



Isabel Serrano

“Soy psicóloga de profesión, terapeuta de parejas y relaciones por vocación, amo el desarrollo personal. La meditación y la psicología oriental forman parte de mi vida. Sin embargo, desde hace muchos años, cuando me preguntan por mi profesión digo que soy decoradora de interiores, porque eso es lo que me apasiona hacer, ayudar a otros a quitar los viejos muebles interiores que no sirven en forma de pensamientos tóxicos, emociones invasivas... y apoyarles para que aprendan a disfrutar de la armonía del propio espacio interior y exterior. A lo largo de estos más de veinticinco años de profesión mi mayor aliciente ha sido ver cómo personas y parejas muy distintas encontraban su propio camino, adquirían confianza en sí mismas, se dirigían a alcanzar sus sueños y mejoraban sus relaciones, tanto personales como profesionales. ¡Pero sobre todo dejaban de sufrir! Ese es el motivo por el que fundé enpositivoSÍ.”

Fortalezas personales: Aprecio de la belleza y la excelencia; Curiosidad e interés por el mundo; Deseo de aprender; Creatividad y originalidad; Esperanza, optimismo y visión de futuro (Test VIA de Fortalezas Personales www.authentic happiness.org)

Experiencia profesional

Trabajo como psicóloga clínica, psicoterapeuta, terapeuta de parejas, sexóloga clínica, coach personal y empresarial, creadora del Método de autocontrol emocional RTI (Respirando Alegría) y del Modelo SGA (Sociedad de ganancias Afectiva) para el desarrollo de Relaciones de Pareja Positivas. Counselling, formadora y supervisora de profesionales de la salud, monitora senior en técnicas antiestrés y relajación. Especialista en psicología positiva. Experta en autoestima (Hay Teacher). Monitora senior de Meditación y Mindfulness.

En la actualidad soy directora y fundadora de enpositivoSÍ.

Centro multidisciplinar dedicado al área de la salud, la calidad de vida y el crecimiento humano, especialmente en el ámbito de la relaciones personales e interpersonales. He realizado entre otros:

- Cursos sobre Aprendizaje cooperativo en la Universidad Rey Juan Carlos, estudiantes de empresariales.
- Dirección del Programa “Nueva Educación”, contratado por la SIB (Embajada de Italia).
- Cursos Prematrimoniales: Comunicación y Sexualidad en la Parroquia de los PP Dominicos “El Olivar”. Fundación Tomillo. Talleres “Respirando Alegría”.
- Resolución Positiva de Conflictos para parejas según el modelo SGA (en nuestra sede).
- Taller de Autoestima “El poder está dentro de ti” (en nuestra sede), etc.
- Taller de Meditación y Mindfulness “Las emociones que curan” (en nuestra sede).

- Curso de coaching Integrador Positivo. (enpositivoSÍ).

Colaboradora del Suplemento ZEN, del periódico “ El Mundo”. En la sección de psicología y bienestar.

Galardonada con el Primer Premio en la 36^a Edición del Premio de Periodismo del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid por la calidad de los artículos publicados en éste medio. Habiendo éstos contribuido a promocionar y divulgar con rigor, la Psicología entre la sociedad.

Alguno de los artículos publicados:

<http://ariadna.elmundo.es/buscador/archivo.html?q=isabel%20serrano%20rosa&t=1&s=1>

- Los Celos: El Monstruo de los Ojos Verdes.
- Los Hijos y la Tecnología, un puente levadizo.
- El Reto de ser Madre Primeriza a los 40 años.
- Afronte sus Miedos desde la Valentía.
- Arrincones la Envidia,
- Escuela de Seducción para hombres.
- Fan. Soñar con Bruce: Un chute de adrenalina.
- Cómo enseñar a un niño a ser feliz.
- ¡Basta ya de refunfuñar!
- Timidez: El miedo a que te miren.
- Saber decir que No.
- Síndrome del salvador.
- Sobrevivir a la Cena de Nochebuena.
- No dejes para mañana lo que puedas hacer hoy
- Cómo elegir los juguetes más idóneos para niños.
- Cómo ir de rebajas sin caer en la Compulsión.
- Cómo puedo abandonar mi humor de perros.
- Cómo lidiar con avaros tacaños y jetas.
- Coqueteo o Infidelidad ¿Dónde está la línea roja ?
- ¿Cómo avivar la llama en pareja?
- La magia de la sonrisa
- Mejora tú y exige menos a los tuyos
- Cuando todo gira en torno a los hijos
- Segundas Partes siempre fueron buenas.
- Doce trampas que te arruinan la vida
- Cómo no amargarse en el trabajo

