



Óscar Sánchez Hernández

Óscar Sánchez Hernández es profesor de Psicología en la Universidad de Murcia. Profesor del Máster en Psicología Positiva Aplicada (MAPPA) de la Universitat Jaume I. Director del Centro de Psicología Positiva, Sander Psicólogos: Bienestar & Ciencia. Doctor Europeo en Psicología Clínica y de la Salud. Licenciado en Psicología. Psicólogo-Coach por el Colegio de Psicólogos de la Región de Murcia. Máster en Dirección de RRHH. Diplomado en CC. Empresariales.

Ha dedicado los últimos años a la investigación, aplicación y docencia de diversas temáticas de la Psicología Positiva en distintas universidades europeas y americanas. Colabora desde hace años con el profesor Xavier Méndez, de la Universidad de Murcia y con la Dra. Judy Garber de la Universidad de Vanderbilt (Nashville, USA) que ha participado en la creación del modelo de optimismo del profesor Martín Seligman, considerado uno de los padres de la Psicología Positiva.

En los últimos años también colabora con el Dr. Robert Enright (profesor de psicología en Universidad de Wisconsin-Madison y fundador del International Forgiveness Institute), Ana Canales y la Dra. Ana Peinado en una nueva línea de investigación aplicada sobre las fortalezas de Perdón y Compasión tanto en terapias clínicas como en intervenciones educativas.

Sus principales líneas de trabajo son:

- El optimismo como factor protector de la depresión.
- Inteligencia Emocional en el campo educativo y organizacional
- Beneficios del Perdón en el contexto clínico y educativo
- Programa de Educación en el Perdón para la prevención del acoso escolar
- Motivación para el cambio positivo personal y organizacional

- Programa Sonrisa: Psicología Basada en la Evidencia. Destinado a promover el bienestar psicológico en los adolescentes
- Programas de prevención de la depresión y ansiedad en niños y adolescentes.
- Ocio Positivo y Bienestar
- Programa de Resiliencia en Buscadores de Empleo
- Coaching desde la Psicología Positiva