

# HAPPINESS IN PRACTICE POSITIVE PSYCHOLOGY & COMMUNITY RESILIENCE

Erasmus Project N° 2025-1-IT02-KA210-ADU-000350376

Small-scale Partnerships in Adult Education



## COMUNIDAD DE PRÁCTICA (COP)

*La felicidad no es solo una experiencia individual, sino también un fenómeno social.  
Las emociones positivas se contagian a través de nuestras relaciones,  
influyendo en personas incluso más allá de nuestro círculo cercano.  
(Christakis y Fowler)*

*Una comunidad de práctica es un grupo de personas que comparten un interés o desafío común y aprenden juntas a través del diálogo, la colaboración y la experiencia compartida.*

El concepto fue desarrollado por **Jean Lave** y **Etienne Wenger** (1991) y parte de una idea fundamental: el aprendizaje no ocurre solo de manera individual, sino también a través de la interacción con otras personas y la participación en contextos reales.

### Dominio

Tema o interés común



### Comunidad

Diálogo y colaboración



### Práctica

Experiencia compartida



*La **Comunidad de Práctica (CoP)** es el corazón del proyecto **Happiness in Practice**.*

Un espacio de encuentro donde educadores, facilitadores y profesionales comparten experiencias y exploran nuevas formas de promover el bienestar.

A través de talleres, encuentros internacionales e intercambio de metodologías, la comunidad construye herramientas para fortalecer la **empatía**, la **conciencia emocional** y el **aprendizaje a lo largo de la vida**.

La CoP crea una red europea de colaboración, donde el diálogo, la creatividad y la experiencia compartida impulsan el aprendizaje colectivo y la resiliencia comunitaria.



Co-funded by  
the European Union



SOLIS Srls



ESA



Projects  
For  
Europe

# HAPPINESS IN PRACTICE

## POSITIVE PSYCHOLOGY & COMMUNITY RESILIENCE

Erasmus Project N° 2025-1-IT02-KA210-ADU-000350376

Small-scale Partnerships in Adult Education



### Psicología Positiva & Arte

Exploramos cómo las técnicas basadas en evidencia y las metodologías artísticas fortalecen el bienestar individual.



### Aprendizaje Experiencial

Aprendemos haciendo: talleres, círculos de empatía y reflexión colectiva como herramientas de transformación.



### Resiliencia Comunitaria

Construimos redes de apoyo transnacionales que conectan educadores de Italia, España y Bélgica.

## La CoP ofrece



Sesiones con expertos en directo y grabadas



Biblioteca de recursos y Happiness Toolkit



Foros de debate y círculos de empatía



Red social de contenido positivo

*Financiado por la Unión Europea. No obstante, las opiniones expresadas pertenecen únicamente al autor o a los autores y no reflejan necesariamente las opiniones de la Unión Europea ni de la Agencia Nacional Erasmus+ - INDIRE. Ni la Unión Europea ni la administración financiadora pueden ser consideradas responsables de las mismas.*



Co-funded by  
the European Union



SOLIS Srls



ESA



Projects  
For  
Europe