- **03/07/2016 Personas Volcánicas: Verborrea sin límite**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN03JLMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%206.pdf
- **10/07/2016 Cuando leer tiene un fin terapéutico**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN10JLMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%206.pdf
- **17/07/2016 ¿Cómo manejar el amor de verano de su hijo?**
<http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN17JLMAD%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%208.pdf>
- **24/07/2016 Parejas Imposibles: ni contigo ni sin ti**
<http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN24JLMAD%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%208.pdf>
- **31/07/2016 Sobreviva a un agosto con suegros y cuñados**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN31JLMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2016.pdf
- **04/09/2016 Que la “reentrée” no le coma la moral**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN04SEMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%204.pdf
- **11/09/2016 Supere la crisis de los 40, es hora de soñar**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN11SEMAD_MAD%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%206.pdf
- **18/09/2016 ¿Qué debe preguntar a su hijo para descubrir si le acosan?**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN18SEMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%206.pdf
- **25/09/2016 Me enamoro, me caso , me divorcio, ¿Por qué?**
[http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN25SEMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2010\(2\)\(2\).pdf](http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN25SEMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2010(2)(2).pdf)
- **02/10/2016 Atrévase a ser sincero para no explotar**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN02OCMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2012.pdf
- **09/10/2016 ¿Falto de decisión? Pruebe este remedio**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN09OCMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%206.pdf
- **16/10/2016 Preguntas Claves para cazar una infidelidad**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN16OCMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2010.pdf
- **23/10/2016 Cómo puede sacar a su hijo mayor de casa**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN23OCMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%204.pdf

- **30/10/2016 Compañeros de trabajo o amigos, ¿Cuál es la frontera?**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN30OCMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%208.pdf
- **06/11/2016 Ponga fin a la eterna pelea de sus hijos**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN06NOMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%204.pdf
- **13/11/2016 Palabras y emociones contra la depresión otoñal**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN13NOMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%208.pdf
- **20/11/2016 Mis padres envejecen, ¿Cómo puedo conectar con ellos?**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN20NOMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%208.pdf
- **27/11/2016 ¿Cuándo se sabe que la relación ha terminado?**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN27NOMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%206.pdf
- **04/12/2016 Mi hijo es un pegón: ¿Cómo lo gestiono?**
<http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/Mi%20hijo%20es%20un%20peg%C3%B3n%2004-12-2016.pdf>
- **11/12/2016 Quiero ligar con mi jefe en la fiesta de navidad**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN11DIMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%206.pdf
- **18/12/2016 Receta contra el egoísmo y la infelicidad**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN18DIMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2012.pdf
- **08/01/2017 ¿Debo seguir a mi ex en las redes sociales?**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN08ENMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%208.pdf
- **15/01/2017 No me grites, que no funciona.**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN15ENMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%205.pdf
- **22/01/2017 Mis padres se separan a los 60 ¿Qué hago?**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN22ENMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%206.pdf
- **29/01/2017 Los celos entre hermanos tienen solución**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN29ENMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%209.pdf
- **05/02/2017 Entreno (sin puños) para cortar de raíz el acoso escolar**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN05FEMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%209.pdf
- **12/02/2017 Sincronice su reloj vital y deje de llegar tarde**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN12FEMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%206.pdf

