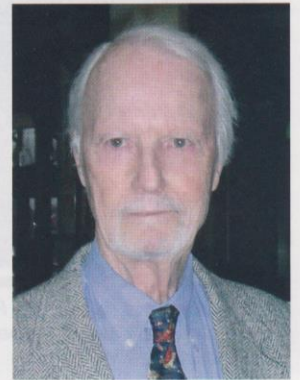


CONFERENCIA DE FRANCO VOLI EN LA FACULTAD DE GEOGRAFÍA E HISTORIA DE LA UCM

## “Universidad para mayores: Facultad del sentirse bien para ser felices”

Durante muchos años ejerciendo como profesor y conferenciante, Franco Voli ha ahondado en la importancia de transmitir a personas de cualquier generación que caminar hacia la felicidad “también es una cuestión de aprendizaje”. El autor de libros como ‘El jubilado feliz’ o ‘Autoestima y vida. El derecho a sentirse bien’ pronunció recientemente una conferencia en la Facultad de Geografía e Historia de la Universidad Complutense de Madrid durante una jornada auspiciada por ADAMUC (Asociación de Alumnos Mayores Universitarios de la Universidad Complutense de Madrid).



Según afirma Franco Voli, “los alumnos de las Universidades para Mayores ya demuestran una clara predisposición a ser activos y a sentir motivación para adquirir conocimientos”. Por ello, incide en lo beneficioso que resultaría incluir en los programas educativos “cursos sobre la felicidad que les faciliten una revisión emocional dirigida a generar bienestar en sus vidas y en sus relaciones”. En su opinión, apostar por una “universidad de la felicidad” abriría a los alumnos más puertas hacia los siguientes objetivos:

- Sentirse más cómodos y a gusto consigo mismos y con los demás.
- Elevar la propia autoestima.
- Ampliar las posibilidades inherentes al aprendizaje y a las relaciones sociales.
- Recuperar la propia libertad de acción y participación.
- Evitar considerarse víctimas de la edad.
- Sentirse más cercanos a familiares de otras generaciones, como los propios nietos.
- Volver a disfrutar de cosas interesantes y hasta excitantes del entorno.
- Abrir nuevas vías hacia la consciencia de cómo se es y de cómo se quiere ser.
- Auto-conocerse mejor, también para conocer y comprender mejor al otro.
- Revisar la propia actitud emocional, mental, física y espiritual.
- Enriquecer conocimientos y experiencias que ayuden a sentirse mejor.
- Aprender dinámicas de relación y comunicación para mejorar el trato con los demás.

“Las personas no deben crecer en un ambiente de frustraciones, negatividad y pesimismo”

### SOBRE FRANCO VOLI

A Franco Voli le marcó su paso por un “programa para el aprendizaje de la felicidad” que cursó en la Universidad para la Felicidad de Oregón, en 1986. Desde entonces, además de comprender que es posible –y deseable– la existencia de una ‘Facultad para la felicidad’, **ha profundizado y reflexionado constantemente sobre los mundos de la autoestima y las emociones**, volcándose en transmitir estos conocimientos. Además de dirigir un programa sobre autoestima para padres y profesores ha pronunciado un sinnúmero de conferencias, ha impartido cursos y ha escrito numerosos artículos llamando a comprender las claves del bienestar. Franco Voli nació en Roma, pero lleva 41 años viviendo en Madrid. Es abogado y psicoterapeuta. **Preside la Institución de Asuntos Culturales de España; es miembro del Institute of Cultural Affairs International de Bruselas**, y autor de obras como ‘Autoestima para padres. Manual de reflexión y acción educativa’ (1994), ‘La autoestima del profesor’ (1996) o ‘Autoestima y vida. El derecho a sentirse bien’ (2001).

