

# Los Convergemos



# ¿POR QUÉ ESTAMOS AQUÍ?

*Maestros y maestras,*

Sabemos que su labor va mucho más allá de transmitir conocimientos. **Cada día, en cada aula, enfrentan desafíos emocionales, carga laboral y estrés que muchas veces los lleva al agotamiento.** Pero también sabemos que su impacto en la vida de los estudiantes es profundo y transformador.



No solo enseñan materias; modelan valores, emociones y maneras de resolver conflictos. **Ustedes son adultos significativos en la vida de los niños y jóvenes,** y lo que ven en ustedes es lo que reproducirán cuando sean ciudadanos.

# LA REALIDAD ES ESTA:



El burnout docente está afectando la calidad de la enseñanza, la salud emocional de los maestros y, en consecuencia, el aprendizaje de los estudiantes.

**Pero esto se puede cambiar.** Y es aquí donde entra:

*Los Conversemos*  
*Maestros y Escuela.*

# ¿QUÉ PROPONEMOS?

*Un espacio de diálogo y formación*



## ▶▶ DISEÑADO PARA QUE USTEDES, LOS DOCENTES, PUE DAN:

- ✓ Cuidarse a sí mismos, porque un maestro que se siente bien, enseña mejor.
- ✓ Conectar emocionalmente con sus estudiantes, porque el aprendizaje ocurre cuando hay relaciones basadas en respeto y empatía.
- ✓ Manejar mejor el estrés y la carga emocional, con estrategias prácticas y efectivas.
- ✓ Transformar su rol, de instructores a guías que inspiran y modelan.

# ¿Cómo lo haremos?

A través de un piloto de 3 meses, con sesiones quincenales, en las que trabajaremos **herramientas de autocuidado, comunicación asertiva, gestión del estrés y manejo de conflictos**. Todo esto en un ambiente de confianza, respeto y colaboración.

# ¿Por qué unirse?

Porque ser maestro no debería significar sacrificio y agotamiento, sino una oportunidad para crecer, inspirar y transformar vidas. Porque **los estudiantes necesitan docentes emocionalmente sanos y motivados para convertirse en adultos íntegros**. Porque juntos podemos construir una educación más humana y significativa.



# ÚNETE A LOS CONVERSEMOS

*y hagamos del aula un espacio de bienestar y aprendizaje real.*

  
Resignificar  
El con-vivir humano



# ESTRUCTURA

---

## ▶▶ FASE 1 Y 2 (MES 1):

- Sensibilización y compromiso institucional; Diagnóstico del bienestar docente.

## ▶▶ FASE 3, 4 Y 5 (MESES 2-5):

- Espacios de apoyo y contención emocional.
- Formación en regulación emocional y estrategias pedagógicas.
- Implementación en el aula.

## ▶▶ FASE 6 (CADA MES):

- Evaluación y seguimiento

## ▶▶ FASE 7 (MES 7):

- Expansión y sostenibilidad.