificaron temas y actividades de interés siendo el arte la más solicitada. En un segundo nivel identificaron la tecnología y deportes. Con baja representación temas de economía y política.

3. QUÉ ACTIVIDADES LÚDICAS Y DE RECREACIÓN LE INTERESARÍA PRACTICAR: CAMINATAS, SESIONES DE MEDITACIÓN, DEPORTES, CURSOS DE MÚSICA… etc.

Los participantes consideraron que las actividades lúdicas y de recreación son los deportes y las caminatas. En un segundo nivel sesiones de meditación, cursos de música y otros como danzas, cocina, idiomas y fotografía.

4. ¿CÓMO CONSIDERA USTED QUE BIENESTAR UNIVERSITARIO PUEDA VINCULARSE A LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD?

Igualmente consideraron que bienestar universitario si puede aportar a la cátedra de la felicidad mediante actividades participativas e incluyentes y en horarios diurnos y nocturnos, generar programas y cursos académicos, lúdicos, culturales, ecológicos, y de emprendimiento.

TABULACIÓN DE DATOS: **Ver Anexo 3**

IMÁGENES RESPUESTAS ACTIVIDAD NO.4: **Ver Anexo 5**

8. PROPUESTA PROGRAMÁTICA DE LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD

PROGRAMA DE LA ASIGNATURA

NOMBRE DE LA ASIGNATURA	CÁTEDRA DE LA FELICIDAD
MODALIDAD	NÚCLEO ELECTIVA
INTENSIDAD (HORAS PRESENCIALES)	348 HORAS
CREDITOS	3
CARÁCTER DE LA ASGNATURA	TEÓRICO PRÁCTICO

DESCRIPCIÓN
Las carreras universitarias en Colombia vienen incorporando dentro de sus planes curriculares el área humanística que se representa especialmente desde los campos de la formación en ética y la cátedra de la paz con el fin de complementar la formación disciplinaria (que en la mayoría de planes de estudio es superior al 80% de núcleos y asignaturas) y capitalizar los aspectos que promuevan competencias y habilidades ciudadanas y consoliden la práctica de los valores. Estrechamente relacionada con estas actividades se propone la cátedra de la felicidad con el objeto de revalorar la dimensión humana y el potencial existente sentimientos y emociones que puedan facilitar la permanencia de estudiantes y profesores y cualificación personal dentro de la convivencia institucional. Es imprescindible que el estudiante tenga un mayor conocimiento de sí mismo y pueda trascender simultáneamente en el desarrollo de sus inteligencias cognitiva y emocional. Los contenidos de esta cátedra obedecen al modelo pedagógico de la Universidad de Cundinamarca orientado por el constructivismo y el conocimiento de los niveles biológico, psicológico y sociocultural del ser humano. Como lo expresa el autor Lair Ribeiro el éxito es alcanzar lo que se desea y la felicidad es apreciar todo lo que se ha logrado. Se comprende así que la felicidad

es un estado humano vital y complejo deseable de alcanzar tempranamente.

OBJETIVO GENERAL
Generar un espacio de reflexión para comprender y valorar la inteligencia emocional, orientando desde la conceptualización y teorías de la felicidad acciones que redunden en el mejoramiento de la autoestima y el desempeño académico de los estudiantes.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS
➢ Ofrecer herramientas teórico-prácticas para que el estudiante pondere y vivencie el aquí y el ahora (presente). ➢ Potenciar acciones basadas en la autoestima y el conocimiento axiológico relacionadas con el éxito-felicidad.

CONTENIDO
PRIMER MODULO 1. Conocimiento de la realidad. Ontología 2. El hombre un ser inteligente 3. Funciones y niveles de la inteligencia **SEGUNDO MODULO** 1. Inteligencia emocional 2. Éxito y felicidad **TERCER MODULO** **1.** Teoría de la elección **2.** Importancia de la solidaridad **3.** Responsabilidad del administrador

BIBLIOGRAFÍA
➢ GOLEMAN, Daniel. Inteligencia emocional. Editorial Kairos. Barcelona. 1996 ➢ GALLO GONZALEZ, Gonzalo. El arte de fracasar. Editorial Gallo González

Gonzalo. Bogotá. 2007

- RIBEIRO, Lair. El éxito no llega por casualidad. Editorial Urano. Barcelona. 2000.
- ARISTÓTELES. Ética Nicómaco. Alianza Editorial.2004
- GARDNER, Howard. Inteligencias múltiples: La teoría en la práctica. Editorial Paidos Iberica. 2011
- GLASSER, William. Teoría de la elección. Editorial Grupo Planeta. 1999
- CHOPRA, Deepak. El Sendero del Mago. Editorial Norma.1996
- LAMA, Dalai. El Arte de la felicidad. Editorial Random House Mondadori, 2004
- RUIZ, Miguel. Los cuatro acuerdos. Editorial Ediciones Urano. 1998
- COVEY, Stephen R. Los siete hábitos de la gente eficaz.

9. CONCLUSIONES

- El tema de la inteligencia emocional ocupa lugar preponderante en importantes universidades Colombianas (Andes, Nacional, Antioquia, Sabana, Rosario, etc.), Norteamericanas (Harvard, M.I.T. California), Chicago, etc.) y europeas (Cambridge, Oxford, Paris, etc.). en las que es referente central de la planeación y desarrollo académico.
- La neurología ha demostrado la influencia de las emociones en el uso creador del pensamiento e implicaciones en la asertividad para la toma de decisiones, planeación y ejecución de tareas y acciones complejas, así como en la mayor capacidad de adaptarse exitosamente en ambientes difíciles.
- Monografías realizadas sobre el fenómeno de la deserción en el programa administración de empresas, Universidad de Cundinamarca, Fusagasugá arrojaron un nivel medio bajo de deserción que aunque es inferior al promedio anual establecido por el Ministerio de Educación Nacional, debe ser atendido por lo que es pertinente implementar distintas estrategias de retención estudiantil, entre estas la implementación de la cátedra de la felicidad como núcleo electivo, garantizando además el aumento de cobertura para este programa de pregrado.
- Es parte de la política actual del Ministerio de Educación Nacional promover la incorporación de la inteligencia emocional como tema básico para el mejoramiento de indicadores anti deserción estudiantil: - Capital académico - Nivel socioeconómico - Nivel de acreditación institucional – Vocación profesional.

10. RECOMENDACIONES

- En el Programa de Administración de Empresas, Fusagasugá predomina en el proceso de enseñanza-aprendizaje, la inteligencia cognitiva, por lo que se consideraría ideal complementación reforzar las actividades académicas desde prácticas basadas en la inteligencia emocional facilitando a los estudiantes la apropiación del conocimiento disciplinar y optimizando sus habilidades y competencias de análisis y creatividad.
- Dentro de la capacitación docente, se propone establecer eventos de formación permanente sobre teorías, metodologías y técnicas, relacionadas con la inteligencia emocional para incidir positivamente y que pueda incidir positivamente en el dinamismo de las clases.
- Programar jornadas de capacitación a egresados para socializar el tema, destacando que organizaciones como Google, Facebook, Coca-Cola, entre otras convirtieron las prácticas de felicidad como vitales en su cultura organizacional, habilitándose en la transferencia de este conocimiento a las empresas regionales y locales.

11. BIBLIOGRAFÍA

La Organización Internacional del Trabajo.

Angarita, A. (28 de Abril de 2006). *BBC MUNDO*. Recuperado el 15 de Septiembre de 2015, de http://news.bbc.co.uk/hi/spanish/international/newsid_4931000/4931180.stm

Aristóteles.

Aristóteles. (siglo IV a. C). *Ética Nicomáquea.*

BLURADIO. (20 de Marzo de 2015). *www.bluradio.com*. Recuperado el 15 de Septiembre de 2015, de http://www.bluradio.com/93954/por-que-dictar-una-catedra-de-la-felicidad-en-las-universidades

Bolivar, S.

Casillas, M., Chain, R., & Jácome, N. (2007). *Revista de la Educacion Superior.* Distrito Federal, Mexico.

CESA. (Marzo de 2013). *www.ceda.edu.co*. Recuperado el 15 de Septiembre de 2015, de http://www.cesa.edu.co/El-Cesa/lateral/NewsN/2013/Marzo/Inicia-la-electiva-de-felicidad-en-el-CESA.aspx

Chiavenato. (2000).

El Espectador. (31 de Marzo de 2016). Meditación, la magia de observar. *El Espectador* .

Escobar, A. B. (2016).

Esguerra, G. (2006). Psicología Positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Revista Diversitas- Perspectivas en psicología* , 311-319.

Freeman, S. y. (1994).

Gallo Gonzalez, G. (27 de 03 de 2015). *Portafolio.* Obtenido de http://www.portafolio.co/columnistas/que-es-la-felicidad-opinion

Glasser, W.

Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional.* Kairos.

Platón.

Ribeiro, L. (2000). *El éxito no llega por casualidad.* Urano.

Schroeder. (1992).

SEMANA. (2015). Las claves de la felicidad según Harvard. *SEMANA* .

Universidad de Cundinamarca. *Reglamento estudiantil.* Fusagasugá.

WIKIPEDIA. (2015). *www.wikipedia.org*. Recuperado el 15 de Septiembre de 2015, de https://es.wikipedia.org/wiki/%C3%89tica_nicom%C3%A1quea#cite_note-5

WIKIPEDIA. (2015). *www.wikipedia.org.* Recuperado el 15 de Septiembre de 2015, de https://es.wikipedia.org/wiki/Epicuro#El_placer_y_la_felicidad

www.definicionabc.com. (2007). Recuperado el 15 de Septiembre de 2015, de http://www.definicionabc.com/economia/productividad.php