- **19/02/2017 ¿Los niños que cobran paga son más consumistas?**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN19FEMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%208.pdf
- **26/02/2017 ¿Por qué utilizamos las redes sociales como diván emocional?**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN26FEMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%204.pdf
- **05/03/2017 Los hijos únicos: Ni tan egoístas, ni tan solos**
<http://www.enpositivosi.com/evento.php?fecha=5-3-2017>
- **12/03/2017 La difícil relación entre Padres y Profes**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN12MZMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%206.pdf
- **19/03/2017 Tiene más manías de las que piensa y lo sabe**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN19MZMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2015.pdf
- **26/03/2017 Competir sí, pero predicando con el ejemplo**
<http://www.enpositivosi.com/evento.php?fecha=26-3-2017>
- **02/04/2017 La manía española de compararse**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN02ABMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%204.pdf
- **09/04/2017 La edad más vulnerable en las Redes Sociales**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN09ABMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2010.pdf
- **16/04/2017 Educar con mano dura no funciona**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN16ABMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%204.pdf
- **24/04/2017 No lo llame amor, es dependencia.**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN23ABMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%209.pdf
- **30/04/2017 Evite las broncas delante de los niños**
<http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/Zen%2030%20de%20abril>
- **07/05/2017 ¿Por qué es importante cambiar?**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN07MYMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%206.pdf
- **14/05/2017 Complicidad y Rivalidad por partida doble**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN14MYMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%209.pdf
- **21/05/2017 La Obsesión por Acumular y Gastar**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN21MYMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2010.pdf
- **28/05/2017 Hijos Biológicos y Adoptados: Reine la paz familiar**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN28MYMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%204.pdf

- **04/06/2017 Autoestima, el motor para afrontar desafíos**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN04JNMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2020.pdf
- **11/06/2017 Elogios y Premios no siempre funcionan**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN11JNMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2016.pdf
- **18/06/2017 Mi hijo es gay y no lo expresa**
- http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN18JNMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%206.pdf
- **25/06/2017 Vacaciones: Saludable unos días separados**
<http://www.enpositivosi.com/evento.php?fecha=25-6-2017>
- **02/07/2017 Su cuñado puede ser tóxico**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN02JLMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2012.pdf
- **09/07/2017 Abuelos con nietos adolescentes**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN09JLMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2012.pdf
- **23/07/2017 Por qué hay gente a la que le gusta correr riesgos**
http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN23JLMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20-%20pag%20ZEN_206.pdf
- **10/08/2017Claves para superar el miedo a volar**
<http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/Zen%2010%20de%20Agosto%20de%202017.pdf>
- **24/08/2017La fuerza de la amabilidad**
<http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/Zen%2024%20de%20Agoto%20de%202017.pdf>
- **17/08/2017Las seis infidelidades veraniegas**
<http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/Zen%2017%20de%20Agosto%20de%202017.pdf>
- **30/07/2017Aprenda a disfrutar de no hacer nada I**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN30JLMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%202.pdf
- **30/07/2017Aprenda a disfrutar de no hacer nada II**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN30JLMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%203.pdf
- **3/09/2017Haga de la vuelta a la rutina un planazo**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN03SEMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%207.pdf
- **10/09/2017 Lo suyo no es timidez , sino fobia social**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN10SEMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%208.pdf
- **17/9/2017 Empatía: Virtud si no es en exceso**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN17SEMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%205.pdf
- **24/09/017Quiero a todos mis hijos por igual : Mentira total**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN24SEMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2010.pdf

- **1/10/2017**Que la frustración no le pase factura
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN01OCMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%206.pdf
- **8/10/2017**Al jeta se le pilla rápido
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN08OCMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2015.pdf
- **15/10/2017**¿A qué edad puedo dejarle solo ?
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN15OCMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2010.pdf
- **22/10/2017** Tácticas para luchar contra la pereza
[http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/Expertos1602\(2\)\(2\).pdf](http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/Expertos1602(2)(2).pdf)
- **29/10/2017**Cuando la familia es el problema
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN29OCMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2011.pdf
- **5/11/2017**Cómo y cuándo deben irse de casa
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN05NOMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2012.pdf
- **12/11/2017**Mi padre es el jefe: ¿Cómo lo gestiono?
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN12NOMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%208.pdf
- **19/11/2017**Alguien persuasivo puede ser manipulador
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN19NOMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2010.pdf
- **3/12/2017**Dejar de vivir con el alma en hilo
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN03DIMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%204.pdf
- **10/12/2017**La madrastra ya no es la mala del cuento
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN10DIMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%204.pdf
- **17/12/2017**El niño Jesús versus Papá Noel I
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN17DIMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%206.pdf
- **17/12/2017**El niño Jesús versus papa Noel II
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN17DIMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%207.pdf
- **24/12/2107**¿Son buenas las ilusiones navideñas?
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN24DIMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%207.pdf
- **31/12/2017**La alegre tristeza del año nuevo
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN31DIMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%207.pdf
- **7/1/2018**Mantenga vivos los propósitos de Año Nuevo
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN07ENMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2011.pdf
- **14/1/2018**Sea ambicioso no se corte
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN14ENMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%204.pdf

