

FORMACIÓN A FAMILIAS

“Disfrutar de la adversidad: Más allá de la resiliencia”

Por: Juan Buil

Queridos padres:

El próximo 30 de Marzo, a las 19:00 h, tendremos una charla en el **Salón de Actos del Colegio** que será impartida por **Juan Buil**, colaborador de la Escuela de padres COEF, Socio de Motio y MBA por el Instituto de Empresa. Trabaja para organizaciones como Nestlé, Inditex, Procter & Gamble, Grupo Samca, Louis Vuitton, Decathlon, Audi, Cáritas, Unicef, Cruz Roja o Cooperación Internacional.

Objetivos:

1. Aportar una caja de herramientas, útil y práctica, que ayude a **mejorar nuestra gestión de la adversidad**.
2. Intentar que nosotros y nuestros hijos vivan **enamorado de la realidad**.

La resiliencia es una actitud muy útil para gestionar las habituales dificultades de la vida pero **es mejorable**. Todos somos vulnerables pero podemos aspirar a ser indestructibles. **Vivir enamorado de la realidad** nos permite vivir de forma consciente, ordenada y placentera situaciones que de otra forma podríamos dejarnos un poso excesivamente amargo y paralizarnos. No es una capacidad sino **una actitud que se puede trabajar y fomentar**.

La charla también está dirigida a jóvenes a partir de bachillerato.

¡Os esperamos!

