



# María Eugenia Contreras Pérez

Egresada de la Licenciatura en Psicología

*J*nicí mi trayectoria en la Universidad Autónoma de Aguascalientes cuando entré al Bachillerato, en 2010. Reflexionando sobre esos años me doy cuenta de que gran parte de la persona que soy se formó entre las paredes de BACHUAA. En 2013 inicié la Licenciatura en Psicología, y una vez que superé la obligada crisis existencial de los primeros días, me di cuenta de que había llegado al sitio correcto. No sé si fue la magia del Jardín de las Generaciones en pleno abril, cubierto de flores moradas, o el olor emanado del segundo piso de la biblioteca donde están los libros viejos, o el sabor del chai con leche que solía compartir con mis amigas en los días de frío, pero había algo definitivamente especial en ir a la UAA cada mañana. Había algo mágico en mis clases, en especial por los profesores que me enseñaron cosas que poco a poco rompieron las paredes del salón de clase y se transportaron a la vida real; algo mágico en mi primera hora de trabajo social, la última hora de prácticas profesionales, y todo lo que pasó en medio.

En el quinto semestre empecé a trabajar en el Departamento de Psicología en un proyecto de investigación, cuyo objetivo central era dar atención psicológica a adolescentes que iniciaban el consumo abusivo de alcohol y drogas. En ese proyecto hice mi trabajo social, trabajé como becaria y posteriormente hice mis prácticas profesionales; encontré a lo que quería dedicarme el resto de mi vida. Los pacientes, a los que les di terapia psicológica, me enseñaron muchísimo más que cualquier libro; gracias a ellos

aprendí que la terapia es un trabajo conjunto, aprendí que no tengo el poder de resolver la vida de nadie, pero sí puedo motivar a las personas a encontrar un nuevo camino, con suerte, un mejor camino; aprendí que no lo sé todo y nunca lo voy a saber todo, y esa humildad profesional me la llevo conmigo a donde sea que vaya.

Cuando terminé la licenciatura no estaba lista para irme. Recuerdo que cuando fui a recibir mi título caminé hacia el edificio nueve, por debajo de los árboles, pensando en todas las cosas que la UAA todavía tenía por enseñarme. Con eso en mente, apliqué para la Maestría en Investigación en Psicología. Mi proyecto de tesis se centró en trabajar con el programa que ya había aplicado por casi tres años con adolescentes que consumían sustancias y adaptarlo para su aplicación grupal. Adecué el proyecto en una preparatoria del estado, donde evaluamos el nivel de consumo de sustancias de más de trescientos adolescentes y aplicamos la modalidad de intervención correspondiente con todos los que la necesitaron. El programa de intervención resultó ser efectivo para reducir el consumo de sustancias y mejorar la confianza que tienen los adolescentes en su capacidad de mantener un consumo moderado. Los buenos resultados de este estudio preliminar llevaron subsecuentemente a una serie de capacitaciones con profesores de preparatorias de la Ciudad de México, centros de intervención de Ciudad Juárez y de distintas partes de Colombia. Hoy en día, hay más de doscientos profesores y terapeutas capacitados para la aplicación de esta versión del programa.

Durante mis estudios de maestría se vivió la crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19. Poco después de que se aplicaran las medidas de aislamiento, el Departamento de Psicología comenzó a brindar atención a través de llamada y videollamada a los miembros de la comunidad que la solicitaran. A través del grupo de investigación en el que estaba trabajando, se me asignó un equipo de cuatro alumnos de licenciatura a los cuales capacité en medidas de atención en crisis y estrategias para el control de ansiedad y depresión agudas. En conjunto, atendimos alrededor de quince pacientes que reportaron síntomas psicológicos ocasionados por la pandemia, y pusimos nuestro granito de arena para ayudar desde nuestra trinchera a la comunidad de Aguascalientes.

Creo firmemente que hay algo mágico en estudiar en la UAA; mágico no porque sea irreal, sino por su complejidad y su belleza. Ya quisiera yo que más personas vieran esa maravillosa experiencia de ir a la escuela y romantizar las caminatas bajo

los árboles, el olor a pasto recién cortado, la neblina que se cuele entre los salones en la mañana, las ardillitas corriendo por los árboles. La magia de tener aprendizajes dentro y fuera del salón de clase que se quedan contigo por el resto de tu vida.

