

El crecimiento personal del docente.

El principal recurso con el que cuenta un maestro es su propia persona.

Carl Rogers.



Algunos aspectos de nuestro crecimiento personal y de cómo éste influye en la relación que establecemos con otras personas, especialmente con los alumnos que están en proceso de formación.



Autoestima	<ul style="list-style-type: none">• ¿Cómo relacionarnos positivamente con los diferentes colectivos de la comunidad escolar, si tenemos mucho que trabajar en nuestra relación con nosotros mismos?• Nuestra autoestima es la valoración que tenemos sobre nosotros mismos, formado por un conjunto de pensamientos y de sentimientos asociados de la forma en que nos percibimos.• La autoestima se construye en la infancia y adolescencia, depende del grado de amor incondicional que hemos vivenciado en nuestras familias. Es decir, si nos sentimos aceptados y valorados por nuestros adultos significativos, aprendemos a aceptarnos y valorarnos con nuestras luces y nuestras sombras.• Sin embargo, a través de un proceso de conciencia, reconociendo nuestras fortalezas y asumiendo nuestras áreas de mejora como un potencial a desarrollar, podemos incrementar nuestro nivel de autoestima a lo largo de nuestra vida.• De nuestro nivel de autoestima depende la forma en que aceptamos y valoramos a los demás; en este caso, a nuestros alumnos.• Nuestro bienestar y relación con las demás personas está relacionado con la forma en que nos percibimos y apreciamos a nosotros mismos. Así que un buen directivo está comprometido con su propio proceso de crecimiento personal, específicamente con la estima que tiene de sí mismo.
Motivación intrínseca	<ul style="list-style-type: none">• ¿La docencia y la dirección del centro escolar forma parte de tu proyecto de vida?• ¿Es la docencia y la dirección escolar tu misión personal?• Cuando reflexionamos sobre la importancia de la docencia y dirección de la escuela, en nuestro proyecto de vida y la trascendencia de nuestra labor, se reaviva la motivación intrínseca que nos llevó a elegir esta profesión, la más importante, la que permite formar hombres y mujeres de bien que en algún momento serán los padres de familia, maestros, médicos y gobernantes del futuro.• En los días interminables de planeación estratégica, organización del trabajo, asesoría a los docentes, juntas con padres de familia... recuerda siempre que estás formando alumnos competentes para la vida y comprometidos con ellos mismos, con sus familias y sus comunidades.

Inteligencia emocional	<ul style="list-style-type: none">• Un adecuado manejo emocional es indispensable para mantener relaciones interpersonales sanas y duraderas.• Como toda persona, los directivos podemos experimentar sentimientos y emociones, pero es muy importante que tengamos un manejo consciente y adecuado de los mismos, a fin de no lesionar la relación interpersonal con los alumnos, y por tanto, el clima del salón de clases.• Para tener un manejo emocional adecuado es importante reconocer o tomar conciencia del sentimiento que estamos experimentando, sobre todo si ha surgido de nuestra interrelación en la escuela. Tomar tiempo y distancia de la situación y no hablar con el alumno/docente/padre de familia, o comentar sobre la situación desencadenante hasta que tengamos claro cómo queremos actuar y qué consecuencias podría traer nuestra reacción a la resolución del problema que se ha generado con el alumno, con el docente o padre de familia, al clima escolar.
Comunicación	<ul style="list-style-type: none">• La comunicación es el nutriente de las relaciones personales, fortalece los lazos entre las personas; en este caso, entre el docente y el alumno.• Está al mismo tiempo relacionada con nuestra inteligencia emocional. Si tenemos un adecuado manejo de nuestros sentimientos y emociones, no afectarán la manera en que nos comuniquemos con los alumnos ya que aprenderemos a diferir aquello que nos está causando problema y no afectará la relación que establecemos en el aula.• Nuestra comunicación puede ser pasiva, agresiva o asertiva. La comunicación pasiva no permite establecer límites claros en el aula y puede convertirse en comunicación agresiva cuando lleguemos a nuestro límite con determinado alumno, cuando hubiera sido más recomendable conversar a tiempo con él e irle sugiriendo comportamientos aceptables.• La comunicación agresiva lastima al alumno, docente o padre de familia y rompe la confianza que pudimos haber establecido previamente con esa persona. El peor escenario es que dejemos una huella negativa en las personas con las que tratamos en la escuela.• La comunicación asertiva nos permite expresar nuestros pensamientos y sentimientos positivos a los alumnos y establecer límites que permitan el clima escolar adecuado para el aprendizaje y formen hábitos y valores en los niños y adolescentes. Estarás en este caso, participando positivamente en la formación integral de todos los alumnos, docentes y padres de familia que tengas el privilegio de tener en tu escuela durante todo el tiempo de tu vida laboral. Habrás asumido entonces, el compromiso de dejar una huella positiva!!!

Algunas estrategias para promover tu crecimiento personal.

- Agradece todo lo que tienes y has logrado hasta el día de hoy.
- Revisa tu historia personal e identifica los momentos cumbres de tu vida, aquéllos en que te has sentido pleno y feliz y agrádecélos.
- Revisa tu historia personal e identifica los momentos difíciles que has vivido. Recuerda... ¿Cómo has logrado salir de dichas situaciones? ¿Qué recursos has puesto en marcha para recuperarte y salir adelante?
- Reflexiona sobre cuáles son tus talentos y capacidades, aquéllos que te hacen único y especial.
- Date un tiempo a solas para preguntarte qué piensas de ti, qué te dices, cómo es el concepto que tienes de ti, qué tanto te amas...
- Reflexiona sobre... ¿Cuál es tu misión personal? ¿Forma la docencia parte importante de tu proyecto de vida? ¿Te permite la docencia trascender y dejar huella? ¿Te permite autorrealizarte?
- Y por último... ¿Cuáles son los sueños que no has logrado hasta el día de hoy?