

HOMBRE, SOCIEDAD Y CULTURA



José Benito Sánchez Rivas, Bryan Ignacio García Cerecer

DOCUMENTO DE TRABAJO

PRESENTACION

El libro **Hombre, Sociedad y Cultura** nace como una invitación a mirarnos con más atención y a comprender el mundo que habitamos con mayor claridad. No es un libro para memorizar definiciones, sino para aprender a pensar lo humano desde lo cercano: lo que vives en tu familia, en la escuela, en tu comunidad y en las redes sociales. Porque la vida cotidiana no es “normal” por accidente; está construida por ideas, costumbres, reglas, relaciones y formas de poder. Y cuando aprendemos a reconocer esas fuerzas que nos rodean, también aprendemos a tomar decisiones más conscientes y a participar con responsabilidad en la sociedad. Este texto está diseñado para acompañarte durante un proceso formativo donde tú eres el centro: tus experiencias, tus preguntas, tus dudas y tus posibilidades de transformación.

En el enfoque de este libro, el ser humano no se entiende como un individuo aislado, sino como alguien que se forma en relación con otros. Nuestra identidad se construye con lo que aprendemos, con los símbolos que compartimos, con el lenguaje que usamos, con el territorio donde vivimos y con las historias que heredamos. Por eso el libro inicia con los conceptos fundamentales —persona, sociedad y cultura— para crear un lenguaje común, y desde ahí avanzar hacia temas que tienen presencia real en tu vida: socialización, roles, desigualdad, discriminación, bienestar, normas, derechos humanos, participación ciudadana, instituciones, poder, consumo, medios, migración, ambiente y memoria colectiva. En cada tema se busca que el conocimiento sea útil: que puedas reconocer fenómenos sociales, explicarlos con argumentos y actuar con criterio.

Uno de los objetivos principales de esta obra es que comprendas que la cultura no es solo “arte” o “tradición”, sino un conjunto de significados y prácticas que guían nuestra forma de vivir. La cultura se expresa en lo que celebramos, en lo que consideramos correcto, en lo que se castiga, en cómo se ve a ciertas personas, en cómo se habla de

ellas y en lo que se considera “normal”. La cultura puede ser un espacio de pertenencia y orgullo, pero también puede reproducir desigualdades cuando normaliza estereotipos y discriminación. Por eso, este libro no se limita a describir la sociedad: te invita a cuestionarla con respeto, a analizarla con evidencia y a participar para mejorarla.

En este recorrido, también se integran miradas de pensadores y filósofos que han reflexionado sobre el ser humano, la sociedad y la cultura. No como “nombres para adornar”, sino como herramientas para pensar mejor. Algunas ideas ayudan a entender por qué vivimos en comunidad, cómo se justifican las normas, cómo se organiza el poder, cómo se construyen identidades, cómo opera la cultura y por qué ciertas voces se vuelven dominantes. Estas referencias aparecen distribuidas a lo largo del libro para fortalecer el análisis crítico y para que el alumnado sepa que pensar lo humano es una tarea histórica, profunda y vigente.

La organización del libro se estructura en progresiones de aprendizaje, lo cual significa que cada apartado está planeado como un avance gradual: vas construyendo conceptos, habilidades y reflexiones paso a paso. No se trata de “ver temas sueltos”, sino de avanzar en una ruta formativa coherente. Cada progresión propone aprendizajes que se conectan con metas formativas: comprender, analizar, argumentar, dialogar, colaborar, investigar y proponer acciones. El objetivo es que el aprendizaje no se quede en el aula como algo abstracto, sino que se refleje en tu manera de interpretar problemas y participar en soluciones. Por eso, al cierre del libro se incluye un proyecto integrador que te invita a diagnosticar una situación real de tu entorno y diseñar una intervención viable, construida con evidencias, acuerdos y acciones concretas.

Este enfoque está alineado con la **Nueva Escuela Mexicana**, que promueve una educación humanista, crítica, inclusiva y vinculada a la realidad. En ese sentido, el libro busca fortalecer la conciencia social, el respeto a la diversidad, la cultura de paz, el pensamiento crítico, la participación democrática y la responsabilidad comunitaria. No se pretende que el alumnado repita “lo correcto”, sino que aprenda a reflexionar de forma informada: que identifique desigualdades, que reconozca derechos, que valore la

dignidad humana y que ejerza ciudadanía desde lo cotidiano. Además, se promueve el trabajo colaborativo, el diálogo argumentado y la construcción de propuestas, porque comprender la sociedad no es un ejercicio individual: es una práctica colectiva.

A lo largo de estas páginas encontrarás actividades diseñadas para que el aprendizaje sea activo y significativo. Las evidencias propuestas —como glosarios, mapas mentales, infografías, análisis de casos, debates, campañas informativas, entrevistas, diagnósticos y proyectos— buscan que tú puedas conectar conceptos con experiencias reales. Las actividades están pensadas para que desarrolles habilidades: observar, registrar, comparar, interpretar, explicar, proponer y comunicar. También se busca que el conocimiento tenga un sentido ético: que no uses ideas para atacar o humillar, sino para comprender y mejorar convivencia. En un mundo donde la información circula rápido y a veces sin verificación, este libro también te ayuda a fortalecer un pensamiento más crítico frente a medios y redes, para distinguir hechos de opiniones, reconocer desinformación y participar con responsabilidad en el espacio público.

El libro reconoce que vivimos en un contexto donde existen desafíos complejos: violencia, desigualdad, discriminación, crisis ambiental, pérdida de memoria comunitaria, conflictos por territorio, migración y tensiones culturales. Frente a eso, esta obra no se queda en el pesimismo. Su intención es formativa: que puedas ver problemas con claridad, pero también imaginar alternativas. Que aprendas a dialogar sin descalificar, a argumentar sin agredir, a defender derechos sin reproducir odio, y a construir comunidad desde tu lugar. La transformación social no ocurre de golpe, pero empieza cuando una persona comprende lo que pasa, entiende por qué ocurre y decide actuar con otros.

Finalmente, **Hombre, Sociedad y Cultura** es un libro para acompañarte en una etapa clave: el bachillerato, cuando muchas ideas sobre ti mismo, sobre los demás y sobre el mundo se vuelven más conscientes. Aquí no solo se estudia la sociedad: se aprende a convivir, a reconocer la dignidad humana, a valorar la diversidad y a participar con responsabilidad. Este libro no pretende darte respuestas cerradas, sino abrir preguntas necesarias. Porque comprender al ser humano en sociedad y cultura no es un tema más:

es aprender a habitar el mundo con sentido, con respeto y con la capacidad de construir un futuro más justo.

DOCUMENTO DE TRABAJO

INDICE DE CONTENIDO

1. ¿Qué es el ser humano en sociedad y cultura?	12
1.0 ¿Qué estudia esta materia? Una breve palabra sobre la Antropología	14
1.1 Conceptos base: persona, sociedad, cultura.	15
1.2 Cultura: símbolos, significados, prácticas.	17
1.3 Mirada humanista: “¿Quién soy aquí?” (experiencia de sí).	18
Actividad de aprendizaje — Progresión 1.....	20
Glosario ilustrado y mapa mental: “Ser humano en sociedad y cultura”	20
2. Identidad y cultura: lo que somos y lo que compartimos	23
2.1 Identidad personal/colectiva.....	25
2.2 Símbolos culturales (lengua, comida, música, fiestas).	26
2.3 Diversidad cultural e interculturalidad.....	28
Actividad de aprendizaje — Progresión 2.....	31
Identidad y cultura en mi vida: collage cultural y reflexión.....	31
3. Aprender a vivir en sociedad: socialización y roles	33
3.1 Socialización primaria/secundaria.....	35
3.2 Roles sociales en la vida cotidiana.	36
3.3 Cambios generacionales.....	37
Actividad de aprendizaje — Progresión 3.....	39
Miniestudio de caso: “Roles, normas y socialización en mi entorno”	39
4. Diversidad y desigualdad: diferencias que importan.....	41
4.1 Grupos sociales y pertenencia.	43
4.2 Desigualdad vs. diversidad.	44
4.3 Discriminación y estereotipos.	45
4.4 Raza y etnia: por qué la ciencia descarta el racismo biológico.....	47
Infografía: “Diversidad no es desigualdad” y reflexión crítica	48

5. Bienestar y calidad de vida: necesidades y condiciones sociales	50
5.1 Necesidades materiales y sociales.	52
5.2 Calidad de vida e indicadores.	53
5.3 Servicios básicos y bienestar comunitario.....	54
Actividad de aprendizaje — Progresión 5.....	56
Diagnóstico breve de bienestar: “Mi comunidad y su calidad de vida”	56
6. Normas y leyes: reglas para convivir y cambiar	58
6.1 Norma social vs ley.	60
6.2 Sanciones y convivencia.....	61
6.3 Normas en la escuela y comunidad.	62
Actividad de aprendizaje — Progresión 6.....	64
Acuerdo de convivencia: “Reglas que cuidan la dignidad”	64
7. Derechos humanos y vida libre de violencia	65
7.1 ¿Qué son DDHH?.....	67
7.2 Tipos de violencia (escolar, digital, familiar, comunitaria).....	68
7.3 Rutas de apoyo y prevención.....	69
Actividad de aprendizaje — Progresión 7.....	71
Análisis de caso con propuesta de prevención: “Mi escuela y mi comunidad, libres de violencia”	71
8. Ciudadanía y participación: juventudes en lo público	73
8.1 Ciudadanía: derechos y obligaciones.	74
8.2 Participación y representación.	76
8.3 Problemas públicos cercanos.	77
Actividad de aprendizaje — Progresión 8.....	79
Debate/panel con postura argumentada: “Juventudes y ciudadanía en mi escuela/comunidad”	79
9. Instituciones: lo que organiza la vida en común	81

9.1 ¿Qué es una institución?	82
9.2 Instituciones en la vida cotidiana.....	83
9.3 Conflictos y cambios institucionales.....	85
9.4 La familia como institución: una forma, muchas variantes	86
Actividad de aprendizaje — Progresión 9.....	87
Mapa de instituciones: “Lo que me organiza (y lo que quiero cambiar)”	87
10. Poder y autoridad: quién decide y por qué	89
10.1 Poder vs autoridad.....	90
10.2 Control, reglas y legitimidad.....	91
10.3 Poder en escuela, familia, redes.....	93
Actividad de aprendizaje — Progresión 10.....	95
Ensayo breve: “¿Dónde veo poder en mi contexto?”	95
11. Trabajo, economía y consumo: cultura en el mercado	96
11.1 Trabajo y economía en la vida social.....	97
11.2 Cultura de consumo.....	98
11.3 Publicidad y deseo.....	99
Actividad de aprendizaje — Progresión 11.....	101
Análisis crítico de un anuncio: “Lo que me venden (y lo que realmente deseo)” ...	101
12. Medios y redes: opinión pública y desinformación	102
12.1 Opinión pública y agenda.....	103
12.2 Fake news, sesgos y burbujas.....	104
12.3 Verificación básica de información.....	105
Actividad de aprendizaje — Progresión 12.....	107
Checklist de verificación y microcampaña informativa: “Antes de compartir”	107
13. Globalización y migración: culturas que se mezclan	109
13.1 Globalización cultural.....	110
13.2 Migración y diversidad.....	111

13.3 Identidades híbridas.....	113
13.4 Raíces: mestizaje y pueblos originarios en México	114
Actividad de aprendizaje — Progresión 13.....	116
Podcast/entrevista: “Historias de migración y mezcla cultural”	116
14. Cultura y ambiente: territorio, conflictos y sustentabilidad	118
14.1 Desarrollo sostenible y cultura ambiental.....	119
14.2 Conflictos socioambientales.....	120
14.3 Acciones locales (escuela/comunidad).	122
Actividad de aprendizaje — Progresión 14.....	123
Diagnóstico breve y propuesta: “Mi escuela y mi comunidad como territorio”	123
15. Memoria y patrimonio: lo que una comunidad recuerda	124
15.1 Memoria e identidad.	125
15.2 Patrimonio (material e inmaterial).	126
15.3 Narrativas: quién cuenta la historia y por qué.	128
Actividad de aprendizaje — Progresión 15.....	129
Línea del tiempo cultural local + relato interpretativo: “Lo que recordamos”	129
16. Proyecto integrador: diagnosticar y transformar mi realidad	130
16.1 Diagnóstico (qué pasa y por qué).	131
16.2 Propuesta (qué hacer, con quién, cómo).	132
16.3 Presentación final (argumentación + evidencia).	133
Actividad de aprendizaje — Progresión 16.....	135
Proyecto final, presentación y portafolio de evidencias: “Transformar mi realidad”	135
A.1 ¿Cómo se volvió la antropología una ciencia?	136
A.2 Dos formas de mirar: etic y emic.....	137
A.3 El ser humano como especie: una nota sobre evolución biológica	138
Bibliografía	139

DOCUMENTO DE TRABAJO

Progresión 1. ¿Qué es el ser humano en sociedad y cultura?

1. ¿Qué es el ser humano en sociedad y cultura?

