



**Fecha de publicación:**  
02/10/2014

**Sello Editorial:**  
Alienta Editorial

## Contacto de prensa

**Nombre:** María José Bertrán

**Email:** mjbertran@planeta.es

**Nombre:** Júlia Llaó

**Email:** julia.llao@planeta.es



# Tu futuro es hoy

**Laura Chica, Francisco Alcaide Hernández**

Conviértete en la mejor versión de ti mismo

A menudo, *lo que nos pasa es que no sabemos lo que nos pasa*. No nos han enseñado lo que nos ocurre por dentro y eso puede ser causa de frustración al no saber cómo gestionarlo. Por eso, entender los porqués (causas) de nuestra situación personal es estar en mejores condiciones para transformar nuestra vida. Tras ello, hay que aplicar los qués (acciones) y los cómo (estrategias) para así poder convertirse en la persona que uno siempre quiso ser y llegar donde uno siempre quiso llegar.

A lo largo de estas páginas, el lector podrá profundizar, entre otras cuestiones, en cómo vencer los miedos, por qué es tan importante aprender a enfocarse, cómo cultivar la confianza en uno mismo, por qué es fundamental aprender a hablar en público, cómo cambiar pensamientos negativos por positivos, por qué la gente fracasa a la hora de conseguir sus metas o cómo afecta el entorno a nuestra vida. En total, más de cuarenta y seis cuestiones muy útiles para cualquier persona que quiera tener éxito.

Los autores condensan en esta obra todo su conocimiento y experiencia en el mundo del desarrollo personal facilitando de manera breve, sencilla y práctica las herramientas para pasar de la reflexión a la acción. Sin duda, un libro que cambiará tu vida.

## Laura Chica

**Laura Chica** es psicóloga y coach, consultora, conferenciante y formadora. Está especializada en desarrollo de personas y equipos, visibilidad y psicología positiva e inteligencia emocional. Cuenta con veinte años de experiencia en el ámbito del desarrollo de personas y equipos, la formación, y la consultoría para el desarrollo del talento. Profesora en programas de especialización y masters de diferentes escuelas de negocio y formadora para marcas como IKEA España, EY Spain y Puleva, entre otras. Licenciada en Psicología por la Universidad de Málaga, experta en Criminología, Master en Sexología y Terapia de parejas, MBA por ESESA y master en Dirección de Recursos Humanos. Es autora de los libros ¿Quién eres tú? (Alienta, 2013, 3ª edición) Tu futuro es HOY (Alienta 2014, 4ª edición, en coautoría con Francisco Alcaide), Pon un coach en tu vida (Alienta, 2015, 3ª edición) y Palabras para encontrarte (microcuentos, microrrelatos y aforismos, 2016, 5ª edición). Bloguera de referencia en el área de desarrollo del talento, visibilidad e influencia y desarrollo personal. Más información en [www.laurachica.com](http://www.laurachica.com) | @laura\_chica



## Francisco Alcaide Hernández

**Francisco Alcaide Hernández** es conferenciante, formador, escritor y coach en liderazgo y motivación.

Licenciado en Administración y Dirección de Empresas, licenciado en Derecho, máster en Banca y Finanzas, y doctor *cum laude* en Organización de Empresa.

Lleva más veinte años estudiando por qué unas personas (empresas) consiguen las metas que se proponen y otras se quedan a mitad de camino. Alcaide ha entrevistado y conversado con «los mejores», cientos de personalidades de referencia del mundo de la empresa, el deporte, la moda, la ciencia, la economía o el desarrollo personal. También ha estudiado las obras de los principales especialistas en management, tales como Simon Sinek, Gary Hamel, Adam Grant, Eric Ries o Jim Collins, entre otros muchos.

Ha prestado sus servicios a empresas de múltiples sectores (EY Spain, Banco Mediolanum, Novartis, SHA Wellness Clinic, Johnson & Johnson, STADA, ING...) y ha publicado, solo o en colaboración, diez libros que han sido traducidos a varios idiomas y de los que se han vendido más de 150.000 ejemplares en todo el mundo.

Alcaide ha sido incluido en el TOP 30 influencers de liderazgo y emprendimiento (revista Emprendedores) y ha sido premiado en diferentes ocasiones por su trabajo: Premio Coach de Honor 2017 (Aprocorm), Premio al Mejor Blog de RRHH 2012 (Tatum/Observatorio de RRHH) o Premio Accésit CEF Gestión 1999 (Centro de Estudios Financieros).

Colaborador habitual en medios de comunicación, ha publicado más de un centenar de artículos en prensa y revistas especializadas, y ha aparecido en medios como Forbes, TVE, La Sexta, RNE, Cadena Ser, Diario ABC, Cinco Días, Cadena Cope o Despierta América (Miami), entre otros.

Es creador del concepto Fast Good Management, una filosofía que hace referencia a la necesidad en un mundo cambiante de decir mucho con poco, aportando valor de manera breve y práctica.

[www.franciscoalcaide.com](http://www.franciscoalcaide.com)

[www.conferenciasfranciscoalcaide.com](http://www.conferenciasfranciscoalcaide.com)

[www.topconferenciantes.com](http://www.topconferenciantes.com)

@falcaide