- **21/1/2018 Embarazo adolescente: ¿Ahora qué hacemos?**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN21ENMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%209.pdf
- **28/1/2018 Qué nos hace donar tantos órganos**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN28ENMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%208.pdf
- **4/2/2018 Agresividad ¿Una conducta normal ?**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN04FEMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%208.pdf
- **11/2/2018 El arte de hacer que dure el Amor I**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN11FEMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%202.pdf
- **11/2/2018 El arte de hacer que dure el Amor II**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN11FEMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%202.pdf
- **18/2/2018 Escuchar soluciona los problemas**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN18FEMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%204.pdf
- **25/2/2018 No arrastre un problema más de tres días**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN25FEMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%205.pdf
- **11/3/2018 Papá, tú también eres fundamental**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN11MZMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%208.pdf
- **18/3/2018 Que los celos no arruinen su vida**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN18MZMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%204.pdf
- **25/3/2018 Doce pasos para conseguir ser feliz**
[http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN25MZMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2011\(2\).pdf](http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN25MZMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2011(2).pdf)
- **1/4/2018 Ser religiosos ayuda a vivir mejor**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN01ABMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%209.pdf
- **8/4/2018 Ellas ganan en empatía**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN08ABMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%208.pdf
- **22/4/2018 ¿Por qué mentimos si sabemos que no está bien?**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN22ABMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%204.pdf
- **29/4/2018 ¿Es consciente de cómo respira ?**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN29ABMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%204.pdf
- **6/5/2018 El valor de los amigos en la infancia**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN06MYMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%208.pdf
- **6/5/2018 ¿Merece la pena sufrir tanto ? I**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN06MYMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%206.pdf

- **6/5/2018¿Merece la pena sufrir tanto? II**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN06MYMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%207.pdf
- **13/5/2018Cómo afrontar las peleas cotidianas**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN13MYMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%204.pdf
- **20/5/2018¿Qué hay tras las mentiras infantiles ?**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN20MYMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%208.pdf
- **27/5/2018¿Cómo afrontar la ruptura con un amigo?**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN27MYMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%2010.pdf
- **3/6/2018 ¿ Por qué razones padece ansiedad ?**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN03JNMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%204.pdf
- **10/6/2018 Afrontar el error y convertirlo en éxito**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN10JNMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%208.pdf
- **24/6/2018 Cómo manejar un trauma en la familia**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN24JNMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%208.pdf
- **8/7/2018Contarle todo a su pareja no conviene**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN08JLMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%202.pdf
- **8/7/2018Contarle todo a su pareja no conviene II**
http://enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/ZEN08JLMAD_ZEN%20-%20ZEN%20-%20ZEN%20-%20pag%203.pdf

Colaboradora de la revista “Gente Saludable”. En la Sección el Club de la Familia: la experta opina. Algunos de los artículos publicados:

- ¿Cómo consolar a un niño que no va a recibir regalos en Navidad?
- ¿Es cierto que la relación con alguien te puede hacer enfermar?
- ¿Es posible enseñar a relajarse a un niño?
- Marzo 2015¿Por qué en ocasiones te resulta imposible dormir?
- ¿Se puede vivir la ira en positivo?
- ¿Qué beneficios aporta el Mindfulness?
- Síndrome del complaciente ¿Sabes si lo padeces?
- ¿Valoras adecuadamente a tu pareja?
- ¿Motivas a tus hijos?
- En Navidad el humor funciona; enfurruñarse, no
- Qué es el Bienestar Psicológico
- ¿Y si no puedo tener hijos?
- Amor y humor. Reírse de corazón
- El Poder Curativo de la Sonrisa