Piensa en esto: aunque a veces sientas que tu vida es “solo tuya”, casi todo lo que haces tiene una parte social. Tu forma de hablar, tus gustos, lo que te da pena, lo que te da orgullo, cómo te vistes según el lugar, cómo tratas a alguien nuevo, cómo reaccionas



cuando te corrigen o cuando te aplauden... nada de eso se inventa en el aire. Lo vas aprendiendo en tu casa, en la escuela, con tus amistades, en tu comunidad y también en internet. Por eso, cuando esta materia habla del ser humano en sociedad y cultura, no está hablando de algo lejano o “de libro viejo”: está hablando de ti, de tu día a día y de cómo se construye tu identidad en medio de relaciones y significados compartidos.

Aquí entra una idea clásica que sigue siendo útil: Aristóteles escribió “El hombre es por naturaleza un animal político” (Aristóteles, 1988), y con eso no estaba diciendo que todos deben meterse a partidos, sino que la vida humana se entiende en comunidad; necesitamos convivir, organizarnos, ponernos de acuerdo, discutir, cooperar y también enfrentar conflictos. En pocas palabras: no existes en solitario. Tu “yo” se forma con otros, y a la vez tú influyes en cómo se comportan los demás. Por eso, estudiar este tema te sirve para mirar con más claridad lo que antes parecía normal: ¿por qué hay reglas distintas para distintas personas?, ¿por qué algunas conductas se aplauden y otras se

castigan?, ¿por qué algunas bromas se sienten pesadas?, ¿por qué a veces la presión del grupo pesa más que lo que tú querías hacer?

Cuando empiezas a observarte en tu contexto, notas que no todo depende de “echarle ganas” o de “tener actitud”. Hay oportunidades y límites que vienen de estructuras sociales: acceso a servicios, seguridad, calidad de escuela, economía familiar, violencia en el entorno, discriminación, expectativas de género, y hasta el tipo de información que te llega. Eso no significa que no tengas libertad; significa que tu libertad se mueve dentro de condiciones reales. Entenderlo te ayuda a dejar de culparte por todo o de culpar a otros sin pensar. Además, te permite distinguir entre diferencias normales (diversidad) y desigualdades injustas (cuando esas diferencias se convierten en trato desigual, menos oportunidades o violencia). En este curso vas a aprender a ponerle nombre a esas cosas y a ver que tu vida no es solo “lo que te pasa”, sino también “lo que significa” lo que te pasa. La parte cultural es justo eso: los significados que compartimos y que hacen que un gesto sea respeto o insulto, que una palabra sea identidad o agresión, que un uniforme sea orgullo o imposición. Cuando comprendes esa capa de significado, puedes convivir mejor porque entiendes por qué ciertas cosas duelen y por qué otras generan pertenencia.

La gran idea con la que debes quedarte en esta primera progresión es doble: tú eres producto de tu contexto, pero no eres prisionero de él. La sociedad y la cultura te moldean, sí, pero tú también participas en sostenerlas o cambiarlas. Cada vez que repites una práctica (“así se hace aquí”), la refuerzas; cada vez que la cuestionas con argumentos y respeto, abres una puerta para transformarla. Esto conecta con el enfoque comunitario: no basta “aprender por aprender”, sino aprender para convivir y mejorar lo cercano. Por ejemplo, si detectas que en tu grupo se normaliza excluir a alguien por su forma de hablar o por su apariencia, puedes entender que eso no es solo “un chiste”: es una práctica cultural con efectos reales. Si aprendes a mirar así, tu participación cambia: puedes proponer acuerdos de convivencia, aprender a dialogar sin humillar, informarte sin caer en rumores y tomar decisiones con más conciencia. Al final, el curso te empuja a una

pregunta clave: ¿qué parte de lo que eres viene de tu elección y qué parte viene de lo que aprendiste? Esa pregunta no es para juzgarte; es para que te conozcas mejor y actúes con más claridad en tu escuela, tu comunidad y tus redes.

1.0 ¿Qué estudia esta materia? Una breve palabra sobre la Antropología

Antes de entrar de lleno a los conceptos de persona, sociedad y cultura, vale la pena que sepas de dónde viene todo esto que vas a estudiar. La materia que tienes en las manos se apoya en una ciencia con nombre propio: la Antropología, que literalmente significa “el estudio del ser humano”. Puede sonar como una palabra grande, pero su pregunta central es sencilla: ¿qué nos hace humanos, y por qué vivimos de formas tan distintas alrededor del mundo? La antropología nació de una curiosidad muy humana: cuando distintos pueblos se encontraron entre sí a lo largo de la historia, surgieron preguntas incómodas y fascinantes sobre por qué había tanta diferencia en costumbres, creencias y formas de vida, y qué significaba esa diferencia. De esas preguntas nació una disciplina completa dedicada a observar, comparar y comprender al ser humano sin juzgarlo desde una sola cultura como si fuera “la normal”.



La antropología se divide en dos grandes ramas que te conviene distinguir. La antropología física (o biológica) estudia al ser humano como especie: su cuerpo, su evolución, su relación con otros primates, la diversidad biológica de las poblaciones humanas. La antropología cultural (o social) estudia cómo vivimos en comunidad: costumbres, creencias, lenguas, organización familiar, economía, religión, arte. Esta

materia se apoya sobre todo en la segunda rama, la cultural, aunque de vez en cuando va a tocar también preguntas de la primera, como por ejemplo cuando hablemos del cuerpo, la salud o el bienestar. Conocer esta distinción te sirve para algo muy práctico: cuando alguien te diga “eso es antropológico”, vas a saber exactamente de qué tipo de mirada está hablando.

Quien mejor resumió el espíritu de esta disciplina fue el antropólogo Bronisław Malinowski, pionero de un método que cambió la forma de estudiar culturas: en vez de observar desde lejos y juzgar, propuso que había que convivir con la gente, aprender su lengua y entender el mundo desde su propia perspectiva antes de sacar conclusiones. Esa idea —comprender antes de juzgar— es exactamente el espíritu con el que vas a recorrer este libro: no se trata de memorizar términos, sino de aprender a mirar tu propia vida y la de los demás con la misma curiosidad respetuosa con la que un antropólogo se acerca a una cultura que no conoce. (Malinowski, 1973)

1.1 Conceptos base: persona, sociedad, cultura.

“Persona”, “sociedad” y “cultura” son tres palabras que parecen obvias hasta que intentas explicarlas bien. Persona no es solo “un individuo”; es alguien con historia, emociones, valores, decisiones, derechos, responsabilidades y un sentido de sí mismo. Tu identidad (quién eres) se construye con experiencias: lo que has vivido, lo que te han dicho, lo que has logrado, lo que te ha dolido, lo que te da orgullo, lo que te da miedo. Y algo importante: la persona también se forma con el reconocimiento de otros. No es lo mismo crecer en un ambiente donde te escuchan y te toman en serio, que crecer donde te ridiculizan o te comparan todo el tiempo. Aquí entra una idea ética moderna que es clave para cualquier convivencia: Kant expresó “Obra de tal modo que uses la humanidad, tanto en tu persona como en la persona de cualquier otro, siempre al mismo tiempo como un fin y nunca simplemente como un medio.” (Kant, 2005) Esa frase sirve para recordar que ninguna persona debería ser tratada como herramienta, burla, objeto o “relleno”; tu dignidad no depende de encajar ni de ser perfecto.

Luego está la sociedad, que es la forma en que se organiza la vida en común: normas (las escritas y las no escritas), roles (lo que se espera de ti como estudiante, amigo, hijo), instituciones (familia, escuela, gobierno) y relaciones de poder (quién decide, quién manda, quién tiene voz, quién es ignorado).

Y finalmente la cultura, que es el conjunto de significados compartidos: valores, símbolos, lenguajes, costumbres, tradiciones y prácticas que se repiten y que te dicen “cómo se vive aquí”.

Lo interesante es que estos conceptos no están separados: se amarran todo el tiempo. La persona vive dentro de una sociedad y aprende cultura, pero también interpreta y decide; la sociedad necesita cultura para funcionar (porque las reglas no se sostienen solas: se sostienen con ideas de respeto, autoridad, justicia, “lo normal”); y la cultura se mueve porque las personas la cuestionan o la mezclan con otras. Un ejemplo sencillo: en la escuela hay reglas (sociedad), pero también hay costumbres y “códigos” del grupo (cultura), y todo eso afecta cómo te sientes y cómo actúas (persona). Si en un salón se aplaude la humillación, esa cultura vuelve más difícil participar; si se valora el respeto, la participación se vuelve más segura. Otro ejemplo: las redes sociales funcionan con reglas (plataformas, normas), con cultura digital (memes, tendencias, formas de cancelar o de apoyar) y con tu identidad (lo que publicas, lo que callas, la imagen que construyes). Por eso, aprender estos conceptos base te da una especie de “mapa”: te ayuda a distinguir qué parte de un problema es personal, qué parte es social y qué parte es cultural. Y cuando puedes distinguirlo, también puedes actuar mejor: no solo reaccionar, sino comprender, argumentar y proponer. (Mead, 1982; Elias, 1990)



1.2 Cultura: símbolos, significados, prácticas.

La cultura no es una “decoración” de la vida, es una parte central de cómo piensas y actúas. Es lo que hace que algo tenga sentido para ti y para tu comunidad. Por ejemplo, una palabra puede ser cariño en un grupo y ofensa en otro; una forma de vestir puede significar identidad en un lugar y “falta de respeto” en otro; una canción puede ser nostalgia para unos y burla para otros. Eso pasa porque la cultura está hecha de significados compartidos: ideas, valores, recuerdos, reglas no escritas y maneras de interpretar lo que ocurre. En el mundo actual, la cultura se mueve rápido por la tecnología: tendencias, videos, frases virales, noticias, y estilos de vida circulan en segundos. Eso te puede dar identidad y pertenencia (“aquí encajo”), pero también te puede presionar (“si no hago esto, no valgo”, “si no opino así, me cancelan”). Aquí una idea moderna ayuda a entenderlo: Clifford Geertz escribió “El hombre es un animal suspendido en redes de significación”. (Geertz, 2003) Esa frase es potente porque te recuerda que tú no solo vives hechos, vives interpretaciones. No solo vives un comentario, vives lo que significa ese comentario dentro de tu grupo. No solo vives una regla, vives lo que esa regla representa: cuidado, control, injusticia o acuerdos. Aprender cultura, entonces, es aprender a leer esas redes para no vivir a ciegas dentro de ellas.

Los símbolos son una parte visible de la cultura: cosas que representan algo más. Un uniforme, un escudo, una bandera, un gesto, una frase, un meme, una cruz, un color, un estilo de peinado o un mural pueden funcionar como símbolos porque despiertan pertenencia o rechazo. El punto es que un símbolo no “significa” por sí solo: significa porque la gente aprende a interpretarlo. Por eso, los símbolos se disputan. Algunos unen (“esto nos representa”), otros excluyen (“tú no perteneces”). También se pueden usar para manipular: la publicidad usa símbolos para



venderte “estatus”, “belleza”, “éxito”; la propaganda usa símbolos para convencerte de ideas sin que las pienses a fondo. En un mundo lleno de pantallas, aprender a leer símbolos es una habilidad de cuidado personal y social: te protege de creerlo todo por emoción, te ayuda a preguntarte quién está detrás del mensaje, qué quiere provocar en ti y a quién beneficia. Esto no significa desconfiar de todo; significa pensar antes de repetir. Y aquí entra lo escolar: la cultura del aula también tiene símbolos (quién se sienta con quién, quién toma la palabra, quién es escuchado, quién es ignorado). Si aprendes a ver esos símbolos, puedes entender por qué a veces la convivencia se complica y qué se puede cambiar para que sea más justa.

Las prácticas culturales son lo que haces repetidamente y que expresa esos significados: cómo saludas, cómo convives, cómo celebras, cómo resuelves un conflicto, cómo hablas de otros, cómo te informas, cómo participas o cómo te callas. Muchas prácticas parecen “naturales” porque las has visto siempre, pero son aprendidas. Y si son aprendidas, pueden transformarse. Por ejemplo, si en un grupo se normaliza “llevarse pesado”, esa práctica puede parecer divertida para unos, pero ser violencia para otros. Si se normaliza reírse del acento o del color de piel, eso no es “humor”: es discriminación disfrazada. Si se normaliza compartir rumores, eso afecta reputaciones y genera conflictos. Estudiar prácticas culturales te ayuda a distinguir: ¿esto construye comunidad o la destruye? La meta no es que renuncies a tu cultura, sino que aprendas a cuidarla: fortalecer lo que da identidad y respeto, y cambiar lo que daña. Eso es madurez social: no repetir por repetir, sino elegir con conciencia.

1.3 Mirada humanista: “¿Quién soy aquí?” (experiencia de sí).

La pregunta “¿Quién soy aquí?” no es solo una frase bonita: es una herramienta para entender tu vida con más claridad. No eres la misma persona en todos los lugares, y eso no te hace falso; te hace humano. Actúas distinto con tu familia que con tus amistades, distinto en clase que en redes, distinto cuando te sientes seguro que cuando te sientes observado. (Simmel, 2002) Eso pasa porque tu identidad se construye en relación con el

entorno. La mirada humanista te pide que te observes con honestidad: ¿qué parte de ti eliges y qué parte adoptaste por presión?, ¿qué cosas haces para encajar?, ¿qué cosas callas para evitar conflicto?, ¿qué te hace sentir valioso?, ¿qué te hace sentir menos? Aquí encaja perfecto la frase de Ortega y Gasset: “Yo soy yo y mi circunstancia.” (Ortega y Gasset, 2004) No significa que tu circunstancia te controle para siempre; significa que no puedes entenderte sin mirar el contexto donde vives. Tus oportunidades, tus miedos, tus hábitos, tu manera de hablar, tus gustos y hasta tu forma de soñar se conectan con tu circunstancia: tu comunidad, tu escuela, tu familia, tus redes, tu época. La mirada humanista también defiende algo básico: tu dignidad. Valer como persona no es un premio por portarte bien o sacar buenas calificaciones; es un punto de partida. Esa idea cambia la convivencia: si tú vales, el otro también vale, aunque piense distinto, se vista distinto o venga de otro contexto.

