

GACETA UHH



CONSTRUYENDO UN MUNDO MÁS HUMANO, UNA PÁGINA A LA VEZ

MARZO 31

EDICIÓN 2025

NÚMERO 11

Mujeres

que Transformaron
la Educación y la Salud Mental



ELIGE EL MUNDO
QUE QUIERES



SI
SOMOS
UNAM



04
Editorial

05
Identidad Humanista

09
Cultura

11
Academia, Ciencia e Investigación

16
Colecciones

19
Modelo

23
Reflexiones

24
Teóricos y Terapeutas

27
Horizontes Humanistas

31
Ser, Humano, Persona

*"Siembra en los niños ideas buenas, aunque no las entiendan... los años se encargarán de descifrarlas en su entendimiento y de hacerlas florecer en su corazón".
Maria Montessori*

Gaceta UHH

CONTENIDO



Es una publicación académica independiente, propiedad intelectual de la Universidad Humanista Hidalgo.

Año 3 número 11, Marzo 2025.

Edición bimestral **digitalizada**.

Se permite su reproducción total o parcial, citando la fuente.

Los contenidos de los artículos firmados, son responsabilidad de sus autores.

Directora General:

Dra. Virginia Hurtado Salinas

Director Editorial:

Dr. Norberto E. Hernández Pliego

Asesor Editorial:

Dr. Enrique E. Recio Ávila

Nuestros objetivos:

Fortalecer la identidad institucional de la Universidad Humanista Hidalgo, proyectar nuestra imagen de calidad y prestigio en las comunidades regional, nacional e internacional, difundir el pensamiento humanista mediante la publicación de textos vivos, críticos y creativos que favorezcan el estado de bienestar y la sana convivencia.

Escriben en este número:

- Mtra. Keila Saharaim Aguilar.
- Lic. Janeth Lugo Olmos.
- Mtra. Alicia Rosales Zenteno.
- Dra. Martha Becerril Falcón.
- Lic. Rafael Ramírez Ramírez.
- Mtra. Verónica Medina Ang Collan
- Dra. Rosaura Guadalupe Cerecedo Cajica.
- Mtra. Mariana Rodríguez Juárez.
- Mtra. Imelda Barrera Viveros.
- Lic. Yasmín Pineda Higuera.
- Mtra. Lucerito Vargas Hernandez.

Imágenes

- Lic. Janeth Lugo

EDITORIAL

Mtra. Keila Saharaim Aguilar Ramírez
Directora Técnica
Universidad Humanista Hidalgo



¡Bienvenidos y bienvenidas a la gaceta de la Universidad Humanista Hidalgo!



Hoy nos encontramos con la emocionante tarea de rendir homenaje a las mujeres que han transformado la educación y la salud mental. Mujeres cuya valentía, pasión y amor por la humanidad han dejado una marca imborrable en nuestras vidas.

Con un enfoque humanista y un feminismo amoroso, queremos destacar el papel crucial que han jugado en la construcción de un mundo mejor, más inclusivo y equitativo. Su labor no solo ha impactado a individuos, sino que ha sido un faro de esperanza y progreso para comunidades enteras. Cada una de ellas, con su voz y su dedicación, ha contribuido a la evolución y el enriquecimiento de nuestras sociedades.

En el ámbito de la educación: *María Montessori* y *Malala Yousafzai* han sido pioneras y defensoras incansables del derecho a una educación digna y de calidad. Montessori revolucionó la pedagogía infantil, mientras que Malala, con su inquebrantable espíritu, ha luchado por el acceso a la educación para todas las niñas del mundo. Estas mujeres nos enseñan que la educación es la base de un futuro más justo y prometedor.

En el campo de la salud mental, *Virginia Satir* y *Carlota Garrido de la Parra* han sido verdaderas revolucionarias. Satir, reconocida como la "madre de la terapia familiar", nos mostró la importancia de las relaciones humanas y la comunicación en el bienestar emocional. *Garrido de la Parra*, psiquiatra feminista mexicana, defendió un enfoque integral y sensible a las necesidades de las mujeres, rompiendo barreras y abriendo caminos en la atención de la salud mental en nuestro país.

Esta gaceta es un tributo a su legado y una invitación a todos y todas a continuar su labor. Queremos que nuestras páginas sean una fuente de inspiración y reflexión, que motiven a nuestra comunidad universitaria a seguir construyendo un mundo en el que la educación y la salud mental sean pilares fundamentales del desarrollo humano.

Les invitamos a sumergirse en nuestras historias, a conocer a estas mujeres extraordinarias y a reflexionar sobre cómo podemos, juntos, seguir su ejemplo y transformar nuestra realidad. Que este encuentro con sus historias encienda en cada uno de ustedes la llama del cambio y la acción.

¡Bienvenidos y bienvenidas a esta edición especial de nuestra gaceta! Que disfruten de su lectura y encuentren en ella la fuerza y la inspiración para ser agentes de transformación.

"Soy una mujer estructurada, llena de fe y propósito. Mi capacidad de escuchar es mi superpoder, pues conecto desde el corazón con los demás. Me guía la objetividad y la claridad en mis decisiones, y mi resiliencia me permite levantarme cada vez más fuerte, sin importar los desafíos. Estoy orgullosa de lo que soy, de lo que he construido y de todo lo que aún puedo lograr. Mi luz brilla con intensidad, y nada ni nadie podrá apagarla."

- Diplomado en Tanatología "Una propuesta existencial"
- Diplomado "Fortalecimiento del desarrollo profesional de mediadores"
- Diplomado "TELAR salud mental y cuidados en las OSC".
- Diplomado en "Reconstrucción del tejido social y cultura de la paz".
- Diplomado en "Habilidades Blandas"

Escuchar con el alma: una práctica de campo que transforma



Entre el bullicio de la vida académica y el rigor del aprendizaje teórico, hay experiencias que trascienden el aula para convertirse en verdaderas lecciones de vida. Tal es el caso de la práctica de campo clínico realizada por los estudiantes de las materias Psicodiagnóstico II y Teoría y Técnica de la Entrevista II, quienes, bajo la guía de la Mtra. Martha Elida Del Moral Gómez y la Mtra. Yara Vite Arellano, llevaron a cabo una enriquecedora interacción con adultos mayores del INAPAM.

El propósito de esta actividad fue mucho más que aplicar técnicas psicológicas o afinar habilidades diagnósticas. Se trató de un encuentro genuino entre generaciones, un espacio donde la escucha activa y la empatía se convirtieron en los principales protagonistas. Para los estudiantes, fue una oportunidad invaluable de comprender la profundidad de la experiencia humana reflejada en la memoria y las vivencias de quienes han recorrido un largo camino.

Cada entrevista realizada se convirtió en un espejo donde los jóvenes pudieron ver no solo la teoría hecha práctica, sino también la importancia de la sensibilidad y el respeto por la historia de los demás. Las historias compartidas por los adultos mayores estuvieron cargadas de aprendizajes, nostalgia, desafíos superados y una sabiduría que solo los años pueden otorgar. "Escuchar sus relatos me hizo darme cuenta de cuánto podemos aprender de quienes han vivido antes que nosotros. No es solo entender su historia, es honrarla", compartió uno de los estudiantes tras la experiencia.

Desde una perspectiva humanista, esta actividad reafirma el compromiso de nuestra universidad con la formación integral de sus alumnos, fomentando no solo el conocimiento técnico, sino también el desarrollo de valores como la empatía, la responsabilidad social y la conexión genuina con la realidad de otros sectores de la sociedad. En un mundo donde la inmediatez suele eclipsar la reflexión, este ejercicio permitió a los estudiantes detenerse, mirar a los ojos a sus entrevistados y comprender que cada persona es un universo en sí mismo.



humanistahidalgo.edu.mx



Experiencias como esta fortalecen el espíritu de nuestra comunidad universitaria y consolidan la identidad humanista que nos define. Al formar profesionales que no solo piensan, sino que también sienten y comprenden, reafirmamos que la educación es un puente hacia un mundo más consciente y solidario.

Fortaleciendo Voces: Un encuentro para el crecimiento y la reflexión

Cada 8 de marzo, el mundo se detiene a reflexionar sobre el papel de la mujer en la sociedad, sus logros y los desafíos que aún persisten. En este contexto, nuestras alumnas de licenciatura participaron en una serie de talleres diseñados no solo para conmemorar el Día Internacional de la Mujer, sino para generar un espacio de encuentro, conexión y fortalecimiento personal.

La iniciativa se enfocó en brindar herramientas para el autoconocimiento, la reflexión y el empoderamiento, permitiendo que cada estudiante pudiera reconocer la importancia de su voz y su experiencia en la construcción de su propia identidad. A través de dinámicas participativas, diálogo y actividades introspectivas, las asistentes compartieron inquietudes, retos y aspiraciones, generando un ambiente de sororidad y aprendizaje mutuo. "Fue un espacio donde realmente nos sentimos escuchadas y valoradas. Nos recordaron que nuestra historia y nuestra voz importan", expresó una de las participantes.

Más allá de la reflexión individual, estos talleres pusieron de manifiesto la relevancia de la educación en la transformación social. La universidad, como comunidad comprometida con la formación integral de sus estudiantes, promueve espacios donde la equidad, el respeto y la construcción de una sociedad más justa sean pilares fundamentales. Este tipo de actividades refuerzan la importancia de formar profesionales con una visión humanista, capaces de comprender la realidad desde una perspectiva crítica y sensible.



En un mundo que aún enfrenta desafíos en materia de equidad de género, generar espacios para la reflexión y el fortalecimiento de la identidad femenina es un compromiso ineludible. La educación humanista no solo se trata de adquirir conocimientos, sino de cultivar valores que permitan a las nuevas generaciones ser agentes de cambio. Con iniciativas como esta, reafirmamos que la formación universitaria es, sobre todo, una herramienta para transformar realidades y construir un futuro más equitativo y consciente.

Del Aula a la Realidad: Una experiencia transformadora en la Casa de la Cultura Jurídica



El aprendizaje cobra un nuevo significado cuando se trascienden los muros del aula y se entra en contacto con el mundo real. Con esta visión, los alumnos de la 12G PSI de la UNAM participaron en una enriquecedora visita a la Casa de la Cultura Jurídica, un espacio donde el derecho se convierte en una herramienta viva para la construcción de una sociedad más justa y equitativa.

