

GACETA UHH



"CONSTRUYENDO UN MUNDO MÁS HUMANO, UNA PÁGINA A LA VEZ"

MAYO 31 EDICIÓN 2024 NÚMERO 06

"Fortaleciendo la comunidad: un viaje de resiliencia en el Modelo Pedagógico Humanista"





"La resiliencia no es una condición de carácter; es el resultado del proceso de navegación exitoso a través de la adversidad"

Dr. Michael Ungar,
psicólogo y experto en
resiliencia

CONTENIDOS

04

Editorial

05

Identidad Humanista

07

Luces de la Psique. (artículo especial).

09

Cultura

11

Modelo Humanista

11

Academia

17

Colecciones

19

Claustro Docente

21

Reflexiones

22

Teóricos y Terapeutas

24

Horizontes Humanistas



CONTENIDOS

Gaceta UHH

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

Año 2, número 6, Mayo 2024

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

Mtra. 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 Ramírez.
- Esperanza Abigail Olvera Rangel.
- Dr. Norberto E. Hernández Pliego.
- Dr. Miguel Jarquín.
- Mtra. Karmina García Gómez.
- Dra. Leyza A. Fernández Vega.
- Dra. Rosaura Cerecedo.
- Dra. Vanessa Santiago Pérez.

Imágenes

-Janeth Lugo

-También colaboran

- Mtro. Fabián Francisco Hernández Ángeles
- Mtra. Keila Saharaim Aguilar Ramírez
- Lic. Rafael Ramírez Ramírez



"La clave para la resiliencia es la capacidad de replantear los desafíos como oportunidades de crecimiento"

Dra. Kelly McGonigal,
psicóloga y autora.





Mtra. Keila Saharaim Aguilar Ramírez
Directora Técnica
Plan SEPH/UNAM

EDITORIAL

Resiliencia y Comunidad: El Poder Transformador del Modelo Pedagógico Humanista



Querida comunidad universitaria:

Es un honor darles la bienvenida a esta edición de nuestra Gaceta, dedicada a un tema que nos une y nos define: "Fortaleciendo la comunidad: un viaje de resiliencia en el Modelo Pedagógico Humanista". En un mundo donde los desafíos y cambios son constantes, es esencial recordar y celebrar la fortaleza y el espíritu de resiliencia que nos caracterizan como comunidad universitaria.

A lo largo de mi carrera de 26 años, he tenido el privilegio de observar y participar en el crecimiento de innumerables estudiantes, docentes y profesionales que, día a día, demuestran que el aprendizaje va más allá de las aulas. Nuestro modelo pedagógico humanista no solo busca la excelencia académica, sino también el desarrollo integral de cada individuo, promoviendo un ambiente donde cada voz es escuchada y cada sueño es valorado.

Enfrentando los retos con valentía y determinación, hemos creado juntos un espacio donde la educación y el crecimiento personal van de la mano. Hemos aprendido que, al igual que en el telar de la vida, cada hilo representa nuestras experiencias, sueños y desafíos, formando un tejido fuerte y resiliente que nos sostiene y nos impulsa hacia adelante. Inspirados por la sabiduría de pensadores como Carl Jung y Viktor Frankl, entendemos que tocar un alma humana es reconocer nuestra propia humanidad. Es en este espíritu que invito a cada uno de ustedes a continuar participando activamente en esta travesía de crecimiento y aprendizaje, transformando obstáculos en oportunidades y fortaleciendo los lazos que nos unen.

Celebremos juntos este viaje de resiliencia y sigamos construyendo una comunidad universitaria vibrante, inclusiva y solidaria. Que esta edición de nuestra Gaceta sirva como un recordatorio de nuestro compromiso compartido y nuestra capacidad infinita para adaptarnos y prosperar, incluso en los momentos más desafiantes.

Con afecto y gratitud,

IDENTIDAD UNIVERSITARIA

"Explorando el Futuro: Feria Profesiográfica SEPH 2024"

Los pasados 23 y 24 de mayo, nuestra universidad tuvo el honor de participar en la Feria Profesiográfica, organizada por la Secretaría de Educación Pública de Hidalgo (SEPH). Este evento, de gran relevancia para la orientación vocacional y profesional de los jóvenes, fue inaugurado por el Dr. Natividad Castrejón Valdez, Secretario de Educación Pública, y contó con la distinguida presencia de nuestra Directora General, Mtra. Virginia Hurtado Salinas.

Como institución privada líder en los campos del desarrollo humano, la educación y los negocios, estamos firmemente comprometidos con ofrecer una formación integral y de alta calidad a nuestros estudiantes. En nuestro stand, los asistentes pudieron conocer de primera mano nuestros innovadores programas académicos, diseñados para preparar a los futuros profesionales con las habilidades y conocimientos necesarios para destacar en sus respectivas áreas.



Nuestro cuerpo docente, altamente calificado y con una vasta experiencia, estuvo presente para resolver dudas y brindar asesoría personalizada sobre nuestras carreras y oportunidades de desarrollo profesional. Esta interacción directa permitió a los estudiantes y sus familias obtener una visión clara y detallada de lo que nuestra universidad puede ofrecerles.

Además, presentamos en vídeo nuestras modernas instalaciones y los recursos que ponemos a disposición de nuestros estudiantes para asegurar una experiencia educativa de vanguardia. Las actividades interactivas, como las pruebas vocacionales y las charlas informativas fueron un éxito, permitiendo a los asistentes explorar las múltiples oportunidades que nuestra universidad ofrece.

Invitamos a todos a visitarnos y descubrir por qué nuestra institución es la mejor opción para quienes buscan una formación académica de excelencia en desarrollo humano, educación y negocios. Agradecemos su presencia en este evento tan importante y esperamos continuar fortaleciendo la comunidad educativa con nuestra participación activa y compromiso con la calidad. ¡Nos veremos en la próxima feria!



IDENTIDAD UNIVERSITARIA

Celebrando el Día del Psicólogo: Inspiración y Aprendizaje en las Psico-Charlas



¡FELIZ DÍA PSICÓLOG@S!

En un ambiente lleno de entusiasmo y conocimiento, la comunidad universitaria se reunió para celebrar el Día del Psicólogo con nuestras enriquecedoras "Psico-charlas". Este evento, diseñado para honrar y aprender de los profesionales en el campo de la psicología, contó con la participación de tres destacados egresados de la Universidad Humanista Hidalgo: Psic. Jorge Israel Acosta Escorcía, Psic. Ana Karen Castro Arroyo y Psic. Anayansi Cisneros Soni.

Estos profesionales, orgullosamente formados en nuestra universidad, compartieron sus experiencias y el camino recorrido en su carrera. A través de relatos inspiradores y consejos prácticos, enriquecieron a las futuras generaciones de psicólog@s en formación, destacando la importancia de la empatía, la resiliencia y el compromiso en el ejercicio de esta maravillosa profesión.

La interacción con nuestros expositores permitió a los estudiantes comprender mejor las realidades del campo laboral, así como los desafíos y satisfacciones que conlleva la práctica de la psicología. Cada uno de los invitados aportó una perspectiva única, reflejando la diversidad y riqueza de la profesión.

Agradecemos profundamente a Psic. Jorge Israel Acosta Escorcía, Psic. Ana Karen Castro Arroyo, y Psic. Anayansi Cisneros Soni por su entusiasmo y generosidad al compartir sus historias. Su dedicación y éxito son una inspiración para todos nosotros y un testimonio del impacto positivo que los psicólogos pueden tener en la sociedad.

Sigamos celebrando y apoyando a todos los psicólogos que, con su trabajo diario, contribuyen al bienestar y desarrollo integral de las personas. Su labor es esencial para construir una sociedad más saludable y equilibrada, y cada intervención que realizan tiene el potencial de transformar vidas de manera profunda y significativa.

