



*“El buen humor fortalece la motivación individual y colectiva”*

*“Las cosas serias, con humor, son igual de trascendentes, pero más llevaderas”*

*“Las emociones positivas nos vuelven más creativos y nos permiten tomar mejores decisiones”*

## Eduardo Jáuregui • Psicología positiva

Doctor en Ciencias Políticas y Sociales. Ha dedicado varios años al estudio académico del humor en prestigiosas universidades europeas (Oxford, London School of Economics, Instituto Universitario Europeo). Pionero en la aplicación del humor en el entorno laboral, lo emplea innovando en cultura interna y comunicación para aquellas empresas con las que colabora.

Para Jáuregui, un mundo con más humor es un mundo en el que se toman mejores decisiones. Íntimamente relacionado con la creatividad, es origen de pensamientos positivos y un aliado del bienestar, la satisfacción y el rendimiento.

Nacido en Oxford, pasó su infancia y juventud entre Oxford, Madrid y Los Ángeles. Licenciado en Psicología Social (London School of Economics) obtuvo un Máster en Antropología Social (Oxford University) y demostró que se tomaba muy “en serio” el humor cuando eligió elaborar su Tesis Doctoral en Ciencias Políticas y Sociales con **una tesis sobre la risa**.

Es uno de los conferenciantes más demandados para hablar sobre temas como **el sentido del humor, las emociones positivas o la psicología positiva**, y ha dado cientos de ponencias en foros tan prestigiosos como el Royal Institution of Great Britain, La Casa Encendida de Madrid, los cursos de verano de la UIMP o las conferencias TED. Aparece con frecuencia entrevistado o citado en medios de comunicación en temas relacionados con la felicidad y el trabajo.

Es Profesor del Departamento de Business and Social Sciences de Saint Louis University (Campus de Madrid) donde imparte clases de Psicología Positiva, entre otras materias. Es autor de libros como *El sentido del humor: manual de instrucciones*, *Alta diversión: los beneficios del humor en el trabajo*, *Amor y Humor*, *Conversaciones con mi Gata*, *Juicio a los Humanos* y más de 80 artículos en revistas académicas y en prensa. En la actualidad está preparando numerosos proyectos de literatura infantil y juvenil.

Junto con Jesús Damián Fernández fundó Humor Positivo, una consultora especializada en la aplicación del sentido del humor y las emociones positivas en el trabajo. Hace unos años instauraron en España el Día Internacional de la Diversión en el Trabajo y **una propuesta para salir de la crisis económica: el Plan de Rescate Humorístico**.