Durante la visita, los estudiantes tuvieron la oportunidad de interactuar con expertos en derecho y explorar la interconexión de esta disciplina con otros ámbitos del conocimiento, como la psicología, la ética y la filosofía. A través de charlas, debates y reflexiones, comprendieron cómo la teoría jurídica no solo se aplica en el ámbito normativo, sino que también desempeña un papel esencial en la protección de los derechos humanos y el bienestar social. "Ver cómo el derecho se relaciona con la vida cotidiana nos ayuda a entender su verdadera importancia. No es solo un conjunto de normas, es una forma de garantizar la justicia", expresó uno de los asistentes.

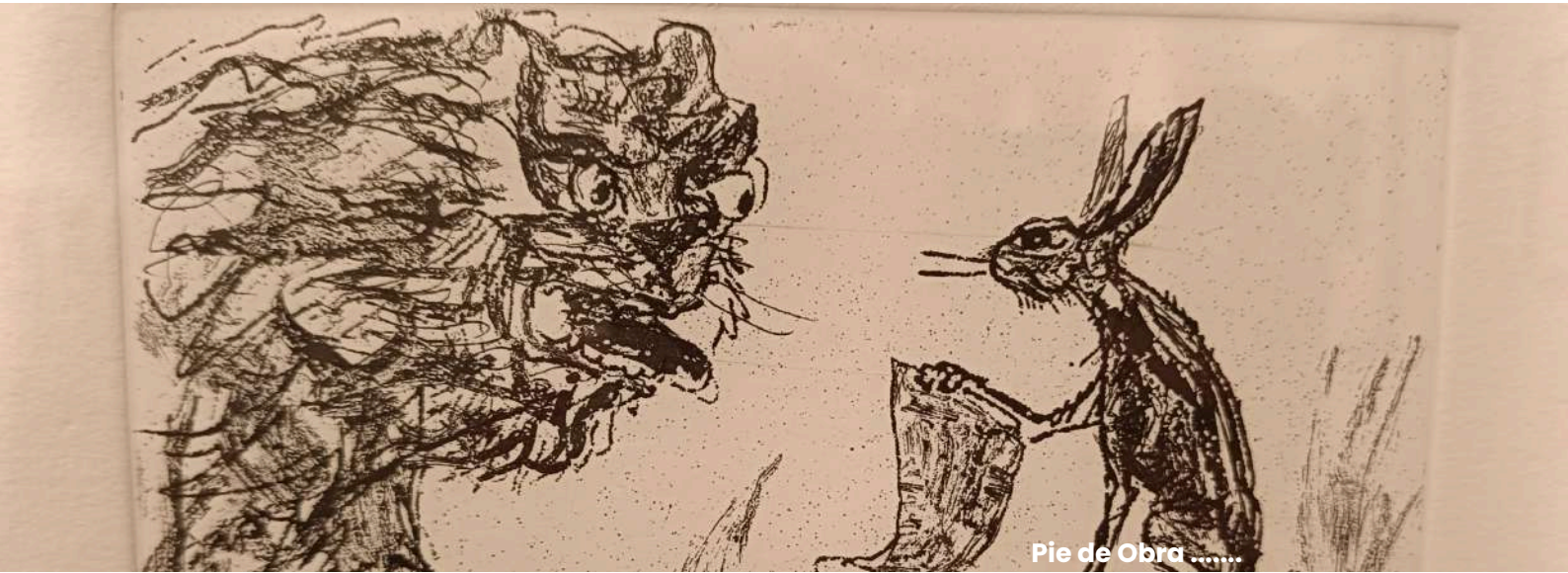
Más allá del conocimiento técnico, esta experiencia permitió a los alumnos fortalecer su pensamiento crítico y su capacidad de análisis, valores fundamentales dentro de una educación humanista. La Casa de la Cultura Jurídica se convirtió en un escenario de diálogo, donde las inquietudes de los jóvenes se encontraron con la experiencia de los profesionales, generando un intercambio enriquecedor que dejó huella en su formación.

La universidad reafirma su compromiso con una educación que va más allá de los libros, fomentando el contacto con la realidad y promoviendo espacios de aprendizaje significativo. Esta visita no solo acercó a los estudiantes al ejercicio práctico del derecho, sino que también les recordó que su labor futura tendrá un impacto directo en la vida de las personas. La identidad humanista de nuestra institución se fortalece con cada experiencia que acerca a sus alumnos a la justicia, la ética y la responsabilidad social, principios esenciales para la construcción de un mundo más equitativo y consciente.

CULTURA

Tamayo y Toledo: Un Diálogo Gráfico en el Cuartel del Arte

Lic. Janeth Lugo Olmos



El Cuartel del Arte en Pachuca, Hidalgo, fue el escenario de una expo única que juntó a dos gigantes del arte mexicano: Rufino Tamayo y Francisco Toledo. De septiembre de 2024 a marzo de 2025, los visitantes pudieron sumergirse en un recorrido visual por la evolución gráfica de Tamayo, con 40 obras impresionantes de la Colección Toledo.

En esta ocasión me di la oportunidad de visitar el cuartel antes de que finalizara esta maravillosa oportunidad y pude notar que muchos jóvenes se encontraban apreciando la galería. Es reconfortante saber que el arte sigue llamando a tantas personas, que se dan el espacio para conocer, apreciar y valorar este tipo de lugares. Una experiencia sumamente agradable para acudir, ya sea acompañado de la familia, amigos, pareja o disfrutarlo de manera personal.

Un Encuentro Entre Dos Grandes del Arte

Esta muestra no solo celebró la genialidad de Tamayo, sino también la visión de Toledo como un apasionado coleccionista y promotor del arte. La Colección Toledo, creada en los años 70 por el propio Francisco Toledo, se ha convertido en un referente clave para la difusión del arte gráfico en México. La exposición incluyó algunas de las primeras obras de Tamayo, desde los años 20 y 30, hasta piezas que marcaron su evolución hacia un estilo propio, combinando modernidad y raíces prehispánicas.



CULTURA

Tamayo y Toledo: Un Diálogo Gráfico en el Cuartel del Arte



La Mixografía: La Revolución Gráfica de Tamayo

Uno de los aspectos más fascinantes de la expo fue la mixografía, una técnica innovadora que Tamayo desarrolló junto con Luis Remba. Esta técnica revolucionó la gráfica tradicional al añadir volumen, texturas y colores vibrantes, haciendo que cada pieza tuviera un relieve impresionante. Gracias a esta experimentación, Tamayo logró fusionar lo espiritual, lo prehispánico y lo moderno en un estilo inconfundible.

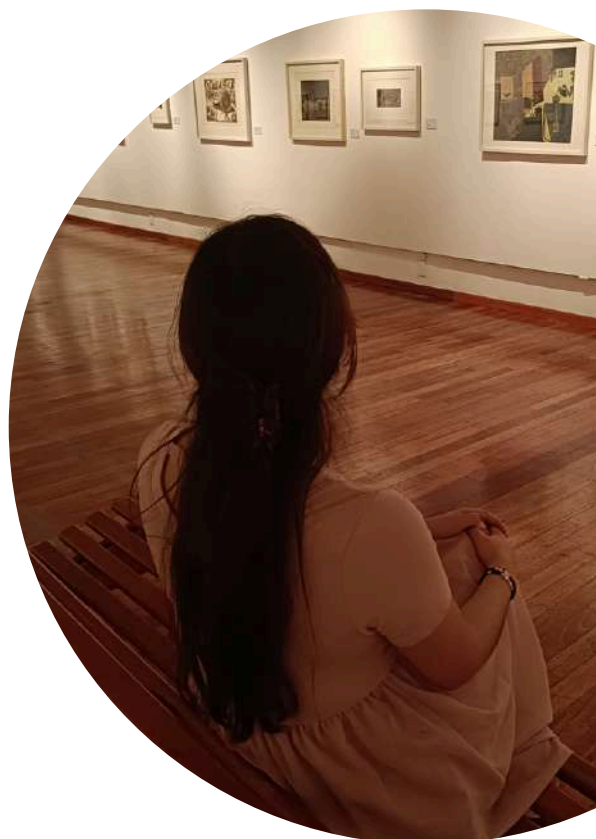
Un Legado que Sigue Vivo

Más que una simple exposición, esta muestra permitió a los visitantes conectar con el arte de una forma más profunda y entender la importancia de Toledo en la conservación del patrimonio cultural. Durante los meses en los que estuvo abierta, se convirtió en un punto de encuentro para estudiantes, artistas y amantes del arte en general.

El Cuartel del Arte en Pachuca reafirmó su papel como un espacio clave para la difusión del arte en México. Y aunque la expo terminó este mes de marzo, el legado de Tamayo y Toledo sigue vivo, demostrando que la creatividad y la innovación son esenciales para seguir construyendo la identidad visual de nuestro país.

Como reflexión personal, al ver el trabajo realizado con la técnica de mixografía, me doy cuenta que siempre se pueden buscar nuevas formas de hacer arte, en nuestra época, el retomar técnicas y estilos como forma de expresión nos lleva a innovar. Toda pieza reinterpretada adquiere un significado distinto. Tamayo lo hizo al experimentar con los grabados.

Cierro compartiendo una invitación a no perderse las siguientes exposiciones, ya que, además de pasar momentos agradables, conocer y aprender de nuestra historia a través del arte, también podemos inspirarnos y atrevernos a crear. ¡No dejen de visitar el cuartel del arte!



