



UDS

Mi Universidad

Ensayo

Nombre del alumno (a): Karla Jazmín Gómez Gómez

Nombre del tema: La problematización como punto de partida para la investigación psicológica

Parcial único

Nombre de la Materia: Taller De Elaboración De Tesis

Nombre del profesor: Raúl Pérez Verdi

Nombre de la Licenciatura: Psicología General

9no Cuatrimestre

Pichucalco Chis. A lunes 26 de mayo 2025

La problematización como punto de partida para la investigación psicológica

Introducción

El presente ensayo tiene como finalidad reflexionar sobre el proceso de construcción de una problemática de investigación a partir de la experiencia personal y académica dentro de la materia “Taller de Elaboración de Tesis”. A lo largo de las clases hemos transitado distintas actividades que nos han permitido vincular nuestra historia de vida con una inquietud real sobre el mundo, comprendiendo que toda investigación parte de un malestar que nos mueve y nos interpela.

El trabajo se compone de tres partes centrales: primero, se presenta una narrativa biográfica en la que se reconoce cómo las vivencias personales influyen en la elección del tema de investigación; segundo, se describe el método utilizado en clase para construir la problematización de la realidad; y tercero, se expone el malestar identificado, junto con una propuesta de título de tesis.

Esta reflexión no solo permite organizar las ideas de cara a un futuro trabajo de investigación, sino también comprender cómo la psicología se nutre de lo personal, lo emocional y lo social para construir conocimiento significativo.

Desarrollo

Narrativa biográfica

Mi proceso de construcción como persona y futura psicóloga ha sido algo que se ha dado con el tiempo, no en un solo momento, sino como una suma de experiencias, decisiones y personas que me han marcado. No siempre fui muy abierta, especialmente en mi infancia. Fui criada en un ambiente tranquilo, con una familia estable. Aunque no era muy apegada emocionalmente a mis padres, siempre tuve una buena relación con ellos. Simplemente me costaba expresar lo que sentía.

Hoy me siento bien con lo que soy, y me doy permiso para seguir aprendiendo, cambiando y conociéndome. A veces me sorprende reconocer cuánto he cambiado en lo que hago y en cómo me relaciono. Me considero una persona que se cuestiona, que quiere entenderse y no se conforma con lo superficial. Cuando hablo de mi infancia, me refiero a todo lo que implica crecer: lo que viví en casa, en la escuela, en mis emociones, incluso en los momentos en que no entendía lo que sentía. Todo eso forma parte de mí.

Para mí, ser psicóloga significa estar para las personas desde la comprensión, la empatía y el respeto. Es acompañar procesos sin imponer, escuchando con claridad, entendiendo que cada historia es única. Ser psicóloga es una forma de servir, de ayudar a que otros también sanen o simplemente se sientan menos solos. Es una vocación que nace del deseo profundo de aportar algo bueno al mundo.

Método de problematización

El método que hemos utilizado para construir la problematización de la realidad ha sido reflexivo, biográfico y orientado a la observación crítica. Comenzamos con ejercicios introspectivos como la escritura de nuestra autobiografía emocional, reconociendo experiencias que nos marcaron y que hoy influyen en nuestra visión del mundo. A través de estas actividades, se nos invitó a identificar un malestar psicosocial que nos interpele personalmente y que, a la vez, pueda ser observado en otras personas o contextos.

Posteriormente, trabajamos en la delimitación de ese malestar, buscando vincularlo con temas actuales y relevantes dentro del campo de la psicología. Esta metodología no parte de teorías abstractas, sino del contacto directo con nuestras emociones, historias y realidades. De este modo, la problematización no solo se construye desde la razón, sino también desde el sentir y la experiencia vivida.

Malestar identificado y título posible

El malestar que he identificado está relacionado con jóvenes adultos que, a pesar de haber crecido en entornos familiares aparentemente estables, presentan dificultades para expresar emociones, establecer vínculos profundos y sentirse emocionalmente seguros. Este malestar tiene sus raíces en una infancia donde la expresión emocional fue limitada o poco validada. Aunque no hubo violencia o abandono visible, sí existió una ausencia de acompañamiento emocional real, lo que deja huellas profundas en la vida adulta.

Este malestar me interpela tanto a nivel personal como académico, y considero que es una problemática relevante en el contexto actual, donde muchos jóvenes enfrentan ansiedad, aislamiento o dificultades para conectar afectivamente.

Título posible de mi investigación

“Dificultades en la expresión emocional durante la infancia y su relación con el desarrollo de habilidades sociales en adultos jóvenes.”

Conclusión

El proceso realizado en la materia “Taller de Elaboración de Tesis” me ha permitido reconocer la importancia de problematizar la realidad no solo desde el saber teórico, sino desde mi propia historia y emociones. Al identificar un malestar personal que también se refleja en otras personas, comprendí que investigar es también una forma de transformar y sanar.

La narrativa biográfica, el método reflexivo y la observación del entorno son herramientas que me han ayudado a construir una base sólida para una futura tesis, partiendo de una problemática real y sentida. Este ensayo es solo el inicio de un camino más amplio, donde lo personal y lo académico se entrelazan para dar lugar a una investigación con sentido, profundidad y compromiso humano.