Al mismo tiempo, esta mirada no se queda en “sentir”; también te empuja a actuar con responsabilidad. Si entiendes tu experiencia, puedes entender mejor a los demás y dejar de reducirlos a etiquetas (“el flojo”, “la creída”, “el raro”). No se trata de justificar malas acciones; se trata de comprender para mejorar la convivencia. Además, cuando te conoces, puedes tomar decisiones más libres: poner límites, elegir amistades, cuestionar presiones de grupo, informarte mejor y participar sin miedo a quedar mal. Aquí también cabe una idea directa sobre libertad y responsabilidad (muy útil para juventudes): Sartre escribió “El hombre está condenado a ser libre.” (Sartre, 2009) Esa frase se puede sentir dura, pero tiene sentido: no decidir también es una decisión, y tus decisiones tienen impacto. En términos del curso, la pregunta final no es “¿quién soy?” como si fueras una etiqueta fija, sino “¿quién estoy construyendo con lo que hago?” Si aprendes a mirar así, esta materia deja de ser teoría: se vuelve una brújula para tu vida escolar y comunitaria, porque te ayuda a entender qué te moldea, qué te limita, qué te da fuerza y qué puedes transformar con acciones concretas y respetuosas.

Actividad de aprendizaje — Progresión 1

Glosario ilustrado y mapa mental: “Ser humano en sociedad y cultura”

Propósito del ejercicio: Comprender y explicar, con ejemplos cercanos, cómo se relacionan los conceptos persona, sociedad y cultura en tu vida cotidiana (familia, escuela, comunidad y redes sociales), y reflexionar sobre tu identidad y tu forma de convivir.

Parte A. Glosario ilustrado

Elabora un glosario ilustrado con mínimo 10 conceptos relacionados con esta progresión. Incluye obligatoriamente los siguientes seis: Persona, Sociedad, Cultura, Identidad, Normas, Roles.

Completa el resto eligiendo al menos cuatro conceptos más, por ejemplo: instituciones, pertenencia, dignidad, símbolos, prácticas culturales, diversidad, desigualdad, estereotipo, discriminación, comunidad, convivencia, poder.

Para cada concepto, escribe lo siguiente:

1. Definición en tus palabras (3 a 5 líneas).
2. Ejemplo real tomado de tu vida (familia, escuela, comunidad o redes).
3. ¿Por qué importa? (1 a 2 líneas).
4. Ilustración (dibujo, ícono, collage o imagen recortada) que represente el concepto.

Al finalizar tu glosario, agrega un apartado breve titulado “Tres ideas para pensar” y responde con 4 a 6 líneas por cada una:

- Aristóteles: “El hombre es por naturaleza un animal político.” Explica cómo se nota esta idea en tu vida cotidiana (por ejemplo, en la escuela, con amistades, en casa o en tu comunidad).
- José Ortega y Gasset: “Yo soy yo y mi circunstancia.” Describe qué parte de tu “circunstancia” influye más en ti (familia, barrio, escuela, redes, economía, cultura local, etc.).
- Clifford Geertz: “El hombre es un animal suspendido en redes de significación.” Menciona una “red de significación” que te influya (por ejemplo, redes sociales, escuela, familia) y explica qué comportamientos o ideas promueve.

Parte B. Mapa mental (en equipo)

En equipo, elaboren un mapa mental con el tema central: “Ser humano en sociedad y cultura”

Del tema central deben salir tres ramas principales: Persona, Sociedad, Cultura.

En cada rama incluyan: una definición breve (en sus palabras); tres ejemplos cercanos (escuela, comunidad, familia, redes); un problema o conflicto relacionado (algo que sí suceda o pueda suceder); una propuesta de mejora (una acción concreta y realista para convivir mejor).

Añadan además al menos seis conexiones (flechas) entre ramas, explicando con frases cortas cómo se relacionan. Por ejemplo: Persona → Cultura (aprendo valores y costumbres); Sociedad → Persona (roles y expectativas); Cultura → Sociedad (lo “normal” se vuelve regla); Cultura → Persona (identidad y pertenencia).

Incluyan un recuadro final titulado “Diálogo con pensadores”, donde coloquen las siguientes citas y debajo escriban un ejemplo breve que las explique: “El hombre es por naturaleza un animal político.” (Aristóteles); “Yo soy yo y mi circunstancia.” (Ortega y Gasset); “El hombre es un animal suspendido en redes de significación.” (Geertz)

Cierre individual

Escribe un texto de 8 a 10 líneas donde respondas:

1. ¿Qué aprendiste sobre ti al estudiar persona, sociedad y cultura?
2. ¿Qué práctica o actitud de tu entorno crees que debería cambiar para mejorar la convivencia?
3. ¿Qué acción concreta podrías hacer tú para aportar a ese cambio?



Progresión 2. Identidad y cultura: lo que somos y lo que compartimos

2. Identidad y cultura: lo que somos y lo que compartimos

Tu identidad no es una etiqueta fija ni una “esencia” que traes pegada desde nacimiento. Es más bien una construcción que se va formando con el tiempo: con lo que vives, con lo que aprendes, con lo que eliges y también con lo que otros esperan de ti. Cuando dices “yo soy así”, muchas veces estás mezclando experiencias personales con ideas que vienen de tu familia, tu comunidad, tu escuela y las redes sociales. Por eso la identidad tiene dos caras: una personal (tu historia, tus decisiones, tus gustos, tus emociones) y una colectiva (los grupos a los que perteneces: tu familia, tu región, tu generación, tu escuela, tu barrio, tu país). Entender esto te ayuda a notar algo importante: pertenecer a un grupo puede darte fuerza, pero también puede presionarte. A veces el grupo te cuida; a veces te exige que actúes “como se debe”. Y ahí entra la pregunta clave para ti: ¿cuánto de lo que haces lo haces por convicción, y cuánto lo haces por encajar? Este tema también te ayuda a respetar a los demás: si tú entiendes que tu identidad se ha construido en un contexto, puedes entender que otros también vienen de contextos distintos y que no todo se reduce a “ellos son así porque quieren”. José Ortega y Gasset lo resumió con



una frase directa: “Yo soy yo y mi circunstancia.” (Ortega y Gasset, 2004) Esa idea sirve para comprender que tu identidad no se explica sin tu entorno, pero tampoco se agota en él: tú puedes reflexionar sobre tu circunstancia y decidir qué cosas conservar y qué cosas cambiar.

La identidad también se construye con símbolos y con prácticas culturales: lenguaje, comida, música, fiestas, maneras de saludar, formas de vestir, creencias, chistes, valores, recuerdos familiares, formas de celebrar y de convivir. Es decir, identidad no es solo “lo que pienso”, también es “lo que vivo” y “lo que comparto” con otros. Piensa en la lengua: no solo sirve para comunicar, también te da identidad; tu acento, tus expresiones, tus palabras favoritas dicen de dónde vienes y con quién convives. Piensa en la música: a veces una canción te identifica porque cuenta algo que tú has vivido o porque representa a tu grupo. Piensa en las fiestas: no son solo diversión; son rituales que refuerzan pertenencia y memoria. Y piensa en la comida: no es solo alimento; es historia, territorio, familia, costumbre. Todo eso son símbolos culturales: cosas que representan algo más y que te hacen sentir “esto es mío” o “aquí pertenezco”. Pero ojo: los símbolos también pueden ser usados para excluir. A veces se usa la cultura para decir “tú sí, tú no”, o para burlarse de lo distinto. Por eso, estudiar símbolos no es solo para admirarlos, sino para entender su poder: pueden unir o dividir. Y en un mundo de redes sociales, donde los símbolos viajan y se mezclan, también es importante identificar cuándo algo es intercambio cultural respetuoso y cuándo es burla, estereotipo o apropiación sin comprensión. (García Canclini, 1990)

Aquí entra la diversidad cultural y la interculturalidad. Diversidad significa que existen muchas formas de vivir, pensar, hablar, creer y celebrar. Interculturalidad va un paso más allá: no solo acepta que existan diferencias, sino que busca diálogo, respeto y aprendizaje mutuo sin desprecio ni superioridad. Esto es clave en tu contexto, porque México es un país diverso y, al mismo tiempo, desigual: no todas las culturas han sido valoradas de la misma manera. Muchas veces se ha tratado como “atrasado” lo indígena o lo rural, y como “correcto” lo urbano o lo extranjero. Aprender interculturalidad te ayuda a cuestionar esas ideas y a construir convivencia con respeto real. Franz Boas defendió una idea central para entender esto: no puedes juzgar una cultura como si todas tuvieran que funcionar igual; debes comprenderla en su contexto. (Boas, 1964) En la práctica, para ti esto significa aprender a preguntar antes de burlarte, escuchar antes de etiquetar, y reconocer que la cultura del otro no es “rara”: es distinta. Esta progresión busca que tu

identidad sea más consciente: que puedas sentir orgullo por lo que eres sin despreciar a otros, y que puedas convivir en un mundo donde cada vez se mezclan más culturas sin perder el respeto ni el pensamiento crítico.

2.1 Identidad personal/colectiva.



La identidad personal se construye con tu historia: experiencias, emociones, decisiones, aprendizajes y también con momentos que te marcan (buenos o duros). Pero esa identidad no se construye sola; se forma mientras convives con otros. Desde pequeño aprendes qué cosas “te quedan bien” y cuáles “no”, qué emociones se aplauden y cuáles se callan, qué conductas se premian y cuáles se castigan. Eso moldea tu personalidad, tus hábitos y hasta tu manera de imaginar el futuro. Por eso, hablar de identidad personal no es decir “yo soy así y punto”, sino reconocer que tu identidad cambia con el tiempo: no piensas igual que hace cinco años y probablemente no pensarás igual dentro de cinco más. A la vez, está la identidad colectiva: lo que compartes con grupos a los que perteneces. Ser parte de una familia, una escuela o una comunidad te da raíces, pero también te pone reglas. Algunas reglas son buenas (respeto, solidaridad), pero otras pueden limitarte (prejuicios, estereotipos, “así debe ser un hombre”, “así debe ser una mujer”, “no llores”, “no digas eso”). Entender esto te ayuda a ubicar cuándo una expectativa colectiva te está ayudando a crecer y cuándo te está encerrando. La identidad, entonces, es una mezcla de pertenencia y elección: de lo que recibiste y de lo que decides conservar.

En ese punto aparece una pregunta clave: ¿cómo te defines sin depender completamente de lo que los demás esperan? Aquí sirve una idea de John Locke sobre la identidad: la persona se reconoce a sí misma a través de la conciencia y la continuidad de su experiencia (Locke, 2005); eres tú porque recuerdas, aprendes y te reconoces en tu historia. Dicho de forma sencilla: no eres solo “tu foto de perfil” o “lo que la gente dice de ti”, eres un proceso, una historia en construcción. Esto es importante hoy, porque las redes sociales pueden empujarte a construir una identidad para gustar, no para ser; y a veces la presión por pertenecer se vuelve ansiedad. Esta progresión no busca que te separes de tu cultura o de tu grupo; busca que tengas claridad: que sepas qué cosas te representan y cuáles solo estás repitiendo por presión. Cuando logras esa claridad, convives mejor: respetas tu identidad y respetas la de otros. También aprendes a reconocer que hay identidades múltiples: puedes ser estudiante, hijo, amigo, creyente o no creyente, parte de una región, de una generación, de un equipo... sin que una sola etiqueta te defina completo. Esa visión te hace más libre, más empático y más capaz de dialogar en un mundo donde la diversidad es una realidad cotidiana.

2.2 Símbolos culturales (lengua, comida, música, fiestas).

Los símbolos culturales son cosas visibles que cargan un significado más profundo. No solo “están ahí”: representan identidad, pertenencia, memoria y valores. La lengua, por ejemplo, no es solo un medio para hablar; también es una forma de ver el mundo. Tus palabras, tu acento, tus expresiones y hasta tus bromas dicen algo de tu comunidad y de tu historia. Por eso, cuando alguien se burla del acento de otra persona o corrige con desprecio, no está criticando solo la forma de hablar: está tocando identidad. La comida también funciona como símbolo cultural: un platillo puede ser familia, fiesta, tradición, territorio, historia; puede recordarte a alguien o a un lugar. La música funciona igual: no solo se escucha, se siente y se comparte; hay canciones que se vuelven parte de tu vida y de tu grupo, y por eso te representan. Y las fiestas, además de diversión, son rituales: momentos donde una comunidad confirma “quiénes somos”, qué celebramos, qué recordamos, qué creemos. Todo eso te forma sin que lo notes, porque lo aprendes como

algo normal, como parte del ambiente. Comprender símbolos culturales te ayuda a valorar lo propio y, al mismo tiempo, a respetar lo ajeno.



