

desplazado a Deir al Balah, encontró que no tenía a dónde ir para divertirse. «Me encontré con que no podíamos salir, ni había parques infantiles, ni parques de atracciones, ni ningún sitio que conociéramos», lamenta.

Tampoco el 'hogar' es un espacio cómodo: cientos de miles de desplazados continúan hacinándose en enjambres de tiendas de campaña junto a la costa (pese a que la tregua lleva en vigor ya más de nueve meses), con pobre ventilación y donde el calor, bajo el sol del verano, es para muchos insostenible. El 93 % de las escuelas en Gaza necesitan ser reconstruidas o una rehabilitación en profundidad para funcionar, y un 81 % del total de infraestructuras en toda la Franja se han visto destruidas o dañadas por los ataques israelíes, lo que deja a los menores sin espacios para el ocio, según datos de la Oficina de la ONU para la Coordinación de Asuntos Humanitarios (OCHA).

En total, los ataques de Israel han matado a más de 21.300 menores de edad desde el inicio de su ofensiva el 7 de octubre de 2023, en represalia a los ataques de las milicias gazatíes contra su territorio en los que murieron unas 1.200 personas. Cuando los pequeños hablan de sus clases, repiten que acuden allí para aprender con una persona en específico: «El capitán Tantish».

Con un sombrero marrón y una camiseta en la que se lee en árabe e inglés «profesor de natación», Amyad Tantish, fundador de la iniciativa, pasea entre los chavales que estarán siguiendo a otros monitores y les da indicaciones.

«Hemos conseguido construir cinco piscinas marinas seguras. El mes pasado logramos enseñar a nadar a 700 niños, la mayoría de ellos huérfanos, víctimas de la guerra y supervivientes de las zonas costeras», explica Tantish.

Asegura que en sus cursillos tienen capacidad para enseñar a nadar a unos 2.500 niños al mes, y aspiran a llegar a un total de 10.000 en los próximos cuatro meses. Cuenta para ello con un equipo de más de 50 monitores y clases tanto para niños como para niñas.

La infraestructura, sin embargo, fue difícil de conseguir: tuvieron que cavar y apilar los sacos de arena que cercan las piscinas de forma rudimentaria, a falta de cualquier tipo de maquinaria pesada accesible en el enclave. Además, sobreviven a duras penas con la financiación de organizaciones extranjeras, como Swim with Gaza.

Pese a que Tantish lleva a cargo de una escuela de natación desde 1999, este proyecto se fundó en honor de su hermano fallecido, Bahya.

«Surgió para honrar la memoria de mi hermano, Bahya Tantish, vicepresidente de la Federación Palestina de Karate en Gaza, que falleció el año pasado en un ataque israelí contra nosotros mientras huíamos de nuestra casa, al norte de Beit Lahia», cuenta. Fue Bahya quien enseñó al hoy profesor a nadar, le animó a dedicarse al deporte y finalmente a montar su escuela para los niños gazatíes. «Necesitamos algo de diversión: el agua, los parques de atracciones, lo han bombardeado todo», resume Ammar, otro aprendiz de los cursillos y también desplazado.

El artículo 31 de la Convención de los Derechos del niño de las Naciones Unidas reconoce el derecho de los menores «al descanso y el esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas propias de su edad y a participar libremente en la vida cultural y las artes».

«Dadnos algo más que el mar para disfrutar», lamenta.

¿Y si el estrés, el caos y lo inesperado no fueran nuestros enemigos, sino el «combustible» para crecer y progresar? Un especialista ofrece las claves para avanzar hacia la prosperidad

HACER DE LA NECESIDAD VIRTUD



FREEPICK

El estrés, el caos y lo inesperado no son nuestros enemigos, sino el «combustible» para nuestro progreso y crecimiento interior, según los lineamientos de la «Inteligencia Antifrágil»

DANIEL GALILEA

Sus siglas, IA, son las mismas que las de la Inteligencia Artificial pero la competencia a la que aluden no depende de algoritmos informáticos ni de grandes centros de datos, sino que es una completamente humana y se basa en nuestra experiencia evolutiva como especie y en nuestras capacidades cognitivas y adaptación a los cambios y adversi-

dades. Se trata de la Inteligencia Antifrágil, una competencia que Eudald Parera define como la capacidad humana de crecer y progresar en medio de la falta de certezas, conocimientos seguros o claridad acerca de lo que sucede o podría suceder, o de los resultados de lo que hacemos. Explica que se trata de un poder transformador, porque nos permite «convertir las crisis en oportunidades, el error en aprendizaje y la adversidad en crecimiento», una competencia que las personas, empresas y organizaciones pueden aprender, entrenar y aplicar siguiendo el sistema adecuado.

Basándose en una investigación rigurosa sobre los patrones de comportamiento de líderes excepcionales — políticos, grandes empresarios, deportistas de élite, filósofos, científicos, entre otros— Parera ha creado el modelo operativo UEOIA, un sistema para reprogramar nuestra respuesta al estrés y convertir la incertidumbre y el caos en nuestra ventaja.

Convierte el error en aprendizaje. «Sofía, de 17 años, suspendió el examen de matemáticas. En lugar de decir soy mala para esto, analizó sus errores con su profesora, practicó con 'apps' gratuitas y al mes siguiente sacó un 8. Para ella el suspenso (baja nota) no fue un fracaso, sino un mapa de lo que tenía que mejorar», señala Parera.

Transforma la incertidumbre en oportunidad. «Claudia, de 35 años, no sabía si aceptaría un trabajo en otra ciudad por miedo a lo desconocido. En lugar de evitar la decisión, hizo una lista de pros y contras, habló con personas que vivían allí y se dio un plazo de 10 días para decidir. Al final, aceptó el puesto y ahora dice que la incertidumbre no desapareció, pero aprendió a navegarla», señala Parera.

Gestiona el estrés como motor de crecimiento. «María tiene una reunión en 2 horas, pero su ordenador no se enciende. En vez de entrar en pánico (estrés mal gestionado), respira hondo, evalúa opciones rápidas (usar el móvil, pedir prestado un portátil...) y actúa con lo que tiene. La reunión sale bien y ella aprende a hacer copias de seguridad automáticas. El estrés se convirtió en un impulsor de mejora», ejemplifica.

Crea oportunidades en entornos complejos. «Jorge, productor audiovisual, observó que sus clientes comenzaron a usar 'apps' para editar sus propios videos. En vez de intentar competir con el precio, utilizó la IA y su experiencia, para crear una serie de avatares realistas de directivos pertenecientes a las empresas con las que trabajaba y videos inteligentes con ramas interactivas», señala. «Así creó unos formatos digitales que ahora vende a departamentos de formación y que son muy valorados porque permiten medir el progreso del aprendizaje», enfatiza.

Actúa en contextos impredecibles. «Marta había ahorrado durante un año para viajar a Japón con sus hijos. Dos días antes, una erupción volcánica obligó a cancelar los vuelos. En vez de frustrarse, activó su red, consiguiendo que un amigo le prestase una furgoneta. Diseñó una ruta por pueblos costeros españoles». «El resultado: Marta y sus hijos descubrieron calas escondidas y comieron en puestos locales, disfrutando de una aventura familiar», señala Parera. Para desarrollar tu Inteligencia Antifrágil «acepta el error, conviértelo en aprendizaje y después pregúntate qué aprendiste».