

4 claves para mantener la **MOTIVACIÓN** del primer día de clases



Sé realista con tus expectativas, acota tus metas para este año

Es relevante definir y acotar alguna meta que sí esté a tu alcance y se pueda lograr en el transcurso de un año (no sobredimensiones lo que eres capaz de hacer).



Transfórmate en una referencia positiva para tus estudiantes

Hay factores que escapan de nuestro control, pero siempre podrás ser una referencia positiva aportando a su desarrollo socioemocional.



Establece alianzas con tus compañeros de trabajo para lograr tus metas

Trata de rodearte de compañeros positivos con los que puedas sintonizar en las metas y desafíos, y que sean apañadores en el camino.



Cuida tu vida personal

Recupera ese pasatiempo que dejaste de practicar o simplemente, disfruta el tiempo libre con tu familia.