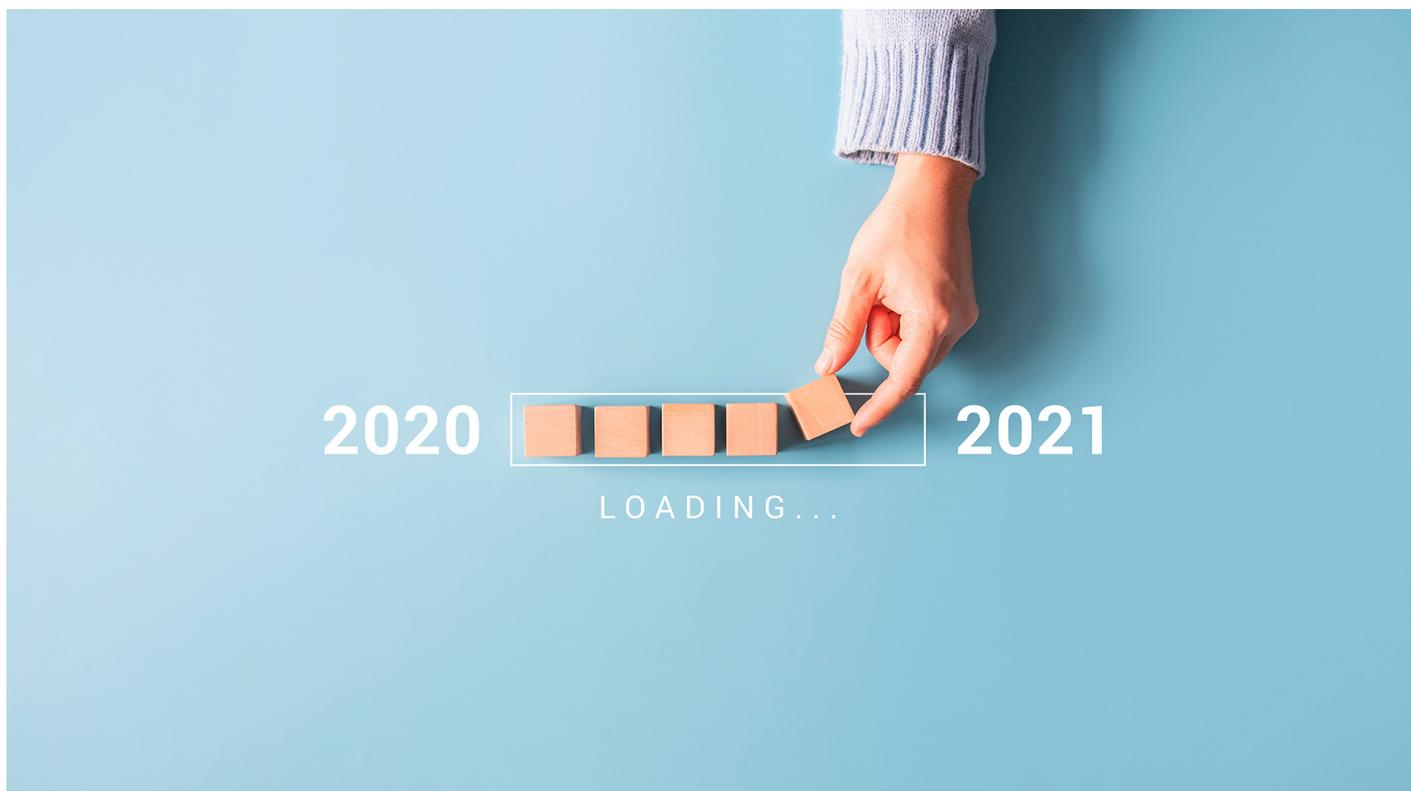


Las lecciones del 2020 por Martha Debayle a mamás de PrepaTec



*“El 14 de marzo fue cuando la gran mayoría de nosotros nos metimos a nuestra casa, ¿Qué estábamos pensando y sintiendo ese pasado 14 de marzo?, **no teníamos idea de lo que nos esperaba los próximos 12 meses,***

“Pensar que estaríamos confinados un año de nuestra vida era verdaderamente impensable, ¿cómo íbamos a llegar a navidad o año nuevo?”, con este ejercicio inició su charla.

