

Estudio de la ilusión (I)

¿Qué es para ti la ilusión?

Estudio realizado por Lecina Fernández y FINSOA. España. 2011.

Desde hace unos años la psicóloga Lecina Fernández trabaja el tema de la ilusión. El resultado hasta la fecha es la publicación del libro “*Érase una vez la ilusión*” ES Ediciones. 2010, la puesta en marcha desde 2010 de “*Talleres de La ilusión*” impartidos y dirigidos a profesionales de los campos de la Salud, Educación, Social y población en general, y la fundación del *Laboratorio de la ilusión*.

En el año 2011 inicia el estudio sobre la ilusión junto con FINSOA (Fundación de Investigación Social y Operativa Aplicada). Este estudio tiene varias fases. *¿Qué es para ti la ilusión?* es la primera fase. Presentamos aquí los resultados obtenidos.

¿Qué es la ilusión?

La palabra ilusión viene del latín *illusio*, -ionis 'engaño', nombre sacado del verbo *illúdere* 'burlarse de, mofarse de'. Originalmente *illudere* en latín significaba "jugar contra, hacer mofa de".

En español, como en otros idiomas, la palabra ilusión significa engaño, percepción o idea irreal, distorsión de la percepción sensorial. En este sentido contamos con expresiones como *ilusión óptica* o *iluso*, *ilusorio* o *ilusionista*. Y con frases como “*de ilusión también se vive*”, “*hacerse ilusiones*” o “*es pura o vana ilusión*”.

Pero en español también tiene un segundo sentido, que se ha desarrollado especialmente a partir del S. XIX, tiene su origen en la época romántica y es el más vigente, popular y arraigado actualmente: es el de “viva esperanza, expectativas favorables depositadas en personas o cosas”. Por ejemplo la ilusión de los niños por el Día de Reyes. Esta acepción con un sentido positivo, de algo valioso aparece en expresiones como “*tener ilusión*” “*estar ilusionado*” “*hacerse ilusión*”. Implica algo positivo, favorable y optimista.

Si hacemos un recorrido por los diccionarios la ilusión implica “alegría o felicidad que se experimenta con la posesión, contemplación o esperanza de algo¹. “Esperanza cuyo cumplimiento parece especialmente atractivo. Viva complacencia en una persona, cosa, tarea, etc.”². Pero ya antes, en la poesía de Espronceda se asocia al sueño, a la fantasía y esperanza, dentro de una realidad que depende de la actitud y la interpretación del hombre³.

¿Qué conlleva la ilusión?

Con este recorrido etimológico y de significado de la ilusión podríamos decir que la ilusión hace referencia al tiempo presente y al futuro y va ligada a emociones, sensaciones, pensamientos y actitudes positivas de las personas.

¹ Diccionario María Moliner

² Diccionario Real Academia Española

³ Se puede consultar este tema en “*Breve Tratado de la ilusión*” de Julián Marías.

Siendo así nos podemos preguntar no sólo ¿qué es la ilusión? también son interesantes otras preguntas como ¿Qué provoca la ilusión en nuestras vidas? o ¿Cual es la diferencia que aporta en la vida el tenerla o no tenerla?

Para responder a estas preguntas se diseña el estudio *¿Qué es para ti la ilusión?*

¿Cuáles son los objetivos del estudio “¿Qué es para ti la ilusión?”?

¿Qué es para ti la ilusión? se plantean dos objetivos:

1. Conocer qué entiende la gente por ilusión y con qué otros conceptos lo relaciona.
2. Observar si el concepto de ilusión varía según las variables sexo, edad, nivel de estudios, situación laboral o estado de salud de las personas.

¿Qué metodología se ha seguido para hacer el estudio?

Para recoger la opinión que las personas tienen sobre la ilusión se colocó en diferentes lugares **La urna de la ilusión**. Es una urna de metacrilato transparente acompañada de papeletas de colores en las que se plantea una pregunta abierta: ¿Qué es para ti la ilusión? Y preguntas de las variables estadísticas sexo, edad, nivel de estudios, situación laboral y estado de salud.

Junto a la urna había un cartel en el que se leía: Escribe una frase con la palabra ilusión.



Las personas se acercaban voluntariamente a la urna, cogían una papeleta y disponían de libertad de tiempo para contestar de forma privada y anónima. Cuando tenían su respuesta introducían la papeleta en la urna.