Estudiar en la Universidad Autónoma de Aguascalientes fue, y sigue siendo, un motivo de mucho orgullo para mí y para mi familia. Dentro de mis estudios en esta institución gané concursos de cuento y de poesía, aprendí a jugar fútbol, canté por primera vez (y por última) en un escenario, pinté mi primera obra, me gradué como la mejor de mi generación en la licenciatura y con honores de mis estudios de maestría. Estudiar en la UAA me dio las oportunidades para lograr todo eso; me dio la confianza de saber que soy una profesional increíblemente preparada, y la sabiduría para reconocer que aún tengo mucho por aprender.

La Universidad me dio la posibilidad de voltear a ver a mis padres desde el podio en la entrega de títulos y saber con certeza que están orgullosos de la profesional en la que, con su ayuda, me he convertido.

Recuerdo que cuando iba en el cuarto semestre de la licenciatura tuve la fortuna de recibir clases de una profesora a la que le gustaba ser muy creativa en su forma de impartir conocimiento. Era la materia de Desarrollo psicológico en la infancia y el último parcial se dedicaba al desarrollo de estructuras psicológicas avanzadas, como el desarrollo de la moralidad. Ése fue el tema que le tocó a mi equipo, y vaya que nos llevamos una sorpresa cuando, en lugar de pedirnos hacer una presentación o un ensayo, la profesora nos pidió que hiciéramos una obra de teatro.

Mis compañeros y yo decidimos hacer una especie de paralelismo entre la película de X-Men y el desarrollo de la moralidad, destacando cómo mutantes y humanos tenían un desarrollo moral distinto por el contexto en el que se desenvolvían. Pusimos manos a la obra, creamos un guion, pensamos en los disfraces, en la escenografía, incluso hicimos una coreografía para la escena final, que era una pelea entre dos bandos. Yo era Mystique, lo que quiere decir que, para mi personaje, mi piel tenía que ser azul. El día de la obra, en la mañana, dos de mis compañeras con increíble talento para el maquillaje comenzaron a cubrir completamente mi piel con pintura.

Recuerdo que teníamos clase de Fisiología y le pedimos permiso a la profesora para seguir pintando durante su clase. Luego de vernos con extrañeza, la profesora echó a reír y nos dijo que mientras no hiciéramos ruido, podíamos continuar.

Al fin llegó el momento de hacer la obra, mis compañeros y yo pusimos mucho empeño en los disfraces, en aprender nuestras líneas, en crear una experiencia para nuestros espectadores. Esa tarea, a la que le dedicamos tanto tiempo y esfuerzo, fue una de las mejores experiencias que tuve durante la licenciatura. En ese momento me di cuenta de lo valioso que es darle a los profesores la libertad de impartir conocimiento a través de la creatividad y el juego. Caminando por la Universidad completamente pintada de azul, me sentí en un espacio donde no iba a ser juzgada, un espacio en el que se me permitió aprender mientras jugaba a los disfraces con mis amigos.

Al día de hoy, casi ocho años después, todavía recuerdo los principios del desarrollo moral del infante; lo recuerdo con mucha más claridad que cualquier cosa que escribí en un examen ese mismo semestre.

El 50° Aniversario de la Universidad Autónoma de Aguascalientes es un testimonio del compromiso inquebrantable de la institución con la excelencia académica, el desarrollo personal y el servicio a la comunidad. Es una celebración de las vidas transformadas, los sueños realizados y el impacto logrado durante cinco décadas. Como exalumna, y habiendo sido parte de esta estimada institución tanto como estudiante de pregrado como de posgrado, mis experiencias en la UAA han forjado en gran parte la persona que soy el día de hoy. Es aquí donde descubrí mi pasión por aprender y alimenté mi curiosidad intelectual.

Los profesores que tuve la fortuna de conocer en mi camino no sólo eran expertos en sus respectivos campos, sino también mentores y guías, y desempeñaron un papel fundamental en la configuración de mi crecimiento académico y personal. Su dedicación y compromiso por impartir conocimientos dejó una huella imborrable en mi carácter y en la profesional que aspiro a ser.

Mientras celebramos el 50° Aniversario de esta maravillosa institución, es momento de apreciar y valorar todas nuestras memorias, mientras miramos hacia el futuro con esperanza y optimismo. Como orgullosa miembro de la comunidad UAA, sé que los valores y las experiencias vivenciados aquí continuarán guiándome a mí y a todos los que tenemos la fortuna de ser Gallos en nuestro viaje por la vida. ¡Por cincuenta años de grandeza y por el brillante futuro que se avecina!