La comunicadora, empresaria, fundadora y CEO de MMK, **Martha Debayle**, compartió las lecciones que dejó el 2020 y brindó herramientas a padres de familia de [PrepaTec](#) para salir adelante y sacar lo mejor de cada situación en este 2021 en [MODERS](#).

MODERS es la iniciativa que busca fortalecer el papel de las madres de familia como ejes de cambio social a través de charlas con expertos en diferentes temas.

**Martha Debayle**

Comunicadora, empresaria, fundadora y CEO de MMK

width="900" loading="lazy">

“A lo largo de este año, han sido ejemplo de inspiración para sacar lo mejor de cada situación, si nos damos cuenta estamos cumpliendo el mes número once de esta pandemia,

*“**Estos 11 meses nos hemos probado lo fuerte que somos, no sabíamos cómo lo íbamos a hacer, cómo lo íbamos a resolver, pero si vemos para atrás, ¡lo hemos logrado!**”, enfatizó.*

Estas son las **lecciones del 2020** según la comunicadora y empresaria **Martha Debayle**:

1. Vimos lo adaptables, resilientes y creativos que somos

- **Nos hemos adaptado** a estar en casa tanto tiempo, a trabajar de manera diferente, a compartir los espacios, a comunicarnos como equipo y consolidar los proyectos que planteamos a inicios del 2020.

“Ayudamos a nuestros hijos a interactuar y socializar con sus amigos y maestros a distancia, a eso también nos adaptamos”.

- **Fuimos sumamente creativos** en poder resolver los problemas que teníamos desde la ida al super o la compra de las necesidades básicas, el espacio que fue el coco de tantos, o la forma de convivir todos en un espacio confinados tanto tiempo.

- **Nos hemos vuelto tan resilientes** porque esta pandemia ha empujado la experiencia humana a su máxima expresión, porque nunca podríamos haber vislumbrado que esto iba a suceder, sin importar donde estuviéramos, porque todo el mundo estaba igual.



width="900" loading="lazy">

"Esto nos ha hecho revisitar cómo nos vivimos, nos manejamos, nos adaptamos y cómo logramos resurgir una y otra vez de los momentos más difíciles,

*"Nosotros enfrentados a esta pandemia, que sin duda alguna, **nos ha empujado a vivir y a convertirnos en gente que nunca pensamos íbamos a tener que ser**".*

2. Todas las personas con las que convivimos y con las que no hemos tenido oportunidad de hacerlo, son un recordatorio de la importancia de la familia

"Tener adolescentes en casa fue sin duda un reto, si en alguien ha sido duro es sin duda en ellos, porque no tienen la experiencia y la serenidad que tenemos los adultos,

"El simple hecho de que hayan salido adelante ha sido digno de un gran aplauso y de ustedes padres que han sabido llevarlos de la mano y escoger sus batallas a pesar de

todo”.

“La gente exitosa es la que hace las cosas a pesar de... la pandemia, de una situación complicada, de una crisis, la gente que logra sacar las cosas a pesar de...”, Martha Debayle

3. Reevaluamos la vida, las prioridades y lo que verdaderamente es importante para cada uno de nosotros

“Nos hemos dado cuenta el tiempo que perdíamos cosas que no necesariamente eran importantes, cómo perdíamos objetividad en las cosas que no solamente no son relevantes sino ni siquiera prioritarias,

“Hoy en día debemos ser más celosos en qué invertimos el tiempo y en quién invertimos el tiempo. Hay que reevaluar y repensar lo que es relevante y a quién queremos que esté en nuestra vida, repensar qué te hace feliz, que te hace bien y llenar la vida de eso, **empezar a restar y eliminar todo aquello que no te suma y no te agrega”.**



width="900" loading="lazy">

4. Capacidad de apreciar y agradecer lo que tenemos

“Nos hemos dado cuenta el valor que tiene la vida, el valor que tiene la familia y los amigos, con tanta gente enferma el valor que tiene la salud, tanta gente perdiendo su trabajo que nos hace apreciar el nuestro, la comida que tenemos en la mesa y el hecho en nuestra cabeza.

