



## RESUM DE LA CONFERÈNCIA

### US ATREVIU A FER BRILLAR ELS ULLS AL VOSTRE VOLTANT?

# LLIÇONS DE VIDA DES DE LA RESILIÈNCIA



La resiliència és la capacitat de les persones per fer front a les adversitats, superar-les i sortir-ne forts i transformats positivament, és saber reaccionar i recuperar-se de les adversitats. La resiliència es pot adquirir i des de tot el procés educatiu d'una persona es pot fer molt.

En Jordi Grané, va explicar dilluns passat davant un nombrós públic, els cinc eixos clau en el desenvolupament de la resiliència d'una forma amena, clara i molt estructurada.

En Jordi Grané parteix de les paraules per definir la resiliència i de com aquesta es pot desenvolupar. Les cites més importants en aquest sentit són:

La resiliència en paraules d'en Pau Casals, és "Saber veure en els altres les seves capacitats". O el cas d'Einstein en que depèn del discurs que es rep al llarg de la vida es pot o no acabar sent un geni. Si volem persones que siguin diferents els uns dels altres, si volem persones en la seva versió original, dependrà del que fem amb ells i per tal cal una altra manera d'educar.

Quins són els cinc eixos necessaris en l'educació de les persones per aconseguir que tinguin desenvolupada la resiliència:

### 1.-Res és impossible

Els pares i educadors tenen un paper important a l'hora de donar missatges en tot procés educatiu; aquests missatges han d'anar dirigits a estimular el canvi i a considerar que res és impossible.

Les persones amb responsabilitat educadora mai poden abandonar la seva responsabilitat per molt complexa que sigui el procés d'educar. El seu paper es justament despertar possibilitats en els fills i alumnes, preguntar i interessar-se en com se'l pot ajudar quan les coses no surten bé, en definir altres camins, en fer que interioritzin que tot pot ser d'una altra manera, en obrir la ment cap el canvi.

## **2.-Ajudem-los a ser protagonistes de les seves vides**

Cal negar rotundament qualsevol tipus de determinació vers una persona al llarg del seu procés educatiu. Les persones estem condicionades però no determinades i la determinació o postulació de tots els que eduquen influeix sobre la persona. En aquest sentit, les reaccions i opinions positives tenen menys pes que les negatives pel que cal molt esforç per neutralitzar una opinió negativa.

La vida dóna cartes, però com es juguen aquestes cartes depèn d'un mateix. *En aquest sentit, una persona resilient és la que es dibuixa a si mateix.* Cal deixar que tothom assumeixi ser el protagonista de la seva vida sense cap tipus de condicionant o determinació.

## **3.-Allò que és humà és caure**

Allò que és humà és caure i el nostre objectiu no ha de ser no caure, sinó que el que és important és aixecar-se.

Cal educar en la mentalitat que unes circumstàncies negatives, que l'infortuni i els obstacles no han de limitar la nostra actuació, encara que aquests obstacles siguin inherents a la pròpia actuació, és important vèncer els propis reptes i dificultats per tal de trobar el camí adequat.

Cal educar en la mentalitat que moltes de les circumstàncies negatives que vivim ens ofereixen també l'oportunitat de millora.

## **4.-El valor de l'esforç i l'èxit**

En aquest context, el valor de l'esforç és un factor clau per a l'èxit de les persones. Els principals factors de l'èxit en una persona són, tenir talent, un entorn adequat pel que fa a oportunitats i molta dedicació en allò que un té talent i per tant esforç.

Educar en l'esforç, depèn de l'estil o mentalitat educativa, així, una mentalitat rígida que parteix que la intel·ligència es té i no es desenvolupa, pot condemnar al fracàs.

Pel contrari una mentalitat alternativa en educació, parteix que la intel·ligència és quelcom que es desenvolupa, partint d'una visió de mentalitat creixent o que es desenvolupa a partir de l'esforç, el treball i la pràctica i per tant premia l'esforç.

## **5.-Cal centrar-se en les nostres potencialitats, en allò positiu.**

Sovint, els humans ens centrem en allò que no funciona més que gaudir del que funciona. Aquest enfocament de les coses és degut a que hem rebut una formació que s'ha focalitzat en allò que no funciona.

Les paraules que una persona rep al llarg de la seva vida tenen el poder d'ajudar o de destruir. Un discurs pot tenir un efecte positiu i potenciar a una persona o pot tenir l'efecte contrari i catapultar-la.

És important que en tot procés educatiu es construeixin discursos positius que portin a l'esperança. Aquí el vocabulari emprat és de gran importància, cal dir les coses diferents, cal dir les coses en positiu, cal preguntar diferent,...cal cercar llenguatges alternatius.

## Final

La felicitat és possible  
La felicitat és duradera  
La felicitat es construeix  
Hem de viure cada dia com si fos el primer i el darrer

Barcelona, 24 de novembre de 2014

---

### Llibres recomanats:

**El arte de lo posible: Transformar la vida personal y profesional**  
de Rosamund Stone (Autor), Benjamin Zander (Autor)

**Mas fuerte que el odio**  
De Tim Guenard

**Una vida sin limites**  
De Nick Vujicic.