

IDEAS

BOLETIN INFORMATIVO DEL COLEGIO DE DIPLOMADOS EN TRABAJO SOCIAL Y ASISTENTES SOCIALES DE BURGOS.

JUNIO 2012 - Nº 125

EDITORIAL

Ando dando vueltas a ver por dónde empiezo esta vez y no encuentro lo que quiero, así que iré directamente al tema. Creo que no está de más que le dediquemos un ratillo a esa compañera de camino llamada IMAGINACION. Qué haríamos sin ella? En qué quedaría nuestro día a día si, de pronto, nos abandonara?.

En lo que llevamos de año ya van siendo unas cuantas veces la que hablando de cómo están las cosas y cómo se presenta el futuro, respondo con que “para mí especialmente este año es el año de la imaginación” y la realidad me lo confirma. Si quiero seguir manteniendo la actividad, facilitando recursos y dando sentido al esfuerzo que se viene haciendo, hay que ingeniárselas para seguir adelante.

En algún sitio he leído: “El Trabajador Social interviene en situaciones sociales plurales y diversas, vividas por personas. Hay que tener en cuenta sus “referentes” para intentar “ayudarlas”. Se entiende por “Ayudar” el uso de la empatía como medio de crecimiento.

La formación de los futuros Trabajadores Sociales debe proporcionar elementos para despertar la imaginación y la creatividad, la capacidad de hacer hipótesis y de indagar”

No podemos quedarnos parados porque los presupuestos se atrasen, porque la maquinaria administrativa aminore el paso o porque los cambios de responsables supongan otros objetivos o intereses. Todo esto, evidentemente, nos afectará y obligará a una adaptación pero cuando abrimos el despacho y decimos “¡pase!” estamos asomándonos a nuevas expectativas de vida e imaginamos..., o lo que es lo mismo: presumimos, sospechamos, soñamos, evocamos, recordamos, presentimos, creemos, creamos.

Fue Albert Einstein quien dijo: “En momentos de crisis, sólo la imaginación es más importante que el conocimiento”. Cuántas veces no entramos en crisis por mil razones diferentes? Cada día surgen circunstancias que nos obligan a actuar, a buscar soluciones, a dar respuestas sobre la marcha. En muchas ocasiones, el hecho de imaginar nos da la oportunidad de iniciar una aventura que iremos construyendo a medida que la vayamos viviendo.

Propongo un reconocimiento a esa capacidad creadora, seguro que las aportaciones serán muy interesantes

EL HUMOR

A TENER EN CUENTA:

“Reír más y ver las cosas con humor, mejora nuestra salud y nos hace más resistentes al estrés”
“El humor, la risa, la seriedad y el trabajo bien hecho son perfectamente compatibles y deseables”

El humor, un paraguas ante la adversidad

Dicen que es mejor reír que llorar, y en estos momentos más que nunca, porque el presupuesto no da para tantos Kleenex.

La [investigación](#) científica y numerosas [empresas](#) ya han comprobado los importantes [beneficios](#) del [humor](#) en el trabajo, incluso en momentos como éste. De hecho, con "la que está cayendo", y con las previsiones borrascosas que se suceden día tras día en el telediario, el sentido del humor es hoy, más que nunca, un valiosísimo paraguas ante la adversidad. Éstos son algunos de sus efectos más conocidos:

[Reduce el estrés y permite afrontar mejor los problemas](#), los fracasos e incluso las peores crisis.

Potencia la [salud](#) y las capacidades del empleado

Atrae y retiene a los [recursos humanos más valiosos](#)

Fortalece la [motivación](#) individual y colectiva

Estimula la [innovación y la mejor toma de decisiones](#).

Optimiza la [comunicación](#) interna

Favorece el [aprendizaje](#) Cohesiona los [equipos humanos](#)

Potencia el [impacto persuasivo](#) de los mensajes de venta

Fortalece las [relaciones con los clientes](#)

Crea un [entorno más agradable y humano](#) para trabajar

Más información: <http://www.pactomundial.org/>

El humor "sirve como una válvula interna de seguridad que nos permite liberar tensiones, disipar las preocupaciones, relajarnos y olvidarnos de todo", afirma el **Dr. Lee Berk**, profesor de patología en la Universidad de Loma Linda, en California y uno de los principales investigadores en el mundo sobre la salud y el buen humor.

Los niños están mucho más dispuestos a reírse que los adultos, un pequeño se ríe un promedio de 300 veces al día, mientras que un adulto lo hace entre quince y cien.

La risa es una potente herramienta curativa. Una buena carcajada fortalece el sistema inmunológico del cuerpo y reduce las hormonas que pueden causar tensiones.