ANEXOS

ANEXO 1. EVIDENCIA FOTOGRAFICA ACTIVIDAD NO. 1

LUGAR: UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA. AULA F302

FECHA: ABRIL 4 DE 2016

ANEXO 2. EVIDENCIA FOTOGRÁFICA ACTIVIDAD NO. 3

LUGAR: UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA. AULA F302

FECHA: ABRIL 11 DE 2016

ANEXO 3. TABULACIÓN ENCUESTAS A LOS ESTUDIANTES

ANEXO 3.
TABULACIÓN ENCUES

ANEXO 4. IMÁGENES RESPUESTAS ACTIVIDAD NO.2

ANEXO 4.
ENCUESTAS 1.pdf

ANEXO 5. IMÁGENES RESPUESTAS ACTIVIDAD NO.4

ANEXO 5.
ENCUESTAS 2.pdf

ANEXO 6. ACTIVIDAD DIBUJOS

ANEXO 6.
ACTIVIDAD DIBUJO L

ANEXO 3.
TABULACIÓN DE ENCUESTAS

	INFLUENCIA DOCENTE EN DESEMPEÑO ACADÉMICO			CALIFICACIÓN INFLUENCIA DE LA ACTITUD DEL DOCENTE EN ESTUDIANTES						
	SI	NO	POR QUÉ?	5	4	3	2	1	POR QUÉ?	SABER ELEGIR LO QUE CONVIENE
1	1	0		1	0	0	0	0	si nos centran en la realidad y un futuro proyectado, vamos a alcanzar nuestras metas y propósitos para nuestra carrera y futuro.	1
2	1	0	como ellos nos enseñen, lo aplicaremos en nuestra vida profesional.	1	0	0	0	0	entre mejor sea el ambiente generado por el docente, mejor respuesta habrá por parte de los estudiantes y así mismo su disposición de aprender.	0
3	1	0	pues son ellos quienes nos guían en este proceso por lo tanto deben preocuparse y plantearse formas creativas e innovadoras para transmitir conocimientos pues si presentan más agradables las temáticas los estudiantes seremos más productivos.	1	0	0	0	0	el docente debe tratar y enseñar a los estudiantes con buena actitud ya que si son repelentes o arrogantes, los estudiantes no van a tener interés en la materia.	0
4	1	0	porque ellos nos brindan las pautas más importantes que necesitamos y nosotros decidimos como utilizar dicha información.	0	1	0	0	0	la metodología que manejan los docentes no es muy buena lo cual vuelve una rutina aburrida.	0
5	1	0	cada clase, actividad o una simple palabra tiene el poder de influenciar ciertas decisiones en nuestra vida.	0	1	0	0	0	la gran mayoría de las clases estoy atento y dispuesto a desarrollar junto con el docente, los núcleos temáticos establecidos.	0
6	1	0	su forma o metodología de enseñar lo van formando a uno como alumno y profesional, para llegar a ser un nivel alto en nuestra carrera.	0	1	0	0	0	en su forma de explicar o de hablar a los alumnos nos llevan a diferentes tipos de ánimo. Algunos docentes dan alegría y motivación otros estresan y hacen perder el interés.	0
7	1	0	es una herramienta de conocimiento donde hay que aprovecharlas para formarnos en un futuro como profesionales, el docente es un gran guía.	0	1	0	0	0	lo identifico en la dinámica de las clases si el docente se torna aburrido a mí como estudiante me da sueño y pereza.	0
8	1	0	es una de nuestras fuentes de conocimiento más no influye tanto en el desempeño. Considero que el desempeño y la productividad debe realizarse de forma muy autónoma.	0	1	0	0	0	en ellos está el ejemplo que nosotros como aprendices buscamos.	0
9	1	0	ellos son los que nos dan el conocimiento y nos guían en la formación, lo cual hace que una parte dependa de ellos.	0	1	0	0	0	son la principal fuente de comportamiento en la academia, nos influyen en el modo de ver el núcleo temático.	1
10	1	0	son quienes nos comparten conocimiento, tenemos relación directa con ellos.	0	1	0	0	0	el docente es el encargado de generar un buen ambiente de trabajo, y en un buen ambiente de trabajo se profundiza más y se motiva más a la investigación.	0
11	1	0	La actitud del docente nos permite estipular el interés en la temática, por lo cual, es crucial la interacción de los docentes.	0	1	0	0	0	no puede haber disposición cuando un docente llega en una actitud mala, pues producirá inconformidad y desagrado.	0
12	1	0	de acuerdo a la exigencia en cada materia el estudiante dará lo mejor, pero si por el contrario el docente se pasa de relajado, el estudiante no será igual de productivo.	0	1	0	0	0	tengo docentes muy buenos como tengo otros que se si es la metodología o se me dificulta.	0
13	1	0	en diferentes formas debido a que como hay excelentes docentes hay otros que con su forma de ser hacen que nadie busque más allá porque todo es malo o que no sabemos acerca de ello.	0	1	0	0	0	la actitud es una parte fundamental ya que dependiendo como es la actitud del docente podemos desarrollar nuestros núcleos.	0
14	1	0	unas buenas bases y dominio del tema es una parte fundamental para que los conocimientos queden claros.	0	1	0	0	0	son ellos quienes deciden si motivarnos o no al desarrollo y comprensión de cada núcleo.	0
15	1	0	debido a que así como hay docentes que nos dejan una gran enseñanza y un gran aporte para nuestra vida diaria, hay profesores que también nos dejan un desagradable recuerdo y/o enseñanza para no aplicar a nuestras vidas.	0	0	1	0	0	es algo básico ya que aunque nos brindan muy buena información, deben hacerlo rápido por cuestiones de tiempo y por el número de estudiantes por clase.	0
16	0	1	No en todos los casos, ya que no manejan una adecuada metodología de aprendizaje, lo cual no cumple con las expectativas del estudiante	0	0	1	0	0	algunas actitudes de los docentes no son las más adecuadas, trasmitir sus conocimientos al estudiante es su gran objetivo y no solo por una nota.	0
TOTALES	**15**	**1**		**3**	**11**	**2**	**0**	**0**		**2**

CONOCIMIENTO SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL									V
CONTROLAR LA EMOCIONES	EMOCIÓN QUE GUÍA A LA SATISFACCIÓN	APROVECHAR EMOCIONES PARA EL CONOCIMIENTO	NIVELES EMOCIONALES FRENTE A SITUACIÓN	INFLUENCIAAR A LAS PERSONAS	INFUNDIR UN AMBIENTE TRANQUILO	RECONOCER LAS EMOCIONES	ESTIMULOS	TEORÍA QUE INFLUYE EN LA FELICIDAD	RESPETO	TRANQUILIDAD	TOLERANCIA	LIBERTAD	TERNURA	AMOR	SENSACIÓN	COMPRENSIÓN
0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0
1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0
0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0
1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1
0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0
1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0
0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0
0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	
0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0
1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0
1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0
1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0
6	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**3**	**1**	**1**	**10**	**8**	**2**	**3**	**1**	**6**	**1**	**1**

ALORES ASOCIADOS A LA FELICIDAD

DIALOGO	ALEGRIA	SOCIABILIDAD	COMUNICACIÓN	AMISTAD	PERDÓN	SUPERACIÓN	PACIENCIA	RETROALIMENTACIÓN	SATISFACCIÓN
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
0	1	1	1	0	0	0	0	0	0
0	1	0	0	1	1	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	1	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	1	1	0
0	0	0	0	1	0	0	0	0	0
0	0	0	0	1	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	1	0	0	0	0	1
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	1	1	0	0	0	1
1	**3**	**1**	**1**	**5**	**2**	**1**	**1**	**1**	**2**

ANEXO 4.
ENCUESTAS 1

ENCUESTAS # 2

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CATEDRA DE LA FELICIDAD

ADMON 601-N

1. **¿CONSIDERA USTED QUE LOS DOCENTES INFLUYEN EN LA CALIDAD DE SU PROCESO FORMATIVO, NIVEL DE DESEMPEÑO ACADÉMICO Y PRODUCTIVIDAD?**
   Influyen demasiado ya que ellos son los que nos dan el conocimiento y nos guian en la formación lo cual hace que una parte dependa de ellos

2. **¿QUÉ TANTO INFLUYE EN USTED LA ACTITUD DE LOS DOCENTES , FRENTE A SU DISPOSICIÓN PARA EL DESARROLLO DE LOS NÚCLEOS TEMÁTICOS? CALIFIQUE DE 1 A 5, SIENDO 1 EL DE MENOR ESTIMULO Y 5 EL DE MAYOR**

   1__ 2__ 3__ 4__ 5 X

   ¿Por qué?
   Porque el docente debe tratar y enseñar a los estudiantes con buena actitud ya que si son repelentes o arrogantes los estudiantes no van a tener interes en la materia

3. **¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE USTED SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL?**
   Es saber elegir lo que le conviene y lo bueno para obtener beneficios positivos, tanto en las emociones.

4. **¿CON QUÉ VALORES Y ESTADOS PSICOLÓGICOS, ASOCIA USTED LA FELICIDAD?**
   Con la responsabilidad, el respeto, la humildad y la amistad, ya que al tener buenas relaciones con los demas se puede estar feliz

VI SEMESTRE NOCHE

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CATEDRA DE LA FELICIDAD

1. ¿CONSIDERA USTED QUE LOS DOCENTES INFLUYEN EN LA CALIDAD DE SU PROCESO FORMATIVO, NIVEL DE DESEMPEÑO ACADÉMICO Y PRODUCTIVIDAD?

   SI

2. ¿QUÉ TANTO INFLUYE EN USTED LA ACTITUD DE LOS DOCENTES , FRENTE A SU DISPOSICIÓN PARA EL DESARROLLO DE LOS NÚCLEOS TEMÁTICOS? CALIFIQUE DE 1 A 5, SIENDO 1 EL DE MENOR ESTIMULO Y 5 EL DE MAYOR

   1__ 2__ 3__ 4__ 5X

   ¿Por qué?

   PORQUE ENTRE MEJOR SEA EL AMBIENTE GENERADO POR EL DOCENTE, MEJOR RESPUESTA HABRÁ POR PARTE DE LOS ESTUDIANTES Y ASÍ MISMO SU DISPOSICIÓN DE APRENDER

3. ¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE USTED SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL?

   NINGUNO APARTE DE CONTROLAR LAS EMOCIONES

4. ¿CON QUÉ VALORES Y ESTADOS PSICOLÓGICOS, ASOCIA USTED LA FELICIDAD?

   TRANQUILIDAD, PAZ, GOZO, DISPOSICIÓN, BUENA ACTITUD, AMOR, AMISTAD, PLENITUD, GRACIA, ALEGRÍA, PROGRESO

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CATEDRA DE LA FELICIDAD

1. ¿CONSIDERA USTED QUE LOS DOCENTES INFLUYEN EN LA CALIDAD DE SU PROCESO FORMATIVO, NIVEL DE DESEMPEÑO ACADÉMICO Y PRODUCTIVIDAD?

   SI INFLUYE YA QUE SU FORMA O METODOLOGIA DE ENSEÑAZA LO VAN FORMANDO A UNO COMO SIMUNO Y PROFESIONAL PARA LLEGAR A SER UN NIVEL ALTO EN NUESTRAS CARRERAS.

2. ¿QUÉ TANTO INFLUYE EN USTED LA ACTITUD DE LOS DOCENTES, FRENTE A SU DISPOSICIÓN PARA EL DESARROLLO DE LOS NÚCLEOS TEMÁTICOS? CALIFIQUE DE 1 A 5, SIENDO 1 EL DE MENOR ESTIMULO Y 5 EL DE MAYOR

   1__ 2__ 3__ 4__ 5X

   ¿Por qué?

   YA QUE SI NOS CENTRALIZAN EN LA REALIDAD Y UN FUTURO PROYECTADO, VAMOS ALCANZAR NUESTRAS METAS Y PROPOSITOS PARA NUESTRA CARRERA Y FUTURO

3. ¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE USTED SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL?

   ES EL TIPO DE EMOCION QUE NOS GUIA A LA SATISFACION Y EMOCION PARA NUESTRA VIDA Y PLACER

4. ¿CON QUÉ VALORES Y ESTADOS PSICOLÓGICOS, ASOCIA USTED LA FELICIDAD?

   EMOCIONAL RESPETO, FELICIDAD, AMOR

GUIA.

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CATEDRA DE LA FELICIDAD

1. ¿CONSIDERA USTED QUE LOS DOCENTES INFLUYEN EN LA CALIDAD DE SU PROCESO FORMATIVO, NIVEL DE DESEMPEÑO ACADÉMICO Y PRODUCTIVIDAD?

Si, puesto que es uno de nuestros fuentes de conocimiento más no influye tanto en el desempeño considero que el desempeño y la productividad debe realizarse de forma muy autónoma.

2. ¿QUÉ TANTO INFLUYE EN USTED LA ACTITUD DE LOS DOCENTES, FRENTE A SU DISPOSICIÓN PARA EL DESARROLLO DE LOS NÚCLEOS TEMÁTICOS? CALIFIQUE DE 1 A 5, SIENDO 1 EL DE MENOR ESTIMULO Y 5 EL DE MAYOR

1__ 2__ 3__ 4_X_ 5__

¿Por qué?

Porque el docente es el encargado de generar un buen ambiente de trabajo, y en un buen ambiente de trabajo se profundiza más y se motiva más a la investigación

3. ¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE USTED SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL?

Es la capacidad en que cada persona percibe asimila comprende y regula emociones

4. ¿CON QUÉ VALORES Y ESTADOS PSICOLÓGICOS, ASOCIA USTED LA FELICIDAD?

- Sentimientos grupales.
- Respeto.
- Responsabilidad
- Apoyo.
- Honestidad

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CATEDRA DE LA FELICIDAD

1. ¿CONSIDERA USTED QUE LOS DOCENTES INFLUYEN EN LA CALIDAD DE SU PROCESO FORMATIVO, NIVEL DE DESEMPEÑO ACADÉMICO Y PRODUCTIVIDAD?

SI, CADA CLASE, ACTIVIDAD O CADA SIMPLE PALABRA TIENE ELA PODER DE INFLUENCIAR CIERTAS DECISIONES EN NUESTRA VIDA.

2. ¿QUÉ TANTO INFLUYE EN USTED LA ACTITUD DE LOS DOCENTES, FRENTE A SU DISPOSICIÓN PARA EL DESARROLLO DE LOS NÚCLEOS TEMÁTICOS? CALIFIQUE DE 1 A 5, SIENDO 1 EL DE MENOR ESTIMULO Y 5 EL DE MAYOR

1___ 2___ 3___ 4 X 5___

¿Por qué?

PORQUE SON ELLOS QUIENES DECIDEN SI MOTIVARNOS O NO, AL DESARROLLO Y COMPRENSIÓN DE CADA NUCLEO

3. ¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE USTED SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL?

