



“Una buena vida es aquella en la que uno es capaz de realizar una parte de sus potencialidades”

“Estar instalado en el pasado o el futuro es un pasaporte al malestar”

“Hay mucho margen para que la gente se sienta mejor, más realizada”

Carmelo Vázquez ● Psicólogo. Catedrático

Es uno de los máximos representantes de la Psicología Positiva en España, una rama de la psicología que estudia las emociones positivas y las bases psicológicas del bienestar y la felicidad. Catedrático de Psicopatología en la Universidad Complutense de Madrid, Carmelo Vázquez considera que el optimismo es una de nuestras mejores armas para adaptarnos al entorno y superar dificultades.

Carmelo Vázquez es uno de los psicólogos españoles más reconocidos en la investigación del estudio de las emociones positivas, la felicidad y el bienestar. Catedrático de Psicopatología en la Universidad Complutense de Madrid desde el año 2005, es un referente de la Psicología Positiva en España, miembro fundador del consejo de dirección de la International Positive Psychology Association (IPPA) - de la que es Presidente-Electo (2011-2013)- y representante de nuestro país en la European Network of Positive Psychology.

Coautor de varios libros, como ‘Optimismo Inteligente. Psicología de las emociones positivas’ o ‘La ciencia del bienestar: fundamentos de una psicología positiva’, está convencido de que las emociones positivas tienen un papel muy importante para la salud mental. Por ello, se ha propuesto medir de forma fiable y científica los elementos que influyen en la felicidad, para lo que ha creado el índice de felicidad Pemberton Happiness Index. Asimismo, ha sido coordinador del Primer Congreso Nacional de la Psicología Positiva (2012) organizado por la Sociedad Española de Psicología Positiva, de la que también es presidente.

Licenciado y doctorado en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid, en 1987, tras completar una estancia de dos años en Chicago con una prestigiosa beca Fullbright en la Northwest University, se incorpora al cuerpo docente de la Facultad de Psicología de esta universidad.

A lo largo de su carrera ha realizado múltiples proyectos de investigación, muchos de ellos relacionados con la depresión, los traumas, la esquizofrenia o la resistencia humana ante la adversidad y su labor se ha visto reconocida con numerosos galardones, como el Premio de la European Association of Psychological Assessment al psicólogo europeo menor de 40 años con la trayectoria más distinguida de “Contribuciones científicas y profesionales a la Evaluación Psicológica como ciencia y como profesión”, en 1997, o el Primer Premio Nacional de la Obra Social de Caja Madrid por su trabajo “Los límites de la Exclusión social”, en 2002.

En la actualidad, junto a su labor investigadora y docente, colabora en un proyecto internacional para la validación en diversos idiomas de instrumentos de evaluación del bienestar psicológico y la felicidad bajo la dirección de Martin Seligman, de la Universidad de Pennsylvania.