

Euskera

“Educar la resiliencia” con el alumnado del IES Huarte. Charlas testimoniales sobre el sufrimiento y la superación personal.



El pasado 19 de marzo los alumnos de diversos PCPI del IES *Huarte*, tuvieron la oportunidad de reflexionar y profundizar en la Resiliencia mediante unas charlas testimoniales ofrecidas por Ana Artázcoz Colomo, orientadora y coordinadora de Atención educativa domiciliaria.

La Resiliencia es la capacidad de un grupo o de una persona para afrontar, sobreponerse a las adversidades y resurgir fortalecido o transformado; construye futuros posibles sobre la esperanza humana y la consecución de la felicidad ante los sufrimientos, los traumas y el dolor padecido.

Esta capacidad fue transmitida por la ponente, quien inició la sesión reflexionando sobre la realidad del dolor y del sufrimiento, y sobre la importancia de adoptar una actitud positiva ante la vida. Posteriormente, presentó su testimonio personal para mostrar a los alumnos cómo muchas personas que tienen problemas o sufren, por diversas circunstancias, creen

-a menudo equivocadamente- que lo suyo no tiene arreglo, que el problema son ellos, que no hay nada que hacer, etc.

Ahondó en la idea de que muchas personas que sufren creen que no se pueden levantar del hoyo en el que están; piensan que en ellos no hay nada valioso e incluso llegan a sentir hostilidad hacia quien quiere mostrarles todo su potencial. Son personas que están aferradas a una manera de pensar, sentir y actuar, que les limita y no les deja ver lo que realmente podrían llegar a hacer, ni a ser conscientes de quiénes son realmente.

El coloquio final consiguió sacar profundas enseñanzas del sufrimiento y de la superación personal.

Esta actividad se ofrece para que los alumnos descubran referentes de vida que les ayuden a superar el pesimismo y la negatividad, ofreciéndoles claves para elaborar el dolor y para saber afrontar las adversidades con una actitud positiva y con alegría.