Este día es una oportunidad para reconocer y valorar su labor incansable, que tantas veces pasa desapercibida pero es fundamental para el equilibrio emocional y psicológico de la comunidad. Los psicólogos trabajan en múltiples contextos, desde clínicas y hospitales hasta escuelas, empresas y organizaciones comunitarias, llevando siempre consigo su compromiso con la empatía, la comprensión y el apoyo emocional.

Es importante recordar que, detrás de cada historia de superación y cada proceso de sanación, hay un psicólogo que ha dedicado su tiempo, energía y conocimientos para acompañar a las personas en sus momentos más difíciles. Su dedicación no solo mejora la calidad de vida de los individuos, sino que también fortalece el tejido social al promover relaciones más saludables y entornos más comprensivos y solidarios.



Haciendo remembranza, mi primer acercamiento a la Psicología, irónicamente, significó alejamiento. Pues conocí a la primera profesional de la disciplina, quien se encontraba aparentemente encerrada en un cuartito descuidado, con un bonche de hojas viejas y unos diez u once lápices de colores mordidos. La luz apenas entraba por la rendija de una ventana oxidada, cubierta con papel estraza y periódico para "resguardar la privacidad del paciente", (o tal vez, para cubrirse del sol). Le hacía compañía su termo de café caliente y una mirada expectante. También yo, desparramada en una pequeña silla de plástico contando los minutos para irme. Después de un rato, me pidió dibujar mi casa; orden que seguí al pie de la letra sin mucho entusiasmo.

A decir verdad, mi aportación era bastante simple, por lo que me pidió que fuera más creativa y explícita. Así que recordé que mi casa tiene grietas, y también un árbol seco en el jardín, pues me había olvidado de regarlo. De inmediato, al terminar de dibujar, ella se alarmó y comenzó a escribir cosas en su cuaderno. Yo me asusté, y le pregunté qué había observado. Por lo que comenzó a contarme una historia acerca de mi vida, mis sentires y pensamientos bastante apresurada para no haber preguntado nada en absoluto sobre mí, más que mi nombre.



Esperanza Abigail

Después de aquella sesión, pisé aquel consultorio unas tres veces más, hasta que comencé a evadirle. Cosa que hoy me acongoja, pues le recuerdo con ternura. Y comprendo que, para una persona que se olvidaba de regar el árbol de manera constante, hizo todo lo que estaba en sus manos.

Mucho después, decidí darle una segunda oportunidad a la psicoterapia, pues me rodeé de personas que hoy ya no están, pero que en su momento me orillaron a reflexionar un poco acerca de la Psicología. Eran dos de mis mejores amigas, quienes funcionaban como una cadenita; una empujaba a la otra para poder avanzar.

Nos veíamos antes o después de salir de sesión en la Avenida Revolución, por la tarde. Cuando los negocios estaban apunto de cerrar y nosotras de fundirnos en una misma. Y siempre hablaban de su proceso de sanación, cosa que hasta ese momento me parecía imposible y desconocido. Por lo que yo era figuradamente sorda. Pero el hecho de haberlas acompañado durante tanto tiempo, me invitó a reformar mis pensamientos extraños e inflexibles acerca de buscar ayuda.

En ellas habitaba el amor y la empatía en su máxima expresión. Éramos un grupo de tres mujeres que nos sabíamos distintas, a veces tristes y otras enamoradas. Enojadas y sinceras, honestas y catárticas. Tanto así, que cada que nos veíamos nos abrazábamos fuerte, y nos permitíamos llorar o gritar si era preciso.

Fue ahí, donde me abalancé ante la idea de abrazar, explorar y dejar de enjuiciar la intensidad que tanto había aborrecido, porque me veía con ojos prestados. Y decidí aceptar que necesitaba ayuda y acompañamiento. Hasta que me animé a ser yo a quien esperaran fuera del consultorio por la tarde. A escucharme, leerme e interpretarme. Y podría decir que las cosas siguieron así hasta el día de hoy, pero conocerme también implicó cosas dolorosas, como reconocer en las demás personas algo que me lastimaba.

Por lo que cada vez fueron menos constantes las salidas post-terapia con aquellas mujeres, cosa que me puso bastante triste. Pero sorprendentemente dejó de doler. Y ahora quien me esperaba en la salita del consultorio, era alguien que nunca había visto; todo aquello que presumía protegerme en los momentos más vulnerables y críticos del vaivén cotidiano.



Ahora ya no era un cuartito oscuro, con las ventanas de papel y el puño de lápices desgastados. Era tal vez un jardín en proceso de serlo, con la tierra fértil y luz abundante. Y al principio, planeaba que en aquél huerto crecieran mil y una flores iguales, del mismo tamaño, sin espinas, y sin "hierba mala"; de esa que nadie quiere, que todos arrancamos como si de peste se tratase. Pero no, el golpe al ego más grande fue que conforme más renegara acerca de la maleza, más raíces tendría. Y más costaría removerla.

Y antes que aceptarlo, decidí abrazar la resignación y dejar el jardín en blanco por un tiempo. Encontrando que todas aquellas partes (que por naturaleza no tienen ninguna otra orientación más que contemplarte humana), me conforman en su totalidad. Por lo que habría que renunciar a la angustia por alcanzar la perfección, tan venerada e injusta. Y abrir la puerta, (o al menos entrecerrarla) marcando el camino a seguir con nuestras huellas descalzas, invitando al compañero conocimiento a entrar; y permanecer ahí, quieto hasta que nos permitamos escucharle.

La existencia precede a la esencia, y permitirnos escoger hacia dónde queremos orientar aquél trozo de tierra fértil que nos representa es decisión propia, pero también está inspirada por nuestros cercanos (e incluso lejanos). Descubrimos con facilidad la presencia de aquellos que ya no comparten nuestros días efímeros. Una melodía, un sabor, una expresión o incluso la elección de nuestra vocación, todos ellos actúan como faros en el vasto océano de nuestra existencia. Aunque hayan abandonado físicamente nuestro día a día, su influencia persiste, resonando en cada fibra de nuestro ser y recordándonos su eterno legado en nuestras vidas. Con orgullo afirmo que reverencio con fervor los recuerdos de aquellos que me brindaron sus manos para erigir, sus pasos para navegar entre ruinas y sus miradas para penetrar el velo opaco que envolvía mi redescubrimiento.

No hay razón más valiosa para estudiar lo que deseas, que la alimentada por los recuerdos que inundan eufóricamente tu espíritu. Es la dedicación, motor de mi espíritu necio, quien ha encontrado el lugar perfecto para alimentar el entusiasmo por intentar (al menos en una mínima parte), comprender la Psique y su funcionamiento para ahora prestar mis pasos a los otros, mientras se permiten remover y resignificar aquello que les angustia y sumerge en la sozobra.

Hasta hoy, sigo siendo el trazo impulsivo y poco premeditado que me caracteriza. Pero siempre convencida de que la carrera que escogí es la elección más sensata que he tomado.

Autora: Esperanza Abigail Olvera Rangel
Licenciatura en Psicología
Quinto Cuatrimestre
Treceava Generación
Modalidad Escolarizado
Ganadora del concurso Luces de la Psique.

CULTURA

Cordelia Urueta



"Pinto como si el mundo fuera a desaparecer mañana".



Pintora de la luna, Cordelia Urueta

La obra de Cordelia Urueta, una figura integral para el arte del siglo XX en México, se destaca por su exploración audaz del color y la forma. Nacida en 1908 en la Ciudad de México, Urueta logró desarrollar su propio estilo y voz, lo cual fue reconocido en el panorama de la pintura mexicana. Criada en un hogar culturalmente rico, quedó bajo la influencia de su tío, el pintor Germán Gedovius, y de su esposo, el famoso muralista José Clemente Orozco. Aun así, Urueta encontró su propia voz artística, distinta del monumentalismo de Orozco, utilizando combinaciones de colores brillantes y formas abstractas que evocan tanto armonía como ruptura.

