



¿Dónde está la ciencia?

Este juego, además de ser entretenido:

Entrega dinámicas relacionales de juego comunicacional abierto y a la vez de autoconocimiento y relaciones honestas y positivas

Atrévete a jugar, responder de manera honesta y a descubrir cosas que no sabías de nuevos conocidos o gente que creías conocer

Con este juego trabajarás tu:

Autonomía y la capacidad de fortalecer relaciones positivas

¿Recuerdas haber sostenido un punto de vista diferente a alguien y cómo lo comunicabas?

¿En qué momentos la honestidad te ha sido favorable y desfavorable?

¿Crees conocerte y conocer a tus cercanos en profundidad?

¿Según que teoría?

1.

Bienestar psicológico

Es el funcionamiento humano óptimo que produce más emociones positivas y satisfacción. Esto tiene que ver con tener un propósito de vida que ayude a darle significado.

Carol Ryff

2.

Bienestar Social

Es la valoración que se hace de las circunstancias y el funcionamiento dentro de la sociedad. Tiene 5 dimensiones planteadas. Estas incluyen la integración social, aceptación social, contribución social, actualización social y coherencia social.

Corey Keyes

¿Quieres saber más?

Bibliografía:

C. Peterson M.E.P. Seligman (2004) Character strengths and virtues: A handbook and classification Oxford University Press New York

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>



Andrés Cabezas
Director Científico Belab

CEO & Founder Celappa,
Revista científica Pscap,
Relappa y Acpp.