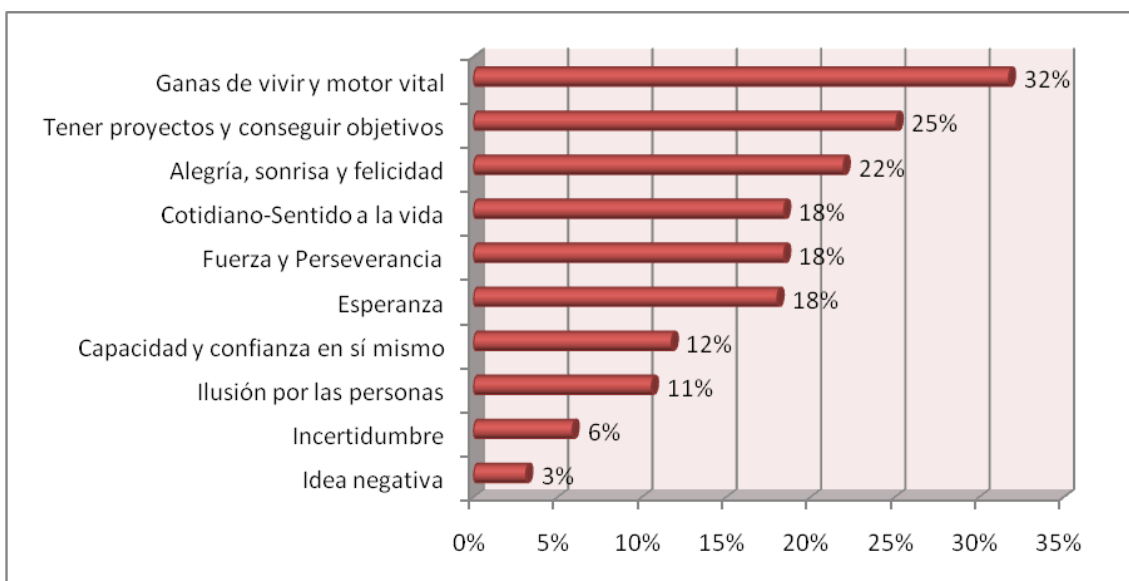
La ilusión es... ¿Qué respuestas nos hemos encontrado?

Las respuestas a la pregunta *¿Qué es para ti la ilusión?* han sido muchas y variadas.

Tras la lectura y análisis de las papeletas de la urna de la ilusión las respuestas se han agrupado en 10 categorías diferentes. Se ha tenido en cuenta todos los conceptos con que las personas han relacionado la ilusión.

Al hablar de la ilusión hablaron de:

1. **Fuerza y Perseverancia.** En esta categoría se han incluido las respuestas que definen y/o relacionan la ilusión con el concepto de fuerza: Fuerza para superar, para luchar, para lograr, para seguir adelante, para conseguir, en la constancia y para perseguir tus sueños.
2. **Capacidad y confianza en uno mismo.** Esta categoría incluye las respuestas que definen y/o relacionan la ilusión con el concepto de capacidad: Sentirse capaz ante las adversidades, capaz para solucionar, para hacer realidad lo imaginado, tus sueños, capacidad y confianza en sí mismo en creer que un sueño es realizable si te lo propones, confianza en lograr las cosas que parecen imposibles.
3. **Ganas.** Esta categoría incluye las respuestas que definen y/o relacionan la ilusión con ganas de vivir, motor de vida, energía, con ganas que motivan, estimulan e impulsan.
4. **Lo cotidiano, lo que da sentido a la vida.** Esta categoría incluye las respuestas que definen y/o relacionan la ilusión con el concepto de lo cotidiano: el cada día, cada instante y al mismo tiempo ver algo nuevo en ello, lo que da sentido a la vida, lo que permite pasar de lo cotidiano a lo permanente.
5. **Alegría.** Esta categoría incluye las respuestas que definen y/o relacionan la ilusión con el concepto de alegría, sonreír, felicidad, fusión de felicidad y sorpresa, optimismo.
6. **Esperanza.** Incluye las respuestas que definen y/o relacionan la ilusión con el concepto de esperanza, creer, esperanza que lo imaginado se hace realidad, tener fe tras mil decepciones, estar convencido.
7. **Proyectos.** Incluye las respuestas que definen y/o relacionan la ilusión con el concepto de proyectos y metas: Tener ilusión por tener proyectos, hacer cosas, ir hacia una meta, tener ilusión por equipos o grupos, por conseguir cosas.
8. **Incertidumbre.** Incluye las respuestas que definen y/o relacionan la ilusión con la sorpresa, con la incertidumbre de si conseguirá o no lo propuesto, con ir a por un sueño que quizá no se cumpla.
9. **Ilusión por las personas.** Incluye las respuestas que definen y/o relacionan la ilusión con las personas: hijos, pareja, etc.
10. **Idea negativa.** Esta categoría incluye las respuestas que definen y/o relacionan la ilusión con el concepto de falsa esperanza, estar fuera de la realidad, mentira.