El crítico de arte Raúl Anguiano dijo sobre su obra que "no sólo desafía la percepción ordinaria del color, sino que redefine los contornos del expresionismo en México". Urueta utilizó colores que capturan la intensidad emocional de su vida y su resiliencia frente a la enfermedad y la muerte de seres queridos.

Las frases de Urueta frecuentemente reflejaban su filosofía de vida: "Pinto como si el mundo fuera a desaparecer mañana". Esta frase encapsula su urgencia y pasión por la expresión artística, y su creencia en la pintura como un acto de afirmación vital. Su obra puede ser vista como un diálogo continuo con la vida, una forma de capturar la efímera belleza del mundo.

Su influencia es palpable en generaciones subsecuentes de artistas, quienes han encontrado en su enfoque una valiosa lección sobre la autenticidad y la expresión personal sin concesiones. Artistas como Magali Lara y Martha Chapa han reconocido la importancia de Urueta en su propio desarrollo artístico, señalando cómo su legado sirve como un faro de originalidad y fortaleza.



Fragmento, Cordelia Urueta

ARTISTA del mes

Identidad Mexicana

Al final de su vida, la obra de Urueta reflejaba un acercamiento cada vez más introspectivo y espiritual, una búsqueda por trascender lo visible y tocar lo esencial de la existencia humana. Es aquí donde su vínculo con el humanismo y la resiliencia se hace más evidente. Su capacidad para transformar el dolor y la adversidad en expresiones de belleza y esperanza es un testimonio de su fortaleza y visión humanista.



• Sin Título, Cordelia Urueta



• La niña y la muerte, Cordelia Urueta

La obra de Cordelia Urueta es un claro ejemplo de cómo el arte puede ser una forma de resistencia y resiliencia. A través de su lente, aprendemos que la capacidad de reconstruirse y florecer a pesar de las adversidades es esencialmente humanista, y su legado perdura como un recordatorio poderoso de la tenacidad y la belleza del espíritu humano.

Simbolismo cultural

Como apuntó Octavio Paz, "la historia de la pintura en México es también una historia de rebeldía contra la opresión, y en esta historia, Cordelia Urueta ocupa un lugar especial por su capacidad para convertir el sufrimiento en celebración". En esta dualidad, su obra no solo es un reflejo de su vida sino también un espejo del alma humana que persiste y se regenera a través de los desafíos.



• Mujer en rosa, Cordelia Urueta

MODELO HUMANISTA

RESPONSABILIDAD Y PRESENCIA

EL PROGRAMA EDITORIAL DE LA UNIVERSIDAD HUMANISTA HIDALGO



El desarrollo de la universidad como institución educativa se puso tres tareas sustantivas, de las cuales una es llamada *extensión universitaria*, término que se ve impropio, pues suena a colonización: la universidad sabihonda, va a educar a los pobres ignorantes. Así surge un término relevante y liberador: comunicación universitaria. Este término describe mejor la tarea: es un diálogo entre la universidad y la comunidad de donde surge y a la que pertenece.

La Universidad Humanista Hidalgo llega a la cumbre en esta tarea y después de lograr una fidelidad constante a través de su Gaceta y sus redes sociales, asume dar el banderazo de salida para el primer libro que va como punta de lanza para abrir el surco y sembrar las palabras que se vuelven semillas de esperanza en medio de las hojas que las guardan con sigilo para que la labor de ensoñación las madure y las haga florecer como fruto maduro: cada palabra es una luz que enciende el futuro.

El humanismo liberador del potencial se centra en el «poder que lo fundamenta», así la persona se percibe enriquecida para lograr su labor de despliegue para que su existencia vuele por horizontes inéditos. Cada potencial emprende el vuelo en un cielo no transitado. Cada escrito es novedad y cada lectura lo confirma: leer es nunca leer lo mismo. El ojo renueva la palabra y ésta se atreve a decir algo diferente a lo que había dicho, es más, distinto a lo que el mismo escritor plasmó. Comprender es comprender más allá de lo comprendido.

Este primer libro, “Pasión por la vida”, es un testimonio fehaciente de la labor de relectura en el que se da un giro valioso a la comprensión de dos autores, muy conocidos en la historia de las letras selectas, como lo son: Fédor Mijailovich Dostoievsky y Albert Camus. La obra hace énfasis en dos temas claves en el guión que se escribió en el siglo veinte y el que se abre al despertar el tercer milenio: la bondad de la vida y el sentido de la vida.

Los lectores se encontrarán con el rostro renovado de dos clásicos: nada es lo mismo en estas páginas. Miguel Jarquín desafía las interpretaciones ya conocidas acerca de estos autores. Brota de las hojas amarillentas de la Rusia del diecinueve un canto maravilloso al servicio de la bondad que nutre la vida cotidiana y permite que emerja el alma bella besando la vida con el amor entre los hombres, enfrentando los determinismos que nos atan a la naturaleza o a la sociedad: la vida humana, en medio de los amarres que la acribillan, se abre paso en medio de la libertad que le abre las puertas de lo posible.



Por otra parte, ingresarán con una mirada diferente a un Camus que defiende el sentido de la vida y se declara en contra del sufrimiento inútil y de todo aquello inservible en la vida del ser humano, como la cantidad de quehaceres que invalidan a la persona. Defiende el valor de describir las emociones tal como aparecen, sin maquillarlas o esconderlas, o peor aún, falsificarlas. Aprecia la honestidad ante los errores como actos que anuncian la valentía de la responsabilidad ante ellos.

La Universidad Humanista Hidalgo levanta el estandarte cuyo lema es: ¡escribe! Y con esta invitación coloca un reto para los miembros de su comunidad educativa: ¡atrévete a decir tu palabra!, sólo hay que añadir: por escrito. Recordemos: el pensamiento se solidifica escribiéndose.

Forma parte de los escritores de nuestra Universidad y sé testigo del avance de la libertad que se conquista en la historia de las letras que danzarán en nuestro programa editorial.



Dr. Miguel Jarquín
Autor/ Escritor/Docente UHH

ACADEMIA

Ciencia e investigación

Las relaciones sociales como factor de resiliencia.



Para comenzar a hablar del tema de resiliencia, es necesario recuperar algunas definiciones, con la finalidad de comprender de qué se está hablando. Una de estas definiciones menciona que la resiliencia es "La capacidad humana para enfrentar, sobreponerse, y ser fortalecido o transformado por experiencias de adversidad" (Grotberg, 2001). También se define como un "Proceso dinámico que tiene por resultado la adaptación positiva en contextos de gran adversidad" (Luthard, 2000).

Se puede observar que, en estas dos definiciones, se resalta un elemento "la adversidad". Pero ¿qué es la adversidad? ¿qué experiencias se consideran como adversas? A continuación, se presenta una definición amplia que resulta ser de utilidad para poder acercarse a la comprensión de dicho concepto.

Adversidad, del latín *adversitas*, es la cualidad del adverso. Se refiere a algo o alguien que resulta desfavorable, contrario o enemigo. Es decir, la adversidad es una situación difícil de sobrellevar y que rompe el devenir de la vida cotidiana de un ser humano. En un sentido amplio, se puede considerar como adversidad, además de una situación desfavorable, todas las dificultades o problemas que surgen en la vida de una persona (Rocamora, 2014)

Esta definición lleva a pensar en varios puntos que se desglosan enseguida. Primero, la adversidad es algo que será propio de los seres humanos, aunque otras especies puedan encontrarse antes situaciones complicadas de sobrevivencia, no poseen la significación, ni la conciencia de las mismas, por lo que, aquello que vivan, no será percibido como adverso. Por otro lado, se menciona en la definición "se puede considerar como adversidad, además de una situación desfavorable, todas las dificultades o problemas que surgen en la vida de una persona" lo que da lugar a pensar que cualquier situación vivida puede ser considerada como adversa, puesto que, en este caso, va a influir la subjetividad de la persona para categorizar su propia vivencia como adversa o no.

