

HAPPY TALKS – GUIDELINES & PARTICIPATION RULES

II Happiness Days by Psychia March 20–21 | Online

1. What are the Happy Talks?/¿Qué son las Happy Talks?



Happy Talks are short video contributions created by psychology, coaching, and well-being professionals as part of the II Happiness Days promoted by Psychia on the occasion of the International Day of Happiness.

Their purpose is to share applied knowledge about happiness and psychological well-being, while giving visibility to the professionals who contribute.

Happy Talks are not promotional videos or commercial presentations. They are professional, reflective, and practical contributions.



Las Happy Talks son micro-charlas en vídeo creadas por profesionales de la psicología, el coaching y el bienestar, en el marco de las II Jornadas de la Felicidad impulsadas por Psychia con motivo del Día Mundial de la Felicidad.

Su objetivo es compartir conocimiento aplicado sobre felicidad y bienestar psicológico, dando visibilidad a los profesionales participantes.

Las Happy Talks no son vídeos promocionales ni comerciales. Son aportaciones profesionales, reflexivas y prácticas.

2. Who can participate?/¿Quién puede participar?



Happy Talks are addressed exclusively to professionals in:

Psychology

Coaching

Mental health and well-being

Related disciplines with a clear professional practice



Las Happy Talks están dirigidas exclusivamente a profesionales de:

Psicología

Coaching

Salud mental y bienestar

Disciplinas afines con práctica profesional acreditable

3. Video format and structure/ Formato y estructura del vídeo



General requirements

- Maximum duration: 4 minutes
- Language: English or Spanish only
- Recording: frontal shot, from the location of your choice
- No subtitles, titles, or on-screen text
- Natural, professional tone

Mandatory structure

1. Presentation (max. 1 minute)

- Name
- Professional role
- Brand, project, or organization (if applicable)

2. Professional contribution (max. 2 minutes)

- Your perspective on happiness
- A concept, tip, idea, reflection, clarification, or practical insight related to well-being

3. Closing (max. 1 minute)

- Brief closing or reflection

Psychia will add the name, professional role, and brand/project in a unified and homogeneous style during editing.



Requisitos generales

- Duración máxima: 4 minutos
- Idioma: inglés o español
- Grabación: plano frontal, desde el lugar que prefieras
- No incluir subtítulos, rótulos ni texto en pantalla
- Tono natural y profesional

Estructura obligatoria

1. Presentación (máx. 1 minuto)

- Nombre
- Rol profesional
- Marca, proyecto u organización (si aplica)

2. Aportación profesional (máx. 2 minutos)

- Tu perspectiva sobre la felicidad
- Un concepto, tip, idea, reflexión, aclaración o aportación práctica relacionada con el bienestar

3. Despedida (máx. 1 minuto)

- Cierre o reflexión final

Psychia añadirá el nombre, rol profesional y marca/proyecto en edición homogénea.

4. Promotional content and limitations / Contenido promocional y limitaciones



Happy Talks are spaces for knowledge sharing, not for commercial promotion.

Allowed:

Professional presentation (name, role, project)

Mention of professional background

Not allowed:

Sales messages

Commercial calls to action

Promotion of services, sessions, or products

Contact invitations or booking links



Las Happy Talks son espacios de divulgación profesional, no de promoción comercial.

Permitido:

Presentación profesional (nombre, rol, proyecto)

Mención del marco profesional

No permitido:

Mensajes de venta

Llamadas a la acción comerciales

Promoción de servicios, sesiones o productos

Invitaciones a contacto o reserva

6. Submission, review, and validation / Envío, revisión y validación



All submitted Happy Talks are reviewed by the Psychia team to ensure that:

The contributor meets the professional criteria

The content is aligned with psychological well-being

The format and guidelines are respected

Psychia reserves the right to accept or reject submissions that do not meet these criteria.



Todas las Happy Talks enviadas serán revisadas por el equipo de Psychia para garantizar que:

La persona participante cumple los criterios profesionales

El contenido está alineado con el bienestar psicológico

Se respetan las normas y el formato establecidos

Psychia se reserva el derecho de aceptar o rechazar las propuestas que no cumplan estos criterios.

7. Content use and visibility /Uso del contenido y visibilidad



By submitting a Happy Talk, the professional authorizes Psychia to:

Publish the video on the Psychia YouTube channel
<https://www.youtube.com/@psychiaproducts>

Share the content on Psychia's communication channels

Include the video in the private Psychia Stream Discord community for psychologists, to foster professional connection

This authorization is non-exclusive and always includes recognition of the author.

Participants may freely share their Happy Talk on their own channels, mentioning that it is part of the II Happiness Days by Psychia.



Al enviar una Happy Talk, el profesional autoriza a Psychia a:

Publicar el vídeo en el canal de YouTube de Psychia
<https://www.youtube.com/@psychiaproducts>

Compartir el contenido en los canales de comunicación de Psychia

Incluir el vídeo en la comunidad privada de Discord Psychia Stream para psicólogos, fomentando la conexión profesional

Esta cesión es no exclusiva y siempre incluye el reconocimiento de la autoría.

Los participantes pueden compartir libremente su Happy Talk en sus propios canales, mencionando que forma parte de las II Jornadas de la Felicidad de Psychia.

8. Key dates and process / Fechas clave y proceso



Video submission deadline: March 13

Publication dates: March 20 and 21

After registration, participants will receive a confirmation email and further instructions regarding submission.



PSYCHIA

Fecha límite de envío del vídeo: 13 de marzo

Publicación de las Happy Talks: 20 y 21 de marzo

Tras la inscripción, las personas participantes recibirán un email de confirmación con los siguientes pasos.