Junto con la lengua, la comida, la música y las fiestas, hay otro símbolo cultural muy poderoso que suele influir profundamente en la identidad: las creencias y la religión. Para muchas familias y comunidades, las creencias religiosas no son

solo un tema “privado”; son parte de cómo se organiza el tiempo (los días de descanso, las celebraciones), cómo se explican preguntas grandes de la vida, y cómo se construyen valores compartidos. México es un país donde conviven distintas tradiciones religiosas, espiritualidades de pueblos originarios y también personas sin ninguna filiación religiosa, y esa diversidad de creencias merece el mismo respeto que la diversidad de lengua o de comida: nadie debería ser juzgado ni excluido por lo que cree o no cree, siempre que esa creencia no se use para dañar a otros.

Pero los símbolos no son neutrales: tienen poder. A veces se usan para unir (“esto nos identifica”), pero también se usan para excluir (“tú no perteneces”). Por ejemplo, en un grupo escolar puede existir el símbolo de “ser popular” por cierta ropa, ciertos gustos o cierto lenguaje; y quien no encaja puede ser ignorado o burlado. En redes sociales, los símbolos viajan más rápido: una tendencia puede convertirse en identidad de grupo; un meme puede reforzar un estereotipo; un video puede normalizar violencia o discriminación. Por eso, aprender a leer símbolos es una habilidad crítica. Geertz decía que vivimos en redes de significación: los símbolos no solo muestran una cultura, la sostienen. (Geertz, 2003) Entonces, preguntarte “¿qué significa esto para mi grupo?” es una forma de pensar mejor. También es una forma de cuidado: no todo lo que es viral es sano; no todo lo que “todos hacen” es correcto. Esta materia te invita a observar los

símbolos con respeto, pero también con pensamiento crítico: ¿qué promueven?, ¿qué ocultan?, ¿a quién benefician?, ¿a quién dañan?

También hay un fenómeno actual: los símbolos se mezclan. En un mundo globalizado, conviven tradiciones locales con influencias extranjeras, y eso puede enriquecer o generar conflicto. Puedes escuchar música de distintos países, usar expresiones de internet, comer platillos adaptados, celebrar fiestas mezcladas. Esto no es “bueno o malo” por sí mismo, pero sí requiere conciencia. Aquí entra el respeto intercultural: aprender de otra cultura no significa burlarte, estereotiparla o usarla como disfraz. Cuando tomas un símbolo sin entender su historia o lo usas para humillar, eso deja de ser intercambio y se vuelve falta de respeto. Por eso, esta progresión no te pide que “te separes” de otras influencias, sino que las entiendas. Puedes valorar tus símbolos culturales sin cerrarte al mundo; y puedes conocer símbolos de otros sin sentirte superior. Esa es una meta de convivencia: que lo cultural sea un puente y no un pretexto para discriminación.

2.3 Diversidad cultural e interculturalidad.

La diversidad cultural significa que existen muchas formas de vivir, pensar, creer, hablar, organizarse y celebrar. México es un ejemplo claro: hay pueblos originarios, regiones con identidades fuertes, tradiciones distintas, comidas distintas, maneras distintas de hablar y de ver la vida. Pero la diversidad por sí sola no garantiza respeto. Puede existir diversidad y, al mismo tiempo, discriminación. A veces se valora lo extranjero más que lo propio; a veces se considera “superior” lo urbano y “inferior” lo rural; a veces se desprecia lo indígena o se usa como adorno sin reconocer a las personas. (Barth, 1976) En ese punto es donde la interculturalidad se vuelve necesaria. Interculturalidad no es solo “tolerar”: es reconocer al otro con dignidad, dialogar, aprender, y convivir sin que una cultura intente aplastar a la otra. También implica revisar prejuicios: esos pensamientos que se te meten sin pedir permiso (“ellos son así”, “esa gente...”) y que luego se vuelven trato injusto. La interculturalidad te enseña que nadie debería ser ridiculizado por su origen, su lengua, su forma de vestir o sus costumbres.

Para entender por qué la interculturalidad es necesaria, ayuda nombrar el problema que viene a resolver: el etnocentrismo. Etnocentrismo es la tendencia a juzgar otras culturas usando la propia como si fuera la medida de lo “normal” o lo “correcto”. Cuando alguien piensa “mi forma de vivir es la buena y las demás son raras o atrasadas”, está actuando con etnocentrismo, aunque no use esa palabra. No es un defecto exclusivo de nadie en particular: es una tendencia natural del ser humano, porque todos aprendemos a ver el mundo desde nuestra propia cultura primero. El problema no es tener una cultura propia (eso es inevitable y valioso), sino usarla como vara para menospreciar a otras. Frente a esa tendencia natural, la antropología propuso una herramienta distinta: el relativismo cultural.

Franz Boas defendió una idea que ayuda mucho para esto: cada cultura debe comprenderse en su propio contexto, no con una regla única para juzgar a todos. (Boas, 1964) Dicho en simple: antes de criticar, primero entiende. Eso no significa que todo sea correcto (hay prácticas que pueden dañar), pero sí significa que no puedes reducir a una persona o a un pueblo a un estereotipo. En la vida diaria, la

interculturalidad se practica con acciones concretas: escuchar sin burlarte, preguntar con respeto, informarte antes de opinar, reconocer que el otro tiene razones e historia, y cuidar tu lenguaje para no humillar. En la escuela, esto se nota en cosas pequeñas pero fuertes: cómo tratan al que habla distinto, cómo se refieren a una comunidad, cómo se ríen de un apellido o de un color de piel, cómo se excluye por gustos o por origen. Esta progresión busca que la diversidad no sea solo un “tema” para examen, sino una habilidad de convivencia: que puedas sentir orgullo por lo que eres sin despreciar lo que



otros son, y que puedas participar en un ambiente donde las diferencias no se conviertan en desigualdad.

DOCUMENTO DE TRABAJO

Actividad de aprendizaje — Progresión 2

Identidad y cultura en mi vida: collage cultural y reflexión

Propósito del ejercicio: Reconocer cómo se construye tu identidad personal y colectiva a partir de símbolos culturales (lengua, comida, música, fiestas) y reflexionar sobre la diversidad cultural con respeto intercultural.

Parte A. Collage cultural (individual o en pareja)

Elabora un collage cultural (digital o físico) titulado: “Lo que soy y lo que comparto”

Incluye mínimo 12 elementos (imágenes, palabras, recortes, íconos o dibujos) distribuidos en estas cuatro secciones:

1. Mi lengua y mi forma de hablar — Expresiones que uso, palabras típicas de mi región, maneras de saludar.
2. Mi comida y mis costumbres — Platos, hábitos familiares, tradiciones cotidianas.
3. Mi música y mis referentes — Canciones, géneros, artistas o sonidos que me representan.
4. Mis fiestas y rituales — Celebraciones familiares, escolares, comunitarias o regionales.

A un lado de cada elemento coloca una frase breve: “Esto me representa porque...”

Parte B. Texto breve de interpretación (1 cuartilla aprox.)

Redacta un texto donde respondas:

1. ¿Qué parte de tu identidad sientes más personal y cuál más colectiva?

2. ¿Qué símbolo cultural te representa más y por qué?
3. Describe una situación donde la cultura se use para unir y otra donde se use para excluir.
4. Explica con tus palabras esta frase y relaciónala con tu collage: “Yo soy yo y mi circunstancia.” (Ortega y Gasset)
5. Menciona una acción concreta para practicar la interculturalidad en tu escuela o comunidad.

Cierre: “Tres ideas para pensar”

Escribe un comentario breve (5–6 líneas) para cada cita:

- Ortega y Gasset: “Yo soy yo y mi circunstancia.”
- Geertz: “El hombre es un animal suspendido en redes de significación.”
- Boas: (Idea clave) Comprender una cultura desde su propio contexto antes de juzgarla.

Progresión 3. Aprender a vivir en sociedad: socialización y roles

3. Aprender a vivir en sociedad: socialización y roles

Aunque no te des cuenta, desde que naces estás aprendiendo “cómo se vive” en tu mundo. Aprendes qué se considera correcto, qué se premia, qué se castiga, cómo se habla, cómo se saluda, qué cosas dan vergüenza y qué cosas dan orgullo. A ese aprendizaje se le llama socialización: el proceso por el cual te vuelves parte de una sociedad. No es algo que pase una sola vez; ocurre todo el tiempo. En tu casa aprendiste ciertas reglas (explícitas o escondidas), en la escuela aprendiste otras, con amistades aprendiste otras, y en redes sociales aprendes nuevas maneras de comportarte o de presentarte. Por eso, socializar no es solo “convivir”: es interiorizar normas y también construir identidad. Émile Durkheim ayuda a entenderlo porque habló de que existen formas de pensar y actuar que se sienten “más grandes” que tú; no dependen solo de lo que quieras, sino de lo que la sociedad espera. (Berger y Luckmann, 1968) Su idea se resume bien en una frase que se usa mucho cuando se habla de hechos sociales: “La manera de actuar, de pensar y de sentir... existe fuera de las conciencias individuales.” (Durkheim, 2001) Aunque suene fuerte, lo notas en la vida real: no es lo mismo cómo te comportas en un salón, en tu casa o en una fiesta; no porque seas falso, sino porque cada espacio tiene reglas y expectativas. Esta progresión te ayuda a ver esas reglas con claridad para que no vivas en automático: que puedas reconocer cuándo una norma te ayuda a convivir y cuándo solo te limita o te hace daño.

La socialización también te enseña roles: papeles sociales que desempeñas según el lugar y el momento. Eres estudiante, hijo, amigo, compañero, ciudadano, usuario de redes, miembro de una comunidad; y cada rol trae expectativas. Algunas son útiles (responsabilidad, respeto), pero otras pueden convertirse en presión (de género, de

“cómo debes verte”, de “cómo debes hablar”, de “no te quejes”, de “no muestres emociones”). Aquí es clave entender que un rol no es tu esencia: es una función que desempeñas en un contexto. Max Weber, cuando habla de acción social, te ayuda a notar que lo que haces tiene sentido en relación con otros (Weber, 2002); tus decisiones no se entienden sin el entorno. Y Pierre Bourdieu aporta otra idea útil: muchas cosas que hacemos parecen “naturales”, pero en realidad son aprendidas; se vuelven hábito. Su frase más citada para entender esto es: “El habitus es historia hecha cuerpo.” (Bourdieu, 2007) En palabras simples: tu forma de reaccionar, tus gustos, tu manera de hablar o de moverte muchas veces vienen de lo que has vivido y repetido, no de algo “genético”. Entender esto te da poder: si lo aprendiste, también puedes reaprender, cambiar y construir una forma de ser más consciente.

Finalmente, la socialización cambia con el tiempo, y por eso existen cambios generacionales. No es que “los jóvenes de hoy” sean malos o que “los de antes” fueran perfectos; es que el mundo cambia, y con él cambian las normas, los roles y las expectativas. La tecnología ha acelerado esto: hoy una parte de tu vida social ocurre en pantallas, y eso transforma la manera de convivir, informarte y construir identidad. Antes, la reputación se quedaba en la colonia o en la escuela; hoy puede circular en redes. Antes, ciertos temas se hablaban poco; hoy se discuten más (salud mental, género, violencia, discriminación), y eso incomoda a algunas generaciones y libera a otras. Esta progresión no busca que juzgues a una generación contra otra, sino que entiendas cómo y por qué cambian las reglas del juego. Cuando comprendes eso, también puedes dialogar mejor con adultos, con compañeros, con tu familia: puedes explicar lo que piensas sin pelear, y puedes escuchar sin sentir que te atacan. En resumen, aprender a vivir en sociedad es aprender a leer las normas, reconocer roles y entender los cambios; y esa comprensión te permite convivir mejor y tomar decisiones más libres. (Parsons, 1999)

3.1 Socialización primaria/secundaria.

La socialización primaria es el primer aprendizaje social que tienes y suele ocurrir en el entorno más cercano: familia, cuidadores, comunidad inmediata. Ahí aprendes lo básico: cómo hablar, cómo pedir algo, cómo comportarte, qué se considera “respeto”, qué se considera “mala educación”, qué emociones se permiten y cuáles se castigan. También aprendes la primera idea de ti mismo: si vales, si eres escuchado, si debes callarte, si debes competir, si debes obedecer sin preguntar, si puedes negociar. Muchas veces no te lo dicen con palabras; te lo enseñan con gestos, con premios y con castigos. Si en casa se resuelven conflictos con gritos, tú puedes normalizar gritar; si se resuelven dialogando, tú aprendes a dialogar. Si en casa se habla con desprecio de “los otros”, puedes crecer con prejuicios; si se habla con respeto, creces con empatía. Esta etapa es poderosa porque te deja marcas: hábitos, inseguridades, fortalezas, valores y formas de relacionarte.