PARA MI CONCEPTO, ES LA CAPACIDAD QUE SE TIENE PARA CONTROLAR LAS EMOCIONES EN CIERTAS SITUACIONES Y NO PERMITIR QUE VAYAN A LOS EXTREMOS Y NOS HAGAN COMETER IMPRUDENCIAS.

4. ¿CON QUÉ VALORES Y ESTADOS PSICOLÓGICOS, ASOCIA USTED LA FELICIDAD?

JUSTICIA - RESPETO - LA SATISFACCIÓN DE LAS NECESIDADES TRANQUILIDAD - EQUILIBRIO EMOCIONAL - AMOR - AMISTAD

601-DI

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CATEDRA DE LA FELICIDAD

1. ¿CONSIDERA USTED QUE LOS DOCENTES INFLUYEN EN LA CALIDAD DE SU PROCESO FORMATIVO, NIVEL DE DESEMPEÑO ACADÉMICO Y PRODUCTIVIDAD?

Si, es una gran herramienta de conocimiento donde hay que aprovecharlos para formarnos en un futuro como profesionales, el docente es ~~una~~ ~~sta~~ un gran guía.

2. ¿QUÉ TANTO INFLUYE EN USTED LA ACTITUD DE LOS DOCENTES, FRENTE A SU DISPOSICIÓN PARA EL DESARROLLO DE LOS NÚCLEOS TEMÁTICOS? CALIFIQUE DE 1 A 5, SIENDO 1 EL DE MENOR ESTIMULO Y 5 EL DE MAYOR

1___ 2___ 3___ 4 X 5___

¿Por qué?

La actitud es una parte fundamental ya que dependiendo como se es la actitud del docente podemos desarollar nuestros nucleos

3. ¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE USTED SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL?

La inteligencia emocional es como podemos adquirir un conocimiento de acuerdo a como no centimos en un aula de clase que emociones podemos aprovechar y asociarlas a nuestro conocimiento.

4. ¿CON QUÉ VALORES Y ESTADOS PSICOLÓGICOS, ASOCIA USTED LA FELICIDAD?

- Respeto
- tolerancia
- Paz
- Responsabilidad

valores esenciales para estar feliz, y aplicarlos en un aula de clase

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CATEDRA DE LA FELICIDAD

1. ¿CONSIDERA USTED QUE LOS DOCENTES INFLUYEN EN LA CALIDAD DE SU PROCESO FORMATIVO, NIVEL DE DESEMPEÑO ACADÉMICO Y PRODUCTIVIDAD?

Por supuesto pues como (a)ellos nos enseñen lo aplicaremos en nuestra vida profesional

2. ¿QUÉ TANTO INFLUYE EN USTED LA ACTITUD DE LOS DOCENTES , FRENTE A SU DISPOSICIÓN PARA EL DESARROLLO DE LOS NÚCLEOS TEMÁTICOS? CALIFIQUE DE 1 A 5, SIENDO 1 EL DE MENOR ESTIMULO Y 5 EL DE MAYOR

1___ 2___ 3___ 4_X_ 5___

¿Por qué?

Tengo docentes muy buenos como tengo otros que no se si es la metodologia o soy se me dificulta

3. ¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE USTED SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL?

la verdad pienso el como se siente usted. ante una situacion frente a algo los niveles emocionales a usted (le) experimenta

4. ¿CON QUÉ VALORES Y ESTADOS PSICOLÓGICOS, ASOCIA USTED LA FELICIDAD?

Estar en paz logar obtener una satisfacion propia no de las demas personas es tener la capacidad de obtener Un cambio sin ser afecta, o afecta el mundo o permite que este le afecte a usted.

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CATEDRA DE LA FELICIDAD

1. ¿CONSIDERA USTED QUE LOS DOCENTES INFLUYEN EN LA CALIDAD DE SU PROCESO FORMATIVO, NIVEL DE DESEMPEÑO ACADÉMICO Y PRODUCTIVIDAD?

   Si, pues son ellos quienes nos guian en este proceso por lo tanto deben preocuparse y plantearce formas creativa e innovadoras para transmitir conocimientos pues si presentan mas agrados las tematicas los estudiantes seremos mas productivos.

2. ¿QUÉ TANTO INFLUYE EN USTED LA ACTITUD DE LOS DOCENTES , FRENTE A SU DISPOSICIÓN PARA EL DESARROLLO DE LOS NÚCLEOS TEMÁTICOS? CALIFIQUE DE 1 A 5, SIENDO 1 EL DE MENOR ESTIMULO Y 5 EL DE MAYOR

   1___ 2___ 3___ 4_X_ 5___

   ¿Por qué?

   influyen bastante por que no puede haber disposicion cuando un docente llega en una actitud mala, pues produce inconformidad y desagrado.

3. ¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE USTED SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL?

   controlar las emociones de las personas para que hagan o tengan tendencia a lo que uno quiere influenciarlos.

4. ¿CON QUÉ VALORES Y ESTADOS PSICOLÓGICOS, ASOCIA USTED LA FELICIDAD?

   - Tranquilidad
   - Amor
   - Amistad

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CATEDRA DE LA FELICIDAD

Semestre 6
Noche

1. ¿CONSIDERA USTED QUE LOS DOCENTES INFLUYEN EN LA CALIDAD DE SU PROCESO FORMATIVO, NIVEL DE DESEMPEÑO ACADÉMICO Y PRODUCTIVIDAD?

Si, Porque son quienes nos comparten su conocimiento, tenemos relación directa con ellos

2. ¿QUÉ TANTO INFLUYE EN USTED LA ACTITUD DE LOS DOCENTES, FRENTE A SU DISPOSICIÓN PARA EL DESARROLLO DE LOS NÚCLEOS TEMÁTICOS? CALIFIQUE DE 1 A 5, SIENDO 1 EL DE MENOR ESTIMULO Y 5 EL DE MAYOR

1___ 2___ 3___ 4 X 5___

¿Por qué?

Son la principal fuente de comportamiento en la academia, nos influyen en el modo de ver el nucleo tematico.

3. ¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE USTED SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL?

Es el valor agregado Fundamental en cualquier grupo de personas, de modo individual se reconocen y se dan a entender a las demas. Se trata de infundir la esencia de un buen ambiente y tranquilo.

4. ¿CON QUÉ VALORES Y ESTADOS PSICOLÓGICOS, ASOCIA USTED LA FELICIDAD?

Respeto, Retroalimentación, Paciencia, Tranquilidad

601-N

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CATEDRA DE LA FELICIDAD

1. ¿CONSIDERA USTED QUE LOS DOCENTES INFLUYEN EN LA CALIDAD DE SU PROCESO FORMATIVO, NIVEL DE DESEMPEÑO ACADÉMICO Y PRODUCTIVIDAD?

Si, ya que de acuerdo a la exigencia en cada materia, el estudiante daña lo mejor, pero si por el contrario el docente se pasa de relajado el estudiante no será igual de productivo

2. ¿QUÉ TANTO INFLUYE EN USTED LA ACTITUD DE LOS DOCENTES , FRENTE A SU DISPOSICIÓN PARA EL DESARROLLO DE LOS NÚCLEOS TEMÁTICOS? CALIFIQUE DE 1 A 5, SIENDO 1 EL DE MENOR ESTIMULO Y 5 EL DE MAYOR

1___ 2___ 3___ 4 X 5___

¿Por qué?

lo identifico en la dinamicidad de las clases si el docente se torna aburrido a mi como estudiante me da sueño y pereza.

3. ¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE USTED SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL?

Muy poco se que consta de dos factores y que va de acuerdo a como lo dice su nombre las emociones de cada ser humano.

4. ¿CON QUÉ VALORES Y ESTADOS PSICOLÓGICOS, ASOCIA USTED LA FELICIDAD?

Amor, respeto, amistad, cariño, familia, alegria, perdon.

ADMINISTRACIÓN EMPRESAS 601 N.

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CATEDRA DE LA FELICIDAD

1. ¿CONSIDERA USTED QUE LOS DOCENTES INFLUYEN EN LA CALIDAD DE SU PROCESO FORMATIVO, NIVEL DE DESEMPEÑO ACADÉMICO Y PRODUCTIVIDAD?
EN DIFERENTES FORMAS DEBIDO A QUE COMO HAY EXCELENTES DOCENTES HAY OTROS QUE CON SU FORMA DE SER HACEN QUE NADIE BUSQUE MAS ALLA POR QUE TODO ES MALO O QUE NO SABEMOS ACERCA DE ELLO

2. ¿QUÉ TANTO INFLUYE EN USTED LA ACTITUD DE LOS DOCENTES , FRENTE A SU DISPOSICIÓN PARA EL DESARROLLO DE LOS NÚCLEOS TEMÁTICOS? CALIFIQUE DE 1 A 5, SIENDO 1 EL DE MENOR ESTIMULO Y 5 EL DE MAYOR

1___ 2___ 3___ 4 X 5___

¿Por qué?
PORQUE EN SU FORMA DE EXPLICAR O DE HABLAR A LOS ALUMNOS NOS HACEN A DIFERENTES TIPOS DE ANIMO ALGUNOS DOCENTES DAN ALEGRIA Y MOTIVACION OTROS ESTRESAN Y HACEN PERDER EL INTERES

3. ¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE USTED SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL?
LO ASOCIO CON LA CLASE DE ESTIMULOS PRESENTADOS POR UNA PERSONA PARA DARSE A ENTENDER POR MEDIO DE DIFERENTES FORMAS.

4. ¿CON QUÉ VALORES Y ESTADOS PSICOLÓGICOS, ASOCIA USTED LA FELICIDAD?
RESPETO LA SOCIABILIDAD LA COMUNICACIÓN Y LA ALEGRIA QUE IRRADIAN ALGUNAS PERSONAS

601 N

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CATEDRA DE LA FELICIDAD

1. **¿CONSIDERA USTED QUE LOS DOCENTES INFLUYEN EN LA CALIDAD DE SU PROCESO FORMATIVO, NIVEL DE DESEMPEÑO ACADÉMICO Y PRODUCTIVIDAD?**
   Totalmente debido a que así como hay docentes que nos dejan una gran enseñanza y un gran aporte para nuestra vida diaria, hay profesores que también nos dejan un desagradable recuerdo y o enseñanza para no aplicar a nuestras vidas.

2. **¿QUÉ TANTO INFLUYE EN USTED LA ACTITUD DE LOS DOCENTES , FRENTE A SU DISPOSICIÓN PARA EL DESARROLLO DE LOS NÚCLEOS TEMÁTICOS? CALIFIQUE DE 1 A 5, SIENDO 1 EL DE MENOR ESTIMULO Y 5 EL DE MAYOR**

   1___ 2___ 3___ 4_X_ 5___

   ¿Por qué?
   porque la gran mayoría de las clases estar atento y dispuesto a desarrollar junto con el docente, los núcleos temáticos establecidos.

3. **¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE USTED SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL?**
   es saber manejar nuestras emociones y sentimientos en otros campos o lugares y frente a otras personas.

4. **¿CON QUÉ VALORES Y ESTADOS PSICOLÓGICOS, ASOCIA USTED LA FELICIDAD?**
   con el respeto, la comprensión, el dialogo y con la alegría

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CATEDRA DE LA FELICIDAD

1. ¿CONSIDERA USTED QUE LOS DOCENTES INFLUYEN EN LA CALIDAD DE SU PROCESO FORMATIVO, NIVEL DE DESEMPEÑO ACADÉMICO Y PRODUCTIVIDAD?

No en todos los casos, ya que no manejan una adecuada metodologia de aprendizaje, lo cual no cumple con las expectativas del estudiante.

2. ¿QUÉ TANTO INFLUYE EN USTED LA ACTITUD DE LOS DOCENTES , FRENTE A SU DISPOSICIÓN PARA EL DESARROLLO DE LOS NÚCLEOS TEMÁTICOS? CALIFIQUE DE 1 A 5, SIENDO 1 EL DE MENOR ESTIMULO Y 5 EL DE MAYOR

1___ 2___ 3___ 4 X 5___

¿Por qué?

La metodologia que manejan los docentes no es muy buena lo cual vuelve una rutina aburridora

3. ¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE USTED SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL?

4. ¿CON QUÉ VALORES Y ESTADOS PSICOLÓGICOS, ASOCIA USTED LA FELICIDAD?