...la adversidad es una situación difícil de sobrellevar y que rompe el devenir de la vida cotidiana de un ser humano.

Lo anterior, hace reflexionar, que todos los seres humanos somos resilientes en ciertos grados. A lo largo de la vida, se experimentan situaciones que son desagradables, difíciles, o que implican algún tipo de dificultad. Sin embargo, algunas personas se viven en una constante superación de obstáculos, en una constante llena de complicaciones en la vida cotidiana.

La OMS, define la resiliencia como "la capacidad de la persona para mantener un funcionamiento efectivo frente a las adversidades del entorno o para recuperarlo en otras condiciones" quiere decir entonces, que lo que vuelve a una persona resiliente en mayor grado, es poder tener un funcionamiento efectivo. Y surge ahora una nueva pregunta ¿a qué se refiere un funcionamiento efectivo?

Otros investigadores van más allá, teniendo una conceptualización más amplia del término y definiéndolo como un constructo complejo y multidimensional, que hace referencia a las habilidades de una persona para lograr metas y roles sociales definidos, así como para cuidar de sí misma y disfrutar de su tiempo libre (Mueser y Tarrier, 1998). En esta misma línea, investigadores como Adams, Streisand, Zawacki, y Joseph (2002) consideran que es la participación en entornos o ambientes que incluyan oportunidades sociales además de la capacidad de actuar en situaciones sociales, el interés en tener este tipo de relaciones y el ajuste socio-emocional (citados en Martínez, 2012)

“Para apoyar a alumnos y alumnas en situación vulnerable o de riesgo, en cuanto a tendencias o pensamientos suicidas, primeramente debemos identificarlos”

Tomando como base la definición anterior, una persona que tiene funcionamiento efectivo es aquella que puede desenvolverse en la sociedad de manera eficaz, de alguna manera se trata de que dicha persona pueda ser funcional para las tareas y metas que se ha propuesto. Por lo tanto, se tiene que mirar el otro lado, que, en este caso, sería la persona que no es resiliente, es disfuncional, es decir, no funciona en la sociedad, no cumple tareas, no se desempeña de forma adecuada, se podría pensar que incluso se paraliza.

Pero, ¿qué elementos contribuyen para que una persona sea resiliente o no? Suárez Ojeda (1993) afirma que la resiliencia significa una combinación de factores que permiten a un niño, a un ser humano, afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida, y construir sobre ellos.

Muchos estudios demuestran que uno de los factores más importantes en la resiliencia es tener relaciones de cariño y apoyo dentro y fuera de la familia. Relaciones que emanan amor y confianza, que proveen modelos a seguir, y que ofrecen estímulos y seguridad, contribuyen a afirmar la resiliencia de la persona (APA, 2011)

Tomando como referencia importante el tema de las relaciones sociales, se mencionará a Alfred Adler, médico, psicoterapeuta austriaco fundador de la psicología individual. Desde su niñez sufrió de raquitismo, sin embargo, se esforzó por superar su condición física y su enfermedad, lo cual logró a través de la aceptación social de su entorno y de la autoestima que había construido.

Adler, desarrolló el concepto de interés social. Que describen Oberst, Virgili & Leon (2004) como “una fuerza innata latente en el ser humano que se tiene que despertar y desarrollar en la infancia mediante la interacción del niño o la niña con sus padres”

del mismo modo, Oberst & Ruíz señalan que “un aspecto importante del sentimiento de comunidad, es el concepto de cooperación; la cooperación es un requisito indispensable para el desarrollo y progreso de la humanidad” (citado en Araujo, 2020)

Así mismo, la teoría de Adler postula que cada individuo es único, con personalidades esculpidas a través de nuestras interacciones sociales y nuestras luchas individuales por superar sentimientos de inferioridad. Esta perspectiva pone de manifiesto la importancia de la comunidad y la sociedad en la formación del individuo, subrayando el poder de la cooperación y la interacción social en el desarrollo personal (Bonis, 2014)

En estos párrafos se puede notar el hincapié que pone Adler a la cooperación comunitaria, cooperación que se va formando con la interacción social que el ser humano tiene desde la infancia. Se deduce que el apoyo que brinda el entorno desde la primera infancia, es medular para que el niño puede adquirir herramientas que le permitan afrontar las adversidades que se le presenten en el futuro. Si dicho entorno es hostil y carente de colaboración, el niño tendrá dificultades para desenvolverse de forma resiliente. Hay estudios que muestran cómo los niños en situación de calle, abandonados, son más proclives a desarrollar algún tipo de adicción como forma de sobrevivencia. La interacción con su propio ambiente es reducida, agresiva, carente de afecto, lo cual provoca que, a lo largo del tiempo, se vivan a la defensiva, sin un desarrollo social y emocional efectivo. Por lo tanto, no se cumple el elemento principal de la resiliencia, el funcionamiento efectivo.



La teoría Adleriana es una teoría relacional. Sostiene que los seres humanos son criaturas sociales y que el conocimiento está distribuido relativamente. Adler insistió en que no se puede entender a las personas independientemente de su contexto social. (Carlson et al., 2006; Watts, 2003; Watts, Williamson y Williamson, 2004), (citados en Watts, 2015)

Este punto es complejo, ya que, entonces para entender a las personas se debe comprender su contexto social, y de acuerdo a ese mismo contexto es que se podrá desarrollar o no un alto grado de resiliencia. Pero justo lleva a una reflexión en forma de pregunta las personas que se encuentran en un contexto complicado, son las que más necesitarían desarrollar resiliencia, para poder hacerle frente a su entorno sin embargo ¿cómo lo lograrán si se encuentran en un entorno complicado? En un entorno en el que las relaciones sociales son apenas mínimas, deficientes, agresivas, inseguras.

El ambiente social cumple un factor importante en la superación de las metas fijadas y de acuerdo a sus vivencias fabrican un patrón de acciones o hábitos para lograrlas; el tema familiar es otro aspecto a contemplar para entender por qué las personas actúan de una manera u otra (Araujo, 2020)

Se pensaría entonces que para que las personas logren desarrollar un espíritu de resiliencia, tendrían que irse de entornos limitantes, para poder desarrollar interacciones sanas, productivas, llenas de afecto y comprensión.

La resiliencia social depende de la confianza mutua y de la fortaleza de los vínculos en el grupo y expresa su capacidad de absorber las presiones y estabilizarse rápidamente. Las familias y las comunidades han sido objeto de estudios sobre los factores de resiliencia en condiciones de adversidad, y se han encontrado elementos materiales, culturales y políticos capaces de influir en sus consecuencias. El apoyo comunitario es un elemento efectivo para el desarrollo de la resiliencia individual y grupal (Oriol-Bosch, 2012)

Para Adler, era importante que tanto las familias, como el entorno social, establecieran normas para interactuar de forma adecuada con la comunidad. Proponía que solo en comunidad el individuo se convierte en persona.

Menciona que "cuantas más posibilidades tienen los niños de hacer experiencias positivas, "alentadoras" en el lenguaje de Adler, más probabilidades tienen de desarrollar un alto grado de Sentimiento de Comunidad. Este sentimiento, empero, no sólo implica el sentirse uno aceptado y perteneciente, sino también implica contribuir activamente a la comunidad: la superación de los propios problemas de la vida nunca puede pasar por encima del bienestar de los demás (Oberst, U. et.al. 2014)

Por lo tanto, se concluye que es necesario apostar por el desarrollo de ambientes sociales y familiares que cuenten con herramientas eficaces para proporcionar un ambiente seguro, de confianza, que protejan a los niños, pero que al mismo tiempo les enseñe a cuidar de sí mismos. Se busca crear relaciones sociales conscientes de la importancia de ser mirado y mirarse unos a otros, incorporando historias de vida, respetando y sosteniendo desde un encuentro sentido y altamente afectivo.

