



Col·legi Oficial de
Psicologia de Catalunya
Delegació Territorial Tarragona

Jornada DeBat a Bat

PARLEM DE L'AUTOESTIMA



PONENTS



Alberto Soler



Silvia Llop



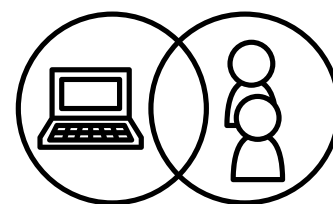
Victor Amat



Palau de Congressos
Tarragona



21 Novembre ⌚ 9:00-13:00 h.



Format Híbrid
Presencial i en línia

Activitat gratuïta prèvia inscripció
www.copc.cat

PROGRAMA

8:30 - 9:00

ENTREGA DE MATERIAL I BENVINGUDA

9:00 - 9:15

PRESENTACIÓ DE LA JORNADA

9:15 - 10:00

CONSTRUCCIÓ DE L'AUTOESTIMA: IMPORTÀNCIA DE LES EXPERIÈNCIES PRIMERENQUES

Alberto Soler. Psicòleg General Sanitari amb una experiència de més de 15 anys en psicoteràpia i assessorament a pares. Compagina el seu centre privat de psicologia per a adults i nens a València, amb xerrades i conferències sobre educació i criança. És la cara visible del videoblog de divulgació *Píldoras de Psicología*, que compta amb més de 400.000 seguidors a YouTube.

10:00 - 10:45

COM CONSTRUIR UNA VIDA AMOROSA QUE T'APORTI AUTOESTIMA

Silvia Llop. Psicòloga especialitzada en el terreny de l'amor, autora del llibre *Mándalo a la mierda (mereces algo mejor)* i empresària. És formadora en autoestima, ruptures, cerca de l'amor i patrons i ajuda a treballar l'amor propi i construir relacions més sanes. És membre de la Federació Internacional de Coaching i Mentoring.

10:45 - 11:15

PAUSA

11:15 - 12:00

INSTAESTIMA

Victor Amat. Psicòleg i director del Postgrau de Teràpia Breu (Universitat de Girona). Docent i divulgador. Autor del llibre *Psicologia Punk*. Director Postgrau Teràpia Breu i Director de Escuela Palobajo. Codirector CETEBREU (Centre de Teràpia Breu de Barcelona).

12:00 - 13:00

TAULA RODONA I DEBAT

13:00

CLOENDA