Ternura, libertad, amor, sensacion.

601N

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CATEDRA DE LA FELICIDAD

1. ¿CONSIDERA USTED QUE LOS DOCENTES INFLUYEN EN LA CALIDAD DE SU PROCESO FORMATIVO, NIVEL DE DESEMPEÑO ACADÉMICO Y PRODUCTIVIDAD?
Si influyen Porque unas buenas bases y dominio del tema es una parte fundamental para que los conocimientos queden claros.

2. ¿QUÉ TANTO INFLUYE EN USTED LA ACTITUD DE LOS DOCENTES, FRENTE A SU DISPOSICIÓN PARA EL DESARROLLO DE LOS NÚCLEOS TEMÁTICOS? CALIFIQUE DE 1 A 5, SIENDO 1 EL DE MENOR ESTIMULO Y 5 EL DE MAYOR

1__ 2__ 3 X 4__ 5__

¿Por qué?
Porque algunas actitudes de los docentes no son las más adecuadas, trasmitir sus conocimientos al estudiante es su gran objetivo y no solo por una nota

3. ¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE USTED SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL?
Es algo que las personas pueden manejar en los diferentes ambitos o situaciones que se presenten para que sus actitudes cambien para bien o para mal.

4. ¿CON QUÉ VALORES Y ESTADOS PSICOLÓGICOS, ASOCIA USTED LA FELICIDAD?
La felicidad es un estado en el cual los seres humanos tenemos y es lo mas grande que poseemos, aquel que es feliz es libre, en su hogar su trabajo, sus estudios y si hace lo que le gusta nunca estará obligado, o estará presionado a responder con sus actividades.

601N

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CATEDRA DE LA FELICIDAD

1. **¿CONSIDERA USTED QUE LOS DOCENTES INFLUYEN EN LA CALIDAD DE SU PROCESO FORMATIVO, NIVEL DE DESEMPEÑO ACADÉMICO Y PRODUCTIVIDAD?**

   Si, porque ellos nos brinden las pautas más importantes que necesitamos y nosotros decidimos como utilizar dicha información

2. **¿QUÉ TANTO INFLUYE EN USTED LA ACTITUD DE LOS DOCENTES, FRENTE A SU DISPOSICIÓN PARA EL DESARROLLO DE LOS NÚCLEOS TEMÁTICOS? CALIFIQUE DE 1 A 5, SIENDO 1 EL DE MENOR ESTIMULO Y 5 EL DE MAYOR**

   1__ 2__ 3_X_ 4__ 5__

   ¿Por qué?

   ES ALGO BASICO YA QUE, AUNQUE NOS BRINDAN MUY BUENA INFORMACION. DEBEN HACERLO RAPIDO POR CUESTIONES DE TIEMPO Y POR EL NUMERO DE ESTUDIANTES POR CLASE

3. **¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE USTED SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL?**

   YO CREERIA QUE ES EL ESTUDIO SOBRE LAS TEORIAS QUE INFLUYEN EN LA FELICIDAD

4. **¿CON QUÉ VALORES Y ESTADOS PSICOLÓGICOS, ASOCIA USTED LA FELICIDAD?**

   RESPETO TRANQUILIDAD TOLERANCIA

ANEXO 5.
ENCUESTAS 2

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CÁTEDRA DE LA FELICIDAD

1. **ILUSTRACIÓN SOBRE TEMAS RELACIONADOS CON LA BUENA ALIMENTACIÓN (PRODUCCIÓN ORGÁNICA), VIVENCIA DE LA PAZ (DERECHOS HUMANOS), ECONOMÍA FAMILIAR (PLANIFICACIÓN DEL PRESUPUESTO PERSONAL), LOS CONSIDERA USTED RELACIONADOS COMO ASPECTOS INCIDENTES EN LA FELICIDAD? POR FAVOR ARGUMENTE SOBRE CADA UNO.**

La Producción orgánica incide en nuestra buena Salud Para una vida sana, los Derechos humanos Aunque estan muy golpeados sería una buena herramienta Para nuestro Desarrollo Personal, Profesional en cuanto a la Economía Familiar es algo que se debe dar más atención Por la incidencia que tiene de no estar bien en la que se encuentra.

2. **DE LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES Y TEMAS DE ACTUALIDAD CUÁLES LE INTERESARIA FUERAN INCLUIDOS EN LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD: (ESCRIBA DE MAYOR A MENOR INTERÉS) POLÍTICA, ARTE, DEPORTES, ECONOMÍA, TECNOLOGÍA**

Arte: es una buena herramienta Para expresarse
Deportes: Espacio Para la relajación y el buen compartir.
Tecnología: Espacio Para la buena el buen uso de esta
Política: gran herramienta donde en nuestra actualidad debemos saber más del tema.

3. **QUÉ ACTIVIDADES LÚDICAS Y DE RECREACIÓN LE INTERESARÍA PRACTICAR: CAMINATAS, SESIONES DE MEDITACIÓN, DEPORTES, CURSOS DE MÚSICA... etc.**

Caminatas Deportes, Fotografía y lo mas Importante en Psicología Talleres Para creación y Sostenibilidad de empresa.

4. **¿CÓMO CONSIDERA USTED QUE BIENESTAR UNIVERSITARIO PUEDA VINCULARSE A LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD?**

Dando mas Participación y tener encuenta a los estudiantes de la Jornada noche. Para que estos no se sientan excluidos. Porque todos formamos Parte de la universidad y hacemos de ella una gran Empresa.

Juan Carlos Diaz Alonso.
C.C. 80499864 Fusa
Fecha nacimiento: 6-01-74 - Fusagasugá
Email: juancarlos.diaz@hotmail.com.

- Soy una Persona muy sencilla, responsable, trabajadora. cordial con las personas que comparten conmigo, me gusta ser servicial y atento, Ayudo y colaboro sin esperas nada a cambio y exclusivamente perfeccionista.

- Metas Personales. Lograr ser una persona exitosa en cuanto a lo que me Propongo Para así tener un reconocimiento en cuanto a lo laboral y personal. Tener mi Propia empresa en la cual Pueda ayudar y colaborar Para el desarrollo de fusagasugá y del país, brindar una estabilidad Para mi familia y Para satisfacción Propia.
- Metas académicas poder obtener mi título de Administrador de empresas y hacer mi especialización en Gerencia y Poder obtener el título de Administrador público, también estudiar en España y obtener mi título de Aquitecto Paisajista y Paisajismo y Jardinería.

- En cuanto otros Proyectos Poder viajar conocer muchos Países Pero lo más importante conocer el país más lindo el cual es Colombia. poder tener muchos viajes de negocios, tener Propiedades en otros países y prestar más servicios en diferentes Países.

- El Proceso de Paz es un convenio entre las fuerzas al margen de la ley y de aquellos que tienen el negocio de la nación. no leveo ningun Punto positivo a este Proceso Por lo que la Paz no existe y nunca va a existir, los arreglos que hay con estos grupos Para fortalecerlos y darles el poder, Surgiran otros Grupos los Cuales no estan de acuerdo y esto Seguira en lo mismo violencia.

La Paz debe estar en nuestra mente, nuestros corazones ser tolerantes y saber entender a los demas para no generar violencia.

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CÁTEDRA DE LA FELICIDAD

1. ILUSTRACIÓN SOBRE TEMAS RELACIONADOS CON LA BUENA ALIMENTACIÓN (PRODUCCIÓN ORGÁNICA), VIVENCIA DE LA PAZ (DERECHOS HUMANOS), ECONOMÍA FAMILIAR (PLANIFICACIÓN DEL PRESUPUESTO PERSONAL), LOS CONSIDERA USTED RELACIONADOS COMO ASPECTOS INCIDENTES EN LA FELICIDAD? POR FAVOR ARGUMENTE SOBRE CADA UNO.

La buena alimentacion influye tanto en el estado de salud como en la vida misma los derechos humanos son aspectos que inden en la felicidad por que ayudan a desarrollar la personalidad y el presupuesto personal, aunque no tiene que ver mucho con la felicidad es necesario para otros aspectos

2. DE LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES Y TEMAS DE ACTUALIDAD CUÁLES LE INTERESARIA FUERAN INCLUIDOS EN LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD: (ESCRIBA DE MAYOR A MENOR INTERÉS) POLÍTICA, ARTE, DEPORTES, ECONOMÍA, TECNOLOGÍA

Deportes, Arte, Tecnologia, Economía, Politica

3. QUÉ ACTIVIDADES LÚDICAS Y DE RECREACIÓN LE INTERESARÍA PRACTICAR: CAMINATAS, SESIONES DE MEDITACIÓN, DEPORTES, CURSOS DE MÚSICA... etc.

Deportes debido a que es bueno ejercitarce, hacer actividad fisica porque nos relaja y nos hace mas activos y nos interrelacionamos

4. ¿CÓMO CONSIDERA USTED QUE BIENESTAR UNIVERSITARIO PUEDA VINCULARSE A LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD?

puede vincularse para brindar los servicios medicos y para prestar los espacios de implementos deportivos

1º Yon José Moreno López
C.C 1'069720379
Fecha Nacimiento: 2 septiembre ~~20~~ 1987
Lugar de nacimento: Fusagasuga
correo electronico: yonmoreno1@gmail.com

2º Rasgos personales

Soy una persona alegre, espontanea, sencilla, un poco de mal genio pero noble a la vez me acoplo ~~a~~ con facilmente en los grupos tanto de trabajo como sociales

3º ~~Raso~~ Metas profesionales

tener un ingreso muy satisfactorio desarrollando mi titulo profesional y ejerciendolo en lo que me gusta hacer

4º Metas Academicas

Cumplir con mi pregrado y 2 especializaciones para poder ejercer mi titulo profesional en el campo favorito para mi

5º obtener una casa con mis ingresos y poder viajar por todo el mundo

6º Proceso de paz

sinceramente no veo aspectos positivos debido q· que se a tornado un proceso muy dilatador en donde estan adquiriendo mas beneficios la contraparte que el gobierno.

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CÁTEDRA DE LA FELICIDAD

1. ILUSTRACIÓN SOBRE TEMAS RELACIONADOS CON LA BUENA ALIMENTACIÓN (PRODUCCIÓN ORGÁNICA), VIVENCIA DE LA PAZ (DERECHOS HUMANOS), ECONOMÍA FAMILIAR (PLANIFICACIÓN DEL PRESUPUESTO PERSONAL), LOS CONSIDERA USTED RELACIONADOS COMO ASPECTOS INCIDENTES EN LA FELICIDAD? POR FAVOR ARGUMENTE SOBRE CADA UNO.

Si, cuando uno tiene buena salud, siente que lo respetan y planea lo que va hacer en materia de dinero, familia, estudio, es mas facil lograr una felicidad basada en el estado emocional.

2. DE LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES Y TEMAS DE ACTUALIDAD CUÁLES LE INTERESARIA FUERAN INCLUIDOS EN LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD: (ESCRIBA DE MAYOR A MENOR INTERÉS) POLÍTICA, ARTE, DEPORTES, ECONOMÍA, TECNOLOGÍA

Tecnologia, economia, politica, deporte arte.

3. QUÉ ACTIVIDADES LÚDICAS Y DE RECREACIÓN LE INTERESARÍA PRACTICAR: CAMINATAS, SESIONES DE MEDITACIÓN, DEPORTES, CURSOS DE MÚSICA... etc.

cursos de musica, fotografia, meditación o direccion espiritual, campeonatos de futbol ajedrez, aerobicos.

4. ¿CÓMO CONSIDERA USTED QUE BIENESTAR UNIVERSITARIO PUEDA VINCULARSE A LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD?

Incluyendo más personas y siendo mas preocupados por los horarios de los programas que ofrece por ejemplo danza, tenis que los ensayos no sean en la noche.

Luisa Fernanda Molina Hortúa
cc. 1069758321
Fecha Nacimiento: 03 marzo 1997 Pasca
Correo: luisamolhor@gmail.com

RASGOS DE LA PERSONALIDAD

Soy una persona sensible, me gusta reir y hablar con la gente pero soy de mal genio, soy tímida y melancolica, me afecta mucho los desplantes, las mentiras y las ofensas de los demas soy un poco rencorosa.

Metas Academicas:

* Terminar mi carrera de administración
* Especializarme en talento humano
* Fortalecer mi parte academica contable.