Queda la pregunta ¿cómo lograrlo? En la sociedad en la que se vive actualmente, se priorizan otras cosas, sobre todo de tipo material, o en otros casos se hace indispensable prestar mayor atención a la sobrevivencia, es decir a otorgar los recursos necesarios para subsistir. Esto quiere decir que el interés por las relaciones sociales sanas, comprensivas, de calidad, quedan en último lugar. Se vive en un entorno que demanda ser productivo y dentro de esto, se requiere estar disponible en cualquier momento para cumplir con las tareas asignadas, dejando pocos o nulos espacios para encuentros e interacciones que permitan fortalecernos mutuamente.

Finalmente, se considera que sería urgente poner especial atención a la promoción de espacios de interacción armoniosa en donde se generen verdaderos encuentros de escucha, interés y comprensión.

La OMS, define la resiliencia como “la capacidad de la persona para mantener un funcionamiento efectivo frente a las adversidades del entorno o para recuperarlo en otras condiciones”



Mtra. Karmina García Gómez
Terapeuta/Docente UHH

Bibliografía:

- Rocamora, A. (2014) Experiencia de adversidad: vínculo y resiliencia. Logoterapia y análisis existencial. No. 18. Pág. 36
http://www.logoterapia.net/uploads/18_rocamora_2014_vinculoyresiliencia.pdf
- Martínez, A. (2012). Funcionamiento social y su relación con variables psicoeducativas (tesis doctoral). Universidad de Alicante.
- Fiorentino, M. T. (2008). La Construcción de la resiliencia en el mejoramiento de la calidad de vida y la salud. Suma psicológica. vol. 15, núm. 1, marzo, 2008, pp. 95-113
- Oberst, Ú., & Ruíz, J. (2014). Manual introductorio a la psicología adleriana. Asociación Española de Psicología Adleriana, 1-15.
- Bonis, J.C. (febrero 21, 2024) Psicología Individual de Alfred Adler. Psicologicamente. Recuperado el 05 de mayo de 2024 de <https://psicologicamente.com/la-psicologia-individual-de-alfred-adler/#:~:text=La%20teor%C3%ADa%20de%20Adler%20postula,por%20superar%20sentimientos%20de%20inferioridad.>
- Watts, R. (2015) La psicología individual de Adler: La psicología positiva original. Revista de psicoterapia, noviembre, 2015, Vol. 26, N.º 102, págs. 81-89
<https://revistas.uned.es/index.php/rdp/article/view/34842/25821>
- Oril-Bosch, A. (2012). Resiliencia. Educación Médica vol.15 no.2 jun. 2012
https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=s1575-18132012000200004&script=sci_arttext
- Oberst, U. et.al. (2014) La psicología individual de Alfred Adler y la psicosis de Oliver Brachfeld. Revista de neuropsiquiatría 2004; 67(1-2):31-44
<http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v67n1-2/a03v67n1-2.pdf>

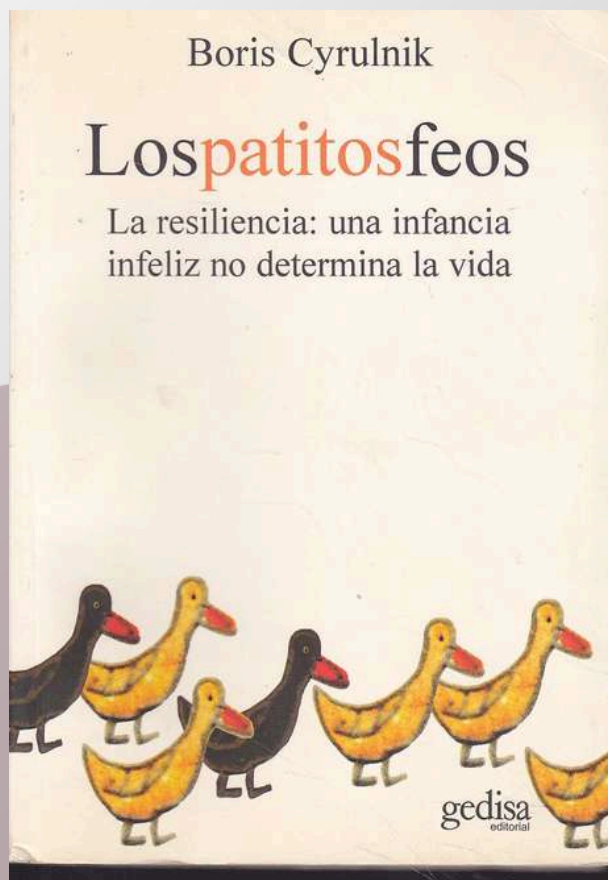
Colecciones

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

Los Patitos Feos: La Resiliencia

- Una Infancia Infeliz No Determina la Vida

- Boris Cyrulnik

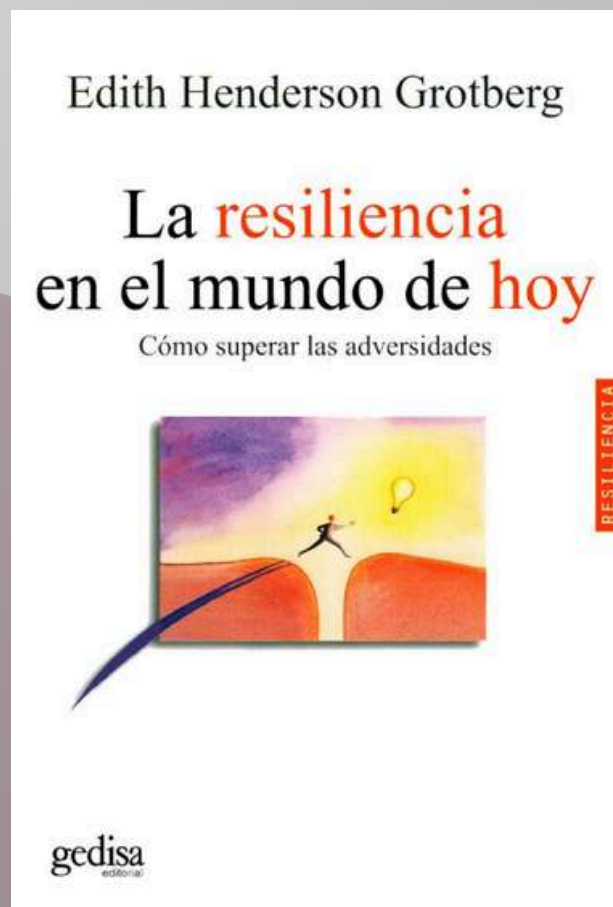


¿Alguna vez te has sentido como el patito feo? Boris Cyrulnik en este libro inspirador te demuestra que las heridas de la infancia no tienen por qué definir tu vida adulta. Mediante relatos cautivadores y una mirada profunda a la psicología de la resiliencia, Cyrulnik transforma la adversidad en una fuente de fortaleza.

Este libro no solo es un viaje hacia la sanación, sino también una guía esperanzadora que muestra que el final feliz es posible para todos. ¡Prepárate para cambiar la manera en que ves tus desafíos!

En un mundo que cambia rápidamente y está lleno de desafíos, ¿cómo podemos mantenernos fuertes y optimistas? Edith Henderson Grotberg ofrece un enfoque refrescante y práctico para superar las dificultades.

Con ejemplos que resonarán en ti y consejos prácticos, este libro te equipará con las herramientas necesarias para transformar los desafíos en oportunidades. Ideal para cualquier estudiante que busque un manual de supervivencia moderno, este libro te inspirará a tomar el control de tu bienestar emocional y mental.