Hasta aquí sabemos qué opinan las personas sobre la ilusión y con qué otros conceptos la relacionan. Ahora podemos averiguar si estas opiniones varían según las variables observadas.

¿Opinan todas las personas lo mismo sobre la ilusión? ¿De qué depende su opinión?

La ilusión es las ganas de vivir y el motor de vida. Es la respuesta más frecuente. Esta opinión se da en el 32% de las personas participantes.

Veamos aquí algunas de las respuestas que escribieron en esta línea:

- *Levantarme por las mañanas con ganas de hacer cosas que te motivan y gustan.*
- *Es una chispita que te enciende, te da ánimo y fuerza a cada momento que vivimos.*
- *Las ganas de vivir cada día y de hacer algo.*
- *La vida es caminar, no se puede caminar sin energía, la ilusión es la energía.*
- *Es la intención y conciencia que pones en todas las cosas que haces que te permiten alcanzar la felicidad.*
- *Es el motor de la vida, la que hace que puedas llegar dónde quieras.*

A la respuesta de definir la ilusión como ganas de vivir y motor de vida le sigue en frecuencia la que señala que la **ilusión es tener proyectos y conseguir objetivos**. Esta opinión se da en el 25% de las personas participantes.

Vemos aquí algunas respuestas de los participantes:

- *Tener un proyecto, un objetivo e ir a por él, quizás se consiga quizás no... contribuir a ello.*
- *Percibir que tengo cosas que hacer, quiero hacerlas, hoy, este mes, este año, el siguiente...*
- *La emoción que sientes cuando has hecho, haces o vas a hacer un proyecto que te gusta, motiva”*

Algunas personas especifican sus proyectos concretos y actuales:

- *Para mí la ilusión es estar delante de una cámara o encima de un escenario actuando.*
- *Mirar con mi novia un test de embarazo.*
- *El movimiento 15M.*
- *Terminar la carrera en el 2011.*