Metas profesionales

* Llevar todos los conocimientos adquiridos en la universidad a mi cargo de gerente.
* Ser lider y creativo para promover desarrollo de tecnologia y preservación del medio ambiente

PROYECTOS

* Un semestre en otra universidad o pais.
* Puntaje excelente y muy alto en las pruebas ECAES
* Desempeñar cargo de gerente en alguna gran compañia.

PROCESO DE PAZ

Es buena la iniciativa pero es complicado que los personas acepten a las personas que se reintegran a la sociedad, que no discriminen y que intenten ponerse como dicen en los zapatos de la otra persona. Sin embargo la paz es algo individual que debe llevarse desde el hogar.
Respecto al gobierno pienso que tendra que seguir negociando con los demas grupos criminales. Y tambien comenzar a cambiar la mentalidad de los niños y no llenarlos de prejuicios acerca de que la paz no existe, es decir cambiarle esa forma de pensar.

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CÁTEDRA DE LA FELICIDAD

1. **ILUSTRACIÓN SOBRE TEMAS RELACIONADOS CON LA BUENA ALIMENTACIÓN (PRODUCCIÓN ORGÁNICA), VIVENCIA DE LA PAZ (DERECHOS HUMANOS), ECONOMÍA FAMILIAR (PLANIFICACIÓN DEL PRESUPUESTO PERSONAL), LOS CONSIDERA USTED RELACIONADOS COMO ASPECTOS INCIDENTES EN LA FELICIDAD? POR FAVOR ARGUMENTE SOBRE CADA UNO.**

Si son incidentes ya que son factores escenciales en nuestra vida diaria, ya que tanto la buena alimentacion como la planificación del presupuesto hasta los derechos humanos hacen que la persona este o no feliz en su vida familiar y laboral

2. **DE LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES Y TEMAS DE ACTUALIDAD CUÁLES LE INTERESARIA FUERAN INCLUIDOS EN LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD: (ESCRIBA DE MAYOR A MENOR INTERÉS) POLÍTICA, ARTE, DEPORTES, ECONOMÍA, TECNOLOGÍA**

Tecnologia - Arte - Deportes - Economia - Politica.

3. **QUÉ ACTIVIDADES LÚDICAS Y DE RECREACIÓN LE INTERESARÍA PRACTICAR: CAMINATAS, SESIONES DE MEDITACIÓN, DEPORTES, CURSOS DE MÚSICA... etc.**

Caminatas, sesiones de meditación, ya que influye en el desempeño de cada alumno y en el estilo de vida

4. **¿CÓMO CONSIDERA USTED QUE BIENESTAR UNIVERSITARIO PUEDA VINCULARSE A LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD?**

Puede vincularse por medio de programas como los que brinda actualmente pero que todos los alumnos los puedan aprovechar, es decir dar estos espacios en diferentes horarios.

1. Datos Personales

- Nombre: Nancy Yorely Auellaneda
- N° C.C: 1.069.759.105 Fusagasugá
- Lugar Nac: La Calera (Cundinamarca) Fecha: 05-Mayo-1997
- Correo: nancy-at@hotmail.es

2 RASGOS PERSONALIDAD

Me considero una persona introvertida, timida pero muy responsable, amable y sobretodo paciente.

3 METAS PROFESIONALES

Mi meta profesional es terminar mi carrera, realizar una especialización, también estudiar psicologia ya que es una carrera que siempre me ha llamado la atención.

4 METAS ACADEMICAS

Realizar estudios cortos de ingles para mejorar mi desempeño y ser mejor profesional, Tener un mejor desempeño y colocarme retos.

5 OTROS PROYECTOS VIABLES EN EL FUTURO CERCANO

Cuando termine mi carrera aspiro a conseguir un buen empleo para mejorar mi calidad de vida y lograr crear mi propia empresa y ser la gerente.

6 OPINION SOBRE PROCESO DE PAZ

Mi opinión acerca del proceso, me parece que es un proceso que debe empezar desde cada persona ya que si se firma este acuerdo, vamos a seguir igual, ya que las personas, en muchas ocasiones han sido muy afectadas, y llevan un proceso más lento para aceptar y poder llevar una vida normal.

Me parece que deben empezar con una sensibilización desde la casa para que asi desde cada persona cambién su pensamiento negativo.

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CÁTEDRA DE LA FELICIDAD

1. **ILUSTRACIÓN SOBRE TEMAS RELACIONADOS CON LA BUENA ALIMENTACIÓN (PRODUCCIÓN ORGÁNICA), VIVENCIA DE LA PAZ (DERECHOS HUMANOS), ECONOMÍA FAMILIAR (PLANIFICACIÓN DEL PRESUPUESTO PERSONAL), LOS CONSIDERA USTED RELACIONADOS COMO ASPECTOS INCIDENTES EN LA FELICIDAD? POR FAVOR ARGUMENTE SOBRE CADA UNO.**

Estos temas en general los considero muy relacionado ya que estos son parte de nuestro vivir cotidiano ya sea en la parte economica para poder tener un sustento como en la comida del diario vivir y pues así poder convivir en paz con la comunidad.

2. **DE LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES Y TEMAS DE ACTUALIDAD CUÁLES LE INTERESARIA FUERAN INCLUIDOS EN LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD: (ESCRIBA DE MAYOR A MENOR INTERÉS) POLÍTICA, ARTE, DEPORTES, ECONOMÍA, TECNOLOGÍA**

Arte, tecnologia, deportes, economía, politica.

3. **QUÉ ACTIVIDADES LÚDICAS Y DE RECREACIÓN LE INTERESARÍA PRACTICAR: CAMINATAS, SESIONES DE MEDITACIÓN, DEPORTES, CURSOS DE MÚSICA... etc.**

Me interesaría practicar caminatas como recreación para tener contacto con la naturaleza, y saber esta como se encuentra constituida.

4. **¿CÓMO CONSIDERA USTED QUE BIENESTAR UNIVERSITARIO PUEDA VINCULARSE A LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD?**

Bienestar universitario puede vincularse de forma practica e implementando actividades para poder tener una motivación de felicidad y así tener y poder compartir con los demás estudiantes

① Datos personales.

- Paula Andrea Reina Bermúdez
- 19 años
- 18 Febrero 1997
- Fusagasugá
- paulareinabermudez@hotmail.com

② Rasgos de personalidad

- Temperamento: Extrovertida
- Caracter: Melancolico.

③ Metas profesionales

Mis metas profesionales es obtener mi titulo de administradora de empresas, especializaciones y hasta depronto un magister.

④ Metas academicas.

Las metas academicas es poder aprender y hablar 2 idiomas y así mismo no poder perder ningun nucleo en el resto de carrera que me queda.

⑤ Proyectos viables en el futuro cercano y mediano:

- Poder viajar a otro pais a poder cumplir varios estudios soñados
- Poder construir mi propio negocio o empresa para así brindar empleo.
- Poder brindarles a mis papás una buena estabilidad economica.

⑥ Opinion personal

El proceso de paz no me parece de acuerdo porque no me parece que esto se valla a cumplir ni tampoco va haber el proceso, y por otro lado que les den trabajo a estas personas en el gobierno.

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CÁTEDRA DE LA FELICIDAD

1. ILUSTRACIÓN SOBRE TEMAS RELACIONADOS CON LA BUENA ALIMENTACIÓN (PRODUCCIÓN ORGÁNICA), VIVENCIA DE LA PAZ (DERECHOS HUMANOS), ECONOMÍA FAMILIAR (PLANIFICACIÓN DEL PRESUPUESTO PERSONAL), LOS CONSIDERA USTED RELACIONADOS COMO ASPECTOS INCIDENTES EN LA FELICIDAD? POR FAVOR ARGUMENTE SOBRE CADA UNO.

Más que un aspecto incidente en la felicidad, son aspectos para retribuir a la paz personal, en la buena alimentación como en el sentido de que todo lo que le entra a mi cuerpo le hace bien a mi cuerpo, en la vivencia de la paz como un espacio abierto de expresión, para que cada uno sea como lo sea feliz, sin llegar a dañar a otras personas o por el contrario interrumpiendolas

2. DE LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES Y TEMAS DE ACTUALIDAD CUÁLES LE INTERESARIA FUERAN INCLUIDOS EN LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD: (ESCRIBA DE MAYOR A MENOR INTERÉS) POLÍTICA, ARTE, DEPORTES, ECONOMÍA, TECNOLOGÍA

la actividad que más me interesaria es arte, luego politica, tecnologia, economia y deportes

3. QUÉ ACTIVIDADES LÚDICAS Y DE RECREACIÓN LE INTERESARÍA PRACTICAR: CAMINATAS, SESIONES DE MEDITACIÓN, DEPORTES, CURSOS DE MÚSICA... etc.

Me encantaria la incorporación de caminatas como un espacio para relajar y distraer la mente.

4. ¿CÓMO CONSIDERA USTED QUE BIENESTAR UNIVERSITARIO PUEDA VINCULARSE A LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD?

El Bienestar Universitario puede unirse a esta catedra abriendo espacios para que los estudiantes, acompañados de docentes puedan realizar estas labores

1. DATOS PERSONALES

NOMBRE: Jhon Alejandro Hernández Manjarres
EDAD: 20
CORREO: jhonalex.f7@gmail.com
CEDULA: 1069752954 de Fusagasugá
FECHA DE NACIMIENTO: 21 de Octubre 1995
LUGAR DE NACIMIENTO: Fusagasugá, Cundinamarca.

2. RASGOS DE LA PERSONALIDAD. (TEMPERAMENTO Y CARACTER)
(Como nos consideramos)

Mi temperamento por genética es fuerte, pero a lo largo de mi vida he ido controlando ese aspecto de mi temperamento siendo una persona calmada y paciente (hasta cierto punto), además el caracter de mi personalidad. es melancólico, Flemático, debido a que soy una persona muy pensativa, que prensa antes de actuar y que reflexiona sobre sus acciones.

3. METAS PROFESIONALES.

Mis metas profesionales van orientadas a la busqueda de empleos que abran mi espectro profesional, el principal objetivo es aprender de otros, aprender habilidades que fortalezan mis conceptos como profesional en el ejercicio de ellos.

4. METAS ACADÉMICAS.

Mis metas académicas van orientadas a la culminación exitosa de mi carrera, con un conocimiento y aplicación de un tercer idioma, además deseo ampliar mis conocimientos en investigación y deseo ser un experto en el tema.

5. OTROS PROYECTOS VIABLES EN EL FUTURO CERCANO Y MEDIANO.

Mis proyectos viables en el futuro cercano es mi inclusión a un semillero de investigación para trabajar activamente en el, aunque tengo que equilibrarlo con mi deporte, cuestión que ha sido considerable, debido a que poseo una beca deportiva, y mis proyectos a mediano plazo son la incoporación a mi primer empleo formal y mi ampliación de idiomas, tema que estoy considerando en cual tercer idioma y desearia hablar.

6. OPINIÓN PERSONAL SOBRE EL PROCESO DE PAZ (ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS)

Mi opinión personal sobre este proceso es que existe una desinformación temible por parte de la comunidad, en este país no se informa sino todo lo contrario se desinforma, por lo tanto la comunidad no es capaz de analizar las causas del conflicto y los intereses que estan en juego, este es el aspecto negativo, mientras que en el aspecto positivo pienso que la disposición de las dos partes a negociar sus términos para convivir sin el uso de las armas son aspectos positivos, debido a que un grupo insurgentes tendrán el poder de su voz para opinar.

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CÁTEDRA DE LA FELICIDAD

1. **ILUSTRACIÓN SOBRE TEMAS RELACIONADOS CON LA BUENA ALIMENTACIÓN (PRODUCCIÓN ORGÁNICA), VIVENCIA DE LA PAZ (DERECHOS HUMANOS), ECONOMÍA FAMILIAR (PLANIFICACIÓN DEL PRESUPUESTO PERSONAL), LOS CONSIDERA USTED RELACIONADOS COMO ASPECTOS INCIDENTES EN LA FELICIDAD? POR FAVOR ARGUMENTE SOBRE CADA UNO.**

Para lograr optimizar la felicidad es respetando nuestros Derechos humanos, sin discriminacion manejando muy bien tolerancia y sobre todo aceptacion.

