

Joana Frigolé

JOANA FRIGOLÉ és llicenciada en Psicologia per la UAB i coach certificada per l'*International Coach Federation* a nivell PCC (*Professional Certified Coach*). És experta en la transformació emocional de les persones, centrant el seu interès en les emocions, les creences i les accions, com a elements clau per assolir els reptes proposats. Imparteix formació en desenvolupament personal i creixement professional i acompanya a les persones a descobrir les seves fortaleses i les seves pròpies respostes a través del COACHING. Recentment ha publicat el llibre *Posa llum a la teva vida* editat per Amat Editorial.



Com generar emocions i relacions constructives amb els nostres fills

En aquesta xerrada la Joana ens durà de la mà cap al seu somni: aconseguir que les nostres famílies siguin sempre espais enriquidors on poder créixer, gaudir i ser feliços.

Per saber-ne més... <http://www.joanafrigole.com/ca/>

Articles interessants

El punt avui. *“Si poses més el focus en les teves fortaleses, la vida és molt més fàcil”*

<http://www.elpuntavui.cat/societat/article/5-societat/1252204-joana-frigole-si-poses-mes-el-focus-en-les-teves-fortaleses-la-vida-es-molt-mes-facil.html>

Olot Televisió. Entrevista a Joana Frigolé.

<https://olottv.alacarta.cat/pros-i-contres/capitol/joana-frigole-psicologa-coach-i-conferenciant>

Vídeo de promoció del llibre *Posa llum a la teva vida*

<https://vimeo.com/259130258>