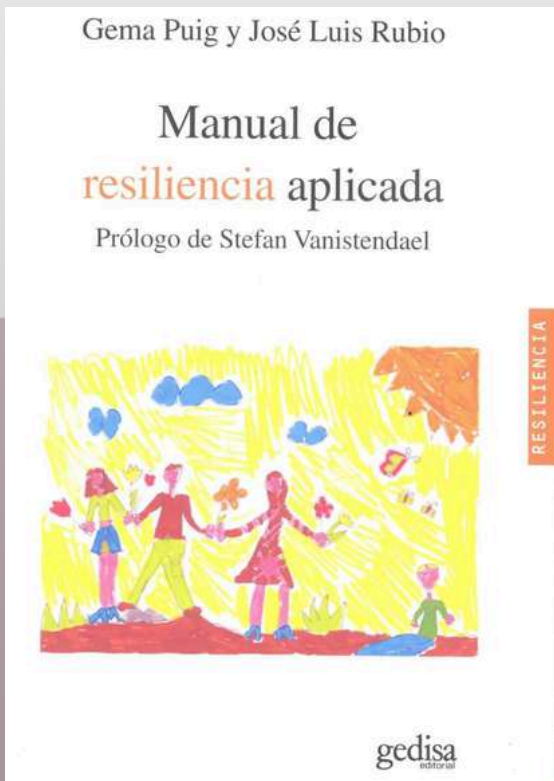


**"La Resiliencia en el Mundo de Hoy:
Cómo superar las adversidades"
Edith Henderson Grotberg**

Colecciones

"Manual de resiliencia aplicada"

Gema Puig y José Luis Rubio

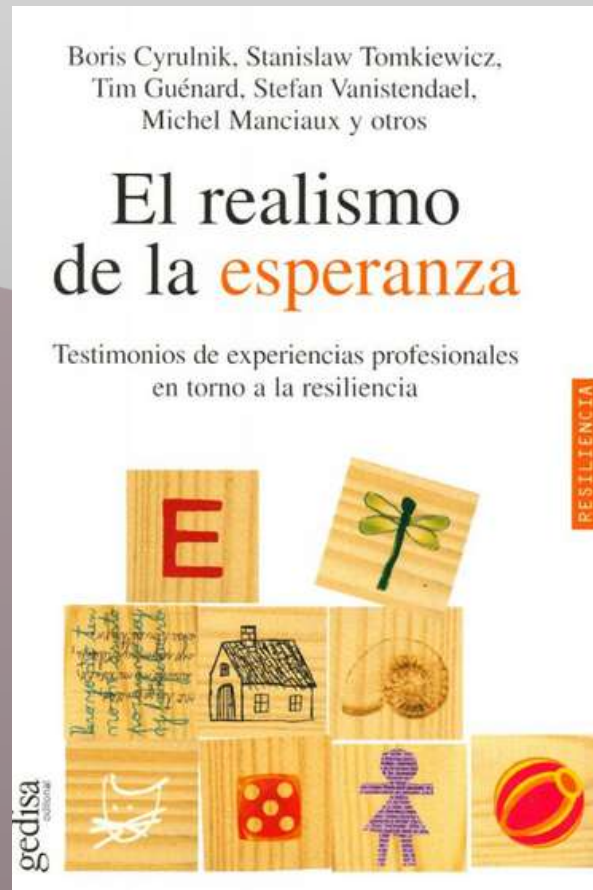


¿Listo para fortalecer tu resiliencia como si fuera un músculo? Gema Puig y José Luis Rubio te presentan un enfoque dinámico y accesible para desarrollar tu capacidad de recuperarte frente a los retos.

Este manual está lleno de técnicas interactivas y consejos útiles que puedes aplicar desde el primer capítulo. Ya sea enfrentando exámenes, relaciones o incertidumbres laborales, este libro es tu compañero perfecto para cultivar una mente resiliente y un espíritu inquebrantable. ¡Dale un giro positivo a tu vida universitaria y más allá!

Reúne a un grupo de pensadores apasionados y ¿qué obtienes? Un tratado poderoso sobre la esperanza. En "El Realismo de la Esperanza", Boris Cyrulnik y otros expertos exploran cómo mantener la esperanza viva en tiempos de prueba.

A través de historias personales y análisis profundos, este libro revela que la esperanza no es solo un sueño; es una necesidad vital y una herramienta práctica. Perfecto para los jóvenes que buscan inspiración y un motivo para creer en un futuro mejor, este libro te motivará a actuar y a influir positivamente en tu mundo.



"El Realismo de la esperanza"

Boris Cyrulnik y colaboradores

CLAUSTRO Docente

Innovación y Tecnología en la Educación: Reflexiones de la Dra. Leyza Fernández

En la **Universidad Humanista Hidalgo (UHH)**, he tenido el privilegio de impartir clases y participar en proyectos de investigación relacionados con la educación y las nuevas tecnologías durante varios años. Esta experiencia me ha permitido contribuir al desarrollo académico de nuestros estudiantes mientras exploramos nuevas formas de enseñanza y aprendizaje.

Uno de los aspectos más enriquecedores de mi carrera ha sido la identificación de la necesidad de actualizar y fortalecer las competencias digitales de nuestros mediadores y docentes. Con este objetivo en mente, diseñé el módulo "Aplicaciones de Nuevas Tecnologías e Inteligencia Artificial" dentro del Diplomado en Fortalecimiento del Desempeño Profesional de Mediadores Docentes. Este módulo proporciona las herramientas y habilidades necesarias para que los docentes puedan integrar de manera efectiva las nuevas tecnologías e inteligencia artificial en sus prácticas educativas.

Uno de los principales desafíos que enfrentan los docentes hoy en día es la resistencia al cambio. La rápida evolución tecnológica puede resultar abrumadora y dificultar la selección de herramientas adecuadas para el contexto educativo. Para superar estos desafíos, es fundamental ofrecer capacitación y apoyo continuo.

El módulo que imparto combina conocimientos teóricos y prácticos, permitiendo a los docentes comprender el potencial de las nuevas tecnologías en el aula. Además, fomenta la reflexión sobre el rol del docente en la era digital y promueve una actitud proactiva hacia la innovación educativa.



El módulo "Aplicaciones de Nuevas Tecnologías e Inteligencia Artificial" proporciona las herramientas y habilidades necesarias para que los docentes puedan integrar de manera efectiva las nuevas tecnologías e inteligencia artificial en sus prácticas educativas.



Finalmente, animo a mis colegas docentes a mantener una actitud abierta y receptiva hacia la innovación. Es importante aprovechar las oportunidades de formación y desarrollo profesional, y colaborar con otros docentes para compartir experiencias y buenas prácticas. Aunque la integración de nuevas tecnologías puede ser un proceso desafiante, también es una oportunidad emocionante para enriquecer el proceso de enseñanza-aprendizaje y preparar a nuestros estudiantes para el futuro. La educación es un campo en constante evolución, y es nuestra responsabilidad estar a la vanguardia de estos cambios para ofrecer la mejor formación posible a nuestros estudiantes.

La integración de nuevas tecnologías e inteligencia artificial puede enriquecer significativamente la experiencia educativa. Estas tecnologías permiten personalizar el aprendizaje y proporcionan nuevas oportunidades de interacción y colaboración. Sin embargo, es crucial utilizarlas de manera ética y reflexiva, teniendo siempre en cuenta el bienestar y el desarrollo integral de los estudiantes.

La innovación educativa basada en nuevas tecnologías puede complementar y fortalecer los principios del modelo educativo humanista existencial de la UHH. Este enfoque promueve el desarrollo integral de los estudiantes y fomenta valores humanistas como la solidaridad, la empatía y el respeto por la diversidad. Creo firmemente que el futuro de la educación estará marcado por una mayor integración de tecnologías emergentes y una mayor flexibilidad en los modelos de enseñanza y aprendizaje. Es esencial que los docentes estén preparados para adaptarse a estos cambios y liderar la transformación educativa.



Dra. Leyza A. Fernández Vega
Mediadora UHH

Reflexiones

Mi Transformadora Experiencia con el Modelo Educativo Humanista.