A este primer aprendizaje, cuando ocurre específicamente dentro de tu propia cultura y te va formando en sus valores, lengua y costumbres desde la infancia, algunos autores lo llaman endoculturación: el proceso por el cual una persona interioriza la cultura en la que nació, casi sin darse cuenta de que está aprendiendo. Es útil conocer este término porque más adelante, cuando hablemos de migración y globalización, vas a ver qué pasa cuando una persona vive un proceso parecido pero con una cultura que no es la suya de origen: eso ya no se llama endoculturación, sino aculturación. (Boas, 1964)

La socialización secundaria aparece cuando entras con más fuerza a instituciones y grupos fuera de casa: escuela, amistades, equipos deportivos, trabajo, redes sociales, grupos religiosos o comunitarios. Aquí aprendes otras reglas: cómo comportarte frente a autoridad, cómo cooperar con compañeros, cómo competir, cómo ser parte de un grupo, cómo ganarte una reputación. También aprendes códigos: lo que “está bien decir”, lo que da risa, lo que da vergüenza, lo que te hace popular o lo que te excluye. Y aquí algo importante: a veces lo que aprendiste en casa choca con lo que te exige la escuela o el grupo; ahí aparecen conflictos internos (“en mi casa me enseñaron esto, pero aquí

funciona distinto”). Comprender la socialización secundaria te ayuda a no sentir que estás “mal” por adaptarte: adaptarse es humano. La clave es hacerlo con conciencia: no perder tu dignidad ni tu criterio por encajar. En esta parte, es útil recordar que la socialización no solo te influye; tú también influyes: tus decisiones pueden mejorar la convivencia o empeorarla. Reconocer esto te vuelve más responsable y más libre.

3.2 Roles sociales en la vida cotidiana.

Un rol social es el papel que desempeñas en un contexto, junto con lo que se espera de ti. Por ejemplo, en clase se espera que como estudiante pongas atención, participes, cumplas tareas; como compañero se espera que respetes, colabores, no humilles; como amigo se espera lealtad y apoyo; como hijo se esperan ciertas responsabilidades; como ciudadano se espera respeto a reglas y participación. Los roles ayudan a que la vida social funcione, porque organizan expectativas. El problema aparece cuando los roles se vuelven rígidos o injustos: cuando te encasillan (“tú eres el flojo”, “tú eres la que manda”, “tú siempre fallas”), cuando te obligan a actuar contra tu bienestar o cuando te quitan la posibilidad de cambiar. También hay roles que se asignan por género (“los hombres no lloran”, “las mujeres deben ser así”), por clase social o por apariencia. Entender los roles te ayuda a detectar cuándo una expectativa es razonable y cuándo es presión. No se trata de rechazar todos los roles, sino de reconocerlos para poder negociarlos, cambiarlos o limitarlos cuando te dañan.

La vida cotidiana está llena de roles “invisibles”. En redes sociales, por ejemplo, puede existir el rol de “el gracioso”, “la perfecta”, “el polémico”, “el que siempre opina”, “la que calla”; y esos roles influyen en cómo públicas, qué ocultas y cómo te sientes contigo mismo. En casa puede existir el rol de “quien resuelve”, “quien cuida”, “quien da problemas”, y esos roles a veces se heredan sin preguntarte. En la escuela puede existir el rol del “preferido”, del “castigado”, del “líder”, del “nuevo”. Si no los piensas, pueden controlarte: puedes actuar para sostener un papel aunque ya no te represente. Aquí entra una idea de Bourdieu: muchas prácticas sociales se vuelven hábito y parecen naturales. (Bourdieu, 2007) Por eso, cuestionarte “¿por qué estoy actuando así?” es una forma de

libertad. También es una forma de empatía: cuando entiendes que los demás también están atrapados en roles, dejas de verlos como caricaturas y los ves como personas que también cargan expectativas. (Goffman, 1997)

Reconocer tus roles te permite algo muy importante: elegir qué tipo de persona quieres ser en cada espacio, sin perder tu esencia. Puedes cumplir con responsabilidades sin perder tu voz. Puedes poner límites sin ser agresivo. Puedes participar sin humillar. Puedes cambiar. En esta progresión, la meta no es que te conviertas en “perfecto”, sino que seas más consciente. Si notas que en tu grupo se normaliza un rol de burla hacia alguien, puedes decidir no reforzarlo. Si notas que a ti te presionan para actuar de cierto modo, puedes preguntar, dialogar o buscar apoyo. La vida social siempre va a tener roles, pero tú puedes construirlos de manera más humana: roles que incluyan respeto, escucha y dignidad. Al final, esto se conecta con una pregunta de identidad: ¿qué roles te ayudan a crecer y cuáles te reducen? Esa claridad vale oro, porque te prepara para convivir mejor en la escuela, en la familia, en el trabajo y en cualquier comunidad.

3.3 Cambios generacionales.

Los cambios generacionales ocurren porque el mundo cambia y la forma de socializar también. No es solo “moda”: cambian las tecnologías, cambian las ideas, cambian las oportunidades y también cambian los problemas. Por ejemplo, hoy tu generación vive gran parte de su convivencia en redes sociales: ahí se hacen amistades, se discute, se comparte información, se construye reputación y también se vive presión. Eso transforma la identidad y la socialización: ya no solo importa “cómo eres en persona”, también importa “cómo te ven en línea”. Además, hay temas que hoy se discuten más abiertamente que antes: salud mental, violencia, discriminación, género, derechos. Eso puede generar choques con generaciones anteriores que crecieron con otras reglas. Y esos choques no tienen por qué convertirse en guerra; pueden convertirse en diálogo si entiendes que las normas cambian porque la sociedad enfrenta realidades nuevas. Por ejemplo: antes se normalizaba callar emociones; hoy se busca hablar más de ellas. Antes

la información venía de pocos medios; hoy hay demasiada información y también mucha desinformación. Cada generación aprende a vivir con lo que le toca.

Entender los cambios generacionales te ayuda a no caer en estereotipos (“los de antes eran mejores”, “los de ahora no sirven”). La realidad es más compleja: cada época tiene fortalezas y problemas. Tu generación puede ser más abierta para hablar de ciertos temas, pero también puede estar más expuesta a ansiedad digital, comparación constante y presión por encajar. Generaciones anteriores pueden tener disciplina o resistencia, pero también pueden cargar silencios y prejuicios que hoy se cuestionan. Esta progresión te invita a observar sin desprecio: a entender por qué una regla era normal antes y por qué hoy se discute; y a pensar cómo puedes convivir con respeto entre edades. En lo cotidiano, esto se traduce en algo concreto: aprender a explicar tu punto sin insultar, y aprender a escuchar sin sentir que te están atacando. Esa habilidad es socialización avanzada: no solo encajar, sino participar con pensamiento crítico y con respeto.

Actividad de aprendizaje — Progresión 3

Miniestudio de caso: “Roles, normas y socialización en mi entorno”

Propósito del ejercicio: Identificar cómo funciona la socialización (primaria y secundaria) en situaciones reales, reconocer roles sociales y analizar cambios generacionales sin prejuicios, proponiendo mejoras para la convivencia.

Parte A. Estudio de caso

Elige una situación real de tu vida (o una situación muy común en tu escuela/comunidad) donde se noten normas, roles y socialización. Puede ser, por ejemplo: un conflicto en el salón o en un chat de grupo; un caso de burla, exclusión o presión social; un desacuerdo entre jóvenes y adultos (en casa, escuela, comunidad); una situación donde redes sociales cambian la convivencia (rumores, cancelación, comparación, etc.).

Describe la situación con claridad (sin usar nombres reales):

1. ¿Qué pasó?
2. ¿Dónde ocurrió y quiénes participaron?
3. ¿Cuál fue el conflicto o tensión principal?

Parte B. Análisis

Responde por escrito:

1. Socialización primaria: ¿qué aprendizajes de casa o del entorno cercano podrían estar influyendo en cómo actuaron las personas?
2. Socialización secundaria: ¿qué aprendieron o reforzaron en escuela, amistades o redes?

3. Roles sociales: identifica al menos tres roles presentes (por ejemplo: líder, excluido, observador, autoridad, mediador) y explica qué expectativas se notan.
4. Normas: ¿qué normas “no escritas” estaban actuando? (¿qué se esperaba que hicieran o no hicieran?)
5. Cambio generacional: si hubo choque entre edades, explica qué idea o regla generó el choque.

Parte C. Conclusión y propuesta

Escribe una conclusión donde contestes:

1. ¿Qué aprendiste sobre convivencia al analizar esta situación?
2. ¿Qué se pudo haber hecho distinto para evitar daño o mejorar el diálogo?
3. Propón dos acciones concretas y realistas para mejorar la convivencia en tu grupo, escuela o familia.

Cierre: diálogo con pensadores

Incluye un comentario breve (5–6 líneas) donde relaciones tu caso con estas ideas: Durkheim: la influencia de normas sociales que “se sienten externas”; Bourdieu: hábitos aprendidos que se vuelven “naturales” (habitus). (Puedes explicar estas ideas con tus palabras, pero sin cambiar el sentido.)

Progresión 4. Diversidad y desigualdad: diferencias que importan

4. Diversidad y desigualdad: diferencias que importan

En tu vida diaria convives con muchas diferencias: formas de hablar, de vestir, de pensar, de creer, de divertirse, de amar la música, de organizar la familia, de ver el futuro. Esa variedad es parte normal de una sociedad: se llama diversidad. El problema aparece cuando esas diferencias se convierten en excusas para tratar a alguien como menos, para cerrarle oportunidades o para hacerlo sentir que no pertenece. Ahí ya no estamos hablando de diversidad, sino de desigualdad. La desigualdad no es solo “que seamos distintos”; es que esas diferencias se transformen en un “te toca menos” o “tú vales menos” por tu origen, tu color de piel, tu género, tu edad, tu forma de hablar, tu clase social o tu apariencia. Esta progresión te ayuda a aprender algo clave para convivir con justicia: distinguir lo que es diferencia (normal y valiosa) de lo que es desigualdad (injusta y dañina). Además, te ayuda a ver cómo se forman los grupos sociales: no solo por amistad, también por pertenencia, por identidades compartidas, por costumbres y, a veces, por presión o exclusión. Lo que se busca aquí es que desarrolles una mirada crítica: que puedas identificar cuándo un trato desigual se está normalizando en tu escuela, tu comunidad o tus redes, y que sepas actuar con respeto, pero con firmeza.

Los grupos sociales son parte de tu vida: equipo de amigos, salón, barrio, comunidad, familia, redes, “tribus” culturales (fans de música, deportes, estilos). Pertenecer a un grupo puede darte identidad y apoyo, pero también puede generar fronteras: “nosotros” y “ellos”. Esa división no siempre es mala (a veces es solo identidad), pero puede volverse peligrosa cuando se usa para humillar o excluir. Aquí entra la

importancia de pensar: ¿por qué algunos grupos tienen más voz, más prestigio o más poder que otros? Karl Marx ayuda a ver un lado estructural: la sociedad no solo se divide por gustos, también por condiciones económicas y por acceso a recursos. (Marx, 2008) En su análisis, la desigualdad se relaciona con clases sociales y con cómo se organiza la producción y el trabajo. Y aunque tú no estés estudiando economía profunda, sí puedes notar algo real: no todos parten del mismo lugar. (Piketty, 2014) Hay quienes tienen más oportunidades (por dinero, contactos, acceso a salud, seguridad, escuela), y eso influye en su vida diaria. Pierre Bourdieu también aporta un lente útil: no solo cuenta el dinero, también cuenta el capital cultural (Bourdieu, 2002) (formas de hablar, conocimientos, modos de comportarse) que algunas familias transmiten y que la escuela y la sociedad suelen valorar más. Eso explica por qué a veces se admira a unos y se ridiculiza a otros sin que sea “culpa” de la persona.

En este tema también aparece algo que duele pero que es necesario nombrar: discriminación y estereotipos. Los estereotipos son ideas simplificadas sobre grupos (“todos son así”), y la discriminación es cuando esas ideas se convierten en trato desigual o violencia. Puede ser directa (insultos, burlas, exclusión) o indirecta (menos oportunidades, menos respeto, menos credibilidad). Y muchas veces se disfraza de chiste, de “carrilla”, de “así nos llevamos”. Aquí es importante pensar en dignidad y en poder. Frantz Fanon, desde una mirada crítica sobre racismo y colonialismo, explicó cómo la discriminación no solo afecta oportunidades (Fanon, 2009); también puede afectar la forma en que una persona se ve a sí misma. Y Simone de Beauvoir ayuda a entender que muchas desigualdades se sostienen como “normales” aunque sean construidas socialmente. (Beauvoir, 2005) Esta progresión busca que tú no repitas esas ideas sin pensar: que aprendas a ver cuándo un estereotipo se está colando en tu

lenguaje, en tus redes o en tu convivencia; y que puedas defender el respeto sin necesidad de humillar a nadie. El objetivo no es “tener miedo de hablar”, sino aprender a hablar con conciencia, con argumentos y con humanidad.