ANÁLISIS FENOMENOLÓGICO-HERMENÉUTICO

DE LA VIDA DE UN HOMBRE DE 32 AÑOS DIAGNOSTICADO CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Introducción:

Este artículo fue presentado como parte del proceso de titulación y permitió a la Mtra. Alicia Rosales obtener el grado de Doctora en Terapia Gestalt de Campo. A continuación, compartimos la primera parte de su trabajo, el cual puede consultarse en su totalidad en el siguiente enlace:

👉 <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/>
Desde La Gaceta UHH, celebramos y difundimos con orgullo los logros académicos de nuestra comunidad. Recuerda que tú también puedes alcanzar tu grado académico a través de la publicación de un trabajo académico. Para más información, escríbenos a: gacetauhh@humanistahidalgo.edu.mx

RESUMEN

La fenomenología hermenéutica propuesta por Edmund Husserl, se basa en el estudio de la experiencia consciente tal como ésta se presenta, libre de prejuicios teóricos (Brennan, 1999). Esta perspectiva teórica persigue la comprensión de la experiencia humana así como la interpretación del significado, donde se reconoce la relación intrínseca entre la conciencia y la experiencia, sin olvidar que la hermenéutica, reconoce que la interpretación implica un proceso de comprensión y de atribución del significado (Escola, 2019). Por lo anterior, se menciona que el propósito central de esta investigación es describir la experiencia que vive una persona con un diagnóstico médico de discapacidad intelectual, desde la perspectiva fenomenológica hermenéutica. En concordancia se decide esta propuesta de análisis, ya que es la que ofrece un mejor alcance en el análisis de la experiencia de vida del participante con un diagnóstico médico de discapacidad intelectual. Como una herramienta básica en el análisis cualitativo, se apoyará del alcance que ofrece la Teoría Fundamentada (Bénard, 2016; De la Espriella y Gómez, 2020), para realizar una revisión sistemática de estudios previos realizados sobre la experiencia de personas con alteraciones en el desarrollo mental e intelectual. Se realizará el análisis profundo de los hallazgos encontrados en la presente investigación.

Palabras clave: *Análisis fenomenológico-hermenéutico, Discapacidad Intelectual, Terapia Gestalt de Campo, Teoría Fundamentada*



Dra. Alicia Rosales Zenteno

Lic. En Educación Media Superior
Maestría en Psicoterapia Humanista Existencial
Doctorado en Terapia Gestalt de Campo
Diplomado en Tanatología
Certificación en Duelo Neonatal y Perinatal
Asesor de publicación: Dr. Víctor Manuel Mendoza Ramírez



La disciplina psicológica en esencia, busca poder entender tanto el pensamiento como el comportamiento humano. De acuerdo con los estudiosos de los antecedentes de esta disciplina (Rubistein, 1969; Klappenbach y Pavesi, 1994; Aceves, 2000) existieron diversos debates filosóficos sobre la naturaleza de la conciencia hasta el surgimiento de la psicología moderna como disciplina científica en el siglo XIX.

Muestra de esta evolución, tenemos el Laboratorio de Psicología de Leipzig, fundado en Alemania en 1879 por Wilhelm Wundt, evento que marca un hecho que da el primer paso en la historia de la psicología moderna, al establecerse como el primer espacio experimental dedicado de manera exclusiva al estudio científico de la mente y el comportamiento (Alcantarilla, García y García, 2023).

En este mismo orden de ideas, Wundt aportó importantes estudios para definir la psicología como una disciplina científica, se introdujo el método de introspección, que implicaba que los participantes informaran sus experiencias internas mientras realizaban tareas específicas, fue a través de este método, que Wundt buscó "descomponer" la conciencia en elementos más simples y observables (Salas, 2017; Contreras, 2017).

Además, este autor abordó temas como la atención, la percepción y la memoria, y también encaminó estudios hacia la psicofisiología, estableciendo conexiones entre la mente y el cuerpo; este enfoque en la investigación experimental establece las bases para el desarrollo futuro de la psicología como una disciplina científica (Contreras, 2017).

Entre el final del siglo XIX y el inicio del siglo XX, Sigmund Freud establece la teoría psicoanalítica quien revoluciona la comprensión del pensamiento humano, la conducta y el inconsciente. El contexto de la sociedad europea en esa época experimentaba transformaciones importantes en términos sociales, económicos y también científicos. La Revolución Industrial estaba consolidada y los avances en la ciencia y la tecnología establecían un contexto propicio para la exploración de nuevas ideas y enfoques en diversos campos, incluida la psicología.

Por esta razón, históricamente esta propuesta de Freud resultó innovadora y aunque criticada, también comienza a ser aceptada en ciertos círculos sociales (Rizzi, 2014). Estableciéndose como la primera fuerza en psicología, el psicoanálisis se posiciona con Freud y sus aportes como la primera forma de realizar terapia y comprender el pensamiento y conductas del usuario (Martínez, 2017).

Comenzando el siglo XX, los estudios de John B. Watson en los Estados Unidos y en especial con el manifiesto publicado en 1913 llamado: "La psicología como la ve un conductista", comienza la era formal de conductismo (la segunda fuerza en psicología). Por su parte, en Rusia los estudios y experimentos de Iván P. Pavlov trabajaron el condicionamiento de respuestas en animales. Este conductismo ignora la conciencia y los sentimientos, así como el pasado del sujeto, que eran fundamentales en la teoría psicoanalítica de Freud (Martínez, 2017).

De esta manera, se puede apreciar que desde el origen de la Psicología moderna, esta disciplina tuvo distintas estrategias de comprender el comportamiento humano y sus formas de pensamiento. Justo en un siglo XX que por muchos historiadores ha sido el más vertiginoso en el ámbito social (dos Guerras Mundiales, por mencionar solo un par de ejemplos), lo que favoreció la diversidad en la psicología (Bosemberg, 2006).



Hasta este momento, se tienen dos posturas de hacer psicología; por un lado se encuentra el psicoanálisis fundado por Freud y que adentrado el siglo XX también tuvo variaciones, en autores como Adler, Jung y Lacan, por el otro lado, tenemos a Watson, Skinner, Pavlov realizando experimentos para predecir la conducta medible y observable desde el Condicionamiento Clásico y Condicionamiento Operante (Martínez, 2017).

Como se ha mencionado, el siglo XX trajo consigo diversos eventos y revueltas sociales, en la década de 1940 se ubica el final de la Segunda Guerra Mundial (Bosemberg, 2006). Como consecuencia, a los sobrevivientes de esta guerra se les abordó de manera individual encabezados por Abraham Maslow mediante la Psicología Humanista (Brennan, 1999). De esta manera tenemos a Maslow como el fundador de la tercera fuerza psicológica, llamada en un primer momento como Psicología Humanista, donde también se suman Gordon Allport, Victor Frankl y Carl Rogers. En particular esta corriente teórica tiene sus antecedentes en los estudios filosóficos del existencialismo, como los aportes de Jean Jacques Rousseau sobre la bondad natural del hombre en el siglo XVIII, los aportes de Jean Paul Sartré sobre el ser, la fenomenología onto-teológica de Martin Heidegger y la fenomenología hermenéutica de Edmund Husserl (Escola, 2019).

Sobre esta última, la fenomenología hermenéutica propuesta por Edmund Husserl, se orienta al estudio de la experiencia consciente tal como ésta se presenta, libre de prejuicios teóricos. En otras palabras, esta perspectiva busca la comprensión de la experiencia humana y la interpretación del significado, donde se reconoce la relación intrínseca entre la conciencia y la experiencia. Sin olvidar que la hermenéutica, reconoce que la interpretación implica un proceso de comprensión y de atribuir del significado (Brennan, 1999; Escola, 2019).

Hasta este momento, se han descrito las tres fuerzas principales de la psicología moderna:

1. Psicoanálisis, 2. Conductismo y 3. Humanismo. De manera general se ha descrito que la exploración de la psique, conducta o conciencia humana ha sido una búsqueda constante de respuestas a preguntas fundamentales sobre la cognición, la emoción, y el comportamiento desde estas tres principales ópticas teóricas. El propósito central de la presente investigación se trata de ver la experiencia que vive una persona con un diagnóstico médico de discapacidad intelectual, desde la perspectiva fenomenológica hermenéutica.

Sobre esta última, la fenomenología hermenéutica propuesta por Edmund Husserl, se orienta al estudio de la experiencia consciente tal como ésta se presenta, libre de prejuicios teóricos. En otras palabras, esta perspectiva busca la comprensión de la experiencia humana y la interpretación del significado, donde se reconoce la relación intrínseca entre la conciencia y la experiencia. Sin olvidar que la hermenéutica, reconoce que la interpretación implica un proceso de comprensión y de atribuir del significado (Brennan, 1999; Escola, 2019).



...la fenomenología hermenéutica propuesta por Edmund Husserl, se orienta al estudio de la experiencia consciente, libre de prejuicios teóricos.

Además, y como principal requisito, requieren del total apoyo, comprensión y acompañamiento de su entorno familiar. Pues la familia es en sí la fuente que les permitirá desarrollarse como seres individuales y sociales (Castillo, 2016, p. 6). Cuando un integrante de la familia se ve en circunstancias desfavorables, los demás integrantes se ven afectados severamente en lo personal y en lo familiar. La dinámica se transforma por completo y, en algunos casos, se perturba la atmósfera (Castillo, 2016, p. 16).

En algunos casos, la familia reacciona de manera negativa ante el diagnóstico DI de un hijo. Se reprochan, sienten que hicieron algo mal o que les faltó hacer algo, es decir, se sienten responsables del diagnóstico y, en otros casos, reaccionan con rechazo. Pareciera que el diagnóstico DI va en contra de los sueños y de los deseos que los padres tienen respecto al hijo, causando en ellos una gran decepción. Y es fácil entender su decepción, porque los padres ya se habían formado una idea de cómo sería ese nuevo ser, qué aspecto tendría, en dónde estudiaría y hasta qué profesión tendría. Y, cuando se enteran que su hijo tiene DI, suele ser un hecho difícil de asimilar que afecta a toda la familia (Castillo, 2016, p. 6).

Entonces, en la familia existen sentimientos encontrados porque hay aceptación, pero también se recriminan. Parece que, en primer lugar, está el sentimiento de rechazo, expresado en cuestionamientos y en la búsqueda de explicaciones sobre el porqué del diagnóstico (Castillo, 2016, p. 6). Existe una investigación de Castillo (2016), llamada "El entorno familiar y su impacto en la calidad de vida de los niños con discapacidad intelectual en el barrio 'la naranja' de la parroquia 27 de abril del Cantón Espíndola y el accionar del trabajador social" que revela diversos datos respecto a este tema.

