

PSICOLOGIA POSITIVA

AUTOCONEIXEMENT I SUPERACIÓ PERSONAL

PROFESSORS

Xavier GUIX, Llic. en Psicologia. Postgrau Neurociència. Escriptor

Antoni BOLINCHES, Llic. Filosofia i Ciències Educació. Psicòleg. Escriptor

PROFESSORS CONFERENCIANTS

Francesc ROVIRA, Dr. en Psicologia. Llic. en Pedagogia

Neus BARRANTES, Psicòloga. Professora a la UAB

PRESENTACIÓ

Dimarts 15 de setembre, 18.30h

HORARI CURS

Dimecres d'11.00 a 13.00 horas

INICI: Dia 14 d'octubre FINAL: Dia 15 de juny

Curs bilingüe

Curs dirigit a totes les persones que desitgin millorar la seva capacitat d'autoanàlisi per invertir-la en una millora de la seva seguretat personal i de la seva capacitat de convivència harmònica.

TEMARIS

- Com conèixer-se millor.
- Com funciona el comportament.
- Com ser feliç sense patir massa.
- Com ajudar-te a tu mateix.
- Els mecanismes de defensa psicològics.
- Els mecanismes de defensa social.
- Les estratègies de superació personal.
- El desenvolupament de les capacitats psicològiques.
- Deu consignes per ser millor.
- La felicitat de les persones madures.
- Arquetips: Eros i Psique.
- Com funciona la ment.
- Creences: els universos en què habitem.
- Estimar i ser estimat.
- Ser o no ser.
- Voler i poder.
- Art i creativitat psicològica.
- Petit tractat de grans virtuts.
- El silenci i l'esperit.
- Aprendre a dir No.
- El camí de la saviesa.
- La comunicació.
- Sentir-se bé.
- Els trastorns de les emocions.
- La vinculació afectiva amb els altres.
- La influència social en la nostra personalitat.
- Les persones positives tenen un poderós iman.

