

## Dossier de prensa



**Desclée De Brouwer**

### ***Ilusión positiva***

Lecina Fernandez

Una herramienta casi mágica para  
construir tu vida



***Ilusión positiva plantea***

**preguntas como**

**¿Qué es la ilusión?**

**¿Qué poder nos aporta?**

**¿Cómo encontrar la ilusión  
perdida?**

**o ¿Cómo educar en ilusión?**

La ilusión es una herramienta para el crecimiento personal y a lo largo de estas páginas se descubrirá cómo desarrollar al máximo todo su potencial en la vida personal y en el entorno educativo, sanitario y laboral.

Cada capítulo combina Reflexión y Práctica para que el lector juegue y experimente construyendo sus propias ilusiones, individualmente o en grupo, ofreciéndole una nueva forma de conocerse a sí mismo y de vivir en el mundo.

*Ilusión positiva* va dirigido a todas las personas que quieran aprender, entrenar y practicar la ilusión de forma saludable y positiva. También a profesionales de la salud, educadores, empresas y familias, como herramienta para ser más proactivos, para despertar la ilusión y acompañarles en el proceso de crear futuro.

¡Bienvenidos a la aventura de explorar la ilusión!

## ALGUNOS EXTRACTOS DEL LIBRO

“La ilusión es un comportamiento complejo de gran dimensión. Es la capacidad de imaginar un proyecto personal en todo su complejidad (cognitiva y emocional) y convertirlo en realidad. Supone una combinación de creatividad, conocimientos, pensamientos, actitudes, emociones, habilidades, fortalezas, valores y otros componentes que se activan conjuntamente para lograr la ilusión imaginada.”

“**Se puede perder la ilusión por un cúmulo de desilusiones.** Cuando las personas inician una ilusión les acompaña la probabilidad de que ocurra la posible desilusión, cuentan con la incertidumbre y con la posibilidad de no llegar a materializar la ilusión, y si eso ocurre pueden remontar y seguir adelante en el empeño de la misma o de otra manera. ¿Por qué? Porque la desilusión forma parte de la ilusión, las personas lo saben y están preparadas para ello. Pero cuando la desilusión se repite una y otra vez, es posible que pierdan la ilusión.”

## SOBRE EL AUTOR

Lecina Fernández es Licenciada en Psicología, Especialista en Psicología Clínica y Máster en Psicología Clínica. Con una experiencia de más de tres décadas, ha ejercido su profesión en la Sanidad Pública de Valencia y en la actualidad en su Despacho profesional en Madrid. Siempre ha compaginado la práctica clínica con la docencia y la investigación. Es miembro de AEPCP y de Psicoartaes.

Es autora de libros, estudios y artículos. Colabora en prensa y radio y lidera actividades para acercar la Psicología a las personas. Es fundadora y directora de LAB ILUSIÓN (Laboratorio de investigación, formación y divulgación de la ilusión). Valenciana de nacimiento, en el año 2001 se trasladó a vivir a Madrid. [www.lecina.es](http://www.lecina.es)



Para más información o una posible entrevista con Lecina Fernández no dudes en ponerte en contacto conmigo. Un abrazo,

Bibiana Ripol 607 71 24 08 [bibiana@ripol.es](mailto:bibiana@ripol.es)

