

BOLETÍN No. 487 ->>

**Aprender a manejar su situación personal y mejorar su desempeño laboral el objetivo: MTVS**

La Universidad Autónoma de Aguascalientes realiza un programa intensivo de capacitación y formación humanista para sus profesores, cumpliendo así con el objetivo de mantener actualizados a los docentes, que son pieza clave para el fortalecimiento institucional, uno de los ejes rectores de la política de desarrollo de la Institución que encabeza el rector, Mario Andrade Cervantes.

Dentro de los cursos de formación y actualización se ha integrado un curso de Bienestar Integral para el Docente, en donde el profesor puede aprender herramientas para manejar el estrés al que está sometido, tanto en su ámbito laboral, como en su vida personal, para así permitir un mejor desempeño en el aula; así lo manifestó Ma. Teresa Verdín de Santos, profesora titular de este curso.

Explicó que la mayoría de las personas están sometidas en su vida cotidiana a una dosis de estrés, sin embargo un inadecuado manejo de estas situaciones difíciles puede conducir a problemas físicos, incapacidad o bien a la generación de conflictos mucho más severos en el ámbito de desarrollo personal y laboral, en este caso de los profesores.

Teresa Verdín mencionó que si los profesores no aprenden a canalizar de manera adecuada estos sentimientos o problemas cotidianos, se puede reflejar incluso en un comportamiento agresivo hacia los alumnos o compañeros de trabajo, dificultando el proceso de enseñanza - aprendizaje.

En este sentido, sostuvo que el curso les permitirá a los profesores tener las herramientas adecuadas para hacerle frente al estrés y mantener un ambiente de convivencia adecuado tanto con sus compañeros de trabajo, como con sus alumnos.

Adicional a ello, dijo que con los conocimientos que adquirirá en este curso, podrá detectar situaciones de riesgo en sus alumnos y comprender de mejor manera su comportamiento en el aula, apoyando también en la canalización adecuada de los estudiantes hacia tutorías o programas de apoyo especiales en caso de ser requerido.

Finalmente, sostuvo que mantener una plantilla docente que pueda estar emocionalmente bien, aportará en una mayor calidad del desempeño del profesorado, pues mantendrán una disposición mucho más abierta a enfrentar situaciones especiales y aprenderán a comunicar adecuadamente sus conocimientos.