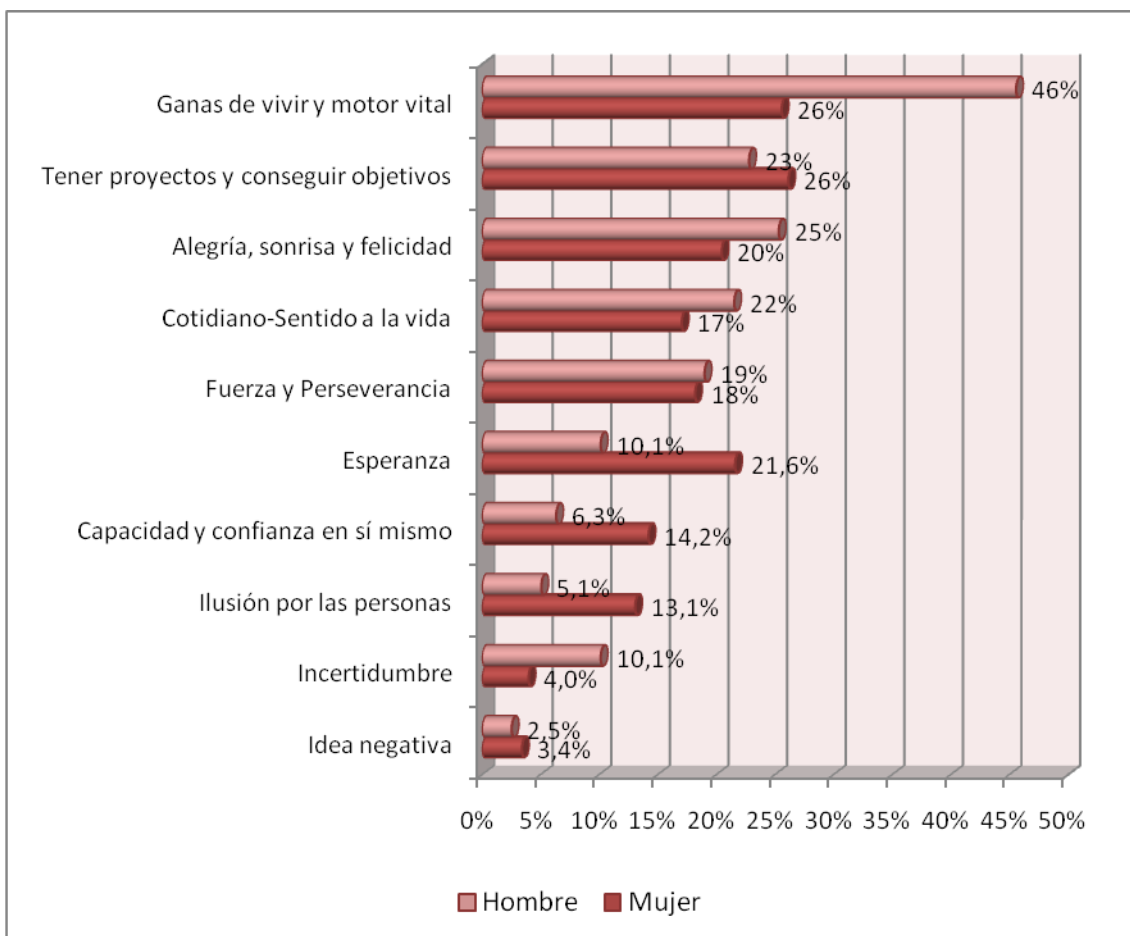
Y la tercera respuesta más frecuente para contar qué es la ilusión es la que asocia la **ilusión a alegría, con sonrisa y felicidad**. Esta opinión se da en el 22% de las personas participantes.

Leamos algunas de estas opiniones relacionadas con la alegría y felicidad:

- *Lo que hace que sonrías al hacer las cosas cotidianas.*
- *La ilusión es un castillo de fuegos artificiales, luce mucho cuando lo tienes y luego queda el olor a pólvora.*
- *Es más que ganas de hacer algo, es un sentimiento de gran felicidad.*
- *Es una sensación que me llena de alegría y ganas de vivir cada día.*
- *El eco de un corazón satisfecho.*
- *Emoción, alegría, expectativas de algo que pasa o pasará que produce alegría intensa.*

¿Influye la variable sexo al opinar sobre la ilusión?

Si hay diferencias entre las respuestas de hombres y mujeres al dar sus opiniones sobre la ilusión.



Entre los hombres destaca notablemente la ilusión entendida como Ganas de vivir y motor de vida. Mientras que en las mujeres sus opiniones son mucho más variadas, aún así, las respuestas que destacan son la que entienden la ilusión como Esperanza y como Capacidad y confianza en sí mismo.

La ilusión por las personas tiene bastante más importancia relativa entre las mujeres que entre los hombres.

Vemos aquí algunas respuestas que ellas dijeron:

- *Soñar despierto. Alimentar de esperanza nuestra vida.*
- *Es imaginar las cosas de cómo te gustaría a ti, vivir con la esperanza de que todo lo que imaginas con ilusión se hace realidad.*
- *Tener la capacidad de no perderla, eso es la ilusión para mí.*
- *Crear que puedes!!!*
- *La ilusión es la capacidad de soñar y la paciencia, la perseverancia y la labor de perseguir tus sueños allá donde te lleven.*
- *Levantarte, sentir que la vida no te da problemas que no puedas solucionar.*
- *Cada día es una ilusión y cada sueño cumplido da confianza de que soñar e ilusionarse es posible.*
- *La ilusión de tenerte, la ilusión de amarte.*

- *La ilusión son muchas cosas, la mía vivir para ayudar a los demás.*
- *Rodearte de aquellas personas que te ayudan a caminar cada día y hacer que la vida merezca la pena.*

¿A diferentes edades diferentes opiniones sobre la ilusión?