Su muestra estuvo formada por 30 padres y madres de familia con un hijo con DI (Castillo, 2016, p. 88). Los resultados dejaron en evidencia que la gran mayoría eran familias numerosas, lo cual, dice Castillo (2016), resulta adverso en los casos donde el nivel económico es muy bajo, porque minimiza las posibilidades de tener una vida de calidad en su condición de discapacidad. Otro dato que menciona Castillo (2016), es que entre los integrantes de la mayoría de las familias el vínculo íntimo es débil, y afirma que esto es porque "no existe una buena comunicación intrafamiliar" (p.90). Además, declara que esto resulta desfavorable, pues la persona con DI necesita encontrarse en un ambiente familiar positivo que le brinde un total soporte emocional y que le facilite enfrentar su condición de discapacidad de la manera óptima posible (Castillo, 2016, p. 90).

Esta ausencia de comunicación familiar repercute en la unión de los que la integran "provocando que de esta forma exista un desinterés en el bienestar familiar" (Castillo, 2016, p. 91). Aunque, por otro lado, Castillo (2016) menciona que de su muestra, la minoría afirma que 'la comunicación es buena' (p. 91), lo cual, según el autor, resulta "muy favorable para los niños que tienen discapacidad intelectual porque de esta forma los padres podrán brindar un hogar estable que será de gran ayuda en el diario vivir de sus hijos" (Castillo, 2016, p. 91).

Por otro lado, (Castillo, 2016) declara que el lugar donde residen estas familias resultó tener un ambiente aversivo para los niños con DI, pues identificó un alto índice de consumo de "sustancias psicotrópicas como el alcohol y el cigarrillo...ocasionando que los niños con discapacidad sean expuestos a este problema que les afectaría en gran parte en el diario vivir" (p. 92). Un dato en el que coinciden las familias investigadas fue que recibieron el diagnóstico DI de sus hijos con extrañeza, argumentando que en sus familias no existen antecedentes de esta discapacidad. Estas familias declararon que ignoran el origen de la DI de sus hijos (Castillo, 2016, p. 94).

Entre tanto, el vínculo íntimo familiar débil, se refleja en la negligencia hacia la persona con DI, es decir, esta persona no recibe los cuidados necesarios que requiere para desenvolverse fácilmente en su cotidianidad (p. 95). Además, esta negligencia, dice Castillo (2016), se debe a que los familiares desconocen cómo atender y cuidar a una persona con necesidades especiales (p. 95).

Asimismo, Castillo (2016) declara que las familias revelan que "existe discriminación por parte de algún miembro de la familia hacia sus hijos con discapacidad" (p. 97). Es decir, la diferencia de capacidades y habilidades, hacen que le brinden un trato despreciativo y violento. Como consecuencia de este trato, estos niños presentan mayores dificultades para desenvolverse en su entorno (Castillo, 2016, p. 97). Castillo (2016), concluye que "en la mayoría de los hogares investigados se evidencia escasez de capacitación para el buen cuidado de los niños con discapacidad intelectual" (p. 104).



La perspectiva fenomenológica fue desarrollada por Husserl y la definió la fenomenología como una "psicología descriptiva"; se aquí que se emane el concepto de Epoché el cual es el fundamento metodológico básico, una actitud de cuestionar todo lo que previamente se da como existente, para llegar a lo apodíctico (incondicionalmente cierto, necesariamente válido).

De esta manera tenemos la definición de fenomenología de acuerdo con Husserl (1986): Si cuestiono el yo y el mundo y la experiencia de yo como tal, entonces la simple reflexión intuitiva dirigida a lo dado en la apercepción de la experiencia considerada, para mi yo, revela el fenómeno de esta apercepción; por ejemplo, el fenómeno "percepción aprehendida como mi percepción" (p.70-71).

Por otro lado tenemos a la hermenéutica como una actividad de reflexión en torno al sentido etimológico de la palabra o término, en otras palabras, es una actividad interpretativa que le permite al analista o investigador captar plenamente el sentido de los textos y comprender considerando el contexto el porqué de esas ideas (Arráez, Calles y Moreno, 2006) Arráez, Calles y Moreno (2006) plantean una variedad de criterios de interpretación que se pueden poner en juego para para captar con precisión y plenitud el sentido del texto que se analiza.

1. El lector o analista tiene que conocer el mundo fenomenológico y el espíritu del autor -en este caso el participante- para que la comprensión pueda fluir con naturalidad.
2. La concepción de la hermenéutica como reproducción creativa del pasado, revive el universo espiritual de un escrito o del relato de su historia, la interpretación tiene que estar contenida en un horizonte de temporalidad, en otras palabras, es alcanzar el análisis del contexto histórico del texto o del relato, pues comprender el pasado es sacar las posibilidades del devenir existencial del ser humano.
3. La interpretación deberá permitir rastrear la experiencia de la verdad, buscarla e indagar sobre ella.
4. La multiplicidad de los significados está en el intérprete y su pragmática más no en el texto. En otras palabras, la explicación no es literal, sino dilucidación del sentido y del espíritu, donde el intérprete sostendrá un diálogo con el texto o el relato que implica diferentes puntos de vista, diversas concepciones dadas por su momento histórico, indudablemente diferente del texto y de su autor.

Metodología de la investigación

El objetivo de la presente investigación se basa en describir las experiencias de un varón que en el momento de ser entrevistado contaba con 32 años y tiene un diagnóstico de discapacidad intelectual profunda, para que a través de un análisis fenomenológico-hermenéutico conocer cuáles son sus experiencias de vida ante su condición.

Se recuerda que el método fenomenológico-hermenéutico, por su sensibilidad a la hora de analizar y comprender las realidades subjetivas y por ende únicas y exclusivas del participante, se considera una estrategia adecuada para encontrar el sentido a la situación específica que él vive.

Presentación del caso

Participante: Hombre de treinta y dos años de edad, vive con su madre y dos hermanos mayores (varones ambos), su cuñada y su sobrino menor de edad. El participante es originario y radica en el estado de Hidalgo, México. El participante tiene un diagnóstico de discapacidad intelectual profunda (anteriormente llamado retardo mental profundo).

Informantes: Por la condición que vive el participante la cual es el diagnóstico de discapacidad intelectual profunda, en algunas situaciones específicas se solicitó a los familiares que viven en el mismo hogar, información adicional para complementar datos demográficos y aspectos de temporalidad en la historia de vida del participante.

Tipo de estudio: Investigación cualitativa de un estudio de caso único con análisis fenomenológico-hermenéutico.

Instrumentos: Se utilizó la entrevista a profundidad, basada en una guía semiestructurada donde se recopilaron las preguntas relacionadas con su condición de vida.

Tratamiento y Análisis de los datos: El análisis de los datos se realizó con las codificaciones tomando unidades de análisis previas, conforme se estructura el transcrito del relato del participante en formato Word para Windows. Las unidades de análisis se construyen a través del relato del participante y a las unidades de análisis se les llamará categorías. Posteriormente se reúnen todas las categorías y se agrupan o se analizan por experiencias afines o grupo de experiencias, así se analizan hasta que se acabe el relato analizado.

Fin de la primera parte.

Colecciones

-Lic. Rafael Ramírez Ramírez



Feminismo 4.0:

La cuarta ola

- Nuria Varela



El feminismo no es un concepto estático, sino un movimiento en constante evolución. En *Feminismo 4.0: La cuarta ola*, Nuria Varela explora el impacto de las nuevas tecnologías y el activismo digital en la lucha por la igualdad de género. Desde el #MeToo hasta la lucha contra la violencia online, este libro ofrece un análisis riguroso pero accesible sobre cómo el feminismo se ha adaptado a los desafíos del siglo XXI.

Más que una revisión histórica, esta obra es una guía para comprender cómo la interseccionalidad, el ciberactivismo y la inteligencia artificial influyen en la equidad de género. ¿Cómo se transforman las relaciones de poder en un mundo hiperconectado? ¿Cuáles son los retos del feminismo en una sociedad cada vez más polarizada?

Un libro imprescindible para quienes buscan comprender el presente y futuro del movimiento feminista.

¿Cómo nos convertimos en quienes somos? Desde el nacimiento hasta la vejez, *Desarrollo Humano* ofrece una mirada integral a las etapas de la vida, abordando el crecimiento físico, cognitivo, emocional y social. Con una base científica sólida y estudios de caso aplicables a la vida cotidiana, este libro es una referencia clave para estudiantes de psicología, pedagogía y ciencias sociales.

Más allá de la teoría, Papalia y Martorell nos invitan a reflexionar sobre el impacto de la genética, el entorno y las experiencias en la construcción de nuestra identidad.

Un recurso esencial para comprender la complejidad del ser humano y su transformación a lo largo del tiempo.



Desarrollo Humano

- Diane E. Papalia y Gabriela Martorell

Colecciones

Ya disponibles en tu
"Biblioteca: Dr. Enrique Recio Ávila"

Terapia para llevar: 100 herramientas psicológicas para llevar mejor tu día a día

– Ana Pérez



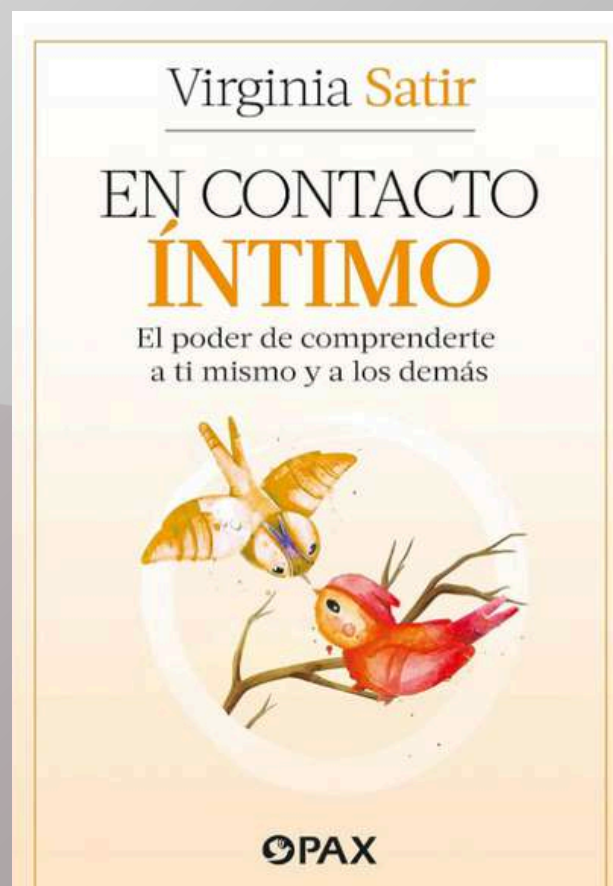
La vida universitaria puede ser un desafío: estrés, ansiedad y bloqueos emocionales forman parte del camino. Terapia para llevar es un manual práctico que ofrece estrategias psicológicas basadas en la terapia cognitivo-conductual, mindfulness y regulación emocional.