2. **DE LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES Y TEMAS DE ACTUALIDAD CUÁLES LE INTERESARIA FUERAN INCLUIDOS EN LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD: (ESCRIBA DE MAYOR A MENOR INTERÉS) POLÍTICA, ARTE, DEPORTES, ECONOMÍA, TECNOLOGÍA**

Artes ; porque por medio de ilustraciones, cabes te puede inspirar los sentimientos a lo que le brinda felicidad

3. **QUÉ ACTIVIDADES LÚDICAS Y DE RECREACIÓN LE INTERESARÍA PRACTICAR: CAMINATAS, SESIONES DE MEDITACIÓN, DEPORTES, CURSOS DE MÚSICA... etc.**

Deportes y artes, como medio de relajacion,

4. **¿CÓMO CONSIDERA USTED QUE BIENESTAR UNIVERSITARIO PUEDA VINCULARSE A LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD?**

Primero deberian dar la aceptacion de la catedra de la felicidad, despues de esto aprobada, podrian vincularse de la manera Creando, dias lubricos o de distraccion para asi el aprovechamiento del tiempo libre.

1 Datos Personales
- Diana Marcela Mora Giraldo
- 18 años
- 29 de Junio 1997
- Bogota - Colombia
- Vivo en Fusagasugá
- Dianamarcelamoragiraldo@gmail.com

2: Rasgos de Personalidad
- Temperamento: Extrovertida, alegre, melancolica.
- Caracter: Sanguinea.

3: Metas Academicas:
- Terminar mi formacion como administradora de empresas, estudiar, ingles y hacer una especializacion en Talento humano.

4: metas Profesionales:
- Lograr Crear mi propia empresa, y obtener una buena estabilidad economica, ganando obtener buen puesto en el mercado.

5: Otros proyectos viables en el futuro Cercano y Mediano.
- Conocer Estados Unidos → Cercano.
- Irme a vivir en Alemania y hacer la especializacion. → Mediana.

6: Opinion Personal.
- El proceso de paz es algo que no un dilema, actual sino de muchos años atras, un aspecto negativo y que no lo comparto. es el hecho de que aquella gente que hizo tanto daño vaya a pertenecer a nuestro gobierno y sean nuestros representantes ante el mundo, el aspecto positivo es el hecho de que sentados en una mesa dialogando lo que nos perjudico en tiempos atras hoy traten de hacerlo realidad, con la entrega de armas, de tratar de que nuestra paz llegue por lo menos al 80% para asi ver que logre la tranquilidad total

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CÁTEDRA DE LA FELICIDAD

1. ILUSTRACIÓN SOBRE TEMAS RELACIONADOS CON LA BUENA ALIMENTACIÓN (PRODUCCIÓN ORGÁNICA), VIVENCIA DE LA PAZ (DERECHOS HUMANOS), ECONOMÍA FAMILIAR (PLANIFICACIÓN DEL PRESUPUESTO PERSONAL), LOS CONSIDERA USTED RELACIONADOS COMO ASPECTOS INCIDENTES EN LA FELICIDAD? POR FAVOR ARGUMENTE SOBRE CADA UNO.

Son temas de gran importancia para tener un buen nivel de desarrollo de la Felicidad inciden en gran manera en la vida de las personas y la información que se proporcione sobre ellos es de gran relevancia.

2. DE LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES Y TEMAS DE ACTUALIDAD CUÁLES LE INTERESARIA FUERAN INCLUIDOS EN LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD: (ESCRIBA DE MAYOR A MENOR INTERÉS) POLÍTICA, ARTE, DEPORTES, ECONOMÍA, TECNOLOGÍA

Arte, tecnología, economía, deportes y política.

3. QUÉ ACTIVIDADES LÚDICAS Y DE RECREACIÓN LE INTERESARÍA PRACTICAR: CAMINATAS, SESIONES DE MEDITACIÓN, DEPORTES, CURSOS DE MÚSICA... etc.

Caminatas, sesiones de meditación, apoyo a los grupos de arte, grupos amigables del medio ambiente.

4. ¿CÓMO CONSIDERA USTED QUE BIENESTAR UNIVERSITARIO PUEDA VINCULARSE A LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD?

Brindando asesorías así como charlas o actividades que contribuyan aportando en gran medida a los temas como deporte, arte, y otros aspectos que les correspondan, apoyando a la buena organización de los eventos

Nombre Angie Paola Sandoval Patiño
C.C. 1069756945
Fecha y lugar de nacimiento. 16 de octubre de 1996
contacto: angie-pa@hotmail.com

Rasgos de personalidad. Soy una persona sencilla, amable, responsable, con un temperamento flexible depende de las situaciones, con mi familia tiendo a tener mis mejores rasgos y actitudes de personalidad.

Mis metas profesionales es(ar) crear mi empresa, ser una mujer emprendedora y exitosa, trabajar con un buen grupo unido y donde pueda desarrollar todas mis capacidades.

En mis metas académicas. deseo culminar mis estudios y empezar a laborar en lo que me gusta, tambien capacitarme en los temas mas importantes que me servirán en mi vida profesional.

En otros proyectos quiero viajar, apoyar a mis hermanos en sus estudios, seguir aprendiendo y conociendo personas que apoyen positivamente en mi vida.

En mi opinión sobre el proceso de paz. no debe ser un tema politico ni de negociación sino de construcción por parte de toda la sociedad, debemos involucrarnos. y no criticar. sino aportar porque es un tema que nos converge a todos.

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CÁTEDRA DE LA FELICIDAD

1. ILUSTRACIÓN SOBRE TEMAS RELACIONADOS CON LA BUENA ALIMENTACIÓN (PRODUCCIÓN ORGÁNICA), VIVENCIA DE LA PAZ (DERECHOS HUMANOS), ECONOMÍA FAMILIAR (PLANIFICACIÓN DEL PRESUPUESTO PERSONAL), LOS CONSIDERA USTED RELACIONADOS COMO ASPECTOS INCIDENTES EN LA FELICIDAD? POR FAVOR ARGUMENTE SOBRE CADA UNO.

Si pues pienso que son Factores claves para llevar una vida ordenada y feliz, Si todos estos Factores no Fueran necesarios para la Feliz tendriamos una vida desordenada

2. DE LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES Y TEMAS DE ACTUALIDAD CUÁLES LE INTERESARIA FUERAN INCLUIDOS EN LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD: (ESCRIBA DE MAYOR A MENOR INTERÉS) POLÍTICA, ARTE, DEPORTES, ECONOMÍA, TECNOLOGÍA

Arte: Es la manera mas acercada a la expresion de emociones. Me gusta el tema de expresar con cobro los sentimientos

3. QUÉ ACTIVIDADES LÚDICAS Y DE RECREACIÓN LE INTERESARÍA PRACTICAR: CAMINATAS, SESIONES DE MEDITACIÓN, DEPORTES, CURSOS DE MÚSICA... etc.

Actividades dinamicas: Pausas activas que liberen el estres de la universidad

4. ¿CÓMO CONSIDERA USTED QUE BIENESTAR UNIVERSITARIO PUEDA VINCULARSE A LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD?

No se la verdad no creo que ayude mucho pues en si no conocen a los estudiantes deberia ser los mismos estudiantes.

Datos personales

Sara Maria Rojas Cruz 19 años saramariarojascruz@gmail.com
1'069.755.593 sararojas@yahoo.es.
07-Junio-1996 Ibague Tolima. saramariacaballaron@hotmail.com.

Rasgos personales.

Soy una persona con un caracter variable pues soy muy paciente, extrovertida, creativa, de malgenio. Tiendo a explotar y no Soy una persona que tolera y aguanta hasta cierto Punto, Soy emprendedora, cariñosa, amorosa, tierna recochera, optimista, Juiciosa.

Metas profesionales

Hasta el momento y actualme aspiro terminar mi carrera

Metas Academicas

Quiero terminar administracion de empresa y Poder estudiar otras dos carreras como medicina y comunicacion social. Aspiro poder estudiar mucho y leer Para mi conocimiento y mi Felicidad

Otros Proyectos viables o Futoro

Quiero Casarme, Comprar una casa, ser una persona con un trabajo estable para poder crear una familia.

Que opina acerca de la paz

Negativo: Es algo absurdo porque nonca se obtendra la Paz Siempre existira el mal y el bien Peliando

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CÁTEDRA DE LA FELICIDAD

1. ILUSTRACIÓN SOBRE TEMAS RELACIONADOS CON LA BUENA ALIMENTACIÓN (PRODUCCIÓN ORGÁNICA), VIVENCIA DE LA PAZ (DERECHOS HUMANOS), ECONOMÍA FAMILIAR (PLANIFICACIÓN DEL PRESUPUESTO PERSONAL), LOS CONSIDERA USTED RELACIONADOS COMO ASPECTOS INCIDENTES EN LA FELICIDAD? POR FAVOR ARGUMENTE SOBRE CADA UNO.

Si. Porque son aspectos cotidianos y que tienen gran influencia en la vida personal y en cuestiones consecuencial social.

2. DE LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES Y TEMAS DE ACTUALIDAD CUÁLES LE INTERESARIA FUERAN INCLUIDOS EN LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD: (ESCRIBA DE MAYOR A MENOR INTERÉS) POLÍTICA, ARTE, DEPORTES, ECONOMÍA, TECNOLOGÍA

Arte
Deportes
economia
Tecnologia
Politica

3. QUÉ ACTIVIDADES LÚDICAS Y DE RECREACIÓN LE INTERESARÍA PRACTICAR: CAMINATAS, SESIONES DE MEDITACIÓN, DEPORTES, CURSOS DE MÚSICA... etc.

Todas las anteriores.

4. ¿CÓMO CONSIDERA USTED QUE BIENESTAR UNIVERSITARIO PUEDA VINCULARSE A LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD?

Permitiendo actividades relacionadas con la parte interior, meditación, capacitaciones de cuerpo completo y espiritual.

Daniela Oquendo Muñoz C.I. 1023917004 Bta. Nacida en Bogotá.
23 años — cel. 3123634311 damokendo@hotmail.com.

* Rasgos de Personalidad,
  - Paciente
  - Tranquila
  - alegre
  - generosa
* Metas Profesionales
  - Terminar la carrera profesional, con conocimientos verdaderos para aplicar como persona Integral
* Metas academicas
  - Informarme más sobre mi misma, mis familiares, mi vida, mi paz.
  - Realizar estudios de gestion ambiental
* Proyectos
  - viajar
  - compartir en familia
  - laborar
* Proceso de Paz (opinion Personal)

Con respecto a este proceso, no me interesa mucho, pues en cuestiones politicas nunca faltaran las desigualdades.

El termino Paz, debe existir en cada corazon, debe ser el pan de cada dia de todas las personas, no de ciertos lideres

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CÁTEDRA DE LA FELICIDAD

1. ILUSTRACIÓN SOBRE TEMAS RELACIONADOS CON LA BUENA ALIMENTACIÓN (PRODUCCIÓN ORGÁNICA), VIVENCIA DE LA PAZ (DERECHOS HUMANOS), ECONOMÍA FAMILIAR (PLANIFICACIÓN DEL PRESUPUESTO PERSONAL), LOS CONSIDERA USTED RELACIONADOS COMO ASPECTOS INCIDENTES EN LA FELICIDAD? POR FAVOR ARGUMENTE SOBRE CADA UNO.

Si estan Relacionados pues el estar bien. sentirse bien, la economia, etc hacen parte del diario vivir y si Tenemos estos 3 factores seria ideal para ~~son~~ mantener la felidad. q es lo que todo Deseamos.

2. DE LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES Y TEMAS DE ACTUALIDAD CUÁLES LE INTERESARIA FUERAN INCLUIDOS EN LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD: (ESCRIBA DE MAYOR A MENOR INTERÉS) POLÍTICA, ARTE, DEPORTES, ECONOMÍA, TECNOLOGÍA

Tecnologia, Deporte, economia, Politica, ARTE.

3. QUÉ ACTIVIDADES LÚDICAS Y DE RECREACIÓN LE INTERESARÍA PRACTICAR: CAMINATAS, SESIONES DE MEDITACIÓN, DEPORTES, CURSOS DE MÚSICA... etc.

