



Si quieres cambiar conducta, cambia primero el pensamiento

If you want to change behavior, change your thinking first

Martha Patricia Bravo Páez

Universidad Autónoma de Nayarit.

Secretaría de Educación Media Superior.

Dirección de desarrollo estudiantil.

Tepic, Nayarit, México.

patricia.paez@uan.edu.mx

<https://orcid.org/0009-0002-8574-0085>

Resumen

El presente trabajo da una pincelada de mi andar por los pasillos de la Universidad Autónoma de Nayarit, como ha sido parte importante en mi cambio de pensamiento y mi actuar como docente, administrativo, madre de familia y parte activa de la sociedad. Esta frase refleja la flexibilidad cerebral para poder cambiar nuestra forma de pensar a raíz de la educación, las vivencias y el contexto. Una educación no solo cognitiva si no integral, con valores, ética, empática, ambientalista, socioemocional e inclusiva. En mi labor como docente universitaria, pude desempeñarme como certificadora de CertiDEMS, formadora en ProFORDEMS, evaluadora de proyectos para coloquios, orientación vocacional para la elección de carrera a estudiantes del Nivel Medio, diseñar guías de tutorías para docentes tutores, manuales de orientación educativa. A 55 años de la UAN y 16 años recorridos por mí como trabajadora universitaria, me enorgullece ser parte de la Máxima casa de estudios.

Palabras clave: conducta; docente; pensamiento.

Abstrac

This work gives a glimpse of my walk through the halls of the Autonomous University of Nayarit, how it has been an important part in my change of thinking and my actions as a teacher, administrator, mother of a family and an active part of society. This phrase reflects the brain flexibility to be able to change our way of thinking as a result of education, experiences and context. An education that is not only cognitive but also comprehensive, with values, ethics, empathy, environmentalism, socio-emotional and inclusive. In my work as a university teacher, I was able to work as a CertiDEMS certifier, a trainer in ProFORDEMS, a project evaluator for colloquiums, vocational guidance for choosing a career for high school students, designing tutorial guides for teacher tutors, and educational guidance manuals. After 55 years of the UAN and 16 years of experience as a university worker, I am proud to be part of the Maximum House of Studies.

Keywords: conduct; teacher; thought.

Introducción

Mi nombre es Martha Patricia Bravo Páez, soy la menor de 3 hijos que tuvieron mis padres, inicio con esa frase que aludo a mi propia autoría. “Si quieres cambiar conducta, cambia primero el pensamiento”.

El objetivo de este artículo es compartir a manera de anécdota, mi andar por la Universidad Autónoma de Nayarit, así como el cambio de pensamiento que surgió gracias a la trayectoria académica y todos los aportes que la UAN hace sobre una sociedad cambiante generación a generación.

La Universidad Autónoma de Nayarit, surge hace 55 años de la necesidad de una sociedad carente de un espacio donde sus hijos pudieran estudiar, desarrollarse y adquirir los conocimientos que tanto se requerían. Esa misma sociedad formó parte de su inicio con el camino de plata, lo cual fortaleció ese lazo que sigue inquebrantable entre los Nayaritas y nuestra Máxima casa de estudios. No solo cubre la formación superior si no que atiende a la educación del Nivel Medio Superior, siendo la institución en el estado con mayor matrícula. Docentes, administrativos y directivos han trabajado día con día con ímpetu, para ser parte activa del desarrollo del estado, porque los estudiantes que aquí se albergan, son los que hacen el aporte significativo en la sociedad actual, médicos, ingenieros, abogados, odontólogos, psicólogos, matemáticos, informáticos, filósofos entre muchos otros que egresan de las aulas con las competencias necesarias para que Nayarit y sus alrededores siga creciendo.

La UAN, semillero de profesionistas que vuelan con sus sueños para convertirlos en realidad, para impactar positivamente no sólo en el estado, si no en el país y el extranjero, es por eso que se adopta el lema la UAN en todas partes, porque con cada alumnos egresado que aporta sus conocimientos, se refleja la misión de la Universidad misma que a la letra dice: “Somos una institución pública de educación media superior y superior integrada por una comunidad que

promueve con responsabilidad el desarrollo sostenible, desde una perspectiva global, humana, crítica y plural.” (UAN, 2018)

Desarrollo

A la edad de 14 años conocí a la Universidad Autónoma de Nayarit, yo no sabía nada al respecto, pues mis padres y hermanos no estudiaron una carrera universitaria. Al cursar la secundaria, fueron varias personas a platicarnos sobre las distintas opciones de bachillerato al que podíamos ingresar, y fue ahí donde escuche ese nombre que quedaría arraigado en mi mente de por vida “Universidad Autónoma de Nayarit”, opte por elegir ingresar a la UAN, específicamente la preparatoria # 1, nunca olvido a una vecina que le comentó a mi madre ¡cómo vas a dejar que tu hija estudie en la prepa 1, nunca hay clases y no es buena escuela!, a lo que mi madre le respondió –toda escuela es buena si tú le pones las ganas–. Y efectivamente tenía razón, pues presenté mi examen de ingreso y quedé en el turno matutino, tuve excelentes maestros, la estadística que aprendí en la prepa fue la que me ha servido en mi vida profesional.

Cuando ingresé fue todo un cambio de pensamiento para mí, era un mar de gente –así pensaba yo– había chicos vestidos de negro, con aretes, cabello de colores, una variedad indescriptible de personalidades, y en ese momento mi mente se amplió, conocí la diversidad, pero no una diversidad solo exterior si no interior, profunda con muchos contextos y me fui hundiendo en ella, hasta formar parte de la comunidad Universitaria.