Un libro indispensable para quienes buscan herramientas concretas para mejorar su bienestar emocional y afrontar el día a día con mayor equilibrio.

Las relaciones humanas son el pilar de nuestra existencia. En En contacto íntimo, Virginia Satir, una de las pioneras en la terapia familiar, nos invita a explorar cómo nos relacionamos con los demás y con nosotros mismos.

Desde la infancia hasta la vida adulta, Satir nos muestra cómo las dinámicas familiares, las experiencias tempranas y la comunicación afectan nuestra autoestima y bienestar emocional.

Un libro esencial para quienes buscan comprender la psicología de las relaciones y mejorar su conexión con los demás.



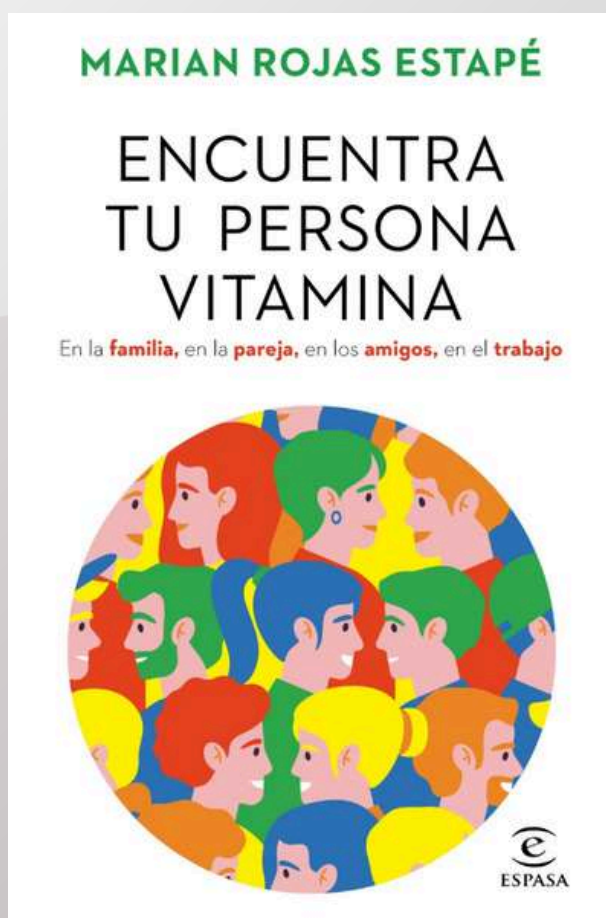
En contacto íntimo –
– Virginia Satir

Colecciones

Ya disponibles en tu "Biblioteca: Dr. Enrique Recio Ávila"

Encuentra tu persona vitamina

– Marian Rojas Estapé



¿Qué distingue una relación que nos fortalece de una que nos desgasta? En Encuentra tu persona vitamina, la psiquiatra Marian Rojas Estapé explora la neurobiología del apego y la importancia de rodearnos de personas que potencien nuestro bienestar emocional.

A través de un enfoque basado en la psicología y la neurociencia, el libro explica cómo identificar relaciones saludables y evitar la dependencia emocional.

Un libro revelador para quienes desean construir vínculos que nutran su crecimiento personal y emocional.

El mundo emocional de los niños es complejo y fascinante. En Montessori: Las emociones de los niños, Chiara Piroddi adapta la filosofía Montessori para ayudar a comprender y guiar el desarrollo emocional en la infancia.

A través de un enfoque basado en la autonomía, la empatía y el respeto, el libro ofrece herramientas prácticas para fomentar la inteligencia emocional desde una edad temprana. ¿Cómo podemos ayudar a los niños a gestionar la frustración? ¿Qué papel juegan el entorno y el lenguaje en la formación de su autoestima?

Un recurso valioso para estudiantes de educación, psicología y padres interesados en comprender mejor el desarrollo emocional infantil.



Montessori: Las emociones de los niños

– Chiara Piroddi

Violencia Psicológica de Pareja ejercida en contra de mujeres Universitarias:

Caso de Estudio Universidad Tecnológica del Valle del Mezquital 2025



“Basta ya de minutos de miedo, de humillación, de dolor, de silencio. Tenemos derecho a que todos los minutos sean de libertad, de felicidad, de amor, de vida.” (Campaña Ni Una Menos, 2020)

Introducción

La violencia de pareja es una vivencia que por lo general es experimentada de forma silenciosa, que además ha ido en crecimiento en México. No solamente afecta a las mujeres, también a los varones y parejas del mismo sexo. Las víctimas pueden permanecer durante mucho tiempo en relaciones abusivas o simplemente ir de una relación a otra con la misma estructura violenta cada vez. Y tal vez siguiendo patrones sociales y familiares (Alvarez, 2017)

En México, la violencia de pareja está tipificada principalmente en la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, promulgada en 2007. Especificando a la violencia como física, psicológica, sexual, económica y patrimonial. Es así, el caso de la violencia psicológica la cual, delimita que son todos aquellos actos realizados en forma cotidiana para desestabilizar emocionalmente o dañar la autoestima de otra persona. Este tipo de violencia puede ser descrita en el ámbito familiar o en específico en la pareja entre otros. (LGAMVLV, 2007)

Para este estudio, la violencia psicológica en pareja que viven las universitarias, tiene rasgos en los actos violentos guiados a controlar diferentes aspectos de la vida de las jóvenes, así como generar aislamiento que les impida crear redes de apoyo sólidas ya sea de su núcleo familiar primario o secundario, amistades, círculo social, escolar o laboral, aparte de ejercer actitudes humillantes tanto en público como en privado, coaccionarlas ejerciendo presión, amenazas o tal vez manipulación con el motivo de anular las vivencias autónomas de libertad y toma de decisiones, además de crear codependencia para con su violentador. (Chafloque, 2016).

Violencia Psicológica de Pareja ejercida en contra de mujeres Universitarias: Caso de Estudio Universidad Tecnológica del Valle del Mezquital 2025

En 2021, en México, las mujeres de 15 años y más, que han experimentado al menos una vivencia de violencia psicológica a lo largo de su vida es el (51.6%), y con respecto al 2016 que se realizó una encuesta con la misma estructura, aumentó de (2.6%). Al hablar específicamente de la violencia psicológica dirigida a mujeres con Educación Media Superior completa es de (55.9%) y para mujeres con Educación Superior Terminada, el porcentaje acrecienta, pues es de (58.6%). (INEGI, 2021)

Los trabajos que anteceden el estudio, iniciaron en el 2015 en la Universidad Tecnológica del Valle del Mezquital, con alumnas pertenecientes a la carrera de Administración y Evaluación de proyectos. Se realizaron círculos de mujeres con diferentes temáticas como, mujeres maternando solas, dependencia emocional, normalización de la violencia, entre otras. Años después se trabajó con un proyecto nombrado "Compañeros Guía" en el cual el alumnado se interesó para aprender más y acompañar a sus pares capacitándose en el manejo de la violencia en la visión legal, emocional, así como redes de apoyo.

Objetivo del presente estudio es reconocer los niveles de violencia psicológica en pareja que están viviendo las alumnas de la UTMV en los programas educativos de Administración, Mecatrónica y Tecnologías de la Información en este año 2025 para generar propuestas, además de estrategias institucionales para apoyarlas en la superación de las vivencias violentas que les permitan desarrollarse en el ámbito educativo y más tarde laboral de la manera más exitosa posible.

Metodología

Mediante el uso de una metodología cuantitativa, se conocerán los niveles de violencia psicológica en pareja. Con una forma descriptiva de los resultados obtenidos y transversal pues las herramientas a utilizar, delimitadas como encuestas, serán aplicadas en un tiempo delimitado.

El instrumento elegido para aplicar, en forma completa ya fue aplicado para un diagnóstico en enero del 2023, y aplicado nuevamente ahora para 2025, además de que fue elaborado por el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables de Perú para medir los tipos de violencia en pareja (psicológica, física y sexual).



Solamente se tomaron los elementos pertenecientes a la violencia psicológica o emocional que constaron de cinco preguntas de datos socio-educativos (Programa educativo, Cuatrimestre, Edad, Género y Estado civil) y por último 33 preguntas dirigidas a la violencia psicológica, en las que la respuesta es dicotómica (Sí o No) de las cuales, siete miden la existencia de control, cuatro el aislamiento, nueve la humillación, cinco la coacción y ocho la dependencia, además de una última pregunta para conocer si la alumna gusta de participar en las actividades de apoyo hacia ellas en caso de vivencia de violencia psicológica. La encuesta fue emitida utilizando Google Forms con un link enviado a los directivos de cada carrera y solicitando su apoyo. Para la aplicación, cada programa educativo mediante tutores compartió el link y mantuvo el registro vía Whatsapp para el control de las respuestas del alumnado.

No se realizó muestreo ya que la encuesta fue aplicada al 100% del alumnado femenino de tres carreras, dando un total de 319 encuestadas, de las cuales, 256 son de la Licenciatura en Administración, 42 de la Ingeniería en Tecnologías de la Información y 21 de la Ingeniería en Mecatrónica. Las edades varían entre los 18 y 25 años.

Resultados

De las mujeres encuestadas, el (94.04%) son solteras, el (4.70%) viven en Unión Libre con su pareja, el (0.94%) son casadas y por último, el (0.32%) son viudas. Las edades fluctúan entre 18 y 31 años, siendo el (26.02%) de 19 años, el (18.18%) de 18, así como de 20 años y el (21%) pertenece a la edad de 21 años, de la misma forma, de 22 a 31 años son el (16.62%).

La violencia emocional con presencia de un mínimo de una vez en pareja abarca al (44.51%) de las mujeres que respondieron la encuesta. El control se ve reflejado en vivencias en un (33.23%). El rasgo de aislamiento se ha vivido en un (15.67%), la humillación con un (10.97%), por otra parte, la coacción cuenta con un (15.36%) vivida y la dependencia demuestra un (26.33%).