CAMINATAS.
SESIONES DE MEDITACIÓN
DEPORTES.
CURSOS DE MUSICA

4. ¿CÓMO CONSIDERA USTED QUE BIENESTAR UNIVERSITARIO PUEDA VINCULARSE A LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD?

con espacios de esparcimiento.
Por semestres, ludicas, charlas.

① Leydy Paola León Espitia.
Leydy_leon.86@Hotmail.com
C.C. 1.069730 568.
Cel. 3042415154
Fecha 16-05-1986. TIBACUY

② RASGOS DE PERSONALIDAD: Tranquila, solidaria. callada, me gusta sonreir en ocasiones soy malgeniada.

③ METAS PROFECIONALES:
Terminar la universidad, Trabajar en una empresa o varias para adquirir conocimientos "Practica" Formar mi propia empresa.

④. METAS ACADEMICAS.
No perder ninguna materia, ~~He~~ adquirir cada dia mas conocimiento estudiar Ingles, contabilidad. cursos Rapidos entre otros, Principalmente Terminar la U

⑤. ~~TRABA~~ OTROS PROYECTOS VIABLES EN EL FUTURO CERCANO Y MEDIANO.

CERCANO: TRABAJAR en catastro, seguir estudiando. Viajar.
Mediano: TERMINAR la universidad, estabilizarme. Tener un Trabajo estable, Estudiar.

⑥ PROCESO DE PAZ.

POSITIVO: Lo mejor seria que todos los secuestrados llegaran a sus hogares, y el desarme. ~~Para~~ seria ideal para Terminar con tanta violencia, y ~~otros~~ otros grupos pueden tomar ejemplo para hacer lo mismo.

NEGATIVO: Dar a conocer al pais más informacion sobre el proceso, que sea claro y si ~~los~~ ellos van a vivir en los diferentes municipios y ciudades. que el gobierno se encargue de brindar la ayuda correcta. para su reintego Tanto sicologico, ~~social~~ como economico.

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

PROGRAMA ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

CÁTEDRA DE LA FELICIDAD

1. ILUSTRACIÓN SOBRE TEMAS RELACIONADOS CON LA BUENA ALIMENTACIÓN (PRODUCCIÓN ORGÁNICA), VIVENCIA DE LA PAZ (DERECHOS HUMANOS), ECONOMÍA FAMILIAR (PLANIFICACIÓN DEL PRESUPUESTO PERSONAL), LOS CONSIDERA USTED RELACIONADOS COMO ASPECTOS INCIDENTES EN LA FELICIDAD? POR FAVOR ARGUMENTE SOBRE CADA UNO.

SI LA BUENA ALIMENTACION SI SE REFLEJA PORQUE AYUDA CON LA SALUD
A VIVENCIA EN PAZ SI PORQUE ESTA SIN MIEDO A PELIGROS.
ECONOMIA SI PORQUE ESTARIAN SEGUROS DE SUS COSAS Y SABRIAN
QUE TIENEN Y CUANTO PARA PODER ACOMODARSE A SU
DARIO VIVIR

2. DE LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES Y TEMAS DE ACTUALIDAD CUÁLES LE INTERESARIA FUERAN INCLUIDOS EN LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD: (ESCRIBA DE MAYOR A MENOR INTERÉS) POLÍTICA, ARTE, DEPORTES, ECONOMÍA, TECNOLOGÍA

TECNOLOGIA PARA PODER CONOCER MEJOR LA TECNOLOGIA.
ARTE PARA TENER UN TIEMPO DE DISTRACCION Y DESESTRES.
DEPORTES YA ESTA INCLUIDO PERO DEBERIA SER MAS DINAMICO Y
MENOS TEORICO.

3. QUÉ ACTIVIDADES LÚDICAS Y DE RECREACIÓN LE INTERESARÍA PRACTICAR: CAMINATAS, SESIONES DE MEDITACIÓN, DEPORTES, CURSOS DE MÚSICA... etc.

DEBIA INTERESANTE UNA SESION DE MEDITACION

4. ¿CÓMO CONSIDERA USTED QUE BIENESTAR UNIVERSITARIO PUEDA VINCULARSE A LA CÁTEDRA DE LA FELICIDAD?

IMPLEMENTANDO AREAS DE ESPARCIMIENTO DENTRO DE LA
UNIVERSIDAD.

1 DATOS PERSONALES

- DIANA CAROLINA CRUZ MESA.
- 21 AÑOS.
- 07-OCTUBRE-1994
- BOGOTÁ,
- VIVO CHINAUTA-FUSAGASUGA
- CARDINACRUZ95@OUTLOOK.COM.

2. RASGOS DE PERSONALIDAD.

TEMPERAMENTO: ALEGRE

CARACTER: EXPONTANEA.

3 METAS PROFESIONALES:

GRADUARME Y REALIZAR UNA ESPECIALIZACION EN TALENTO HUMANO

4 METAS ACADEMICAS:

REFORZAR MIS CONOCIMIENTOS EN INGLES, Y HACER UN CURSO EN EL IDIOMA PORTUGUES

5 OTROS PROYECTOS VIABLES EN EL FUTURO CERCANO Y MEDIANO:

A FUTURO CERCANO: MEJORAR MI REDIMIENTO ACADEMIO

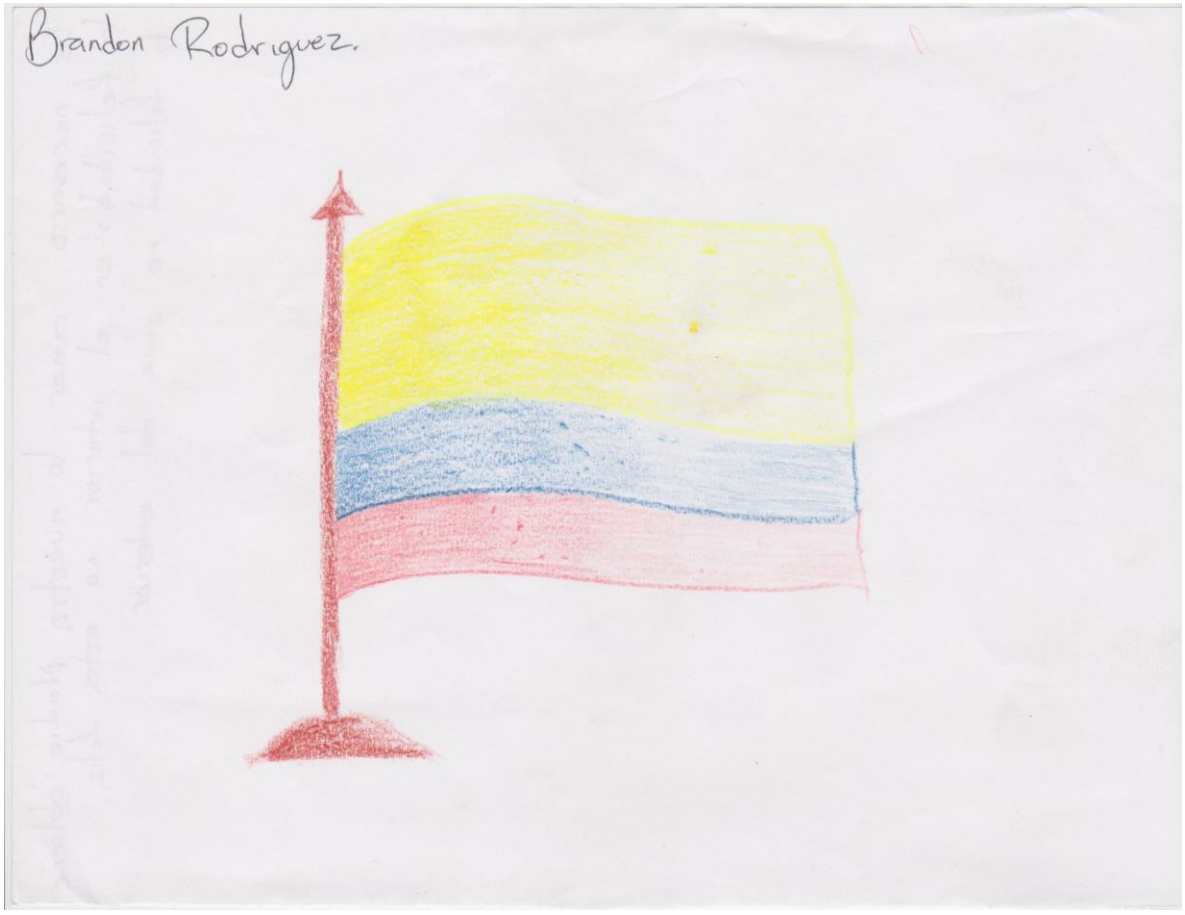
A FUTURO MEDIANO: LOGRAR CONOCER OTRO PAIS.

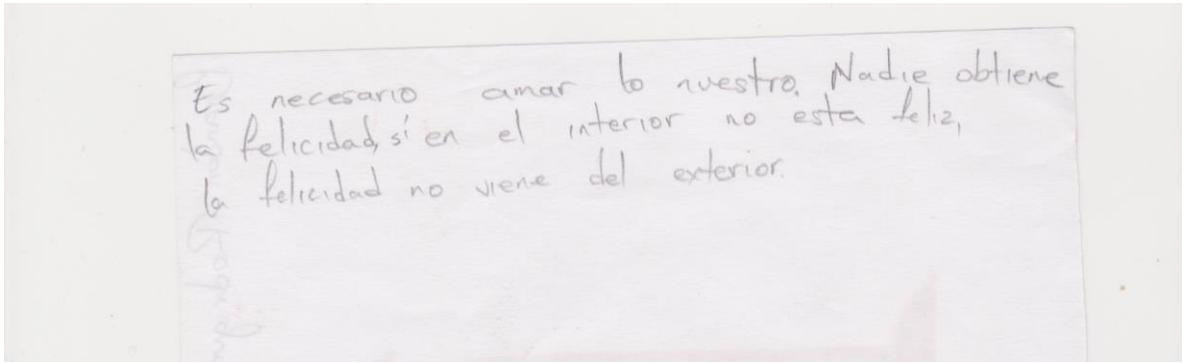
6. OPINION PERSONAL PROCESO DE PAZ:

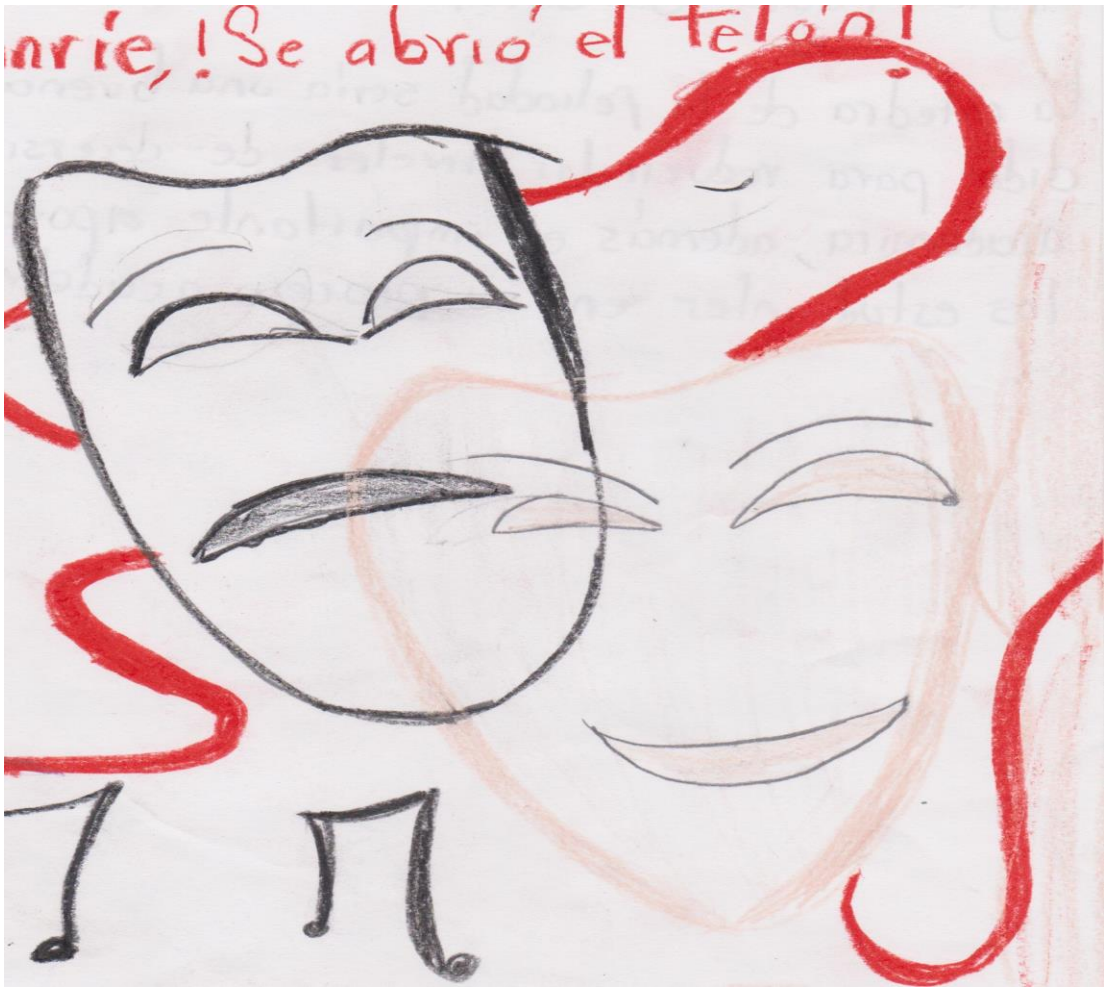
ME PARECE QUE ES ALGO MAL FUNDAMENTADO Y UN JUEGO DE PARTE Y PARTE Y ASPECTOS POSITIVOS NO LE VEO Y NEGATIVOS POR QUE NO VAN A PAGAR POR TODO EL DAÑO QUE HICIERON.

