Temario:

- Descripción de felicidad. Presentación del curso.
- Sentido del humor.
- La alegría de conversar.
- Pensamiento optimista.
- Guardar recuerdos amorosos en el corazón.
- Agradecer la vida.
- Toma de decisiones.
- El arte y mis emociones.
- Sentimientos negativos y sus enseñanzas.
- Felicidad, redefiniendo.