4.1 Grupos sociales y pertenencia.

Pertenecer a un grupo es una necesidad humana: te da identidad, apoyo, sentido, compañía. Un grupo puede ser tu familia, tus amistades, tu salón, tu comunidad, un equipo deportivo, un colectivo cultural, o incluso un grupo en redes donde compartes intereses. Cuando perteneces, sientes que te entienden, que tienes un lugar y que no estás solo. Pero pertenecer también implica reglas: a veces explícitas (“aquí se respeta”), y a veces no escritas (“si no te vistes así, no encajas”, “si no opinas esto, te rechazan”). Por eso es importante observar tu experiencia: ¿te sientes libre dentro de tus grupos o te sientes presionado? ¿te sientes valorado por quién eres o por lo que aparentas? Los grupos construyen identidad: te dan un “nosotros”. Eso puede ser positivo porque fortalece autoestima y solidaridad. Sin embargo, también puede generar exclusión si ese “nosotros” se usa para despreciar a los demás. En la escuela esto puede pasar con grupos por apariencia, por gustos, por nivel económico o por reputación. En redes, puede pasar con “bandos” donde se cancela, se ridiculiza o se ataca al que piensa diferente.

Aquí entra la importancia de reconocer cómo se forman los límites entre grupos. A veces, los límites son solo identidad (“somos fans de esto”), pero a veces son jerarquías (“nosotros valemos más”). Cuando un grupo se siente superior, puede justificar burlas o violencia contra otros. Esto es clave porque muchas discriminaciones comienzan así: con fronteras simbólicas (“ellos son raros”, “ellos no saben”, “ellos no cuentan”). Y la

pertenencia se vuelve una moneda: “si quieres estar aquí, tienes que actuar como nosotros”. Comprender esto te ayuda a convivir mejor, pero también a proteger tu dignidad. Puedes pertenecer sin perderte. Puedes ser parte sin humillar. Puedes estar en un grupo sin convertirlo en una herramienta de exclusión. Esta parte del curso te ayuda a pensar en la convivencia como algo que se construye: no es automático. Y te prepara para dialogar: reconocer que todos buscan pertenecer, pero que pertenecer no debe significar dominar a otros.

4.2 Desigualdad vs. diversidad.

La diversidad es el hecho de que las personas son diferentes y que esas diferencias pueden ser valiosas: idiomas, costumbres, gustos, formas de pensar, identidades, maneras de vivir. La diversidad en sí no es un problema; al contrario, enriquece la convivencia porque te permite aprender cosas nuevas y ampliar tu mirada. El problema comienza cuando la sociedad decide que ciertas diferencias valen más que otras. Ahí nace la desigualdad. La desigualdad significa que, por razones sociales, algunas personas tienen más oportunidades, más recursos, más seguridad o más respeto que otras. No es solo que “no todos tengan lo mismo”, es que existen reglas, prácticas o condiciones que hacen que unos estén arriba y otros abajo. En tu vida cotidiana puedes verlo: no es lo mismo estudiar con internet estable, computadora y un espacio tranquilo, que estudiar con carencias, con trabajo forzado o con violencia alrededor. No es lo mismo caminar con seguridad por tu colonia que vivir con miedo. No es lo mismo que te crean cuando hablas, a que te ignoren por tu apariencia o tu forma de expresarte. Eso es desigualdad: afecta posibilidades reales.

Karl Marx ayuda a mirar una raíz fuerte de desigualdad: la económica. (Marx, 2008) Su enfoque muestra cómo la organización del trabajo y la riqueza puede generar clases sociales y condiciones distintas de vida. Esto se nota cuando ves que algunas personas tienen acceso a mejores escuelas, contactos, servicios médicos, transporte y oportunidades laborales. Pierre Bourdieu amplía ese análisis al mostrar que no solo el dinero cuenta: también existen formas de “capital” (Bourdieu, 2002) que influyen en tu vida, como el capital cultural (manera de hablar, conocimientos, hábitos, gustos) que algunas familias transmiten y que la sociedad suele valorar. Por ejemplo, a veces se considera “más inteligente” a quien habla de cierto modo, aunque otra persona sea igual o más capaz. O se ridiculiza a quien tiene acento rural, aunque eso solo sea identidad regional. Este tipo de desigualdad es peligrosa porque se disfraza de “mérito” y hace creer que el problema es personal, cuando muchas veces es estructural: el mundo está acomodado para favorecer ciertas formas de ser y castigar otras. (Young, 2000)

Distinguir desigualdad de diversidad te sirve para no caer en trampas. Una trampa común es pensar: “si alguien está abajo, es porque no se esforzó”. A veces sí hay decisiones personales, pero también hay contextos y barreras reales. Otra trampa, es decir: “así es la vida, siempre ha sido así”. No: la desigualdad se construye y también se puede transformar con reglas más justas, con educación, con convivencia respetuosa y con participación. La diversidad, en cambio, no necesita ser “arreglada”; necesita ser respetada. Esta progresión busca que aprendas a nombrar con precisión: si es diversidad, se valora; si es desigualdad, se cuestiona. Y esa precisión cambia tu forma de actuar: te hace más empático, más crítico y responsable en tu comunidad.

4.3 Discriminación y estereotipos.

Los estereotipos son ideas simplificadas sobre personas o grupos: generalizaciones que parecen “sentido común” pero que casi siempre son injustas. Por ejemplo: “todos los de tal lugar son así”, “las mujeres son...”, “los hombres deben...”, “los pobres son...”, “los ricos son...”. El estereotipo reduce a una persona a una etiqueta. Y cuando esa etiqueta guía tu trato, aparece la discriminación. La discriminación es el trato desigual que limita

derechos, oportunidades o respeto por razones como origen, color de piel, género, edad, orientación, condición económica, discapacidad, forma de hablar o apariencia. Puede ser evidente (insultos, burlas, exclusión directa) o sutil (ignorar, no tomar en serio, no dar oportunidades, pedir “más pruebas” a unos que a otros). Y muchas veces se disfraza de humor. Frases como “es carrilla” o “no te agüites” pueden ocultar violencia. Por eso, aprender a detectar discriminación no es exagerar: es aprender a cuidar la dignidad propia y ajena. La dignidad es un punto de partida: nadie debería ser tratado como menos por características que no definen su valor como persona. (Allport, 1962)

Frantz Fanon ayuda a comprender que la discriminación no solo lastima por fuera (Fanon, 2009); puede lastimar por dentro. Cuando a alguien le repiten que “no vale”, puede empezar a creerlo o a vivir con vergüenza. Simone de Beauvoir, por otro lado, muestra cómo muchas desigualdades se sostienen porque se vuelven “normales” y se repiten como si fueran naturales. (Beauvoir, 2005) Entender esto te sirve para romper ciclos: no repetir estereotipos, no reírte de lo que humilla, no callarte cuando ves injusticia. (CONAPRED, 2017) Pero también te sirve para actuar con inteligencia: no se trata de pelear por todo, sino de argumentar, de poner límites y de promover convivencia. En la escuela, esto puede verse en acciones concretas: no usar apodos que humillan, no excluir por apariencia o por dinero, no ridiculizar acentos, no normalizar la violencia de género, y aprender a escuchar al otro antes de juzgarlo. Esta progresión busca que conviertas el respeto en práctica, no solo en discurso.

4.4 Raza y etnia: por qué la ciencia descarta el racismo biológico

Es común escuchar la palabra “raza” para hablar de diferencias entre grupos humanos, pero aquí hay algo importante que debes saber: la ciencia actual descarta que existan “razas humanas” en el sentido biológico estricto. La genética moderna ha demostrado que la variación biológica dentro de cualquier grupo humano (por ejemplo, dentro de personas de una misma región) es casi tan grande como la variación entre grupos distintos. Es decir, no existe un conjunto de genes que separe limpiamente a la humanidad en “razas” con fronteras claras. Lo que sí existe, y es real, es la etnia: un grupo humano que comparte lengua, historia, territorio, costumbres y un sentido de pertenencia. La etnia es una construcción cultural, no biológica, y por eso puede cambiar, mezclarse y renegociarse con el tiempo, mientras que la idea de “raza” como categoría biológica fija ha sido usada históricamente para justificar jerarquías injustas entre personas.

El antropólogo Ashley Montagu dedicó buena parte de su obra a desmontar esta idea (Montagu, 1942); su libro más conocido sobre el tema se tituló, de forma muy directa, “El mito más peligroso del hombre”, justamente para señalar que la creencia en razas biológicas jerárquicas ha causado más daño histórico (esclavitud, colonialismo, genocidios) que cualquier diferencia biológica real entre personas. Entender esto no es solo un dato curioso de biología: es una herramienta directa contra la discriminación. Cuando alguien discrimina “por raza”, en realidad está discriminando por una categoría que la ciencia no respalda como algo biológicamente real; lo que sí es real es el daño social que esa idea produce. Esta distinción te da un argumento sólido, con base científica, para responder ante comentarios racistas: no se trata solo de “no seas racista porque está mal” (que ya es suficiente), sino de que el racismo se apoya en una idea que la ciencia misma ha refutado.

Actividad de aprendizaje — Progresión 4

Infografía: “Diversidad no es desigualdad” y reflexión crítica

Propósito del ejercicio: Diferenciar diversidad y desigualdad con ejemplos reales, identificar estereotipos y discriminación en el entorno cercano, y proponer acciones de convivencia justa.

Parte A. Infografía (individual o en equipo)

Elabora una infografía titulada: “Diversidad no es desigualdad: diferencias que importan”

Debe incluir obligatoriamente:

1. Definición breve de diversidad y desigualdad (en tus palabras).
2. Tres ejemplos de diversidad (cultura, lengua, gustos, tradiciones, etc.).
3. Tres ejemplos de desigualdad (oportunidades, trato, recursos, acceso, seguridad, etc.).
4. Tres estereotipos comunes (sin reproducir insultos; descríbelos de forma cuidadosa) y por qué son dañinos.
5. Dos casos de discriminación (pueden ser escolares, comunitarios o digitales) explicando cómo afectan la dignidad.
6. Tres propuestas concretas para mejorar convivencia e inclusión (acciones realistas).
7. **(Nuevo)** Investiga y explica con tus palabras la diferencia entre raza y etnia según la ciencia actual. ¿Por qué esta distinción es una herramienta contra la discriminación?

Incluye al menos un apartado llamado “Lo que se normaliza, se reproduce” donde expliques en 4–6 líneas por qué los chistes, apodosos o actitudes repetidas pueden convertirse en discriminación.

Parte B. Reflexión final

Escribe un texto breve donde respondas:

1. ¿Qué desigualdad te parece más visible en tu entorno y por qué?
2. ¿Qué estereotipo has escuchado más y qué daño puede causar?
3. ¿Qué acción concreta podrías hacer tú para mejorar el respeto en tu grupo?

Cierre: diálogo con pensadores

Incluye un comentario breve (5–6 líneas) donde relaciones tu trabajo con estas ideas: Marx: la desigualdad ligada a condiciones económicas y acceso a recursos; Bourdieu: diferencias de capital cultural que pueden convertirse en ventajas o desventajas; Fanon o Beauvoir: cómo la discriminación se normaliza y afecta identidades.

Progresión 5. Bienestar y calidad de vida: necesidades y condiciones sociales

5. Bienestar y calidad de vida: necesidades y condiciones sociales

Cuando escuchas “bienestar”, es común pensar en sentirse bien, estar tranquilo o “vivir a gusto”. Pero el bienestar no es solo una emoción: también depende de condiciones reales que pueden facilitar o dificultar tu vida. Por ejemplo, no se vive igual cuando hay seguridad, salud, agua, alimentación, vivienda digna, transporte, escuela y oportunidades, que cuando faltan cosas básicas o cuando hay violencia y estrés constante. Esta progresión busca que puedas conectar lo que sientes con lo que ocurre alrededor: cómo influyen la familia, la colonia, la escuela, los servicios, el trabajo y la economía en tu bienestar. A veces, la sociedad hace creer que el bienestar depende solo de “echarle ganas”, pero eso no es completo. Claro que el esfuerzo importa, pero también importan las condiciones: el punto de partida, el acceso a recursos, el apoyo familiar, el tiempo disponible, la salud física y mental. Comprender esto no es para que te victimices, sino para que pienses con claridad: si sabes qué factores influyen, puedes proponer mejoras realistas y también puedes ser más empático con otros.

El bienestar se relaciona con necesidades materiales (comida, vivienda, ropa, transporte, salud, descanso) y con necesidades sociales (afecto, pertenencia, respeto, seguridad emocional, reconocimiento, participación). A veces una persona puede tener cubiertas algunas necesidades materiales, pero vivir con vacío social; o puede tener redes de apoyo fuertes, pero vivir con carencias económicas que generan estrés. Por eso la calidad de vida es un concepto más amplio: incluye lo material, lo social y lo emocional. Además, la calidad de vida se puede observar con indicadores: señales que permiten medir condiciones de vida. Los indicadores no son “fríos” por gusto: sirven para comparar, detectar problemas, exigir derechos y planear mejoras. Por ejemplo, indicadores de salud, escolaridad, empleo, vivienda, acceso a agua, seguridad, alimentación o conectividad. Aprender a leerlos te vuelve más crítico: ya no solo opinas, también argumentas con evidencia. Y eso es importante para tu vida como ciudadano: cuando entiendes indicadores, puedes identificar qué necesita tu comunidad y qué cambios son urgentes.

