

Motivación renovada después de las vacaciones

Pedro Santamaría Pozo

La vuelta a la rutina después de unas vacaciones no siempre es fácil emocionalmente. Muchos profesores han podido disfrutar del descanso, porque han desconectado; pero otros no. A veces resulta difícil desactivar la tensión emocional acumulada durante tantas horas de trabajo. Así que el «reencuentro» es vivido de diferentes formas, hay tantos estilos de abordarlo, como personalidades.

Para empezar, a la persona aislada o introvertida le costará mucho más el reencuentro, por eso comunicarse con los compañeros más afines es una buena terapia, después, el ritmo acelerado diario de las clases impide la conversación sencilla y más personal. La saturación de trabajo y la presión diaria nos lleva a respuestas mecánicas y a actitudes menos participativas.

El *buen encuentro* es considerado clave para reactivar pensamientos constructivos y reparadores, que tienen que ponerse en marcha, no solamente en el aula, sino también con el equipo docente del centro. Además, ese reencuentro tiene que ir cargado de mensajes positivos, optimistas y colaboradores (ya sabemos que los mensajes constructivos generan ambientes constructivos). Son premisas básicas para empezar con buen pie.

Además, hay que aprender a desarrollar nuestra inteligencia emocional: lidiar con los miedos, frustraciones y limitaciones y también hacernos cargo de nuestros logros, certezas y potencialidades. Somos un compendio de todas estas cosas y es inútil intentar desvincularnos de ellas. El docente por naturaleza tiene unas especiales capacidades, o debería de tenerlas: la sociabilidad y la empatía, y ha de ponerlas en práctica: en el nuevo reencuentro entre profesores se eviten viejas luchas de poder y competitividad que impiden poner en práctica proyectos y mejoras.

En definitiva, hay que empezar la vuelta al trabajo con buenos hábitos, si no queremos que el efecto de las vacaciones reparadoras desaparezca en unos pocos días.

La situación de hoy en día no es fácil, especialmente el trabajo con alumnos adolescentes. Muchos profes-

Asesoría y Talleres: 91 447 14 00
(preguntar por D^a Adelia Díaz)



Buzón de sugerencias

asesoriapedagogica@cilmadrid.org

sores se tienen que dedicar, además de a enseñar, a contener ansiedades, a calmar, a tranquilizar a su grupo y a suplir en parte el papel de las familias.

Y es aquí donde debe aflorar el talento del profesor, utilizar la energía adquirida durante las vacaciones, reactivar energías. La *vuelta al cole* es también para los docentes, por eso hay que regresar al aula con la mejor actitud, recordando que nuestra calidad de vida viene dada en parte por el trabajo. Es un aspecto a tener muy en cuenta, para bloquear pensamientos negativos que nos impiden avanzar y ser felices.

PARA SABER MÁS

www.gabinetepsicopedagogico.com

Comprenda sus estados de ánimo. Dr Melvyn Kinder

OPOSICIONES MAESTROS MADRID 2011

Posibles exámenes Oct.-Dic.

ATENCIÓN PREFERENTE PRUEBA PRÁCTICA
A1. Prueba Común
A2. Prueba por Especialidad

Preparación intensiva, desde julio
Materiales y recursos propios, exclusivos

CONÓZCANOS NO PIERDE NADA



Sistema LEARNING

Siempre, la mejor respuesta

www.learningoposiciones.com

Teléfonos: 91 459 24 75 - 91 450 83 04

Atención personalizada. Trabajo intensivo. Agosto... Septiembre, octubre...



OPOSICIONES SECUNDARIA 2011 - 2012 - Comienzan grupos