Las participantes que presentan las cinco formas de violencia psicológica son el (5.33%), quienes muestran cuatro elementos conjugados representan el (2.51%), aquellas que han experimentado tres factores son el (8.47%), el (11.91%) presenta dos factores y un elemento de violencia psicológica es el (15.67%).



Discusión

Haciendo un análisis de los resultados, muchas mujeres han vivido o están experimentando mínimo una vivencia de violencia psicológica en sus relaciones de pareja y haciendo notar que por las edades de las encuestadas, son mujeres jóvenes, las cuales se encuentran estudiando y que dichas experiencias violentas se ven reflejadas sobre todo en el control que su pareja infringe hacia ellas, la dependencia que se genera en la relación, seguidas de actos violentos al aislarlas de sus redes de apoyo, amenazas y coacción tanto por mantenerlas en humillación.

Se hace visible la existencia de experiencias violentas al interior de la comunidad universitaria, haciendo comparación también que, en la carrera de Administración, las aulas están repletas de jovencitas y los menos son varones, por el caso contrario, de Tecnologías de la información y Mecatrónica, que los grupos son en su mayoría conformados por hombres y de veinticinco a treinta alumnos, un porcentaje menor al (20%) son mujeres. La guía de acción para ofrecer apoyo será mediante talleres, apoyo psicoterapéutico por parte de especialistas ya sea en forma presencial, virtual, grupal o individual para reconocer la situación de las víctimas por ellas mismas, proporcionarles apoyo a la que así lo decida tener, en algunos casos, apoyarnos en el departamento legal de la Institución para realizar denuncias y hacer convenios con organizaciones que brinden apoyo a mujeres en situación de violencia.

Violencia Psicológica de Pareja ejercida en contra de mujeres Universitarias: Caso de Estudio Universidad Tecnológica del Valle del Mezquital 2025

Los trabajos que anteceden el estudio, iniciaron en el 2015 en la Universidad Tecnológica del Valle del Mezquital, con alumnas pertenecientes a la carrera de Administración y Evaluación de proyectos. Se realizaron círculos de mujeres con diferentes temáticas como, mujeres maternando solas, dependencia emocional, normalización de la violencia, entre otras. Años después se trabajó con un proyecto nombrado "Compañeros Guía" en el cual el alumnado se interesó para aprender más y acompañar a sus pares capacitándose en el manejo de la violencia en la visión legal, emocional, así como redes de apoyo.

Conclusiones

Ya que el objetivo de este estudio es reconocer los niveles de violencia psicológica en pareja que están viviendo las alumnas de la UTMV se denota que se ha cumplido, ahora solamente resta tomar acción en la parte Institucional para poder aportar en pro de un desarrollo sostenido e integral de una serie de estrategias sólidas y formales para apoyarlas no solamente en su formación académica, sino también en el desarrollo de seres humanos libres de violencia.

Puesto que sea una, pocas o muchas mujeres que estén inmersas en violencia en sus relaciones de pareja, que ellas puedan estar seguras de que hay alguien a quién recurrir, alguien en quien confiar y alguien que no las va a juzgar ni a revictimizar.

También sería interesante trabajar con otras universidades, realizar el mismo estudio y poder hacer comparaciones entre información y diseñar soluciones estratégicas.

Es de vital importancia que se focalice la atención en el tema de la violencia en pareja, puesto que con el hecho de que una persona exprese su vivencia es trascendental y valiosa, puesto que la violencia es una problemática social, que no solamente afecta en lo individual al violentado y su agresor, sino a la familia que es la célula principal del crecimiento de México, a la sociedad y a la cultura, va directo al desarrollo del ser humano.

Referencias

- Álvarez, F. J. (2017). La violencia de pareja: Un enemigo silencioso. Archivos de criminología, seguridad privada y criminalística. Dialnet, (18) 144-151.
- Chafloque Sánchez, C. I. (2016). Dependencia emocional y violencia psicológica en parejas atendidas en el Centro de Salud Paul Harris. INEGI. Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH). Ediciones 2016 y 2021.
- Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia. (2007). Diario Oficial de la Federación. México. <https://www.dof.gob.mx>
- Ni Una Menos. (2020, 25 de noviembre). Discurso en el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer [Evento público]. Recuperado de <https://www.niunamenos.org/evento>



Martha Becerril Falcón

Doctora en Gestión Pedagógica Humanista (UHH), Maestra en Ciencias de la Educación (UVM), Maestrante en Psicoterapia Humanista Existencial (UHH) y Licenciada en Administración de Empresas (Tec. De Monterrey).

Gerente de Capital Humano por 15 años en la industria metalmeccánica.

Actualmente Profesora de Tiempo Completo de la UTMV en la facultad de Administración.

Recuerdo mis primeros años de juego, cuando mis muñecas no solo eran compañeras de aventuras, sino también mis primeros estudiantes. Dibujaba con ellas, les daba clases imaginarias y soñaba con transformar el mundo desde un aula. Nunca imaginé entonces que esos juegos infantiles serían el primer esbozo de mi vocación docente.

Al ingresar al sistema educativo me percate de varias situaciones, como el rechazo de quienes saben más. Una barrera entre esos tantos años de servicio llegó un momento en que pensé que había equivocado mi tarea en esta vida. Pero comencé a involucrarme con mis alumnos y eso trajo gratas recompensas de estos, pues me abrazaban, me contaban sus vidas, confiaban en mí, los padres de familia a su vez comentaban que los niños hablaban en casa de lo que vivían en la escuela, todo se fue acomodando. Aprendí distintas cosas en instituciones particulares, como las del Gobierno del Estado. Poco a poco fui aprendiendo a trabajar mi intervención.

Desafíos del Camino Docente

No ha sido un camino fácil. Hubo momentos de duda, instantes donde pensé que había tomado un rumbo equivocado. El sistema educativo a veces parece una muralla que separa a quienes saben de quienes aprenden. Pero entonces descubrí el verdadero secreto: la educación no es sobre transmitir conocimiento, sino sobre construir puentes.

La Mediación Pedagógica: Más Allá de la Enseñanza

Mi maestría en Mediación Pedagógica Humanista fue un punto de inflexión. Comprendí que educar es un arte de conexión. No se trata solo de llenar mentes, sino de encender pasiones, de acompañar procesos, de reconocer en cada estudiante un mundo por descubrir.

He tenido la oportunidad de ser "Tutora" por tres años y poder colaborar con compañeras educadoras y compartir el desarrollo de su función. Esto me dio la gran oportunidad de realizarlo de la mano de la Maestría, poder ser un mediador con la figura docente, quienes también requieren de este gran apoyo, permitiendo ser incluyentes, mostrando la oportunidad de desarrollar el potencial humano en ellas.

Hoy en día el estar cursando un Doctorado ha sido para mí un parteaguas, porque este gran enfoque humanista ha tenido un gran impacto no solo en mi vida laboral, sino también en el personal, dado la pauta para reconocer que no erré mi vocación y que los talleres que doy a través de la lúdica tienen esos valores intrínsecos en el humanismo, que las personas que intervienen dentro de los procesos enseñanza aprendizaje requieren de una comunicación fuerte y tangible.



Mtra. Verónica Medina Ang Collan

Doctorante de Gestión Pedagógica Humanista 8va Generación UHH
Maestría en Mediación Pedagógica Humanista UHH
Licenciada en Educación UPN

"Enseñar es un acto de amor, una forma de amar. No hay otro camino más que el de la ternura."

Principios Humanistas en Acción

Mis talleres, mis clases, mi doctorado, todo converge en un punto: desarrollar el potencial humano. No desde la imposición, sino desde el reconocimiento. La educación contemporánea necesita docentes que sean faros, no solo transmisores de información.

Reflexión Final: Educación como Vocación

El humanismo no es un método, es un estilo de vida. Es mirar a cada persona —sea estudiante, colega o padre de familia— como un ser único, con dignidad infinita. Es reconocer que cada intervención educativa tiene el poder de transformar no solo un individuo, sino comunidades enteras.

Un Llamado Personal

Mi práctica docente ha dejado de ser un trabajo para convertirse en una misión. Una misión de formar seres críticos, honestos, capaces de construir un mundo más justo. Un mundo donde la educación sea el puente entre lo que somos y lo que podemos llegar a ser.



“Yo no estudio para saber más, sino para ignorar menos.” – Sor Juana Inés de la Cruz

Escrito por: Rosaura Guadalupe Cerecedo Cajica

Creyente y practicante de una educación que humanice

En México, varias mujeres han sido clave en la transformación de la educación y la salud mental, realizando contribuciones significativas hacia la construcción de un enfoque humanista en estos ámbitos. Una de las más influyentes fue, sin duda, Sor Juana Inés de la Cruz, quien, aunque en un contexto muy distinto, promovió el acceso de las mujeres a la educación y defendió el conocimiento como un derecho fundamental. Sor Juana desafió las limitaciones impuestas a las mujeres de su época, defendiendo el acceso al conocimiento como una forma de libertad intelectual. Su obra, que abarca desde la poesía hasta la filosofía, establece una profunda conexión entre el pensamiento racional y el amor por el saber. Proponía una educación integral que fomentara la libertad de pensamiento, la crítica constructiva y el respeto por la diversidad intelectual y humana, convirtiéndose en un gran referente de lucha por los derechos de las mujeres en el ámbito educativo.

Otra mujer cuya influencia fue esencial fue Elena Garro, conocida como "la reina de las paradojas", una escritora que, a través de su visión literaria, abordó temas sobre la psicología humana y las emociones. Garro fue una de las escritoras más importantes del siglo XX y, a través de su obra, invitó a la reflexión sobre las dinámicas sociales y culturales que afectan al individuo, especialmente a las mujeres. Abordó temas como la identidad, el sufrimiento humano y los trastornos psicológicos, vinculándose estrechamente con la salud mental y la educación. Su enfoque humanista cuestionó las estructuras rígidas de poder y opresión, ayudando a entender los traumas y enfermedades mentales desde una mirada crítica y simbólica. Una de las frases más poderosas de Elena Garro, que encapsula su enfoque humanista, dice: "La soledad es el precio de la libertad". Esta frase no solo refleja la alienación social, sino también la alienación mental que experimentan las personas cuando no son escuchadas ni comprendidas.