También es clave comprender el papel de los servicios básicos y el bienestar comunitario. Tu bienestar no depende solo de tu esfuerzo; también depende de decisiones colectivas: cómo se organiza una ciudad, si hay transporte, si hay clínicas, si hay escuelas equipadas, si hay espacios públicos seguros, si hay agua potable, si la basura se maneja bien, si hay alumbrado, si hay oportunidades de empleo. Cuando eso falla, el costo lo paga la gente. Aquí se conecta con la ciudadanía: el bienestar no es solo “privado”, también es “público”. Una comunidad con servicios y convivencia respetuosa puede elevar la calidad de vida de todos; una comunidad con abandono puede generar desigualdad, violencia y frustración. Esta progresión busca que tú veas tu vida en contexto: entender que el bienestar se construye con decisiones personales, sí, pero también con políticas, servicios y acciones colectivas. (Sen, 2000) Y que, al final, aprender esto te da herramientas: para cuidar tu vida, para comprender a otros, y para participar en mejorar tu entorno.

5.1 Necesidades materiales y sociales.

Las necesidades materiales son las que sostienen tu vida en lo básico: alimentación suficiente, agua potable, vivienda, salud, descanso, transporte, ropa, higiene, un espacio para estudiar y seguridad física. Sin eso, la vida se vuelve más difícil porque todo se convierte en preocupación. Por ejemplo, cuando falta alimento adecuado o sueño, tu concentración baja; cuando no hay un espacio tranquilo para estudiar, tu rendimiento se afecta; cuando no hay dinero para transporte o internet, se reduce tu acceso a oportunidades. Esto no es “excusa”: es realidad. Por eso es importante hablar de necesidades materiales sin vergüenza y sin juicio. Muchas veces se culpa a la persona por carencias que en realidad tienen causas sociales: empleo precario, violencia, servicios deficientes, desigualdad. Entender esto te ayuda a mirar con justicia: no todos compiten con las mismas condiciones.

Las necesidades sociales son las que te hacen sentir humano en comunidad: pertenecer, ser escuchado, ser respetado, sentir afecto, tener apoyo, ser reconocido, tener un propósito, sentirte seguro emocionalmente. Aunque no siempre se ven, influyen muchísimo en tu bienestar. Una persona puede tener cosas materiales, pero vivir con soledad o humillación y sentirse mal. En la escuela esto se nota cuando alguien es excluido o burlado: no le falta comida, pero le falta respeto y pertenencia, y eso duele. También se nota en casa cuando no hay diálogo o cuando hay violencia emocional. Comprender necesidades sociales te ayuda a cuidar tu salud mental y a cuidar la convivencia: si aprendes a crear ambientes donde las personas se sientan seguras y valoradas, elevas el bienestar colectivo. Aquí entra una idea de Kant sobre dignidad: “Obra de tal modo que uses la humanidad... siempre al mismo tiempo como un fin y nunca simplemente como un medio. (Kant, 2005)” En palabras simples: trata a las personas como valiosas, no como objetos. Esa forma de respeto también es bienestar.

5.2 Calidad de vida e indicadores.

La calidad de vida es una forma de mirar el bienestar con más amplitud. No es solo “estar feliz” ni solo “tener cosas”; es la combinación de condiciones que hacen que una vida sea digna y posible. Incluye salud, educación, vivienda, alimentación, seguridad, trabajo, descanso, convivencia, participación y oportunidades. También incluye cómo se siente la persona con su vida: su percepción de seguridad, su satisfacción, su esperanza. Por eso la calidad de vida tiene parte objetiva (condiciones medibles) y parte subjetiva (cómo lo vive la gente). Dos personas pueden vivir en la misma colonia, pero percibir su calidad de vida diferente según su historia, su apoyo social o su salud mental. Sin embargo, hay cosas que sí se pueden observar y comparar: por ejemplo, acceso a agua, servicios de salud, escolaridad, empleo y seguridad. Aprender a pensar calidad de vida te ayuda a tener una visión más justa de tu entorno: entender que algunas comunidades tienen ventajas y otras enfrentan barreras. (PNUD, 2023)

Los indicadores son herramientas que permiten medir aspectos de la calidad de vida. Un indicador es como una “señal” que muestra cómo está una situación. Por ejemplo: porcentaje de hogares con agua potable, nivel de escolaridad promedio, tasas de empleo, acceso a internet, número de clínicas, acceso a drenaje, calidad de vivienda, transporte público. También existen indicadores de seguridad, violencia, salud mental, alimentación. Los indicadores no son para convertir la vida en números sin sentido: son para entender la realidad y tomar decisiones. Si sabes leer indicadores, puedes argumentar con evidencia: “no es solo mi opinión, aquí hay datos”. Eso fortalece el pensamiento crítico, porque ya no dependes del chisme o de la impresión. Además, te permite ver desigualdades: si una zona tiene menos servicios, eso afecta su calidad de vida. Y al verlo, puedes exigir con más claridad.

Aprender a usar indicadores también te permite reflexionar sobre tu propia vida y tu comunidad. Por ejemplo, puedes preguntarte: ¿qué indicador me afecta más hoy? ¿la conectividad, la seguridad, el transporte, la salud, el espacio para estudiar? También puedes ver cómo se conectan: si hay inseguridad, baja el uso de espacios públicos; si hay mal transporte, se pierde tiempo y energía; si hay falta de agua, hay enfermedades; si hay empleo precario, hay estrés y abandono escolar. Estos vínculos te muestran que el bienestar no depende de una sola cosa: es un sistema. Por eso esta progresión te prepara para pensar soluciones: no soluciones mágicas, sino acciones realistas y propuestas comunitarias. Y también te prepara para no culpar sin entender: antes de juzgar, observa condiciones y contextos.

5.3 Servicios básicos y bienestar comunitario.

Los servicios básicos son parte de lo que hace posible una vida digna: agua potable, drenaje, recolección de basura, alumbrado, calles transitables, transporte, escuelas en buen estado, centros de salud, espacios públicos seguros, internet o conectividad, y acceso a información. Cuando estos servicios funcionan, tu vida se vuelve más fácil: hay menos enfermedades, menos estrés, más oportunidades para estudiar y trabajar, más tiempo libre, mejor convivencia. Pero cuando fallan, se acumulan problemas: enfermedades por falta de agua limpia, inseguridad por falta de alumbrado, abandono escolar por falta de transporte o internet, estrés por basura acumulada, conflictos por recursos. Muchas veces la gente se acostumbra a vivir con servicios deficientes como si fuera normal; por eso es importante aprender a mirar críticamente: no para quejarse por quejarse, sino para identificar necesidades reales y pensar mejoras.

El bienestar comunitario es la idea de que tu bienestar también depende de cómo vive tu comunidad. No es solo “mi casa”: es el barrio, la escuela, la ciudad. Si hay espacios públicos seguros, la convivencia mejora; si hay actividades culturales y deportivas, se fortalecen lazos; si hay participación y diálogo, se pueden resolver problemas con menos violencia. Aquí entra la ciudadanía: cuando la gente participa, se organizan mejoras. Y también entra el respeto: una comunidad con menos discriminación y más solidaridad tiende a elevar el bienestar de todos. Esta progresión busca que tú entiendas que el bienestar no es un lujo; es un derecho ligado a condiciones sociales. Y que, aunque no puedas cambiar todo de golpe, sí puedes aprender a proponer acciones: desde campañas escolares hasta participación comunitaria. En otras palabras: pensar bienestar comunitario es aprender a mirar más allá de ti mismo, sin olvidar tu vida, y entender que construir una vida digna también es un trabajo colectivo.

Actividad de aprendizaje — Progresión 5

Diagnóstico breve de bienestar: “Mi comunidad y su calidad de vida”

Propósito del ejercicio: Relacionar necesidades materiales y sociales con calidad de vida, identificar indicadores básicos y reconocer el papel de los servicios en el bienestar comunitario.

Parte A. Identificación de necesidades

Escribe una lista con: cinco necesidades materiales que consideras más importantes para el bienestar; cinco necesidades sociales que consideras más importantes para el bienestar. Para cada necesidad, agrega una frase: “Se nota cuando falta porque...”

Parte B. Indicadores de calidad de vida

Elige tres indicadores para observar en tu comunidad o entorno cercano (puede ser tu colonia, escuela o localidad). Ejemplos: acceso a agua, transporte, seguridad, internet, servicios de salud, espacios públicos, recolección de basura. Para cada indicador, responde: ¿Cómo está en tu entorno? (bien, regular, mal); ¿Qué evidencia observas? (hechos concretos); ¿A quién afecta más y por qué?; ¿Qué consecuencias genera en la vida diaria?

Parte C. Servicios básicos y propuesta

Selecciona un servicio básico que consideres prioritario mejorar (agua, basura, alumbrado, transporte, internet, salud, escuela). Redacta una propuesta breve que incluya: ¿Qué problema existe?; ¿Cómo afecta el bienestar?; ¿Qué acción concreta y realista se podría hacer desde la escuela/comunidad?; ¿Qué apoyo se necesitaría (personas, autoridad, organización)?

Cierre: diálogo con pensador

Explica en 6–8 líneas por qué la idea de dignidad es clave para hablar de bienestar y relaciona tu postura con esta frase de Kant: “Obra de tal modo que uses la humanidad... siempre al mismo tiempo como un fin y nunca simplemente como un medio.”

Progresión 6. Normas y leyes: reglas para convivir y cambiar

6. Normas y leyes: reglas para convivir y cambiar

La convivencia no se sostiene “por buena onda” nada más. En cualquier grupo —familia, salón, equipo, comunidad, redes sociales— existen reglas que ordenan lo que se puede y lo que no se puede hacer. Algunas reglas están escritas y otras viven en la costumbre. Cuando piensas en reglas, tal vez imaginas castigos o autoridad, pero este tema va más allá: las reglas son acuerdos que hacen posible vivir con otros sin estar peleando todo el tiempo. El punto es que no todas las reglas son justas, ni todas las reglas sirven para cuidar a todos. Algunas reglas protegen la dignidad y la seguridad; otras solo protegen privilegios o silencian a ciertos grupos. Por eso esta progresión no busca que memorices “qué es una norma” y “qué es una ley” como diccionario, sino que aprendas a reconocerlas en la vida real y a preguntarte: ¿esta regla ayuda a convivir o solo controla? ¿esta regla protege a alguien o lo perjudica? ¿se aplica igual para todos o depende de quién seas? Entender esto te vuelve más consciente y más capaz de convivir sin perder tu criterio.

Las normas sociales son reglas no escritas que aprendemos por socialización: cómo hablarle a un maestro, cómo vestir en cierto lugar, qué se considera “respeto”, qué se espera de hombres o mujeres, qué se aplaude y qué se critica. Las leyes, en cambio, son reglas formalmente establecidas por el Estado, escritas, con procedimientos y sanciones definidas. Sin embargo, ambas influyen en tu vida. A veces, una norma social puede ser más fuerte que una ley: por ejemplo, la presión para callar una injusticia “para no meterse en problemas”. También puede pasar al revés: una ley puede buscar cambiar una norma social (por ejemplo, leyes contra la violencia o la discriminación). Aquí se conecta con el poder: quién decide reglas, quién las aplica, y quién se beneficia. Thomas Hobbes, al pensar el origen del orden, defendió que sin reglas y autoridad la vida puede volverse caótica; su frase más citada sobre esa condición es “la vida del hombre [sería] solitaria, pobre, desagradable, brutal y corta.” (Hobbes, 1980) Esa idea te sirve para comprender por qué existen leyes y acuerdos: para evitar que la fuerza del más fuerte mande. Pero también debes aprender algo igual de importante: que el hecho de que una regla exista no significa automáticamente que sea justa.

Las sanciones también son parte de la convivencia: pueden ser formales (una multa, una suspensión) o informales (burla, rechazo, cancelación en redes). Las sanciones enseñan qué conductas se aceptan. El problema es cuando se usan para humillar, para excluir o para imponer miedo. Michel Foucault ayuda a pensar esto desde una idea central: el poder no solo castiga, también disciplina; produce comportamientos “normales”. Una frase que se asocia directamente con su análisis es: “El poder produce; produce realidad; produce dominios de objetos y rituales de verdad.” En lenguaje cotidiano: las reglas no solo ordenan, también moldean lo que se considera normal. (Foucault, 2002) Por eso, en esta progresión vas a observar normas en la escuela y en la comunidad: cómo se aplican, a quién favorecen, a quién dañan y cómo podrían cambiar para construir convivencia con justicia. La meta es que puedas vivir con reglas sin vivir sometido: que aprendas a obedecer lo que cuida la dignidad, a cuestionar lo que humilla, y a proponer acuerdos mejores.

6.1 Norma social vs ley.

Una norma social es una regla que no siempre está escrita, pero que se siente “obligatoria” porque la gente la espera. Por ejemplo: saludar al llegar, no interrumpir, hablar con cierto tono con autoridades, no gritar en un lugar, “no verse mal” en ciertos espacios, “no decir ciertas cosas”, “no vestir de cierto modo”, “no expresar ciertas emociones”. Algunas normas son útiles porque facilitan respeto y convivencia; otras son injustas porque restringen libertad o refuerzan desigualdades. Muchas normas se aprenden sin que nadie te las explique: solo observas reacciones. Si haces algo “fuera de lo esperado”, recibes miradas, burlas, críticas o rechazo. Por eso, las normas sociales pueden ser poderosas: te hacen actuar “para encajar”. En redes sociales también hay normas: qué se considera cool, qué se ridiculiza, qué se cancela. Y esas normas pueden ser más agresivas que las de la vida presencial porque se amplifican.