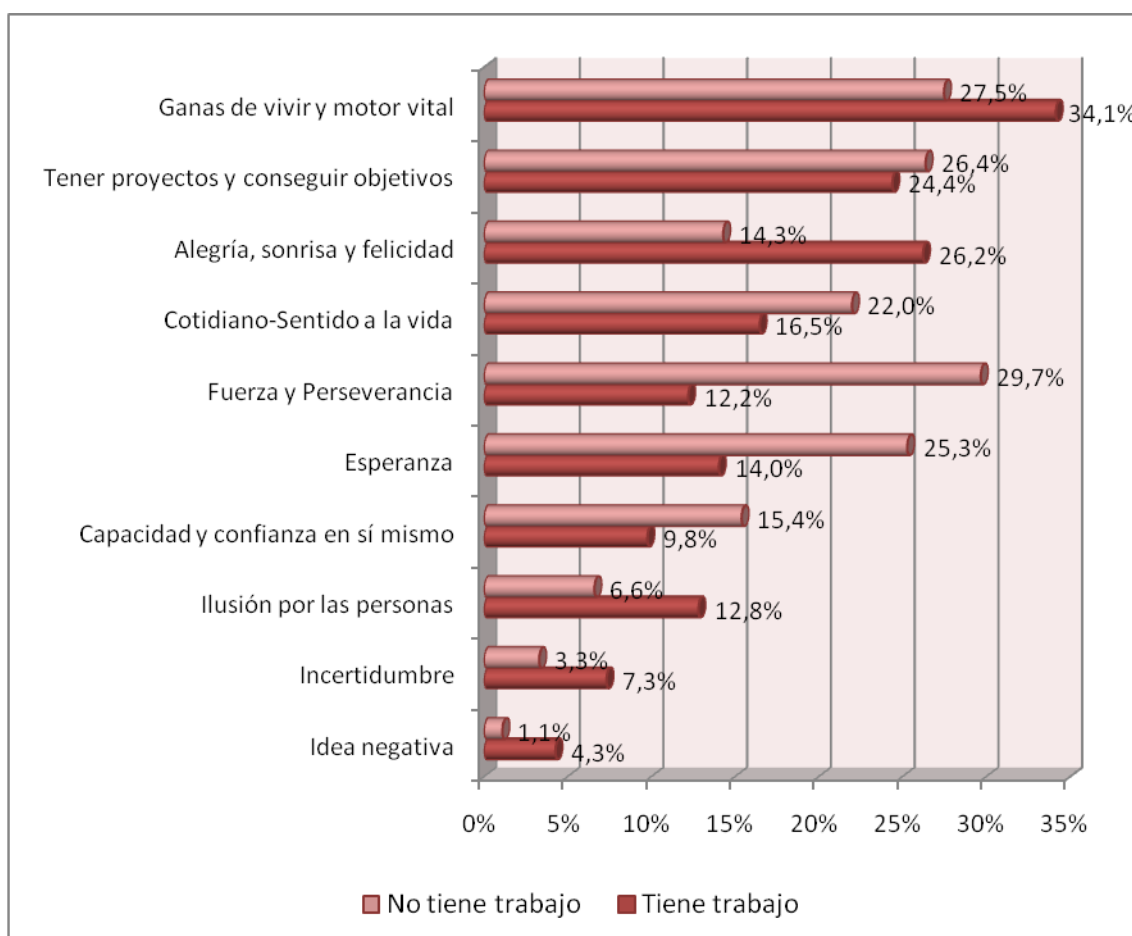
Se ha observado que a medida que las personas tienen más edad otorgan más importancia a la ilusión entendida como Alegría y Felicidad. Así como también a la Ilusión por las personas. En ambas categorías aumenta la frecuencia de estas respuestas a medida que aumenta la edad de la persona participante.

También se observa que la ilusión entendida como Proyectos es más notable entre las personas de 15 a 29 años y a medida que aumenta la edad va disminuyendo la frecuencia de esta asociación.

La ilusión asociada Esperanza tiene también su máxima importancia a la edad de 15 a 29 años, la misma importancia que Proyectos, pero a medida que aumenta la edad la esperanza va disminuyendo llegando a ser una puntuación muy baja en el tramo de edad de más de 60 años.

