

La resilienza è resistere e crescere dentro le avversità



La resilienza è una capacità filosofica e psicologica che permette all' individuo e alle organizzazioni di reagire di fronte alle sconfitte, di crescere nelle avversità, di perseverare nei propri obiettivi, di affrontare la fatica per la realizzazione di se stessi e dei propri obiettivi.

La resilienza è collegata all'autoefficacia, all'ottimismo e alla speranza.

Chi ha un'alta resilienza riesce a trasformare i fallimenti (nella vita, nel lavoro, a scuola) in opportunità e lezioni per diventare più forte e arrivare al successo.

E' evidente che questo concetto rimanda ad immagini eroiche e epiche che tanto ci colpiscono come quando ad esempio ci appassioniamo a certe vicende sportive. Come non applaudire il ciclista che affronta la fatica di cento salite, si confronta con avversari agguerriti, cade, si rialza e poi taglia il traguardo?

Come non ammirare il velista solitario che attraversa le incognite dell'oceano in burrasca, le rotture di parti dell'imbarcazione, che non dorme per giorni o settimane e convive con la grande solitudine della sua impresa ?

Come non appassionarci a quei film dove lo spirito di gruppo fa tornare il soldato indietro, in prima linea, quando ormai era salvo per soccorrere il compagno ferito?

Quali doti ci propongono queste ed altre immagini ?

Sono solo doti di pochi eletti ? Oppure visto che ci appassionano risuonano e risiedono dentro ciascuno di noi ?

La resilienza: è resistere, sopportare, perseverare, continuare, amare la cosa che si fa, credere nel cambiamento, e soprattutto avere degli obiettivi.

LA RESILIENZA

Scritto da gabriele defrancesco

via monte novegno,7
36061 bassano del grappa vi
tel ☐☐☐☐☐☐ +39 0424 511248
mobile +39 347 7929089
mail: defrancescog7@gmail.com