

EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA FAMILIAS

Proactivos, muchas ganas de hacer cosas



Seguro que habréis oído la palabra 'proactividad', que se emplea, sobre todo, en el mundo de la empresa. Pues bien, vamos a intentar definirla y comprender qué características tienen las personas proactivas y qué podemos hacer para convertirnos en una de ellas. La proactividad es una habilidad que nos ayuda a anticiparnos a las demandas del entorno laboral o social. Es un comportamiento anticipatorio, que supone una forma de hacer que las cosas sucedan, es decir, no esperar a que pasen por sí solas. Este tipo de comportamiento lleva implícito tener iniciativa, tomar decisiones, anticiparse de manera activa y trabajar diariamente para conseguir los objetivos propuestos. Esta habilidad es una característica de las personas altamente efectivas.

¿Cómo son las personas proactivas?

Tienen iniciativa, son decididas, firmes y conscientes, no solo toman la iniciativa, sino que asumen la responsabilidad de sus actos, orientados a los resultados y no al problema, para encontrar solución a las dificultades que van surgiendo en su labor. Estas personas lideran su propia vida, deciden cómo afrontar los cambios y trabajan para que las cosas sucedan. Debemos diferenciar la proactividad de la reactividad. Esta última es la característica de las personas que se limitan a seguir directrices, órdenes, y solo actúan cuando los problemas ya han aparecido, sin anticiparse ni tomar la iniciativa. Además siempre culpan a los demás de sus fracasos y se dejan llevar por la frustración. Así que, de manera muy genérica, podemos decir que una persona reactiva, espera, y una proactiva, actúa. En definitiva, las personas proactivas quieren ser responsables de lo que pasa y ser parte de la solución y no del problema. Las características de las personas proactivas les llevan al éxito y la productividad, por eso son muy valoradas en sus trabajos o entornos.

Para llegar a ser proactivos debemos...

- Pasar a la acción: transformar las ideas en acciones.
 - Trabajar nuestra creatividad para encontrar soluciones diferentes y variadas a los problemas.
 - Tener muy claro cuáles son nuestros puntos fuertes y débiles para ir mejorando, poco a poco.
 - Tener iniciativa propia, atreverse a confundirse, no limitarnos a cumplir órdenes, actuar.
 - Ser responsables de nuestros actos, no querer culpar a los demás de lo que pase.
 - Trabajar con constancia y disciplina.
 - Aprender a ser flexibles para aprender de los errores y las críticas.
 - Ser asertivos y utilizar un lenguaje positivo.
- Y tú, ¿eres una persona proactiva o reactiva?

Por: **Camino Felices** Orientadora educativa. Profesora de la Facultad de Educación. Miembro de la Asociación Aragonesa de Psicopedagogía

EXPERIENCIAS

Todo nuestro apoyo y agradecimiento

El IES Leonardo de Chabacier (Calatayud) rinde homenaje a todos los sanitarios y sanitarias que siguen luchando, día a día, en esta pandemia



Los alumnos escucharon el manifiesto desde el patio. IES LEONARDO DE CHABACIER

El pasado 12 de mayo, Día Internacional de la Enfermería, en el instituto Leonardo de Chabacier de Calatayud (Zaragoza) realizamos una actividad para transmitir nuestro apoyo y agradecimiento a todos los sanitarios y sanitarias que siguen luchando día a día en esta pandemia.

Invencibles, eso es lo que sois...

Trabajamos de forma transversal en todas las etapas educativas, desde ESO, bachillerato y ciclos formativos, para escribir un manifiesto, que fue leído desde uno de los balcones del instituto por una alumna del ciclo formativo de Cuidados Auxiliares de Enfermería, en representación de las futuras trabajadoras que pronto estarán en primera línea del sector sanitario, y que compartimos en estas páginas:

«Habéis sacrificado vuestras vidas por las nuestras, habéis pro-

tegido a nuestros abuelos y estado atentos a todo aquel que os necesitaba. Habéis tenido que poner en riesgo a vuestras familias por cuidar de las nuestras. Vuestra ayuda, en esta situación tan difícil, es indispensable y agradecemos todos vuestros esfuerzos.

Vosotros habéis hecho que podamos seguir adelante. Vuestra labor, vuestra ayuda, vuestro tesón, vuestras noches en vela y vuestro esfuerzo merecen este homenaje.

Por vuestro trabajo podemos salir de casa –por supuesto, siempre con mascarilla, guardando distancias y con sentido común, ¡por favor!– y estamos cada vez más cerca de poder abrazar a nuestros seres queridos.

Gracias por seguir adelante y no rendiros. Deseamos que esto sirva para que se valore todo vuestro esfuerzo y la importancia de la sanidad, y todos los que trabajan en ella, para la sociedad.

Gracias por esforzaros para que todo salga bien y por vuestra dedicación día y noche. Rendirse no fue vuestra opción.

A pesar de todo, nada ha sido capaz de deteneros. Con vuestra labor podemos parar esta situación. Invencibles, eso es lo que sois. Aunque sufrís por nosotros seguís luchando día a día.

Sin vuestra ayuda el final de la pandemia no sería posible.

Alumnos del IES Leonardo Chabacier

Premio a la excelencia investigadora



Presentación del trabajo premiado por los alumnos de primero de bachillerato. COLEGIO MONTEARAGÓN

Dos equipos del Colegio Montearagón (<https://www.fomento.edu/montearagon>) de Zaragoza han recibido la Mención especial de excelencia en la investigación, que cada año concede la Universidad de Navarra en el marco de su Programa Excellence (<https://www.unav.edu/web/programa-excellence>). Cuatro jóvenes investigadores de 4º de ESO presentaron un proyecto so-

bre el arte en el período del socialismo real estalinista: 'El totalitarismo a través de los sentidos: música e imagen de la dictadura estalinista (1922-1952)'. Unos años en los que la omnipresencia del Estado en la vida pública y privada condiciona y orienta el proceso creador de los artistas y la función del arte. El segundo trabajo premiado, elaborado por tres estudiantes de 1º de bachillerato, abor-

dó un 'Análisis de la condición humana en el transhumanismo y posthumanismo. El hombre de Teseo'. ¿Hacia dónde nos llevan el transhumanismo y el posthumanismo? ¿Nos abocan a un inhumanismo? ¿Por qué habríamos de querer los humanos dejar de ser humanos? Quizá la respuesta –apunta el estudio– sea un 'humanismo avanzado'.

Por: **Ramón Jimeno**