Y la ilusión entendida como Ganas y motor de vida es más frecuente en las etapas de 0 a 14 años, a los 30 y a los más de 60 que podríamos pensar que coincide con etapas de inicio de rol.

Tener trabajo ¿Influye en la opinión de las personas sobre la ilusión?



La ilusión como Esperanza, como lo Cotidiano que da sentido a la vida y como Fuerza y perseverancia tiene más peso entre aquellas personas que no tiene trabajo. Mientras que la ilusión como Alegría y felicidad tiene más presencia entre las personas con trabajo.

Otras variables.⁴

Discusión, comentarios y reflexiones ¿La ilusión es un diamante en bruto?

Al iniciar este estudio nos preguntábamos ¿qué es la ilusión? y también nos parecieron interesantes otras preguntas como ¿Qué provoca en nuestras vidas? o ¿Cuál es la diferencia que aporta en la vida el tenerla o no tenerla? Pensemos ahora en ello.

La ilusión para cada persona significa una cosa.

En los resultados vemos que aunque hay muchas respuestas que coinciden y por eso las hemos distribuido en categorías, vemos también que la ilusión para cada persona significa una cosa. En el interior de cada persona ha germinado y crecido una idea de la ilusión. Esa idea positiva sobre la ilusión que se inició en España en el Siglo XIX se mantiene en nuestra sociedad.

Pero este estudio también tuvo en cuenta observar si existe la idea negativa sobre la ilusión. El resultado a esta observación es que el 1,9% de los participantes asociaron la ilusión a falsa esperanza, a estar fuera de la realidad o a mentira.

Podemos hacer varias reflexiones interesantes:

- La gran **mayoría de las personas da a la ilusión un sentido positivo** aunque cada persona tiene su propia definición y vivencia de la ilusión. Son vivencias y sensaciones positivas sobre sí mismo, sus ganas de vivir y su potencial en crear su futuro. ¿Quiere decir esto que las personas que tienen una idea negativa sobre la ilusión, o personas que no tienen ilusión, no tienen este tipo de vivencias y sensaciones positivas sobre sí mismo en su presente y hacia su futuro?
- **Son muy variadas las respuestas sobre la ilusión.** Cada persona asocia la ilusión a diversos conceptos, fortalezas humanas y valores positivos de las personas. Podemos unir todas estas formas de entender la ilusión y contar a las personas cuanto engloba la ilusión. ¿Haría esto posible que las personas ampliaran su expectativa de la ilusión, su potencial y tuvieran todas las sensaciones y vivencias positivas que ella conlleva?
- En las respuestas se puede ver el **papel activo que ha adquirido la persona en relación al concepto de la ilusión.** Observamos que en las respuestas además de asociarla a la esperanza de que algo se haga realidad, también se asocia con mucha frecuencia con actitudes de la persona como capacidad, confianza en sí mismo para lograr, fuerza, motor o perseverancia. Entonces, **la ilusión no es sólo esperanza, la ilusión también es acción.**

⁴ Estos resultados y otros nuevos se podrán ofrecer en la 2ª Fase del estudio que tendrá como objetivo el profundizar de forma sistemática y con detenimiento en un estudio más completo de la ilusión.

La ilusión: un tic-tac entre el presente y el futuro.

También ha resultado muy interesante el **factor tiempo**. Al describir qué es la ilusión la idea de tiempo se manifiesta en las respuestas. Algunas personas hablan del presente y del día a día: “*El despertar cada día y tener algo por lo que vivir*”, “*Levantarme cada día con una sonrisa y con ganas de ¡Comerme el mundo!*”. Otras hablan del futuro: “*La proyección en el futuro de los pensamientos y deseos que la persona supone que va a ser beneficioso para ella*”, “*Es crear un futuro gratificante, un estado de ánimo que estimula la creatividad, la felicidad*”. La ilusión se balancea en el tiempo, hacia adelante y atrás, momentos más arriba, momentos más abajo. **Cuando la persona tiene ilusión por algo, proyecta hacia el futuro, está creando el futuro.** Ese futuro imaginado se inicia hoy en el presente, por tanto sin presente no hay futuro y si no visualizamos el futuro es difícil construir el presente.