Ya en segundo año se presenta una oportunidad social y académica que cambió mi vida, surge un proyecto que se llamó “cómo encontrar tu otra mitad”, pasan al salón y nos hablan del proyecto, constaba en acudir los sábados de 9 a 3 a una capacitación sobre diversos temas de superación personal, encontrarte pero contigo mismo. Me inscribí al curso y comencé a acudir al curso, éramos cerca de 30 chicos de la prepa 1 de diversos grupos, nuestras instructoras fueron 4 psicólogas, que con forme pasaban los sábados de curso, mi pensamiento fue cambiando y por ende mi conducta, decidí que yo también quería ser psicóloga, contribuir en el desarrollo de los

jóvenes y hacer un cambio como el que yo estaba viviendo, ese curso me transformó y pude ver más allá de mi mundo.

Terminé mi formación de bachillerato y al querer ingresar a la Universidad, mi madre presenta problemas de salud mental, se despersonaliza y requiere cuidados, en esos tiempos mis hermanos ya vivían en otra ciudad y eran independientes, por lo que opté por estudiar en una institución privada la carrera de psicología, que se ofertaba los sábados, pues necesitaba trabajar y cuidar de mi madre. Me dolió mucho no ingresar a la UAN, siempre quise ser parte del programa Delfín y adéntrame en el mundo de la investigación.

Pero el destino me tenía otra oportunidad de volver, terminé mi carrera con los mejores promedios y trabajé en recursos humanos, no era suficiente para mí, no me llenaba, así que en el 2007 acudí a la preparatoria 1 en busca de trabajo, para mi buena fortuna, llegue en el momento indicado, pues en la Secretaría de Educación Media Superior (SEMS), estaban solicitando personal de psicología, me explicaron la dinámica y comienzo a prepararme para mi examen de oposición, que consto de una batería de test psicológicos, así como leer y analizar el plan de estudios de bachillerato vigente en esa fecha, para poder diseñar un proyecto de orientación educativa. Fuimos 10 personas que con toda la ilusión y el nerviosismo presentamos y defendimos nuestro proyecto ante las autoridades tales como: directivos y secretarios. En ese tiempo yo no conocía la magnitud de personalidades con las que me encontraba. De las 10 opositoras se seleccionaron a 4 personas entre ellas a mí; y así mi camino en la UAN volvía a tomar su rumbo.

– ¡En la Universidad Autónoma de Nayarit, la máxima casa de estudios! – Es así como contesto con orgullo, cuando me preguntan dónde trabajo, la UAN me dio la oportunidad de crecer y desarrollarme profesionalmente, me impulso a seguir preparándome y me apoyó a ser ejemplo en mi familia y sociedad. Adquirí mi patrimonio gracias a mi trabajo, continué estudiando maestría y doctorado gracias a la UAN, conocí personas extraordinarias, de buen corazón y con ganas de superarse y aportar a nuestra sociedad, ser ejemplo de resiliencia y cambio. Ingresé en

el 2008 como licenciada en Psicología y ahora soy doctora en innovación y gestión educativa, imparto conferencias, cursos, talleres, diseño programas educativos de tutorías, orientación, me forme en el Programa de formación docente conocido como ProForDEMS, donde también fui coordinadora estatal, obtuve mi certificación como docente del Nivel Medio Superior.

Actualmente me desempeño como coordinadora de atención integral a estudiantes en el Nivel Medio Superior y planeo seguir creciendo y aportando mis conocimientos y experiencias en beneficio de los estudiantes de la UAN, quienes como yo, están viviendo una historia dentro de la institución que cambiará su vida, sólo hay que tomar las oportunidades y luchar cada día para cumplir nuestros sueños. La Universidad es parte de mi vida y de mi familia, mis hijos llevan la identidad universitaria y saben que la UAN está en todas partes.

Conclusiones

El estado de Nayarit cuenta con una población de cerca de 1, 235,456 (Inegi, 2020) de los cuales 104, 000,00 tienen un rango de edad de 15 a 19 años, de los cuales poco más de 27,000 (UAN, 2023) se encuentran inscritos en la Universidad Autónoma de Nayarit, ya sea en el Nivel Medio Superior o Superior. Somos una Universidad de calidad con calidez, con 55 años de experiencia formando personas pensantes tanto de nuestro estado, de los alrededores y a nivel internacional con los programas intercambio académico. La sociedad la vio nacer y formo parte de su creación, aún la sigue apoyando, porque la UAN no solo es una institución académica, es semillero de seres humanos resilientes, empáticos, proactivos, pensantes, críticos y creativos, que fortalecen a nuestra sociedad.

La Universidad Autónoma de Nayarit, se sorteado momentos difíciles a lo largo de estos 55 años, pero cada día sigue renaciendo y cumpliendo con el compromiso que como institución adquirió desde su formación, mismo que es fomentar el desarrollo sostenible, la creación de pensamientos libres, en pro del bienestar de la humanidad, donde los retos globales se entrelazan con los

locales, atendiendo necesidades reales. Trabajemos juntos con equidad, respeto e inclusión, fomentando el crecimiento mutuo y poniendo en alto el nombre Universidad Autónoma de Nayarit “La educación es el arma más poderosa que puedes usar para cambiar el mundo”. (Mandela, N)

Referencias

Universidad Autónoma de Nayarit. (2018) Consultado el 16 de septiembre 2024. <https://www.uan.edu.mx/es/mision-vision-y-valores>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2020). *Censo de población y vivienda*. Consultado el 12 de septiembre 2024. <https://www.inegi.org.mx/programas/ccpv/2020/>

Universidad Autónoma de Nayarit. (2023). *Anuario estadístico 2022/2023*. Consultado el 13 de septiembre 2024. <https://planeacion.uan.edu.mx/anuario/Anuario-Estadistico-2022-2023.pdf>