Colaboraciones en Radio y TV

PROGRAMAS DE TV 2017 - 2018

- 24/08/2017 La mañana de la 1- Hipocondriacos
- 17/3/2018 La mañana de la 1- Burundanga y Alcohol
- <http://www.rtve.es/alcarta/videos/la-manana/manana-28-03-17/3959828/>
- 11/06/2018 RTVE. Programa Versión Española. Coloquio
- <http://rtve.es/v/4630333>
- 24/07/2018 TV La Razón. Programa .A tu salud.
- <https://www.larazon.es/atusalud/respirar-alegria-HB18912410>
- Julio 2018 Programa a “Tu salud” La Razón TV
- <https://www.larazon.es/atusalud/respirar-alegria-HB18912410>

PROGRAMAS DE RADIO 2017- 2018

- 24/3/2017 La Ventana- Ser-"Saber quedarse en casa y disfrutar".
- http://play.cadenaser.com/audio/cadenaser_laventana_20170324
- 03/04/2017 Podium Cast Prisa Radio- Mañana empiezo- ¿mientes o te mienten?
- <http://www.podiumpodcast.com/manana-empiezo/temporada>
- 15/05/2017 Podium Cast Prisa Radio- Mañana empiezo a desconectar
- <http://www.podiumpodcast.com/manana-empiezo/temporada-2/t02e10-manana-empiezo-a-desconectar/>
- 30/06/2017 Aragón Radio .Irse de vacaciones sin la Pareja
- <http://www.aragonradio.es/podcast/emision/irse-de-vacaciones>
- 13/06/2018 Radio 4: programa "Amics i coneguts" hablaron de la Respiración de la Alegría
- <http://www.rtve.es/.../amics-coneguts-recomenacions-.../4629924/>
- 22/06/2018 Madrid Directo con Nieves Herrero y Carlos Honorato enseñando la respiración de la alegría, en directo
- <http://www.telemadrid.es/.../madrid-directo-1600-1800-22062018>
- 07/07/2018 Es Radio. Con Lucía Prieto en #esSalud sobre cómo transformar las emociones negativas utilizando la respiración
- <https://esradio.libertaddigital.com/es-salud/>

OTROS MEDIOS :

- Enero 2017 ¿ Aburrirse un rato es saludable ?
<http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/Enero%202017%20-Gente%20saludable%20.%20Aburrirse%20un%20rato%20es%20saludable.pdf>
-
- Febrero 2017 ¿ Cómo disfrutar si eres un o una irresponsable?
<http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/Febrero%202017-%20Hiperresponsabilidad.pdf>
- Marzo 2017 Sincronicemos nuestros relojes
<http://www.enpositivosi.com/administracion/admin/eventos/Marzo%202017.pdf>
- Septiembre 2017 El enfado. Odio mi trabajo. Revista Mía
<https://www.facebook.com/EnpositivoSI/photos/a.258727547532563.60242.144169442321708/1562056707199634/?type=3&theater>
- Julio 2018 ¿Conviene tomarse vacaciones de la pareja?. Revista Yo Dona
<https://www.facebook.com/EnpositivoSI/photos/pcb.2079921248746508/2079920245413275/?type=3&theater>

Colaboradora en el Periódico “El diario de México”. El medio de mayor tirada del país.

Hace cuatro años desarrollé el **Método Sociedad de Gananciales Afectiva (SGA)** una novedosa fórmula de intervención con parejas con dificultades (Ensayo de Separación) y también para el desarrollo y crecimiento de las relaciones personales e interpersonales (Crecimiento en pareja).

Anteriormente, durante diecisiete años he sido directora y fundadora de enpositivo psicología.

Centro innovador de psicología y desarrollo personal especializado en autoestima y autoconocimiento. He trabajado para miles de personas en la faceta individual o grupal, tanto en psicoterapia como en coach; supervisión de casos a profesionales de la psicología, etc.