La idea de tiempo también nos lleva a otra reflexión interesante:

- Hoy en día, muchos profesionales de psicología, filosofía y educadores están de acuerdo con la importancia que las personas damos al presente, a desear recompensas inmediatas, a la filosofía de vida de máximo placer con mínimo esfuerzo. Las personas al hablar de la ilusión introducen el presente y el futuro. Es muy interesante que el concepto de ilusión recoja la idea de futuro. **¿Con ello nos alejamos de la necesidad de gratificación inmediata y nos acercamos a pensar que el tiempo no es un enemigo, sino un aliado?** ¿Un aliado que nos permite diseñar nuestro futuro, nos permite mostrar nuestra capacidad para crearlo y nos da margen para nuestra esperanza en conseguirlo?

La ilusión ¿Una actitud psicológica?

En este estudio las personas han asociado la ilusión a conceptos, valores y fortalezas del ser humano que la Psicología Positiva investiga, estudia, cultiva y potencia en el comportamiento del ser humano.

También en sus respuestas describen la ilusión con conductas humanas: pensamientos, emociones y sentimientos estudiadas por la Psicología Cognitiva.

Y también hay respuestas a la opinión sobre la ilusión que se pueden leer o explicar desde la psicología con la Teoría del aprendizaje, que nos dice que en el comportamiento de las personas la probabilidad de que ocurran, aumenten o disminuyan conductas está en función tanto de los estímulos internos y/o externos como de las consecuencias que tiene nuestro comportamiento.

Entonces **la ilusión está ligada a las conductas y comportamiento en general, por lo tanto a la vida.**

Esta idea de ilusión y vida nos lleva a las siguientes reflexiones:

- Entendemos que la ilusión forma parte de la vida, que **la ilusión forma parte del comportamiento.** Y que el comportamiento incluye conductas, pensamientos, sentimientos y actitudes. ¿Es la ilusión una actitud, una actitud ante la vida? **Si es una actitud, la psicología, como ciencia del comportamiento humano, ha mostrado que se puede aprender y cambiar.**
- Si ponemos en marcha una ilusión, ponemos en marcha la cadena de comportamientos y percibimos las consecuencias positivas durante el proceso y

consecuencias positivas al llegar a su término de convertir en realidad lo imaginado. La consecuencia positiva **hace feliz y se convierte en estímulo** y potencial de nuevas ilusiones.

- La ilusión es una herramienta útil para las personas y por tanto para la psicología como **palanca para promover un cambio positivo**.

¿Qué ocurriría si las personas supiéramos más sobre la ilusión?

Todas estas respuestas dadas por las personas en este estudio es lo que sabe la gente sobre la ilusión, simplemente por el legado cultural de nuestro idioma. No se imparte formación sobre la ilusión en ningún área escolar ni familiar ni laboral ni de salud. Únicamente contamos con ese legado popular que mantiene viva la llama de la ilusión y cada persona recoge un sentido o significado de la misma. Pero si recogemos todos los significados implica un conjunto y una sucesión de actos:

- Creer en los sueños.
- Sentirse capaz para diseñarlos y hacer real lo imaginado.
- Empezar conductas para perseguirlos.
- Mantener, perseverar en comportamientos para conseguirlos.
- A pesar de la incertidumbre y de las adversidades tener esperanza en lograrlos.
- Y además con ganas y alegría.

Si la ilusión funciona así, ¿qué ocurriría si empezásemos a educar y fomentar la ilusión?

¿Qué ocurriría si nos hablasen de ella?

¿Qué ocurriría si la conociésemos de cerca y en su conjunto?

¿Qué ocurriría si la fomentásemos desde niños en todas las fases de la vida?

¿Qué ocurriría si la fomentásemos en todas las profesiones y actividades?

¿Qué ocurriría si nos enseñaran a manejarnos con ella?

Este estudio nos anima a seguir investigando y estudiar mejor la percepción que las personas tienen sobre la ilusión, con el objetivo de acercarnos a estas respuestas y poder transmitir como fomentar y aplicar la ilusión en la vida.

Agradecimientos

Queremos dar las gracias a todos los participantes en este estudio por su colaboración y a aquellas entidades que prestaron un espacio a la Urna de la ilusión: Librería PARADOX, La venta de Frómista, Residencia Tercera Edad Hijas de la Caridad, Curso de Cine y Psicopatología del Hospital Ramón y Cajal y La Casa del Libro.

Lecina Fernández & FINSOA