ANEXO 6.
ACTIVIDAD
DIBUJO LIBRE

ACTIVIDA DIBUJO LIBRE







Angie Paola Sandoval

La catedra de la felicidad sería una buena medida para reducir los niveles de decersión academica, además es importante apoyar a los estudiantes en su proceso académico

Joan Carlos Diaz A.

como apreciación personal acerca de la cátedra de la felicidad me parece muy importante ya que estamos concentrados en el correr del diadadía y no dedicamos tiempo para compartir o dedicarnos a nosotros mismos para salir de nuestros problemas aunque sea por un instante.

los docentes deberia implementar en cada momento esta cátedra para que así los alumnos pudieramos expresarnos y ser mas sociables. para que nos enseñen a querer la carrera y no llegar en un momento a pensar que la odiamos y nos queremos salir en algun momento.

Este dibujo representa mi mayor felicidad que es mi familia, mi esposo y mi hijo ya que son lo más hermoso que me ha pasado, son mi apoyo y mi motor.

Se deberia implementar la catedra de la felicidad ya que de esta manera todos los estudiantes van a tener mejor rendimiento.

Nancy Auellaneda T.

Katherine Linares Murcia. ADMIN 601N.

Catedra de la felicidad

Me parece muy importante que todas las personas cuenten con la felicidad, puesto que es esencial y principal para nuestra carrera, porque de allí pueden clasificar que tipo de personas somos o como nos comportamos. Ademas de que con esta felicidad podemos trasmitir mucho al ambiente que nos rodea.

- Me gusta la naturaleza y me asombra su inmensidad y su belleza.
- Tambien me gustan los colores y su variedad.

Para la Catedra de Felicidad, inicialmente apoyarla totalmente, para aplicarlo en cada persona me parece que no se debe relacionar absolutamente en nada con la camera. Y dar libertad de pensamiento.

LA ACTIVIDAD VERDADERAMENTE ME AGRADO, PUESTO QUE PARA MI ES SUMAMENTO DE GRAN IMPORTANCIA, ESTA CLASE DE ESPACIOS EN DONDE PODEMOS INTERACTUAR CON NUESTRO YO INTIMO.

ME GUSTARIA QUE HUBIESE EN ESTA UNIVERSIDAD UNA CATEDRA DE LA FELICIDAD, PORQUE HOY EN DÍA TENDEMOS A ESTRESARNOS BASTANTE POR COSAS TOTALMENTE FUERA DEL ESTUDIO UNIVERSITARIO Y ESTAS ACTIVIDADES FACILITARIAN EL APRENDIZAJE, Y PORQUE ENFOCARIAMOS NUESTROS TEMAS EMOCIONALES EN ELLOS Y TAL VEZ, TENDRIAMOS UN NIVEL EDUCATIVO MÁS ALTO.

QUIÉN BEBE
CERVEZA
VIVE MENOS

Menos preocupado
menos amargado
menos estresado
menos triste.

La posibilidad de implementar una catedra de la felicidad es importante mas en esta epoca en donde se requiere una proceso de reconciliacion con grupos de personas que se integran a la sociedad, teniendo en cuenta que todo comienza con el perdon.

"Si algo es dificil y daro de hacer entonces merece la pena hacerlo"

Los simpson.

- El taller es interesante nos brinda un espacio de esparcimiento y relajacion y nos inurta a pensar.

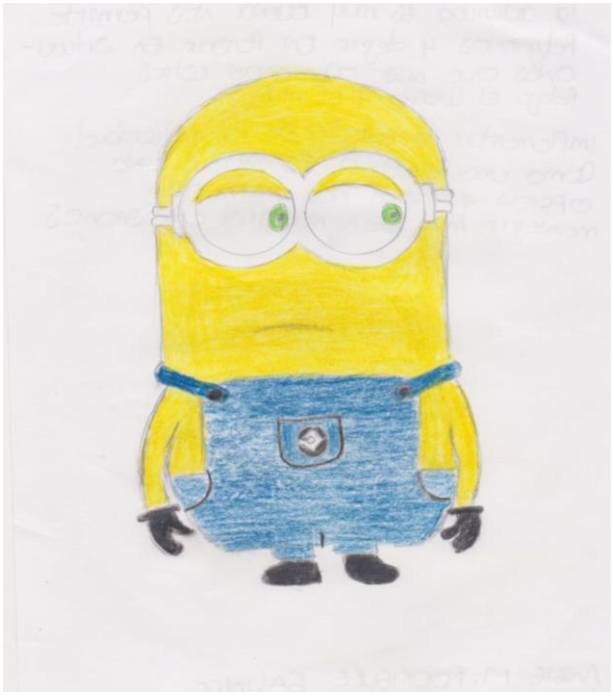
Jeison Cardenas Farfan 401N.

FREDY ZAMBRANO

ME GUSTA LA ACTIVIDAD, HAY QUE HACER COSAS DIFE-
RENTES Y ESTOY DE ACUERDO CON LA CATEDRA DE
FELICIDAD TODO LO QUE SEA BUENO Y CONTRI-
BUYA A EL BIENESTAR DE LA SOCIEDAD Y

Pienso que es un espacio muy provechoso ya que mediante ello podemos expresar grandes cosas de nuestro que ser que muchas veces por el afan del dia dia olvidamos.

Gracias por tenernos encuenta y brindarnos un espacio para poder. Recupercar nuestro ser.



la actividad es muy buena nos permite
Relajarnos y dejar en pensar en situaci-
ones que nos ocasionan estres
Relaja el cuerpo y el alma.

Implementar la catedra de la felicidad
como una electiva es muy buena
opcion ya que nos permitiria
manejar muy bien nuestra emociones

La actividad propuesta me parecio muy interesante ya que pudimos desestresarnos y aprendimos de cosas que casi nunca practicamos como es el dibujo, Pone a volar nuestra imaginación y olvidamos por un momento de nuestra vida rutinaria.

En cuanto a la catedra de la felicidad me parece que si se deberia implementar para ayudar a desestresarnos y ayudar a la emocionalidad de las personas.

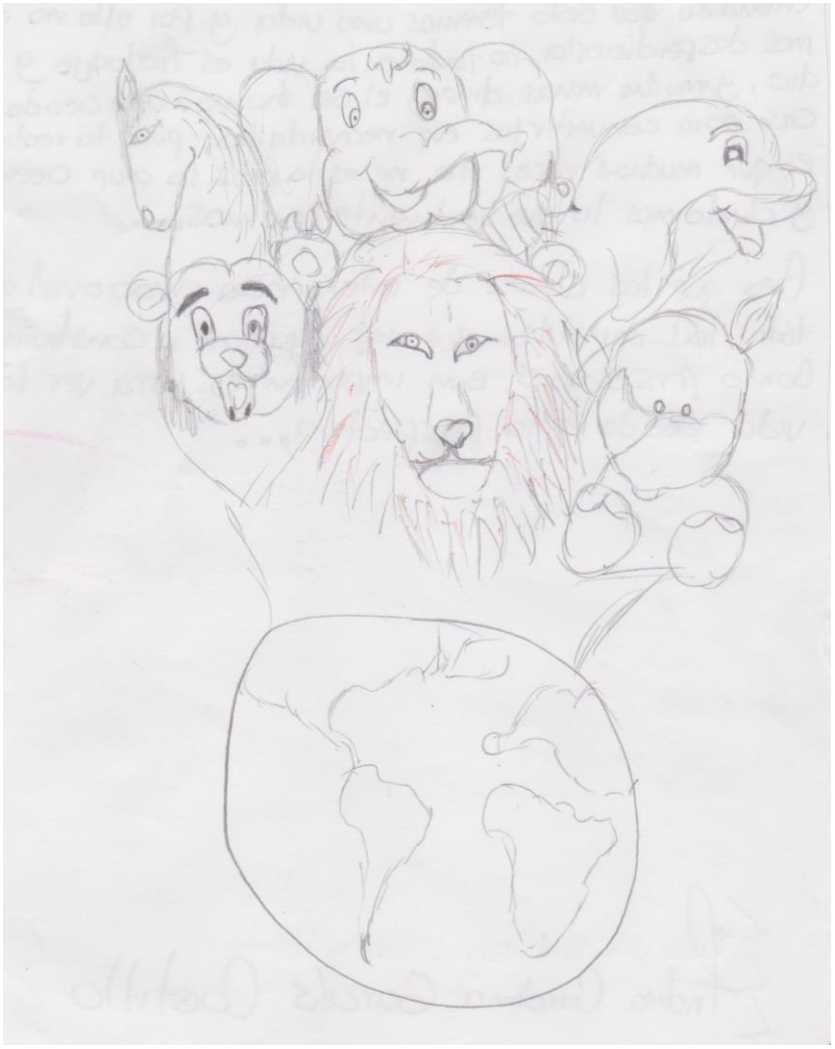
La actividad me parecio muy interesante, por una parte personalmente me relajo bastante y por otra mientras pintaba reflexiona que era lo más importante en mi vida y cual era mi felicidad y tranquilidad.

Respecto a la electiva seria muy interesante verla en nuestro pensum ya que se tratarian temas de interes, reflexion, tranquilidad de valores puesto que creeria que ya culminando la carrera manejariamos un punto de estres muy alto y saldriamos con una buena prespectiva al ambito laboral.

Gracias por esta actividad propuesta espero apreeben esta electiva en la carrera. es muy importante. esta catedra de la felicidad.

Me pareció interesante, algo diferente, me distraje y el dibujo me gusta.

Vale la pena la Cátedra de la felicidad, buena electiva, algo diferente



Es importante formar al ser humano, como persona como ser Responsable y respetuoso, la gente no a entendido que solo tenemos una vida y por ello no debemos desperdiciarla, no todo en la vida es trabajo y estudio, y mucho menos dinero, el ser humano a creado cosas para convertirlas en necesidades, pero la realidad es que muchas veces no necesitamos lo que creemos, y olvidamos lo que realmente somos...

Creo que las clases de inteligencia emocional y todas las derivadas que nos ayudan a construirnos como personas, son importantes para ver la vida desde otra perspectiva...

Catedra de La
Felicidad.

Impartir una estrategia formativa como esta en nuestra rama de desarrollo profesional y emocional nos podria brindar herramientas de interiorizacion y permitiria aflorar sentimientos y sensaciones mas personales, alejandoros de los formalismos de una carga laboral, un contexto violento una realidad social mas fria y menos enriquesedora. Estariamos aprendiendo posibilidades expresionistas y valorativas de nuestro espacio y tiempo.
Seria muy oportuno vincular esta catedra como electiva ya que forma mas el ser humano que el profesional, no dejandolo de lado.

Excelente Experiencia.
"Se me olvido por completo todo el afan de mi día normal"

Gracias.