

GACETA UHH



CONSTRUYENDO UN MUNDO MÁS HUMANO, UNA PÁGINA A LA VEZ

JULIO 31

EDICIÓN 2025

NÚMERO 13

La presencia del aquí y el ahora:



Explorando la Terapia Gestalt
en la Formación Universitaria

SI
SOMOS
UNAM

CONTENIDO



04
Editorial

05
Identidad Humanista

07
Cultura

11
Academia, Ciencia e Investigación

14
Modelo

18
Colecciones

20
Claustro Docente

22
Reflexiones

26
Teóricos y Terapeutas

29
Sujeto, Ser, Persona

*"Yo hago lo mío y tú haces lo tuyo.
No estoy en este mundo para cumplir
tus expectativas,
y tú no estás en este mundo para
cumplir las mías.
Tú eres tú y yo soy yo,
y si por casualidad nos encontramos,
es hermoso.
Si no, no puede remediarse."*
-Fritz Pearls

Gaceta UHH

CONTENIDO



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

Año 3 número 13, Julio 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:

La Gaceta Universitaria de la Universidad Humanista Hidalgo tiene como propósito fortalecer la identidad institucional a través de una proyección sólida, ética y humanista, que refleje nuestro compromiso con la calidad académica y el prestigio de nuestra comunidad. Nos proponemos difundir el pensamiento humanista mediante la publicación de textos vivos, críticos y creativos, que estimulen la reflexión, el diálogo constructivo y la construcción de una sociedad orientada al bienestar, la dignidad y la sana convivencia. Aspiramos a consolidarnos como un espacio editorial abierto al mundo, con alcance regional, nacional e internacional, donde las ideas flozcan y el conocimiento se comparta con autenticidad y sentido transformador.

Escriben en este número:

- Dr. Jorge Israel Acosta Escorcía.
- Lic. Erick Ulises Granados Hinojosa.
- Lic. Rafael Ramírez Ramírez.
- Dr. Miguel Jarquín.
- Mtra. Ana Jaquelinne Carmona Ramírez.
- Mtro. Mario Maldonado Ruiz.
- Mtra. Aurora Angélica Velázquez Piña.
- Psic. Alberto Téllez García.
- Psic. María José Islas Spínola.

Imágenes

- Lic. Janeth Lugo



Dr. Jorge Israel Acosta Escorcía

Editorial

Terapia Gestalt de campo

Vivimos en la época de la charlatanería, de los falsos gurús y profetas de redes sociales, de los coaches y terapeutas exprés que ofrecen soluciones rápidas y baratas a una creciente y voraz cantidad de consumidores de la nueva moda de la motivación, la superación personal y la tan mencionada "salud mental".

Nuestra sociedad nos arrastra con "lo nuevo": así como todos quieren tener el iPhone más reciente para tomarse buenas fotos en el restaurante de moda, donde lucen los outfits en tendencia y conversan sobre los temas del momento. Y si no lo hacen, se sienten vacíos, incompletos, como si no pertenecieran a este mundo. De la misma forma, los consumidores de esta nueva moda de "cuidar tu salud mental" se han convertido, sin darse cuenta, en incansables devoradores de tiktokers, bloggers, youtubers e "influencers" de la salud mental.

Hoy, cualquier principiante con acceso a una cámara web y a ChatGPT puede crear horas y horas de contenido "terapéutico" sin siquiera tener un título profesional en psicología o terapia. Basta con que "hable bonito", lo diga "de corazón", tenga "afán de ayudar" y, si es necesario, muestre un poco de piel para ganar más seguidores. Estamos siendo testigos de la tragedia de cómo la terapia se prostituye, se corrompe y se malbarata. Lamentablemente, los estudiantes que pretenden formarse como terapeutas no son la excepción a estas modas. Desafortunadamente, es cada vez más común encontrar en las aulas a alumnos que eligen un enfoque humanista como consecuencia de la desinformación y, como ya mencionamos, por la tendencia de buscar una terapia que "cure" al paciente de manera "dulce", "tierna" y "amorosa". Por supuesto, quienes optan por la Terapia Gestalt tampoco escapan a esta tendencia.

En el tiempo que llevo frente a grupo impartiendo asignaturas para psicólogos y terapeutas, he observado con alarma la cantidad de "futuros terapeutas" que no se atreven a hablar de sí mismos, de sus verdades, de sus dolores, angustias, vergüenzas y podredumbres. Cada vez son más los alumnos que vienen solo por "el papelito", para llevárselo a casa y presumírselo a sus padres, a su pareja, y colgarlo en el consultorio improvisado en el cuarto de escobas que su mamá les desocupó.

Un terapeuta Gestalt debe conocerse profundamente, por más que duela. Con la conciencia genuina y auténtica de que nunca terminará de aprender, pues su formación es un proceso constante. Y esto exige humildad. Sin embargo, en las universidades se observa con frecuencia una preocupante cantidad de "terapeutas" que dicen venir a aprender, pero en la práctica actúan como si ya lo supieran todo. Tristemente, ante la urgencia de sumarse a la moda de "curar", "aplicar técnicas", "dar soluciones" o "quitarle el dolor" al paciente, muchos estudiantes caen en la trampa de creerse competentes cuando apenas están empezando. Es entonces cuando se alejan de la formación real y dejan de comprometerse con el verdadero aprendizaje. su desesperación.

***"La técnica funciona si el terapeuta está plenamente vivo...
Un terapeuta sin trabajo personal es un robot, un enfermo más."
-Guillermo Borja.***

Lo peor es que el paciente pagará las consecuencias: se encontrará frente a un terapeuta recién egresado que solo tiene un título colgado en la pared, junto a múltiples "diplomitas" que ha acumulado para adornar su consultorio. Pero detrás de todos esos papeles, no habrá un verdadero terapeuta. No habrá un ser humano capaz de recibir al paciente con su existencia rota, frágil y deshabitada. Porque, por muchas técnicas, "truquitos" o "jueguitos" que intente aplicar, ese terapeuta no logrará acercarse realmente a su paciente, pues le tiene miedo, asco y fobia a la humanidad. Este terapeuta no puede caminar junto al otro por su infierno, porque se amputó a sí mismo al negarse, una y otra vez, a abrirse en clase, con su grupo, su supervisor o sus maestros. Se cortó las alas para comprender a sus pacientes cuando evitó enfrentarse honestamente a su historia y a sus experiencias. Ese terapeuta estuvo muy ocupado durante toda su formación culpando de su mediocridad a sus compañeros, exigiendo diéces a sus docentes y que le subieran la calificación para poder titularse por promedio para no hacer tesis, resistiéndose a las supervisiones y molestándose ante cualquier observación de sus maestros. Nunca quiso hablar de sus experiencias de abuso sexual, de violencia, maltrato, del odio hacia su familia, del desprecio hacia sus propios hijos, de sus intentos suicidas, de su dependencia emocional hacia sus padres o de su desesperación.

Ese terapeuta recién egresado es solo una "modita" mas, un charlatán, un título sin terapeuta. Ofrece al mundo algo que ni siquiera ha descubierto en sí mismo. Carga con la peor de las ignorancias: no sabe que no sabe. Y eso es lo más peligroso, porque entonces cree que sabe mucho, y desde esa falsa seguridad, se sentirá con autoridad para aplastar, dirigir o corregir la vida de sus pacientes desde un pedestal de superioridad, creyendo que por tener un papel es un super humano.

Mientras los estudiantes en formación en Terapia Gestalt no se apropien genuinamente de su no saber, seguirán siendo ciegos con los ojos abiertos, dormidos mientras caminan, y cometiendo el crimen de creer que conocen al paciente, cuando ni siquiera saben quiénes son ellos mismos, y a eso se le llama fraude.

Lo que el silencio me dijo cuando deje de escuchar al pasado

*"In xochitl ohuaya, in cuicatl aic hueliz -
Axcan zan tlanextia in yoliztli."
(La flor del pasado ya se marchitó, el canto nunca
llegará, sólo el ahora ilumina la existencia.)*

Una reflexión sobre el aquí y el ahora.

Como humanidad nos encontramos continuamente en dos ilusiones temporales: un pasado del que solamente recordamos nuestra interpretación de esa experiencia pasada, que es idealizado o despreciamos, y en un futuro que nos produce esperanza o miedos de lo que está por suceder. Desconectado de lo que acontece, de lo que pasa, del Aquí y del Ahora, el instante en el que el cuerpo se encuentra consigo mismo, en donde cada respiro simplemente fluye, donde la vida, simplemente, en su belleza, en su crudeza.

El filósofo alemán Martin Heidegger aporta profundidad a esto último, mostrándonos que no somos meros espectadores, si no los protagonistas, un "Un-ser-en-el-mundo" cuya existencia se define en como vivimos el presente, pero, si cargamos con un ciclo de experiencia inconclusa (o Gestalten inconclusas) este "Ser-en-el-mundo" queda limitado, como si intentara nadar con peso en los tobillos, cada ciclo interrumpido limita nuestras posibilidades, estrechando nuestro campo de acción y de percepción.

Cuando cargamos con un ciclo inconcluso no es simplemente un equipaje que cargamos, son unas lentes que filtran que distorsionan nuestro presente, por ejemplo: el dormir con música relajante, sonidos ambientales o White Noise, en realidad es un dolor amplificado de un sentimiento de abandono, o cada crítica constructiva se convierte en una humillación y en un ataque hacia la persona. Y es así, como dejamos de vivir en el presente y nuestro enfoque se concentra en una situación pasada.



Erick Ulises Granados Hinojosa.
19a Generación de Maestría Humanista
Fenomenológica Existencial

Lo que el silencio me dijo cuando deje de escuchar al pasado

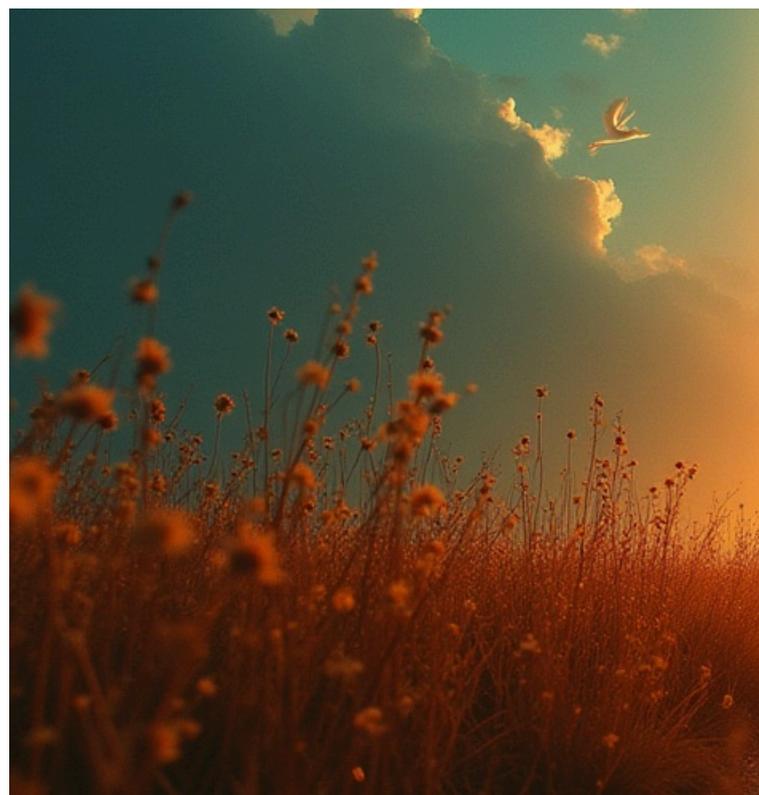
Nuestro cuerpo se convierte en el registro viviente de ciclos de experiencia sin integrar. No dicho como una metáfora, sino como una realidad fisiológica: músculos que se tensan, un estómago que reactiva ante las emociones que emergen y un sistema nervioso que envía señales vagas, confusas y muy desagradables. Perls nos demostró que estos síntomas somáticos no son un problema que se tiene que eliminar, más bien, son mensajes cifrados a la espera de ser descifrados con paciencia y atención.

La terapia Gestalt no es arqueología emocional, más bien es una charla existencial: es observar cómo estas experiencias del pasado interactúan con nuestro presente. Esto supone una paradoja en el que solamente podemos resolver nuestro pasado mediante nuestro presente. No mediante un ejercicio de memoria reconstructiva, más bien, mediante la atenta observación de estos ciclos inconclusos que se manifiestan en el presente, en la forma en la que nos relacionamos, nos movemos, evitamos o buscamos nuevas experiencias.

La invitación que nos hace la terapia Gestalt no es de "resolver" el pasado en el sentido de eliminarlo o de archivarlo, ya que ha moldeado la forma en la que estamos siendo, nos está invitando a reintegrarlos de manera consciente a nuestras vidas. No se trata de exorcizar fantasmas, sino de darles un lugar en nuestra psique en donde no nos paralice en el presente. No se trata de llegar a un estado de "pureza emocional" en donde ningún sentimiento pasado o negativo nos alcance -lo cual no sería humanamente posible-, se trata de ser lo suficientemente flexibles como para que estas experiencias pasadas e inconclusas determinen nuestras decisiones en el presente.

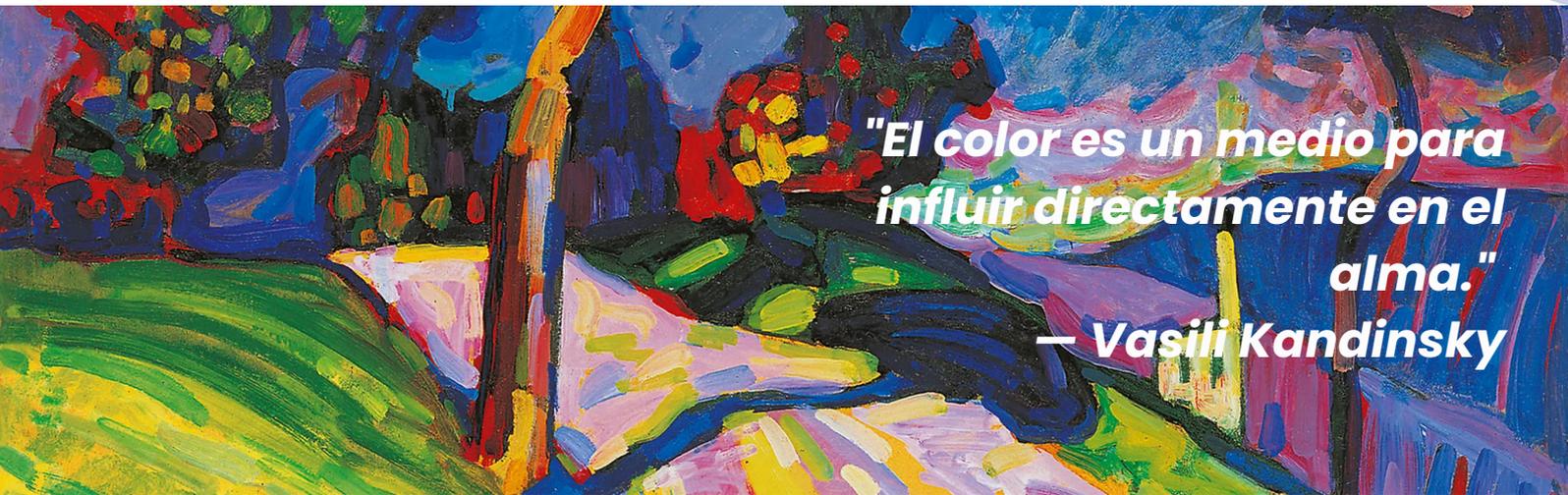
En última instancia, el trabajar con estos ciclos inconclusos, es un acto de profunda honestidad existencial. Que requiere del valor de mirar directamente a todo aquello que buscamos evitar, sin el afán de volver a sentir el dolor, sino con la liberadora intención de quitarle su poder. Cuando un ciclo inconcluso es finalmente concluido, reconocido y aceptado en el presente, simplemente se convierte en parte de nuestra historia, sin mayor importancia a cualquier otra experiencia.

El Aquí y el Ahora se revela como el único espacio posible para una sanación auténtica. No porque niegue del pasado, o del futuro, sino porque reconoce que toda transformación ocurre en este momento, en el efímero nexo entre el pasado y el futuro, en la manera en la que decidimos habitar en nuestro presente, con sus luces y sus sombras, en todo lo que se ha concluido y en lo que no se ha concluido que nos constituye.





Vasili Kandinsky: La sinfonía invisible de la forma y la percepción



"El color es un medio para influir directamente en el alma."

— Vasili Kandinsky

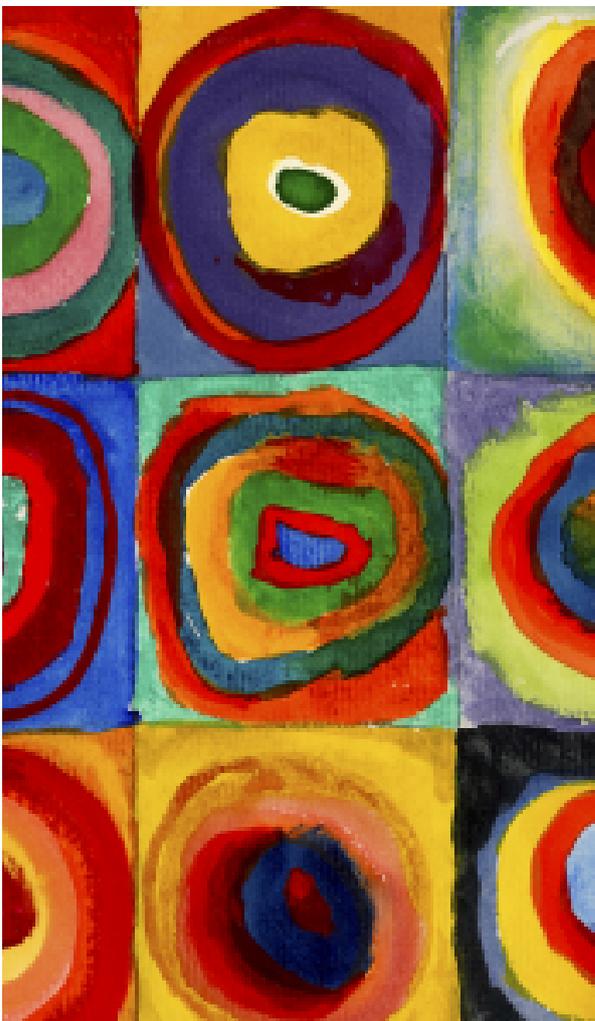
En una época marcada por las disonancias del siglo XX, entre revoluciones estéticas, tensiones políticas y nuevas teorías de la mente, surgió un artista que no solo cambió la forma de pintar, sino también la forma de ver. Vasili Kandinsky, pionero de la abstracción y pensador del arte, no buscó representar el mundo visible tal como era, sino revelar su vibración interior. Su obra se convierte en un puente entre el arte y la psicología, entre la emoción y la estructura, entre la libertad expresiva y las leyes perceptuales que rigen nuestra experiencia.

Este mes, en la sección Artista del Mes, rendimos homenaje a una figura que, más que pintar cuadros, compuso sinfonías visuales. Kandinsky no solo anticipó el arte moderno: lo llenó de espiritualidad, de geometría y de una sensibilidad profunda por los mecanismos invisibles de la percepción. Su legado dialoga sorprendentemente con las teorías de la Gestalt, aun sin haberlas conocido directamente.

El arte como percepción activa

La obra de Kandinsky se desmarca del simple acto de mirar: nos obliga a sentir, a organizarnos internamente, a componer sentido desde la forma, el color y la energía. ¿No es esto mismo lo que propone la Gestalt? Esta escuela de la psicología alemana, nacida a principios del siglo XX, sostenía que la percepción humana no consiste en la suma de partes, sino en la aprehensión total del significado. "El todo es más que la suma de sus partes", dirían Wertheimer y Koffka, y en el trazo de Kandinsky este principio se vuelve imagen.

Sus composiciones no son caóticas, aunque lo parezcan. Hay estructura, equilibrio, tensión dinámica. Líneas que buscan encontrarse, puntos que sostienen el espacio como notas musicales. Obras como Composición VIII (1923) o Amarillo-Rojo-Azul (1925) se leen, más que se contemplan: invitan a un juego perceptivo donde la mente activa completa el significado. Aquí es donde su intuición plástica se cruza con los postulados gestálticos: la percepción no es pasiva, es constructiva.



Vasili Kandinsky: La sinfonía invisible de la forma y la percepción



Un alma musical en el arte

Kandinsky, músico frustrado, siempre quiso hacer de la pintura una experiencia sonora. Decía que los colores tenían timbre, que el azul era profundo como el órgano y el amarillo, agudo como una trompeta. Esta sinestesia no era caprichosa: era una forma de volver a unir los sentidos con el alma, una misión espiritual. Su libro *De lo espiritual en el arte* (1911) es una meditación profunda sobre el propósito del arte en tiempos de desarraigo. El artista, para Kandinsky, debía ser un profeta del alma, un intermediario entre lo visible y lo esencial.

Quizá por ello su obra es tan afín a la terapia contemporánea: nos conecta con el mundo interno, nos permite reconfigurarnos, encontrar nuevas formas de ver y ser. No es casual que muchas escuelas de arteterapia retomen su legado como punto de partida. Kandinsky no buscaba entretener: buscaba transformar.

Un legado que dialoga con la psicología y la educación

Kandinsky nunca habló de psicología en términos académicos, pero sus obras están impregnadas de intuiciones que hoy encuentran eco en múltiples disciplinas. El enfoque gestáltico, por ejemplo, busca precisamente lo que él exploró con pigmentos y formas: el equilibrio, la figura emergente, la integración de lo disonante. En un mundo fragmentado, Kandinsky ofreció composiciones como actos de armonía interior.

Para la educación humanista, su legado es igualmente valioso. Enseñar a mirar más allá de lo evidente, a percibir con totalidad, a encontrar belleza en el ritmo de las formas: eso también es educar. En tiempos donde lo inmediato prima, detenerse a contemplar una obra abstracta como quien escucha una pieza musical es un acto de resistencia poética.

Cerrar los ojos para ver

Hoy más que nunca necesitamos artistas como Kandinsky. En su obra, lo abstracto no es un refugio, sino una forma más honesta de hablar de lo que no tiene palabras. Al mirar sus lienzos, algo se mueve dentro de nosotros: una emoción, una memoria, una forma nueva de ver el mundo.

"El ojo es tonto cuando el alma es ciega", escribió en alguna ocasión. Y acaso esa sea la clave de su vigencia: Kandinsky nos recuerda que el arte no está en el cuadro, sino en el encuentro con nuestra percepción. Allí donde la forma y el fondo se funden en significado, donde el color nos habla sin necesidad de palabras, donde la contemplación se convierte en transformación.

En su obra vive la promesa de un arte que cura, que integra, que eleva. Una terapia visual para un alma que, como la suya, aún busca decir lo invisible.

La pasión de un Bibliotecólogo

Rafael Ramírez Ramírez
Lic. en Bibliotecología



Un poco de historia

El oficio de bibliotecario quizá sea tan antiguo como la escritura misma. Culturas tan antiguas como la Mesopotámica ya hacían referencia a personas dedicadas a la escritura, la custodia y la preservación de las tabillas de arcilla, los papiros en la cultura egipcia, los pergaminos en las cultura griega y romana, el papel en la cultura china todos estos elementos de soporte de la escritura hacen pensar en personas encargas de su elaboración y custodia.

En Mesoamérica, la cultura Maya y Azteca producen los códices en donde el Tlacuilo (el que escribe pintando) era el encargado de su realización y resguardo.

En la Edad Media los manuscritos, producidos por los monjes toman un rol importante en la escritura, siendo los mismos monjes quienes los escribían, los organizaban y los controlaban.

Con la invención de la imprenta por Gutenberg en 1440, comienza una nueva era de la escritura, los tipos móviles que dan inicio a los primeros libros, los incunables, del latín incunabula que significa en la cuna (cuna de la tipografía).

585 años después del primer libro impreso, el auge de los soportes de la escritura sigue evolucionando, actualmente tenemos libros digitales, libros electrónicos, libros virtuales, ciberlibros, ebooks, bases de datos y plataformas digitales.

Hoy en día el oficio del bibliotecario también ha evolucionado, pasando de ser un oficio a una disciplina académica, una profesión que organiza, administra, gestiona y difunde los recursos de información documental.

El bibliotecólogo establece una comunión con el usuario en un sentido totalmente humanista, resaltando el valor de la responsabilidad y la calidad en el servicio con el compromiso de apoyar en el desarrollo del potencial de cada persona.

**Libros, caminos y días dan al hombre sabiduría”
(proverbio árabe)**

Día del bibliotecario en México

En el año 2004, como una forma de reconocimiento a esta profesión y siendo presidente de la República Mexicana Vicente Fox, La Comisión de Bibliotecas y Asuntos Editoriales de la Cámara de Senadores, estableció el 20 de julio como el día Nacional de la Bibliotecaria/o y de la Bibliotecólogo/a. Esta fecha fue elegida en conmemoración al 20 de julio del año 1945 cuando en el recinto del Palacio de Bellas Artes, el entonces Secretario de Educación Pública Jaime Torres Bodet y siendo presidente de México Manuel Ávila Camacho inauguró el primer ciclo escolar de la entonces Escuela Nacional de Bibliotecarios y Archivistas, actualmente conocida como Escuela Nacional de Biblioteconomía y Archivonomía (ENBA) dependiente del IPN.

Formación

Actualmente se puede estudiar la profesión de bibliotecología en varias Universidades del país: La ENBA, la UNAM, la UAEM, la UASLP, la UNACH, la UDG y la UANL.

Los bibliotecólogos estamos convencidos de que el libro, la lectura y la información documental son elementos indispensables en la formación integral del individuo. Sirva entonces este medio para felicitar y agradecer a cada colega bibliotecólogo/a por ejercer esta bella, noble y abnegada labor con ética, profesionalismo y con gran valor humano.

La pasión de un Bibliotecólogo



Pasión de ser un Bibliotecólogo

Mi pasión

Algo tuvo que surgir en algún momento de donde no había nada de nada. Cuarenta y ocho años han pasado desde aquel día en que tuve por primera vez en mis manos ese maravilloso libro, si mi primer libro, mi primer principito, yo tenía nueve años y desde entonces ese hermoso recuerdo vive dentro de mi como un gran tesoro. Veo su portada y observo esa imagen infantil e inocente, la emoción se apodera nuevamente de mi ser, comienzo a leer, me imagino la boa devorando al elefante, al cordero en su caja, a la rosa en su biombo, al zorro en su guarida y a todos los personajes en su mini planeta. Su lectura me atrapa nuevamente como la primera vez, vuelvo a viajar al asteroide B612, este es, para mí el más bello y el más triste paisaje del mundo.

Los días transcurrieron y como las posibilidades económicas me lo permitieron, seguí coleccionando libros infantiles (*Moby Dick*, *Corazón: diario de un niño*, *Viaje al centro de la tierra*, entre otros). Me llega la adolescencia y tengo la oportunidad de visitar mi primera biblioteca pública, me adentro en ese fabuloso mundo de los libros. Poco después, la juventud me llega de repente, tiempos de preparatoria en el CCH, mi primer contacto con la UNAM y con ello visitas a bibliotecas universitarias, nada de esfuerzo me costaría elegir la opción técnica en bibliotecología, el gusto por los libros y las bibliotecas iba creciendo. Posteriormente, me ofrecen estudiar la licenciatura en Bibliotecología en la FFyL, aprovecho mi formación académica. Los tiempos son perfectos ya que desde el primer semestre me incorporo al mundo laboral, el gusto y la pasión por ser un bibliotecólogo han madurado. Las bibliotecas de Instituciones y de Universidades públicas y privadas han sido mi segunda casa, día a día sigo disfrutando de mi profesión, he aprendido (sigo aprendiendo) de las relaciones humanas como eje central en la formación integral de las personas. La UHH me ha enseñado a vivir el "aquí y el ahora" como una forma de conexión para fortalecer el bienestar y el crecimiento personal.

Treinta y nueve años, dos meses y quince días han pasado en mi vida laboral y la **pasión de ser un bibliotecólogo sigue viva como el primer día.**

LA PIEL DEL ALMA

GESTALT, EXISTENCIA Y EL AQUÍ COMO REFUGIO

Introducción:

Vivimos tiempos donde el alma parece estar en exilio. Las presiones sociales, el hambre de "estar bien", la saturación tecnológica, el culto al rendimiento y la hiperconectividad han generado una desconexión progresiva del cuerpo, del sentir y del presente. Esta desconexión, tan normalizada en la cultura contemporánea, ha dado paso a una experiencia existencial de vacío que no siempre se manifiesta como angustia abierta, sino como insatisfacción crónica, cansancio emocional, disociación y una dolorosa sensación de ausencia de sí. En este contexto, la Terapia Gestalt emerge como una posibilidad viva.

No para 'curar' el vacío, sino para habitarlo. No para huir del dolor, sino para convertir el aquí y ahora en un refugio profundo donde el alma pueda volver a tocar su propia piel.

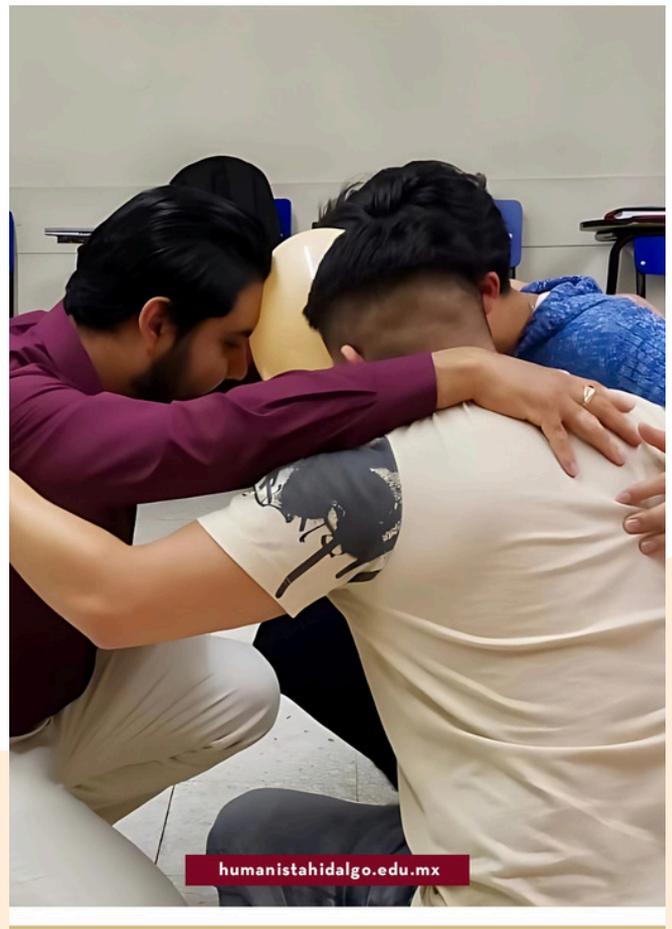
Cuando el alma se queda sin piel: el vacío como signo de época

Viktor Frankl advirtió que la pérdida del sentido puede conducir al vacío existencial, pero hoy en día no es solo una ausencia de sentido, sino una acumulación de ruido lo que sofoca al ser, como lo expresa: "Una sensación de total y absoluta falta de sentido, un estado de frustración existencial donde la persona ya no sabe que quiere, ni por qué vive." (Frankl, 2004, El hombre en busca de sentido).

La tecnología, si bien ha traído avances, ha desplazado lo humano a favor de la inmediatez. Zygmunt Bauman lo expresó con claridad al hablar de una modernidad líquida, donde los vínculos, las identidades y los valores son volátiles, reemplazables y fugaces. El alma, privada de un lugar seguro, queda expuesta, como si hubiera perdido su piel simbólica. En palabras de F. Perls, 'la neurosis es el dolor de no ser uno mismo'. Y hoy, el no-ser se ha vuelto una epidemia emocional.



Ana Jaqueline Carmona Ramírez
Doctorante en Terapia Gestalt,
Docente universitaria en Psicología
y Pedagogía,
Creadora del podcast
"Lo que el alma no calla"



humanistahidalgo.edu.mx

El presente como territorio: aportes contemporáneos desde la Gestalt

La Terapia Gestalt se ha desarrollado como una práctica profundamente enraizada en el aquí y ahora, en el contacto con lo que es. Laura Perls, cofundadora del enfoque, destacó la importancia de la conciencia corporal, de la experiencia sensorial directa como vía de integración. En un mundo donde el cuerpo es instrumentalizado y muchas veces rechazado, este enfoque recupera su valor vivencial y existencial. Dan Bloom, uno de los grandes referentes actuales, insiste en la 'presencia dialógica' del terapeuta, más allá de técnicas, como elemento transformador. No es solo el trabajo con el paciente, sino el ser-con del terapeuta lo que permite un espacio seguro para que el alma exprese su verdad. Para Serge Ginger, la Gestalt es una pedagogía del despertar, donde el sujeto no solo se comprende, sino que se reencuentra con su posibilidad de ser.

Del scrolling al silencio: síntomas actuales de la evasión existencial

En la actualidad, el vacío se manifiesta también como adicción a la productividad, dependencia de validación externa, y desconexión emocional. Las redes han sustituido los procesos de introspección por compulsiones de imagen. La evasión no es solo cognitiva: es también corporal. Se evita el dolor con rutinas, con diagnósticos rápidos, con entretenimiento sin pausa. El presente se ha vuelto incómodo y el cuerpo un territorio desconocido. Fritz Perls afirmaba que 'el presente es lo único real', pero hoy nos cuesta sostenerlo. La propuesta gestáltica no invita a intelectualizar el presente, sino a encarnarlo. A sentirlo. A dejarse tocar por él. Y es precisamente allí donde el contacto se vuelve cura, y el terapeuta, testigo sensible de la verdad que habita debajo del síntoma.



Acompañar el vacío: una mirada psicoterapéutica

Enfrentar el vacío existencial en psicoterapia no consiste en erradicarlo, sino en resignificarlo. Desde la Terapia Gestalt, el vacío no es una patología en sí misma, sino una señal de que algo esencial está pidiendo ser escuchado. El rol del terapeuta no es llenar ese vacío con interpretaciones ni soluciones, sino crear un espacio de presencia segura donde el vacío pueda hablar. Esto implica acompañar sin prisa, estar disponible sin invadir, y sostener el proceso sin exigir resultados. La psicoterapia gestáltica ofrece herramientas como el trabajo con polaridades, el diálogo con partes internas, la atención al cuerpo y el uso del silencio como puente hacia lo profundo. Frente a un mundo que teme al vacío, el terapeuta se convierte en una presencia que legitima su existencia como parte del camino hacia el sentido. Como afirma Claudio Naranjo, el vacío puede ser una antesala del despertar si se atraviesa con conciencia y compasión. En este acompañamiento, no se trata de eliminar el dolor, sino de descubrir qué quiere decir, qué parte de uno mismo pide nacer a través de él.

La piel del alma: el contacto como frontera del sentido

En la clínica gestáltica contemporánea, el concepto de contacto es clave. No como interacción superficial, sino como frontera vital. El contacto auténtico —con uno mismo, con el otro, con el entorno— es donde la experiencia adquiere cuerpo. Desde esta perspectiva, la piel del alma es la capacidad de sostenerse en ese umbral entre lo interno y lo externo sin desbordarse ni disolverse.

La fragmentación contemporánea exige un trabajo terapéutico que no imponga narrativas, sino que facilite la escucha de lo que aún no tiene palabras. El terapeuta no es intérprete, sino presencia. No guía, sino compañía. Como diría Jean-Marie Robine: “La Gestalt no busca interpretar lo oculto, sino acompañar lo obvio aún no reconocido.”

Conclusiones

Frente a un tiempo histórico que empuja al olvido de sí, la Terapia Gestalt propone una resistencia: estar, sentir, nombrar, habitar. No se trata de prometer sentido, sino de crear un espacio donde el alma pueda respirar, llorar, reír, vivir. La piel del alma no es otra cosa que esa capacidad de contacto que nos permite sostenernos en la vida con autenticidad. Hoy, más que nunca, el aquí y ahora no es una técnica: es una ética, una elección radical de presencia en tiempos de fuga.

Referencias

Bauman, Z. (2005). *Vida líquida*. Editorial Paidós.

Bloom, D. (2011). *Presence: In search of the gestalt therapist*. *British Gestalt Journal*, 20(1), 6–13. Frankl, V. E. (2004). *El hombre en busca de sentido* (27ª ed.). Herder.

Ginger, S. (1995). *La práctica de la terapia Gestalt*. Editorial Paidós.

Kierkegaard, S. (2006). *El concepto de la angustia* (M. J. Sanchez, Trad.). Editorial Trotta. (Obra original publicada en 1844)

Naranjo, C. (1990). *Gestalt sin fronteras*. Cuatro Vientos.

Perls, F. S. (1976). *El enfoque gestáltico y testimonios de terapia*. Cuadernos de Terapia Gestalt.

Robine, J.-M. (2006). *El contacto y la relación: Contribución a la clínica gestáltica contemporánea*. Ediciones La Llave.

Sartre, J.-P. (2005). *El ser y la nada* (A. Ramirez, Trad.). Fondo de Cultura Económica. (Obra original publicada en 1943)

Yalom, I. D. (2008). *Psicoterapia existencial* (3ª ed.). Editorial Herder.



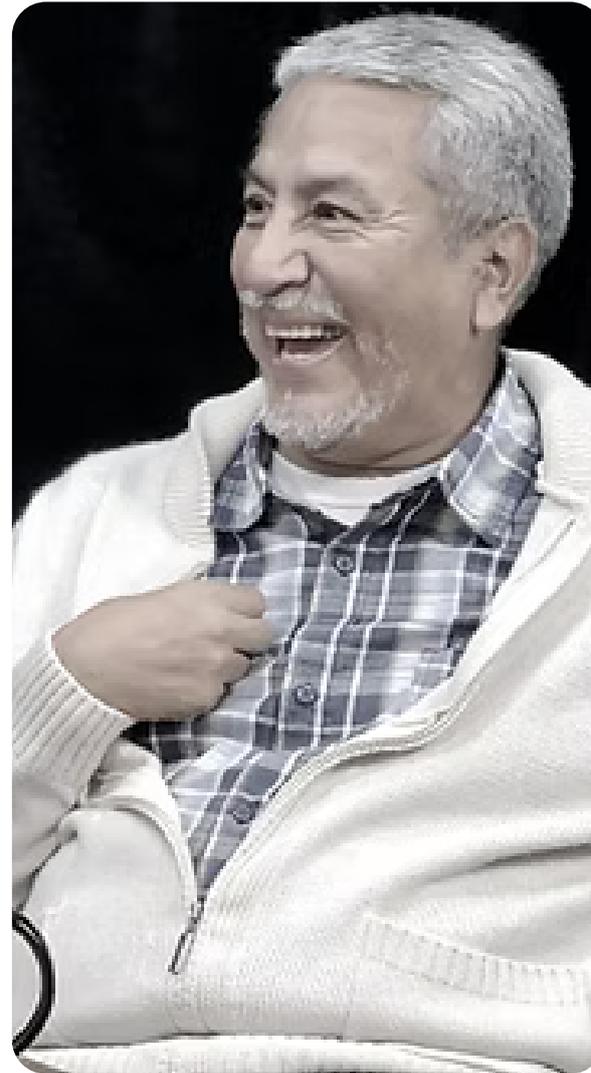
UN NUEVO FRUTO EL DESPLIEGUE DE LA TERAPIA GESTALT

Los primeros rayos de luz en cada amanecer me anuncian los signos tempraneros de la esperanza que empieza a caminar en la vida cotidiana de las personas. Cada filamento hace que aparezca el mundo ante mis ojos. Poco a poco, cada objeto y cada persona se van definiendo en su perfil para transitar por los senderos que despiertan con la alborada.

Un sol fulgurante se abrió en la mañana del domingo 16 de febrero de 2025 y cuatro amigos tuvimos oportunidad de presentar nuestro libro intitulado "Volver a los orígenes de la terapia Gestalt: la plena consciencia en el proceso terapéutico" avalado por la editorial de la Universidad Nexum de México.

Esta aventura inició con una invitación del Dr. Jean-Marie Delacroix, Jean-Marie a partir de aquí, a la Dra. María Trinidad Cárdenas, Mary Trini desde este momento, rectora de la Universidad Nexum de México para publicar un material didáctico que había escrito el propio Jean-Marie. La idea entusiasmó a Mary Trini e inmediatamente buscaron un nombre para la obra y propusieron bautizarlo como cité más arriba. Una vez avanzado el acuerdo, nuestra rectora decidió invitar a dos personas más: el Mtro. Ángel Alberto y a mí.

Resalta el primer objetivo del libro: hacer una producción en conjunto, pero no sólo en grupo, sino, además un grupo de amigos. Mary Trini y yo nos conocemos hacemos mucho tiempo, inicialmente fue mi alumna, hemos trabajado en muchos proyectos juntos y cada día crece nuestra amistad. Con Jean-Marie también me liga un gran aprecio. A él lo conocí poco tiempo después, a él lo invitaba a dar clases en una Institución en donde yo era el rector y también hemos caminado juntos durante muchos años. Con Ángel me liga una amistad más joven y poco a poco se va consolidando. ¡Qué maravilla!: cuatro amigos escribiendo y pensando juntos, unidos en un mismo corazón: hacer florecer las nuevas semillas de la Terapia Gestalt, TG, como la signaré ahora.



Dr. Miguel Jarquín
Pedagogo, Filósofo,
Psicoterapeuta Humanista
Docente nivel posgrado

UN NUEVO FRUTO

EL DESPLIEGUE DE LA TERAPIA GESTALT



El segundo objetivo del libro es mostrar un documento didáctico que permita a los estudiantes en formación y a los terapeutas con orientación Gestalt, seguir su camino de actualización. La TG, desde sus orígenes abrió dos brechas por donde transitar: la primera era la intervención clínica y la segunda la formación. Laura y Fritz Perls, los fundadores de la TG, abrieron en Sudáfrica un centro para atención terapéutica y paralelamente, formación de terapeutas. Nuestro libro se suma a esta visión clínica y educativa.

En el tercer capítulo, Jean-Marie nos presenta una didáctica precisa, puntual y significativa: elabora un manual para que el estudiante siga los pasos apropiados en su formación como terapeuta centrado en el presente a través de la meditación intersubjetiva. Nos hace ver que este ejercicio de meditación lo vivió Fritz, aprovechando sus aprendizajes en la visita a Japón a través del budismo zen y más tarde, en 1942 lo aplica en "Yo, hambre y agresión" utilizando el término de «terapia de concentración», para más tarde, en 1951 junto con Ralph Hefferline y Paul Goodman introducir en "Terapia Gestalt: Excitación y crecimiento de la personalidad" la expresión: «desarrollar el sentir y la toma de conciencia».

Siendo fieles a esta inspiración que busca recuperar la vitalidad de la persona y no perderse en el pasado ni en el pensamiento, hoy se convierte en una invitación: «Aprende a meditar para ser terapeuta Gestalt». Meditar, en esta propuesta es el ejercicio que nos convoca a centrarnos en el presente con toda nuestra capacidad para sentir el flujo de la vida en nosotros y así recuperar nuestro poder. Esta acción se corona con la intersubjetividad como un modo específico de hacer presente la relación por excelencia, el encuentro que coloca cara a cara al yo y tú.

UN NUEVO FRUTO

EL DESPLIEGUE DE LA TERAPIA GESTALT

El tercer objetivo muestra una tarea dialógica que, parece, hoy hace mucha falta entre algunos terapeutas de orientación Gestalt, ya que se han generado dos bandos que en la obra se mencionan como los que se cobijan bajo el paraguas de la teoría clásica en TG y los que corren a la sombra de lo que se denomina la TG contemporánea. A la primera la ubican en el quehacer focalizado en lo intrapsíquico, mientras que a la segunda la centran en la teoría del Self, la teoría de la personalidad y la teoría del contacto de ahí su énfasis en el campo y en la relación.

Descubrir esta ruptura, le llevó a Mary Trini a hacerse una pregunta: «En todo caso me preguntaba: ¿qué pasó, no se trata de la misma Gestalt?» Una línea después se responde: «Ahora sé que sí y no: la misma pero recreada». Esta respuesta lleva a ver que el hilo conductor del libro es propiciar un diálogo entre las diversas miradas y no alimentar una guerrilla entre ellas y menos aún, una descalificación.

En el segundo capítulo, Mary Trini y Ángel puntualizan con gran tino: «Las similitudes que encontramos entre la terapia Gestalt clásica y contemporánea son que ambas mantienen como objetivo la integración entre la experiencia espontánea con la deliberada o intencionada, aquí se integra el self biológico con el self social.

La práctica clínica contemporánea más que apoyar la expresión auténtica del paciente como en la terapia Gestalt clásica, se apoya en actitudes, capacidades y herramientas que tienden a favorecer formas de acoger al otro».

Los autores del capítulo aprovechan los descubrimientos de Madeleine Fogarty para perfilar siete categorías que pueden servir para cualquiera de los enfoques Gestalt y que fue avalada por expertos en TG a nivel mundial y que cito a continuación:

- Trabajar relacionamente
- Trabajar en el aquí y ahora
- Tener una práctica fenomenológica
- Trabajar con la corporalización
- Tener una práctica sensible al campo
- Trabajar con procesos de contacto
- Tener una actitud experimental



Citaré ahora un ejemplo de un evento terapéutico y su tránsito de un enfoque al otro usando como ejemplo la «silla vacía» siguiendo a Macaluso:

«En el primer modelo que llamamos Gestalt clásica, el terapeuta le propone al paciente que dialogue con las partes en conflicto y que trate de ver cómo se siente. Este modelo tiene espacio en la práctica Gestalt contemporánea en la medida en que el terapeuta se implique como parte del campo organismo /entorno».

«En el segundo modelo se pone el conflicto emergente en la relación terapéutica. Se puede preguntar al paciente: ¿cómo es este conflicto entre tú y yo en este momento? O ¿Cómo es para ti que te diga estas cosas? Poniendo énfasis en la co-construcción de la experiencia».

Además de sumar este capítulo de manera dialógica la teoría, lo hace recuperando la visión que aprovecha los ejercicios como una estrategia de focalización en el presente y ahora se suma la mirada que toma a la meditación partiendo de un artículo que Perls publica entre los dos libros fundacionales, “Yo, hambre y agresión” y “Terapia Gestalt: Excitación y crecimiento de la personalidad”, intitulado “Theory and Technique of Personality Integration”: «Nosotros consideramos que este artículo es el fundamento clínico y el hilo conductor de los ejercicios propuestos en el Volumen uno del PHG desarrollado por Ralph Hefferline y que junto con Jean-Marie Delacroix consideremos que son experimentos de prácticas meditativas que favorecen el awareness».

UN NUEVO FRUTO

EL DESPLIEGUE DE LA TERAPIA GESTALT

El capítulo de nuestros Amigos concluye: «Nos podemos considerar afortunados hoy en día de escribir esta rica y diversa herencia de tradiciones que conformaron y configuraron a la terapia Gestalt». No tenemos que despreciar ni los ejercicios por falta de fundamentación, ni la teoría por falta de práctica, o la postura intrapsíquica por falta de relación, ni a la relación por demasiada atención en el terapeuta.

Si la tarea clínica de la TG es la búsqueda de integración para enfrentar la alienación y del aprendizaje como descubrimiento, ¿será que nos toca como terapeutas y educadores con una orientación Gestalt, propiciar un espacio en libertad que favorezca el diálogo y desmonte el camino hacia la creación de nuevas miradas? Hay que recordar que la última palabra no está dicha.

Inspirado en esta tarea de integración, me lancé a realizar el primer capítulo y al final, el epílogo. Cada uno tiene títulos que me retaban a cada momento y me llevaban a seguir en esa labor de configuración: al apartado lo nombré, siguiendo una pista que Laura Perls me aportó: "Oda al espíritu creador". Caray, a cada instante tintineaba en mis oídos: oda. Esta palabra me habla de un homenaje a algo o alguien y aquí, sin lugar a duda, el armado de la TG merece un canto en plural: hoy somos muchos quienes hemos sido tocados por ella y también, quienes estamos aportando novedades.

Aquí están las palabras que continúan: "Un porvenir de posibilidades en la Terapia Gestalt". Si de verdad el terapeuta con orientación Gestalt quiere ostentar su pertenencia a la inspiración existencial, él mismo ha de ser congruente con una de las creencias básicas del enfoque: la TG en su apuesta por el crecimiento del potencial, confía en el poder creador que hace que lo imposible se vuelva posible y rompe con todas las formas de ideologización y sometimiento. La TG es confianza en la bondad de la vida que se abre paso ante lo nuevo que nace. De ahí el epílogo: "Saberes y aprendizajes".

«Aprender es descubrir» nos instó el genio de la Gestalt, pero si ese descubrimiento no se torna un saber, es decir, una forma de vivir creadora y potente, se vuelve un descubrimiento estéril en la suma de "darse cuenta" al infinito que no cambian nada en la existencia.

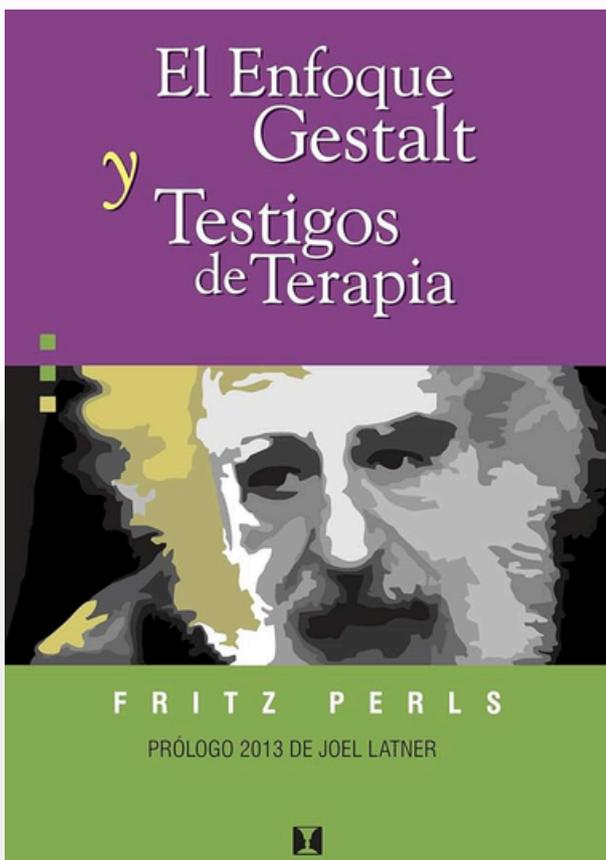
Sólo así reconozco mis propias palabras: «De aquí sigue defender la vivencia en el presente para conseguir la actualidad de las funciones del yo de contacto, identificación y responsabilidad».

Es tiempo de despedirme y quiero hacerlo con dos textos de este apartado animando el canto que agradece la labor de la TG como un servicio profesional en favor de la persona: «...me alegra el arte de la terapia que florece en el arte de vivir. Cada novedad en mis pacientes fecunda mi propia vida», y hoy constato que este sendero que tomé afirma que la TG es «un camino de esperanza (que) me lleva a colaborar en la liberación del espíritu creador».



Colecciones

El enfoque Gestáltico & testimonios de terapia Fritz Perls



Sinopsis:

Este libro es una inmersión directa al corazón de la Terapia Gestalt, narrada por uno de sus creadores. En estas páginas, Fritz Perls no solo expone los fundamentos teóricos de su enfoque, sino que los pone en acción a través de testimonios y fragmentos reales de sesiones terapéuticas. Cada relato se convierte en un espejo que confronta, provoca y transforma.

Lo relevante de esta obra no es solo la explicación del "aquí y ahora", sino cómo esta filosofía puede aplicarse a los dilemas personales y existenciales que enfrentamos hoy, especialmente en la etapa universitaria, cuando estamos llamados a definir quiénes somos. La terapia aquí no se presenta como un método rígido, sino como una experiencia viva de autoconocimiento y autenticidad.

Ideal para quienes buscan una lectura que desafíe sus formas de pensar y sentir, este libro nos lanza una pregunta clave: ¿te atreves a estar realmente presente en tu vida?

Sinopsis:

Con una mirada crítica y sensible, Taylor Stoehr explora el legado de la Terapia Gestalt desde una perspectiva cultural y filosófica. Lejos de ser un tratado técnico, esta obra es una conversación profunda sobre lo que significa vivir con conciencia, responsabilidad y apertura al cambio.

Stoehr entrelaza ideas de la contracultura, la psicología humanista y las tensiones sociales que atraviesan al ser humano moderno. Para estudiantes universitarios que desean comprender no solo la teoría, sino el impacto social y cultural de la terapia, este texto ofrece una guía lúcida y provocadora. Es una obra que permite pensar el presente desde el compromiso con el futuro, en una época que exige personas despiertas y con sentido crítico.

Más que un libro sobre psicoterapia, es una invitación a preguntarte: ¿cómo podemos vivir de forma más libre, íntegra y significativa?

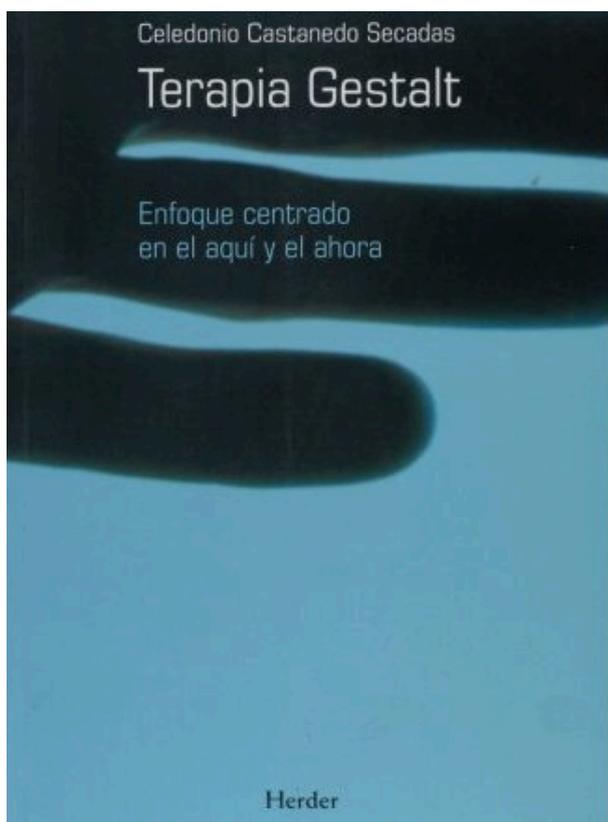


Aquí, ahora y lo que viene Taylor Stoehr

Colecciones

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

Terapia Gestalt: Enfoque centrado en el aquí y el ahora — Celedonio Castañedo Secadas



Sinopsis

Celedonio Castañedo nos presenta una síntesis brillante del enfoque gestáltico, enfocándose en su núcleo más poderoso: la experiencia inmediata. En un lenguaje claro pero profundo, este libro ofrece herramientas conceptuales y prácticas para entender cómo funciona la conciencia, la percepción, el contacto con el otro y con uno mismo.

La obra destaca por su capacidad de hacer comprensible lo complejo, especialmente para quienes se están formando en el ámbito de la psicología o el desarrollo humano. A través de ejemplos cotidianos y análisis certeros, Castañedo invita al lector a observar su vida con una mirada más honesta y activa.

Este libro es más que una introducción a la Gestalt; es un mapa para aprender a habitar tu presente con autenticidad. Ideal para quienes buscan comprender la psicoterapia desde una vivencia profundamente humana.

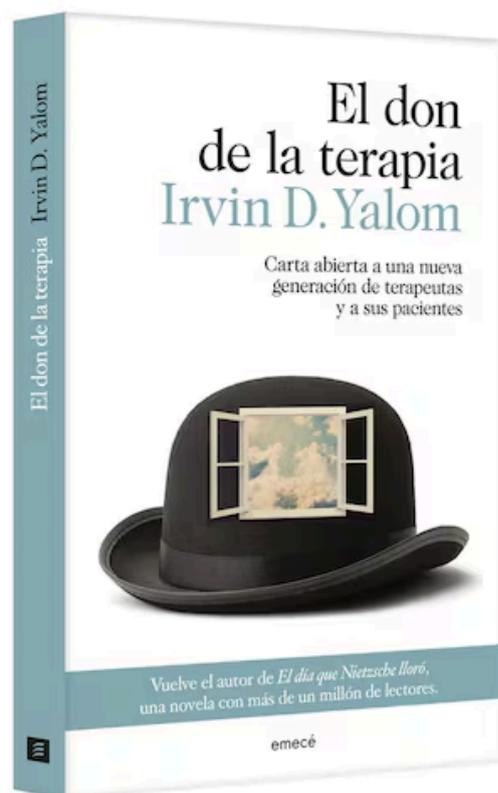
El don de la terapia — Irvin D. Yalom

Sinopsis

Irvin D. Yalom, uno de los grandes referentes de la psicoterapia existencial, nos ofrece en esta obra un compendio íntimo y generoso de consejos, reflexiones y aprendizajes recogidos durante décadas de práctica clínica. Escrito con sensibilidad, claridad y sabiduría, este libro no es solo para terapeutas: es para todo aquel que quiera comprender la dimensión profundamente humana del acompañar y del ser acompañado.

El texto entrelaza vivencias reales con lecciones terapéuticas que abordan temas como la muerte, el sentido de vida, la autenticidad y el vínculo. Para estudiantes universitarios en proceso de formación, este libro ofrece un modelo inspirador de lo que significa ejercer la psicología con profundidad ética y emocional.

Yalom nos recuerda que la terapia no es solo técnica, sino también arte, entrega y presencia. Una obra que deja una huella emocional duradera y que formula una gran pregunta: ¿cómo acompañar sin perder de vista nuestra propia humanidad?



La Presencia del Aquí y el Ahora: Explorando la Terapia Gestalt en la Formación Universitaria



Mtro. Mario Maldonado Ruiz
Licenciado en Psicología | Mtro. en Psicoterapia Humanista-Existencial, Docente en las Licenciaturas de Psicología y Psicopedagogía tanto en modelo escolarizado como en Carreras Ejecutivas, así como en la Licenciatura en Psicología plan UNAM, y en la maestría de Psicoterapia Humanista-Existencial todas en la universidad Humanista Hidalgo | Docente en la Escuela Bancaria y Comercial Campus Pachuca.

En todos mis años como docente, nunca me ha interesado solamente repetir lo que está en los libros. Lo que busco es poder generar una experiencia compartida, donde los alumnos se permitan ser impactados por los autores. No que reciten lo que dicen, sino aspirar a que piensen lo que recitan, y que eso sea un preámbulo de lo que será una voz convertida en persona: una voz que encarne, y no sea solamente un eco de lo previamente dicho.

Suelo hacer dramatizaciones, pues uno de los filósofos que me parece relevante para mis clases (parafraseándolo) propone hacer filosofía a martillazos. Y así procuro generar mis clases, o al menos hago todo el esfuerzo por invitarles a una escucha activa y una participación radical, donde la escuela sea un espacio donde nos vamos formando los unos a los otros en la relación.

Realizo preguntas incómodas o dolorosas, no esperando una respuesta vocal, sino un eco que resuene en su existencia. No lo hago por generar espectáculo, sino porque considero que puedo crear la posibilidad de que el alumno pueda mirarse y mirar a la otredad desde otro lugar. Y de la misma forma, también yo me miro desde otro punto: me incomodo, me cuestiono, genero consciencia, me expongo y me muestro también humano, sin pretensiones. También me frustro, me enojo, me entristezco, me hartó, me intimidó y me asqueo.



Gracias a esto, he aprendido a no forzar el contacto, pues no todos están listos para ello. Como se dice en estas corrientes humanístico-existenciales: "cada uno lleva su proceso". Algunos se han acercado a mí y me han compartido que en mi clase "algo les rebasó", que "algo cimbró su ser" o incluso me han preguntado, en medio de la clase: "¿De qué sirve sentir mi cuerpo o mi dolor, si ya pasó?" Y lo entiendo: no siempre hay disposición ni apertura a lo inhóspito, como dice Heidegger. No todos estamos considerando una opción más allá de la utilidad, de la conveniencia, del sentido. Esto nos lleva a encontrarnos con los límites de la razón.

Aunque en esa pregunta, también los invito a quedarse, a no huir, sino a profundizar en quién pregunta. Y eso no viene en los planes de estudio. A veces considero que son preguntas que solo yo hago, y que no son escuchadas por algunos. Pero en otros, veo que resuenan firmemente, pues no es una respuesta pensada, sino vivida.

La Presencia del Aquí y el Ahora:

Explorando la Terapia Gestalt en la Formación Universitaria

Cuando estudiaba la maestría, aprendí —desde la perspectiva Gestalt, con la Dra. María Eugenia Pérez Sierra y de la perspectiva Existencial con el Dr. Ricardo Arreola— que el aprendizaje ocurre cuando algo se moviliza, no solo en la razón, sino en el ser. Por eso trato de honrar dicha enseñanza en el aula, procurando que no sea solo un lugar de contenidos, sino un espacio de contacto. Aunque, lamentablemente, en algunos espacios no me ha sido posible, pues no depende solo de mi deseo y disposición, sino también de la otredad tiempos y espacios, para que ese contacto ocurra.

Lo mejor es que a veces ese contacto ocurre entre compañeros que se miran verdaderamente; otras veces, ocurre en un silencio después de una pregunta que nadie se atreve a contestar. También, por qué no, en el fastidio, en la evasión, en el enojo, o en la mirada depositada en el celular, tratando de encontrar un bálsamo para la existencia.

He visto a estudiantes pasar de la desconexión a la expresión emocional auténtica. He visto a otros sostenerse en sus vivencias, en cada momento de dolor, angustia o temor, mientras yo aprendo a no imponer ritmo ni conocimientos, a respetar sus procesos, y a confiar en algo que, aunque pequeño, tarde o temprano germinará en ellos. A veces es una mirada, en otras un “gracias” tímido, o bien un acercamiento para una conversación al final de clase, donde me comparten su existencia.

Creo que uno de los regalos más importantes y relevantes que alguien puede ofrecer es su presencia. Y, lamentablemente, es algo que pocos valoramos o tenemos en cuenta. En ello creo que, como docente, muchas veces también así ha sido. Y no me refiero solo a estar físicamente (como en los funerales, donde está el cuerpo presente, pero sin que haya realmente alguien ahí), sino a estar verdaderamente, con todas las dimensiones de la existencia, con ellos en ese momento. Como se dice en Gestalt: en el aquí y el ahora, en tiempo y lugar.

Aunque a veces eso significa reconocer mi desconocimiento o ignorancia ante algunas preguntas. Reconocer que también soy compañero de dolor; que a mí también me enojan o me avergüenzan algunas partes de mí; y que también me frustró cuando no hay respuesta. Y que muchas veces (más de las que me gustaría) lo llevo todo a la razón.



A menudo me recuerdo aquella frase: “Hay que tener cuidado con la razón, porque ella suele enamorarse de sus propias creaciones.” Aunque también comprendo que mi razón trata de sostener lo que mi alma ya no puede. Y esto es lo que intento compartir con mis alumnos, porque, aunque la experiencia es única, hay símiles en nuestras existencias.

No sé si todos mis alumnos llegarán a ser brillantes. Tal vez no. Pero lo que me basta es que sean humanos, para que no se haga realidad aquella frase que dice: “Veo humanos, pero no veo humanidad”. Que sean más presentes, que puedan quedarse consigo mismos en lo que sienten, que habiten sus vidas. Que no huyan de sí mismos.

Cada grupo me transforma y me muestra algo de mí. A veces me enseñan a soltar el control; en otras, a confiar más en mi vida; en una más, a sostener la frustración de no lograr el contacto. Pero siempre salgo tocado, y de alguna forma, eso me recuerda por qué estoy aquí.

No vine enseñar técnicas, ni a compartisolamente información. Vine a buscar un encuentro. A veces lo hallo, otras no. Pero hay algo que, durante siete años, se ha mantenido: sigo viniendo, porque en ese buscar hay algo profundamente humano que me nutre, me reta y me hace seguir apostando por estar en mi presente.

PSICOLOGÍA GESTALT,

VIVIENDO LA EXPERIENCIA, EL AQUÍ Y EL AHORA.



Aurora Angélica Velázquez Piña
Estudiante Psicología 14a Generación.

Apasionada de la salud mental, el cuidado integral
y el conocimiento

**“La terapia Gestalt no busca cambiar a
las personas, sino ayudarlas a ser
quienes realmente son.”**

Fritz Perls



Hablar de la Gestalt, es hablar de percepción, interpretación, fenomenología, experiencias, consciencia, responsabilidades, darse cuenta, del presente aquí y ahora, entre muchas otras; por ello a efecto de conocer un poco de esta corriente alemana de la Psicología, la cual se empezó a desarrollar en un contexto de transformación profunda en la psicología y la filosofía occidental de mediados del siglo XX. Para lo cual hemos de adentrarnos en un viaje histórico de como fue desarrollándose, sus precursores y sus diferentes teorías hasta llegar a lo que hoy por hoy es.

He de mencionar que la palabra “Gestalt” aparece por primera vez en forma escrita en un texto bíblico de 1523, en la Biblia de Lutero (traducción alemana del Nuevo Testamento), publicada en ese mismo año. En ese contexto, “Gestalt” significaba “forma” o “aparición externa”, como en: “... seine Gestalt war nicht anzusehen” (“su forma no era digna de ver” — Isaías 53:2). Este uso era literario y descriptivo, referido al aspecto o configuración visible de algo o alguien, aunque no en su sentido psicológico moderno, por lo cual durante los siglos XVI–XIX, Gestalt fue de uso general; en alemán se emplea en literatura, filosofía y ciencia como sinónimo de apariencia, configuración y estructura visible.

Entre 1910–1920, nace la psicología de la Gestalt en Alemania, “Gestalt” significa una totalidad organizada de la percepción, cuyo principio clave es: “El todo es más que la suma de las partes” por Max Wertheimer (1880–1943), considerado el padre de la Psicología de la Gestalt. Propuso que la mente organiza automáticamente los estímulos en formas estructuradas y significativas. aunque también fue desarrollada y defendida por otros fundadores de esta corriente, como Wolfgang Kohler y Kurt Koffka en la escuela de Würzburg, en la cual tiene su mayor auge.

PSICOLOGÍA GESTALT,

**VIVIENDO LA EXPERIENCIA,
EL AQUÍ Y EL AHORA.**



Por lo cual el concepto de Gestalt, se establece como configuración o forma unificada y suele indicar una figura u objeto que es diferente de la suma de sus partes, la cual expresa la premisa fundamental de ver los acontecimientos psicológicos como fenómenos organizados, unificados y coherentes, se caracteriza por su antirreduccionismo, el cual puso en duda la psicología estructural de Wundt. Los Psicólogos de este movimiento heredaron la corriente de la psicología de los actos, establecida por Brentano quien fuera sacerdote católico, filósofo y psicólogo, quien se centró en el estudio de los actos mentales como fenómenos intencionales, es decir, actos que se dirigen hacia un objeto, Brentano distinguió entre actos de conciencia como juzgar, desear, percibir y contenidos de conciencia, argumentando que los primeros eran fundamentales para entender la mente.

En la escuela de Würzburg en Alemania dominaba la teoría de Wundt y la psicología estructural que restringía la nueva ciencia a una imagen de los procesos mentales dependientes por completo de la información de los sentidos, sin embargo, Brentano y Stumpf destacaron en esforzarse por liberar a la psicología de las limitaciones de la formulación rígida estructural.

En la década de 1930 a 1940 Durante este periodo la Gestalt reemplazo casi del todo el modelo analítico y reduccionista de Wundt en la psicología alemana, tuvo auge durante la segunda guerra mundial, esto debido a el ascenso del nazismo, la esterilidad intelectual del momento, así como la barbarie física. Por lo cual muchos de los psicólogos líderes de la Gestalt emigran a Norteamérica en donde se aplican conceptos Gestalt a la educación, el arte y la teoría de la percepción, sin el mismo auge que en Alemania, esto debido a que la psicología en Norteamérica evoluciono al funcionalismo y el conductismo, sin embargo, tuvo influencia en muchos conductistas, siendo estos los orígenes de la Terapia Gestalt de Campo.

Para inicios de 1950-1960, surge la Terapia Gestalt con Fritz Perls, Laura Perls y Paul Goodman, influenciada por: La psicología de la Gestalt, el existencialismo, la fenomenología, y el psicoanálisis; por lo cual la "Gestalt" ahora se refiere a formas organizadas de la experiencia emocional y relacional introduce ideas como: Figura/fondo, contacto, Awareness (conciencia /darse cuenta), Aquí y ahora. En este periodo adquiere influencia del humanismo se inserta en el movimiento de la psicología humanista, junto con Carl Rogers y Abraham Maslow; por lo cual la Gestalt floreció en un entorno que valoraba el crecimiento personal, la autenticidad y la conciencia del presente, siendo estos algunos de los principios establecidos en la Terapia Gestalt atórica.

Evolucionando al día de hoy en una Gestalt contemporánea hacia enfoques como:

Gestalt de campo, Gestalt relacional, Gestalt fenomenológica-atórica, aunque sigue viva en psicoterapia, educación, arte y desarrollo personal.

Por lo cual en la actualidad y de acuerdo al Diccionario de la Clínica Universidad de Navarra, el término Gestalt proviene del alemán y significa "forma" o "configuración". En el ámbito médico y psicológico, la Gestalt es un enfoque teórico que busca entender la experiencia humana desde una perspectiva holística, considerando al individuo como un todo integrado. Este enfoque se aplica tanto en la psicología como en las terapias centradas en el bienestar emocional y mental.

LAS ESCUELAS, SON LOS ESPACIOS IDÓNEOS PARA LA CREACIÓN Y REESTABLECIMIENTO DE SOCIEDADES, DONDE LOS DOCENTES JUNTO CON LOS ALUMNOS, SON LOS PILARES DE LA EDUCACIÓN

¿Entonces... que es la terapia Gestalt?, es una terapia que se enfoca en el desarrollo personal, la recuperación de vivir en el presente, con espontaneidad y responsabilidad personal, percibiendo al ser humano como un todo completo, conformado por cuerpo, mente y alma, el cual puede alcanzar bienestar a su vida trabajando en obtener la integridad y equilibrio de estas tres partes de su ser. En cuanto al objetivo de la misma, esta se centra más en los procesos que en el objetivo en sí, dándole importancia a todo lo que sucede en la actualidad, no solo en los momentos que acontecieron en el pasado del consultante, aquí el psicólogo y/o psicóloga es un acompañante cocreador de la experiencia, ya que hace que el consultante tome conciencia de su manera de ver y hacer las cosas en la vida cotidiana, contribuyendo a visualizar otras perspectivas desde diferentes contextos. Para poder explicar claramente las diferencias entre la Terapia Gestalt de Campo y la Terapia Gestalt Atórica retomaremos las características de cada una de ellas a continuación:

Terapia Gestalt de campo en cuanto a su enfoque general, diremos que las bases disciplinares de esta terapia se basa en la teoría de campo de Kurt Lewin y percepción holística del sujeto. Es una teoría psicológica científica, centrada en la percepción y los procesos mentales, es de corte experimental, teórico y estructural, en cuanto a la visión del individuo, este se encuentra en constante interacción con su campo (entorno, contexto, relaciones).

En la comparativa de entre la teoría Vs. Práctica, en la psicología Gestalt de Campo, su rol de teoría tiene base sólida, por lo que el campo psicológico es estructurado como una totalidad organizada, el campo es un concepto clave; en el que el comportamiento se entiende solo dentro del contexto total. El objetivo comprende cómo la mente organiza la percepción (leyes gestálticas); y su aplicación es dentro del ámbito es en la investigación en percepción, aprendizaje, memoria y procesos cognitivos; es usada en estudios experimentales sobre percepción visual o solución de problemas, y la relación terapeuta consultante/cliente se manifiesta en que el terapeuta observa como el consultante /cliente se organiza en su campo. Para ello algunas de las técnicas utilizadas se basan en análisis de patrones de contacto, figura-fondo, enfoque contextual.





En cuanto a la Terapia Gestal atórica, su enfoque general y bases disciplinares se enfocan en ser una práctica terapéutica más experiencial y existencial, no basada en una teoría psicológica formal. Se centra en la experiencia directa del consultante y/o cliente; con enfoque vivencial, fenomenológico y práctico, su visión del Individuo se lleva a cabo en que se experimenta así mismo a través del "darse cuenta" y la vivencia. En cuanto a su desempeño de la teoría Vs. Práctica es explícitamente atórica, es decir, evita depender de teorías formales; prioriza la experiencia directa, y aunque usa el termino campo, lo hace de forma más vivencial, como la totalidad de lo que se experimenta en el presente, por lo que el objetivo es facilitar el crecimiento personal y la autenticidad del individuo, en el ámbito de aplicación encontramos Psicoterapia, desarrollo personal, trabajo con emociones y consciencia, siendo el ejemplo de uso la Terapia Gestalt centrada en el "aquí y ahora", el darse cuenta (Awareness) y la responsabilidad personal, siendo la relación Terapeuta Consultante/cliente en que el terapeuta acompaña desde una postura de presencia plena, sin interpretar; algunas de las técnicas utilizadas son el diálogo genuino, Awareness, experimentación en la sesión.

Por lo que, en resumen, diremos que la Gestalt de Campo, hace énfasis en la interacción del individuo con el entorno como un sistema unificado. Se analizan los patrones de contacto dentro del "campo", y la Gestalt Atórica, rechaza la teoría formal, prioriza la experiencia directa, el presente y el proceso del "darse cuenta".

Hemos de concluir el presente manifestando que la terapia Gestalt ha pasado por diferentes procesos de cambio, en los cuales ha sido enriquecida de diversas maneras tanto por el psicoanálisis, la psicología del acto, la fenomenología, así como las

aportaciones de los psicólogos humanistas, desarrollando vertientes en las que el acompañar o cocrear con el consultante la experiencia, se torna de suma importancia para que el mismo tome consciencia y visualice desde otra perspectiva diferente los sucesos de su diario vivir, buscando que la persona aprenda a interrelacionar con su campo, a ser responsable de la parte de vida que le corresponde, se lleva a cabo el análisis de patrones de contacto, figura-fondo, enfoque contextual, labores que se llevan a cabo en la terapia Gestalt de campo y por otra parte dentro de la Gestalt atórica el terapeuta ha de procurar facilitar el camino a que el consultante /cliente, se centre en el aquí y el ahora, para vivir la experiencia de su vida, procurando el que tome consciencia de esas experiencias y pueda visualizar un panorama diferente al que hasta el momento ha tenido, con la intención de realizar los cambios que considere necesarios para ello, asumiendo la responsabilidad personal correspondiente; lo cual permite el crecimiento personal y emocional, estableciendo las bases para una mejor calidad de pensamientos y de vida. No se busca interpretar ni intervenir desde una teoría; solo sostener el proceso y confiar en que el darse cuenta corporal y emocional traerá el cambio. Ambas buscan en su particular manera que la experiencia de vida vivida será retomada en una reflexión propia, llena de matices, en la toma de consciencia, y el mejoramiento de la calidad de vida en las esferas biopsicosociales de cada individuo.

[1] Qué es la Gestalt. Diccionario médico. Clínica U. Navarra. (s/f). <https://www.cun.es>. Recuperado el 5 de julio de 2025, de <https://www.cun.es/diccionario-medico/terminos/gestalt>



Alberto Téllez García
Licenciado en Psicología educativa y consejería
Maestrante en Psicoterapia Humanista existencial
con enfoque gestáltico

Hay quienes dicen que la universidad es solo una etapa, una especie de antesala a la “vida real”. Pero para quienes la atravesamos de verdad, no solo cumpliendo con lo académico, sino viviéndola con el cuerpo, las emociones y las preguntas a cuestas, sabemos que no es cualquier etapa. Es un momento intenso, a veces desordenado, lleno de comienzos, replanteamientos y descubrimientos. Hay quienes llegan con un plan definido, y a medio camino descubren que eso no es lo que pensaban. Hay otros que se sienten perdidos desde el inicio, y aun así algo los sostiene. En medio de todo eso, algo se va revelando: el modo en que cada quien se relaciona consigo mismo, con sus decisiones, con el tiempo, con el deseo.

Es aquí donde el enfoque gestáltico ofrece una mirada especialmente útil. A diferencia de otros paradigmas psicológicos, que tienden a explicar la conducta en términos del pasado o a proyectarla hacia el futuro, la Gestalt propone volver al presente, al “aquí y ahora”, no como una consigna vacía, sino como una forma de contacto real con lo que está ocurriendo. No se trata de negar la historia personal, ni de dejar de planear, sino de aprender a habitar el momento presente sin desconectarse de lo que se siente, se piensa y se necesita.

Esto, que puede parecer sencillo en teoría, se vuelve complejo en la práctica, sobre todo en un entorno como el universitario, donde casi todo empuja hacia el rendimiento, la comparación, la anticipación del “después”. Hay una ansiedad constante por lo que viene: el examen, el semestre, el título, el trabajo. Y sin darnos cuenta, muchas veces nos desplazamos mentalmente hacia adelante, perdiendo la oportunidad de estar verdaderamente en lo que estamos viviendo ahora. ¿Cómo se siente el cuerpo antes de una exposición oral? ¿Qué aparece cuando un profesor hace una pregunta inesperada? ¿Qué pasa por dentro cuando algo que leemos nos confronta?

HABITAR EL PRESENTE

LA TERAPIA GESTALT COMO CAMINO EN LA VIDA UNIVERSITARIA

Fritz Perls, uno de los fundadores de la Terapia Gestalt, planteaba que solo cuando estamos presentes podemos tomar responsabilidad genuina de nuestra experiencia. Para él, el pasado solo puede entenderse desde lo que nos afecta hoy, y el futuro solo se construye desde lo que hacemos con lo que sentimos ahora. Esto tiene implicaciones profundas para la vida universitaria: estar presente no es simplemente “prestar atención”, es permitirnos contactar con lo que nos pasa mientras aprendemos, nos relacionamos, fallamos o cambiamos de opinión. Desde esta perspectiva, el aula deja de ser solo un lugar de transmisión de saber, y se convierte también en un espacio donde se da —o se puede dar— una forma de transformación personal.

La universidad como frontera de contacto

Otro concepto gestáltico clave es el de frontera de contacto, entendido como ese lugar donde el individuo se encuentra con el entorno, con el otro, con lo diferente. La vida universitaria es, en este sentido, una experiencia constante de contacto: con nuevas ideas, con personas diversas, con instituciones, con límites internos. Es en ese borde, a veces incómodo, donde ocurre el verdadero aprendizaje.

Una estudiante que cuestiona una lectura académica porque le resuena con una vivencia personal no está desafiando la autoridad, está entrando en contacto. Un profesor que se permite reconocer en clase que algo le conmueve, está también contactando. Y ese contacto, cuando es real, transforma.



LA TERAPIA GESTALT COMO CAMINO EN LA VIDA UNIVERSITARIA

La Gestalt no propone adaptarse al entorno sin cuestionarlo, sino integrarse al entorno sin perder la autenticidad. Esto tiene implicaciones profundas para los modelos educativos: una universidad centrada en el desarrollo del potencial humano no puede ser solo transmisora de contenidos, sino también generadora de experiencias significativas. La psicopedagoga mexicana Ángeles Martín lo expresa con claridad: "Educar es facilitar condiciones para que el ser emerja".

Ritmos, procesos y la autorregulación orgánica. La autorregulación orgánica, otro de los principios gestálticos, postula que todo organismo tiende naturalmente hacia el equilibrio y la salud, siempre que no haya interferencias. Esta visión, que rechaza modelos autoritarios o de control externo, encaja de manera orgánica con una concepción humanista del aprendizaje.

Paco Peñarrubia, uno de los principales referentes gestálticos en el mundo hispano, alerta sobre cómo muchas instituciones educativas tienden a imponer objetivos, ritmos y expectativas que no consideran los procesos individuales. Según él, cuando la educación deja de estar centrada en el estudiante, se vuelve normativizante, y la experiencia subjetiva se aplana.

En la práctica, esto se traduce en pequeños gestos con gran impacto: un docente que permite distintas formas de presentar un trabajo final; una institución que reconoce los procesos emocionales como parte del aprendizaje; un espacio donde se escucha antes de corregir. Estos detalles, lejos de ser "extras", son el núcleo de una pedagogía centrada en el ser. Lo emocional como saber legítimo

En el modelo gestáltico, la emoción no es un obstáculo para el aprendizaje, sino un canal indispensable para el mismo. Las emociones son informaciones del presente, señales de lo que está vivo en nosotros. Cuando un estudiante se siente frustrado, aburrido o entusiasmado, eso también es contenido educativo. No reconocerlo es perder una parte esencial del proceso.

Carmen Vázquez Bandín, desde su trabajo clínico y formativo, ha insistido en que la Gestalt es una pedagogía de la conciencia emocional. Esto implica no solo identificar lo que se siente, sino también darle un lugar legítimo, integrarlo al discurso académico, y sostenerlo sin necesidad de resolverlo inmediatamente.

Claudio Naranjo, figura clave en la expansión de la Gestalt en Hispanoamérica, sostenía que el darse cuenta (el "awareness"), es el primer paso para una vida más consciente y responsable. No se trata de cambiar por cambiar, sino de mirar con honestidad que está ocurriendo dentro de uno, y desde ahí, elegir.

La Gestalt no propone adaptarse al entorno sin cuestionarlo, sino integrarse al entorno sin perder la autenticidad.



LA TERAPIA GESTALT COMO CAMINO EN LA VIDA UNIVERSITARIA

Para muchos estudiantes, la universidad es el primer espacio donde se encuentran con ellos mismos en profundidad. Surgen crisis de sentido, decisiones vocacionales, vínculos intensos, preguntas sin respuesta. La psicoterapia, los espacios grupales, y los acompañamientos psicopedagógicos pueden ser, si están bien orientados, un sostén fundamental en ese momento. Pero también la clase, el receso, la conversación informal, pueden ser escenarios donde el darse cuenta ocurre.

Conclusión: educar es acompañar la presencia

Educar, desde la mirada gestáltica, no es llenar, instruir ni corregir: es acompañar procesos. Es facilitar que cada persona se escuche, se nombre, y se haga responsable de su propio camino. En una época marcada por la velocidad, la eficiencia y la inmediatez, detenernos en el "aquí y ahora" es un acto profundamente humano, incluso contracultural. La universidad, entonces, no es solo un lugar de paso ni una fábrica de títulos. Puede ser un espacio de transformación, de presencia, de descubrimiento. Y para eso, necesitamos docentes, psicólogos, orientadores y directivos que se atrevan también a estar presentes: sin recetas, sin certezas totales, pero con disposición al contacto, la escucha y el cuidado del otro.

Porque, como decía Perls, "la ansiedad es la brecha entre el ahora y el después". Y en la universidad, así como en la vida, esa brecha puede convertirse en un puente, si nos animamos a habitarla.



Educación para existir



**Psicóloga María José Islas
Spínola**



En tiempos de automatización, inteligencia artificial y crisis globales —como lo son las guerras, la lucha de poderes y el rezago de grupos específicos y mucho más—, donde lo inmediato domina y lo profundo parece simplemente diluirse, la educación enfrenta un reto esencial: formar seres humanos, no solo profesionistas funcionales. ¿Tiene sentido educar como si los estudiantes fueran máquinas de memorización y no seres humanos en construcción?, ¿Por qué la búsqueda del sentido, para pensar con libertad y actuar con ética en un mundo incierto, parece una tarea imposible en la educación? Estas preguntas, más que teóricas, son urgentes.

Datos sin conciencia: una paradoja educativa

Genera controversia que, teniendo miles de datos al alcance de un clic, nos limitemos a seguir tendencias, a creer la primera opinión que se adorna detrás de una cadena de persuasión y captación con fines propios, como ocurre en las redes sociales y, recientemente, con la inteligencia artificial. Estas herramientas ofrecen gratificaciones inmediatas, pero al mismo tiempo se pierde la capacidad de búsqueda y análisis de la verdad, lo que genera conformismo y una adaptación pasiva, sin promover cambios significativos.

¿A quién le afecta todo esto?

No es que afecte directamente, pero sí influye principalmente en las generaciones más jóvenes, quienes están más inmersas y en contacto con estas herramientas. Esto dificulta el desarrollo de habilidades como la capacidad de análisis y discernimiento propio, competencias que, en su mayoría, se trabajan directamente en el ámbito educativo. De ahí la importancia de concientizar sobre cualidades como el filosofar, el cuestionar y la búsqueda de sentido: dimensiones propias del Humanismo.

A lo largo de la formación universitaria, nos hablan de cientos de autores que aportaron ideas revolucionarias para su tiempo, que cambiaron formas de actuar y pensar. Sin embargo, para muchos estudiantes, son solo nombres que deben recordar para responder preguntas de examen.

¿Pero qué hay detrás de todo esto?

Nos enseñaron a reaccionar, pero no a pensar. Actualmente existe una falta de capacidad reflexiva, de indagar sobre el origen de las ideas, de preguntarse si hay algo más allá de lo que se expresa. Se ha perdido la posibilidad de resignificar ese conocimiento, de darle una utilidad real, más allá de archivarlo en la memoria para nunca volver a usarlo.

Tanatología

Lo que dejamos atrás para convertirnos en alguien

Duelo y sentido en la vida universitaria.



Culturalmente, existen constructos de la sociedad mexicana, por ejemplo, que estudiar una carrera universitaria es para “superarnos” y “ser alguien en la vida”, muchas veces eso habla del valor social que tenemos a partir de los logros, títulos o estatus. No es basta con existir: hay que demostrarlo. En otras veces, hay una promesa de éxito atrás de esto, una historia familiar con la esperanza de “salir adelante” cuando otros no tuvieron las mismas oportunidades, mostrando claramente la carga de las expectativas de que alguien haga lo que otros no pudieron. Aunque esa narrativa de superación personal o familiar puede convertirse un peso demandante.

Analizar nuestra experiencia de estudiar una formación universitaria, es dar sentido y valor a nuestra existencia de otra manera, ya que nos arriesgamos a ir en contra de un mundo que nos da un valor en tanto lo útil que podemos hacer para él, lo que podemos producir con nuestro trabajo, y caer en la trampa de buscar constantemente el reconocimiento externo.

Al fondo, persiste una creencia mucho más profunda: la idea de que, al finalizar el camino universitario, alcanzaremos una especie de versión ideal de nosotros mismos. Esperamos sentirnos más completos, preparados, incluso listos para el mundo y lo que viene. Sin embargo, pocas cosas resultan tan engañosas como ese constructo. En la práctica, muchos se enfrentan a un vacío existencial o una crisis de sentido respecto a lo que han hecho.

¿Qué queda atrás cuando avanzamos? maneras de ser, de mirar, de creer, personas, momentos, sentidos... y fragmentos de lo que alguna vez fuimos.

Y esto no es necesariamente una mala noticia: más bien, revela que nuestras certezas, una vez más, se han puesto en duda. Que, a pesar del entusiasmo por aprenderlo todo, emergió la incertidumbre. Esta experiencia nos confronta con una condición existencial: nuestra incompletud es inevitable. Pero también nos invita a algo valioso: apropiarnos de lo aprendido, cuidar de lo construido y encontrar nuevas formas de habitar el mundo.

Referencia

Martínez, Y. (2011). La escuela inglesa de Psicoterapia Existencial. En E. Martínez (Coord.), Las psicoterapias existenciales (pp. 1-39). Manual Moderno

¿Qué queda atrás cuando avanzamos? maneras de ser, de mirar, de creer, personas, momentos, sentidos... y fragmentos de lo que alguna vez fuimos.

Formando para ser humanos.

Recuerdo un día, en clase de Humanismo en la universidad, cuando la profesora nos hablaba sobre la "presencia": el estar en contacto con el entorno y con nosotros mismos. Suena paradójico que nos enseñara a estar. Me preguntaba a qué se refería con eso. Claramente todos estábamos en un mismo espacio, pero tal vez no estábamos en plena conciencia del momento, de lo que sucedía, de lo que acontecía. Y es lógico pensar así.

Si se ve desde un ámbito educativo, el alumno no está para ser moldeado a un régimen, sino para ser un sujeto único e irrepetible que aporte con esa diferencia que lo caracteriza, con esa libertad de elección que permite promover el desarrollo y la trascendencia de los individuos y de la sociedad, por medio del privilegio de la conciencia del darse cuenta.

Vínculo docente-alumno

Para el terapeuta, la comunicación —desde el modelo humanista— se enmarca como el instrumento para contactar con el mundo. Mientras más auténtica sea la forma de expresión, mayor contacto y poder expresivo tendrá el mensaje que se quiera transmitir.

Eso sucede dentro de la relación terapeuta-paciente, pero también este ciclo dinámico se presenta si lo trasladamos al contexto del aula, en la relación entre docente y estudiante. Esta no es jerárquica ni unidireccional, sino una relación auténtica entre personas que comparten un proceso de aprendizaje. El docente se convierte en un facilitador, una vía, testigo y compañero en el proceso de descubrimiento del otro.

Ser alumno del mundo

El modelo humanista-existencialista propone una unidad entre emoción, razón, conocimiento y ética: bases esenciales que consolidan un aprendizaje significativo, que realmente toque al alumno.

Un aula puede ser un espacio de transformación, un lugar que le permita cuestionarse y equivocarse sin ser juzgado; un ambiente seguro y de confianza.

Sí, las habilidades cognitivas son importantes, pero también es esencial desarrollar en el alumno la parte emocional, espiritual, ética y social. En muchas ocasiones, estas dimensiones, al estar inhibidas, bloquean la posibilidad del desarrollo profesional del estudiante. El resultado: profesionistas que solo se enfocan en cumplir tareas y mostrar resultados, dejando de lado el propósito más profundo de su vocación; la empatía, la ética profesional, la conexión humana y el desenvolvimiento social quedan en segundo plano o, en algunos casos, ni siquiera llegan a integrarse en el modo de vida de las personas.



Una brújula formativa

El integrar este modo de pensar de tener una mentalidad abierta a nuevos descubrimientos, a la búsqueda de un sentido y realidad, tanto en la forma de educar como en el modo de ver la vida, no se trata de sustituir contenidos académicos, sino de incluirlos en la forma de enseñar que contemple al ser humano en su totalidad: como un ser pensante, sensible a su entorno, ético y social.

Se vuelve una necesidad urgente formar personas preparadas, capaces de actuar con ética, de crear desde la conciencia, de vincularse desde la autenticidad y de aportar real y significativamente a la sociedad donde se desenvuelven. Educar desde los valores y enseñanzas de lo que integra el Humanismo, no sólo transforma al estudiante, sino también al docente con cada generación, a la institución y, en última instancia, a la sociedad. Lograr esta visión pasaría a formar parte esencial de la enseñanza, no sólo como un acto académico, sino también un acto sinceramente humano.

*"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



**UNIVERSIDAD
HUMANISTA HIDALGO**

CT 13PSU0186L

**6° CONGRESO DEL
POTENCIAL HUMANO**

**Consciencia
Corporal**

para el
Desarrollo de tu Potencial

Teatro San Francisco. Pachuca Hidalgo

14 / 15 / 16 NOV 2025



6 Conferencias Magistrales



Fernando
Ortíz Lachica



Patricia
Estrada
Rivera



Monica
Díaz Cayeros



Patricia
Feregrino
Gutiérrez



Edgar
González
Hernández



Mirna Luz
Molina
Ramos

56 talleres vivenciales

Contacto:  771 199 0763 / 771 141 6151

¡CONOCE EL PROGRAMA!

www.eventoshumanistahidalgo.com