El enfoque humanista de mi universidad se centra en el desarrollo integral del individuo. No solo se trata de adquirir conocimientos académicos, sino también de fomentar valores, habilidades emocionales y sociales que son esenciales en la vida cotidiana.

Como estudiante universitaria y madre de familia, quiero compartir mi experiencia y reflexiones sobre lo que ha significado para mí estudiar en un modelo educativo humanista. Al principio, debo admitir que me sentía bastante nerviosa y no estaba segura de lo que me esperaba. Sin embargo, esta incertidumbre pronto se transformó en una gratificante aventura de aprendizaje y crecimiento personal.

Este modelo promueve un ambiente de respeto, empatía y colaboración, lo cual ha sido fundamental para mi desarrollo como persona y futura Doctora.

Uno de los aspectos que más me ha impactado es la relación cercana entre estudiantes y profesores. En este entorno, los docentes no son solo transmisores de conocimiento, sino también guías y mentores que nos acompañan en nuestro proceso de aprendizaje. Esta interacción constante y personalizada me ha permitido sentirme más segura y motivada para enfrentar los desafíos académicos.

Además, el modelo humanista fomenta la participación activa y el pensamiento crítico. A través de diversas actividades y proyectos, se nos anima a cuestionar, investigar y proponer soluciones creativas a los problemas que enfrentamos. Esto no solo enriquece nuestro conocimiento, sino que también nos prepara para ser agentes de cambio en nuestras comunidades.

René Descartes dijo una vez: "Pienso, luego existo". Este principio de reflexión crítica y autoconciencia es la esencia de la educación humanista. He aprendido a valorar la importancia del conocimiento académico, pero también la necesidad de cultivar nuestras habilidades humanas y sociales. Me siento orgullosa de formar parte de una institución que no solo se preocupa por nuestra formación intelectual, sino también por nuestro bienestar emocional y desarrollo integral.



María Fernanda Cadena Rivero
Doctorante en
Gestión Pedagógica Humanista

Trabaja en Educación Inicial, casa cuna del DIF
Esta experiencia ha sido aún más significativa. Noto cómo mi hijo observa mi dedicación y esfuerzo y me llena de orgullo, me motiva a seguir adelante. Estoy agradecida por las oportunidades que este modelo educativo me ha brindado y espero que más estudiantes puedan beneficiarse de esta valiosa experiencia.

TEÓRICOS Y TERAPEUTAS

Feminidad, feminista y mujer.

De desafíos a resiliencia, una mirada humanista.

Historia y verdad, mentira o creencia, fomentar el verdadero valor, constituye el principal dogma de la naturaleza humana.

Un pasado queriendo identificar a la mujer por su condición biológica, forzándola a encarnarla como mencionaba Simone de Beauvoir en su libro: "El segundo sexo" y permitiendo dejarla arrollar por la manipulación de la ignorancia que causa efectos minuosos para minimizar y opacar.

Feminidad, feminista y mujer rugido de libertad para ser conocida, de influencia, igualdad, manifiesto y afirmación, conceptos de grandes atributos, identidad como construcción, expresión y más conceptos con bases políticas, sociales y culturales.

El feminismo, ante estructuras que atribuyen una postura de desigualdad, noción de pensamiento y jerarquías, tiene por propósito fomentar una visión humanista que elimine estereotipos que llevan a romper cadenas de una historia donde es capturado un radicalismo impuesto.



***Dra. Rosaura Cerecedo
Psicóloga en Clínica UHH***

La mujer, quien ha sido vista por muchos años con limitación y condicionada, a pesar de esto puede buscar claros conceptos de oposición y transformar desde lo profundo en cada una de nosotras viéndonos en posibilidad, acción, poder, misterio; como diría Emmanuel Lévinas, conocimiento, construcción, creatividad, capacidad, belleza, capaz de sentir y priorizar con sabiduría, portando elementos de verdadera identidad.

¿Cuánto tiempo?, ¿Cuánta lucha?, ¿Cuánto por hacer ?, aun no tenemos respuesta, por lo tanto, esperamos la inminente e inmensa transformación para erradicar pensamientos extintos de diversas figuras de una sociedad hostil que marca la desconfianza y la necedad, categorizando en lugar de ver a los otros, otras como seres humanos capaces de poner en alto la dignidad humana, tan necesaria para dar un paso más a un cambio social.

Así mismo es urgente atender la conciencia social que hoy desea sustentar un proceso sustancial en la evolución que dará sentido, creyendo y produciendo el respeto a las otras y los otros, descubriendo la diversidad que enriquece y fortalece desde lo humano.

TEÓRICOS Y TERAPEUTAS

Una rebelión que comienza reafirmándonos, posicionándonos, creyendo en ese potencial que cada día sigue acrecentando con firmeza por que somos y seguimos siendo, por que estamos de pie, quitando esas máscaras impuestas que hoy son derrotadas, viendo nuestros propios rostros, desnudándonos ante lo que somos, muy complejas, sentimentales, fuertes, vivas, libres, activas, de inspiración, peligrosas para algunos y competidoras para otros.

Vivamos como diría Simón, con un gran propósito, llevándonos a la iniciativa de valorar la historia de todas las mujeres reprimidas, abnegadas y obedientes para resignificar con gran valor, porque las mujeres fuertes no nacen, se hacen, para mostrarnos a pesar de los obstáculos, del dolor, de las limitaciones, rechazo, de una historia de imposición que duele, que aqueja pero que nos lleva a esa capacidad de superarnos a nosotras mismas, sin miedo, sin complejos, interiorizando la autenticidad y fortaleciéndonos con esa capacidad de resiliencia que nos permite decidir y no callar más, experimentando en nuestro ser el aprendizaje de tantas mujeres en lucha dentro de nosotras que aún a través del tiempo, nos sumergen en un argumentado rol, expresado por Beauvoir, a dejar atrás una mentalidad de la mujer perpétua, donde siempre adornamos con virtudes mágicas.

Aún tenemos mucho por hacer, estamos en una verdadera revolución, luchando cada día, mostrándonos en nuestra capacidad creadora, aprendiendo a conocernos como un todo, siendo inspiración, impactando nuestro entorno, pero, sobre todo, luchando por vivir en libertad para llegar a la trascendencia individual a partir de los otros.

Así es como proclamar con una bandera de libertad te lleva a ver la realidad contundente que muestran distintos momentos de las mujeres de hoy, que a través de tanto dolor enseñamos la fortaleza que sin duda viene desde las entrañas, ya que somos tan capaces de seguir sonriendo, dar un abrazo a pesar del esfuerzo interrumpido.

Hay mujeres que con una mirada muestran el mejor de los lenguajes ante sus familias, amigos, sociedad, no paran de idealizar queriendo ganar varias batallas y en muchas de ellas, no ven la victoria.

Sí, hay muchos desafíos que sin duda nos trasladan a las adversidades que nos provocará en algunos casos la destrucción del alma o bien la capacidad psicológica que permita afrontar, adaptarnos o recuperarnos de nuestra propia historia, de nuestra propia vida.

Nuestro reto es mirarnos con un enfoque más humano, de entendimiento, empatía, dándonos la mano, buscar el camino que nos lleve a resignificar y ver valentía en lugar de egoísmo, porque esas somos las mujeres, cada una en su mundo vivido como diría Husserl, y así aprender de cada momento, de cada instante llevándonos al camino de la verdadera huella de sentido que beneficiara no solamente la dignidad humana, también la capacidad para vivir en un mundo lleno de paz, convirtiéndonos en el impulso sobrenatural para garantizar una vida más plena donde los verdaderos y difíciles caminos puedan convertirse en el más bello recorrido de compromiso con nosotras y con los otros siendo flexibles a una nueva actitud, elección y responsabilidad de nuestra propia vida.



Horizontes Humanistas: Educación y Tanatología.

“Fortaleciendo la comunidad: un viaje de resiliencia en el Modelo Pedagógico Humanista UHH”



Descripción:

La resiliencia es un proceso de fenómenos armonizados en el cual la persona afronta un contexto, familiar, social, cultural, escolar, etc. Dicha combinación de factores permiten afrontar, superar, desafiar los problemas y adversidades que se presentan en el aula escolar, debido a que no todas las instituciones educativas emplean el Modelo Pedagógico Humanista podemos decir que tenemos ventajas en el aprendizaje y la asimilación de los conceptos así como del manejo de la información, tanto los alumnos como los docentes desarrollan habilidades, estrategias socioemocionales para lograr reconstruir escenarios adecuados para la resolución de problemas.

A continuación, enunciamos características que desarrollan los alumnos que tienen la fortuna de formarse con un modelo Pedagógico Humanista:

1. Enriquecer vínculos (Social)
2. Fijar límites claros y firmes (Aprendizaje continuo)
3. Enseñar habilidades para a vida (Fuera de la institución educativa)
4. Desarrolla su Afecto (apoyo emocional)
5. Establece objetivos claros (transmitir el nivel de expectativas)
6. Brindar oportunidades para desarrollar habilidades o estructuras de afrontamiento

Propósito:

El Modelo Resiliente Pedagógico busca ofrecer alternativas de factores protectores con respecto al docente, su función es de guía, mediador y facilitador de aprendizajes significativos. La resiliencia está en relación directa con los ambientes de aprendizaje, así como la asimilación del mismo. Si el docente propicia una resiliencia pedagógica, generando ambientes de aprendizaje, siendo amable, agradable, transmitiendo con tono humano, logrará que los estudiantes estén motivados; al mismo tiempo puedan ver en su quehacer diario una realización personal gestionando estudio de casos múltiples, metodología cualitativa, descriptiva y exploratoria. Un aspecto interesante que enlaza el tema de la resiliencia a la escuela es la afirmación de que, después de la familia, la escuela es un ambiente clave, fundamental para que los alumnos adquirieran las competencias necesarias para salir adelante gracias a su capacidad para sobreponerse a la adversidad.



Me es grato poder compartir estas líneas con el lector que mes con mes lee la gaceta Universitaria y que tan amablemente los que redactamos nos maravillamos de estos espacios para compartir a través de nuestras líneas los sorprendentes encuentros que tenemos con estos temas tan fascinantes.

Hablar sobre Resiliencia nos permite conceptualizar y concebirla desde una perspectiva renovadora, sobreponiéndonos a los riesgos de la existencia, siendo capaz de resistir, fortalecer, para afrontar los avatares de la vida personal, familiar, profesional y por su puesto social, no solo superándola sino desarrollando al máximo su potencial, este proceso se realiza a través de la construcción de una pedagogía preventiva resiliente. El concepto de resiliencia pedagógica se centra en la adquisición de competencias proactivas basado en el bienestar, explorando las fortalezas personales; siendo la causa el empobrecimiento emocional. Un ejemplo claro fue vivir la experiencia de la pandemia, donde pudimos observar y enfrentarnos a las vivencias de los alumnos y docentes que compartían su sentir en las aulas escolares, las pérdidas masivas de familiares de los alumnos y docentes genero un cambio radical en la forma de relacionarse, así como en los hábitos, desencadenando factores estresantes.

Como ejemplo con o sin pandemia podemos encontrar sucesos de muerte, la muerte de la madre, la depresión materna sea cual sea su origen, una familia disfuncional, traumas no resueltos, violencia conyugal, precariedad social, la guerra, un colapso cultural, su propia historia, esto es importante mencionarlo ya que si no tiene una intervención el nicho empobrecido no podrá realizar la sinapsis con los lóbulos frontales, soportes neurológicos de la anticipación y de la inhibición de las amígdalas del encéfalo. Este es el proceso por medio del cual se adquiere una vulnerabilidad neuroemocional que dificulta las relaciones y altera la socialización.

Consideramos que el modelo Humanista tiene ventajas en el contexto educativo, no únicamente con los alumnos sino también con el cuerpo docente y la estructura pedagógica. Es importante considerar los canales de aprendizaje que se generan en el compartir; el cerebro organiza la información vivenciada, reorganiza, reajusta promoviendo la Resiliencia pedagógica. Aquí es donde surge aprender, asimilar, y resilir el manejo de las emociones a través de la vivencia del otro. Las actividades que se realizan en el aula escolar. por ejemplo: en la clase de Tanatología compartimos vivencias, experiencias de vidas con esquemas dolorosas y significativas,

Docente: escribe en la libreta 5 situaciones o eventos de impacto, que han sido significativos altamente en tu vida que la han transformado, enuméralas del 1 al 5 siendo el de mayor impacto el uno y así sucesivamente.



El alumno mayormente responde que los eventos de impacto que vivió son negativos, mientras que la experiencia favorable vivenciada no tiene el impacto próspero que se espera, esto se debe a que en su sistema límbico en conjunto con la amígdala generan eventos de mayor impacto los relaciona con la emoción del miedo o la ansiedad, esto nos indica que su procesamiento de respuesta emocional sea mayormente negativa en sus recuerdos o bien de una emoción llamada miedo, que se genera de manera consciente o inconsciente, es importante saber que las funciones ejecutivas de nuestro cerebro funcionan o se relacionan con la manera de experimentar y vivenciar nuestra vida. Para poder comprender que sucede en la comunidad estudiantil es importante realizar ejercicios vivenciales para lograr la resiliencia pedagógica que involucra la triada didáctica (docente-alumno-conocimiento), al compartir la vivencia, extraemos la atención de los compañeros, la experiencia nos envuelve con la magia interna que tiene cada alumno, sentir la sensación de vida.

la sensación de muerte, de pérdida de frustración o de insatisfacción, son elementos sumamente considerables para generar vínculos afectivos que nos ayudan a formar vínculos sanos, siendo la principal autoría la Empatía, esta última es fundamental para lograr cambios en los paradigmas establecidos en las creencias y de esta manera lograr desarrollar herramientas para ser resiliente pedagógicos.

Para concluir decimos que la cognición social del ambiente estudiantil, es como nuestro hipotálamo, asume que es fundamental identificar y entender las emociones humanas, ya que en ella interviene el nivel de oxitocina, ésta la incrementa en la población estudiantil, no solo con respecto a los docentes sino entre compañeros, la amígdala se desactiva y la oxitocina al segregarse permite sentir en nuestro entorno estudiantil los afectos entre sí, esto sucede si los alumnos generan un ambiente de aprendizaje Resiliente, estos aprendizajes son desafiantes en el modelo Resiliente pedagógico que se emplea en **La Universidad Humanista de Hidalgo.**

Bibliografía:

Aguilar Ramírez, K. S. (2024). Fortaleciendo la comunidad: un viaje de resiliencia en el Modelo Pedagógico Humanista UHH. Universidad Humanista Hidalgo.

Frankl, V. E. (2006). *Man's Search for Meaning*. Beacon Press. Esta obra influenció los conceptos de resiliencia y adaptación frente a la adversidad, principios fundamentales en el modelo pedagógico humanista.

Jung, C. G. (1969). *The Archetypes and The Collective Unconscious*. Princeton University Press. Los conceptos de Jung sobre la psicología profunda han sido aplicados en el entendimiento de la resiliencia y el desarrollo personal.

Masten, A. S. (2014). *Ordinary Magic: Resilience in Development*. Guilford Press. Esta obra proporciona una base teórica para comprender la resiliencia en contextos educativos.

Norris, F. H., Stevens, S. P., Pfefferbaum, B., Wyche.



Dra. Vanessa Santiago Pérez
Psicoterapeuta/Docente UHH



"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 ...



Consulta nuestras redes



@uhhpachuca



@uhhoficial



@uhh_mx



@HumanistaHgo



@Humanista
Hidalgo



@Universidad
Humanista
Hidalgo



SÉ PARTE

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