Impartí más de cien talleres de autoestima básico y avanzado según el modelo de Louise L. Hay. Organicé los primeros talleres de Risoterapia con el escritor y novelista Mario Satz. Y de prosperidad “El Dinero es mi amigo” taller de Phil Laut. Organización del primer taller de masculinidad positiva “Los hombres no podemos esperarmás” junto a Xavier Parrull.

Realicé talleres de formación a grandes clientes como L’Oreal, empresa con la que realicé durante tres años los “Encuentros Kerastase” dirigidos al desarrollo del bienestar personal y profesional y motivación con altos directivos de grandes empresas de estética, estilismo y peluquería. Desempeñamos nuestra labor en todo el territorio nacional, Italia y Túnez.

En este período creé el Método de Autocontrol de las Emociones, Respiración Transformacional Integradora (RTI), Respirando Alegría. Basado en la fusión de técnicas occidentales de la psicología científica y de la medicina tradicional oriental. Ha demostrado ser, en estos diez años, una excelente técnica para manejar las emociones en las situaciones de la vida cotidiana.

Autora del libro “Respirando Alegría”. Publicado por la editorial La esfera de los libros. Donde se enseña la RESPIRACION TRANSFORMACIONAL INTEGRADORA ®, una técnica eficaz para convertir las emociones negativas en positivas con ejercicios prácticos para aplicar cada día.

He trabajado directamente en el ámbito de la empresa durante más de ocho años en los servicios de investigación y atención a grandes clientes en la agencia de publicidad Ruiz Nicoli (Telefónica, Turismo de México, IpsaGarnier...) y en el Banco di Roma departamento de extranjero. En este período desarrollé mi trabajo entre España, Francia, Bélgica, Italia y Portugal.

Durante tres años he trabajado en la Clínica Psicoterapéutica I Delfini en Milán (Italia). Inicialmente en el área de niños con altas capacidades y posteriormente en el diagnóstico y tratamiento de psicopatologías del espectro autista en una población infantil y adolescente. Desarrollo de terapia individual y grupal siguiendo el modelo de la Escuela Sistémica de Milán y la escuela Ortogénica de la Universidad de Chicago.

Formación

En el área psicológica:

- Master en Terapia Sexual y de Pareja (Asociación Española de Sexología Clínica).
- Licenciatura en Psicología, especialidad en clínica, por la Universidad de Barcelona.
- Suplemento Europeo de la Licenciatura en Psicología (SET).
- Filosofía y Letras, especialización en psicología, en la Universidad de Milán (Italia).
- Experto en Psych-K. Madrid. (Método PSCHY-K USA).
- Terapeuta. Instituto Quorum Madrid. (Método Richard Bandler. USA). Terapia Sistémica. Dra. Mormando. (Modelo de la Escuela de Milán). I Delfini (Milán).
- Educadora infancia / adolescencia. (Modelo Escuela Ortogénica). I Delfini (Milán).
- Educador Método Montessori. Dra. Mormando. Milán.
- Hay Teacher y Terapeuta Método de Pensamiento Positivo. Louise L. Hay (San Diego-USA).
- Personal Coach. Seminario avanzado Pensamiento Creativo. Dra. Patricia Crane (Hawai-USA).
- Terapeuta Método Respiración Transformacional (TB). Judith Kravitz (Brighton-UK).
- Experto Método Respiración Transformacional (TB). Judith Kravitz (Génova-Italia).
- Terapeuta de Hipnosis e Hipnosis Regresiva. Madrid. Centro de Técnicas Regresivas.
- Bioterapeuta. Formación en Terapias Naturales. Centro Superior de Bioterapeutas Madrid.
- Terapeuta de Polarización Energética. Madrid. Centro O-kuni.
- Seminario Avanzado de Control Mental. Método Silva. Madrid.
- Monitor de Habilidades Sociales. Madrid.
- Monitor de Técnicas de Relajación. Madrid.
- Taller de Mediación. Asociación Madrileña de Mediadores. Aldo Morrone.
- Seminario de Resiliencia: capacidad humana de superar pérdidas, crisis o traumas. B. Cyrulnik.