*“**Nunca debemos perder la capacidad de apreciar y agradecer lo que tenemos**, el valor del agradecimiento es uno de los valores más importantes en la vida, no solamente porque universalmente hace que todo regrese en abundancia, sino porque es uno de los primeros pasos para que una persona sea feliz”.*

*“**Uno de los grandes aprendizajes de este 2020 es la posibilidad de agradecer las cosas que dábamos por hecho”.***

“Hoy este recordatorio de lo frágil que es la vida, nos hace darnos cuenta de lo fácil que es perder y lo rápido que puedes perder lo que te daba certeza,

*“**Ha sido la lección más dura de todas**, el darnos cuenta lo frágiles que somos, lo rápido que te cambia la vida y cómo tenemos la habilidad de apreciar lo que tienes y de aprender a querer lo que tienes y no a tener lo que quieres, hace toda la diferencia del mundo”.*

5. Aprender a vivir en la incertidumbre

*“Al aprender a vivir en la incertidumbre que es como hemos vivido en los últimos meses, te das cuenta que la estructura bajo la cual vivimos los seres humanos, **esta falsa ilusión de querer controlar todo lo que nos rodea es totalmente efímero e irreal** y que hoy, sin saber qué va a pasar mañana, nos muestra la adaptabilidad de la que les hablaba al principio,*

*“**Todos tenemos la capacidad de responder a una velocidad que no imaginamos y con una certeza que jamás imaginábamos posible”.***



width="900" loading="lazy">

6. Servir a los demás

*“Si algo hemos aprendido de esta pandemia, es lo **conectados que estamos a nivel mundial**, y como inmediatamente cuando esto empezó, todos el mundo salió al rescate para ayudar a su restaurante favorito, a su proveedor consentido, para conseguir cubrebocas, para ayudar a gente con un tanque de oxígeno,*

*“Indistintamente de nuestra religión, nivel socioeconómico, nacional, todos necesitábamos de todos, hasta el día de hoy hemos aprendido lo importante que es servir, **es nuestra obligación y responsabilidad usar nuestros talentos al servicio de los demás**”.*



width="900" loading="lazy">

Para finalizar, invitó a los presentes a recordar lo importante que es conectar con el yo interno, no importando qué tan tumultuoso esté todo alrededor.

“No se les olvide que lo más importante es que somos más fuerte de lo que creemos, nunca duden que tiene lo que se requiere para manejar lo que se viene,

“Terminen este día dándose crédito, aplaudiéndose, reconociéndose, agradeciendo y celebrando todo lo que han logrado, sobrevivieron el 2020 y hasta el día de hoy, esta pandemia”, concluyó.

PrepaTec, formador de habilidades psicosociales

El **Dr. Pedro Luis Grasa Soler, vicepresidente de PrepaTec y Desarrollo Regional**, agradeció a las madres y padres de familia conectados en el evento por el interés en la formación de sus hijos.

“Sabemos que la elección de su preparatoria es parte de este momento que están viviendo y que sin lugar a dudas, esta decisión será determinante en el futuro,

“En PrepaTec no solo estamos ocupados de la formación académica de nuestros estudiantes, estamos comprometidos sin lugar a dudas, con hacer un seguimiento de todo el desarrollo del resto de las competencias, sobre todo aquellas que tienen que ver con las **emociones y las habilidades psicosociales** que son muy importantes hoy en día”.

Además, explicó el compromiso de la institución de **brindar herramientas y estrategias** no solo a los estudiantes sino a los padres de familia para afrontar los retos de un futuro con mucha incertidumbre.

*“Todos tenemos que enfrentar estos cambios para crear este futuro diferente y es ahí donde nosotros como Tec consideramos que **los jóvenes son el futuro del mundo,***

*“Y en ese futuro todos se tienen que preparar no solamente con esas habilidades y competencias que la PrepaTec te da, sino para ese futuro que es incierto y **es muy importante que todos asumamos nuestra responsabilidad con resiliencia**”.*

SEGURO QUERRÁS LEER TAMBIÉN: