



La sensibilidad
personal y

la **VALENTÍA**
COMUNITARIA

Psicología Social Comunitaria y Desarrollo Humano



EDUARDO ALMEIDA ACOSTA
NATALIA GÓMEZ GÓMEZ
COMPILADORES



Gobierno de Puebla
Hacer historia. Hacer futuro.



Secretaría
de Educación
Gobierno de Puebla

CONCYTEP
Consejo de Ciencia
y Tecnología del Estado
de Puebla

IBERO
PUEBLA ®

La sensibilidad
personal y
la VALENTÍA
COMUNITARIA

Psicología Social Comunitaria y Desarrollo Humano

Lic. Luis Miguel Barbosa Huerta
GOBERNADOR CONSTITUCIONAL DEL ESTADO DE PUEBLA

Ing. David Méndez Márquez
SECRETARIO DE GOBERNACIÓN DEL ESTADO DE PUEBLA

Dr. Melitón Lozano Pérez
SECRETARIO DE EDUCACIÓN DEL ESTADO DE PUEBLA

Lic. Gabriel Juan Manuel Biestro Medinilla
PRESIDENTE DE LA JUNTA DE GOBIERNO Y COORDINACIÓN POLÍTICA DEL H. CONGRESO
DEL ESTADO LIBRE Y SOBERANO DE PUEBLA

Mtro. Victoriano Gabriel Covarrubias Salvatori
DIRECTOR GENERAL DEL CONSEJO DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DEL ESTADO DE PUEBLA

Mtro. Mario Ernesto Patrón Sánchez
RECTOR DE LA UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA DE PUEBLA

"Agradecemos a la Universidad Iberoamericana Puebla las facilidades proporcionadas para la publicación de esta obra a través del Concytep, así como el aval académico otorgado a su contenido".

Eduardo Almeida Acosta © D.R.
Primera edición, México, 2020
Publicado por:
Consejo de Ciencia y Tecnología de Puebla (CONCYTEP)
B Poniente de La 16 de Sept. 4511,
Col. Huexotitla, 72534.
Puebla, Pue.

Universidad Iberoamericana Puebla
Blvd. del Niño Poblano 2901
Colonia Reserva Territorial Atlixcáyotl
72820, San Andrés Cholula, Pue.

Lorena Juárez Liceaga
CUIDADO Y DISEÑO EDITORIAL

Impreso y hecho en México
ISBN: 978-607-98236-7-2

La sensibilidad
personal y

la VALENTÍA
COMUNITARIA

Psicología Social Comunitaria y Desarrollo Humano

EDUARDO ALMEIDA ACOSTA
NATALIA GÓMEZ GÓMEZ
COMPILADORES



Gobierno de Puebla
Hacer historia. Hacer futuro.



**Secretaría
de Educación**
Gobierno de Puebla

CONCYTEP
Consejo de Ciencia
y Tecnología del Estado
de Puebla

IBERO
PUEBLA ®

Agradecimientos

Este libro fue posible gracias al esfuerzo de los autores, a la revisión completa y detallada del texto por la Dra. Ma. Eugenia Sánchez Díaz de Rivera, y al Consejo de Ciencia y Tecnología del Estado de Puebla —CONCYTEP— organismo público descentralizado de la Secretaría de Educación Pública del Estado de Puebla.

Pero también los agradecimientos son para los editores de revistas y libros donde fueron publicados algunos de los textos en primera instancia. Gracias por su apoyo a Manuel Martínez de la Revista de Psicología Social Comunitaria de la BUAP, a la Revista de Ciencias Sociales de la Universidad de Puerto Rico, a la Revista Rúbricas de la Ibero Puebla y la AMAPSI toda la gratitud por apoyar esta iniciativa y autorizar la reedición de los textos:

Almeida, E. (2006). Psicología Social Comunitaria y Bioecología del Desarrollo Humano. Una perspectiva personal. En Sánchez, C. *Psicología Alternativa en América Latina* (pp. 173-188) México: AMAPSI Editorial.

Almeida, E. (2012). Compartir y cuidar. Cómo cambiar el mundo. *Revista de Ciencias Sociales*, 25, 162-175.

Almeida, E. (2017). Psicología social comunitaria en tiempos peligrosos. *Rúbricas*, (11), 86-89.

Escalante-Izeta, E.I., Ochoa, T., Gamboa, M.A., López, M. y Méndez, A. (2019). El ayuno como vínculo con la divinidad en los curanderos de pueblos nahuas de México. *Psicología Social Comunitaria*, (16), 23-32.

Índice

10

14

24

37

55

69

76

88

118

130

Presentación

EDUARDO ALMEIDA ACOSTA Y NATALIA GÓMEZ GÓMEZ

Psicología Social Comunitaria y Bioecología del Desarrollo Humano

EDUARDO ALMEIDA ACOSTA

Una aproximación experiencial al Desarrollo Humano

NATALIA GÓMEZ GÓMEZ

Compartir y cuidar. Cómo cambiar el mundo

EDUARDO ALMEIDA ACOSTA

El Desarrollo Humano como forma de vida

CLARISSE TISHMAN ALATRISTE

Psicología Social Comunitaria en tiempos peligrosos

EDUARDO ALMEIDA ACOSTA

El ayuno como vínculo con la divinidad en los curanderos de pueblos

ERICKA ILEANA ESCALANTE IZETA

Psicología Comunitaria en México

EDUARDO ALMEIDA ACOSTA

Participación, organización comunitaria y psicologías en tensión y resistencia

EDUARDO ALMEIDA ACOSTA

Sensibilidad personal y valentía comunitaria. Reflexiones finales

Presentación

El libro 'Sensibilidad personal y valentía comunitaria' entreteje escritos de Psicología Comunitaria y Desarrollo Humano que son propuestas de esperanza y de confianza en estos tiempos en los que el desaliento y la incertidumbre parecen invadirnos.

El texto de *Psicología Social Comunitaria y Bioecología del Desarrollo Humano* presenta la forma como se fueron articulando el enfoque de la Bioecología del Desarrollo Humano desarrollado por Urie Bronfenbrenner con la trayectoria de Eduardo Almeida. Ambos autores, a su manera, tienen como hilo conductor de vida y trabajo el deseo de contribuir al crecimiento y desarrollo humanos a través del análisis, el entendimiento, y el mejoramiento de los lazos sociales. La aportación de Bronfenbrenner se centra en la interacción entre las características biopsíquicas y el entorno como generadoras de desarrollo humano. Almeida reconfigura y enriquece este aporte desde la Psicología Comunitaria, a partir de su trayectoria comprometida durante 13 años con una comunidad indígena nahua y en interacción constante con la academia.

Natalia Gómez en su *Aproximación experiencial al Desarrollo Humano* presenta una propuesta de Desarrollo Humano como una alternativa humanizante,

relacional y dialógica. La autora explora el vínculo entre sentir y el pensar para encontrar orientaciones en el camino del buen vivir: es la actividad que proviene de un corazón sabio, es la búsqueda personal de los dinamismos básicos e interpersonales los que impulsan la evolución de la persona. Termina señalando que el desarrollo humano va más allá de la experiencia personal.

El capítulo *Compartir y cuidar: cómo cambiar el mundo* pretende aportar a partir de la interpelación de las ciencias sociales, planteamientos que se orienten a la construcción de sujetos en comunidades de subjetividades afirmadas y a pasar de la discordia y la mezquindad, a lazos sociales de interculturalidad, comunicación, solidaridad y paz.

Clarisse Tishman en *El Desarrollo Humano como forma de vida* pretende gestionar los dilemas existenciales a partir de la reivindicación de la sensibilidad. Habla de la parte sintiente del ser, no sólo la propia, sino la de quienes la rodean, incluso ambientes y espacios. Propone experimentar, desde lo interior, que todos estamos vinculados, y que es necesario repensar la sensibilidad como bendición para conectar con otros y experimentar juntos la vida.

En *La Psicología Social Comunitaria en tiempos peligrosos* Almeida propone atender a los problemas de la ecología, a no desviar la mirada y acabar con la amnesia ecológica. Plantea reaccionar frente a la crisis mundial del cambio climático con un cambio radical de nuestros estilos de vida. Avanzar en ese sentido es contribuir a construir lo que no es infierno dentro del infierno.

Por su parte, Ericka Escalante en su texto *El ayuno como vínculo con la divinidad como lo hacen los curanderos de los pueblos nahuas de México* propone, a partir de una experiencia investigativa, que el ayuno mejora la salud y favorece la vinculación con las demás personas y con la propia identidad a través de la relación con lo divino. El ayuno favorece estados de éxtasis para poder ejercer facultades de sanación.

El capítulo titulado *Psicología Comunitaria en México* ofrece una síntesis de cómo se trabaja esta subdisciplina de la psicología en los medios académicos mexicanos. La Psicología Social Comunitaria reivindica saberes, pretende politizar y potenciar sujetos, se orienta al respeto de la otredad y por lo mismo, al respeto de todos los actores sociales. Su tarea es relacionar, comunicar y conversar. Almeida señala un aspecto importante: las experiencias comunitarias universitarias en su mayoría no son institucionales.

En el último capítulo *Participación, organización comunitaria y psicologías en tensión y resistencia* Eduardo Almeida evidencia cómo las psicologías en “usos y costumbres” de los medios académicos se tensan y oponen resistencia a la organización comunitaria, la cual va dando sus frutos y demostrando su vigencia al margen de teorías y modas en las propuestas que parecen más científicas. Se proponen como ejemplos de lo anterior la experiencia de las Normales Rurales, los procesos de vida y trabajo de los Zapatistas y un proceso en la Sierra Norte de Puebla, que corresponde a la propia experiencia del autor, y que se describe con algún detalle en la síntesis de dos libros: ‘Las veredas de la incertidumbre’ y ‘Comunidad: interacción, conflicto y utopía’.

Esperamos que el entrecruzamiento de textos de psicología social comunitaria y de escritos sobre desarrollo humano ayuden a entender que el crecimiento humano incluye aspectos personales desde la intimidad, hasta aspectos colectivos de búsqueda de compañía y de conexión intersubjetiva y con la naturaleza, gracias a procesos comunitarios.

Eduardo Almeida Acosta y Natalia Gómez Gómez

COMPILADORES

Psicología Social Comunitaria y Bioecología del Desarrollo Humano. Una Perspectiva Personal

EDUARDO ALMEIDA ACOSTA

En honor a Urie Bronfenbrenner

Introducción

Aunque la relación del autor, Eduardo Almeida, con Urie Bronfenbrenner fue al inicio de estudiante—maestro director de la tesis doctoral, y posteriormente de amistad entrañable, en este texto no se trata de presentar una especie de vidas paralelas sino de los elementos que emergen de sus trayectorias para intentar comprender la relación entre Psicología Social Comunitaria y Bioecología del Desarrollo Humano.

La ecología del desarrollo humano de Urie Bronfenbrenner

La ecología del desarrollo humano incluye el estudio científico de la acomodación mutua progresiva entre un activo ser humano en crecimiento y las propiedades cambiantes de los escenarios inmediatos en los que vive la persona en desarrollo, en tanto este proceso se ve afectado por las relaciones entre estos escenarios, y por los contextos más amplios en los que los escenarios están anidados. (Bronfenbrenner, 1979, p. 21).

The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design (1979) contiene la descripción detallada de la estructura y función de cuatro sistemas jerárquicamente anidados que constituyen el entorno, y de las interrelaciones entre ellos:

El primer nivel “el microsistema, es un patrón de actividades, roles y relaciones interpersonales que la persona en desarrollo experimenta en un entorno determinado, con características físicas y materiales particulares”, por ejemplo: el hogar, la guardería, etc. en donde las personas pueden interactuar cara a cara fácilmente.

Es evidente que en este nivel el grupo doméstico es fundamental. Bronfenbrenner nació y vivió su infancia en Rusia. En su casa recibían inmigrantes psicólogos entrenados en Alemania, que hablaban de Koffka, Wertheimer, Köhler y sobre todo de Lewin, y del mejor de todos, un ruso llamado Vygotsky. Su padre que tenía un doctorado en zoología, le enseñó a observar y a relacionar la interdependencia funcional entre organismos vivos y sus entornos.

El segundo nivel, “el mesosistema, comprende las interrelaciones de dos o más entornos en los que la persona en desarrollo participa activamente”; es un sistema de microsistemas, como por ejemplo las relaciones entre el hogar y la escuela.

Bronfenbrenner relata que su identidad como norteamericano la debió sobre todo a sus grupos de amigos, (*peer groups*) primero en Pittsburgh, todavía pequeño al llegar a los Estados Unidos en donde aprendió rápidamente el inglés con sus compañeros de diferentes edades y orígenes étnicos, en un barrio de clase obrera; y luego en un pueblo ladrillero cercano a Letchworth.

El tercer nivel, “el exosistema, se refiere a uno o más entornos que no incluyen a la persona en desarrollo como participante activo, pero en los cuales se producen hechos que afectan a lo que ocurre en el entorno que comprende a la

persona en desarrollo, o que se ven afectados por lo que ocurre en ese entorno”, como por ejemplo para un niño pequeño, el lugar de trabajo de sus padres.

Urie recuerda a su padre, ya en los Estados Unidos, como neuropatólogo trabajando con personas con discapacidad intelectual en Letchworth Village, institución en la que Urie trabajó como auxiliar durante los veranos en sus años de estudiante de *high school*.

El cuarto nivel “el macrosistema, se refiere a las correspondencias, en forma y contenido, de los sistemas de menor orden (micro—, meso – y exo—) que existen o podrían existir”, al nivel de la subcultura o de la cultura en su totalidad, junto a cualquier sistema de creencias o ideología que sustente estas correspondencias.

Bronfenbrenner fue soldado raso durante la Segunda Guerra Mundial. Posteriormente vivió en interacción constante entre la Unión Soviética y Estados Unidos. Probablemente nunca analizó en profundidad y desde una perspectiva sociológica el impacto de esas dos realidades macrosociales y del conflicto de la Guerra Fría. El se interesó de manera específica al desarrollo de los niños en ambos contextos. Urie y Liese, su compañera, tuvieron 6 hijos. Su proyecto de investigación *Estudios transculturales de crianza de niños* supuso siete visitas a la Unión Soviética para analizar sus métodos de crianza y sus efectos; y el desarrollo del programa nacional de Educación Inicial llamado *Project Head Start* fue el resultado de una investigación en el contexto norteamericano. En el capítulo 5 de *Two Worlds of Childhood* (1970) Bronfenbrenner identifica y describe las principales fuerzas del entorno que pueden influenciar la conducta y el desarrollo de los niños: Conservar el potencial biológico, es decir, atención a la salud y a la nutrición; el poder de los modelos; el reforzamiento social; la intensidad en las relaciones; las fuerzas grupales y las metas comunes. Como puede verse Bronfenbrenner extrae sus principios teóricos de la psicología social y del desarrollo, pero también de la biología humana y de la sociología.

Su trayectoria personal influenció su trabajo académico como ocurre con todos los investigadores.

El paradigma bioecológico

El paradigma bioecológico de este autor se especifica en dos proposiciones teóricas.

Proposición 1

“Especialmente en sus fases tempranas, y en gran medida a través del curso de la vida, el desarrollo humano tiene lugar a través de procesos de interacción recíproca cada vez más complejos entre un activo organismo biopsicológico humano en evolución, y las personas, objetos, y símbolos en su entorno inmediato. Para ser efectiva la interacción debe ocurrir sobre una base suficientemente estable durante extensos períodos de tiempo. Tales formas durables de interacción en el entorno inmediato se conocen *como procesos próximos*. Ejemplos de patrones durables de procesos próximos se encuentran en las actividades progenitor–hijo y niño–niño, juego en grupo o solitario, leer, aprender nuevas habilidades, estudiar, actividades atléticas y la realización de tareas complejas”.

“La segunda característica definitoria identifica la fuente trinitaria de estas fuerzas dinámicas”:

Proposición 2

“La forma, poder, contenido y dirección de los procesos próximos que afectan al desarrollo varían sistemáticamente como una función conjunta de las características biopsicológicas de la persona en desarrollo; del entorno, inmediato y más remoto, en el que los procesos tienen lugar; y de la naturaleza de los resultados de desarrollo bajo consideración”.

“Las proposiciones 1 y 2, cuando se expresan en forma de hipótesis concretas, pueden someterse a prueba empírica. Un diseño de investigación que permite su investigación simultánea en la forma de hipótesis específicas se llama modelo PPCT, o proceso – persona – contexto – tiempo” (Bronfenbrenner, 1995 a, pág. 621).

Los procesos de investigación en la ecología del desarrollo humano.

Bronfenbrenner va articulando a lo largo de su vida académica la relación entre psicología y psicofísica, entre genética y entorno, entre técnicas estadísticas y etnográficas.

En su primer año universitario Urie tuvo que repetir los experimentos de Titchener y aprendió tres cosas: Primero, que los psicólogos observan, miden y hacen experimentos. Segundo, que psicología es psicofísica. Tercero, que hay muchas psicologías.

En su segundo año se encontró con los gestaltistas, Ogden discípulo de Külpe, Freeman discípulo de Lewin. De ellos aprendió la noción de que los procesos psicológicos deben pensarse en términos de configuraciones que evolucionan y de patrones elusivos pero interesantes. Este concepto de configuraciones que evolucionan se relaciona con los dinamismos comunitarios.

Gracias a un curso de Freeman sobre diferencias individuales, una experiencia clave de Bronfenbrenner, el campo unificado de la psicología se le hizo presente, el de las fuerzas que producen, sostienen y alteran, en el curso de la vida, las diferencias individuales. Siempre juntos la genética y el entorno. También ahí aprendió que los experimentos, aspecto clave de la ciencia psicológica, no solo eran los diseñados en laboratorio sino también los que se dan en entornos naturales. Desde entonces decidió que la psicología necesitaba de ambos. Freeman, en Cornell, lo inició al dominio de diseños estadísticos. Y él llegó a la conclusión, rigurosamente analizada, de que no se debe descartar de la reflexión científica un resultado de investigación que no sea estadísticamente significativo. De la teoría lógico-deductiva de Clark Hull y de sus elegantes experimentos captó que los psicólogos no solo hacen experimentos, sino que también piensan rigurosamente y sistemáticamente, antes y después de cada experimento.

La investigación acción le es inspirada por Lewin (1931) quien argumentaba que había que pasar del paradigma estático en ciencia, de solo explicar fenómenos por las categorías a las que se asignan, al paradigma dinámico, por el que se especifican los procesos particulares a través de los cuales se producen los fenómenos observados. Bronfenbrenner acuña el concepto de “transiciones ecológicas” en forma participativa, que se refiere a “cuando la posición de una persona en el entorno ecológico se ve alterada como resultado de un cambio en el rol, el escenario, o ambos” (Bronfenbrenner, 1979, pág. 26). Cambios de

roles y de escenarios, combinando tradición e innovación. Por ello el método ha sido una variante de la investigación-acción de Kurt Lewin.

Otro rasgo distintivo del modelo ecológico original propuesto por Bronfenbrenner es el “experimento transformador” que asume otra aportación de Vygotsky: no sólo buscar explicar cómo el niño llega a ser lo que es, sino tratar de descubrir cómo puede llegar a ser lo que todavía no es, es decir, “alterar sistemáticamente y reestructurar los sistemas ecológicos existentes de una manera que desafíe las formas de organización social, los sistemas de creencias, y los estilos de vida que prevalecen en una cultura o subcultura particular” (Bronfenbrenner, 1979, pág. 41). Este principio tiene que ver con el cambio social no solo para entender los orígenes de patrones contemporáneos de desarrollo sino como imperativo de política y acción pública.

Comunidad : Interacción, conflicto y utopía (Almeida y Sánchez, 20014)

El concepto de comunidad es un concepto complejo que oscila entre su invisibilización y su idealización. Reconceptualizarlo es una tarea difícil y a contra corriente, pero necesaria por una especie de nostalgia inconfesable “comunitaria” que habita en los seres humanos, y una presencia de comunitarismos de tonalidad fundamentalista que generan un sano distanciamiento y rechazo. La relación entre la Psicología Social Comunitaria y la Bioecología del Desarrollo Humano es, precisamente, “lo comunitario” es decir, esos entramados que articulan a las individualidades con lo colectivo y con el hábitat natural y que permiten procesos de humanización o deshumanización

El psicólogo es un experto en gente. Como científico, como académico o como profesional su tarea es entender lo que “hace humanos a los seres humanos”, y a partir de ese entendimiento contribuir al bienestar humano. En cuanto psicólogo social su misión es producir conocimiento en el área de los comportamientos interpersonales, “buscar significados en las relaciones” como diría Kenneth Gergen (2003) y también indagar en el campo de los alineamientos estructurales, el conjunto de sistemas de entorno de que habla Bronfenbrenner, que son construcciones humanas vivas que interactúan

permanentemente con los comportamientos interpersonales. A su vez, el psicólogo social comunitario enfoca el estudio de lo psicosocial hacia los lazos sociales fundamentales que hacen posible el desarrollo humano y la capacidad colectiva de poder actuar. Esos lazos sociales fundamentales hacen referencia al concepto dinámico de comunidad. La comunidad entendida como: interacción, conflicto y utopía (Almeida y Sánchez, 2012), que tiene relación con Intensidad en las relaciones, fuerzas grupales y metas comunes de las que habla Bronfenbrenner.

Comunidad es esa realidad social en construcción, que, a través de procesos de interacción, de conflicto y de utopía, favorece el desarrollo humano cuando trata de crear lazos sociales que buscan combinar la libertad individual y el respeto mutuo, lazos que intentan unir sin apretar demasiado, incluir sin excluir. Relaciones que enfrentan conflictos y horizontes parcialmente compartidos.

Psicología comunitaria y ecología del desarrollo humano en una comunidad nahua

A su regreso a México en 1976, y después de experiencias comunitarias diversas, en su familia, con población chicana en Estados Unidos, en diferentes procesos en la Ciudad de México, en Francia y en Italia, Eduardo Almeida se empezó a involucrar en la experiencia comunitaria de relaciones interculturales de San Miguel Tzinacapan, Cuetzalan, Puebla. Fue primero en calidad de psicólogo social a organizar dinámicas grupales para el equipo de profesionales que trabajaba ahí desde 1973. En enero de 1977 se integró como miembro de ese equipo.

Las características del contexto, de la “ecología” de la comunidad náhuat eran completamente diferentes a las de los ámbitos estudiados por Urie Bronfenbrenner. La comunidad de San Miguel Tzinacapan se encontraba inmersa en un país con una dinámica estructural desigualadora, un racismo escondido en la categoría de mestizo, eje de la identidad nacional (Gómez y Sánchez, 2011) y fuertemente subordinado a Estados Unidos. Los diferentes niveles de la teoría de la ecología del desarrollo humano se vivían en tensiones específicas.

Y es ahí en donde Almeida va articulando el enfoque de Bronfenbrenner con la Psicología Comunitaria. Se involucró junto con la comunidad y los profesionistas en procesos de acción directa: organización de cooperativas, de actividades de investigación participativa, de organización política, de educación. Se involucró en los procesos internos de la comunidad de profesionistas, como un miembro más de dicha comunidad. La Psicología Social Comunitaria aparece con un enfoque que ayuda a la comprensión y a la vivencia de tres ámbitos: el del equipo de profesionistas, el de la población de Tzinacapan, y el entramado de interrelaciones que se fueron construyendo entre el equipo y el pueblo.

Se propiciaron procesos de reforzamiento social, combinando actividades recíprocas y relaciones emocionales. La estrategia general de la experiencia, que ha incluido inserción, interdisciplinariedad y acción global, guarda similitudes con lo que Bronfenbrenner llama intensidad en las relaciones, fuerzas grupales y metas comunes. El intento global ha sido de crear “transiciones ecológicas” en forma participativa, cambios de roles y de escenarios, combinando tradición e innovación, Pero estas transiciones ecológicas para el equipo de externos y para la comunidad nahua, fueron un proceso en el que se fue tomando conciencia de que las relaciones interculturales en México, atravesaban el clasismo el racismo y el machismo. (Sánchez, 2019) La Psicología social comunitaria ha tenido en esa realidad una relevancia especial.

Un aspecto importante inspirado en Bronfenbrenner fue el de actividad recíproca, retomado de Vygotsky (1988, pág. 93), que junto con el de relación emocional, de origen freudiano, dieron origen a la hipótesis de que “el aprendizaje y el desarrollo se facilitan por la participación de la persona en desarrollo en patrones cada vez más complejos de actividad recíproca con alguien con quien la persona ha desarrollado un fuerte y duradero apego emocional, y cuando la balanza de poder cambia gradualmente a favor de la persona en desarrollo” (Bronfenbrenner, 1979, pág. 60). La relación compleja, muy compleja de los profesionistas y la comunidad de San Miguel estableció un fuerte y duradero apego emocional, una reconfiguración de las relaciones de poder y un proceso de descolonización conjunta.

Referencias Bibliográficas

- Almeida, E. (1979). Un programa de colaboración de padres y maestros para estimular la motivación y el aprendizaje de niños de 6º año de primaria. *Enseñanza e Investigación en Psicología*. Vol. V, N° 1 (9) Enero-junio, pp. 437-457.
- Almeida, E. y Sánchez, M.E. (2014) *Comunidad: Interacción, conflicto y utopía. La construcción del tejido social*. Puebla: UIA Puebla, BUAP, ITESO.
- Bronfenbrenner, U. (1994). A constant frame of reference for sociometric research: Part II. Experiment and inference. *Sociometry*, 7, 40—75.
- Bronfenbrenner, U. (1970). *Two Worlds of Childhood: us and ussr*. New York: Russell Sage Foundation (Published in 12 other languages).
- Bronfenbrenner, U. (Ed.) (1972). *Influences on Human Development* (with the assistance of Maureen A. Mahoney). Hindsdale, III: The Dryden Press, Inc.
- Bronfenbrenner, U., Belsky J. and Steinberg, L. (1976). *Day care research and social policy*. A report to the US Department of Health, Education and Welfare, Federal Interagency Day Care Requirements Policy Committee, Washington, D.C.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development. Experiments by Nature and Design*. Cambridge, MA.: Harvard University Press. (Translated into Spanish, Italian, German, Korean, Japanese, and Polish).
- Bronfenbrenner, U. (1989) Ecological systems theory. In R. Vasta (Ed.) *Six theories of child development: Revised formulations and current issues* Greenwich, CT: JAI Pres. pp- 185-246.
- Bronfenbrenner, U. (1993). Comunicación personal.
- Bronfenbrenner, U. (1995a). The Bioecological Model From a Life Course Perspective: Reflections of a Participant Observer. In P. Moen, G. Elder Jr., and K. Lüscher (Eds.) *Examining Lives in Context. Perspectives on the Ecology of Human Development*. Washington, D.C.: American Psychological Association, pp. 599-618.
- Bronfenbrenner, U. (1995 b). Developmental Ecology Through Space and Time: A Future Perspective. In P. Moen, G. Elder Jr. and K. Lüscher.

- (Eds.) *Examining Lives in Context. Perspectives on the Ecology of Human Development*. Washington, D.C.: American Psychological Association. pp. 619 – 647.
- Bronfenbrenner, U. (ed.) (2004). *Making Human Beings Human. Bioecological perspectives on Human Development*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Cairns, R.B. and Cairns, B. D. (1995) Social Ecology Over Time and Space. In P. Moen, G. Elder Jr. and K. Lüscher (Eds.) *Examining Lives in Context. Perspectives on the Ecology of Human Development*. Washington, D.C.: American Psychological Association, pp. 401.
- Gergen, K. (2003) Meaning in relationship. In M. Gergen and K.J. Gergen. *Social Construction. A Reader*. (148—155). London: SAGE Publications.
- Gómez Izquierdo J. y Sánchez, M.E. (2011) *La ideología mestizante, el Guadalupe y sus repercusiones sociales. Una revisión crítica de la identidad nacional*. Puebla: UIA Puebla, ICS y H/BUAP
- Lerner, R. (2004) Foreword. Urie Bronfenbrenner: Career Contributions of the Consummate Developmental Scientist. (ix—xxvi) In U. Bronfenbrenner (ed.) (2004) *Making Human Beings Human*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Lewin, K. (1931) The conflict between Aristotelian and Galileian modes of thought in contemporary psychology. *Journal of Genetic Psychology*, 5, 141—177.
- Mc Clintock, C. (1990) *Letter to Eduardo Almeida*. 28 September.
- Moen, P., Elder, G. Jr. and Lüscher, K. (Eds.) (1995). *Examining Lives in Context. Perspectives on the Ecology of Human Development*. Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Murchison, C. (Ed.) (1935) *Handbook of child psychology*. Worcester, MA.: Clark University Press.
- Sánchez, M.E. y Almeida, E. (2005) *Las Veredas de la Incertidumbre. Relaciones Interculturales y Supervivencia Digna..* Prefacio de Alain Touraine. Puebla, Pue. : UIA Puebla, UASLP, UAS, UV, UJAT, ELPAC, COLPUE, CNEIP
- Sánchez, M.E. (2019) Las relaciones interculturales o interontológicas como problema epistémico y existencial. En Sartorello, S. (coord.) (2019) *Diálogo y conflicto interepistémicos en la construcción de una casa común*. CDMX: UIA CDMX
- Vygotski, L. (1988) *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. México, D.F.: Editorial Grijalbo.

Una aproximación experiencial al Desarrollo Humano

NATALIA GÓMEZ GÓMEZ

Siempre me ha inquietado el trabajo personal, y desde que recuerdo, me he dado la posibilidad de explorar mi sentir y pensar con el fin de encontrar respuestas a mis dudas existenciales y así avanzar para sentirme plena en el mundo. He sido una “inconforme”, llena de preguntas, en búsqueda de diferentes alternativas para encontrar sentido e ir en el camino del buen vivir.

Aunque más que una inconforme, esta inquietud es la respuesta a esa tendencia natural al crecimiento que puede ser observable en todos organismos vivos (Maslow, 1970), y que Rogers (2016a) define como “(...) ese impulso misterioso que surge del mismo organismo el que en condiciones favorables lo va movilizándolo hacia el desarrollo integral y armónico” (p.132) y que además permite que las per-

sonas seamos conscientes de nuestro crecimiento e influencia del mismo en el propio proceso y en el entorno social.

Es así como este proceso de inquietudes ha sido mi transitar por el camino del Desarrollo Humano (DH), una disciplina académica que se puede recorrer desde la intuición, desde lo interior y su sabiduría, como lo asegura el pionero en el tema en México, Juan Lafarga Corona, S.J. (2014) que considera que: “(...) el desarrollo humano es la actividad que proviene de un corazón sabio, es decir, de la acción guiada por la inteligencia y el amor” (p.42).

La primera búsqueda

La adolescencia es una etapa clave en la conformación de identidad, pues de acuerdo a Marco Antonio Fuentes (2016) este momento de vida es importante para consolidar aquello que definirá a las personas como seres humanos. En este momento es fundamental que los jóvenes puedan compartir sus emociones, dudas, sueños, con el acompañamiento de un facilitador, entendido como el terapeuta, el docente, la madre o el padre de familia, tal como lo expresa este autor.

Esta época de la vida puede ser crítica en la medida que el sentido de vida —en algunos casos— es borroso, lo que puede generar desmotivación, inseguridades, entre otras dificultades (Fuentes, 2016). Sin embargo, el sentido de vida se puede definir a partir de vivencias, decisiones y actitud frente a ellas. Desde esta perspectiva, fue en esta etapa en la que afloraron muchas inquietudes en mí, que decidí vivir a través de la experiencia, porque tal como lo asegura Rogers (2008) “puedo confiar en mi experiencia” (p.31) y a través de ella descubrir mi sentido interior como organismo que me ha llevado a hallazgos interesantes.

Recuerdo que todo “adolescía” y no tenía mucho sentido, y allí empezó la curiosidad. Gracias a un amigo de la época, cuya hermana es psicóloga, pude conectar con Albeiro, un colega suyo que de manera voluntaria me ayudó a comenzar este camino y entender todo lo que pasaba en mí en ese momento. Pero como la cebolla: ¡esa era sólo la primera capa!

No recuerdo con precisión cuánto tiempo estuve con este psicólogo, pero lo que sí sé es que esta experiencia para explorar mi sentido de vida fue un paso muy importante del cual hago consciencia ahora, casi 16 años después. Este espacio de diálogo también me permitió alimentar curiosidad y avanzar

en la construcción de respuestas a preguntas trascendentales relacionadas con mi humanidad.

Ahí inicié mi proceso de crecimiento personal, que desde entonces ha implicado ver y explorar “(...) la evolución del autoconocimiento, la autodeterminación y la autoestima” (Lafarga, 2016, p.21) de mi ser en este camino que continúa. Porque tal como lo indica Escandón (2013): “Para llegar a ser (...) una persona, (...) para vivir el sentido de mi vida auto-trascendiendo mi ego, es necesario primero el auto-conocimiento, como lo afirman todos los maestros” (p.40).

Fue así como luego seguí por mi cuenta y estuve varios años sin ningún acompañamiento necesario para ir por el sendero del autoconocimiento y el autodesarrollo, que como lo sugiere Celis (2006) es la búsqueda del potencial humano desde una postura activa y consciente, que procure por el descubrimiento de posibilidades y a su vez tenga claro que cada persona dentro de su ser, tiene sus claves y herramientas para transitar el camino de conocerse a sí mismo.

En 2004, comencé la universidad y justo al final de esta época una nube oscura, que pocos asomos de luz me permitía ver, llegó a mí. Sí, la depresión tocó a mi puerta y yo sin saber le dejé entrar. La pérdida de sentido y mi cerebro con deficiencias químicas fueron el resultado de esta etapa en la que todo se tornó gris a pesar del sol intenso que siempre abraza a Bucaramanga (Colombia), la cálida ciudad donde residía para aquel entonces.

Como parte del autodesarrollo, Celis (2006) también expresa que es fundamental la aceptación, entendida como el reconocimiento, permiso y validación de todas las señales, sentimientos, movimientos que ocurren en nuestro interior. Así fue como en el segundo semestre de 2009 pareció una señal, un ataque de pánico fue el detonante para ir en busca de ayuda: acudí al psiquiatra, la única opción que intuí pues no se me ocurría otra alternativa dada la escasa información que tenía en ese momento. Entonces vinieron los medicamentos y las terapias, y la inconformidad, pues no quería depender de factores externos para poder recuperarme de esa tristeza que, como un “virus”, apareció en mi vida sin pensarlo ni buscarlo. Así que, desde una postura activa —que busca— y consciente —para escucharme a sí misma— como lo sugiere Celis (2006) exploré otras opciones y llegué al camino de la medicina biológica, que de la mano con las terapias con el psiquiatra me ayudaron a recuperar la esperanza en mí, en todos mis anhelos, sueños y proyectos. Mi existencia

siguió, mucho más amable y con otros recursos o herramientas para estar bien en mi contexto y realidad.

Justo para reorganizar y comprender me fue provechosa la experiencia laboral del momento: trabajaba con mujeres en una organización feminista, y allí pude tener otro punto de vista. Sus historias de vida me permitieron poner mis asuntos en perspectiva, de tal suerte que la magnitud de mis angustias tomó otra forma, más sensata y menos compleja, más ligera, más llevadera... Las sesiones de trabajo con ellas muchas veces se convirtieron —de manera orgánica y no planeada— en círculos de diálogo, confianza y sanación a través de la palabra. Quizá mi primer acercamiento (aunque no académico y más bien espontáneo) a lo que es un Grupo de Encuentro de acuerdo a la propuesta de Carl Rogers.

Volver a sentirme bien conmigo y mi entorno inmediato me tardó un año: parece mucho, pero pienso que fue el tiempo justo y necesario (ni más ni menos) para volver a sentir gozo por la vida. Fue así como en este camino me abrí a nuevas oportunidades en la gran ciudad: Bogotá, la capital colombiana, que se convirtió en mi casa y nueva experiencia en abril de 2011.

El Desarrollo Humano en mis procesos de cambio

Con el cambio de ciudad y trabajo, también vino el remezón interno y de nuevo la inquietud, la curiosidad por entender lo que sucedía en mí al enfrentar la novedad, la incertidumbre... De esta manera, la exploración continuó y así llegué de nuevo a la psicoterapia, las constelaciones familiares, y hasta el camino de la *ayahuasca* (planta medicinal usada por comunidades del Amazonas). Todo este sendero resultó productivo en la medida que, con el acompañamiento de diferentes personas y la vivencia de diversas experiencias, pude encontrar más recursos útiles para avanzar en mi proceso.

En 2013, luego de ya haberle quitado varias capas a la “cebolla”, una más apareció (porque así es el trabajo de transitar por el camino del desarrollo humano)... Un asunto guardado en los anaqueles más profundos de mi ser se desempolvó y surgió con todo el malestar que puede generar el haber guardado una manzana podrida por mucho tiempo. Un par de recuerdos de mi primera década de vida: dolorosos y confusos por la incompreensión de lo que sucedió... Recuerdos que

ahora me evocaban impotencia, rabia, culpa, vergüenza... Los detalles, no suman ni restan para este escrito.

La vida como lo expresa Rogers (2008) “*en su óptima expresión, es un proceso dinámico y cambiante, en el que nada está congelado*” (p.35), y fue así como mi historia tomó este giro inadvertido, lleno de dolor, miedos y temores. Entonces, ¿cómo transformar y trascender ese episodio doloroso de mi vida?

Es eso justamente lo que el Desarrollo Humano hace posible si así se decide. Bien lo han conceptualizado instituciones pioneras como el departamento de DH en la Universidad Iberoamericana y el Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente que lo definen como “(...) el estudio de los dinamismos básicos intrapsíquicos e interpersonales que impulsan la evolución de la persona (...)” (Lafarga, 2014, p.46).

Fue así como emprendí nuevamente una búsqueda de recursos, respuestas que me permitieran sanar y avanzar en ese proceso de crecimiento, que ahora y luego de varios años he podido resignificar, pues en aquellos días en los que todo revivió fue una pesadilla que parecía no tener fin.

Encontré otra terapeuta, que esta vez complementaba el proceso con acupuntura y masaje chino, y a su vez emprendí el camino del autoconocimiento a través de la práctica del Hatha Yoga. Los cambios sucedieron conforme pasaba el tiempo y el alivio apareció, no propiamente de manera mágica, pero llegó. Mi cuerpo se dispuso distinto, mi perspectiva frente a los hechos se modificó y la vida se tornó diferente, menos pesada y culposa. Después de este proceso que tomó más de dos años, decidí contar mi historia con quien me fluyera de manera natural y orgánica como un elemento sanador: desde entonces le permito a mi espíritu liberarse de esa carga y aprender desde esta posibilidad de expresar. No es sencillo, pero sí por el contrario se va haciendo más sencillo y liberador.

Este camino decidido, ha sido el producto de atender a mi interior o lo que Rogers llama *valoración organísmica*, y que de acuerdo a lo que bien explica Celis (2006) implica no sólo la aceptación de la experiencia sino también la honestidad para “(...) permitirnos vivenciar libremente este conglomerado de vivencias, vivirlas en forma transparente frente a nosotros y frente a los demás, e integrarlos a nuestra vida”.

De esta manera no quiero decir que ésta sea la única forma de vivir un proceso de sanación o cambio en relación con una experiencia traumática, desagradable y/o fuerte. Justo caminar en el DH me ha permitido descubrir un abanico de posibilidades para transitar y resignificar, incluso, la vida misma. Cada

ser humano, como muchas veces lo expresa Carl Rogers en sus textos, tiene los recursos personales para aprender a conocerse, y es la misión del acompañante o terapeuta, promover el descubrimiento de esas potencialidades. Es así como en mi búsqueda he podido encontrar diversas formas y personas que me han acompañado en este caminar.

Entonces, los procesos de cambio se viven de múltiples maneras, y tal como lo expresa Molano (2015) se puede afirmar que suceden y se hacen evidentes “(...) cuando se transforma la concepción de sí mismo, de las relaciones interpersonales o de la significación que los individuos dan a la vida” (p.13).

De esta manera, mi caminar me ha permitido evidenciar cómo la narración se ha modificado a lo largo de los años, y he visto desde afuera, con consciencia, cómo ha tomado otra connotación en mi vida. Una resignificación evidente hecha desde la comprensión profunda de los sucesos. Y ese ejercicio de crecimiento ha continuado, porque la tarea no acaba, y las capas de la “cebolla” no terminan y siempre me he permitido estar abierta a la posibilidad de descubrir qué hay en ellas...

El acercamiento al Desarrollo Humano desde lo académico

A lo mejor toda esta experiencia personal y casi íntima pueda resultar confusa para el lector, pero ese fue justamente mi acercamiento empírico y experiencial al Desarrollo Humano que, sin saberlo en ese momento, fue el motor para que decidiera estudiar formalmente al respecto, aun cuando mi rama profesional no está vinculada de manera directa a esta línea de la psicología existencial humanista contemporánea como lo ha referido Juan Lafarga (2014), quien también fue fundador del Departamento de Desarrollo Humano de la Universidad Iberoamericana en Ciudad de México.

Pero, ¿cómo llegué al Desarrollo Humano como disciplina de estudio? Mi conocimiento inicial sobre el tema, en mis años de estudiante de Comunicación en Colombia, estaba más cercano al concepto de DH que propone el Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). Una propuesta teórica que dista un poco de la conceptualización realizada por Lafarga desde la psicología existencial humanista, pero que igual procura por el buen vivir y la dignidad de los seres humanos.

Sin embargo, dos experiencias me acercaron al camino del DH como “movimiento del potencial humano” tal como lo acuña Sánchez (2016). En primer lugar, un viaje recreativo que realicé a México, que sin explicación profunda me motivó a estudiar un posgrado allí, y luego, mi presencia laboral en la Pontificia Universidad Javeriana, que gracias a un encuentro de AUSJAL me permitió acercarme a universidades jesuitas y explorar su oferta educativa.

Justo en la búsqueda encontré la Maestría en Desarrollo Humano que refería que su esencia estaba asociada al acompañamiento de grupos y personas en el descubrimiento de su potencial en diferentes contextos, personal, laboral, familiar, educativo, comunitario, entre otros. Esto a través de una formación que incluía un proceso personal a través de acompañamiento grupal.

Por otra parte, los procesos de cambio personales, sumado a los corporativos vividos de manera constante en las organizaciones donde participé como colaboradora me motivaron a explorar más información sobre ese Desarrollo Humano del que se hablaba en México. Rápidamente me decidí, y realicé mi proceso de aplicación en la Maestría, con la convicción de que sería un proceso de fortalecimiento personal para poder enfrentar el reto de acompañar a personas y grupos que se encuentran en la búsqueda de sus potencialidades, porque creo que –como lo expresa Lafarga (2016a)— “este proceso de construir el ser personal en nosotros mismos y en la sociedad es una tarea que dura toda la vida, es una búsqueda que no termina” (p.143), y si no se empieza por sí mismo no habrá una incidencia.

Mi exploración me permitió ver con claridad la profundidad del Desarrollo Humano como disciplina académica que promueve el crecimiento de las personas, lo que finalmente redundo no sólo en su buen vivir sino en sus contextos familiares, sociales, laborales. Una posibilidad de creer en la utopía de que todos podemos construir un mundo mejor. Y todo esto a través de procesos estructurados que ponen a la persona en una perspectiva distinta.

La experiencia del DH en la Ibero Puebla

Si bien no es una certeza, creo que el Desarrollo Humano Existencial al que le apostó Lafarga, viene de una premisa básica de Rogers (2008) en la que “mi experiencia es mi máxima autoridad” (p.74), y quizá por esto lo que viví en la Ibero Puebla fue un acercamiento real a lo que es e implica el DH.

Reconocer mis procesos personales, atravesarlos, hacerlos conscientes y escribirlos con la claridad que lo hago hoy, es parte de los aprendizajes adquiridos en esta experiencia formativa que se nutre del Enfoque Centrado en la Persona (ECP) como propuesta teórico-práctica propuesta por Rogers (Lafarga, 2014, p. 115) y muchas otras perspectivas que le apuestan a desarrollo del potencial humano.

Ahora, con más información académica, puedo asegurar que el Desarrollo Humano es vivencial, y por ende se experimenta desde lo más íntimo, personal y también desde lo colectivo.

El paso por la Universidad me permitió reabrir la puerta que conduce a mi crecimiento personal a través de una materia cursada en tres de los cuatro semestres del programa, denominada Grupo de Desarrollo Personal. Fue así como en ese espacio de diálogo me encontré con un pasillo largo, casi infinito que decidí recorrer. Y a medida que avanzaba hallé múltiples recursos útiles para mi autoconocimiento basados en la aceptación positiva incondicional, la comprensión empática y la congruencia como las tres condiciones básicas propuestas por Rogers para establecer cualquier tipo de relación de ayuda, y que una vez en escena abonan el terreno para la apertura, la disposición, el reconocimiento, la escucha activa, la expresión auténtica...

Fue esta experiencia directa la que me permitió ver y entender el Desarrollo Humano del que habla Lafarga (2014), ese DH que se encarga de "(...) liberar la tendencia básica al crecimiento —tendencia no aprendida e inextinguible en los organismos humanos y también observable en todos los vivientes— a través de una relación interpersonal comprensiva, transparente y afectuosa sin condiciones" (p.42).

La experiencia en el grupo de encuentro

Hablar de un grupo de encuentro de acuerdo a la propuesta de Carl Rogers (1979), es referirse a un grupo pequeño que puede estar conformado por 8 a 18 personas, cuya dinámica o proceder "(...) carece hasta cierto punto de estructura, y elige sus propias metas y directivas personales" (p. 16). El facilitador, quien no es necesario que sea terapeuta, se encarga entonces de ayudar a que los sentimientos y pensamientos de los participantes fluyan naturalmente gracias al clima de seguridad que debe crear y promover desde la empatía, la aceptación positiva incondicional y la congruencia.

Para quienes no conozcan esta posibilidad terapéutica o de acompañamiento, pueden pensar a simple vista que se trata de una alternativa poco funcional, o sin las condiciones “profesionales” para trabajar asuntos personales o grupales sensibles y complejos. Sin embargo, vivir la experiencia de un grupo de encuentro puede ser el camino para cambiar esta perspectiva y abrirse la oportunidad a la experiencia de conocerse a sí mismo y desde ese lugar, acompañar a los demás.

Muy en sintonía con la propuesta de Rogers, es la experiencia la que permite construir una definición más cercana a la realidad de un grupo de estas características, una realidad diversa, cambiante, que se transforma en cada sesión, que varía, que puede ser constante o no, y que puede mejorar o no...

Desde mi experiencia en el Grupo de Desarrollo Personal en el marco de mis estudios de Maestría, el Grupo de Encuentro ofrece la posibilidad de transitar no sólo el descubrimiento personal, sino de cultivar la capacidad de poner a disposición de los demás mis mejores recursos para que las demás personas participantes hallen las mejores respuestas para sí en el camino y viceversa. Este descubrir es además compartido, pues desde las narraciones de otros puedo ver que aparecen necesidades y/o problemas en mí asociados, o incluso desvinculados a las historias de quien comparte, con los que puedo trabajar para encontrar la mejor forma para satisfacerlas o solucionarlas, esto de la mano de quienes integren el grupo.

Vivir la experiencia en un grupo de desarrollo personal (como lo denominó en su momento la Ibero) me permitió comprender que un grupo de encuentro es una experiencia única, en la que hay tendencias y aspectos comunes, pero que siempre trae cosas nuevas, distintas para los miembros. La participación en el grupo, se constituye en un fluir colectivo en el que a través de mi experiencia, acompaño a que los demás encuentren sus propias respuestas en sus procesos personales, y en ese compartir todos caminamos en diferentes direcciones, pero caminamos, lo que quiere decir que nos movemos, metafóricamente hablando.

Rogers (2012) aseguró que las transformaciones que suceden en las personas, derivadas de una experiencia en un Grupo de Encuentro, son sutiles... Y mejor no lo pudo expresar, pues si bien es cierto que en una sesión pasan muchas cosas, sólo con el tiempo y una consciencia afinada es posible evidenciar cambios en la percepción, la personalidad y, por supuesto, la conducta tal como él lo indica.

Vivirse en un grupo de encuentro es abrirse a la posibilidad de crecer en colectivo, de creer en la diversidad, aprender a aceptar la diferencia, a confiar en

“extraños”, a crear conexiones desde la empatía y la sensatez, a aflojar el cuerpo para sentir lo que sucede en mí y en los otros, a escuchar activamente sin juicios ni etiquetas, a tener consciencia de mi expresión y mi sabiduría orgánica...

El DH más allá de la experiencia personal: la realidad actual

Mi experiencia personal ha sido enriquecedora y con muchos aprendizajes que a lo mejor no se alcanzan a evidenciar en este escrito. Sin embargo, la realidad que vivimos plantea unos retos particulares a esta disciplina.

Para nadie es ajena la profunda crisis que nos rodea. Un panorama que parece más desalentador que motivador nos circunda... Todo esto es producto de los Desgarramientos Civilizatorios (Sánchez, 2019), entendidos como la fuerte crisis de las estructuras socio—políticas de antaño y la ruptura de los referentes culturales e institucionales hasta ahora conocidos, que producen una polarización significativa y multiplicidad de violencias y respuestas por parte de la sociedad.

Los medios de comunicación y las redes sociales dan cuenta de este escenario funesto e incluso desde la academia se abren ventanas para la discusión. Pero no es suficiente porque en algunos de los casos sólo se ha considerado la punta del *Iceberg*.

Un ejemplo claro, que da cuenta de esta dicotomía propia de esta etapa mundial de crisis en rumbo de colisión, como ha sido denominada por Max Neef (2008), se evidencia en la acción voluntaria como una de las oportunidades de materializar la solidaridad. Y no se pretende para este caso subestimar la labor y las buenas intenciones, sino más bien invitar al despertar de un espíritu crítico y propositivo.

Algunas iniciativas de voluntariado se han estado enfocado en asistir con despensas y otros elementos (ropa, medicinas, herramientas, etc.) a quienes así lo necesiten según su situación particular (migrantes, comunidades, entre otros). Dependiendo de las circunstancias, este tipo de acciones logran cubrir una necesidad, pero no abren la posibilidad a propuestas de fondo que impliquen otro tipo de procesos humanos que no sólo pongan al voluntario de cara a una realidad, a lo mejor, distante de su cotidiano, sino que le abran la posibilidad de escuchar y acercarse a esas perspectivas de quienes se enfrentan otras experiencias cargadas de desigualdad, estigmatización, migración, violencia, etc., y desde allí abrir el diálogo para construir posibilidades para afrontar, solucionar o resignificar el

contexto y la existencia misma como un paso para ir en el camino de la fraternidad y sororidad que se contraponen a la crisis actual.

Y es que ésta es una de las invitaciones que puede hacer el Desarrollo Humano (DH) como disciplina académica y profesional, en la que “(...) todo ser humano desde todas las vertientes teóricas y prácticas es responsable de la promoción de su propio crecimiento personal y el de los demás” (Lafarga, 2016b, p.20), y es entonces desde esta perspectiva que se visualiza la posibilidad de avanzar en la reconstrucción de la sociedad.

No quiero decir con esto que el DH es una especie de “mesías” que salvará a la humanidad de la hecatombe, y menos teniendo en cuenta que hay humanidad y subjetividad de por medio. El Desarrollo Humano representa una, de quizá muchas posibilidades de transitar los críticos caminos que como especie hemos creado, y que en general nos invita a gestionar el conflicto desde lo personal e íntimo —que también es político— hasta lo social y comunitario, que es incluso más visible.

Ahora bien, uno de los desgarramientos más evidentes tiene que ver con la inviabilidad ecológica y política del “desarrollo”, entendido más en términos de crecimiento y aspiración a un “estilo de vida”, donde pocos a expensas de muchos sustentan ese *modus vivendi* y en el fondo aspiran a ese “ideal”. Y pocas personas se escapan de estar en ese “lugar común” o lo que considero “sueño occidental capitalista”, en el que también la acción voluntaria —aunque no siempre— ha tenido una perspectiva “heroica” y poco genuina, a veces cargada de una superioridad innecesaria en quien ayuda desde una posición más privilegiada, quizá menos humilde y a lo mejor más precaria, axiológicamente hablando.

Aquí yace entonces, una oportunidad desde el Desarrollo Humano como praxis profesional, para acompañar a este tipo de grupos y colectivos para que se hagan conscientes de otras realidades a través de la empatía, la aceptación positiva incondicional y la congruencia, las tres cualidades propuestas por Rogers (2008) que nos acercan a la experiencia de las demás personas y favorecen “procesos de desarrollo de las facultades y potencialidades biológicas, psíquicas, espirituales, éticas, culturales y sociales” (González, 2016, p.31).

Estas cualidades propuestas por Rogers, nos acercan como seres humanos y nos posibilitan la construcción de lazos fraternos y de sororidad que nos permitan construir desde el diálogo y en colectivo, otras formas de resolver los problemas que enfrentamos producto de esta crisis.

Como promotora del Desarrollo Humano, creo que ante una realidad polarizada y polarizante (pues es complejo mantenerse al margen), el DH se visualiza como una alternativa humanizante, relacional y dialógica, como un movimiento que nos aproxima a la transformación a la que nos invita esta crisis y los Desgarramientos Civilizatorios que la derivan.

De igual forma, problematizar en torno al DH y su papel en relación con este resquebrajamiento, me abre la posibilidad a comprender que como propuesta axiológica y teórico—práctica el Desarrollo Humano es dinámico, dialéctico y que su aplicación en escenarios comunitarios puede permitir llegar a la resignificación de conceptos en el marco de sus propios contextos, para desde allí construir brújulas propias o colectivas, como lo propone María Eugenia Sánchez (2015) que den norte para pensar en alternativas creativas, sustentables y flexibles teniendo en cuenta la rapidez de los cambios que vivimos.

Finalmente, esta reflexión frente a los Desgarramientos y el papel del DH me recuerda la necesidad de continuar cuestionando la realidad y la disciplina de estudio que he elegido como opción de vida, para ir más allá de lo “evidente” y poder conversar con otras áreas para ver posibilidades, incluso cuando todo se considera perdido.

Un apunte para cerrar

Vale la pena cerrar este escrito reiterando la necesidad de atravesar los procesos personales para poder impactar los sociales. El Desarrollo Humano justamente nos invita a transitar ese camino, teniendo en cuenta que “trabajar en la construcción del ser personal de todos es la asignatura pendiente de nuestro mundo, especialmente en estos momentos cruciales de la historia” (Lafarga, 2014, p.140).

De esta manera, hacer del DH una disciplina experiencial es una posibilidad para atender los llamados internos, procesarlos, resignificarlos, y continuar así la búsqueda del sentido de vida como “una fuerza primaria y no una ‘racionalización secundaria’ de sus impulsos instintivos” (Escandón, 2013, p.39), de tal forma que este proceso sea semilla para la introspección y profunda reflexión sobre las complejas realidades del planeta, y después pueda ser la ventana que abra la oportunidad para gestar diálogos y esfuerzos comunitarios que respondan a estas realidades emergentes y retadoras.

Referencias bibliográficas

- Celis, A. (2006). Congruencia, integridad y transparencia. El legado de Carl Rogers. *Polis Revista Latinoamericana*, (15), 1-14. Recuperado de <https://journals.openedition.org/polis/4857>
- Escandón, E. (2013). La psicología existencial humanista para el autoconocimiento y desarrollo de la persona. *Rúbricas*, (05), 36-41.
- Fuentes, M. A. (2016). Explorando el sentido de vida en adolescentes a partir de una intervención en desarrollo humano. En Sánchez, S. (Comp.), *Desarrollo Humano Contemporáneo*, p.71-94. México: Universidad Iberoamericana.
- González, R. (2018). Educación Holística. Visión integral del desarrollo humano. En Sánchez, S. (Comp.), *Desarrollo Humano Contemporáneo*, p. 31-50. México: Universidad Iberoamericana.
- Lafarga, J. (2014). *Desarrollo Humano: El crecimiento personal*. México: Trillas.
- Lafarga, J. (2016b). Orígenes del desarrollo humano en México. En Sánchez, S. (Comp.), *Desarrollo Humano contemporáneo* (pp. 17- 30). Ciudad de México, México: Universidad Iberoamericana.
- Lafarga, J. (2016a). Una teoría humanista de la motivación. En Sánchez, S. (Comp.), *Desarrollo Humano contemporáneo* (pp. 131- 145). Ciudad de México, México: Universidad Iberoamericana.
- Maslow, A. (1970). *Motivation and personality*. New York: Harper & Row Publishers.
- Max- Neef, M. (1993). *Desarrollo a escala humana*. Montevideo, Uruguay: Editorial Nordan-Comunidad.
- Molano, S. (2015). *El proceso de cambio en alumnos del posgrado en Desarrollo Humano*. (Tesis doctoral). Recuperado de: <http://ri.iberomx.mx/handle/iberomx/595>
- Rogers, C. (2008). *El proceso de convertirse en persona*. Barcelona, España: Ediciones Paidós Ibérica.
- Rogers, C. (2012). *Grupos de encuentro*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Sánchez, M.E. (s.f.). Los desgarramientos civilizatorios. *Documento de trabajo de la Investigación 'Tejido social, socialidades y prácticas emergentes en México ante los desgarramientos civilizatorios'*. México: Autora.
- Sánchez, M.E. (2015). Mi brújula para estos tiempos nublados. [Blog] *Mundo Nuestro e-consulta*. Recuperado de: <http://mundo nuestro.e-consulta.com/index.php/universidades/item/mi-brujula-para-estos-tiempos-nublados>

Compartir y cuidar. Cómo cambiar el mundo

EDUARDO ALMEIDA ACOSTA

Introducción

La Psicología Comunitaria como campo científico, disciplinar y profesional está por cumplir medio siglo. En la Tercera Conferencia Internacional de Psicología Comunitaria en junio de 2010 en Puebla (México) se abordó una visión crítica acerca de sus avances y limitaciones. En el Volumen I de las Memorias se plantea “la necesidad de incrementar la actividad teórica de la disciplina, de desarrollar habilidades analíticas y prácticas, de mantener vivo y alerta el ojo crítico, y de ampliar el alcance de sus inquietudes en tanto punto de convergencia científico” (Almeida et al., 2011: 35). En las Memorias de la Primera Conferencia Internacional de Psicología Comunitaria publicadas en Puerto Rico, el editor, Carlos Vázquez Rivera (2009: xvi) expresa: “Las historias de nuestra disciplina tienen las bases de las luchas comunitarias: inconformidad

con las estructuras existentes, desafíos [a] las instituciones establecidas, retos a los conocimientos convencionales, planteamientos sobre las relaciones de poder y sus múltiples efectos, marginalización, cuestionamientos éticos y un llamado a la acción política”.

Dicho en otras palabras, la segunda cita se refiere al *qué* de la Psicología Comunitaria y la primera al *cómo*.

Las tareas que desde los años 70 se ha propuesto la psicología comunitaria, las que con aciertos y deficiencias ha ido desarrollando desde entonces, y las que se le presentan en los tiempos desasosegados y confusos de esta segunda década del Siglo xxi, (Umbra, 2011), me han llevado a tratar de responder a preguntas que me han surgido considerando los sucesos mundiales más recientes (Chomsky, 2011), mi propia experiencia como psicólogo comunitario y las reflexiones de científicos sociales contemporáneos que perciben con bastante claridad al predicamento en el que nos encontramos: ¿Cómo cambiar el mundo? (Hobsbawm, 2011) ¿Es posible compartir y cuidar (Bauman, 2006: 147) entre iguales y diferentes (Touraine, 1997) en este mundo de individualismo y exclusión? ¿Cuál puede ser el aporte teórico, analítico, crítico y transdisciplinar de la psicología comunitaria? (Almeida, 2011).

Antecedentes: Interpelación de las Ciencias Sociales a la Psicología Comunitaria

En su último libro publicado, *How to Change the World* el historiador Eric Hobsbawm (2011) propone que ha llegado el tiempo de retomar el pensamiento de Marx “por su capacidad de mover fuerzas sociales” (p. 10). “Karl Marx tiene mucho que decir a aquellos que quieren que el mundo sea una sociedad diferente y mejor de la que tenemos hoy en día” (p. 16). Hobsbawm pretende que su libro “puede servir a los lectores para reflexionar acerca de lo que va a ser su futuro, y el de la humanidad en el siglo xxi” (p. 10). Al hacer un recuento del marxismo histórico después de la muerte de Marx describe como se concretizó en el Siglo xx en un fundamentalismo de Estado (p. 19) que fracasó, y cómo en la visión de Marx el capitalismo, siempre en expansión y concentración, generando crisis y autotransformándose “podía generar un fundamentalismo del Mercado con reducción de poder y alcance de los Estados y creando un entorno minado” (p. 22) lo cual está sucediendo actualmente.

Según Hobsbawm las características válidas y relevantes del análisis de Marx para nuestro mundo serían: 1° El análisis de la irresistible dinámica del desarrollo económico capitalista arrollando todo, incluyendo estructuras familiares; 2° El análisis del crecimiento capitalista generando concentración económica, concentración de decisiones en unos mil capitalistas, que a su vez lleve tal vez a la expropiación de los expropiadores por un vasto proletariado como esperanza en el futuro; 3° La necesidad de las categorías marxistas o versiones modificadas de las mismas para establecer un curso general de la historia (p. 25). Son propuestas ante la actual destrucción de estructuras, la concentración mundial de decisiones en unos cuantos, y la desorientación general del mundo. Hobsbawm propone retomar *El Manifiesto Comunista* que desde su punto de vista es “una conocida caracterización del capitalismo al inicio del siglo XXI, escrita en 1848 por dos jóvenes” (p. 122). Es una visión de este capitalismo masivamente globalizado a partir de la década de los años 70 del Siglo XX que ahora se manifiesta en las masas indignadas de la actual sociedad (Chomsky, 2011). Dice Hobsbawm: “Los efectos de la explosión económica global en el medio ambiente mundial ponen de manifiesto que habrá que dar un giro sustancial de la apropiación privada a la gestión social a escala global” (pp. 127-128). Para conformar una sociedad poscapitalista, el cambio histórico necesario, la acción política es fundamental. Esto opera a través de hombres que escriben su propia historia; es a través de la praxis social, de la acción colectiva. Las opciones son reconstitución de la sociedad o ruina común, socialismo o barbarie (pp. 128-129). El mensaje de Hobsbawm es que en la búsqueda de cómo asegurar la vida y la convivencia humana con dignidad los científicos sociales no pueden dejar de lado la necesidad de buscar alternativas al capitalismo. Como afirma Pablo González Casanova (2011: 43-44), tal vez el más notable sociólogo mexicano, en un texto muy reciente: “Pocas hipótesis tienen tantas posibilidades de ser confirmadas como ésta: La solución a los problemas sociales como problemas científicos y como problemas reales es imposible con el actual sistema de dominación y acumulación capitalista y con la lógica que en él impera” (p. 44).

¿Cuál puede ser un intercambio fructífero entre marxismo y psicología comunitaria?

En “Comunidad. En busca de seguridad en un mundo hostil” Zygmunt Bauman (2006: 147) concluye sus reflexiones con una afirmación que no podemos dejar pasar los psicólogos comunitarios:

Si ha de existir una comunidad en un mundo de individuos, sólo puede ser (y tiene que ser) una comunidad entretejida a partir del compartir y del cuidado mutuos; una comunidad que atiende a, y se responsabilice de la igualdad del derecho a ser humanos y de la igualdad de posibilidades para ejercer ese derecho.

Como se reporta en la “cuarta de forros” del libro mencionado, refiriéndose a un comentario del periódico español “La Vanguardia”, el dilema a enfrentar por cualquier comunidad es lograr la seguridad que puede aportar en este mundo hostil y a la vez procurar la respuesta al impulso de libertad y al goce de la individualidad, o dicho en otros términos, cómo llegar a formarnos como sujetos afirmados, abiertos y solidarios. ¿Será posible conciliar pulsiones de autonomía y de pertenencia, necesidades de soledad y de compañía, anhelos propios y anhelos compartidos? ¿Ante estas perspectivas qué tiene qué decir la psicología comunitaria?

Alain Touraine plantea que cada vez somos menos capaces de comunicarnos entre nosotros, en lo que él llama la desocialización. Señala que los cambios experimentados por las sociedades modernas y sus instituciones se manifiestan por una parte en redes globales de producción, consumo y comunicación; y por la otra, en un retorno a la comunidad (1997: 14). Las instituciones se vuelven sólo instrumentos de gestión, ya no generan normas; y la diversidad cultural corre el riesgo de fomentar los fundamentalismos y el comunitarismo que son excluyentes por definición. La democracia queda a merced del liberalismo globalizador que confunde privatización con libertad; y las identidades colectivas aparecen opuestas a la ciudadanía. Para Touraine, en los tiempos que corren, sólo el sujeto, responsable consigo mismo, es el actor capaz de enfrentar los mercados triunfantes y las comunidades agresivas. El esfuerzo de subjetivación es la mejor lucha contra el dominio del mercado y el comunitarismo (p. 104). Frente a los problemas que genera actualmente la migración en todo el mundo, después de reflexionar acerca de la experiencia inglesa de migrantes en comunidades localmente homogéneas y autocontroladas y de la experiencia francesa de asimilación, que no han sido capaces de evitar la violencia, Touraine propone políticas de subjetivación: combinar la integración social y el reconocimiento cultural, lejos del comunitarismo y de la asimilación. Su propuesta es “reunir culturas diferentes en la experiencia vivida y en el proyecto de vida de los individuos” (p. 235), con un espíritu democrático. Sus puntos de vista van en línea de reforzar la democracia, aceptando la autoidentificación étnica pero no

la etnicización que lleva al racismo (p. 266). Sugiere una “comunidad societaria” que combine los derechos civiles, políticos y sociales iguales para todos, junto con la existencia de agrupaciones; derechos cívicos universalistas y pertenencias culturales específicas (p. 266). Touraine advierte que otro grave riesgo de nuestro tiempo es el totalitarismo, cuando “la globalización engendra la multiplicación de resistencias integristas que llevan al poder a regímenes totalitarios” (p. 270). Frente a todas estas amenazas del mercado, del fundamentalismo, de la exclusión comunitarista, del racismo, del totalitarismo, el proyecto de Touraine para poder vivir juntos todos universalmente iguales y respetando horizontalmente las diferencias es la subjetivación, los sujetos como actores capaces de transformar el propio entorno (p. 104). ¿Cuál puede ser la contribución de la psicología comunitaria a los procesos de subjetivación?

La apuesta sociológica de Michel Wieviorka (2008), para contribuir a entender y cambiar el mundo, consiste en actualizar las categorías para hacerlo, particularmente frente a los “problemas que evolucionan con el tiempo... y cuando esta evolución es rápida e importante” (2008: 317). Los grandes temas a debate son ahora más culturales que sociales. Ayer los temas fueron el trabajo, su organización, los conflictos que genera, la explotación capitalista en la producción, la movilidad de ascenso y descenso, la estratificación social, la socialización, las desigualdades. Ahora la atención se centra en las identidades, la cultura, las exigencias de reconocimiento... la fragmentación y la inestabilidad de los grupos sociales... el fenómeno migratorio (...) la capacidad de dominar la propia experiencia, de ser sujeto de la propia existencia (2008: 318-319).

Así, algunas categorías de las ciencias sociales “deben dejarse de lado, otras deberán renovarse profundamente, otras habrá que forjarlas” (p. 319). Por ello los objetos de estudio también varían. Unos desaparecen o se debilitan, otros se modifican ampliamente, otros aparecen con características totalmente nuevas (p. 319). Temas actuales a abordar con diferentes herramientas teóricas son la violencia, el racismo, el terrorismo, la memoria, la religión, el género, la educación, la edad (pp. 319-320). Temas nuevos son la relación secularidad-creencias, razón-tradición, derechos-usos y costumbres (pp. 319-320). La antropología tiene ahora que ocuparse del postcolonialismo y del transnacionalismo. La sociología tiene que salir del encuadre del Estado-Nación (p. 320). La historia tiene que enfrentar las exigencias de la memoria, las exigencias de reconocimiento

ligadas a los sufrimientos colectivos del pasado. En todo esto se ponen en juego cuestiones de ética ligadas a la enfermedad, a la vida, a la muerte (p. 323). Temas importantes son ahora sin duda el cambio climático, el papel de las relaciones sociales y políticas en las llamadas catástrofes naturales, el papel de lo social en las ciencias cognitivas. ¿Qué actualizaciones en conceptos, temáticas y escenarios tendría que efectuar la psicología comunitaria para contribuir al entendimiento y a la transformación de nuestras realidades?

Desde 1971, siendo yo estudiante de posgrado en Cornell University, Urie Bronfenbrenner postulaba la necesidad de reconocer los aportes de la psicología al entendimiento de los procesos psicosociales del desarrollo humano, pero también de salir de su ámbito restringido. Él fue un psicólogo que se adentró en el estudio de la ecología social después de captar los condicionamientos sociológicos en los procesos de socialización. (Bronfenbrenner, 1979). Uno de sus antiguos estudiantes, Melvin L. Khon lo describió así:

Urie fue la persona clave que empujó a los psicólogos a observar y darse cuenta de que las relaciones interpersonales no existían en un vacío social, sino que estaban encuadradas en las estructuras sociales más amplias de comunidad, sociedad, economía y política (Moen, 1995: 1).

Urie se adelantó por muchos años a considerar la importancia de los estilos de vida (Walsh, 2011: 579-592). En 1995 se publicó el libro *Examining Lives in Context* en el cual más de dos docenas de investigadores muestran como la teoría ecológica de Bronfenbrenner los llevó a enfocar sus trabajos hacia problemas importantes de la vida real tomando en cuenta tiempos, lugares, procesos y trayectorias de vida en el desarrollo (Moen et al., 1995). En sus últimos escritos Bronfenbrenner reconoció la influencia de los factores biológicos en el desarrollo humano, junto a los sociales, por ello llegó a llamar a su teoría el modelo bioecológico tomando en cuenta los avances en genética, farmacología, endocrinología y neuropsicología de la conducta (Magnusson, 1995: 22).

En el libro *Dimensiones Psicosociales del Ambiente*, un psicoecólogo colombiano, Henry Granada (2007), siguiendo a Bronfenbrenner, estudia las implicaciones de nuestro comportamiento relacionados con la calidad de nuestro planeta en cuanto hábitat... recuerda que formamos parte del planeta y éste se autorregula y nos regula. El planeta no necesita del hombre para sobrevivir, empero el hombre si

lo necesita para conseguirlo” (Granada, 2007: 12). Este autor hace un estudio de la calidad ambiental urbana de la ciudad colombiana de Guadalajara de Buga. En él “destaca la importancia de involucrar la dimensión psicosocial a los estudios ambientales de la ciudad, genera el reconocimiento de que sólo en la medida que se comprenda la forma en que los habitantes vivencian la ciudad, la manera en que se representan la vida cotidiana en ella, podrán generarse estrategias y políticas adecuadas para planear el municipio (Granada, 2009: 203).

¿Cuál es la importancia de la bioecología del desarrollo humano para la psicología comunitaria?

La Psicología Comunitaria y cómo cambiar el mundo

¿Qué relación hay entre la psicología y el capitalismo, los derechos humanos, la subjetivación, el desarrollo conceptual y la ecología social?

Según Pablo Fernández Christlieb (2004: 84) la psicología tiene que ver con la hechura de la realidad. ¿Qué combinaciones habría que esperar para descubrir una realidad diferente? La psique, mente y comportamiento si se quiere, puede estudiarse a través de ocho fenómenos: motivación y emoción, atención y percepción, pensamiento y lenguaje, aprendizaje y memoria. ¿Por qué no aproximarse a entender estos pares de fenómenos llamándolos latinoamericanamente desalienación, concientización, comunicación y esperanza? Tal vez este enfoque de la psicología ayudaría a entender nuestro capitalismo siglo XXI, a luchar por nuestros derechos, a afirmarnos como sujetos, a desarrollar nuevas categorías, a repensar la socialización. Tal vez nos ayudaría a dejar de lado nuestra retórica declarativa y nuestra buena voluntad inoperante ante los problemas que nos agobian.

La psicología como “ciencia” nace en el contexto “occidental” de la utopía revolucionaria liberal que produce la burguesía; en la modernidad de libertades restringidas, de desigualdades y de olvido de la fraternidad. Surge en el aburguesamiento del mundo colonialista y por lo mismo racista, elitista y por ello clasista, opresor y discriminatorio. El texto de Bauman (2006) sobre comunidad describe muy bien el dilema de libertad- seguridad en el primer mundo, pero no puede captar en todo su dramatismo la inseguridad de los globalizados desprotegidos,

ni la falta de libertad de los muchos, la terrible combinación de inseguridad y dominación (Castro Caycedo, 2008).

Todo lo anterior lleva a la propuesta de una psicología comprometida, al esfuerzo de crear una realidad diferente, desarrollando pensamiento y acción desde la psicología para atender desde otra mirada a la humanidad, como propone Ignacio Martín-Baró (2006): Una psicología de desalienación, concientización, comunicación y esperanza. Una psicología de la salud desde los sufrimientos, una psicología educativa desde los analfabetos, una psicología laboral desde los desempleados, una psicología clínica desde los excluidos, una psicología ambiental desde los damnificados, una psicología económica desde los miserables, una psicología política desde los dominados, una psicología comunitaria que lleve a democracia de poderes compartidos, a ciudadanía y ruralía de alta confianza mutua, a las subjetividades afirmadas de las que hablan Touraine (1997) y Wieviorka (2005).

Los entramados comunitarios y la transformación del mundo

En este inicio de la segunda década del siglo *xxi* la psicología comunitaria enfrenta dificultades y obstáculos, necesidades teórico-metodológicas para comprender y buscar alternativas frente a los problemas de la mayoría de la población (Freitas, 2010: 17-22). Se requiere ir más allá de la psicología y de lo intrapsíquico para entender las relaciones cotidianas. Hay poblaciones que viven situaciones de injusticia y hasta de crueldad en su vida cotidiana como algo natural e irreversible. La psicología comunitaria tiene frente a sí oportunidades de dar visibilidad y contrarrestar esas experiencias de atentados contra la vida, la dignidad y la justicia. La psicología comunitaria tiene que meterse al espesor de la vida para colaborar en esa lucha, para reconocer las posibilidades de cambiar el mundo en ese universo absurdo de miseria, dolencias y pobreza humana (Hobsbawm, 2008). Al inicio de la primera década del siglo *xxi* se vislumbraron grandes esperanzas de poder superar el pensamiento “único” del neoliberalismo en el Foro Social de Porto Alegre, en el que participaron, con experiencias y propuestas, numerosos movimientos sociales. Al inicio de la segunda década se experimenta cierto desaliento. En el Foro Social de Dakar, Senegal, a principios de 2011:

los movimientos han pasado a un tercer lugar detrás de los gobiernos y las ONG... en América Latina se va conformando una gruesa nube... que desfigura la realidad. La situación es tan compleja que no es sencillo encontrar un eje analítico capaz de dar cuenta del conjunto o que pueda mostrar que existe una realidad única (Zibechi, 2011a: 27).

Han aparecido problemas importantes para definir los caminos para coordinar resistencias frente a los abusos del sistema financiero depredador: Hay confusión para identificar los sujetos de los cambios para lograr la autonomía de los oprimidos. Se repiten teorías en vez de “atenerse a la realidad de lo que sucede en el abajo que se organiza y se mueve” (Zibechi, 2011a). No entendemos bien el actual patrón de acumulación de capital sin darnos cabal cuenta del extractivismo rampante que sacrifica pueblos enteros (Amazonia, zonas mineras de México, producción de etanol a partir de la caña de azúcar en regiones de Colombia y otros países). “La filosofía del buen vivir como modelo alternativo y viable no ha encarnado en la vida real, y las más de las veces se reduce a discursos que encubren prácticas afines a la acumulación de capital”. Pero hay mucha actividad por abajo que no espera la convocatoria de grandes sucesos. Ahora es necesario “arar a ras del suelo para seguir sembrando” (Zibechi: 2011a). En esta segunda década coexisten los beneficios del “mal desarrollo” para unos cuantos con escenas cotidianas de lucha, desesperación y dolor. Son una realidad cada vez más palpable los factores que destruyen los lazos sociales. Parece que la percepción de esta realidad ha aumentado notablemente pero para las mayorías no aumentan ni la calidad de vida ni la conciencia política (Freitas, 2010). ¿Qué puede esperarse de los esfuerzos que puede propiciar la psicología comunitaria? Tiene una tarea fundamental en contribuir a poner en alerta y en acción a poblaciones neutralizadas, desactivadas; en quebrar fatalismos, conformismos, indiferencia, naturalización de situaciones inaceptables para la vida y la dignidad humanas, en lograr participación de las poblaciones en los proyectos públicos (Freitas, 2010). Se trata de construir relaciones democráticas y solidarias en las comunidades en las que actúan los psicólogos sociales. Para ello es necesario desarrollar nuevos instrumentos de análisis e intervención para enfrentar problemas cotidianos, producción de conocimiento en la interacción de sujetos y académicos, con una ética de solidaridad y de derechos humanos. (Freitas Campos, 2002: 10-11). César Wagner de Lima Góis (1993) define con claridad a la psicología comunitaria:

Uma área da psicologia social que estuda a atividade do psiquismo decorrente do modo de vida do lugar/comunidade; estuda o sistema de relações e representações, identidade, níveis de consciência, identificação e pertinência dos indivíduos ao lugar/comunidade e aos grupos comunitários. Visa ao desenvolvimento da consciência dos moradores como sujeitos históricos e comunitários, através de um esforço interdisciplinar que perpassa o desenvolvimento dos grupos e da comunidade. (...) Seu problema central é a transformação do indivíduo em sujeito.

Silvia Tatiana Maurer Lane propone que para analizar las relaciones con los otros hay tres categorías fundamentales: actividad, conciencia e identidad. Dice:

El psicólogo en la comunidad trabaja fundamentalmente con el lenguaje y las representaciones, con relaciones grupales — vínculo esencial entre los individuos y la sociedad — y con las emociones y afectos propios de la subjetividad, para ejercer su acción a nivel de conciencia, de actividad y de identidad de los individuos que irán, algún día, a vivir en una verdadera comunidad (Maurer Lane: 1996: 31).

La psicología comunitaria reconoce la necesidad de situarse en contextos socio-históricos, en ubicar su tarea en las condiciones que el capitalismo contemporáneo ejerce sobre estructuras, culturas y personas, en la lucha por los derechos humanos de vida y dignidad, frente al poder depredador del “divino mercado”, y los riesgos del comunitarismo, en el desfase de las categorías de análisis de las ciencias sociales, y en los requerimientos de un abordaje más apropiado de los procesos de socialización.

Actualidad de la comunidad como concepto y como realidad

Comunidad es un concepto analítico y es un concepto psicológico que requiere repensarse, pues se trata de una entidad en proceso, construyéndose, desconstruyéndose, en permanente reconfiguración (Sawaia, 2002). Es un concepto que, actualizado, puede ayudar a entender los desafíos que viven los excluidos de la ciudadanía. Tiene que ver con la construcción de utopías para enfrentar los procesos de globalización, reconociendo la indefensión en la que están quedando los individuos en esta crisis sistémica y civilizatoria. Hay que reconceptualizar

la comunidad porque la modernidad trató de combatir sus elementos de sangre, lugar, trabajo, creencias, amistad y afectividad como obstáculos a la ciudadanía. La comunidad es proceso en contexto y tiempo, espacio microsocioal y vida cotidiana que ha subsistido como resistencia, entre otras situaciones, participando en la lucha de clases de los trabajadores frente a la burguesía empresarial.

La comunidad hoy es o puede ser una dimensión espacio-temporal de ciudadanía en la globalización, un espacio relacional de objetivación de la sociedad democrática, plural e igualitaria. Ya Wundt (1904) llamaba comunidad a la interacción colectiva. Para Freud vivir en comunidad era, adelantándose a Bauman, asegurar seguridad, aunque a expensas de felicidad. En los cincuenta la CEPAL apoyó experiencias de desarrollo comunitario como un medio de ligar pueblo y gobierno para integrar a las poblaciones en los procesos de modernización (Sawaia, 2002).

Levin, Goffman, Moffat, Bléger vieron a la comunidad como el mejor proceso de integración social. En los setenta el marxismo de la época vio las experiencias comunitarias como un camino para superar explotación y dominación, creando organizaciones de resistencia y reivindicación: la comunidad como célula de la sociedad para crear cambios. Según Agnes Heller (1987) la comunidad es el sistema de relaciones que remite al más alto grado de generatividad. En este sistema es posible el desarrollo de individualidades que resignifican la vida social por medio de procesos dialógico- democráticos. La comunidad incluye además de la dimensión político-económica (derechos sociales y supervivencia digna) una dimensión estético-ética del buen vivir. La comunidad es un concepto sociopolítico-ético, es una categoría orientadora de acción y reflexión (Sawaia, 2002: 35-51). La revitalización del concepto dependerá de su funcionalidad histórica para la perturbación y debilitamiento de la depredación capitalista, de lograr conciliar suficientemente seguridad y libertad, de favorecer la gestión el conflicto y los procesos de subjetivación y de ofrecer un campo propicio para las socializaciones que respondan al proceso humanizador. Para Bader Burihan Sawaia el trabajo de la psicología comunitaria es crear espacios relacionales que vinculan individuos a lugares y temporalidades compartidas en busca del sentido más profundo de la dignidad humana.

Por mi parte me he permitido hacer una síntesis: La comunidad como lazos sociales, como un tejido de individuos que comparten y se cuidan mutuamente. La comunidad como conjunto, red, comunicación, conversación. El individuo como sujeto social, como identidad abierta. El compartir como compasión (sentir

con) y convivencia. El cuidar como proteger e impulsar. Por lo tanto, retomando a Bauman, hablo de la comunidad que atiende a la igualdad del derecho a ser humano y de la igualdad de posibilidades de ejercerlo. Parafraseando a Touraine me refiero a la comunidad que integra diversidades culturales y asimetrías leves inevitables; que va generando interculturalidad y horizontalidad a pesar de jerarquías inevitables pero acotadas.

Comunidad en un mundo de individuos

Es preciso reconocer que este mundo que requiere cambiar hacia justicia, la dignidad y la paz es un mundo de individuos. Como ya lo señaló Góis (1993) la tarea central de la psicología comunitaria es transformar a los individuos en sujetos, capaces de actuar creativamente y de construir la propia existencia. Individuos-sujetos que se integran en comunidades por elección personal (Heller, 1972) porque están abiertos a la universalidad-pluriversalidad, porque favorecen la objetivación por la actividad de trabajo, porque en ellas se dan relaciones, productos, acciones e ideas que configuran la autoconciencia, que integran la socialidad, y que promueven la libertad. Comunidades de este tipo crean redes de diálogo, de comunicación, cuidado y protección; redes de sinergia, de compasión, compartir, colaborar y de poder-hacer (no de poder sobre) (Trigo, 2011). Ahí se ejerce el derecho a la igualdad, lo que genera confianza mutua; se ejerce el derecho a la diferencia lo que crea autoestima. Todo esto desemboca en un ambiente que permite el despertar del sujeto afirmado, que vive autoestima y confianza, y que se abre al poder compartido.

Desigualdad y discriminación

A pesar de que las técnicas de información y comunicación pueden favorecer el diálogo entre diversidades en el espacio virtual (Méndez Lara y Galvanovskis, 2011), sigue siendo una realidad el hecho de que la población se asienta en ubicaciones concretas (Almeida y Sánchez, 2007). La tierra y el territorio están y para unos son asentamiento y raíces, pero para una mayoría creciente son despojo y desarraigo. Trabajo y ocupación fueron características de los seres humanos desde los albores de la humanidad, pero ahora son privilegio y fuente de seguridad, para unos, exclusión y necesidad de migrar para otros. El lenguaje y las representaciones son

elementos constitutivos de la psique humana, pero ahora parece que la comunicación y la imaginación se han convertido en monopolio para unos, y discriminación y violencia para muchos (Molina Valencia, 2006; Moreno Carmona et al., 2007).

La dinámica estructural del mundo actual es generadora de desigualdades que favorecen la discriminación de aquellas diferencias culturales que se alejan o contraponen al modelo hegemónico. La multiculturalidad que emerge como un paso hacia la tolerancia y el diálogo, termina convirtiéndose en un mecanismo de refuncionalización de las diferencias por el mercado. Lo importante sería avanzar hacia la interculturalidad (Almeida y Sánchez, 1985) reconociendo, apreciando y apropiando valores positivos de diferentes culturas, enriqueciendo el proceso y las pugnas (Sánchez et al., 2009,) hacia una vida humana de mejor calidad para todos. Como por fortuna la diversidad no va a desaparecer, será necesario trabajar por una pluriculturalidad jurídica a favor del reconocimiento de los derechos de las diversidades a vivir, a vivir bien, a vivir a gusto. La interculturalidad implica apropiaciones y resistencia entre culturas, para enriquecer lo propio y lo común.

Riesgo y estrategias

Tiene razón Edgar Morin cuando afirma que uno de los saberes que ha descuidado la socialización y la educación es cómo enfrentar el miedo, la incertidumbre y la vulnerabilidad. Son realidades que implican riesgos, forman parte de la condición humana, pero son la mitad del asunto. La otra mitad es la estrategia, cómo utilizar nuestra cognición, nuestros afectos y emociones y nuestros símbolos para enfrentar la complejidad que nos plantea cada riesgo. La amenaza del hambre, la enfermedad y la muerte llevan a desplazamientos voluntarios de los excluidos que amenazan la vida tranquila de los asentamientos de los integrados establecidos. Produce disonancia inicial la convivencia con los diferentes. La violencia siempre va acompañada del miedo. Los desplazamientos involuntarios son un tremendo riesgo forzado, no buscado. La convivencia es siempre un aprendizaje. La no violencia activa igualmente va acompañada del miedo, pero también de la valentía. La tentación es siempre el rechazar, encerrarse, huir. La solución, aunque sea parcial, está en el acoger, compartir y cuidar, convivir y respetar, confiar y perdonar (Latapí, 2007).

Las estrategias para una supervivencia digna de todos y para la creación de una viable interculturalidad son, en mi experiencia (Sánchez y Almeida, 2005), el

esfuerzo por lograr alta confianza mutua, desarrollar subjetividades afirmadas y compartir poderes.

Compartir y cuidar

La subjetividad que subyace a la modernidad se caracteriza por concebir a los seres humanos como individuos autónomos que se relacionan con otros individuos autónomos en una tonalidad contractual y con la naturaleza como una exterioridad. Filósofos como Levinas, Merleau Ponty, Marina Garcés (2013), así como la experiencia, que personalmente viví en relación con población indígena, visibilizan la interconexión que nos une a todos los seres humanos y con la naturaleza.

La Psicología Social comunitaria se orienta a favorecer la conciencia de esos vínculos, con una postura crítica hacia el imaginario que ha naturalizado a los seres como individuos con autonomía absoluta y no relativa. De esa conciencia de estar interconectados se desprende la necesidad de compartir, y de compartir como un antídoto al individualismo y al egoísmo.

Compartir es también una forma de cuidar. Carol Gilligan, a partir de sus estudios realizados con mujeres, problematiza algunas ideas de Piaget y de Kohlberg en relación al desarrollo moral que esos autores centran en el individuo. Ella plantea que la moralidad de las mujeres se centra en la autonomía relacional y se orienta al cuidado entendido como la protección, el mantenimiento y el desenvolvimiento progresivo de la dignidad y de la vida, de las personas y de su entorno. La ética del cuidado se caracteriza por valores de supervivencia, de benevolencia, de responsabilidad social (Guilligan, 1982).

Conclusiones

La gran tarea para cambiar el mundo es doble: Primero, aportar a la construcción de sujetos. Ser sujeto es luchar porque todo individuo pueda serlo, es favorecer que los otros lo sean: conscientes, emancipados, expresivos, audaces. Ser sujeto es buscar seguridad y libertad más allá de lo individual. Ser sujeto es confiar y abrirse hacia los otros. Ser sujeto es buscar la fraternidad, es compartir y cuidar, ser sujeto es trabajar en que aparezcan las comunidades de las subjetividades afirmadas.

La otra faceta de la gran tarea de cambiar el mundo, desde lo que puede

entender y hacer la psicología comunitaria, es orientarse hacia la psicología de la fraternidad en tiempos de confusión e incertidumbre (Trigo, 2011). Pasar de la discordia y la mezquindad que son lazos sociales de discriminación, incomunicación, indiferencia y violencia, a la fraternidad y la concordia que son lazos sociales de interculturalidad, comunicación, solidaridad y paz (Zibechi, 2011b).

Sé que esto suena utópico y muy lejano de la realidad. Pero si los riesgos son tan grandes, ¿por qué las estrategias no pueden ser tan audaces?

Referencias bibliográficas

- Almeida, E. y Sánchez, M. E. (1985). Cultural interaction in social change dynamics. In Díaz-Guerrero, R. *Cross-cultural and national studies in Social Psychology*, (411- 420). Amsterdam: North Holland.
- Almeida, E. y Sánchez, M. E. (2007, 18 de mayo). *12 tesis para la interculturalidad*.
- Conferencia en Mochicahui, Sinaloa. Universidad Autónoma Indígena de México.
- Bauman, Z. (2006). *Comunidad. En busca de seguridad en un mundo hostil*, 2ª. Ed. Madrid: Siglo XXI.
- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*. Barcelona: Paidós.
- Castellá Sarriera, J. (2010). *Psicología Comunitária. Estudos Atuais*, 3ª Ed. Porto Alegre: Editora Sulina.
- Castro Caycedo, G. (2008). *Colombia Amarga*, (199-260). Bogotá: Planeta, Colección Booket.
- Chomski, N. (2011, 3 de noviembre). Ocupemos el futuro. *Periódico La Jornada*, 28(9781) 23.
- Fernández Christlieb, P. (2004). La psique colectiva. En P. Fernández Ch. *Psicología Colectiva*, (61-87). Querétaro, Qro.: SOMEPSO y Universidad Autónoma de Querétaro.
- Freitas Campos, R. H. de (org.) (2002). *Psicologia Social Comunitária. Da solidariedade a autonomia*, 8ª Ed. Petrópolis: Editora Vozes.
- Freitas, M. de F. Q. (2010). Intervenção Comunitaria e as Possibilidades de Transformação Social. In J. Castellá Sarriera (coord.). *Psicologia Comunitária. Estudos Atuais*, 3ª ed. (11-29). Porto Alegre: Editora Sulina.
- Garcés, M. (2013). *Un mundo común*. Barcelona: Ediciones Bellaterra.
- Guilligan, C. (1982) *In a different voice*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press.
- Góis, C. W. de L. (1993). *Noções de psicologia comunitária*. Fortaleza: Edições UFC.
- González Casanova, P. (2011, 14 de noviembre). Los peligros del mundo y las ciencias prohibidas. *Periódico La Jornada*, 28 (9793) 43-44.

- Granada Echeverri, H. (2007). *Dimensiones psicosociales del ambiente. Su relación con el desarrollo humano*. Buga, Colombia: Edición del Autor.
- Granada Echeverri, H. (coord.) (2009). *Calidad ambiental urbana. Imaginarios, Bondades y Contrastes: El caso de Guadalajara de Buga*. Guadalajara de Buga, Colombia: Corporación Autónoma Regional del Valle del Cauca.
- Heller, A. (1972). *Historia y vida cotidiana. Aportaciones a la Sociología Socialista*, (97- 121). Barcelona: Ediciones Grijalbo.
- Heller, A. (1987). *Sociología de la vida cotidiana*, 2ª ed. Barcelona: Ediciones Península.
- Hobsbawm, E. J. (2008). *A Era dos Extremos. O breve Século xx*. São Paulo: Companhia das Letras.
- Hobsbawm, E. J. (2011). *Cómo cambiar el mundo*. Barcelona: Crítica.
- Latapí, P. (2007, 9 de noviembre). *¿Recuperar la esperanza? La investigación educativa entre pasado y futuro*. Conferencia en Mérida, Yucatán. IX Congreso Nacional de Investigación Educativa.
- Magnusson, D. (1995). Individual Development: A Holistic, Integrated Model. In P. Moen,
- G. H. Elder and K. Lüscher. *Examining Lives in Context*, (19—60). Washington, D. C.: American Psychological Association.
- Martín-Baró, I. (2006). Hacia una psicología de la liberación. *Psicología sin Fronteras*, 1 (2) 7-14.
- Maurer Lane, S. T. (2002). Histórico e fundamentos da Psicologia Comunitária no Brasil.
- In R. H. de Freitas Campos (org.). *Psicologia Social Comunitária. Da solidariedade a autonomia*, 8ª Ed. (17-34). Petrópolis: Editora Vozes.
- Méndez Lara, R. y Galvanovskis, A. (2011). Sentido de Comunidad Virtual: un Estudio Teórico Empírico. *Psicología Iberoamericana*, 19 (1) 8-18.
- Moen, P., Elder, G. H. and Lüscher, K. (1995). *Examining lives in context*. Washington, D. C.: American Psychological Association.
- Moen, P. (1995). Introduction. In P. Moen, G. H. Elder and K. Lüscher. *Examining lives in context. Perspectives on the Ecology of Human Development*, (1-11). Washington, D. C.: American Psychological Association.
- Molina Valencia, N. (2006). *Psicología política, resistencia y democracia. La resistencia comunitaria y la transformación de conflictos*. Buenos Aires: Proa xxi editores.
- Moreno Carmona, N. D., Chilito Ordóñez, E y Trujillo Ceballos, J. O. (2007). *No con golpes. Educando en Clave de Afecto*. Santiago de Cali, Colombia: Corporación Juan Bosco.

- Sánchez, M. E. y Almeida, E. (2005). *Las veredas de la incertidumbre. Relaciones Interculturales y supervivencia digna*. Puebla, México: UIA Puebla, UASLP, UAS, UJAT, UV, COLPUE, ELPAC, CNEIP.
- Sawaia, B. B. (2002). Comunidade: A apropriação científica de um conceito tão antigo quanto a humanidade. In R. H. de Freitas (org.) *Psicologia Social Comunitária, 8ª Ed.* (35-53). Petrópolis: Editora Vozes.
- Touraine, A. (1997). *Pourrons-nous vivre ensemble ? Égaux et différents*. Paris: Fayard.
- Trigo, P. (2011). Countercurrent Subject and Community. In Almeida, E. (ed.) *International Community Psychology: Community Approaches to Contemporary Social Problems. Vol. I*. Puebla, Pue.: UIA Puebla.
- Umbral (2011, julio). México minado. *La Jornada Ojarasca. Suplemento mensual*, (171) 2.
- Vázquez Rivera, C. (2009). Introducción. En Vázquez Rivera, C. *Psicología Comunitaria Internacional: Agendas Compartidas en la Diversidad*, (xvi-xxx). San Juan, Puerto Rico: Universidad de Puerto Rico.
- Walsh, R. (2011). Lifestyle and Mental Health. *American Psychologist*, 66 (7) 579-592. Wieviorka, M. (2008). *Neuf leçons de sociologie*. Paris: Robert Laffont.
- Wundt, W. (1926). *Elementos de psicología de los pueblos*. Madrid: Danniell Jorro. (Libro original editado en 1904).
- Zibechi, R. (2011a, 11 de febrero). ¿Es necesario un foro social en América Latina? *Periódico La Jornada*, 27(9518) 27.
- Zibechi, R. (2011b, junio). Somos un problema mundial para las élites. Las autonomías son múltiples. *La Jornada Ojarasca. Suplemento mensual*, (170) 8.

El Desarrollo Humano como forma de vida

CLARISSE TISHMAN ALATRISTE

Qué difícil es ser una persona en extremo sensible, aquello que nuestros vecinos del norte llaman *Empath* (Orloff, 2017) término que se usa para describir a una persona que no solo siente lo propio pero que de muchas maneras vive y experimenta lo de quienes la rodean, sintiendo incluso ambientes y espacios. ¡Qué devaluada está la parte sintiente del ser, que poco se le comprende y valora! Las personas sensibles son las “pobrecitas” de la sociedad, las que no pueden “ni con su propia alma”, quienes no piensan porque están muy ocupadas sintiendo, las intensas que se entregan al drama por cosas “que no tienen importancia”. Aquellas que incomodan al expresar sus sentimientos, las “raritas”, inadecuadas sociales que no saben cómo fingir, a quienes su lenguaje corporal delata porque su extrema sensibilidad literalmente se les sale por los poros. Son las de la “pena ajena” que lloran en cualquier parte y por

cualquier cosa, las “débiles”, las que no se saben controlar. Qué poco se sabe de los procesos tan complejos y profundos que estas personas enfrentan al tratar de mantener un equilibrio interno en medio de un mundo tumultuoso y en constante cambio. Qué poquito sabía de mí misma cuando me encontraba luchando con esta sensibilidad que vivía día con día.

Un *Empath*, eso soy yo. Durante muchos años odié ser así porque todo en mi cultura me indicaba que algo estaba mal. Me era sumamente molesto no poder contener mis lágrimas cuando algo me conmovía, que los demás me vieran con lástima o que se burlaran de mí por no saberme controlar.

Durante la mayor parte de mi vida me viví agresiva para no sentirme vulnerable, prefería enojarme que llorar porque así las personas no se metían conmigo y cada vez que empezaba a sentir mis emociones surgir, cuando mis sensaciones me comunicaban que estaba perdiendo mi equilibrio interno y me sentía vulnerable optaba por enojarme y en lugar de llorar, gritaba. Así fui sobreviviéndome a mí misma, proyectándome como una persona agresiva, de mal genio y siempre a la defensiva. Siempre tratando de contenerme, de evadir o de ignorar lo que sentía para no provocar comentarios o perturbar a quienes me rodeaban. Era realmente frustrante vivir esforzándome para ser “más racional”. Pero la vida es sabia y siempre se encarga de darnos lo que necesitamos, así que en un mal momento de mi vida me encontré con la Maestría de Desarrollo Humano y fue ahí donde descubrí que nuestra dimensión emocional tiene una importancia vital en nuestras vidas. Aprendí que cuando una persona se desarrolla de manera integral, cuando funciona plena y libremente se convierte en “[...] un organismo capaz de lograr, mediante la asombrosa capacidad e integración de su sistema nervioso central, una conducta equilibrada, realista, estimulante para sí mismo y para los demás; [...]” (Rogers, 2009, p.101).

Al entrar en contacto con la filosofía del Desarrollo Humano (DH) la cual Lafarga define como “[...] un estilo de vida caracterizado por la empatía, la actitud positiva incondicional, la congruencia y la autodeterminación como ejercicio de la libertad.” (2005, p.6) aprendí que todos los seres estamos vinculados y que esa conexión que tenemos cobra un significado profundo cuando se experimenta desde las emociones. A través de los espacios que la maestría ofrecía, tuve la oportunidad de acercarme a la experiencia más íntima de otras personas y compartí con ellos sus alegrías, sus pesares, sus miedos y sus anhelos y en esa travesía no sólo me

conecté con ellos desde eso que todos compartíamos, pero al validar mi sentir y darme la oportunidad de expresarme con libertad descubrí la parte más auténtica de mí misma, porque tal como lo explica Rogers, cuando “[...] una persona llega a experimentar todas las emociones que surgen orgánicamente de manera consciente y abierta, se experimenta a *sí misma* con toda la riqueza que en ella existe. Se ha convertido en lo que es.” (2009, p.108).

Aprendí también que se requiere de mucho valor para aceptar la propia vulnerabilidad y fue en los grupos de encuentro donde comprendí que las conexiones profundas con otros se dan desde el sentimiento, no desde la razón. Fue a través de esta experiencia, la cual literalmente cambió mi vida, que me di cuenta de que la sensibilidad de la que todo ser humano es capaz, lejos de ser una maldición, es una bendición porque nos permite conectar con otros seres vivos y experimentar junto con ellos la vida. Y esto, justo esto, se ha vuelto la necesidad más urgente de nuestros tiempos.

La falta de sensibilidad ha dejado de ser únicamente problema de nosotros los ultra sensibles y ha pasado a ser un grave problema para el resto del mundo, porque esta “supuesta” falta de sensibilidad nos está llevando a destruir al planeta y a destruirnos los unos a los otros. Y es *supuesta* porque la sensibilidad se encuentra presente en cada uno de nosotros. Lo que hace falta es reconocerla y validarla como parte esencial y natural de nuestra condición humana porque el evadir y rechazar lo que sentimos es un constructo cultural que ha dejado de ser conveniente, incluso para quienes crearon el culto a la razón. Ha dejado de ser relevante si se es ultra sensible, moderadamente sensible o simplemente sensible (porque *todos* entramos en alguna de estas “categorías”). Lo vital, lo realmente urgente se ha vuelto el reconocernos como seres sintientes, apreciar y valorar lo que nuestra parte sensible podría aportar a nuestro mundo y con ello prevenir este proceso de destrucción en que nos hemos embarcado.

La filosofía que se promueve desde el Desarrollo Humano pretende generar una consciencia colectiva solidaria, generosa y empática, una que nos permita sentir el vínculo que nos une con todos los seres vivos. La violencia que hoy vivimos en nuestro mundo de muchas maneras es el reflejo de una falta de conciencia, y con ello me refiero a ese saber que proviene de otras dimensiones del ser, uno que va más allá de la razón. Los sistemas bajo los cuales vivimos, aquellos que han sido creados únicamente desde el intelecto, han generado una consciencia grupal que

promueve separación y superioridad y esta percepción ha generado la pérdida de compasión imposibilitando el desarrollo de una conciencia amplia, evolucionada (Walsch, 2012). Esa conciencia que tiene que ver con la manera en que percibimos y comprendemos al mundo de una manera integral, desde *todo* lo que somos, y por supuesto que los seres humanos no somos únicamente hemisferios izquierdos sobre pies. Tenemos inteligencias diversas y también una parte espiritual que funcionando en conjunto nos permiten comprender al mundo de manera más completa y clara. Somos seres multidimensionales que percibimos la vida de distintas maneras y desde diferentes áreas de nuestro ser. Cuando la racionalidad se vuelve el centro de nuestra percepción y vemos la vida únicamente de manera conceptual sin permitirnos la posibilidad de sentir la conexión que logramos con lo que nos rodea, nuestra visión es superficial y limitada. Sin embargo, cuando nos vinculamos desde otras partes de nuestro ser podemos generar conexiones profundas y significativas. No es lo mismo percibir el sufrimiento ajeno desde un pensamiento racional que experimentarlo desde una sensación de vacío que se siente en el estómago, desde el rápido latir de nuestro corazón o desde la presión que se siente en el pecho o la garganta. Cuando nos sentimos conmovidos o tocados por los demás podemos *experimentar* lo que estamos percibiendo y esto nos permite una comprensión más completa y significativa que la que se tendría desde la conceptualización. Quienes estudian y promueven el Desarrollo Humano acogen la multidimensionalidad del ser y valoran a la persona en su totalidad. El DH promueve que la persona profundice en la complejidad de lo que es permitiéndole reconocerse también desde lo que siente y experimenta, lo que se convierte en un recurso invaluable para el sano desarrollo no sólo de sí mismo sino de su entorno, tal como lo explica Lafarga “El hombre, sabio producto de los programas que facilitan y estimulan el Desarrollo Humano, no es únicamente un hombre informado y eficiente, sino capaz de influenciar constructivamente el medio ambiente con sus valores, su experiencia, su conocimiento y con su afecto.” (2005, p.6).

Vivir bajo los valores que el DH promueve nos permitiría redefinirnos como humanos y como comunidad. “El DH en México, como disciplina científica y como praxis profesional, ofrece una aportación insustituible para la reconstrucción de nuestra sociedad” (Lafarga, 2005, p.12). Es una pena que desde la ignorancia y el prejuicio se perciban negativa y superficialmente los alcances del DH y los procesos que se experimentan desde el Enfoque Centrado en la Persona porque muy poco se

puede alcanzar a comprender de tales procesos si no se ha tenido la oportunidad de vivirlos en carne propia.

El DH es, sin lugar a duda, un instrumento privilegiado que promueve “[...] las condiciones favorables para liberar la tendencia natural al crecimiento y la capacidad de autodeterminación [...]” (Lafarga, 2005, p.9). Tales procesos de cambio permiten que la persona recupere el control de sí misma, al aceptar sus circunstancias y acoger la vida como es, sin necesidad de controlarla y de controlar a los demás. Quien acoge los valores del Desarrollo Humano se aleja del *deber ser* y vive de acuerdo a lo que experimenta y percibe y siempre busca “[...] conceder a otros el permiso y la libertad de desarrollar su propia libertad interna, y en consecuencia, su propia interpretación de su experiencia personal” (Rogers, 2009, p.35).

El Enfoque Centrado en la Persona

El Desarrollo Humano como filosofía del hombre emana “[...] de la constatación de que cuando existen o se generan las condiciones internas y ambientales favorables al desarrollo de la persona, las opciones de los individuos, de los grupos y de la sociedad se orientan a la vivencia y a la práctica de los valores humanos” (Lafarga, 2005, p.5). Una de las maneras más eficientes, desde mi punto de vista, para promover y posibilitar dichas condiciones es el Enfoque Centrado en la Persona (ECP). El ECP no es un tipo de terapia sino una forma de relacionarse. Rogers creía que si una persona (facilitador) lograba crear un cierto tipo de relación “[...] la otra persona descubrirá en sí mismo su capacidad de utilizarla para su propia maduración y de esa manera se producirán el cambio y el desarrollo individual”. (2009, p.40). Desafortunadamente resulta muy complejo comprender de manera conceptual el significado profundo y los alcances del ECP, por ello frecuentemente se percibe como un tipo de terapia superficial y sin sustento.

Personalmente creo que para comprender a fondo lo que sucede en un espacio de acompañamiento desde el ECP sería necesario experimentarlo, es decir, tener la oportunidad de sentir en uno mismo el cambio interno (de sentimientos y sensaciones) que va surgiendo a lo largo de un proceso de facilitación. Cada relación de ayuda es distinta y los procesos por los que atraviesa cada persona son únicos. En un acompañamiento desde el ECP la persona que facilita o acompaña

es como un modelo a seguir, es decir, tiene una auténtica intención de ayudar, se muestra congruente y auténtico buscando aceptar positiva e incondicionalmente a quien acompaña, esforzándose por comprenderle de manera empática. La relación siempre es horizontal, de persona a persona y por ello se da un crecimiento mutuo en momentos varios donde ambas personas se reconocen sensibles y vulnerables, con limitaciones y necesidades, seres humanos en búsqueda. El facilitador, desde una intención genuina por promover el bienestar de la persona a quien acompaña, abre su corazón y busca vincularse de manera humilde y honesta, haciéndolo con el mayor cuidado, amor y respeto del que se vive capaz, teniendo siempre presente que la persona es un ser sintiente, vulnerable y digno.

Este tipo de relación es en realidad un modelo a seguir. Si en cada relación interpersonal lográsemos tener presentes los principios del ECP, es decir, la comprensión empática, la aceptación positiva incondicional, la congruencia y la autenticidad, el mundo sería muy distinto. *Nosotros* nos sentiríamos diferentes. La apatía y el individualismo que tanto nos aqueja no estarían tan presentes porque estableceríamos un contacto profundo y honesto en cada encuentro. Nuestras relaciones pasarían de ser un *Yo—Ello* a ser un *Yo—Tú*; aun cuando el encuentro fuese breve, aun cuando se diera con un desconocido en un pasillo o en la calle, el vínculo estaría presente y con ello el reconocimiento al valor y dignidad del otro.

El ECP reconoce que el cambio vital de cada persona no puede ser impuesto, así que lo que pretende es liberar “[...] el poder interior de cada persona, fermento que empieza por asumir los propios recursos y limitaciones, sentimientos y significados, y termina en la opción consciente, libre y responsable del servicio del crecimiento individual y de la evolución social” (Lafarga, 2005, p.12) porque el Desarrollo Humano propone una *forma de vida* y quien tiene la oportunidad de llevar un acompañamiento desde el ECP se vive capaz de reconocer lo mejor de sí mismo y por ello tiende a buscar lo mejor en los demás, confía en sus propios procesos y en los del otro y sabe que cada persona, sin importar lo que en un momento dado viva o experimente *siempre* tiene la posibilidad de modificarse, reorganizarse, detonar procesos de cambio y descubrir los recursos en sí mismo que le permitan crecer. Un promotor del DH ve más allá de lo evidente porque sabe que ninguna persona es una fotografía, pero una película en proceso de ser realizada, así que mantiene una actitud de esperanza que no solo reconoce y acepta lo que una persona *es* pero sabe que hay más por desarrollar y *llegar a ser*.

El ECP permite que cualquier persona pueda desarrollar las habilidades de un facilitador y en este proceso descubra lo mejor de sí mismo. Los procesos de facilitación a los que he tenido el privilegio de asistir (siendo acompañada o como facilitadora) han dejado en mí una huella permanente ya que cada vida que se me ha permitido tocar y cada vida que me ha tocado han modificado mi forma de entenderme y de percibir el mundo, siempre para bien. Hoy soy una persona más feliz, más honesta, más empática y más congruente gracias a las personas con quienes he tenido la fortuna de compartir momentos de acompañamiento, en ambientes formales o en encuentros casuales y breves. Cuando uno acoge la propuesta del Enfoque lleva consigo las actitudes rogerianas buscando aplicarlas en todo momento y en cada una de sus relaciones. No se asume más o mejor que nadie, al contrario, en cada encuentro se recuerda que es tan humano como el otro y desde ahí se relaciona.

Los grupos de crecimiento

El ECP puede ser aplicado en un acompañamiento entre dos personas o en un grupo de encuentro. Rogers explica que el grupo de encuentro “[...] Tiende a hacer hincapié en el desarrollo personal y en el aumento y mejoramiento de la comunicación y de las relaciones interpersonales, merced a un proceso que se basa en la experiencia.” (2012, p.14) Ciertamente la anterior cita refleja cabalmente mi propia experiencia grupal. He tenido la fortuna de haber trabajado en distintos tipos de grupos y constato que cada uno de esos encuentros detonaron procesos de cambio sumamente valiosos en mí. Resulta increíble cómo un conjunto de personas con antecedentes completamente distintos puede generar vínculos profundos y significativos. Tal como Rogers (2012) lo explica, cuando se logra crear el clima que el ECP propone, los participantes del grupo comienzan a abrirse tanto a su experiencia interna como a la de los demás y “[...] De esta libertad mutua para expresar los sentimientos reales, positivos y negativos, nace un clima de confianza recíproca. Cada miembro se orienta hacia una mayor aceptación de la totalidad de su *ser* — emocional, intelectual y físico — tal cual es, incluidas sus potencialidades. (2012, p. 17).

Así fue que en mi primero grupo de crecimiento experimenté la posibilidad de aceptarme vulnerable, de validar lo que sentía y de expresarme como lo ne-

cesitaba. Fue en ese espacio donde entendí que la molestia que los demás sentían cuando expresaba mis sentimientos no era responsabilidad mía sino de ellos. Comprendí que cada persona es responsable de lo que experimenta internamente y que no me correspondía evadirme o contenerme para que los demás no se sintieran incómodos. Mi responsabilidad era aceptar mis emociones y expresarlas de la mejor manera que me fuese posible, y correspondía a quien se enganchara, molestara o incomodara revisarse a sí mismo y procesar lo suyo. Me di cuenta de que cada persona tiene distintas maneras de sentir, así como diferentes tiempos para procesar. Aprendí que soy una persona que experimenta intensamente ciertos sentimientos y que a veces puede tomarme largo tiempo procesar lo que siento, así que dejé de obligarme a funcionar bajo los tiempos de los demás y comencé a respetar mis propios ritmos. Dejé también que mi cuerpo fuera dando la pauta de cómo y cuándo quería expresar mi sentir. Fue en estos espacios que aprendí a respetar y acoger lo que era diferente a mí, empatizando con cada uno de mis compañeros, con sus vidas y su muy personal forma de percibir las. Fui testigo de cómo “[...] en un clima de libertad y facilitación, los miembros del grupo se ven impulsados a una mayor espontaneidad y flexibilidad, a relacionarse de manera más estrecha con sus sentimientos, a abrirse más a sus experiencias, y a una intimidad más expresiva en sus relaciones interpersonales.” (Rogers, 2012. p.185). A través del proceso grupal entendí que la experiencia emocional es vital para el ser humano porque nos permite comprender nuestro entorno de manera más clara, porque nos sirve de brújula y nos ayuda a conocernos mejor. Son los sentimientos los que nos vinculan de manera profunda y auténtica, los que nos permiten tener un sentido de vida *real*, no aquel que nos inculcan nuestros diversos sistemas. Validar mi dimensión emocional me llevó a ser mucho más paciente conmigo misma, con la confusión que a veces experimentaba cuando no lograba identificar si lo que sentía era enojo o tristeza. Empecé a acompañarme en mis propios procesos estando muy atenta a lo que me iba sucediendo cuando mis compañeros compartían. Aprendí a escucharme con empatía, sin juzgarme, sin criticarme, a veces incluso sin comprenderme, pero siempre atenta, paciente, amorosa. “Aprendí a moverme con la ambivalencia de mis sentimientos y más allá de la lógica y los razonamientos” (Moreno, 2010, p.9). Y todo esto que me permití a mí misma, lo fui permitiendo y aceptando en los demás comprendiendo que solo podía dar a los demás lo que me daba a mí misma.

Algo que frecuentemente sucede con las personas que hemos vivido este tipo de experiencias es que cuando “salimos al mundo real” tendemos a sentirnos decepcionados porque nos vemos una vez más rodeados de personas que no siempre están dispuestas a escuchar con empatía o a tratar de comprendernos, aun así, la experiencia en el grupo se lleva dentro, los cambios que se logran se quedan con uno ya que “por enaltecedora que sea la experiencia grupal, no constituye para nosotros un fin en sí misma; pensamos, en cambio, que su principal significación reside en la influencia que ejerce en la conducta posterior fuera del grupo” (Rogers, 2012, p.82). El cambio a nivel individual puede ser distinto: en mi experiencia me volví una persona más amorosa, paciente y abierta a lo diferente; aprendí a escuchar no solo con el intelecto y la razón, pero con el cuerpo y el corazón. Descubrí que podía sintonizar desde mis diferentes dimensiones, con otros. Recuperé la parte más bondadosa de mí misma que hasta el día de hoy es la que me abre a la experiencia de mi familia, mis colegas y mis alumnos, la que me mueve a apoyar a quienes lo necesitan, la que me recuerda que soy parte de una familia humana que siente como yo y por ello le debo especial cuidado y afecto “por el cuidado no vemos como objetos a la naturaleza y todo lo que en ella existe [...] experimentamos los seres como sujetos, como valores, como símbolos [...] la relación no es de dominio *sobre*, sino de con—vivencia [...]” (Boff, 2001, p.96). La relación con todo y todos se vuelve más sensible y horizontal, se descubren las similitudes y dejan de tener importancia las diferencias. Se logra la propuesta del DH, donde “[...] todos nos sentimos ligados y religados unos a otros, formando un todo orgánico único, diverso y siempre incluyente” (Boff, 2010, p.97), teniendo presente que compartimos nuestra vulnerabilidad, nuestros sueños, nuestras limitaciones, al fin y al cabo, iguales.

La experiencia corporal

Nuestro cuerpo es efectivamente nuestro templo, pero en nuestra cultura pareciera que solo sirve para transportar de un lugar a otro al hemisferio izquierdo o como decoración ambiental. Desde el Desarrollo Humano aprendí que nuestro cuerpo es muchísimo más que un adorno o un transporte ya que este posee una sabiduría que nos permite comprender cómo nos vinculamos con el mundo. Como Rogers (2009) creo que “[...] solo existe una persona (al menos mientras yo viva y quizá también

después) capaz de saber si lo que hago es honesto, cabal, franco y coherente, o bien si es falso, hipócrita e incoherente: esa persona soy yo” (p.32). Al reconocer y aceptar que mi experiencia efectivamente es mi máxima autoridad logré reconectarme con mi sabiduría interna y sentirme más cercana a mis propios procesos corporales y a los mensajes que en todo momento emanaban de ellos. Como Moreno (2010), esto me significó un regreso a casa, un reencuentro conmigo misma, tal como él lo menciona “[...] sin que tenga la vida resuelta, ni mucho menos, la vivo con más confianza, esperanza, armonía, sensibilidad, creatividad, y apertura hacia los demás” (p.9), porque al vivirme cercana a mí misma puedo también acercarme a los demás. Mi cuerpo se convirtió en mi brújula y cuando empecé a escucharlo descubrí como el mundo a mi alrededor me afectaba, a veces para bien y en otras ocasiones no tanto. Esto me permitió tener mayor claridad porque efectivamente, nuestro camino por la vida es complejo y puede ser confuso, muchas veces no sabemos qué nos pasa o por qué nos sentimos de cierta forma, pero el organismo siempre nos comunica cuando algo se ha movido dentro, cuando salimos de nuestro estado de bienestar y al atenderlo nos damos la oportunidad de recuperar el equilibrio y una visión de totalidad.

[...] he aprendido que mi percepción de una situación como organismo total es más fidedigna que mi intelecto [...] A medida que aprendo a confiar más en mis reacciones como organismo total, descubro que puedo usarlas como guía de mis pensamientos (Rogers, 2009, p.31).

Reitero que no soy únicamente intelecto sino un sistema complejo de pensamientos, sentimientos y sensaciones, entre otras dimensiones de mi ser que posiblemente aún ni siquiera conozco.

Cuando salí de la maestría

Después de un proceso de transformación profundo, terminé la maestría con la esperanza de que a la par del cambio que yo había tenido, algo habría cambiado en mi entorno. Tristemente me di cuenta de que el clima en mi grupo de crecimiento era una burbuja en medio de un mundo apático, distante e individualista. Regresé al mundo donde los sensibles no tienen cabida, donde escucharse a uno mismo no es lo más importante, donde solo se acepta con lo que se está de acuerdo. Donde

la razón vale siempre más que el corazón y donde el acompañamiento sincero, cercano, amoroso dejó de estar presente. Posiblemente en otro momento de mi vida me hubiera vuelto a retraer, adoptando una postura defensiva hacia los demás, recorriendo mi camino de vida ignorando a quienes no me comprendían, en otras palabras, sin que me importara un rábano lo que les sucedía a los demás. Pero la experiencia en la Maestría de Desarrollo Humano me había cambiado. Yo ya no era capaz de dejar de ver a los demás, yo ya no podía dejar de escuchar con atención y aceptación a quienes compartían conmigo. Ya no me percibía sola ni únicamente responsable de mi y de mi vida, me percibía vinculada con los demás, conectada a los procesos de los demás, sentía una empatía profunda incluso por aquellos que se reían de los sensibles y que menospreciaban la dimensión emocional del ser. Mi proceso de desarrollo no tenía vuelta atrás y lo que había cambiado en mí lo había hecho para siempre. Yo ya era parte de una comunidad de seres vivos a quienes me correspondía aportar y ayudar en lo que pudiera. Por fin comprendí que el ser tan sensible tenía un propósito. Supe que necesitaba encontrar la manera de llegar a un equilibrio interno que me permitiera conectar de manera profunda y honesta con el otro para poderlo acompañar en su proceso, y a partir de ello, crecer juntos. Me empecé a dar permiso de mostrarme vulnerable y me di cuenta que al hacerlo otros bajaban sus defensas y se daban permiso de lo mismo. Me permití desbaratarme frente a otros para luego recoger los pedazos y volver a reordenarlos reafirmando en mí (y creo que también en quienes estuvieron presentes) que al vivirnos vulnerables no perdemos la dignidad, la valentía, o la capacidad de recuperarnos y seguir caminando, al contrario. Al reorganizarnos de manera interna *crecemos* al descubrir y desarrollar recursos valiosos en nosotros mismos.

Un error que merece ser mencionado

Un error que comúnmente se comete es creer que las personas que estudian Desarrollo Humano son personas con problemas existenciales que provienen de su infancia, de sus relaciones o de su imaginario. Siendo muy honesta creo que no existe ser humano que no enfrente dilemas existenciales en algún momento de su vida, esto no me parece que sea el problema, lo deplorable es la creencia común de que para trascenderlos habría que *racionalizarlos* y se cree que quienes nos dedicamos a

estudiar y promover el Desarrollo Humano es porque nunca logramos lo anterior. Pareciera que al acoger nuestra sensibilidad y al estar más dispuestos a experimentarla, compartirla y validarla en los demás algo hubiera fallado en nuestro proceso, como si no hubiésemos logrado “curarnos”. Tristemente en una cultura donde se reprime la experiencia emocional, la gran mayoría de las personas juzgan negativamente a quienes no se someten al culto de la razón y se dan permiso de expresar su sentir. La creencia común, incluso entre académicos donde se imparten estudios de Desarrollo Humano, es que este campo de estudio no tiene sustento, que los espacios que se abren para grupos de encuentro solo sirven para que la gente tenga la oportunidad de vivir sus catarsis y que el contenido de las materias de Desarrollo Humano son algo así como “cultura general” para los sensibles. Los colegas que imparten materias “duras” tienden a ridiculizar el campo y los colegas que imparten materias humanas o sociales lo ven como una “cuasi” área de estudio, incluso algunos psicólogos perciben a los facilitadores del ECP como “psicólogos *wanna be*” quienes pretendemos dar terapia sin tener la formación adecuada. Desafortunadamente esto es resultado del poco conocimiento que se tiene sobre el campo del DH y sobre los aportes de ECP. Reitero, es solo a través de la experiencia propia que se puede llegar a comprender los procesos que se detonan en una persona cuando vive un grupo de encuentro, cuando es acompañada desde el Enfoque y cuando por ello acoge la filosofía del DH como una forma de vida inclusiva y empática.

Reconozco que sigo siendo una persona en proceso de cambio y sé que ese proceso será una constante en mi vida. Hoy puedo aceptar, sin sentirme culpable, que no siempre soy empática con aquellas personas que insisten en descalificar el valor de la dimensión sensible. Todavía llego a sentir molestia o enojo cuando alguien me dice que no es normal llorar con una melodía o por recordar a quien se extraña. Pero cuando siento que el enojo me invade, cuando mi cuerpo me deja saber que estoy perdiendo mi equilibrio interno, regreso a mí y me atiendo. Acepto mi enojo, escucho a mi cuerpo y atiendo mi necesidad. Y después recuerdo que efectivamente no es “normal” ser sensible, lo “normal”, lo que la sociedad nos ha inculcado desde que tengo memoria es que la razón siempre debe ir por encima del corazón. Se nos ha dicho una y mil veces que una persona que razona y que funciona mayormente desde su intelecto debe ser admirada, mientras que quienes se atreven a vivir sus procesos emocionales de manera honesta y abierta deben ser reprimidos. Si, ciertamente lo normal es aspirar al desarrollo del intelecto, pero

somos seres sintientes por naturaleza y no deberíamos negarlo o evadirlo porque al hacerlo estaríamos negando y evadiendo una parte esencial en nosotros. Los sentimientos inyectan vida a nuestra existencia. Y sí, “nuestro vivir es complejo. Tiene múltiples aspectos y dimensiones. Y es con nuestro cuerpoorganismo que vivimos esa complejidad [...] Por ello podemos referirnos a él como una guía confiable; mucho más confiable que nuestra razón sola” (Moreno, 2010, p.18).

Concluyo con una frase de Kingsley (2014) que creo refleja lo que el Desarrollo Humano busca promover: “Ya sea que existas como eres o que seas como te vez’ si uno realmente desea ayudar al mundo, podemos comenzar siendo nosotros mismos lo que deseamos que sean los demás, y transformar el mundo con un ejemplo sincero” (p.6)¹. Si deseamos que la raza humana evolucione en una más compasiva y solidaria pues empecemos por desarrollar esas cualidades en nosotros mismos. Solo necesitamos regresar a nuestra esencia, aceptar que venimos equipados para aportar algo único al mundo, saber que los recursos que necesitamos para crecer y desarrollarnos ya se encuentran dentro de cada uno de nosotros, ¡que valioso sería si nos diésemos la oportunidad de descubrirlos!

“El cambio externo no es suficiente si no hay un cambio real dentro de cada uno de nosotros. Si carecemos de comprensión interna, coherencia y equilibrio, entonces es más difícil para nosotros alcanzar y conectarnos con los demás en tolerancia y justicia” (Kingsley 2014, p.5)².

Soy muy afortunada al haberme encontrado con la filosofía y disciplina del DH y me siento bendecida por haber experimentado procesos de acompañamiento desde el ECP. Gracias a la propuesta de Rogers hoy soy una persona más auténtica, congruente y libre, y me siento profundamente agradecida al saber que “[...] no me resulta beneficioso comportarme como si yo fuera distinto de lo que soy [...] Soy más eficaz cuando puedo escucharme con tolerancia y ser yo mismo [...] La evaluación de los demás no es una guía para mí” (Rogers, 2009, p.27-31). No, definitivamente ya no lo es.

1. Cita original en inglés: “Either exist as you are or be as you look’ If one truly wishes to help the world, we can begin by being ourselves what we wish others to be- and to transform the world by sincere example”.

2. Cita original en inglés: “External change is not enough if there is no real change within each one of us. If we lack internal understanding, coherence and balance, then it is more difficult for us to reach out and connect to others in tolerance and fairness”.

Referencias bibliográficas

- Boff, L. (2001). *Cuidar la Tierra; hacia una ética universal*. Ciudad de México, México: Ediciones Dabar S.A de C.V.
- Kingsley, L. D. (2014). *The Phoenix Generation*. Londres: Watkins Publishing.
- Lafarga, J. (2005). *Desarrollo Humano* en Prometeo. Revista Mexicana de Psicología Humanista y Desarrollo Humano. Invierno 2005. No. 45, 4-6
- Lafarga, J. (2005). *Mi comprensión del Desarrollo Humano*. Prometeo Revista Mexicana de Psicología Humanista y Desarrollo Humano. Invierno 2005. No. 45, 7-12.
- Moreno, S. (2009). *Descubriendo mi Sabiduría Corporal*, México: Focusing México.
- Orloff, J. (2017). *The Empath's Survival Guide*. Boulder, Colorado: Sounds True Inc.
- Rogers, C. (2009). *El proceso de convertirse en persona*. México: Paidós.
- Rogers, C. (2012). *On encounter groups*. Estados Unidos: Harper & Row Publishers.
- Walsch, N.D. (2012). *Conversations with God 'an uncommon dialogue'; Living in the world with honesty, courage and love*. Charlottesville: Hampton Roads Publishing Company.

Psicología Social Comunitaria en tiempos peligrosos

EDUARDO ALMEIDA ACOSTA

“ No desviar la mirada, acabar con la amnesia ecológica”, así se expresa Naomi Klein en su libro *Capitalism vs the Climate. This changes everything* (2014). De hecho, Naomi se acusa de haber negado el cambio climático durante mucho tiempo, sin reaccionar frente a esta crisis mundial, que exige un cambio radical de nuestros estilos de vida, del manejo de la macroeconomía, de la atención a los niveles de vida de la mayoría de la población. El bienestar de los pocos y el malestar de los casi todos está detrás de esta crisis propiciada por una psicología de élites que impera en los países ricos y en los países pobres. El núcleo central del problema tiene que ver con el funcionamiento abusivo del capitalismo, los cambios abruptos, potencialmente irreversibles y masivamente destructivos

del incremento de las temperaturas globales y la inconciencia de los que han acaparado el poder.

Como señalaron desde 2010 John Bellamy Foster, Brett Clark y Richard York en su libro *The Ecological Rift. Capitalism's War on the Earth*: “Una ruptura potencialmente fatal ha surgido entre los seres humanos y el planeta Tierra, que emana de los conflictos y contradicciones de la sociedad capitalista moderna” (p. 14). La humanidad está alienada, por este sistema, de la naturaleza y de sí misma. Hay tres límites planetarios, el cambio climático, la pérdida de biodiversidad y la pérdida del ozono estratosférico, que forman parte ya de la ruptura ecológica y que hacen que la humanidad esté existiendo en gran peligro de extinción por degradación irreversible de condiciones de vida en el planeta.

En este continente americano lo que sucede en la Amazonía es un grito de alarma, como describe François Houtart (2015) en un texto escrito en Caracas el 12 de diciembre de 2014. Está en proceso de degradación esta amplia geografía de 4 millones de kilómetros cuadrados que incluye a 8 países, 33 millones de personas y 400 pueblos indígenas, el 50% de los bosques tropicales del planeta. Tiene el 20% de su selva destruida, 20% afectada y 40% que se volverá sabana en 40 años. Políticas de países de diferente ideología están destruyendo a esta zona, los neoliberales explotándola, los progresistas afectándola por políticas sociales que descuidan lo ecológico, otros combinando estos efectos. En Brasil en 2013 fueron desforestados 763 mil kilómetros cuadrados. En el Putumayo de Colombia se da la explotación petrolera. En Ecuador se abandona el proyecto Yasuní que preservaba una importante región indígena. En muchas zonas se encuentra explotación de minas, represas hidroeléctricas, monocultivos de soya y palma, producción masiva de desechos contaminantes. En síntesis, destrucción de medios de vida, expulsión de seres humanos de sus tierras, colonización de territorios, criminalización de protestas.

¿Seguiremos desviando la mirada o vamos por fin a acabar con la amnesia ecológica? Como expresan Foster, Clark y York (2010: 118-119) ya es tiempo de la revolución ecológica que exige la restauración de comunidades humanas genuinas (y comunidades de comunidades). Un concepto de comunidad que se refiera a un orden social de características comunales que incluya participación colectiva en la toma de decisiones, un sistema de igualdad sustantiva, de fuertes lazos colectivos que disuelvan el intercambio económico individual, con un gran sentido del lugar y una ética comunitaria, una ética de la tierra, de la ecología.

¿Seguiremos sin reaccionar en México en donde, como en la Amazonía, las mineras, las represas hidroeléctricas, los monocultivos, los desplazamientos humanos, la corrupción, la impunidad, los criminales organizados y las élites cínicas y coludidas están a la orden del día? ¿Seguiremos hablando de bienestar en un país en el que los salarios de diputados, de jueces, de gobernadores, de políticos de niveles medios, altos y muy altos son fuera de toda medida y en donde el salario mínimo actual es de \$80?04? ¿Un país en donde la desigualdad ha existido durante siglos y que se acrecienta día con día? ¿Cuántos mexicanos pueden darse el lujo de “prevención y estilos de vida saludables” (Tena, 2015), de atender a su salud, de aprender con calidad a leer y escribir, de tener una vivienda digna, de vivir relaciones interpersonales sanas, de dialogar con uno mismo?

Vivimos tiempos de violencia y de inseguridad, y el miedo se ha vuelto una experiencia cotidiana para demasiados seres humanos.

Vivimos tiempos de concentración de la riqueza y de manifiesta desigualdad (20% de mexicanos pueden vivir con ostentación y 30% padecen desnutrición).

Vivimos tiempos de amenaza a la existencia de nuestra especie por el cambio climático; a la supervivencia de sociedades enteras por las guerras, la miseria, los desplazamientos, la violencia criminal; a la integridad física y a la dignidad personal de la mayoría de la humanidad.

Vivimos tiempos de individualismos que aíslan, crean soledad, desamparo, ansiedades; tiempos en que se socava la solidaridad.

Esto es el infierno de aquí y ahora, que habitamos todos los días, que tal vez no queremos ver, que propician los políticos y los dueños de la riqueza, que padecemos todos, pero sobre todo los indígenas, las mujeres, los jóvenes y los niños.

¿Qué hacer en este infierno en el que los que detentan el poder desdeñan los riesgos de extinción en los que estamos?

¿Qué hacer en este infierno, en el que la corrupción de los que capitalizan el poder genera un ambiente de asco? ¿Qué hacer en este infierno en el que la impunidad de los que controlan la economía produce una atmósfera de vergüenza? ¿Qué hacer en este infierno en el que el llamado “estado de derecho” equivale a una amenaza constante, a una sociedad del miedo? ¿Qué hacer para no dejarnos abrumar por tanta angustia?

Necesitamos contribuir a construir lo que no es infierno dentro del infierno. Son los esfuerzos por recrear tejido socio comunitario; por crear COMPAÑÍA,

por NO ESTAR SOLOS; por crear lazos sociales fuertes y flexibles que nos ayuden a mantener apertura mental, a vivir con humildad y confianza.

Se necesitan redes de auxilio, de soporte social, de lucidez crítica para enfrentar adversidades ya sea físicas (terremotos, tsunamis, inundaciones, avalanchas, enfermedades, muerte), ya sea de relación (desgobierno, robo, extorsión, secuestro, desplazamiento obligado, desaparición forzada, mutilación, tortura, violación).

En esta época de digitalización siguen siendo irremplazables las relaciones entre humanos de carne y hueso, cara a cara, en lugares geográficos como espacios de democracia.

Se trata de crear COMUNIDAD como una entidad socioafectiva necesaria, entre la familia y la organización, como una ecología del desarrollo humano que permita interacciones positivas, capacidad de gestionar el conflicto y de compartir utopías. Cómo ha dicho Zygmunt Bauman: “Si ha de existir una comunidad en un mundo de individuos, sólo puede ser (y tiene que ser) una comunidad entretejida a partir del compartir y del cuidado mutuo; una comunidad que atienda a, y se responsabilice de, la igualdad del derecho a ser humanos y de la igualdad de posibilidades para ejercer ese derecho” (Bauman, 2006: 147).

Todo esto implica una restructuración de las ciencias sociales que modifique su relación con la política, como diría Michel Foucault (2008) hablando de la filosofía. Unas ciencias sociales que pongan su práctica a la prueba de la realidad. “Una práctica que encuentre, en la crítica de la ilusión, del engaño, de la añagaza, de la adulación, su función de verdad”. Se trata de confrontar el cinismo de las élites, de manifestar lo verdadero, que no se limita a una expresión verbal arriesgada, en el espesor mismo de la existencia.

¿Qué puedo decir de mi práctica de las ciencias sociales frente a la terrible realidad cotidiana de mis compatriotas? Desde 1959, a mis veintidós años me he visto involucrado en procesos educativos y formativos, e incluso antes, desde mi preparación como educador y como psicólogo. Una inquietud, una actitud constante, ha sido el tratar de hacer algo útil para mi país y de confrontar de alguna manera las carencias y las deficiencias que alcanzaba a vislumbrar desde los diferentes tiempos y espacios que han ido configurando mis percepciones de los acontecimientos nacionales y mundiales. El campo de la educación me llevó a la psicología y ésta a lo comunitario en cuanto a relaciones sociales de acompañamiento, de transformación de niveles, de calidad y de estilos de vida.

Por un tiempo, y ya estabilizado personal, académica y profesionalmente caí en la trampa del “desarrollismo”, es decir en la oferta capitalista de pretender llegar a los niveles de vida de los países ricos favoreciendo la competitividad individualista y la explotación de la tierra, viviendo en medio de una sociedad urbana alienada con perspectivas que consideraba responsables de la falta de progreso. Sin saberlo mi propuesta partía de la concepción nacionalista liberal de desindianizar el país, de industrializar el medio rural y de hacerlo sin considerar los efectos ecocidas de programas y proyectos de origen gubernamental, empresarial y hasta universitarios. Mi involucración con un equipo multidisciplinar, a partir de 1976, que propiciaba “una experiencia abierta a la experiencia” me ayudó a ir construyendo, junto a mis colegas del equipo y a campesinos indígenas deseosos de “cambiar el mundo”, una visión crítica, inédita e incierta, de cómo ir trasformando un mundo injusto y cegado en un lugar habitable y amigable para la población de esta tierra. De esta postura surgió la intención y la práctica de ir configurando una intersubjetividad intercultural para los estilos de vida, un afrontamiento de la ruptura ecológica para prevenir desastres y buscar calidad de vida, la búsqueda de un bienestar sencillo para todos para hacer posible mejores condiciones materiales de vida para la humanidad en su totalidad. Desde hace 40 años como Psicólogo Social Comunitario he podido contribuir a incidir, en grado mayor o menor, en esta triple problemática, en unas pequeñas trincheras de este país, en la Sierra Norte de Puebla y en tres enclaves académicos del centro de México. El esfuerzo con mis colegas ha sido de “no desviar la mirada”, de evitar la amnesia económica, cultural y ecológica frente al México amargo en el que vivimos.

¿Cómo hacer durar y darle espacio a eso que dentro del infierno no es infierno? ¿Cómo restaurar mínimos de cordura y de ternura?

Se necesitan 3 cosas: una base estructural, un lugar de convivencia, de compartir y de cuidado; una cohesión social sostenida por sujetos que dialogan consigo mismos y con los demás; una conciencia de la propia dignidad por parte de cada uno de esos sujetos.

Esto se construye a base de pensamiento crítico y de organización comunitaria. Estas son las condiciones para nutrir una acción transformadora que ponga a la naturaleza, al trabajo, al dinero y al conocimiento al servicio de la vida y de la dignidad de todas y todos.

Cuando se trabaja en ser consciente de la propia dignidad y de la de los demás no se puede tolerar, desde el miedo, la apatía y el conformismo, el asco de la corrupción, la vergüenza de la impunidad, y la ostentación de la injusticia.

Si se analizan con cuidado experiencias transformadoras de vida y dignidad, que no han sido o no son infierno, dentro del infierno, se verá que parten de un núcleo comunitario a base de un “albergue” abierto pero seguro, incluyente; de una cohesión social fuerte y flexible de sujetos con clara consciencia de su propia dignidad (Almeida y Sánchez, 2014).

Así fue con el entramado comunitario de Gandhi y Nehru para la independencia de la India; así fue con la red de vínculos de Mandela y los dirigentes del *African National Congress*; así fue con el núcleo comunitario de Aung San Suu Kyi y la Ind en Birmania; con los vínculos comunitarios de los Zapatistas; con los padres de los estudiantes desaparecidos y la Normal Rural de Ayotzinapa; con las fraternidades de Carlos de Foucauld, esparcidas por todo el mundo; y con el Proyecto de Animación y Desarrollo, nuestra ONG, y la población de San Miguel Tzinacapan.

“En este conato agónico por la vida digna de todos” (Trigo, 2011), lo importante frente a nuestro mundo en riesgo de extinción, de desigualdad, violencia e inseguridad es construir comunidades abiertas y libres, consolidadas por la humildad al enfrentar la arrogancia que fomenta la desigualdad, y fuertes afectivamente para que en la vida cotidiana no dominen sentimientos de desesperación sino vivencias de convivir, de compartir y de cuidado, arraigadas en la esperanza de vida digna para todas y todos.

Referencias bibliográficas

- Almeida Acosta, Eduardo y Sánchez Díaz de Rivera, Ma. Eugenia (2014). *Comunidad; interacción, conflicto y utopía. La construcción del tejido social*. Puebla, Pue: Universidad Iberoamericana Puebla, BUAP e ITESO.
- Bauman, Zygmunt (2006). *Comunidad. En busca de seguridad en un mundo hostil*. Madrid: Siglo XXI.
- Foster, John; Clark, Brett and York, Richard (2010). *The Ecological Rift. Capitalism's War on the Earth*. New York: Monthly Review Press.
- Foucault, Michel (2008). *Le gouvernement de soi et des autres. Cours au Collège de France 1982—1983*. París: ehess, Gallimard, Seuil.
- Houtart, François (2015). El cambio climático y la Amazonía: un grito de alarma. *Periódico La Jornada*. Sábado 3 de enero, p. 18.
- Klein, Noemí (2014). *Capitalism vs the Climate. This changes everything*. New York: Simon and Schuster.
- Tena Suck, Antonio (2015). *Prevención y estilos de vida saludable*. Conferencia impartida en la Universidad Iberoamericana Puebla el 29 de enero.
- Trigo, Pedro (2011). Countercurrent Subject and Community. In Eduardo Almeida Acosta, et al. *International Community Psychology: Community Approaches to Contemporary Social Problems. Volume I*. Puebla, Pue. (México): Universidad Iberoamericana Puebla.

El ayuno como vínculo con la divinidad en los curanderos de pueblos nahuas de México

DRA. ESCALANTE IZETA ERICKA ILEANA

Introducción y justificación

El ayuno es definido como la ausencia en la ingesta de alimentos, realizada de manera voluntaria por un periodo limitado de tiempo. Incluye la hidratación a través de agua sin azúcar añadida. En algunos casos, el ayuno puede ser total, excluyendo también la ingesta de líquidos (Michalsen, 2013).

Estudios realizados en Europa y Estados Unidos han asociado al ayuno total y a la reducción calórica con mejorías en el estado de salud. Se ha reportado un efecto positivo tanto del ayuno, como de la restricción calórica (200 a 500 kilocalorías al día) en el manejo de la obesidad, en la tensión arterial, en los lípidos sanguíneos,

en el manejo de la diabetes y del síndrome metabólico, en alteraciones cardíacas y arterioesclerosis, alteraciones reumáticas y cáncer (Saz – Peiró P, 2015).

Cuando el ser humano consume menos de 500 kilocalorías al día, inician fuertes respuestas neuroendocrinas. Durante 3 fases fisiológicas se logran las adaptaciones necesarias para la homeostasis corporal. En la fase 1 hay una rápida movilización de las reservas de glucógeno, durante la fase 2 sucede el metabolismo del tejido adiposo corporal, debido a la lipólisis tras periodos de ayuno mayor a 24 horas. En la fase 3, de inanición prolongada, se acelera el uso de las reservas de proteínas corporales (Owen, 1998).

Además de las implicaciones físicas del ayuno, se han documentado beneficios en las dimensiones psicosociales y espirituales, entendidas como la vinculación con los otros y con la propia identidad, a través de la relación con lo divino. Las prácticas espirituales se benefician con el ayuno al acceder a estados de conciencia más elevados, que es lo que se pretende por todas las religiones del mundo (Wilhelmi de Toledo, 2013).

Históricamente el ayuno ha sido una práctica a la que se ha recurrido para la curación de malestares. Desde que el hombre vivía de la recolección de alimentos, pasaba por periodos de inanición al no encontrar lo necesario para subsistir. El organismo desarrolló mecanismos adaptativos de supervivencia, reduciendo el metabolismo de manera que las reservas de energía lograran cubrir las necesidades fisiológicas y metabólicas (Mattson, 2005). El ayuno también se usaba en la medicina de la antigua Grecia, en la escuela hipocrática (Buchinger, 2002).

En las últimas dos décadas, donde el principal problema del mundo occidental relacionado con la comida es la sobrealimentación, el ayuno se ha tornado en una práctica popular en la población alemana. En Alemania, desde la década de los 50's, se usa como medio para la prevención de enfermedades crónicas y para el inicio de un estilo de vida saludable. Es considerado como una forma de tratamiento que incluye cuerpo – mente, así como al aspecto espiritual (Michalsen, 2013). De hecho, los expertos sobre el tema proponen que estas tres dimensiones presentan efectos positivos sinérgicos a causa el ayuno.

Buchinger, citado por Wilhelmi de Toledo F (2013), enfatiza la importancia de la “dieta del alma” durante la práctica del ayuno. Se sugiere realizar actividades como leer, escuchar música, pintar, tener contacto con la naturaleza, fomentar

el buen humor y la meditación. Igualmente se pide restringir el uso de medios electrónicos y masivos, evitar leer noticias y las actividades cotidianas estresantes.

La neurobiología que se desencadena por efecto del ayuno, ha sido explicada por Guillaume Fond, et al (2013), quienes exponen que un ayuno prolongado (mayor a ocho días) equivale a un estrés biológico que activa el eje hipotalámico—pituitario—adrenal. Los mecanismos biológicos de esta activación no son muy claros. Podrían explicarse por la disminución en la disponibilidad de glucosa cerebral, reducción de los niveles de leptina e insulina, así como la reducción en el apetito.

El cambio en los niveles de leptina es una señal adaptativa del organismo a la inanición y se le ha relacionado con alteraciones en el estado de ánimo (Tichomirowa et al, 2005).

Continuando con la descripción de Fond (2013), entre el segundo y séptimo día de ayuno se aumenta las concentraciones plasmáticas y en orina de norepinefrina, epinefrina, dopamina y cortisol. También hay un decremento en los niveles plasmáticos de hormonas tiroideas T3 y T4; normalizándose la presión sanguínea, fenómenos que podría explicarse por el aumento de la diuresis.

El decremento en la glucosa cerebral puede promover la neurogénesis, producción de neurotrofinas, receptores de neurotransmisores y expresión proteica. A su vez, estos elementos incluyen en la regulación del metabolismo de la serotonina, la plasticidad sináptica, la mejora en la función cognitiva y mejora la habilidad del cerebro a resistir al envejecimiento. Finalmente, la producción de cuerpos cetónicos puede relacionarse con la mejoría en el estado de ánimo, el decremento en la sensación de dolor y la protección neuronal de la hipoglucemia o de diversos daños cerebrales.

En un estudio realizado por Michalsen (2009) se observó que tras un periodo de ocho días de ayuno modificado (consumo de 350 kcal al día), se redujeron en un 80% los puntajes de escalas de depresión y ansiedad, aunado a una pérdida promedio de 6.6 kg de peso, además de normalizarse la presión arterial. Se observó que estos cambios se relacionaban con los polimorfismos GNB3 y C825T.

En América Latina el uso del ayuno como medio de curación en el ámbito médico no se ha documentado, pero sí se ha reportado como una práctica utilizada en los procesos de sanación de médicos tradicionales (curanderos, hierberos, graniceros), tanto hombres como mujeres. El estudio del uso del ayuno, que vincula los

estados no ordinarios de conciencia con la vida activa de las comunidades a través de sus médicos tradicionales, permite que el Desarrollo Humano (como disciplina) aporte su quehacer, desde la visión transpersonal, para la vida comunitaria.

Mercedes De la Garza (2012) sugiere la importancia de conocer los significados profundos en las prácticas chamánicas en los pueblos mayas y nahuas. Los ritos que los acompañan son fundamentales para comprender las emociones, el consiente y el inconsciente de los pueblos indígenas. Así mismo, ayudan en los procesos de salud-enfermedad, que explican el bienestar de los pueblos originarios, algunos alejados de las prácticas de la medicina occidental basada en la ciencia.

Diversos estudios antropológicos del chamanismo han estudiado los estados alterados de conciencia, producidos de diversas maneras, como la danza, el canto, el uso de tambores o sonidos repetitivos, el uso de plantas “de poder” (psicotrópicos) y también incluido el ayuno. Dichas prácticas rituales se usan como medio para hacer contacto con el mundo “no visible”, generalmente conectado con el espíritu de los ancestros, quienes les ayudan en sus prácticas de sanación (Eliade, 2003).

Dichos médicos tradicionales buscan comunicarse con el espíritu del universo a través de rituales comunitarios con propósitos de adivinación y curación. La alteración del estado ordinario de conciencia busca la disociación de la psique, que se logra a través de “desconectar” el mundo exterior con los rituales anteriormente comentados o la meditación. Esta disociación permite que, simbólicamente, la psique sea lo que tome contacto con la “divinidad” y a través de dicho contacto se obtengan las facultades necesarias para curar (Winkelman, 2013). Es decir, los conocimientos sobre plantas, emplastos, pomadas y demás remedios es necesaria, pero lo es también la forma del contacto con lo divino para ser un medio de sanación.

De acuerdo con lo descrito por Eliade (1964) los estados no ordinarios de conciencia implican una condición de “éxtasis” que sirve como medio para interactuar con el mundo espiritual, en bien de la comunidad. Algunos autores, describen dicho éxtasis como un estado psicótico, parecido a la esquizofrenia, acompañada de alucinaciones auditivas o visuales. Estos estudios han llevado a plantear a la enfermedad mental como un fenómeno social que requiere de un estado de conciencia alterado, para poder integrarla (Winkelman, 2002).

Una de las formas para aprender a inducir dichos estados, es a través del ayuno y del aislamiento social. El modelo integrativo de conciencia, propuesto

por Michael Winkelman (2011) consiste en describir las similitudes reportadas en las respuestas cerebrales ante diversas prácticas que conllevan estados alterados de conciencia, entre los que se encuentra en ayuno. El autor señala que en dichos estados alterados de conciencia se presentan ondas cerebrales, acompañadas de la relajación parasimpática y desplazamiento de la actividad cerebral hacia las regiones de ondas más bajas.

Un mecanismo de alteración de la conciencia chamánica conlleva la manipulación del sistema nervioso autonómico a través de la activación ergotrópica (simpática), que eventualmente conduce a un colapso parasimático. En esta fase, el colapso está acompañado de un aletargamiento en las ondas cerebrales, tornándose más lentas, en patrones más sincronizados y coherentes. Esto sucede principalmente en las ondas theta, reflejando su acción en los mecanismos serotoninérgicos, cuya acción se ve reflejada en la integración de la información de las regiones del cerebro inferior (córtex, tálamo, hipotálamo, amígdala, sistema límbico, cerebelo, formación reticular, médula espinal y tronco encefálico). La integración se manifiesta con el entrenamiento de las ondas cerebrales, donde la corteza frontal se sincroniza con ondas lentas procedentes del sistema límbico y están relacionadas con las estructuras del cerebro inferior (Winkelman, 2011).

En el caso del chamán, el entrenamiento se logra a través del rito y sus elementos (cantos, tambores, danzas, ayuno, aislamiento, etc.) y se caracteriza por una variedad de frecuencias de ondas cerebrales. Sin embargo, predominan dos patrones: ondas theta de bandas lentas (3 - 6 ciclos por segundo) y oscilaciones de ondas gamma de alta frecuencia (40 + cps). La sincronización de estas ondas cerebrales es lo que lleva a Winkelman (2010) a sugerir que sucede una integración de la conciencia, que va de la mano de los ciclos de la experiencia humana.

Ante estas evidencias surge la necesidad de construir un referente teórico sobre el tema, con la intención de documentar las prácticas ancestrales que sobreviven en los pueblos nahuas de México.

Métodos

Se sistematizó una revisión bibliográfica a partir de los buscadores Google académico, ebsco, Redyalic, Academic search complete y Scielo. Las palabras clave de búsqueda fueron: ayuno, chaman, curandero, hierbero, granicero, ritual, nahua y

medicina tradicional; tanto en español como en inglés. Del total de 36 documentos encontrados, se descartaron aquellos que no trataban de procesos rituales donde participara el curandero (chamán, granicero, hierbero), entendido como médico tradicional. Se verificó que el contexto de los estudios revisados incluyera a población nahua como objeto de estudio, excluyendo los estudios de otros grupos étnicos como mayas y huicholes principalmente.

Nos percatamos de que todos los documentos estuvieran completos y accesibles para su lectura. Se buscó que en el contenido del texto se mencionara al ayuno como uno de los rituales para lograr el proceso de sanación de la comunidad.

Para iniciar con la descripción del ayuno reportada en estudios realizados en zonas nahuas de México, cabe plantear que dicho grupo étnico es el que, aún en nuestros días, comparte la lengua originaria de los antiguos pueblos aztecas, quienes realizaron migraciones desde el norte de México y sur de los Estados Unidos. Dichos grupos, que por ser principalmente nómadas, fueron llamados el “Pueblo Chichimeca”, migraron desde un lugar mítico (ya que aún no ha sido fidedignamente ubicado en la geografía actual), llamado Aztlán, para finalmente asentarse en el valle de Anáhuac, hoy Ciudad de México (León Portilla, 2005).

La intención de centrar nuestros resultados en dichos grupos étnicos radica en que, desde los tiempos precolombinos se practicaba el ayuno como parte del ritual socio espiritual de los antiguos aztecas.

Resultados

Blumensohn (1933) describe que los grupos indígenas del sur de los Estados Unidos que habitaban las planicies y los grandes lagos hacían prácticas rituales de ayuno. Se realizaban al inicio de la adolescencia como parte de los rituales de paso. También se ayunaba antes de iniciar batallas con pueblos enemigos, como preparación espiritual, como método de purificación física, como ritual antes de dar inicio al juego de pelota, por ocho días (sin alimento ni agua). Igualmente, el pueblo entero ayunaba un día antes del inicio de la siembra de maíz en el mes de junio.

En los mencionados grupos indígenas del sur de los Estados Unidos también se ayunaba como forma de iniciación a los aprendices de chamán, para probar si su elección de vida era correcta. Ya en la práctica chamánica de los pueblos del norte de América sigue siendo un recurso imprescindible para proceder a la

curación. Las tribus Sioux aún siguen practicando su danza del sol, en la cual ayunan por cuatro días, acompañados de danzas y cantos diurnos (Dixon 1908). En las tribus Dakota, el ayuno era obligatorio y precedía a todas sus ceremonias. En el pueblo Pawnee el ayuno lo realizaba solamente el curandero chamán, en un ritual especial que duraba treinta días sin consumir alimentos. Igualmente, si solicitan al “gran espíritu” (divinidad) tener una visión, debían ayunar con el fin de obtenerla. Para los Cheyenne el ayuno era usado como un medio para tener habilidades supernaturales que, de acuerdo con las leyendas, provenía del gran espíritu de la medicina, quien había ayunado también por cuarenta días y cuarenta noches. Además, usaban al tabaco como medicina que se ofrecía al gran espíritu, junto con la ofrenda del ayuno. (Blumensohn, 1933)

Considerando la migración precolombina de varios de estos grupos hacia el sur, es posible considerar que la práctica del ayuno en el norte de América, incluyendo México, sea una práctica milenaria, donde la etnografía la ha reportado principalmente como parte de rituales de medicina. Muchos de ellos son realizados por los curanderos (también referidos también como chamanes en la literatura).

Los estudiosos de la cultura Nahua registran varias prácticas de sanación realizadas por los curanderos y curanderas, resaltando el uso de plantas medicinales, rezos, cantos y danzas.

El ayuno se reporta en algunos estudios del nahualismo, sin embargo, no es reportado por todos los documentos encontrados en esta revisión de la literatura. Posiblemente, esto se deba no a que no exista la práctica del ayuno en los contextos estudiados, sino a que no fue observada, registrada o indagada en todos los estudios.

Considerando la revisión de literatura realizada, se encontraron nueve estudios que reportan la práctica del ayuno como parte del ritual del curandero. Entre ellos, Cramausse (2014) relata la forma en que grupos tepehuanos, habitantes de Milpillas, Durango, realizan fiestas en el cerro Gordo. Tanto la población mestiza, como la indígena, hacen ceremonias en el cerro para solicitar a “Dios” la llegada de las lluvias. El ritual consiste en hacer ofrendas en el cerro, siendo el curandero el responsable. Antes de la partida se hace un mitote (que en Náhuatl significa baile) para todo el pueblo. Sin embargo, quienes irán a la ceremonia del cerro deberán “guardar” los días. Es decir, no tener relaciones sexuales, no comer sal, no bañarse y ayunar (no beben ni comen antes de mediodía) durante cinco días antes de ir al cerro y también los cinco días que dura el recorrido.

De la Garza (2009) reporta que, en grupos nahuas de Morelos, dentro de los ritos de iniciación del curandero o chamán se pide que pase cinco días sin comer (ayuno), sin relaciones sexuales, en soledad y velando (evitando dormir). También quemando incienso y haciendo ofrendas a la divinidad. Lo mismo sucede con grupos mayas del sur de Yucatán, donde el rito del ayuno implica purificación. De hecho, su práctica se toma de las narraciones del Popol Vuh, donde las prácticas acéticas se alababan, dando al curandero un valor sobrenatural y cercano a la divinidad.

González Chevez (2012) estudió el uso de una planta sagrada (Hueytlacatl) por curanderos nahuas de Guerrero. La usaban para ayudar a sus consultantes a través de dones de videncia. También para curar de hechizos, encontrar objetos perdidos y para iniciar a otros curanderos o curanderas en su labor de sanación. Previo al ritual con la planta sagrada, tanto el curandero como el paciente, se deben purificar a través de la abstinencia sexual, baño, cambio de ropa y ayuno, para evitar traer “malos aires”. El ritual debe ser de noche, antes de que salgan los primeros rayos de sol. El ayuno debe ser de todo un día previo a la ceremonia.

Lorente (2009) en un estudio etnográfico con graniceros (o ritualistas atmosféricos) explican sus prácticas de peticiones climatológicas para satisfacer las necesidades de las siembras y cosechas. Esto se debe a que en México siempre ha existido la agricultura estacional. La recopilación reporta, que desde la época prehispánica, la figura del granicero era de suma importancia. Estudiaban en el Calmecac, sometidos a ayunos y trabajos duros. Actualmente, las prácticas del granicero incluyen el ayuno, desde un día antes de hacer su petición espiritual.

Reyes Equiguas (2009), habla de una planta medicinal nahua llamada Huahutli (amaranto), que se ha usado desde la época precolombina para sanar varias dolencias, entre las que destacan las infecciones de vías urinarias. Además, se tratan más padecimientos que son tratados con diversos remedios medicinales. El autor explica que dentro de las causas de varios padecimientos romper el ayuno podía originar que los dioses no estuvieran contentos, mandando padecimientos físicos a quienes quebrantaban esa ley. El ayuno debía ser de alimentos y de relaciones sexuales (abstinencia). De hecho, el amaranto era uno de los alimentos que se permitía consumir en los periodos de ayuno, preparado en forma de atole. Esto por sus propiedades curativas y depurativas.

Serafino (2016) narra las implicaciones socioculturales de los tlahmaquetl (sabio, rezandero) o también conocidos como “graniceros”, quienes son responsables

de solicitar al gran espíritu (dios) las lluvias necesarias para el florecimiento de los cultivos y la fertilidad de la tierra. Estas personas son llamadas a tener dicha labor a través de sueños o con la caída de un rayo, que no los mata, pero les comparte el don de hablar con los elementos (agua, aire, tierra y fuego). Su vida es totalmente dedicada a la oración, devoción y reflexión. En este estudio etnográfico, desarrollado por varios años en la zona de la Montaña de Guerrero, el autor narra cómo el granicero debe tener una vida sencilla, para ser un buen intermediario con las fuerzas de la naturaleza. Además debe practicar el ayuno total de alimentos y bebidas desde unos días antes de iniciar los rituales, para fortalecer el espíritu, así como sus vínculos con la divinidad. Dicho ayuno va acompañado de velación (varios días son dormir) mientras se hacen rezos a san Marcos, además de hacerle las ofrendas de la comunidad (dinero, semillas de maíz, cigarros, etc.), además se acompaña por abstinencia sexual. La complejidad de la vida del granicero ha hecho que este rol social no sea deseado por los jóvenes de la comunidad, dejándolo a los adultos mayores:

“el tlahmaquetl no puede comer nada, ni un pedacito de pan y debe esperar los estrictos protocolos necesarios para realizar un ritual. Según Don Pepe el ayuno y la abstinencia sexual que es necesario respetar por todo el mes de abril, cuando se celebra el ritual, son las principales razones por las cuales ningún joven desea aprender este especial trabajo” (Serafino, 2016: 297)

Conclusiones

Como se observa en los estudios revisados, realizados en zonas de influencia de la cultura nahua, el ayuno es una práctica importante para el curandero, granicero, sanador. No es una práctica aislada, sino que se acompaña de otras prácticas acéticas como la abstinencia sexual, el uso de plantas, rezos, aislamiento y vela-ción (desvelos). En los estudios revisados no se profundiza en las implicaciones que tiene el ayuno sobre los estados de conciencia del médico tradicional. Sin embargo, basándonos en los estudios revisados de chamanismo, se puede intuir que el estado de “éxtasis” (entendido como un estado no ordinario de conciencia), es necesario para que el curandero pueda realizar su contacto con la divinidad y así ejercer sus facultades de sanación.

Cabe sugerir que la importancia de estudiar a profundidad las prácticas de ayuno, en el caso de los pueblos nahuas actuales, consiste en resaltarla como una tradición ancestral precolombina, que ha sobrevivido a la conquista y de la cual no se cuenta con suficiente información sobre su representación social en la vida actual. Si los movimientos actuales descolonizadores buscan proponer prácticas de medicina tradicional mexicana, para promover la salud y el bienestar, el ayuno debe ser considerado como un recurso valioso que ha sobrevivido a las intenciones del tiempo y de la historia colonizadora. Si en la actualidad la ciencia médica está promoviendo el ayuno como una práctica de salud, vale la pena rescatar las raíces ancestrales que lo vinculan con el bienestar desde el mundo prehispánico e indígena de la actualidad.

Referencias bibliográficas

- Blumensohn, J. (1933). The Fast among North American Indians. *American Anthropologist New Series*. 35(3): 45- 469.
- Buchinger, A. (2002). Fasting; in Nowey D (ed): Clinician's Complete Reference to Complementary and Alternative Medicine. Chicago: Mosby.
- Cramaussel, Ch. (2014). El recorrido al Cerro Gordo y el ritual tepehuano de las ofrendas en los cerros de la comunidad de San Bernardino de Milpillas. *FRONTERA NORTE*; 26(52): 135-154.
- De la Garza, M. (2012). *Sueño y éxtasis: visión chamánica de los nahuas y los mayas*. México: Fondo de Cultura Económica. Universidad Nacional Autónoma de México.
- De la Garza, M. (2009). *Ritos chamánicos mayas, travesías del espíritu externado*. Congreso: Mesa Redonda de la Sociedad Española de Estudios Mayas. IX. Granada-Santa Fe.
- Dixon, R. (1908). Some Aspects of the American Shaman. *The Journal of American Folklore*; 21(80): 1-12.
- Eliade, M. (2003). *El chamanismo y las técnicas arcaicas del éxtasis*. México: Fondo de cultura económica.
- León Portilla, M. (2005). *Aztecas - Mexicas: desarrollo de una civilización originaria*. 2º Edición. Madrid: Algaba.
- Mattson, M.P., Wan, R. (2005). Beneficial effects of intermittent fasting and caloric restriction on the cardiovascular and cerebrovascular systems. *J Nutr Biochem*; 16: 129-137.
- Michalsen, A., Li, C. (2013). Fasting therapy for treating and preventing disease: current state of evidence. *Forsch Komplementmed*; 20 (6): 444-53.
- Michalsen, A., Frey, U.H., Merse, S., Siffert, W., Dobos, G.J. (2009). Hunger and mood during extended fasting are dependent on the GNB3 C825T polymorphism. *Annals of Nutrition and Metabolism*; 54: 184-188.
- Owen, O.E., Smalley, K.J., D'Alessio, D.A., Mozzoli, M.A., Dawson, E.K. (1998). Protein, fat, and carbohydrate requirements during starvation: anaplerosis and cataplerosis. *Am J Clin Nutr*; 68:12-34.

- Reyes Equiguas, S. (2009). El huahtli y la cotidianidad nahua. *Destiempos*; 3(18): 98-120.
- Wilhelmi de Toledo, F., Buchinger, A., Burggrabe, H., Hölz, G., Kuhn, C., Lischka, E., et al. (2013). Fasting Therapy - an Expert Panel Update of the 2002 Consensus Guidelines. *Forsch Komplementmed*; 20:434-443.
- Winkelman, M. (2002). Shamanism as neurotheology and evolutionary psychology. *American Behavioral Scientist*; 45 (12): 1873-1885
- Winkelman, M. (2010). *Shamanism: A biopsychosocial paradigm of consciousness and healing*. Santa Barbara, CA: ABC-CLIO.
- Winkelman, M. (2013). Shamanism in Cross-Cultural perspective. *International Journal of Transpersonal Studies*; 31(2): 47-62.
- Saz - Peiró, P., Saz - Tejero, Sh. (2015). Indicaciones terapéuticas del ayuno. *Medicina Naturista*; 9(1): 13- 24.
- Serafino G., (2016). Los “últimos” tlahmaquetl nahuas: continuidades e innovación en la Montaña de Guerrero, México. *Anales de Antropología* 50: 288-302

Psicología Comunitaria en México

EDUARDO ALMEIDA ACOSTA

Introducción

Desde fines de los años sesenta del siglo pasado se ha incrementado el interés por conocer la imagen, la percepción, el perfil del psicólogo entre adolescentes, adultos, padres de familia, universitarios y público en general, tanto en México como en otros países del mundo (García y Andrade, 1994). También el psicólogo ha sido objeto de reflexión de los mismos psicólogos. En marzo de 1978 se reunió un grupo importante de psicólogos mexicanos (Taller de Jurica, 1978) para establecer las funciones del psicólogo como profesionista de acuerdo a las necesidades de la población mexicana (investigar, evaluar, planear, prevenir, intervenir para modificar un problema) y según diferentes órdenes de prioridades (problemas, sectores de la población, beneficiarios del servicio). Puede

afirmarse, sin violentar el propósito de esa reunión de Jurica, que ahí se visualizaba ya la importancia del trabajo del psicólogo en el campo comunitario.

El propósito de la Psicología Comunitaria es —siempre de manera dialógica— prevenir amenazas a la supervivencia humana y enfrentar la realidad con sujetos como entes activos que impactan al espacio público y al poder político. La comunidad es antes que nada una relación que genera identidad y el llamado sentido de comunidad. Trabajar con comunidades es respetar la otredad y respetar a sus miembros como actores sociales. ¿Es posible hoy vivir y trabajar en comunidad? ¿Cómo se vive en comunidad en este mundo cada vez más polarizado económicamente? La orientación crítica de la Psicología Comunitaria se enfoca, a veces a la supervivencia y, a veces, no a vivir mejor (¿mejor que qué, mejor que quién?), sino a vivir bien, con una concepción comunitaria de bienestar. Pero ¿Es posible la convivencia comunitaria en un mundo en el que se recrudece la discriminación y el desprecio intercultural? La Psicología Comunitaria es una praxis para vivir y trabajar comunitariamente bien, comprometida y participativamente. Nuestro quehacer es una praxis transformadora para desarrollar la capacidad colectiva de reconocer el poder como relación; para desarrollar la capacidad de poder hacer frente a las dificultades, incluyendo a las de los psicólogos; es una praxis transformadora para desarrollar la capacidad de convivir, con conciencia, libremente. El psicólogo como agente externo en las comunidades necesita problematizarse y sensibilizarse a la condición situada de cada comunidad. En el contexto convulso en el que vivimos ¿Cómo enfrentar comunitariamente, con conciencia, libremente, la violencia y los miedos que aquella genera? La dimensión ética de la Psicología Comunitaria implica protección de nuestros lugares, ensanchamiento de nuestros amores, iluminación de nuestros valores, uso fraternal de nuestros poderes. ¿Hasta dónde es posible pasar del discurso de la ética a la eticidad, es decir a la realización de valores? La dimensión política de la Psicología Comunitaria implica escuchar, observar, responder, actuar. Conlleva limpiar, acicalar la propia cultura, tirar lastres y fortalecer la imaginación para descubrir nuevos horizontes. ¿Es viable en esta época, cargada de odio, la política de la bondad? La tarea es compleja. Dada la carga de absurdos, de frustraciones, de infelicidad y de sinsentidos que parecen avasallar la vida contemporánea, se abre para la Psicología Comunitaria un vasto campo de reflexión y de acción. ¿Qué puede esperarse de las aproximaciones comunitarias a los problemas sociales contemporáneos?

¿Cuál es la relación entre psicología, psicología social y psicología social comunitaria?

La Psicología como ciencia moderna surge en el siglo XIX como un esfuerzo para entender la mente y el comportamiento del individuo, dentro de la cosmovisión burguesa y capitalista propia de la época. Esa aproximación y sus supuestos siguen aún vigentes en la psicología de principios del siglo XXI, con algunas excepciones en vertientes actuales de la Psicología Social, y particularmente en la Psicología Comunitaria. La preocupación fundamental de la tendencia dominante todavía hoy en la psicología es entender cómo funciona la persona individual, ya sea por medio del psicoanálisis, el conductismo, la teoría cognitiva, la neuropsicología o incluso la Psicología Social.

Se trata de identificar las características del ser humano individual en cuanto a motivación y emoción, atención y percepción, aprendizaje y memoria, pensamiento y lenguaje. Por medio de la investigación de esos procesos, habitualmente sin considerar el contexto sociohistórico en el que está inmerso el individuo, se pretende entenderlo y hacerlo apto para vivir o sobrevivir dentro del sistema social capitalista. Esto es así aun cuando se estudia la interacción, el tema fundamental de la Psicología Social: El enfoque se centra en el funcionamiento individual, el del individuo supuestamente liberado de ideas tradicionales, como lugares, valores, amores, responsabilidades. Es el individualismo burgués ligado a la propiedad, a la acumulación, al consumismo, lo que condiciona las relaciones sociales.

La Psicología Comunitaria, una forma de la Psicología Social, surge de la necesidad de una abordaje diferente de la realidad social desde la psicología, uno que pretende ser más relevante porque va más allá de lo individual y de lo interpersonal hacia lo grupal, lo organizacional, lo institucional, lo sistémico, centrado en **lo comunitario** como una estructura que puede ser grupal, organizacional, institucional, o incluso sistémica, y que se caracteriza por ser un proceso psicosocial colectivo de un conjunto de personas, un sistema en evolución de relaciones estabilizadas, de una red dinámica de comunicación, de un tejido de conversaciones concurrentes entre individuos en los que se pueden encontrar mutualidad, afecto e identidad.

¿Cómo se ha desarrollado la Psicología Comunitaria?

La Psicología Comunitaria es la psicología de trabajar con comunidades consideradas en su totalidad o por secciones. En todo caso el trabajo es con la gente dentro de su comunidad, es decir, a partir de un colectivo. Es una verdadera Psicología Social que en su praxis rechaza la aproximación individualista, la de sólo lo intrapsíquico. Por eso le importa el contexto social y los impactos políticos y económicos en la vida cotidiana de la comunidad. No podemos descuidar esos contextos porque nacemos y nos desarrollamos en medios culturales y sociales que nos anteceden. La pretensión es entender cómo la estructura del sistema social impacta la configuración y el funcionamiento de los actos humanos: Pensamiento, emociones, actitudes, usos y costumbres, cultura.

Numerosos investigadores, a partir de experiencias concretas han descrito las características que debe reunir el psicólogo que quiera desarrollar “una práctica que capacite a la gente para volverse interdependiente de modos competentes, productivos y satisfactorios... creando grupos de apoyo, grupos de autoayuda, proyectos comunitarios” (Newbrough, 1991:17). Dokecki (1977), en perspectiva norteamericana, señala que debe ejercer funciones de enlace para el desarrollo humano: Tener orientación interdisciplinaria, detectar fortalezas, capacitar y facilitar, incrementar opciones, ser catalizador del cambio, promover coordinación de servicios, ser creativo y flexible. Perdomo (1988) y de Freitas (1994), con visión latinoamericana, afirman que el psicólogo social comunitario debe analizar y comprender influencias ideológicas en lo psicológico, crear formas de desmitificar ideologías para combatir fatalismo y conformidad y, en función de lo anterior, decidir luego con la comunidad qué hacer. Almeida, Martínez y Torres (1995), a partir de su experiencia comunitaria en el Estado de Puebla, proponen que el trabajo solidario requiere práctica en enfrentar problemas comunitarios específicos, formar equipos interdisciplinarios, llenarse de paciencia, integrar ideas y prácticas, ganarse el derecho de contribuir a la vida de la comunidad, valorar y actualizar talentos y recursos locales, y considerar la especificidad de cada localidad en cuanto a condiciones políticas, oportunidades de servicio y estilos de trabajo.

Gradualmente, a partir de prácticas comunitarias desarrolladas por psicólogos en los últimos 50 años, va conformándose el perfil del psicólogo comunitario. Cada vez es más frecuente encontrar en México a este profesionista colaborando en proyectos comunitarios tanto en instituciones gubernamentales como el Instituto Nacional de Educación de Adultos (INEA), el Desarrollo Integral de la Familia (DIF) o la Secretaría de Desarrollo Social (SEDESOL), etc., como en organizaciones no gubernamentales. Y cada vez se incrementan programas o cursos de Psicología Comunitaria en universidades tanto públicas como privadas.

¿Cómo se trabaja en la actualidad?

La Tercera Conferencia Internacional de Psicología Comunitaria, celebrada en junio de 2010 en la Universidad Iberoamericana Puebla, en México, tuvo como tema general “Aproximaciones Comunitarias a los Problemas Sociales Contemporáneos” (Almeida et al., 2011). Buscó contribuir al estatus científico y profesional de la Psicología Comunitaria como un aporte internacional desde la perspectiva del contexto histórico y sociocultural de los problemas sociales actuales, y como una “Ciencia Enlace” (Stark, 2011: 127), multidisciplinaria, capaz de ofrecer una contribución necesaria y original para enfrentarlos. La Psicología Comunitaria ha sido relevante en relación a los asuntos psicosociales clave confrontados por psicólogos comunitarios en países ricos y países en desventaja, desde la mitad de los años cincuenta del siglo pasado.

Tres fuentes importantes recientes de la Psicología Comunitaria Internacional proporcionan la información para conformar esta revisión general: *International Community Psychology: History and Theories* (Reich et al., 2007); *International Community Psychology: Shared Agendas in Diversity* (Vázquez Rivera et al., 2009); e *Historias de la Psicología Comunitaria en América Latina. Participación y Transformación* (Montero y Serrano-García, 2011).

En los cincuentas y sesentas los problemas psicosociales importantes fueron: cómo atender a las necesidades de salud y de salud mental de la población mundial (Bennett, Sarason, Pichón Rivière, Moffat, Cueli); y cómo aportar contribuciones psicológicas relevantes para resolver problemas del desarrollo (Fals Borda, Seaman, Escovar).

En los años setenta las preocupaciones de psicólogos comprometidos se orientaron a responder a las necesidades de los pobres, de las minorías y de los ancianos. (Bronfrenbrenner, Almeida, Rappaport, Kelly); y a cómo desarrollar

estrategias sociopolíticas alternativas en las naciones en desventaja para terminar con la colonización y para mejorar la condición humana psicológica y material (Freire, Fanon, Maurer Lane, Duncan).

En los ochentas las exigencias fueron cómo responder a las demandas de igualdad de género y a las necesidades de los discapacitados (C. Kagan, Burton, Francescato, Bristo, Ornelas); y cómo enfrentar las dificultades psicológicas para el proceso mundial de democratización (Martín-Baró, Montero Rivas, Seidman, psicólogos Maoris, Teología de la Liberación).

En los noventas el mundo tuvo que preguntarse cómo tratar las nuevas epidemias (VIH—SIDA y otras) y la expansión de la adicción a las drogas (Serrano-García, Pérez Jiménez, Medina Mora, Natera, Orford); y también acerca de cómo enfrentar los impactos psicológicos de las imposiciones del mundo de las finanzas (Zapatistas, Dobles, Bader Sawaiia, Freitas, Fryer).

En los años 2000 nuevas amenazas tuvieron que ser consideradas: cómo combatir la degradación de los sistemas naturales del mundo y cómo tratar las consecuencias psicosociales de la nuevas tecnologías (Mercado, Montero y L. L., Legewie, Wiesenfeld, Malvezzi, Stark, V. Francisco, Voorhees, Blanchard, Obst); y cómo luchar por políticas públicas benéficas para el bienestar de cada ser humano y no sólo para las élites (L. T. Smith, E. Sánchez, Sánchez Vidal, Sixsmith, Sasao, Zambrano, Miranda, Aubry).

En los años que van de esta década (los 2010) el mundo busca estrategias para dar respuestas a los problemas que generan las migraciones y la recesión económica en todas partes (Papineau, Nafstad, Botchway, García Ramírez, Lundburg, Wolff); y para enfrentar las realidades psicosociales de dominación, discriminación, exclusión y violencia generadas por la poderosa tendencia capitalista de dar prioridad absoluta al lucro financiero a costa del bienestar de la humanidad (Trigo, Moreno, Sonn, Vargas Moniz, Bauman, Sacipa).

Los temas mencionados con anterioridad son sin duda algunas de las principales inquietudes psicosociales de las décadas históricas recientes. Hay que reconocer que la Psicología Comunitaria ha sido hasta ahora poderosa en experiencias, diversa en agendas, limitada en teorización y en institucionalización académica, y escasa en la comunicación de sus logros. También ha sido relevante el esfuerzo honesto por desenmascarar algunos de los mitos en boga y de las deformaciones acerca de lo que es la comunidad y la psicología comunitaria.

El asunto principal de las ciencias sociales desde la perspectiva de la Psicología Comunitaria no es solamente la relación entre el individuo y la sociedad, sino la relación entre individuo, comunidad y sociedad. La Psicología Comunitaria, en tanto “ciencia enlace” (Stark, 2011: 127), reconociendo la diversidad de sus agendas locales y regionales, puede ayudar a estudiar y a entender problemas sociales desde las realidades humanas relacionales subyacentes. Puede también contribuir al conocimiento y a la comprensión de situaciones individuales objetivas y subjetivas ligadas a comportamientos sanos y patológicos y a condiciones mentales.

Esto quiere decir que el concepto y realidad de comunidad implica no sólo un papel mediador en los intercambios entre individuo y sociedad, sino que se vuelve en cierto sentido un tercer elemento importante en la explicación y el entendimiento del estatus y de la dinámica de la condición humana: relacionalidad, comunicación, conversación. Cuando hablamos de comunidad nos referimos a una forma de relación grupal sustentada en una interacción dinámica pero relativamente estable, que contiene estrategias de gestión de conflicto, y niveles variables de compartición de utopías. En otras palabras, tenemos en mente un proceso colectivo de un sistema en evolución de relaciones estabilizadas, de una red dinámica de comunicación, de un tejido de conversaciones concurrentes entre individuos, en los que se pueden encontrar mutualidad, afecto e identidad. La comunidad como relacionalidad adopta diferentes estructuras comunitarias según sus lugares y circunstancias, históricas y culturales.

¿Cómo se trabaja en México?

La Psicología como sabiduría se remonta en México a los tiempos prehispánicos, lo que puede apreciarse en el libro *Filosofía Náhuatl estudiada en sus fuentes* (1956/2006) de Miguel León Portilla. También se presentaron desarrollos para ese tipo de psicología en la etapa novohispana y hasta mediados del Siglo XIX (Rodríguez Preciado, 2014). Es a partir del Siglo XIX cuando se considera el inicio de la psicología “científica” con los trabajos de Wilhelm Wundt. En México esta psicología empieza a considerarse a mediados del siglo XX cuando se abre la Carrera de Psicología en la UNAM. No hubo posgrado de Psicología Social hasta 1970 aunque lo que llamamos Psicología Comunitaria tiene antecedentes en acciones que promovió el gobierno como las Misiones Culturales, la Escuela Rural

y el CREFAL. Como militantes mexicanos no acababan de ver que se mejoraran las condiciones de vida de la población con los trabajos de las universidades, las iglesias y los partidos políticos varios de ellos, psicólogos, se abocaron a crear ONG para fortalecer movimientos sociales en la lucha contra la miseria y la carencia de servicios en salud, educación, en el medio rural y en el medio urbano. Se puede decir que la Psicología Comunitaria en México nace de esta indignación y preocupación por atender las necesidades elementales de las mayorías.

La FES Iztacala, antes ENEP Iztacala

Ya en los años 60 en la ahora FES Iztacala se inició un programa de formación de psicólogos conductistas, pero con orientaciones comunitarias (Lozano, Treviño y Lezama, 2003). El aspecto comunitario se lo dio el sociólogo Francisco Gómezjara, un académico con muchas relaciones con los movimientos sociales. Ese programa sólo se implementó entre 1976 y 1983 y luego se clausuró por no haber logrado la participación de las comunidades. Actualmente psicólogos como Fernando Quintanar Olguín siguen realizando acciones comunitarias (Quintanar Olguín, 2010).

UNAM

Los años 60 y 70 fueron años de efervescencia estudiantil. En la UNAM surgió entre estudiantes y docentes el interés por el papel social que podía desempeñar la psicología en propiciar la atención a las necesidades de las poblaciones. Siendo director de la carrera de psicología en 1969 el Dr. José Cueli propuso como un punto importante de su gestión el desarrollar “una psicología nacional para marginados”. Organizó prácticas psicoanalíticas en la entonces zona marginal de Ciudad Nezahualcóyotl y de esa experiencia surgió el modelo de Psicocomunidad (1975). Junto con Cueli trabajaron el Médico Carlos Biró de la UNAM y la psicóloga Teresa Lartigue de la UIA Ciudad de México. Ella aplicó este modelo y llegó a diseñar un programa de Doctorado en Psicología de la Comunidad (1980).

La UNAM ha sido la institución que ha impulsado la Psicología en México. Ahí fueron surgiendo diversas experiencias de orientación comunitaria (Montero y López Lena (2009), unas de tipo clínico y otras de tipo social. Entre las de orientación clínica están el Centro de Investigación y Servicios de Educación Especial

para atender a discapacitados: un aspecto importante de la capacitación de los estudiantes es su habilitación para trabajar en equipo. Se creó también un centro para profesionalizar a los estudiantes para intervenciones clínicas en comunidades en el Centro Comunitario “Julían MacGregor y Sánchez Navarro”. Otra iniciativa en 1981 fue el Centro de Servicios Psicológicos “Dr. Guillermo Dávila”. Además, se puede mencionar el Centro de Prevención y Atención de Adicciones, el Programa de Intervención en Crisis y el Centro Comunitario de Atención Psicológica Los Volcanes en la zona periférica del sur de la Ciudad de México.

Desde la Psicología Comunitaria aparecieron dos tendencias que todavía continúan: la Psicología Ambiental que promovió Serafín Mercado y María Montero; y la Psicología Social Comunitaria promovida por Eduardo Almeida (1985) desde 1979. En 1976 Almeida se integró a una ONG que trabaja en la Sierra Norte de Puebla en una región indígena, tratando de poner en práctica la Ecología del Desarrollo Humano que inició en Cornell Urie Bronfenbrenner (1979). Creó un seminario de posgrado en la UNAM en 1979 y ahí compartía sus publicaciones (Sánchez y Almeida, 1978; Sánchez, Almeida y Reynoso, 1979). En el seminario cada participante narra sus experiencias comunitarias y Almeida las completaba con los aprendizajes que se iban realizando en la Sierra Norte de Puebla (Almeida, 1985; Almeida 1995; La Belle, 1968; Marín, 1988; Martínez Borrego, 1991; Millán y Gojman 1991a, 1991b; Salinas, 1991; Orford, 1992; Sánchez y Almeida, 1992; Gómez del Campo, 1994; Reid y Aguilar, 1995). A mediados de 1980 el grupo se ampliaba cada mes para incorporar a psicólogos sociales de otras universidades para compartir experiencias. De esas reuniones surgió el libro *Psicología Social Comunitaria* (Almeida, Martínez y Varela, 1995).

De 1979 a 1997 varios participantes de ese seminario se titularon como maestros o doctores en Psicología Social a partir de sus involucraciones comunitarias a lo largo del país. De 1982 a 1989 el trabajo académico de Almeida con Manuel Martínez y Wulfrano Torres en la UNAM los llevó a participar en la creación de una Maestría en Psicología Social que empezó a funcionar en Puebla en 1992. También gracias a esa colaboración se diseñaron cuatro cursos de Psicología Social Comunitaria para los estudiantes de licenciatura: 1. Caracterización y teorías, que trata del objeto de estudio de la Psicología Social Comunitaria. 2. Sujeto y método, que se ocupa de los métodos. 3. Procesos de organización social, que se refiere al trayecto de una buena experiencia comunitaria. 4. La consolidación

del proyecto y sus realizaciones (Almeida, 1995). Desde 1997 Almeida trabaja en la Universidad Iberoamericana Puebla en donde gracias al Servicio Social desde 1994 muchos estudiantes hacen trabajo comunitario.

Las experiencias acumuladas en la Facultad de Psicología de la UNAM llevaron a María Montero y a Emily Ito y a otros 18 académicos a crear como línea terminal la opción de Psicología Comunitaria (Montero y López Lena, 2009). Uno de los trabajos recientes de María Montero (3ICCP2010, 2011: 125) ha sido la relación entre la psicología comunitaria y el problema de la pobreza. El interés por la psicología comunitaria en la UNAM ha retomado un nuevo giro gracias a la Dra. Katherine Isabel Herazo González quien ha organizado tres coloquios sobre Psicología Comunitaria y Pueblos Originarios (2014, 2015 y 2016) y lleva a cabo el seminario permanente en Psicología Social Comunitaria “Una aproximación al estudio de los pueblos originarios”. Ha publicado con la psicóloga Brenda Mireya Moreno Luna el libro *Sentido de comunidad en un pueblo originario: Santa Martha Acatitla* (2014).

La Universidad Autónoma Metropolitana

La UAM Iztapalapa

De 1989 a 1993, de 1998 al 2000, y en los últimos años, estudiantes y maestros de la UAM Iztapalapa han desarrollado un proyecto de Psicología Social Comunitaria con participantes del Movimiento Urbano Popular. Gracias a esta acción conjunta y a la combatividad de los habitantes de la colonia San Miguel Teotongo se han mejorado sus condiciones de vida y se ha desarrollado poder civil. Han participado en el proyecto Mario Carranza, María Eugenia Delgado, Jesús Segura, Salvador Arciga, Omar Manjarrés y otros.

En una primera etapa 1989 - 1992 los participantes de la UAM Iztapalapa trabajaron con la Unión de Colonos de San Miguel Teotongo, reivindicando servicios de drenaje, pavimentación, banquetas, etc. y dando servicios psicosociales (en farmacodependencia, sexualidad, espacios recreativos y culturales, organización juvenil, historia de la comunidad y de la Unión de Colonos). En la segunda etapa (1993) se buscó un autodesarrollo integral trabajando en salud, ecología, alimentación, educación, cultura, consumo, producción, comunicación

y organización social. De 1998 a 2000 y en años recientes se ha trabajado una propuesta de Psicología Social de la Salud también con una estrategia integral que incluye la curación, la promoción, el mantenimiento de la salud y el control de enfermedades. El propósito ha sido conformar comunidades sanas.

Con altas y bajas la relación sinérgica comunidad - universidad ha continuado (Carranza, 1998). Los académicos Anne Reid y Miguel Ángel Aguilar (1995) también de la UAM Iztapalapa, constituyeron el Grupo Acción Psicología Social centrándose en trabajos de urbanismo, vivienda, vecindades y desastres. Hacia 2004 Anne Reid trabajó también en zonas rurales del Estado de Oaxaca (Reid, 2004).

UAM Xochimilco

También en la UAM Xochimilco se han desarrollado trabajos comunitarios, varios de los cuales han sido reportados en la revista *Tramas*. Por ejemplo, los escritos de la Dra. Claudia Mónica Salazar Villava (2011, 2013).

El Instituto Nacional de Psiquiatría “Ramón de la Fuente”

Desde 1972 valiosos trabajos en salud comunitaria han venido realizando los académicos del Instituto Nacional de Psiquiatría (Natera, 2009). Se han hecho estudios epidemiológicos sobre salud mental y consumo de drogas y alcohol. Se han desarrollado trabajos comunitarios con grupos socioculturales (Natera y Tiburcio, 2007). Jim Orford, un conocido psicólogo inglés, ha colaborado con el Instituto (1992). Se han realizado investigaciones e involucraciones por parte del Instituto sobre numerosos temas: trabajo sobre bandas juveniles (Lara Cantú et al., 1998), sobre usuarios de heroína (Cravioto et al., 2003), sobre violencia y criminalidad (Ramos, 1992), en relación a suicidios (Borges et al., 2008), con indígenas migrantes (Vega et al., 2008), sobre depresión en mujeres, un trabajo muy importante cuyos resultados han tenido una gran difusión (Lara Cantú et al., 2008). También se ha estudiado la salud mental en la industria (Carreño et al., 2008), mujeres en prisión (Galván et al., 2008), sobre turismo sexual (Gutiérrez et al., 2008), sobre el valor de medicinas alternativas (Berenzón et al., 2006). Esos trabajos se proponen la prevención comunitaria, compartir con las comunidades los resultados de las investigaciones. Se han generado manuales de apoyo. Guillermina Natera

(3ICCP2010, 2011: 59) reportó en la 3ª Conferencia Internacional de Psicología Comunitaria el caso de mujeres indígenas cuya pareja consume alcohol.

El Sistema Universitario Jesuita (suj)

Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente (ITESO)

El ITESO adoptó modelos de Psicología Comunitaria importados de los Estados Unidos en 1975 a través de J.R. Newbrough. Asesorado por él buscó formar psicólogos comunitarios. Se empezó a impartir asignaturas de Psicología Comunitaria en 1977 y se inició una maestría de orientaciones humanísticas y comunitarias que duró poco tiempo (Lafarga y Gómez del Campo, 1994). Cristina Hernández, Juan Antonio Ortiz y José Guadalupe Hernández jugaron un rol importante en el desarrollo del Centro de Atención Psicológica del ITESO.

En 1977 la Escuela de Psicología del ITESO estableció un enfoque comunitario en su plan de estudios. Fue pionera en buscar atender a poblaciones marginadas, en iniciativas como el Centro Polanco. En los años 90 se trabajó en la comunidad suburbana de Santa Ana Tepetitlán, Jalisco, según cuentan Iván Rodríguez y Juan Antonio Ortiz Valdés. El Departamento de Psicología del ITESO que se llamaba “Psicología, Salud y Comunidad” ahora se llama “Psicología, Salud y Educación”. Ha decaído el interés por la Psicología Comunitaria pero se han desarrollado programas muy importantes vinculados al ITESO, como el que describió María del Rocío De Aguinaga Vázquez en su libro *Tatuutzi Maxakwaxi, una experiencia indígena de educación autonómica* (2010). Iván Rodríguez, Noemi Gómez y otros académicos siguen realizando trabajos comunitarios. En 2011 Noemi publicó el libro *Habitar el lugar imaginado* que es una recuperación de una experiencia comunitaria en un medio popular urbano.

UIA Ciudad de México

Ha tenido importancia la Psicología Comunitaria en esta universidad a través de la práctica supervisada en la licenciatura. Teresa Lartigue (1980) tuvo en ello un rol importante. Se trabajó en la granja psiquiátrica “Jose Sáyo” y en

un Hospital Psiquiátrico de Orizaba, Veracruz. Estos trabajos se suspendieron por problemas institucionales. Teresa Lartigue también organizó el Seminario Panamericano de Salud Mental Comunitaria (Lartigue, 1991). Presentó en un libro varias experiencias mexicanas.

La institución que ha mantenido vigencia de orientación comunitaria es el Centro de Desarrollo de la Comunidad que fue organizado como una asociación. Se aprovecharon para formarlo las experiencias del Centro Polanco del ITESO, las de la UIA y el enfoque humanista de Lafarga. En la formación de ese centro influyó también el trabajo de Lourdes Quintanilla (1991) a través de la agrupación “Desarrollo y promoción de la salud comunitaria”. El Centro de Desarrollo Comunitario celebró a principios de julio de 2009 su 24 aniversario. Desde 1990 ha sido dirigido por R.H. Serrano (1991) favoreciendo procesos comunitarios autogestionarios y ofreciendo opciones de práctica profesional en la formación de psicólogos. En la UIA Ciudad de México se fomenta el compromiso social de los estudiantes, como lo atestigua el trabajo presentado por Elsa Sánchez – Corral en la 3ª Conferencia de Puebla (3ICCP2010, 2011: 75).

La UIA Puebla

Esta universidad se ha constituido en un foco de experiencias comunitarias en la región y en el país a través de sus prácticas de psicología (Almeida, 2005) y las de los estudiantes de universidades públicas que han ido a esta universidad durante los Veranos de la Investigación Científica (Almeida, 2008). La UIA Puebla se ha orientado a enfrentar diversas formas de desigualdad (UIA P, 2009) en la región por medio de su programa de Servicio Social (Sánchez, 2003; Soto, 2008; Cuétara y Ramírez, 2008). Claudia Cházaro (3ICCP2010, 2011: 133) dedicó su servicio social al fortalecimiento de redes solidarias con sexoservidoras en Chiapas. Aldo de Gasperín (3ICCP2010, 2011: 93) se ocupó de grupos de estudiantes migrantes en Chicago. En 2015-2016 la UIA Puebla ha iniciado el Centro Comunitario “Segundo Montes” para consolidar la formación social de sus estudiantes e incidir en su entorno.

Centro de Estudios y Desarrollo Rural (CESDER)

Otra experiencia importante es la del Centro de Estudios y Desarrollo Rural (CESDER) en Zautla, Puebla que mantiene vínculos con la UIA Ciudad de México a través de la psicóloga Dora María Ruíz Galindo (1992) y el arquitecto Oscar Hagermann. El CESDER ha llegado a ser un referente de educación rural. Sigue dando frutos en la región con repercusiones en el país, en Colombia y en Chile. Yunuén Manjarrez (3ICCP 2010, 2011:128) presentó en la 3ra Conferencia Internacional de Psicología Comunitaria la experiencia de la Maestría en Pedagogía del Sujeto que se imparte actualmente por el CESDER en Tepexoxuca, Puebla. Actualmente se imparte ahí también una Maestría en Narrativas.

La Benemérita Universidad Autónoma de Puebla (BUAP)

Se realizaron trabajos de Psicología Comunitaria de 1985 a 1992 en el CIPSO (Centro de Investigación en Psicología Social). Manuel Martínez trabajó en la comunidad de San Francisco Ocotlán y Wulfrano Torres en Nealtican, en el Estado de Puebla. Eduardo Almeida y ellos dos colaboraron en la creación de la Maestría en Psicología Social. Manuel Martínez y sus amigos crearon la revista *Psicología Social Comunitaria*. Publicó 4 números entre 1992 y 1996 y el libro *Psicología Social Comunitaria* en 1995. Se ha vuelto a publicar la revista a partir de 2012 y ya va en su edición número 8. Wulfrano Torres (3ICCP2010, 2011: 111) ha estudiado las relaciones entre poder y violencia en el noviazgo. Gabriel Montes (3ICCP2010, 2011: 131) presentó en la 3ra Conferencia “Una metodología de la problematización de necesidades”. Elisa Valenzuela (3ICCP 2010, 2011:80) expuso la ponencia “Proyecto de intervención en animación sociocultural de educación ambiental”. Manuel Martínez, Nicolás Martínez y otros colegas siguen impartiendo cursos de Psicología Comunitaria en la BUAP.

La Universidad Autónoma de Sinaloa (uas)

Desde la fundación de la Facultad de Psicología en 1979, y con el impulso de su fundador Domingo García, hubo un florecimiento de experiencias en el Estado. En 1982 tuvo lugar en Mazatlán, Sinaloa un “Curso Nacional de Promoción Sociocultural” (Follari, Hernández y Sánchez Peralta, 1984). Estudiantes de la uas de diferentes carreras, trabajo social y psicología en particular, se relacionaban con cerca de 60 comunidades rurales. Alcanzó gran notoriedad la experiencia de Surutato, un proyecto de educación para el autodesarrollo comunitario siguiendo el modelo de Ackoff (CONAFE, 1990). La experiencia comunitaria iniciada en 1994 por David Werner (Werner y Bower, 1994; Fajardo y Werner, 1998) orientada a mejorar la salud de los campesinos de la Sierra Madre Occidental promovió varios grupos, uno de ellos en la comunidad de PROJIMO, integrada por discapacitados para crear mejores condiciones de vida para ellos mismos. Actualmente Mario Carranza es el enlace entre ese grupo y el medio urbano. Carranza, por otra parte ha trabajado también con estudiantes de la UAM-I en la zona marginal de San Miguel Teotongo en la Ciudad de México (Manjarrez et al., 2000). En Sinaloa, Carranza trabaja también con campesinos pobres en Villa Juárez, Sinaloa. Es una población que se quintuplica cada año cuando migrantes jornaleros indígenas del sur de México van al Norte buscando empleo e ingreso. Con su equipo (3ICCP2010, 2011: 85) Mario Carranza sigue colaborando en la rehabilitación de discapacitados con la agrupación PROJIMO.

La UAEM (Estado de Morelos)

La Universidad Autónoma del Estado de Morelos (Cuernavaca, Mor.) ha propiciado numerosas experiencias de Psicología Comunitaria. Desde el año 2000 existe un posgrado de Psicología Comunitaria impulsado por Alejandro Vera y Jorge Mario Flores Osorio. Georgina Flores Mercado (2012) ahora en el IIS—UNAM, ha hecho investigación psicocultural comunitaria etnográfica con músicos de Michoacán y de Morelos. Esperanza López Vázquez (2012) ha estudiado la percepción de riesgo frente a peligros naturales y tecnológicos. En 2015 fue coorganizadora del 1er Congreso de Psicología Transdisciplinar en la UAEM.

En 1971 se creó la Facultad de Psicología y el Centro Experimental para la Formación Tecnológica (CEDEFT). En el plan de estudios 1971 - 1985 de la carrera de psicología se impartió la asignatura “Desarrollo de Comunidades” a partir de la cual hubo trabajos en las comunidades de Hutzilac, Fierro del Toro, Tres Marías y Cuajomulco. Jorge Mario Flores Osorio ha trabajado ahí en proyectos de prevención de adicciones, salud reproductiva, creatividad, ecología con niños e identidad de los jóvenes.

De 1980 a 1987 en el municipio de Tlayacapan se desarrollaron proyectos de creatividad infantil, tiempo libre con adolescentes y autogestión con mujeres. Se organizó con refugiados guatemaltecos en Axochiapan el proyecto de una comunidad autogestora. También se ejecutaron proyectos en los Centros de Readaptación Social (CERESOS) y en el Centro Tutelar de Menores del Estado de Morelos.

En los ochentas hubo un intercambio entre el CEDEFT y psicólogos sociales de la UAEM. Junto con estudiantes se realizaron proyectos en las comunidades de Santo Domingo, Amatlán y San Juan Texcalpan, todos del municipio de Tepoztlán. También se trabajó en los barrios marginales de Patios de la Estación y Rancho Tetela en Cuernavaca.

En el Estado de Morelos desde los 80 existen osc (Organizaciones de la Sociedad Civil) que incluyen a psicólogos para su actividad comunitaria. Es el caso del Centro de Encuentros y Diálogos (CED), el Centro de Investigación - Acción, y el Centro Latinoamericano de Investigación, Intervención y Atención Psicosocial (CLIIAP, A.C) creado por Jorge Mario Flores Osorio. Esta asociación convocó en 2007 al “I Congreso Internacional de Intervención y Praxis Comunitaria” para reflexionar sobre experiencias comunitarias en América Latina. Se han celebrado ya cuatro congresos más: San Cristóbal de las Casas 2009, Tijuana 2011, Santiago de Chile 2013 y San Cristóbal de las Casas 2015.

En 1986 con un nuevo plan de estudios se consolidó el área de Psicología Comunitaria en la UAEM. Se realizan experiencias en escuelas secundarias y en comunidades del Estado en las que sobreviven tradiciones indígenas (Flores Osorio, 2013). Los programas de Posgrado en Psicología Comunitaria están ahora en reestructuración. Jorge Mario Flores Osorio sigue ahora muy activo con su organización. En 2010 en la 3ra Conferencia Internacional de Psicología Comunitaria (3ICCP2010, 2011: 130) presentó la ponencia “Inclusión—exclusión: problema ético de la Psicología Comunitaria”.

En 1984 - 1993 se organizaron encuentros de Psicología Social “México, Centroamérica y el Caribe” (Avilés Bazúa, 2009). La intención era contribuir a formar una psicología más allá de las aulas, una psicología liberadora de los paradigmas positivistas dominantes.

La Universidad Autónoma de Querétaro

En esta universidad se han realizado también trabajos comunitarios. La promotora principal ha sido la Dra. Ana María del Rosario Asebey Morales, con el apoyo del Dr. Marco Antonio Carrillo Pacheco (psicólogo educativo) que tiene un cargo administrativo. En 2010 Ana María (2010) junto con el psicólogo cubano Manuel Calviño publicó el libro *Psicología y acción comunitaria. Sinergias de cambio en América Latina*, editado en la Habana por Editorial Caminos y la Universidad Autónoma de Querétaro. En ese libro la Dra. Asebey (2010: 253 - 276) escribió el capítulo “La intervención comunitaria en la salud mental desde la extensión comunitaria”.

La Universidad de Colima

En esta universidad desarrollan trabajos de orientación comunitaria el Dr. Antar Martínez y el Mtro. Edwin Mayoral, entre otros. En 2007 se publicó el libro “Experiencias de desarrollo rural. Dos visiones de vinculación universitaria: Colima y Iowa” coordinado por Renato Francisco González Sánchez y María Antonieta Barrón Pérez. En ese libro aparece el artículo entre otros de orientación comunitaria el texto “Desarrollo Comunitario en Suchitlán, Colima: cuento de un proceso de formación para la vida” de María Guadalupe Chávez Méndez (Chávez Méndez, 2007: 139 - 176).

La Universidad Veracruzana

Tiene programas formales de posgrado en Psicología Comunitaria en los que se han formado más de 140 especialistas (Illescas, 2003). El antecedente para la Psicología Comunitaria en Xalapa, Veracruz fue un plan curricular de 1974 en la Academia de Medicina Comunitaria de la Facultad de Medicina. Dio lugar en 1980 a la Red Universitaria de Atención Primaria de Salud.

En 1983 se integraron en un equipo académico Libertad Hernández Landa, Luis Rodríguez Gabarrón y Francisco Gómezjara para crear intervenciones de corte comunitario, tales como el Proyecto Niños de la Calle y el Programa Estatal de la Mujer. El nuevo modelo educativo de 1999 tuvo como uno de sus ejes el de procesos comunitarios y medio ambiente. El proyecto de posgrado que se fue configurando desde 1990 (Félix López, 1993) se consolidó en 1993 como Especialización en Psicología Comunitaria. Más tarde se integró a esa especialización la propuesta de metodología de Animación Sociocultural (Cembranos y cols, 1989). Esta especialidad se impartió a distancia en las cinco regiones de la uv: Coatzacoalcos - Minatitlán, Veracruz, Córdoba - Orizaba, Xalapa y Tuxpan - Poza Rica. La Maestría en Desarrollo Comunitario se inició en 1995 y el Doctorado en Salud Mental Comunitaria en 1997. A nivel licenciatura (Universidad Veracruzana, 1999) se imparte la materia de Psicología Comunitaria. Idalia Illescas y su equipo (3ICCP2010, 2011: 71) presentaron en la 3ra Conferencia un diagnóstico nutricional comunitario de adultos mayores de una zona rural del Estado de Veracruz.

La Universidad Autónoma de Yucatán (UADY)

Se ha realizado un programa “UNI” para los profesionales de la salud (Fundación Kellog) que incluye Centros Comunitarios en barrios de la Ciudad de Mérida. La Facultad de Psicología de la UADY coeditó en 1995 el libro *Psicología Social Comunitaria* de Almeida, Martínez y Varela (1995). En un artículo de Teresita Castillo León y Rebelín Echeverría Echeverría (2009) aparecen cuatro investigaciones realizadas en la Ciudad de Mérida y en seis comunidades rurales del Estado de Yucatán. Aplicaron la Investigación Acción Participativa. María Teresita Castillo León (3ICCP2010, 2011: 105) presentó en la 3ra Conferencia en Puebla el trabajo “La salud y su promoción en una comunidad rural yucateca: una perspectiva intercultural”. Teresita y Rebelín continúan realizando trabajo comunitario en 2016.

Experiencias en Sonora

José Vera Noriega (2009) y sus colaboradores han realizado experiencias de desarrollo comunitario en el Noroeste de México, enfocadas a la salud y a la educación. Para llevarlas a cabo se ha contado con el apoyo del Consejo Nacional de Ciencia

y Tecnología (CONACYT), instituciones de base, OSC, gobiernos municipales y organizaciones locales que participan en los proyectos.

Otra experiencia notable se desarrolla en la comunidad de Los Horcones. Juan Robinson la empezó en los años 70 intentando hacer realidad el sistema social que se describe en la novela *Walden* de B.F. Skinner. La comunidad sigue trabajando y desarrollando tecnología educativa y ha sobrevivido en la transición hacia la globalización. Esta experiencia ha logrado buenos resultados con niños de educación especial. Es uno de los centros de investigación y rehabilitación más importantes del Noroeste de México.

De 1990 a 2000 el Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo A.C (CIAD) trabajó bajo la dirección del Dr. José Ángel Vera. En el municipio de San Pedro de la Cueva y Matape, Sonora, se estableció un laboratorio permanente de Psicología Comunitaria.

En el Instituto Tecnológico de Sonora (ITSON) se fundó y se diseñó en 1997 un plan coordinado por Yaneki Ahumada para comunidades empobrecidas. El programa continúa y cuenta ahora con un espacio físico y un espacio virtual que enlaza a la comunidad académica con la población objetivo. Se atienden comunidades urbano— marginadas rurales, y comunidades indígenas del sur del Estado. De 1997 a 2006 se había ya trabajado en más de 134 comunidades en favor de 78,999 personas incluyendo a niños, adolescentes, adultos, indígenas y de la tercera edad, población con discapacidad y grupos minoritarios. El programa ha sido apoyado por más de 200 organizaciones sociales, por el gobierno y por el sector privado. Hasta 2006 se habían visto involucrados 19,169 estudiantes en su paso por la universidad. Se cuenta con 61 programas permanentes de atención comunitaria y se acaba de construir en Centro Comunitario para el Desarrollo Comunitario (CUIDEC).

Experiencias en Chiapas

A partir del alzamiento Zapatista en 1994 en San Cristóbal de las Casas se han intensificado los trabajos comunitarios (Santiago, 2009). Con anterioridad, durante la Guerra Civil en Guatemala, se trabajó atendiendo a la vulnerabilidad psicológica de los refugiados. Entre 1994 y 1997 se buscó contrarrestar los efectos de la represión a la rebelión indígena. La salud mental fue parte de

la atención en esa emergencia. Se han creado centros de Derechos Humanos. A partir de 1997, el acompañamiento psicosocial se ha vuelto acompañamiento físico ante las masacres de Acteal, Chavajeval y Unión Progreso. El Colectivo de Unión para la Paz (CEPAZ) se abocó a atender a la niñez desplazada. El Centro de Derechos Humanos Fray Bartolomé de las Casas (mejor conocido como el FRAYBA) integró un área de salud mental de la que carecía. La investigación colectiva “Mejora de las condiciones psicosociales de presos y presas políticos de Chiapas y sus comunidades”, entre 1995 y 2003 incluyó la participación de presos, ex presos, familiares. También participaron miembros del colectivo IK, del grupo CEJA, de “Naturaleza para todos A.C”, el GAC. A.C, el Colectivo Estudiantil Arena. Los resultados de esa investigación se reportaron en 2004 en seis volúmenes: “La cárcel y su afrontamiento personal y colectivo”. En 2004 se conformó el EPFIC (Espacio psicosocial para el fortalecimiento comunitario, A.C) con profesionales trabajando durante muchos años en diferentes regiones de Chiapas. Ha dado atención psicoterapéutica en el Centro y los Altos de Chiapas. El EPFIC coordinó el curso de “Intervenciones psicosociales en contextos de violencia política”. Cecilia Santiago Vera (3ICCP2010, 2011: 113) presentó su trabajo de aprendizaje recíproco con indígenas chiapanecos en la 3ra Conferencia en Puebla.

Ocupa mención aparte el Movimiento Zapatista que ha desarrollado iniciativas ejemplares en la lucha contra la hidra capitalista. Ha promovido encuentros de 1994 a la fecha, rompiendo la inmovilidad social nacional y ayudando a buscar caminos de futuro. La Otra Campaña y la Zexta Internacional promueven redes para hacer comunidad más allá de las propias fronteras, construyendo así ese otro mundo posible (EZLN, 2009). Para comunicar y compartir su lucha el EZLN ha creado “La Escuelita Zapatista” y en 2015 organizó el Seminario de Pensamiento Crítico frente a la Hidra Capitalista (Comisión Sexta del EZLN, 2015).

A modo de reflexión final

El interés estudiantil por la Psicología (es la cuarta o quinta carrera de escogencia a nivel nacional) tendrá que vitalizarse, tiene que limpiarse de sus dependencias de un saber muy cosificado, y fecundarse con la sabiduría cultural propia de México y del mundo Mesoamericano y Andino.

La Psicología Comunitaria ofrece una oportunidad de reivindicar saberes ocultos y opacados, de politizar a pueblos que por siglos han cargado con su vida y su trabajo a minorías holgazanas y encapsuladas, de potenciar sujetos y comunidades a contracorriente.

Trabajar en comunidades es respetar la otredad y respetar a sus miembros como actores sociales. Como afirmaba Ricardo Robles “El Bronco” que trabajó durante mucho tiempo en Chiapas: “Vivir en comunidad es la única manera verdaderamente humana, porque todos necesitamos de todos”. La Psicología Comunitaria implica protección de nuestros lugares, una tarea indispensable hoy más que nunca; incluye ensanchamiento de nuestros amores porque la vida es amor; requiere iluminación de nuestros valores, es decir los de vida y dignidad; conlleva uso fraternal de nuestros poderes, de nuestra capacidad de pensar y sentir y de organizarnos para el buen vivir.

Esta Psicología Comunitaria es la respuesta más radical a la Psicología Social individualizante y somatizante y una reivindicación de la Psicología de los Pueblos frente al origen burgués decimonónico de la llamada “psicología científica”. La Psicología Comunitaria ha intentado no olvidar que la estructura social (y ahora este neocapitalismo) impacta la configuración y el funcionamiento de las sociedades, las comunidades y los sujetos humanos. En la actualidad la Psicología Comunitaria (Cf. 6ta Conferencia Internacional de Psicología Comunitaria, Durban, Sudáfrica, 27 - 30 de mayo del 2016), se propone a nivel local, regional e internacional propiciar “Diálogos globales sobre conocimiento crítico, liberación y comunidad”. Los temas principales son: producción de conocimientos y posturas contestatarias en Psicología Comunitaria; descolonización, poder y justicia epistémica; consideración de las diversidades como se presentan en el actual contexto sociohistórico; enseñanza y aprendizajes en Psicología Comunitaria.

Como se ve el concepto y realidad de comunidad es imprescindible en la explicación y en el entendimiento del estatus y de la dinámica de la condición humana: relacionalidad, comunicación, conversación.

La Psicología Comunitaria en México ha buscado llegar a ser una disciplina teórica y práctica con aportes propios para entender la realidad social y para lograr mejorar las condiciones de vida de la población en cuanto a dignidad, justicia y paz. Es una perspectiva asentada en el inconsciente colectivo de este país.

La recuperación de trayectorias comunitarias permite descubrir aportes de vigor y reciedumbre de los pueblos indios y campesinos de México.

El panorama de las numerosas experiencias recopiladas es impresionante. Es sólo un primer intento de inventariar el campo de compromiso de un gran número de psicólogas y psicólogos que han laborado en un escenario de poca remuneración, poco reconocimiento y de involucrarse en el espesor de la vida de las comunidades. La fortaleza de este proceso universitario se debe no tanto a la institucionalidad sino a la creatividad de equipos que han sabido buscar y encontrar espacios académicos, rurales y urbanos para ligar Psicología y Comunidad. La UNAM, las UAM y el Instituto Nacional de Psiquiatría han creado instancias para enfrentar problemas de salud comunitaria, catástrofes y las terribles consecuencias de la pasmosa desigualdad en la distribución de la riqueza. Las Instituciones Jesuitas se han esforzado por llevar a la acción la opción preferencial por los pobres. Desde la complejidad de la Psicología Comunitaria mexicana puede vislumbrarse que su fortaleza radica en una intrincada red de colegas y amigos que se ha ido tejiendo a lo largo de 50 años en todo México. Pueden detectarse, desde la Psicología Comunitaria los lazos sociales que vinculan a la BUAP, la UAS, la UAEM, la UAQ, la UC, la UV, la UADY, el ITSON, la Unitierra, el ITESO, las UIA, las UAMES y la UNAM; y a ONG como PRADE, el CIAD, la EFFIC, la UCI-RED.

La mayor dificultad para la Psicología Comunitaria en México ha sido la débil institucionalización de la misma por muchas causas. Como ya se dijo no se valora mucho la dedicación profesional al enfrentamiento de la problemática social. Las orientaciones más fuertes en Psicología han sido hacia la clínica, lo educativo y lo organizacional con orientación centrada en el individuo. Los dos programas de posgrado de Psicología Comunitaria en México (Cuernavaca y Xalapa) casi no tienen demanda estudiantil, su profesorado ha envejecido o se ha jubilado y las instituciones siguen apostándole al neoliberalismo decadente.

El campo de la Psicología Comunitaria requiere reforzar los fuertes vínculos informales nacionales y tratar de hacerlos más visibles. Requiere también abrirse más y aportar su riqueza de experiencias y aprendizajes al ancho mundo. En los primeros años de este siglo XXI se han intensificado los contactos internacionales con psicólogos comunitarios latinoamericanos gracias en particular a los Congresos de la SIP, a los de Psicología de la Liberación y a los de Intervención y

Praxis Comunitaria. A nivel global el contacto ha sido a través de las Conferencias Internacionales de Psicología Comunitaria, la de San Juan de Puerto Rico en 2006 y la de Lisboa Portugal en 2008. La de Puebla en 2010 fue de gran impulso para la Psicología Comunitaria. El impulso se ha continuado en Barcelona, en Fortaleza Brasil, y ahora en Durban, Sudáfrica. La perspectiva inmediata a futuro parece ser que la Psicología Comunitaria en México continuará floreciendo gracias a cada vez más experiencias comunitarias universitarias no institucionales.

Referencias bibliográficas

- Almeida, E. (1985). *Programa de trabajo del Área de Psicología Social del Desarrollo Rural*. México, D. F.: Texto presentado para Concurso de Oposición en la Facultad de Psicología de la UNAM.
- Almeida, E. (1995). *Psicología Social Comunitaria. Un enfoque didáctico—práctico*. Puebla, México: Manuscrito inédito. Publicado con permiso del autor.
- Almeida, E. (2005). *Guía de Estudio de Psicología Social y Comunitaria*. Puebla, México: UIA Puebla Manuscrito Inédito. Publicado con permiso del autor.
- Almeida, E. (2008). Experiencias de Investigación en Psicología Social Comunitaria. En L. Reidl (Comp.). *Perspectiva de la investigación en Psicología Social: 1990-2005* (15- 49). México, D. F.: UNAM.
- Almeida, E., Hinojosa, G., Soto, O., Inguanzo, G., Sánchez, M. E., Cuétara, C. (eds.) (2011). *International Community Psychology: Community Approaches to Contemporary Social Problems*. Puebla, México: Universidad Iberoamericana Puebla.
- Almeida, E., Martínez, M. y Varela, M. (1995). *Psicología Social Comunitaria*. Puebla, México: Universidad Autónoma de Puebla / Universidad Autónoma de Yucatán.
- Almeida, E., Martínez, M. y Torres, W. (1995). Programa de formación de psicólogos comunitarios rurales. En E. Almeida, M. Martínez. y M. Varela. *Psicología Social Comunitaria* (261-279). Puebla, Pue.: Facultad de Psicología BUAP y Facultad de Psicología UADY.
- Asebey, A.M. y Calviño, M. (2010). *Psicología y Acción Comunitaria*. La Habana: Editorial Caminos, Coedición con la UAQ.
- Asebey, A.M. (2010). La intervención comunitaria en la salud mental desde la extensión universitaria. A.M. Asebey y M. Calviño. En *Psicología y Acción Comunitaria*. 253-276. La Habana: Editorial Caminos, Coedición con la UAQ.
- Avilés Bazúa, A. (2009). *Relatoria breve de Encuentros de Psicología Social México, Centroamérica y el Caribe, 1984- 1993*. Culiacán, México.: Manuscrito inédito. Publicado con permiso del autor.

- Berenzon, S., Ito, E. y Vargas L. A. (2006). Enfermedades y padeceres por los que se recurre a terapeutas tradicionales de la Ciudad de México. *Salud Pública de México*, 48, 1, 45-4.
- Borges, G., Benjet, C., Medina Mora, M. E., Orozco, R. y Wang, P.S. (2008). Treatment of mental disorders for adolescents in Mexico City. *Bulletin of the World Health Organization*, 86, 10, 757-764.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press.
- Carranza, M. (1998). *Proyecto Psicología Social de la Salud*. México, D. F.: Coordinación de Psicología Social. UAM-Iztapalapa.
- Carreño, S., Medina Mora, M. E., Natera, R. G., Tiburcio, M., Ortiz, A. y Ruiz, E. (2008). *¿Problemas por el consumo de alcohol y drogas en centros de trabajo? ¿Cómo prevenirlos? Manual de intervención*. México, D. F.: Editorial Pax.
- Castillo León, T. y Echeverría Echeverría, R. (2009). La IAP como alternativa para la investigación sociocomunitaria aplicada en escenarios educativos. En CUMEX. *Investigación en Psicología Social* (189-221). Mérida, México.: UADY y CUMEX.
- Cembranos, F. (1989). *La animación sociocultural*. Madrid: Ediciones Popular.
- CONAFE (1990). *Surutato. Una experiencia en educación para el autodesarrollo comunitario*. México, D.F.: CONAFE y CEJUS.
- Cravioto, P., Medina Mora, M. E., De la Rosa B., Galván, F. y Tapia-Coyer, R. (2003). Patrones de consumo de heroína en una cárcel de la Frontera Norte de México: barreras de acceso a tratamiento. *Salud Pública de México*, 45, 3, 181-190.
- Cueli, J. y Biro, C.E. (1975). *Psicocomunidad*. México, D.F.: Prentice Hall Internacional.
- Cuétara, C. y Ramírez, N. (2008, 4-6 de junio). *Procesos educativos y redes de apoyo solidario en una comunidad devastada por el huracán STAN*. Ponencia presentada en la 2ª. Conferencia Internacional de Psicología Comunitaria. Lisboa, Portugal.
- Chávez Méndez, M.G. (2007). Desarrollo comunitario en Sochitlán, Colima: cuento de un proceso de formación para la vida. En R.F González Sánchez y M.A. Barrón Pérez (coords.). *Experiencias de desarrollo rural*. Colima: Universidad de Colima y Iowa State University.
- De Aguinaga, M. del R. (2010). *Tatuutsi Maxakwaxi, una experiencia indígena de educación autónoma*. Tlaquepaque, Jalisco: ITESO.
- De Freitas, M. de F. Q. (1994). Prácticas en comunidad y psicología comunitaria. En M. Montero *Psicología Social Comunitaria. Teoría, método y experiencia* (139—166). Guadalajara, Jal.: Universidad de Guadalajara.

- Dokecki, P. R. (1977). The liaison perspective on the enhancement of human development: Theoretical, historical and experiential background. *Journal of Community Psychology*, 5, 13-17.
- EZLN (2009). Siete vientos y otros cuentos. *Festival de la Digna Rabia*. San Cristóbal de Las Casas, Chiapas, México: Ediciones Pirata.
- Fajardo, R. y Werner, D. (1998). Salud rural autogestiva: el proyecto Piaxtla. En J. A. Haro, y B. de Keijzer, *Participación comunitaria en salud* (89-103). Hermosillo, México: El Colegio de Sonora.
- Félix López, G. A. (1993). La Especialidad en Psicología Comunitaria del Instituto de Investigaciones Psicológicas: Una experiencia en el diseño curricular. *Psicología y Salud*, 2, 127-135.
- Flores Mercado, B. G. (2009, 4 de marzo). *Investigación psicocultural comunitaria*. Cuernavaca, México.: Facultad de Psicología, UAEM. Manuscrito inédito. Publicado con permiso de la autora.
- Flores Osorio, J. M. (2003). Metodología y epistemología de la investigación psicosocial.
- En *Información psicológica*, 78, 71-79.
- Follari, R., Hernández, J., y Sánchez Peralta F. (1984). *Trabajo en Comunidad: análisis y perspectivas*. Culiacán, México: Universidad Autónoma de Sinaloa.
- Fundación Kellogg (1994). *Programa UNI*. Sao Paulo: Ediciones Loyola.
- Galván, J., Serna, G. y Hernández, A. (2008). Aproximaciones de las redes sociales: una vía alterna para el estudio de la conducta de uso de drogas y su tratamiento. *Salud Mental*, 31, 5, 391-402.
- García, S. y Andrade, P. (1994). La imagen del psicólogo en los adolescentes. *La Psicología Social en México Vol. V*. México. D. F.: AMEPSO.
- Gómez del Campo, J. F. (1994). *Psicología de la Comunidad. Perspectivas teóricas, modelos y aplicaciones*. México, D. F.: Universidad Iberoamericana.
- Gómez Gómez, E.N. (2011). *Habitar el lugar imaginado*. Tlaquepaque, Jal.: ITESO.
- González Sánchez, R.F y Barrón Pérez, M.A (2007). *Experiencias de desarrollo rural*.
- Colima: Universidad de Colima y Iowa State University.
- Gutiérrez, R. y Vega, L. (2008). *Cómo prevenir y desalentar el consumo de sustancias en adolescentes, niños y niñas que subsisten en la calle. Manual de intervención*. México, D. F.: Editorial Pax.
- Herazo, K. y Moreno, B. (2014). *Sentido de comunidad en un pueblo originario: Santa Martha Acatitla*. Ciudad de México: UNAM.

- Illescas Nájera, I. (2003). El desarrollo de la Psicología Comunitaria en Xalapa. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 8, 1, 5-23.
- Ito, E. (1986). Autopercepción del cambio provocado por la industrialización de una comunidad rural: el caso del petróleo en Reforma, Chiapas. *La Psicología Social en México Vol. 1*. México, D.F.: AMEPSO.
- La Belle, T. J. (1986). *Non formal education in Latin America and the Caribbean. Stability. Reform, or Revolution*. New York: Praeger.
- Lafarga, J. y Gómez del Campo, J. (1992). *Desarrollo del Potencial Humano Vol. IV*. México, D.F.: Trillas.
- Lara Cantú, M. A., Romero, M., Dallal, C., Stern, R. y Molina, K. (1998). Percepción de una comunidad del uso de solventes inhalables. *Salud Mental*, 21, 2, 19-28.
- Lara Cantú, M. A., Luna, M., Acevedo, M. (2008). *Ayudando a mujeres con depresión*.
- Intervención psicoeducativa. Manual de Intervención*. México, D. F.: Editorial Pax.
- Lartigue, M. T. (1980). *Biopsicología Social. Un punto de vista global de la persona*. México, D. F.: Alhambra Mexicana.
- Lartigue, M. T. (Comp.) (1991). *Salud Comunitaria: una visión Panamericana*. México, D. F.: Universidad Iberoamericana.
- León - Portilla, M. (1956/2006). *Filosofía Náhuatl estudiada en sus fuentes*. Ciudad de México: UNAM.
- López Vázquez, E. (2009, 4 de marzo). *Percepción de riesgo frente a peligros naturales, tecnológicos y del medio ambiente*. Cuernavaca, México: Facultad de Psicología, UAEM. Manuscrito inédito. Publicado con permiso de la autora.
- Lozano Treviño, L. R. y Lezama, E. (2003). *Algunas consideraciones sobre el trabajo de intervención comunitaria en la ENEP Iztacala; UNAM*. México, D. F.: FES Iztacala.
- Manjarrez, J. O. y Valenzuela, M. (2000). Un esfuerzo por liberarse de la tradición autoritaria: La Unión de Colonos de San Miguel Teotongo (1975-1992). En J. J. Vázquez, *Psicología Social y Liberación en América Latina* (233-244). México, D. F.: UAM - Iztapalapa.
- Marín, G. (1988). La Psicología Comunitaria en América Latina. En A. Martín, F. Chacón, y M. Martínez, *Psicología Comunitaria* (393-401). Madrid: Visor.
- Martínez Borrego, E. (1991). *Organización de productores y movimientos campesinos*. México, D.F.: Siglo XXI.

- Millán, S. y Gojman, S. (Coords.) (1991a). *Cuadernos I*. México, D.F.: Instituto Mexicano de Psicoanálisis, A. C., Seminario de Sociopsicoanálisis.
- Millán, S. y Gojman, S. (Coords.) (1991b). *Cuadernos II*. México, D.F.: Instituto Mexicano de Psicoanálisis, A. C. Seminario de Sociopsicoanálisis.
- Montero, M. y Serrano-García, I. (comps.). (2011). *Historias de la Psicología Comunitaria en América Latina. Participación y Transformación*. Buenos Aires Paidós.
- Montero y López Lena, M. (2009, 12 de marzo). *Surgimiento y desarrollo de la Psicología Comunitaria dentro de la Facultad de Psicología de la UNAM*. México, D. F.: UNAM. Manuscrito inédito. Publicado con permiso de la autora.
- Natera, G. y Tiburcio, M. (2007). Tailoring an intervention model to help indigenous families cope with excessive drinking in Central Mexico. *Salud Mental*, 30, 6, 32-42.
- Natera, G. (2009). *La Psicología Comunitaria, las adicciones y la salud mental*. México, D. F.: Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente. Manuscrito inédito. Publicado con autorización de la autora.
- Newbrough, J. R. (1991). Hacia una teoría de la comunidad para la Psicología Comunitaria. *Revista Interamericana de Psicología*, 25, 1, 1-22.
- Orford, J. (1992). *Community Psychology: Theory and Practice*. Chichester, Reino Unido: Wiley.
- Participación de la Comisión Sexta del EZLN (2015). *El pensamiento crítico frente a la hidra capitalista I*. Ciudad de México: Autor.
- Perdomo, G. (1988). El investigador comunitario. ¿Científico imparcial o gestor del cambio social? *Boletín de la AVEPSO*, 9, 1, 14-23.
- Quintanar, F. (2010). Elementos para el trabajo del psicólogo en comunidad: el tiempo, el lenguaje, la convivencia y los sueños como recursos de intervención. En M.A Asebey y M., Calviño. *Psicología y Acción Comunitaria*. 17-46. La Habana: Editorial Caminos y Coedición con la UAQ.
- Quintanilla, L. (1991). La autoestima en la formación de paraprofesionales. En M. T. Lartigue. (Comp.). *Salud Comunitaria. Una Visión Panamericana*. México, D. F.: Universidad Iberoamericana.
- Ramos, L. (1992). Percepciones sobre violencia y criminalidad en dos comunidades de la ciudad de México. *Revista Mexicana de Psicología*, 9, 1, 59-66.
- Reich, S. M., Riemer, M., Prilleltensky, I., Montero, M. (eds.). (2007). *International Community Psychology. History and Theories*. New York: Springer.

- Reid, A. (coord.) (2004). *El proyecto UAM Iztapalapa-Guardianes del Futuro*. San Pedro Tututepec, Oaxaca, Informe Final. México, D. F.: UAM Iztapalapa.
- Reid, A. y Aguilar, M. A. (1995). México: La construcción de una Psicología Social Comunitaria. En E. Wiesenfeld, y E. Sánchez, (Comps.). *Psicología Social Comunitaria: Contribuciones Latinoamericanas* (189-218). Caracas: Tropykos - Universidad Central de Venezuela.
- Rodríguez Preciado, S.I. (2014). *Raíces y tradiciones de la Psicología Social en México: Un estudio historiográfico*. Tlaquepaque, Jal.: ITESO, Universidad de Guadalajara, Colegio de Michoacán.
- Ruiz Galindo, D. M. (1992). Una alternativa para la educación en el medio rural. *Revista del Departamento de Psicología de la Universidad Iberoamericana*, 5, 1-2, 124-134.
- Salinas, B. (Ed.) (1993). *Investigación Educativa. Logros y retos frente al año 2000*. Puebla, México: UIA Puebla.
- Salazar Villava, C.M. (2011). Comunidad y narración: la identidad colectiva. *Tramas*, 34, 34, 93-111.
- Salazar Villava, C.M. (2013). *El abismo de los ganadores*. Ciudad de México: UAM Xochimilco, Remisoc, Juan Pablos Editor.
- Sánchez, M. E. (2003). La Ibero de Puebla: 20 años de esfuerzo por articular formación profesional y desafíos sociales. *Atajo*, 15, 15-20.
- Sánchez, M. E. y Almeida, E. (1978). Experiencia Comunitaria en San Miguel Tzinacapan. *América Indígena*, 38, 3, 607-630.
- Sánchez, M. E., Almeida, E., Reynoso, A. (1979). Inserción, interdisciplinariedad y acción global en una comunidad indígena. *Productividad y Desarrollo*, 1, 17-23.
- Sánchez, M. E. y Almeida, E. (1992). Synergistic Development and Participatory Action Research in a Nahuatl Community. *The American Sociologist*, 23, 4, 83-99.
- Santiago, C. (2009, 23 de abril). *Aportes a la Psicología Comunitaria desde Chiapas*. San Cristóbal de Las Casas. México: EPFIC, A.C. Manuscrito inédito. Publicado con permiso de la autora.
- Serrano, R. H. (1991). Centro de Desarrollo de la Comunidad, cinco años de trabajo comunitario en la Zona de Santa Fe. *Revista del Departamento de Psicología de la Universidad Iberoamericana*, 3, 2, 42-50.
- Soto Badillo, O. (2008). *Anda y haz tú lo mismo. El Servicio Social en la Universidad Iberoamericana Puebla*. Puebla, México: UIA Puebla.
- 6iccp2016 (2016). *Programme*. Durban, South Africa: Sixth International Conference of Community Psychology.

- Stark, W. (2011). Community psychology as a linking science. Potentials and challenges for transdisciplinary competences. In Almeida, E. et al *International Community Psychology: Community approaches to contemporary social problems*. Puebla, México: Universidad Iberoamericana Puebla.
- Taller de Jurica (1978). Definición del perfil profesional del psicólogo mexicano. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 4, 1, 6-9. 31CCP2010 (2010). *Programa*. Puebla, México: Tercera Conferencia Internacional de Psicología Comunitaria.
- Universidad Iberoamericana Puebla (2009). *Fundamentos Estratégicos de la UIA Puebla*. Puebla, México: Autor.
- Universidad Veracruzana. (1999). *Programa del Curso de Psicología Comunitaria, Nivel Licenciatura*. Xalapa, México: Autor.
- Vázquez Rivera, C., Pérez Jiménez, D., Figueroa Rodríguez, M., Pacheco Bou, W. y Resto Olivo, J. (eds.). (2009). *Psicología Comunitaria Internacional. Agendas Compartidas en la Diversidad*. San Juan, Puerto Rico: Programa de Investigación y Refortalecimiento Comunitario, Instituto FILIUS, Universidad de Puerto Rico.
- Vega, L., Gutiérrez, R., Juárez, A. y Rendón, E. (2008). La investigación de las trayectorias interculturales en las comunidades indígenas migrantes en el Distrito Federal. *Salud Mental*, 31, 2, 139-144.
- Vera Noriega, J. A. (2009). *La psicología social comunitaria en el Noroeste de México*. Hermosillo, México: CIAD, A. C. Manuscrito inédito. Publicado con permiso del autor.
- Werner, D. y Bower, B. (1984). *Aprendiendo a Promover la Salud*. México, D. F.: SEP, CONAFE, CEE, Fundación Hesperian.

Participación, organización comunitaria y psicologías en tensión y resistencia

EDUARDO ALMEIDA ACOSTA

El texto *Participación, organización comunitaria y psicologías en tensión y resistencia* se escribió para la mesa magistral *Organización colectiva y psicología comunitaria* que coordinó la Dra. Sandra Estrada en el 5º Coloquio de Psicología Social Comunitaria en Nuestra América. La presentación tuvo lugar el 13 de noviembre de 2019 en la Universidad Autónoma Metropolitana - Unidad Iztapalapa.

Mi participación en esta mesa magistral es el resultado de dos inquietudes que me han trabajado a lo largo de mis años como actor en dos mundos que no

acaban de encontrarse: por un lado un prolongado camino en el mundo de lo escolar y lo académico, y por el otro el cambio de vida que significó para mí el involucrarme con pasión en la cotidianidad de los idealistas y de sus sueños de transformación social para no vivir cruzados de brazos ante el sufrimiento y las carencias de los que padecen la historia.

Desde muy niño me enamoraron los libros y las promesas del conocimiento para darle sentido a mi vida. Crecí compensando mi torpeza motriz con la agilidad de lo mental. Esto me llevó a admirar las hazañas de los que han bebido de la búsqueda de la sabiduría y de los que han buscado compartir los beneficios del saber a las generaciones que les siguen. Así conocí a un héroe de carne y hueso que me inspiró a seguir sus pasos como maestro, a vivir en el mundo de la docencia y a adentrarme en el mundo de la cultura. Disfruté de lo que ofrece la escuela secundaria para la vida, la preparatoria para lo profesional y la Escuela Normal para el magisterio. Y empecé a trabajar como maestro de primaria durante un año, luego de secundaria durante tres años, y luego de preparatoria durante dos años. Los estudios y la práctica docente me hicieron consciente de la fuerte carga de lo psicológico en la enseñanza y en el aprendizaje. Esto me llevó a inscribirme en la carrera de Psicología en la UNAM. Estudié esa licenciatura al mismo tiempo que desarrollaba mi trabajo como maestro. En los veranos estudié una maestría en Lengua y Literatura Españolas para poder avalar mi actividad como maestro de secundaria. Al titularme en la UNAM como psicólogo, decidí continuar en esa profesión, pero ahora como Psicólogo Social, pues me iba concientizando de la necesidad de ir más allá de lo individual y de lo intrapsíquico para ocuparme de los problemas de la educación en México. Como a finales de los años sesenta no había ningún programa de posgrado en Psicología Social, me interesé en la Psicología del Trabajo y me titulé en esa Maestría. Los años sesenta fueron para mí un período de involucración en la práctica educativa y de formación en lo psicopedagógico. Trabajé en educación media y como orientador educativo. Estas experiencias y un interés creciente por los problemas sociales, económicos y políticos del país me llevaron a decidir enfrentar esa problemática desde mis trincheras, todas ellas relacionadas con la educación. Por eso cuando se me presentó la oportunidad de hacer un doctorado en Psicología Social en los Estados Unidos traté de hacerlo con la asesoría del Dr. Urie Bronfenbrenner en *Cornell University*. Había leído de sus investigaciones en Psicología Social trabajando básicamente en la socialización de los niños, algunas en particular con poblaciones de barrios marginados. Logré trabajar

con él, primero como estudiante y luego proyectando mi tesis de doctorado con niños mexicanos a partir de involucrar a padres de familia pobres de la Ciudad de México en la educación escolar de sus hijos. Esto dio como fruto mi participación en el libro de Urie Bronfenbrenner titulado *La ecología del desarrollo humano* (1987) y mi tesis de grado “Un proyecto de involucración de padres y maestros en la educación escolar de los hijos” (Almeida, 1976). Mi sueño era ofrecer un programa piloto que diera origen a un esfuerzo nacional para lograr que todos los niños al terminar el sexto año de primaria supieran leer y escribir. He descrito aquí brevemente la trayectoria de mis primeros cuarenta años de vida con dos propósitos: primero hacer notar que conozco a fondo el mundo escolar y académico para fundamentar que lo que digo luego al respecto lo hago con conocimiento de causa. Y en segundo lugar para referirme a dos obsesiones que surgieron en estos años y que me han seguido hasta el presente: La importancia de la alfabetización profunda de todos los mexicanos; y la relevancia para la vida y el trabajo de no estar solos, de vivir y actuar como seres humanos, como seres de convivencia, de compartición y de cuidados mutuos.

Un parteaguas en mi vida fue el encuentro con el proyecto de vida y de transformación social que inició en 1973 la socióloga María Eugenia Sánchez en la región indígena de San Miguel Tzinacapan (Sánchez, 1985). A mi regreso a México, al concluir mi doctorado, se me presentaron dos opciones: una fue seguir de lleno en el mundo escolar y académico como funcionario de alto nivel en tanto que rector de una universidad privada. La otra fue comprometerme en una utopía de formación con un grupo de soñadores viviendo en cotidianidad y compartición con una población Nahuatl de la Sierra Norte de Puebla. Me decidí por la segunda y esta opción ha fecundado y condicionado los segundos 40 años de mi existencia. Fue primero la construcción de mi identidad personal y de trabajo, en el marco del grupo exógeno que se integró paulatinamente en la vida y destino de la comunidad endógena y también en la coyuntura y contexto de sus pobladores nativos. Desde un principio desempeñé un rol de velador de la dinámica grupal de los exógenos y de capacitador para tareas de construcción de conocimiento por parte de los exógenos y de los endógenos. Mi esposa María Eugenia y yo iniciamos un Centro de Investigación junto con dos indígenas del pueblo. Durante 10 años emprendimos tareas de investigación-acción y participamos presencialmente en la conformación y acción de nuestra ONG Prade A.C. que sobrevive hasta el presente; en una Sociedad de Producción Rural que con-

trarrestó los abusos de los acaparadores de café durante 10 años; en una Sociedad de Solidaridad Social que integró actividades de recuperación de tradiciones orales de la región, preescolares Montessori para atender a los niños; programas de nutrición complementaria, servicios de salud en una clínica que se construyó junto con el pueblo; en una Cooperativa local para beneficio de los habitantes y para la formación de promotores comunitarios. Se modificó el sistema de agua de la población, acción que sigue beneficiando al pueblo y a la región. Se conformó una Comisión de Derechos Humanos que atendió los problemas de violación de los mismos durante casi 20 años, y fomentó actividades de defensa y afrontamientos que continúan hasta el presente. Se mantuvo vinculación con otras experiencias de promoción social, educación popular e investigación participativa. Y se fecundó el trabajo de servicio social de numerosas universidades. Se ha creado y mantenido una iniciativa de ir desarrollando dentro de la ciencia de la psicología y de la disciplina de la psicología social una subdisciplina que hemos ido configurando en México como Psicología Social Comunitaria. Se desarrollaron fuertes vínculos con la UNAM, la BUAP, la Universidad Veracruzana, la Universidad de Sinaloa y la UIA Puebla. En esta última ha habido una fuerte influencia en los programas de Servicio Social, prácticas profesionales, y en los contenidos teóricos y metodológicos de la asignatura de Psicología Social Comunitaria. Un Seminario de Psicología Social en la UNAM, de 1979 a 1997, detonó desarrollos de acción comunitaria en numerosos lugares del país y dio cuerpo a la iniciativa de llevar a cabo la 3ª Conferencia Internacional de Psicología Social Comunitaria en 2010 en Puebla, encuentro que fortaleció el vínculo de las iniciativas nacionales a los esfuerzos que se realizan por todo el mundo para dar respetabilidad a esta subdisciplina y para hacer presente en ella lo cotidiano y lo compartido de lo común que es la vida de la mayoría de las poblaciones del mundo.

Estas dos cortas narrativas, la de mis primeros cuarenta años, en lo escolar y lo académico, y la de mis segundos cuarenta años en lo comunitario y lo académico, las ofrezco como antecedentes de la propuesta que hago en esta ponencia y en esta crítica que es en gran parte una autocrítica.

He estado y vivido a ambos lados de la frontera entre lo académico y lo comunitario desplazándome entre uno y otro mundo. Pero quiero ahora insistir en que no podemos seguir dando peso más a lo “científico” y menos a lo “comunitario”. Las psicologías en usos y costumbres de los medios académicos se tensan y oponen

resistencia a la organización comunitaria que va dando sus frutos y demostrando su vigencia al margen de teorías y modas en las propuestas que parecen más científicas. Aún los intentos de equipos multidisciplinarios en donde participan psicólogos para enfrentar problemas del mundo real dejan una sensación de que algo hace falta para poder lograr su cometido (cf. la edición especial del *American Psychologist*, 74, 3, 271-414). Son esfuerzos meritorios en lograr cumplir su propósito en entrenar esos equipos, en atender a la salud mental adolescente, en el cuidado de la salud materna e infantil, en mejorar la efectividad en los centros de trabajo. Pero en todo esto está ausente el actor principal, los sujetos y sus entornos en donde ellos viven sus cotidianidades y sus comparticiones, es decir lo común en su existencia. Se requiere de una gran perspicacia y sensatez para observar, escuchar y valorar lo que ofrecen las comunidades que sobreviven en medio de tantas intervenciones ilustradas.

En la literatura mexicana de Psicología Social ha habido intentos serios de enlazar más estrechamente lo académico y lo comunitario. En 2009 el Consorcio de Universidades Mexicanas publicó el libro *Investigación en Psicología Social. Experiencias desde las universidades públicas* (CUMEX, 2009). En el Prólogo del mismo me refería a tres tendencias en la investigación psicosocial mexicana, la de corte analítico deductivo, la de aproximación hermenéutica interpretativa, y la tercera en línea con lo que propongo ahora: la que se atreve a repensar con libertad y con rigor teórico y metodológico la psicología social desde la realidad misma. En ese libro me referí en concreto a dos investigaciones: una realizada por académicos de la Universidad Autónoma de Hidalgo (Escobar, J., Iglesias, A., Pimentel, B.P., Rodríguez, V., Santamaría, S., Valdez, B., 2009: 105-128), la otra por psicólogos de la Universidad Autónoma de Yucatán (Castillo y Echeverría, 2009: 189 -221). Transcribo mis palabras finales de ese Prólogo (Almeida, 2009:35):

Termino parafraseando a Pablo Fernández Christlieb, al proponer que el pesimismo jovial o el optimismo sombrío de los psicólogos sociales frente a los absurdos sociales que padecemos “posibilite seguir haciendo esta otra psicología social que, dado el neoliberalismo, mientras menos parezca que hace falta, más necesaria es” (Fernández Christlieb, 2006: 18).

También en el libro que compiló en 2008 la Dra. Lucy María Reidl Martínez y

que lleva por título *Perspectiva de la investigación en Psicología Social: 1990-2005* (Reidl Martínez, 2008) aparecen dos artículos con fuerte vinculación entre lo comunitario y lo académico: El de Guillermina Natera Rey (2008: 207-296) en relación a problemas de salud, familia y adicciones, y el mío (Almeida, 2008: 15-49) que presenta mis experiencias de investigación en distintas comunidades indígenas para “colaborar al proceso de transformación de las condiciones sociales, económicas y políticas” de esas comunidades.

Es a partir de esta experiencia, que ha quedado ampliamente documentada en dos libros *Las Veredas de la Incertidumbre* (2005) y *Comunidad: interacción, conflicto y utopía* (2014), desde donde queremos fundamentar los dos mensajes clave de esta ponencia: a) Que sí es posible capacitar psicólogos para fecundar trabajo comunitario que posibilite colaborar en buscar soluciones a problemas de mundo real. b) Que es clave la fecundación mutua de lo académico y de lo comunitario. Para esto queremos detallar lo que hemos aprendido en la experiencia de la Sierra de Puebla, y completarlo con los aprendizajes al respecto de las Normales Rurales, entre ellas la de Ayotzinapa, y lo que enseñan los zapatistas.

Con respecto al libro *Las Veredas de la Incertidumbre* (2005) quiero señalar que disponemos ya de literatura científica que avala la sencilla idea de que no se puede hacer trabajo eficaz para cambiar al mundo si el mundo no se involucra en esta tarea y que la eficacia no sólo depende de la ciencia. Recomendando se consulte el artículo que llamamos “Complemento para la lectura del libro” (Sánchez y Almeida, 2019: 13-22) que es sólo el índice detallado de “Las Veredas...” y que publicamos con el afán de que se lea y se consulte esa obra. En ella se podrá apreciar lo que puede ser un grupo paradigmático, un equipo de promoción, que refleja lo contradictorio y lo paradójico de la condición humana; el desafío permanente de vivir cada día la ética; el peregrinaje que constituye la vida humana y que se complica al querer convivir entre sujetos cargados de asimetrías; y el terco afán de generar conocimiento útil. La tonalidad de esta publicación la señala Alain Touraine (2005: 9-12) en el Prefacio del libro:

(...) casi desde el principio hasta el final este libro se consagra a la vez a los sujetos que son estudiados y a quienes los estudian, a su relación de interdependencia y a las relaciones interculturales que existen entre el que observa y el que es observado, y que son de hecho mucho más que eso,

que son los interlocutores en una búsqueda común de lo que los autores denominan muy bien como una supervivencia digna. (...) La sola palabra que se podría agregar a este informe de una obra fecunda y apasionante es que merece ser considerada como ejemplar, que no solamente debe ser leída sino considerada como un modelo a seguir tal vez, a estudiar sin duda, con un espíritu tanto crítico como con una actitud de adhesión. Rara vez los investigadores han ido tan lejos en una búsqueda de comunicación y comprensión con la población estudiada (...).

El otro libro *Comunidad: interacción, conflicto y utopía* complementa al anterior porque continúa la indagación del proceso intercomunitario de relaciones interculturales, de cuarenta años de duración, que permite apuntar algunos aprendizajes y en el que los autores del libro, Eduardo Almeida y María Eugenia Sánchez, han sido al mismo tiempo testigos y actores. Pero también la publicación se propone analizar la recomposición de los vínculos sociocomunitarios que como respuesta al actual partearguas civilizatorio están apareciendo en diferentes latitudes. Para ello aporta categorías analíticas que pueden ser útiles para comprender procesos sociales y comunitarios diversos.

Copio a continuación las palabras finales de la conclusión de este libro, que expresan nuestra permanente tensión existencial:

El deseo secreto detrás de este libro es el de favorecer la construcción de lazos socio comunitarios generadores de subjetividad individual y colectiva capaz de apropiación y resistencia, posibilitadora de eficiencia vital y de sentido existencial, de impulso a salir de una vida privada vivida como refugio que permite conformarse con las reglas del juego actuales de la vida pública. Que contribuya a detonar nuevas formas de resistencia frente a la polarización que vivimos, a entender la dialéctica entre caos y orden, a afrontar la articulación o desarticulación entre lo público y lo privado, a articular la estructuralidad del ser humano como individuo y como relación, a construir supervivencia digna para todos, coalición horizontal y dialogante de culturas, prevención de desastres y sensatez ambiental; en suma, a ir más allá de la modernidad/colonialidad. (Almeida y Sánchez, 2014: 253).

He querido extenderme en la presentación de mi experiencia en la Sierra, que desde luego no es solo mía o de mi esposa, sino de todos los miembros de Prade A.C., la ONG que formamos para tener identidad legal como grupo, y de numerosos,

muy numerosos pobladores del pueblo de Tzinacapan y de la región con el fin de ofrecer algunos elementos que fortalezcan la propuesta de que la academia y las teorías son necesarias pero insuficientes para afrontar los problemas del mundo real. Y quiero presentar algunos aprendizajes sobre ello adquiridos a lo largo de 40 años y que me servirán de guía para referir cómo ellos aparecen también en otras experiencias de solidaridad, en concreto en dos de ellas con las que he tenido el privilegio de entrar en contacto, las Normales Rurales y el EZLN.

En nuestro último libro ofrecemos en el título una guía: En la acción comunitaria que se fecunda con el maridaje de lo que ofrecen las comunidades y las academias se requieren por parte de ambas aportaciones, de lo vital y de lo reflexivo, para las interacciones de calidad, el manejo de los conflictos y la terquedad de la utopía. Además, señalamos que para la buena interacción se requiere “entrar en el espesor de la vida”, para abordar los conflictos “reconocer vulnerabilidades mutuas”, y que la utopía nos lleva a crear “relaciones horizontales de reconocimiento recíproco”; y que la democracia comunitaria solo es posible si en ambos actores su actividad, y su criticidad se ejercen con apertura mental, humildad y confianza. Cuando se está en este proceso de fecundación mutua entre la teoría y la praxis de pensadores críticos y actores en el campo pueden entonces darse las condiciones para ir creando comunidad intercultural: una base estructural; fuerte cohesión entre los comprometidos en convivir, compartir y cuidar; y la dignidad como camino para la ética personal y comunitaria.

Una experiencia de solidaridad muy notable es la de las Normales Rurales, experiencia que ha evidenciado su presencia y su fuerza a raíz del 26 de septiembre de 2014 cuando estudiantes de la Normal Rural “Raúl Isidro Burgos” de Ayotzinapa, Gro. fueron atacados por fuerzas policiacas y militares cuando preparaban su estrategia para asistir en la Ciudad de México a las celebraciones para conmemorar la masacre de estudiantes el 2 de octubre de 1968. La Normal Rural de Ayotzinapa fundada en 1926 en Tixtla, Gro, pertenece a la Federación de Estudiantes Campesinos Socialistas de México (FECSM) que se estableció en 1935 para velar por los derechos de los estudiantes de las Normales Rurales. El caso Ayotzinapa con la desaparición de 43 de sus estudiantes es emblemático de las injusticias que sufren los mexicanos y por eso la indignación que ha provocado ha sido general. Las Normales Rurales son ejemplares por su forma de vincular

lo académico, lo comunitario y las luchas por la justicia. Su base estructural organizativa, la cohesión social que los distingue y su ética de dignidad consolidó la lucha de padres y madres de los estudiantes desaparecidos y mantiene una movilización social que no cesa. Los estudiantes, sus maestros y las familias de unos y otros son una concretización de lo que tratamos de describir y teorizar en el libro de *Comunidad: interacción, conflicto y utopía*: Viven en el espesor de la vida, enfrentan con valentía sus vulnerabilidades y luchan contra las estructuras de desigualdad (Tlachinollan, 2016: 82-83; Martín Beristáin, 2017: 261).

La otra experiencia que he mencionado es la que va ligada al Ejército Zapatista de Liberación Nacional (EZLN). Las dos experiencias han tenido momentos de encuentro como cuando el 15 de noviembre de 2014 los “familiares de los ausentes de Ayotzinapa” visitaron a los zapatistas (Galeano, 2015: 197). Los zapatistas siguen vigentes, mantienen su presencia y siguen creciendo creando nuevos “Caracoles”. Han reanudado sus comunicados explicando siempre su postura crítica frente a la Cuarta Transformación (4T). El 31 de diciembre de 1993 por la noche, políticos y empresarios celebraban el inicio del Tratado de Libre Comercio (TLC), al amanecer indígenas en armas ocupaban los municipios más importantes de Chiapas. El EZLN que venía gestándose silenciosamente desde los ochenta hacía su aparición política y manifestaba nuevas formas de lucha para construir el poder político que caminando junto a pueblos y comunidades permitiría las luchas autonómicas en México para entre otras finalidades, dar su lugar a los pueblos indígenas. A diferencia de la experiencia de Tzinacapan, con su estrategia localista, y a la de las Normales Rurales con su integración en una Federación de estudiantes, la experiencia zapatista se ha consolidado en una región de Chiapas y desde ahí mantiene y socializa acciones de rebeldía. Tomando en cuenta estas diferencias se puede afirmar que en las luchas del EZLN se conjugan lo comunitario y lo teórico-crítico (Cf. Comisión Sexta del EZLN, 2015: 416 págs.). A lo largo de los años el pensamiento crítico se ha desarrollado junto con las acciones comunitarias y organizativas (numerosos encuentros y fotos, “la escuela zapatista” (Madera y Gómez, 2019; 33-42), la participación de notables intelectuales nacionales e internacionales, el Centro Indigenista de Capacitación Integral - Uniterra (CIDECI) como lugar de encuentro y de formación). Es notable

el esfuerzo de construcción de una democracia comunitaria. El zapatismo se mueve en el espesor de la vida, actúa con conciencia de sus vulnerabilidades y limitaciones, va conformando relaciones horizontales de reciprocidad a todos los niveles. Los zapatistas ofrecen una realidad de cohesión social extraordinaria y el fundamento de su ética política es la dignidad como camino (Michel, 2003; 79-120).

Termino repitiendo lo que propuse en el resumen para esta Mesa Magistral: Las psicologías en usos y costumbre de los medios académicos se tensan y oponen resistencia a la organización comunitaria que va dando sus frutos y demostrando su vigencia al margen de teorías y modas en las propuestas que parecen más científicas.

Referencias bibliográficas

- Almeida, E. (1976). *An experimental intervention for the development of competence in mexican sixth grade children*. Doctoral Dissertation. Cornell University.
- Almeida, E. (2008). Experiencias de Investigación en Psicología Social Comunitaria. En Reidl, L.M. (comp.), *Perspectiva de la Investigación en Psicología Social: 1990-2005* (pp. 15-49). México, D.F.: Facultad de Psicología UNAM.
- Almeida, E. (2009). Prólogo. En CUMEX, *Investigación en Psicología Social. Experiencias desde las Universidades Públicas* (pp. 25-35). Mérida: UADY – CUMEX.
- Almeida, E. y Sánchez, M. E. (2014). *Comunidad: Interacción, conflicto y utopía*. Puebla: UIA-P, ITESO, BUAP.
- American Psychologist (2019). Special Issue: Multidisciplinary Research Teams: Psychologists helping to solve real-world problems. *American Psychologist*, 74 (3), [271-414].
- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*. Barcelona: Paidós.
- Castillo, T. y Echeverría, R. (2009). La IAP como alternativa para la investigación sociocomunitaria aplicada en escenarios educativos. En CUMEX, *Investigación en Psicología Social. Experiencias desde las Universidades Públicas* (pp. 189-221). Mérida: UADY - CUMEX.
- Comisión Sexta del EZLN (2015). *El Pensamiento Crítico frente a la hidra capitalista I*. San Cristóbal de las Casas: Autor. Marzo - Abril - Mayo-Junio.
- CUMEX (2009). *Investigación en Psicología Social. Experiencias desde las Universidades Públicas*. Mérida: UADY - CUMEX.
- Escobar, J., Iglesias, A., Pimentel, B.P., Rodríguez, V., Santa maría, S., Valdez, B. (2009). La calidad de vida de las mujeres jornaleras y migrantes. En CUMEX, *Investigación en Psicología Social. Experiencias desde las Universidades Públicas* (pp. 105-128). Mérida: UADY - CUMEX.
- Fernández Christlieb, P. (2006). Prólogo para valientes. En Arciga, S. et al. (eds.). *Miradas psicosociales a la realidad* (pp. 11-18). México, D.F.: Somepso, UAEM, UNAM, UAM-I.
- Galeano (2015). El Muro y la Grieta. Primer apunte sobre el Método Zapata. En Comisión Sexta del EZLN (2015). *El Pensamiento Crítico frente a la hidra capitalista I* (pp. 183-209). San Cristóbal de las Casas: Autor. Marzo - Abril - Mayo-Junio.

-
- Madera, L. y Gómez, E.N. (2019). El desarrollo de la agencia, capacidad que se construye en colectivo: los estudiantes de la escuela zapatista. *Psicología Social Comunitaria*. 28-29 (16), [33-42].
- Martín Beristáin, C. (2017). *El tiempo de Ayotzinapa*. Madrid: Ediciones Akal. FOCA Investigación 153.
- Michel, G. (2003). *Ética política zapatista. Una utopía para el Siglo XXI*. México, D.F.: UAM-X.
- Natera, G. (2008). La psicología y la investigación acción en problemas de salud: la familia y las adicciones. En Reidl, L.M. (comp.), *Perspectiva de la Investigación en Psicología Social: 1990 -2005* (pp. 267-296). México, D.F.: Facultad de Psicología UNAM.
- Reidl, L.M. (comp.) (2008). *Perspectiva de la Investigación en Psicología Social: 1990 -2005*. México, D.F.: Facultad de Psicología UNAM.
- Sánchez, M.E. (1985). *Une communauté indienne mexicaine en développement synergique: 1973-1984*. Thèse de Doctorat. École des Hautes Études en Sciences Sociales, Paris.
- Sánchez, M.E. y Almeida, E. (2005). *Las veredas de la incertidumbre. Relaciones interculturales y supervivencia digna*. Puebla: UIA-P, UASLP, UAS, UJAT, UV, COLPUE, ELPAC, CNEIP.
- sánchez, M.E. y Almeida, E. (2019). Complemento para lectura del libro. *Psicología Social Comunitaria*. 28-29 (16), [13-22].
- Subcomandante Insurgente Marcos (2009). Siete vientos... En los calendarios y geografías de abajo. *Rebeldía*. CCRI-CG del EZLN. Enero.
- Touraine, A. (2005). Prefacio. En Sánchez, M.E. y Almeida, E. (2005). *Las veredas de la incertidumbre. Relaciones interculturales y supervivencia digna* (pp.9-12). Puebla: UIA-P, UASLP, UAS, UJAT, UV, COLPUE, ELPAC, CNEIP.

Sensibilidad personal y valentía comunitaria. Reflexiones finales.

El intento de poner en diálogo a la Psicología Social Comunitaria con el Desarrollo Humano plantea nuevas miradas en torno a la relación entre el individuo y la colectividad, relación compleja cuya comprensión ha sido un desafío de largo aliento para las ciencias y al que, en las últimas décadas, se añade la toma de conciencia de que la naturaleza no es solamente un entorno sino mucho más que eso.

Como campos de estudio, la psc y el DH no se complementan fácilmente. El desarrollo humano se centra en la subjetividad moderna que considera al ser humano como un individuo autónomo a partir de la psicología humanista existencial. Se trata de un individuo autónomo que se relaciona con otros individuos autónomos y con la naturaleza como exterioridad. La Psicología Social Comunitaria, aun cuando se origina en la

misma subjetividad moderna que establece una jerarquía entre sociedad moderna y comunidad tradicional, trata de articular individuo y grupo, tomando distancia de la comunidad tradicional y considerando que comunidades sanas son aquéllas que están formadas por la integración de individuos autónomos que deciden convivir, compartir y cuidar y que se consideran más abiertos a la otredad. La Psicología comunitaria Crítica sostiene que es necesario ir más allá del *Self*.

Este libro no se propone la integración imposible de dos campos de estudio diferentes a pesar de su origen común, el propósito es, más bien, el de detectar cómo se complementan o pueden complementarse problematizando sus orígenes.

Sensibilidad personal y valentía comunitaria hacen alusión a la complejidad de la relación entre las dimensiones intrapsíquicas, intersubjetivas, colectivas, y biológicas de los seres humanos.

La Psicología Social Comunitaria Crítica que permea los textos de Psicología Comunitaria de este libro, intenta ir más allá de la orientación individualista y positivista que le dio origen. El capítulo de Bioecología del Desarrollo Humano se orienta hacia la relevancia del entorno sin desconocer lo individual y lo intrapsíquico. El capítulo de Compartir y Cuidar insiste en la creación de sujetos y en la conformación de una Psicología de la Fraternidad/sororidad, por lo mismo va esbozando otra forma de subjetividad, la de seres humanos autónomos relativamente, es decir relacionamente y por lo mismo interconectados. El capítulo que insiste en que la Psicología no puede desviar la mirada de los atentados humanos contra la naturaleza, se va adentrando al carácter de un sujeto intrínsecamente vinculado con la materialidad del planeta como fuente de vida.

El capítulo sobre la Psicología Comunitaria a nivel nacional, principalmente en el mundo académico, sistematiza los esfuerzos de programas que dan la prioridad a los seres humanos inmersos en contextos sociales, frente a las psicologías centradas en el modelo de salud mental comunitaria que insisten en el concepto de enfermedad y de curación olvidando la urgencia de las transformaciones sociales. Se trata de una Psicología Social Comunitaria a la que le interesa más el sujeto vital que una ciencia cosificadora, y que procura cambiar la formación curricular centrada en lo intrapsíquico y lo individual

Los textos de Desarrollo Humano pretenden dar una idea de cómo se aborda el Desarrollo Humano desde la subjetividad a partir del individuo autónomo. Sin embargo, el escrito de Natalia Gómez anuncia un desarrollo humano

más allá de la experiencia personal “que visualiza la posibilidad de avanzar en la reconstrucción de la sociedad” a través de la empatía, la aceptación positiva incondicional y la congruencia. Propone un cuestionamiento de la realidad social y de la propia disciplina del Desarrollo Humano. El texto de Clarisse Tishman es también un cuestionamiento del individuo autónomo, masculino, racional, e insensible: “apuesta a que el percibir de manera integrarla y amplia nuestra forma de comprender el mundo vamos a poder modificarlo para bien”.

De hecho, los grandes teóricos de la personalidad que están a la base de la psicología humanista existencial van todos más allá del individuo autónomo y reconocen las bases sociales de lo psicológico. Viktor Frankl sostiene que para enfrentar el mundo y la adversidad el ser humano requiere que salga del sí mismo y tenga una actitud positiva hacia los demás. Carl Rogers afirma que el ser humano actualizado es un sujeto que acepta la realidad del otro y se relaciona con ella. Abraham Maslow siente que la autorrealización se caracteriza por no cerrarse en el solipsismo. Para Royo May el ser humano creativo es el que ama y desarrolla su voluntad en el servicio a los demás. Sin embargo, todo ellos contrastan con una subjetividad que se esboza en el texto de Ericka Escalante sobre los curanderos de pueblos nahuas, y que es el que va más lejos en la crítica a la subjetividad moderna. Los pueblos originarios, evitando toda idealización inadecuada, se estructuran en torno a una subjetividad que vincula a los seres humanos, con el cosmos, con la naturaleza y con la comunidad, aunque siempre quede en el aire la pregunta en relación a la autonomía relativa.

En síntesis, lo que este libro propone es una postura crítica frente a la psicología comunitaria y frente al desarrollo humano que parten del individuo autónomo y de su interioridad y una postura crítica frente a la psicología humanista existencial centrada en el *Self*. La psicología social comunitaria crítica se enriquece cuando reconoce, que los seres humanos estamos interconectados psicológica y espiritualmente, y arraigados en la naturaleza, y que el desarrollo de los individuos y de las sociedades está relacionado con la forma como se asuma y se exprese esa conexión.





Los autores

Eduardo Almeida Acosta

Profesor-Investigador de la Universidad Iberoamericana en la ciudad de Puebla, México. Doctor en Psicología Social por la Universidad de Cornell. Máster y Licenciatura en Psicología por la UNAM. Su trabajo recibió el Premio Nacional de Investigación en Psicología en 2005, el Premio Internacional Humanitario de la Asociación Americana de Psicología en 2005, el Premio Estatal de Ciencia y Tecnología de Puebla en 2007. Ha sido miembro del Sistema Nacional de Investigadores desde 1990. Ha trabajado en la Escuela Secundaria de San Miguel Tzinacapan, UNAM y BUAP, y tiene un doctorado en Educación en un programa Francia-México

Natalia Gómez Gómez

Comunicadora social-periodista de la Universidad Pontificia Bolivariana en Colombia, 2009) y Maestra en Desarrollo Humano (DH) por la Universidad Iberoamericana Puebla (2019), ambos títulos con mención honorífica por su desempeño académico. Desde 2009 ha acompañado procesos de comunicación en proyectos con organizaciones no gubernamentales, instituciones educativas y de investigación. A partir de 2017 se ha dedicado a investigar sobre el DH como perspectiva indispensable en la acción voluntaria, y ha facilitado sesiones grupales con jóvenes en torno al tema.

Clarisse Tishman Alatriste

Maestra en Desarrollo Humano por el ITESO y estudios en Política Económica Internacional en la UDLA (CDMX). Licenciada en Ciencias Políticas por la Universidad de Arizona. Docente por más de 20 años en materias de interculturalidad, humanización, desarrollo de la inteligencia emocional y social, entre otros, en sesiones destinadas para estudiantes universitarios, padres de familia, profesores y empleados de diversas instituciones. Ha escrito artículos sobre la esperanza y la contemplación consciente. Es apasionada defensora de los derechos de los animales.

Ericka Ileana Escalante Izeta

Profesora/investigadora de tiempo completo en el Departamento de Ciencias de Salud de la Universidad Iberoamericana, Puebla. Coordina la Maestría en Desarrollo Humano. Estudió la licenciatura en la facultad de Psicología de la UNAM, es Maestra en Ciencias de la Salud, por el Instituto Nacional de Salud Pública de México. Es Doctora en Pedagogía Social por la Universidad de Granada, España. Pertenece al Sistema Nacional de Investigadores. Su línea de investigación –acción– participante, es sobre prevención de obesidad infantil, huertos escolares, manejo emocional de personas que viven con enfermedades crónicas, evaluación cualitativa de programas comunitarios de salud y alimentación sustentable.



La sensibilidad personal y la **VALENTÍA
COMUNITARIA**. *Psicología Social Comunitaria
y Desarrollo Humano* se terminó de imprimir
en julio de 2020 por El Errante editor.

La edición consta de 2000 ejemplares.

El libro *Sensibilidad personal y valentía comunitaria* es un intento de poner en diálogo a la Psicología Social Comunitaria con el Desarrollo Humano planteando nuevas miradas en torno a la relación entre el individuo y la colectividad, relación compleja cuya comprensión ha sido un desafío de largo aliento para las ciencias y al que, en las últimas décadas, se añade la toma de conciencia de que la naturaleza no es solamente un entorno sino mucho más que eso.

Este libro no se propone la integración imposible de dos campos de estudio diferentes a pesar de su origen común, el propósito es, más bien, el de detectar cómo se complementan o pueden complementarse problematizando sus orígenes. Los textos aquí publicados hacen alusión a la complejidad de la relación entre las dimensiones intrapsíquicas, intersubjetivas, colectivas, y bioecológicas de los seres humanos.

Ma. Eugenia Sánchez Díaz de Rivera.