Entonces, surge una pregunta que invita a la reflexión: ¿Cuántas mujeres han impactado en la educación y la salud mental? Algunas son reconocidas, pero muchas otras, cuyas huellas quizás nunca conoceremos,

también han dejado un impacto profundo. Sin embargo, la verdadera pregunta es: ¿Cuál es nuestra responsabilidad para transformar, luchar y concientizar desde el lugar donde nos encontramos?

Es una cuestión desafiante y retadora, ¿no crees? Recuerdo que, en algún momento, una frase tocó profundamente mis sentidos: "Las huellas no se desvanecen en las personas que tocamos". Desde ese momento, entendí el compromiso que tenía conmigo misma y con la sociedad. Me di cuenta de que era fundamental escuchar las necesidades de los demás, explorar opciones, sentir sus emociones, percibir sus propósitos y disfrutar del placer de compartir. Este proceso de transformación personal me permitió valorar la enseñanza como un proceso que va más allá de los conocimientos académicos y que se convierte en un verdadero placer, tanto para el educador como para el alumno.

Lo que busco transmitir con estas palabras es que las ilusiones, sueños y esperanzas dependen de las huellas que, como mediadores o psicólogos, podemos dejar en cada corazón con el que establecemos una conexión genuina. No se trata solo de un aula, sino de un acompañamiento emocional, que es la parte más importante de todos los procesos educativos.

Como decía Paulo Freire: "La desesperanza nos inmoviliza y nos hace sucumbir al fatalismo, en el que no es posible reunir las fuerzas indispensables para el embate recreador del mundo". La esperanza es una necesidad ontológica del ser humano, que nos permite percibir lo que no vemos y encontrar las fuerzas para transformar el mundo que nos rodea. Desde esa mirada, siempre será posible influir en la forma de pensar, sentir y actuar de las personas. Pero más allá de eso, debemos intentar comprender cómo cada individuo conoce su capacidad humana y ajuste creativo, cómo entiende su mundo y cómo esto influye en su proceso de transformación y crecimiento.



Desde el aula hacia el ser: el poder de la lectura reflexiva en la transformación educativa

Escrito por: Mariana Rodríguez Juárez
Psicóloga y terapeuta

Hace un par de días leí con algunas alumnas “Todos deberíamos ser feministas” de Chimamanda Ngozi Adichie. El sello característico de la autora de este poderoso ensayo es que logra llevarnos a un profundo análisis del tema a través de sus propias experiencias. Gracias a su vulnerabilidad, apertura y transparencia, las historias de cada una de nosotras, sus lectoras, comenzaron a conectar con los escenarios en los que nos muestra los prejuicios en torno a la lucha por la equidad de género, demostrando que el feminismo no es un movimiento excluyente ni agresivo, sino una necesidad social que busca justicia para todas las personas.

Leer este texto, que nos llevó tan solo unos minutos, logró ampliar nuestra perspectiva sobre la desigualdad de género y a cuestionarnos estructuras de poder que han sido normalizadas. Me descubrí tan conectada y conmovida por las reflexiones e historias de mis alumnas con las que había convivido en el aula, pero que desconocía sus reflexiones, opiniones y testimonios en relación al feminismo, que me permití compartir lo mío. El espacio seguro que pretendí fuera exclusivo para ellas, resultó ser también para mí gracias a su amorosa escucha y empatía.

Este taller de lectura dedicado a conmemorar el Día Internacional de la Mujer, se diseñó con el objetivo de aperturar espacios para las mujeres de la comunidad humanista en los que pudieran aprender, conocer, compartir, reflexionar y dialogar sobre sus experiencias de Ser Mujer, y qué bello ver cómo el aula se convirtió en un círculo de análisis sobre los efectos del machismo y el sistema patriarcal en la salud mental y el bienestar emocional.

*Hace un par de días leí
con algunas alumnas
“Todos deberíamos ser
feministas”...*

Las narrativas de Chimamanda evidencian cómo los estereotipos de género imponen cargas emocionales que pueden limitar el desarrollo personal y profesional de hombres y mujeres, por lo que nos invita a la reflexión de que ser feminista significa reconocer estas injusticias y trabajar activamente para erradicarlas.

Hubo una época en la que estas lecturas y estos espacios para las mujeres eran una ilusión (recordemos que el acceso a la educación fue un logro de la lucha feminista), y hoy estar dialogando entre mujeres sobre feminismo a partir del escrito de una mujer nigeriana es para detenernos a admirar el pasado del que nos han liberado otras mujeres y el futuro que nos queda por vencer.

Mi sueño es que se levanten más mujeres escritoras y que sean leídas por todos.



Educación de corazón a corazón, oportunidad, transformación y potencial

Escrito por: Imelda Barrera Viveros
Experta en Desarrollo del Potencial Humano

“Solo son tus alumnos...” escuché en una ocasión (como si ser estudiante determinara una categoría menor de ser humano) y estas palabras se mantuvieron en mi cabeza por un tiempo, tratándome de integrarlas a mi desempeño como docente, sin embargo, reconocí que era justo ese estatus de estudiante lo que me motivaba a estar cercana a ellos, retomé mi instinto y continuo en mi andar acompañando desde el corazón.

Soy Imelda Barrera Viveros, una docente que a lo largo de mi trayectoria impartiendo clase en algunas universidades, he podido significar y constatar la importancia de reconocer la variedad de elementos que implican el trabajo dentro de las aulas, además de lo estrictamente académico.

Si bien, María Montessori en su momento generó un modelo educativo enfocado en los niños, reconozco que su modelo es absolutamente útil, aplicable y necesario en estudiantes de nivel universitario, que al saberse reconocidos, escuchados, incluso retados, disfrutan y se alegran de los conocimientos adquiridos a lo largo de sus cursos.

Uno de las mayores contribuciones de Montessori es su incesante lucha por el respeto a los Derechos de los Niños, buscando otorgarles un ambiente escolar respetuoso, estimulante y amoroso y es justo lo que tengo en mi mente y mi corazón en cada encuentro con mis estudiantes, veo en cada uno a seres humanos en construcción, desbordados de energía, curiosos, inexpertos y que recurren a un centro educativo que los capacite para desempeñar la profesión que han elegido como medio de vida y es para mí el espacio ideal para otorgarles ese ambiente de confianza y seguridad y que en algunas ocasiones ha sido un remanso en su agitada vida y he logrado dar espacio a la libre expresión, que permite el desahogo y reconocimiento de sus emociones, lo que a su vez, fortalece su autoestima y su capacidad de comunicación, lo cual aplico apelando a los principios que justo Montessori nos legó afirmando que una educación verdaderamente transformadora no solo moldea, sino que también cultiva la paz interior, la empatía, el respeto por los demás y el mundo que nos rodea.

*No solo son mis alumnos,
son seres que dan alegría,
sentido y utilidad a mi
existencia...*

Procuró en cada oportunidad, reconocer su individualidad y valoro lo que cada uno tiene que aportar y me sorprende ante sus capacidades y talentos, así como también disfruto de su energía y sentido del humor, cuidando siempre de mantener un espacio de respeto a su dignidad y sana convivencia, que garantice una adecuada salud mental.

Sin duda nuestra maravillosa Universidad Humanista Hidalgo, entre otras teorías, basa su propuesta pedagógica en el modelo Montessori y prueba de ello es la alegría con que se aprende y se vive en sus aulas, la experiencia es el origen del aprendizaje.

No solo son mis alumnos, son seres que dan alegría, sentido y utilidad a mi existencia, que me brindan la oportunidad de ofrecer y compartir mutuamente conocimientos y experiencias que busco hagan la diferencia al egresar jóvenes que amen y respeten su profesión y me sentiré orgullosa y honrada de saber que contribuí con su formación y de la manera que siempre les digo: “el aprendizaje debe ser un motivo de alegría y de disfrute, no una tortura”.

No solo son mis alumnos, son mis compañeros de camino, mis maestros, me enseñan lo sencillo, lo divertido, las tendencias sociales, ideas locas, la espontaneidad y yo, solo puedo corresponderles mostrando mi corazón.

“Una prueba de lo acertado de la intervención educativa es la felicidad del niño” María Montessori

Resignificando la vida *después de la muerte de un ser amado*



Una semana después de la muerte de mi hija, acompañe a mi otra hija de 12 años a una librería, recuerdo que esos primeros días no podía dormir, que despertaba y me daba mucho miedo, deseaba fuera una pesadilla lo ocurrido pero segundos después de despertar, reaccionaba y veía la realidad. Mientras mi hija buscaba algún libro; a lo lejos vi una portada que tenía por título "Elije no tener miedo" de Gay Pérez, el cual compré, sin saber que era un libro de tanatología, comencé a leerlo y no pare hasta terminarlo. Fue el primer día que pude dormir y ahí comencé a resignificar mi vida y mis diálogos.

Yo falle como madre, por yo traje a mi hija al mundo por amor.

Mis éxitos y fracasos dependen de mis hijas por dependen de mí.

Mis éxitos y fracasos dependen de mis hijas por dependen de mí.

Que no existe amor incondicional, por sí existe el amor incondicional y es el que se tiene a los hijos.

El ser madre y padre no se terminó al morir nuestra hija porque aún seguimos siendo sus padres en la ausencia de una y en presencia de la otra.

A los seis meses, una de mis amigas me invita a estudiar el Diplomado de Tanatología en la Universidad Humanista de Hidalgo el cual me sostuvo y continúe resignificando, al mismo tiempo nace "Sentido Arte y Vida" un grupo de colegas y amigas en el que nos dedicamos a dar talleres, cursos y conferencias de Desarrollo Humano y que al concluir el Diplomado en Tanatología abrimos grupos de duelo los cuales siguen vigentes, actualmente estoy por concluir la maestría en Psicoterapia Humanista Existencial, en la misma universidad, también estoy en grupos de estudio filosófico, sigo aprendiendo y resignificando, la verdad no ha sido nada fácil porque aún hay días que me siento como en una montaña rusa unos arriba y otros abajo.

Resignificando la vida *después de la muerte de un ser amado*

El ser humano: es un ser de relación, de significados, de discursos lingüísticos, de cambios, de crecimientos, de creatividad, de asombro, de evolución, pero, sobre todo, es un ser doliente. Después de la muerte de un ser amado podemos cambiar significados y resignificar nuestros diálogos lingüísticos para poder aceptar su muerte y así enfrentar los absurdos de la vida como lo son las pérdidas.

