

En la actividad de "Hablando el mismo idioma", elegí la *estrategia de sonreír más y relajar el cuerpo*. Al principio, esta elección podría interpretarse como sencilla y hasta llegar a ser menospreciada; sin embargo, si algo he aprendido en este taller y en los últimos meses, es encontrar valor en lo sencillo, porque ahí está la clave para llegar a la grandeza.

Durante estos años que tengo de ser docente a nivel secundaria, me he dedicado a ser mejor en cada oportunidad; más aún porque sentía cierta desventaja ante los demás por no tener una base normalista, soy maestra por vocación más que por profesión.

Lo cual, me llevo a pretender ser la maestra perfecta (o al menos así según mis expectativas); la que podía dar hasta ocho sesiones didácticas diarias sin expresar cansancio, la misma que llena de material didáctico su aula para que nunca falte nada, la que pone un esfuerzo sobrehumano para hacer un diagnóstico integral (académico, contextos, emociones) de cada uno de sus estudiantes, la que la motiva la disciplina y la responsabilidad, la que es respetuosa y empática por lo que no se permite perder el control; en resumen, la que nunca se equivoca.

Estaba tan acostumbrada a trabajar bajo presión, que cuando ésta no hacia su aparición, yo la provocaba para poder estar en mi zona de confort (lo complicado). El aprendizaje vino el día que todas las buenas acciones rindieron frutos y la calma reinaba en mi aula, es difícil de creer (porque nadie se suele quejar de lo bueno), pero es cierto (soy experta en el caos); fue entonces cuando llego mi catarsis: "ahora, ¿qué hago con esta calma?". Después de mucho pensar sin poder llegar a algo en sí, la solución llegó un día cualquiera con el comentario de un alumno: "a usted sólo le falta sonreír maestra".

Es por ello, que desde ese día, utilizo esta estrategia a diario con mis alumnos y también poco a poco la voy incorporando a mi vida personal. Les pido que inicien su día con una sonrisa (no significa que tiene que sentirse bien siempre, sólo sonreír), que su reto sea mantenerla honesta a lo largo del día y que logren contagiarla.

Al inicio de la sesión, nos saludamos cordialmente de pie con una sonrisa (admito que al principio era obligada, pero poco a poco ha ido transformándose en un sano hábito), se realiza la actividad del día (aquí es donde se notan las

buenas consecuencias de sonreír, porque se quejan menos) y al final se reflexiona sobre qué aprendieron (su cuerpo se nota relajado y su mente satisfecha).



Finalmente, quiero agradecer a todos los compañeros que dedicaron su tiempo para manifestarme algún comentario o retroalimentación hacia esta participación. Confirmando que no estamos solos en esta ardua tarea del magisterio y, como acertadamente me mencionan, un docente siempre entrega un esfuerzo extra cada día a las y los estudiantes de corazón; porque al final de cuentas, el alumno también le enseña al maestro a ser mejor.

Gracias.