En el área de la empresa y la comunicación:

- Master en Marketing y Dirección Comercial (Executive MA). ESEM. Madrid. □ Periodismo (1º y 2º). UCM. Madrid.
- Coaching Profesional. High Development Business School. Barcelona.
- Protocolo y Ceremonial. Cámara de Comercio e Industria. Madrid.
- Atención a la Clientela. Fundación Mujeres. Madrid.
- Choosing and Using Visual Aids. Brownlee&Associates. Madrid.
- Tecnología y Salud. Madrid. Telefónica.

Congresos/ Comunicaciones/Publicaciones

Ponencias/Comunicaciones

- II Congreso Nacional de Psicología Positiva. Presentación del trabajo “Ensayos de Separación. Psicólogo y Mediador trabajando con Psicología Positiva. Dos casos de parejas difíciles”. Castellón.
- I Congreso Nacional de Psicología Positiva. Comunicación oral “La psicología Positiva aplicada a la terapia de pareja y sexual. Resumen de casos clínicos”. El Escorial-Madrid.
- Curso de Terapia Sexual y de Pareja. AESC. Comunicaciones orales: “El ensayo de Separación”. “Contrato por reciprocidad”. “Terapia de pareja estructural-estratégica”. “Entrevistas diagnósticas”. “Las funciones del superyó en los conflictos de pareja”. Trabajando con la pareja en crisis”. “Terapia de pareja y celos. Abordaje sistémico”. “La pareja simbiótico-práctica”. Terapia de pareja: enfoque psicodinámico”. “Adicción sexual. Definición y tratamiento”. “Toma de conciencia de la orientación homosexual”. “Las nuevas estructuras familiares: la familia lesbiana y gay”.
- Centro Atención al profesorado. “La jubilación: el mundo te está esperando”.
- Ecocentro. “Relaciones personales: autoestima vs dependencia”. “Relación mente-cuerpo”. “Los pensamientos crean tu vida”. “Sin menospreciar a los hombres. Si nosotras ganamos todos ganan”.
- Mindfulness y Alimentación Consciente- Herbolarios Navarro
- En positivo psicología. “El poder curativo de la risa”.
- Universidad Complutense de Madrid: “Neurociencia de la Empatía” y “Los 8 Conflictos de Pareja”

Congresos/Jornadas

- Asistencia a I Jornadas de psicología Positiva: claves psicológicas para una vida más plena.
- Asistencia a V Giornate Nazionali di Psicología Positiva. “Il benessere nel quotidiano”. Milán.
- I Jornadas de Psicoterapias Humanistas. Madrid
- Jornadas “Avances y aplicaciones clínicas del enfoque Modular-transformacional en psicoterapia. COP Madrid. 4
- I Congreso de la Asociación Española de Psicología Clínica y Psicopatología. Madrid.
- XIV Encuentro Emprendedoras y Empresarias Circulo de Bellas Artes. Madrid

Otros artículos.

- Revista de Terapia Sexual y de Pareja. “Clasificación de los trastornos sexuales femeninos: nuevas perspectivas” Adaptación del trabajo de S.R. Leiblum y A. Graziottin.
- Revista Cosmopolitan. “La casa en llamas. El kamasutra en casa”.
- Revista Cosmopolitan. Entrevista sobre sexualidad.
- Mujer Hoy. “Cómo superar el estrés”.
- Espacio Humano. “Relación de pareja: danza y crecer” y otros.
- Revista Verdemente. “Las Mujeres sostienen la mitad del cielo” comentarios al libro de Louise L. Hay.

Asociaciones

Pertenezco a las siguientes asociaciones.

FEAP. Federación Española de Asociaciones de Psicoterapeutas.

IPPA. International Positive Psychology Association.

SEPP. Sociedad Española de Psicología Positiva.

SIPP. Società Italiana di Psicologia Positiva.

Fundación Lama Ganchen. Difunde la medicina tibetana y las prácticas de la meditación.

AESC. Asociación Española de Sexología Clínica.

COP. Grupo “Buen sentido del humor”.

Colaboro con: La Asociación Española para el Estudio y la Prevención del Suicidio. Soroptimist. Mujeres Optimistas. Asociación de Mujeres Empresarias.