La risa provoca una tremenda liberación de hormonas, las endorfinas conocidas mercedamente como las hormonas de la felicidad. Además, liberamos serotonina, dopamina y adrenalina. La explosión de carcajadas provoca algo muy parecido al éxtasis: aporta vitalidad, energía e incrementa la actividad cerebral. Cuando nos invade la risa, muchos músculos de nuestro cuerpo que permanecían inactivos se ponen en funcionamiento. Es un estímulo eficaz contra el estrés, la depresión y, evidentemente, la tristeza.

EL BUEN SENTIDO DEL HUMOR EN LOS EQUIPOS DE TRABAJO

Un equipo, según Katzenbach y Smith, es un "pequeño número de personas con conocimientos complementarios, comprometidas en un propósito común, en metas de rendimiento y en una metodología común, de lo cual se consideran mutuamente responsables".

Primeramente tenemos que tener claro que cualquiera que se considere un equipo de trabajo debe asimilarse como parte de un conjunto comprometido a actuar siempre con disposición y alto sentido humano, ya que son las habilidades y los conocimientos de todos los miembros de dicho conjunto las que determinaran los resultados más no la participación individual únicamente.

El trabajo en equipo visto como un proceso, está lleno de retos para cada uno de sus integrantes y en la medida en que éstos logren integrarse estos retos serán al final satisfactorio. La unión que se logra al integrar un equipo es la oportunidad de adquirir y conocer nuevos conocimientos y habilidades, se descubren y se conocen las diferentes capacidades que posee cada uno de sus miembros y es así como se logran resolver los problemas que surgen, así como crear y mejorar estándares, dentro de un equipo todos los integrantes se retroalimenta tanto del que sabe, como del que no sabe y del que sabe más; en general todos aprenden y por consiguiente la empresa logran alcanzar sin ningún problema sus metas.

Decía mi abuelo que, no hay mejor trabajo u oficio que aquel que te permita ser la persona más amable y más alegre... Esto me hace creer que es así como podemos darnos cuenta de que lo que hacemos todos los días puede o no, resumirse en felicidad sin pensar precisamente en obtener siempre la excelencia. De esta manera es como comprendo que en la vida, como en el trabajo y en la familia, no se trata de hacer lo que queramos para ser felices sino de querer lo que hacemos.

Todo es cuestión de actitud ante nosotros y ante la vida misma, porque hay quien nos dice que nuestro temperamento calificará nuestra valentía para ser felices y nuestra capacidad para producir más de lo esperado, como lo menciona Roger Van Dean en el siguiente argumento: "Un ambiente de trabajo divertido es mucho más productivo que uno rutinario. A la gente que disfruta de su trabajo se le ocurren más ideas. La diversión es contagiosa."

Por lo que si todo el mundo dejará de trabajar y comenzará a aprender a disfrutar verdaderamente cada segundo de su vida junto a su familia y a sus compañeros de trabajo, este planeta se saldría de órbita y dejaría de ser rutinario para convertirse en una estrella brillante por sí misma.

Sin embargo, esto sólo sería posible si cada uno de nosotros se permitiera reírse de sí mismo al mismo tiempo que aprendemos a reírnos con otros y no de los otros, ya que sólo así lograremos saciarnos de la libertad suficiente para aliviar las necesidades de nuestro cuerpo y de nuestra mente, satisfaciéndonos sin dejar espacios vacíos que al tiempo son los que nos convierten en personas obscuras, tímidas e incapaces de contagiar al otro de optimismo y confianza para generar grupos más exitosos.

Mesa Redonda : “Trabajo Social y recortes sociales”

El impacto de los recortes sociales en los distintos ámbitos de intervención del Trabajo Social en Burgos

Día: Miércoles 13 de Junio, a las 18:00 horas

Lugar: Colegio Oficial de Trabajo Social C/ San Julian, 7-1ºDcha.

HORARIO DE VERANO DEL COLEGIO:

Del 18 DE JUNIO AL 10 DE SEPTIEMBRE: (he cambiado las fechas)

MAÑANAS:

- LUNES, MIÉRCOLES Y JUEVES: DE 10:00 A 13:00 horas
- VIERNES: DE 10:00 a 12:00 horas

TARDES:

- MARTES: de 17:00 a 20:00 horas.

MES DE AGOSTO: CERRADO POR VACACIONES (sí, aunque esté por aquí)

Podéis dejar vuestros mensajes en el contestador, fax (947 20 93 06) o por correo electrónico (burgos@cgrtabajosocial.es)

PRESENTACIÓN PÁGINA WEB????(NO DE MOMENTO)

BOLSA DE EMPLEO:

Os recordamos que el Colegio dispone de una Bolsa de Empleo a la que podéis sumaros en el momento que lo necesitéis, siempre que reunáis los requisitos correspondientes (desempleo total, desempleo como TS aunque se trabaje en otro campo, menos de media jornada) Es obligatorio comunicar al colegio el cambio de situación laboral con el fin de no perjudicar a los compañeros desempleados.

COMITÉ DE EMPLEO

Se va a crear en el Colegio un Comité de Empleo.

Los interesados en participar poneros en contacto con el Colegio.