

Estres docente, lo que nadie sabe de los educadores

Por: Arquetipo Educativo. 04/05/2016

Lastimosamente cada día son más los docentes, que sienten que su trabajo no sirve para nada y que su esfuerzo no es reconocido como debería serlo, y que en ocasiones se sienten obligados a hacer cosa que no se sienten cómodos para realizar. Las presiones y reuniones con familiares de estudiantes poco respetuosos, o incluso compartir espacios pedagógicos con compañeros que excluyen o apartan del núcleo educativo, sumado con las tareas, corrección de evaluaciones y talleres pueden generar un nivel de estrés elevado y que a la mayoría de las personas poco les puede importar.

La noción del docente, que en la sociedad es un semi-dios con capacidad de todo en un salón de clase y que no necesitan de ayuda es absurda, los docentes son personas de carne y hueso que sienten la carga de un trabajo como todos los que dependen de un salario. El estrés en los docentes puede desencadenar cuadros de fatiga, dolores musculares, cefaleas, somnolencia, mala alimentación, y dificultad para sobrellevar las relaciones personales, sin mencionar otros factores derivados de la depresión laboral docente.

De esta enfermedad nadie oye en los medios de comunicación, y poco se aborda en los centros educativos y pocos establecimientos de formación académica prestan atención inmediata para evitar los trastornos antes mencionados. La mayoría de las practicas, dinámicas, actividades de esparcimiento están dirigidos a los estudiantes, ¿Pero quien cuida de la salud de los docentes? por muy raro que parezca, aunque los docentes paguen por su salud, quienes velan por su salud son ellos mismos.

En ocasiones un docente llega a estar tan agotado o menospreciado que no tienen ánimos para motivarse ellos mismos, peor aun cuando no se ha logrado desarrollar un espíritu consciente para enfrentarse a estos tipos de conflictos interpersonales, poniendo en riesgo incluso el aprendizaje de los estudiantes. El docente diariamente se enfrenta a nuevos retos, no todos los estudiantes son iguales, con ritmos de aprendizaje desiguales y si importar esta característica de un grupo heterogéneo de diferentes pensamientos, el docente debe preparar una enseñanza apta para todos.

¿Pero el estrés docente es real? al parecer ningún sector social se ha percatado que

el sector educativo es uno de los peores reconocidos y tratados desde hace ya varios años y que muchas situaciones pueden provocar este malestar en los docentes, mientras se encuentran salidas a este problema lo mas recomendable es salir a practicar deportes evitando los riesgos de ansiedad. Las actividades de ocio son para el esparcimiento y lo deben emplear para su familia y amigos no para corregir exámenes y talleres, lo importante es hacer las cosas precisas en el momento preciso. Lee también: educación por competencias, el camino al fracaso.

Fuente: <http://arquetipoeducativo.blogspot.mx/2016/04/estres-docente-lo-que-nadie-sabe-de-los.html>

Fotografía: info.sk

Fecha de creación

2016/05/04