¡El absurdo de la vida, muchas veces nos sorprende y a mí me sorprendió!

Cuando se es padre o madre uno cree que los hijos serán quienes nos entierren y muchas veces no es así. Soy una madre que enterró a su hija mayor de 14 años quien se suicidó el 28 de febrero del 2022, ese día, ese mi mundo que era, dejó de ser y miles de preguntas sin respuesta surgieron, porque no mostro señal alguna de su decisión, me cuestioné: ¿De qué me sirvió estudiar desarrollo humano sino puede darme cuenta de lo que pasó? Hoy sé que gracias a eso que estudie y que sigo estudiando hoy estoy de pie.

**¡El absurdo de la vida,
muchas veces nos
sorprende y a mí me
sorprendió!**

Son muchas cosas las que he aprendido, aprendí que aquel que estudia como médico cardiólogo no es inmune a un infarto, aprendí que no existe una palabra que consuele en un velorio, aprendí que no es necesario decir nada, que basta solo con estar, aprendí que uno se siente morir y la realidad es que ahí no morí, aprendí que al dejar ir a quienes amamos nos atraviesa una daga al corazón, aprendí que no existe una palabra para nombrar a un padre o madre a quien se le muere un hijo, aprendí que mi duelo no era igual al de mi esposo, al de mi otra hija, al de los abuelos, al de los tíos, al de las primas y al de los amigos. Cada uno de manera particular lo procesa diferente a su tiempo y a su ritmo, pero también aprendí que ese dolor de esa pérdida, nos une hoy. Aprendí muchas otras cosas más y sigo aprendiendo.



Resignificando la vida después de la muerte de un ser amado

La mayoría de las personas no queremos saber del tema de la muerte, como si evadirla garantizara no enfrentarla, la realidad es que la muerte convive con la vida y la vida con la muerte una a lado de la otra, saber de la muerte ayuda a enfrentarla y a enfrentar la vida, decía Marco Aurelio "Recuerda que morirás y eso dictara lo que piensas, lo que dices y lo que haces"

Reconocer la muerte puede potencializar la vida, Víctor Frankl en su libro "El hombre en busca de sentido" nos dice que: a pesar de las circunstancias más adversas, es posible vivir una vida, que nos podrán quitar todo menos la libertad de elegir como vivirla, anima a buscar la novedad, a concebirla con creatividad y responsabilidad sobre todo de forma muy particular en tiempos de crisis. Hoy me resuena la palabra "búsqueda" y en esta capacidad de resignificar hoy elijo cambiarla por "crear", crear un sentido de vida es mi invitación a quien el absurdo lo sorprendió con alguna pérdida.

Creo firmemente que la existencia humana se conoce en vivo, a flor de piel, en las partes más trágicas que experimentamos en la vida y tenemos dos opciones una la que me limita, la que me disminuye, donde me pierdo existencialmente y dejo de ser posibilidad, donde quiero dormir y no saber de nada, de absolutamente nada, donde quiero hacer algo y no puedo, donde la felicidad y satisfacción no se dan y la otra opción es cuando me impulsa, me despierta y me hace ser más consciente de cada momento, me apertura a nuevas perspectivas, me cataliza a importantes cambios vitales y potenciales que enriquecen y alimentan mi vida.

Hoy sé que la vida después de la muerte de un ser amado deja de ser como era y a veces queremos aferrarnos a que siga igual y la realidad es que la vida continua, también sé que si hay vida después de la pérdida de un ser amado aun cuando no lo creamos ni lo veamos, la verdad es que, si hay otra vida, y es la vida actual donde emerge el eco de su legado, de recordarla y hacerla presente, así es como la vivo, así es como ella vive, dejando de estar conmigo para estar en mí.

Te invito a resignificar la vida después de la pérdida de tu ser amado, la vida misma demanda un reconstruir a partir de las ruinas, crea un ¿para qué? más que un ¿por qué?, da resignificados a los significados porque estar vivo es estar en cambio, si no cambias no estas vivo, la vida es cambio, renovación, reinención, de resignificación y adaptación para la evolución y recuerda: "En este mundo, en esta existencia no somos nada, pero también somos todo"



YASMÍN PINEDA HIGUERA

Lic. Desarrollo Humano.

Certificación en Coaching, PNL

Diplomada en Arteterapia, Meditación y Tanatología

Tallerista y una de las fundadoras de "Sentido Arte y Vida", donde se dan talleres, curso de desarrollo humano y grupos de duelo, de manera presencial y online.

Acompañamiento de manera individual en tanatología, en meditación y arteterapia presencial y online.

Actualmente cursando el último semestre en la maestría de Psicoterapia Humanista Existencial.



Mujeres que Transformaron la Educación y la Salud Mental:

Un Viaje de Transformación Personal



Siempre intentando, siempre fallando... intentando de nuevo, fallando mejor. Estas palabras han resonado en mi mente durante años, y hoy las comparto con ustedes desde la experiencia, desde el corazón.

Soy originaria de Huejutla de Reyes, Hidalgo, y con orgullo llevo en mí ser la esencia huasteca. Un 13 de febrero, tomé una de las decisiones más difíciles de mi vida: dejar mi hogar para emprender un camino incierto. El miedo me envolvía porque soltar lo conocido para abrazar lo desconocido es un acto de valentía, pero también de vulnerabilidad. Sin embargo, comprendí que los cambios más profundos nacen precisamente de ese arrojito, de atreverse a caminar sin ver con claridad el suelo bajo nuestros pies.

Mi transformación no solo implicó un cambio de residencia, sino también un salto profesional. Cuando me ofrecieron trabajar como psicóloga en un Centro de Adicciones, sentí el vértigo de la incertidumbre. "¿Te animas?", me preguntaron. Con el estómago revuelto por los nervios, pero con una convicción interna que aún no comprendía del todo, respondí con firmeza: "Sí. ¿A dónde tengo que ir?"

Han pasado nueve años desde aquella decisión, una de las más importantes de mi vida. A lo largo de este tiempo, he acompañado a personas que sienten que fallan una y otra vez, pero que, a pesar de ello, siguen intentándolo. He aprendido que, en el proceso de cambio, lo más importante no es la certeza del éxito, sino la voluntad de intentarlo una vez más.

Sanar, educar, acompañar

Como terapeuta, mi trabajo con personas que consumen sustancias psicoactivas ha sido un reto inmenso. Me ha puesto de frente con la frustración, la tristeza, el enojo y el dolor. Pero también me ha permitido ser testigo del poder de la resiliencia, del coraje humano y de la profunda capacidad de transformación que todos poseemos.

Las mujeres en la historia han sido clave en la evolución de la salud mental y la educación. Desde pioneras como Dorothea Dix, quien luchó por la dignidad de las personas con enfermedades mentales, hasta María Montessori, cuya visión pedagógica revolucionó la forma en que entendemos el aprendizaje, su legado nos recuerda que la educación y la salud emocional no pueden separarse. Cada mujer que ha desafiado los paradigmas de su época ha pavimentado el camino para que hoy podamos acompañar a otros en sus propios procesos de cambio.

Rompiendo estigmas, abriendo caminos

Trabajar con personas que luchan contra las adicciones me ha enseñado a ver más allá de los prejuicios. He aprendido que el consumo de sustancias no es una cuestión de falta de voluntad o debilidad moral, sino una respuesta a contextos, heridas y necesidades no resueltas. Comprender esto cambia por completo la manera en que acompañamos a quienes buscan una salida.

Mujeres que Transformaron la Educación y la Salud Mental:

Un Viaje de Transformación Personal

¿Cuántas veces nos hemos sentido atrapados en patrones de conducta que parecen inquebrantables? Todos, en algún momento, hemos sido como Sísifo, empujando cuesta arriba una roca que, una y otra vez, vuelve a rodar colina abajo. Sin embargo, seguimos intentándolo porque en el esfuerzo mismo reside la esperanza. No siempre sabemos si llegaremos a la cima, pero la posibilidad de transformación siempre está ahí, esperando a ser descubierta.

Como mujeres en la educación y la salud mental, nuestro trabajo es precisamente ese: mostrar caminos, abrir posibilidades, acompañar sin juzgar. Es ser el espejo en el que otros puedan verse con compasión y encontrar la fuerza para intentar una vez más.

Escuchar para Sanar

La verdadera transformación ocurre en el espacio del encuentro, en la escucha profunda. Comprender a alguien implica sumergirse en su historia, reconocer su dolor y sostener su proceso sin querer acelerarlo.

Harlene Anderson y Harold Goolishian lo expresaron con una belleza que cala en el alma:

Si ustedes hubieran sido capaces de entender que yo tenía que estar loco para ser lo suficientemente fuerte para afrontar este miedo mortal... Si ustedes me hubieran escuchado, entonces habríamos podido controlar a aquel general loco... Pero no fue así.

Escuchar a cada "general loco", desentrañar su historia y dialogar con él es uno de los actos más humanos que podemos realizar. Es en esa escucha donde la educación y la salud mental se entrelazan, donde el aprendizaje deja de ser una transmisión de información para convertirse en un proceso de transformación genuina.

Hoy, al mirar atrás, sé que cada paso incierto me llevó a donde debía estar. Las mujeres que han cambiado la historia de la educación y la salud mental nos enseñan que no hay un solo camino, que cada error es una oportunidad y que cada historia merece ser contada. Sigamos transformando, sigamos escuchando, sigamos acompañando. Porque siempre se puede intentar una vez más.



- Lucerito Vargas Hernandez
Maestra en
Psicoterapia Humanista Existencial

*"En cada nuevo comienzo
reside la posibilidad de
crear algo grandioso"*

Alan Cohen



Colabora en nuestro próximo número y sé parte de una comunidad humanista creativa y creadora

Nuestra razón de ser ...

www.humanistahidalgo.edu.mx



@uhhpachuca



@uhhoficial



@uhh_mx



@HumanistaHgo



@Humanista
Hidalgo



@Universidad
Humanista
Hidalgo



SÉ PARTE

**Mariano Arista 107, Colonia Centro
CP 42000
Pachuca de Soto, Hidalgo**