Una ley, en cambio, es una regla formal creada por instituciones del Estado. Está escrita, tiene procedimientos y define sanciones específicas. La ley busca organizar la convivencia a gran escala: proteger derechos, regular conflictos, establecer responsabilidades. Idealmente, la ley existe para evitar que manden los caprichos o la fuerza. Pero en la realidad, también puede fallar: puede aplicarse de forma desigual, puede estar desactualizada o puede ignorarse. Por eso, distinguir norma y ley te sirve para identificar qué tipo de regla estás enfrentando y cómo actuar. Si es norma, puedes cuestionarla y dialogarla dentro de tu grupo; si es ley, debes conocerla porque tiene consecuencias formales. Lo más importante: norma y ley se conectan. A veces la ley intenta cambiar normas injustas (como violencia o discriminación), y a veces las normas sociales impiden que la ley se cumpla (por ejemplo, cuando se normaliza la corrupción o el silencio). Comprender esa relación te vuelve más crítico y ciudadano. (Durkheim, 2007)

6.2 Sanciones y convivencia.

Las sanciones son respuestas que una sociedad da cuando alguien rompe una regla. Existen sanciones formales (castigos establecidos en reglamentos o leyes) y sanciones informales (rechazo, burla, “hacer el vacío”, quitarte la palabra, hablar mal de ti). Las sanciones funcionan como mensajes: “esto se permite” o “esto no se permite”. En la escuela, por ejemplo, hay sanciones formales como reportes o suspensiones, y sanciones informales como apodos o exclusión. En redes, las sanciones informales pueden ser muy fuertes: un error puede convertirse en una ola de insultos o humillación. Entender las sanciones te ayuda a reconocer que no siempre castigan lo correcto: a veces se sanciona a quien es diferente en lugar de sancionar a quien agrede. Por eso, la pregunta clave no es “¿hay sanción?”, sino “¿es justa y educativa o es humillante y violenta?”. Una sanción justa busca reparar y prevenir; una sanción violenta solo busca destruir.

Para que la convivencia mejore, las sanciones deben tener sentido: deben estar relacionadas con la falta y deben apuntar a la reparación. Por ejemplo, si alguien dañó algo, puede reparar; si alguien ofendió, puede reconocer el daño, pedir disculpas y comprometerse a cambiar. Eso construye aprendizaje. En cambio, cuando la sanción es solo venganza o exhibición, se pierde la oportunidad de mejorar. Aquí aparece una idea importante: una comunidad sana no solo castiga, también educa. Y educar no significa permitir todo; significa poner límites claros con dignidad. Además, la convivencia se fortalece cuando las reglas son conocidas y se aplican parejo. Cuando la sanción depende de quién seas (popular, “favorito”, “problemático”), se rompe la confianza y se alimenta el conflicto. Por eso, esta progresión busca que observes tu escuela: ¿las reglas se aplican igual?, ¿se escucha a ambas partes?, ¿se protege a quien fue agredido?, ¿se usa la sanción como prevención o como humillación?

Foucault ayuda a pensar que el control no ocurre solo con castigos, sino con vigilancia y presión social. (Foucault, 2002) Muchas personas se portan “bien” por miedo a la mirada de los demás, no por convicción. Eso puede generar un ambiente tenso donde nadie se atreve a ser distinto. Por eso, una convivencia sana no solo impone: también construye acuerdos. El objetivo es que tu grupo aprenda a convivir con respeto, no por miedo. Y aquí viene una habilidad clave: diferenciar cuando una sanción cuida derechos (por ejemplo, frenar violencia) y cuando una sanción reproduce violencia (por ejemplo, humillar al que se equivocó). En la vida real, esto importa porque tú puedes elegir: puedes participar en la burla o puedes detenerla; puedes alimentar el chisme o puedes pedir respeto; puedes callar por presión o puedes hablar con responsabilidad. Las sanciones son parte de la convivencia, pero tú puedes ayudar a que sean más humanas.

6.3 Normas en la escuela y comunidad.

La escuela y la comunidad funcionan con normas visibles e invisibles. Las visibles están en reglamentos: horarios, uniforme, tareas, respeto a la autoridad, cuidado de instalaciones. Las invisibles aparecen en la convivencia: quién puede hablar sin ser interrumpido, qué se considera “normal”, qué actitudes se aplauden y cuáles se ridiculizan, qué tipo de humor se tolera, qué se dice en voz baja y qué no se dice. A veces esas normas invisibles son más poderosas que el reglamento. Por ejemplo, si en un salón se normaliza la burla hacia alguien, aunque el reglamento diga “respeto”, la norma real del grupo puede ser “aquí se aguanta la carrilla”. En comunidad pasa igual: puede haber normas como “no te metas”, “no denuncies”, “no hables de eso”, que sostienen problemas. Por eso, analizar normas en escuela y comunidad es aprender a ver la realidad sin maquillaje: identificar qué reglas están funcionando y cuáles están dañando.

Esta progresión busca que tú pienses en normas como algo que se puede mejorar. No todas las normas deben quedarse igual. Algunas normas deben cambiar cuando dañan la dignidad o cuando ya no responden a la realidad. Aquí entra la idea de ciudadanía: si las reglas son acuerdos sociales, se pueden revisar con diálogo y responsabilidad. En la escuela, eso puede significar construir acuerdos de convivencia con participación real del grupo, no solo imposición. En comunidad, puede significar promover acciones de respeto, prevenir violencia, mejorar el uso de espacios públicos. Y también implica aprender a distinguir: no es lo mismo una norma que protege derechos (no violencia, no discriminación) que una norma que solo controla apariencia o silencio. Comprender esto te permite actuar mejor: cumplir lo que cuida la convivencia y cuestionar lo que humilla. (Kelsen, 1982) Y eso es madurez social: no rebelarte por rebeldía, pero tampoco obedecer sin pensar.

Actividad de aprendizaje — Progresión 6

Acuerdo de convivencia: “Reglas que cuidan la dignidad”

Propósito del ejercicio: Distinguir normas y leyes en situaciones reales, analizar sanciones y construir un acuerdo de convivencia escolar o comunitaria que promueva respeto y justicia.

Parte A. Detectar normas y leyes

Elige tres situaciones reales (escuela, casa, comunidad o redes) donde existan reglas. Para cada una responde: ¿La regla es norma social o ley/reglamento?; ¿Qué conducta busca promover o evitar?; ¿Qué sanción existe si se rompe? (formal o informal); ¿A quién protege esa regla y a quién puede afectar?

Parte B. Reglas injustas vs reglas necesarias

Escribe dos listas: tres reglas necesarias para convivir con respeto (explica por qué); tres reglas o normas injustas que deberían cambiar (explica por qué y cómo).

Parte C. Acuerdo de convivencia

Redacta un Acuerdo de convivencia para tu salón o escuela con: 8 reglas claras (en lenguaje sencillo); para cada regla, ¿qué derecho o valor protege? y ¿qué acción concreta se espera?; 3 sanciones formativas (no humillantes) basadas en reparación y prevención; un cierre breve: “Nuestro acuerdo busca...” (5–6 líneas).

Cierre: diálogo con pensadores

Incluye un comentario breve (6–8 líneas) donde relaciones tu acuerdo con estas ideas: Hobbes: necesidad de reglas para evitar caos y violencia; Foucault: cómo las normas producen “lo normal” y por qué hay que revisarlas con conciencia.

Progresión 7. Derechos humanos y vida libre de violencia

7. Derechos humanos y vida libre de violencia

Hablar de derechos humanos no es hablar de “algo lejano” o de pura teoría. Es hablar de tu vida diaria: de cómo te tratan, de si te sientes seguro, de si puedes aprender sin miedo, de si tienes libertad para expresarte sin ser humillado, de si tu cuerpo y tu dignidad se respetan. Los derechos humanos existen porque, históricamente, las personas han sufrido abusos de poder: en familias, escuelas, comunidades, instituciones y gobiernos. Los derechos humanos son una manera de poner un límite claro: hay cosas que nadie debería perder por ser quien es. Por eso, cuando en esta progresión se dice “vida libre de violencia”, no se refiere solo a evitar golpes; se refiere a construir espacios donde no se normalice la humillación, la amenaza, el control, el miedo, la discriminación o el abuso. Aquí lo importante es que lo entiendas desde tu experiencia: ¿qué cosas te hacen sentir protegido?, ¿qué cosas te hacen sentir vulnerable?, ¿qué conductas se han vuelto “normales” en tu entorno aunque lastimen?

Un punto clave es reconocer que los derechos humanos se basan en la dignidad. No es “portarse bien” por quedar bien: es reconocer que todas las personas valen, incluso cuando piensan distinto o vienen de otro contexto. La Declaración Universal de los Derechos Humanos lo dice con una frase directa y poderosa: “Todos los seres humanos

nacen libres e iguales en dignidad y derechos.” (ONU, 1948) Esa línea sirve como brújula: si algo te quita dignidad (humillación, violencia, discriminación, amenaza), no es “carrilla” ni “así es la vida”; es un problema que debe atenderse. También ayuda a entender por qué los derechos humanos no se “ganan” por ser perfecto: se tienen por ser persona. Eso cambia tu forma de ver la convivencia: no se trata de aguantar, se trata de construir condiciones donde nadie viva con miedo. Y ojo: hablar de derechos no significa que “todo se vale”; significa que existen límites: tu libertad termina cuando dañas la dignidad o la seguridad de alguien más.

Esta progresión te va a enseñar a identificar violencia en distintas formas (escolar, digital, familiar, comunitaria) y a ubicar rutas de apoyo y prevención. Porque reconocer el problema sin saber qué hacer deja a la gente atrapada. La meta es que puedas distinguir: (1) señales de violencia, (2) riesgos de normalizarla, (3) acciones para prevenirla, y (4) a quién acudir. También vas a comprender que prevenir violencia no es solo “castigar”: es fortalecer el diálogo, la empatía, los límites sanos, la educación emocional y la participación. En este punto, Paulo Freire aporta una idea muy útil para pensar la prevención como proceso colectivo, no como “salvador”: “Nadie libera a nadie, nadie se libera solo: los hombres se liberan en comunión.” (Freire, 2005) En otras palabras: salir de la violencia y construir paz requiere redes, apoyo, acuerdos y compromiso compartido. Tú no estás solo, y tampoco es tu responsabilidad cargar con todo; pero sí puedes aprender a actuar con conciencia.

7.1 ¿Qué son DDHH?

Los derechos humanos son principios y normas que reconocen que cada persona, por el solo hecho de ser humana, merece respeto y protección. No dependen de tu edad, tu género, tu color de piel, tu religión, tu economía, tu origen, tu forma de hablar o tu identidad. Los derechos humanos existen para evitar que la vida de alguien quede a merced del abuso, de la humillación o del poder del más fuerte. Incluyen derechos como: vivir sin violencia, no ser discriminado, recibir educación, tener salud, participar, expresarte, tener un trato digno, tener privacidad, tener seguridad y acceso a justicia. Lo más importante aquí es que los derechos humanos no son “un regalo” de alguien: son un piso mínimo de dignidad. Por eso, cuando se viola un derecho, no se trata solo de “me cayó mal”: se trata de un daño real que afecta tu libertad, tu salud, tu seguridad o tu futuro. Y cuando se respetan, se nota: puedes aprender con tranquilidad, puedes convivir sin miedo, puedes ser tú sin estar escondiéndote.

Los derechos humanos también sirven para pensar de forma crítica: no solo “qué está permitido”, sino “qué es justo”. Immanuel Kant lo resumió con una idea que aplica perfecto cuando hablamos de dignidad: “Obra de tal modo que uses la humanidad... siempre al mismo tiempo como un fin y nunca simplemente como un medio.” Eso te aterriza algo clave: nadie debería usarte, manipularte, humillarte o violentarte para obtener control, placer, fama o poder. Y esto incluye lo digital: nadie tiene derecho a exponer tu vida, tu cuerpo o tu intimidad. (CNDH, 2021) Además, los derechos humanos se conectan con la responsabilidad: respetar derechos no es solo exigirlos; también es cuidar los de los demás. En la escuela, por ejemplo, tu derecho a aprender implica que el ambiente no se convierta en un espacio de burla o miedo. Tu derecho a expresarte no justifica insultar o acosar. Aprender DDHH te ayuda a nombrar lo que pasa y a actuar con más firmeza: “esto no es normal”, “esto no es un chiste”, “esto cruza un límite”.

7.2 Tipos de violencia (escolar, digital, familiar, comunitaria).

La violencia no siempre se ve como golpe. Muchas veces empieza con cosas que se normalizan: burlas constantes, apodosos humillantes, control, amenazas “en broma”, difusión de rumores, aislamiento, presión para hacer cosas que no quieres, chantaje emocional, intimidación o exposición pública. En la violencia escolar, el daño puede venir de compañeros o incluso de prácticas institucionales. Puede ser violencia física, pero también psicológica: ridiculizar, excluir, exhibir, “hacer el vacío”, grabar sin permiso, amenazar en chats, romper pertenencias, presionar para que alguien se calle o se vaya. La violencia escolar suele crecer cuando el grupo la permite: cuando la gente se ríe, comparte, aplaude o se queda callada por miedo. Por eso, entender violencia escolar no es solo identificar al agresor; es reconocer la dinámica: qué papel juegan observadores, líderes del grupo, autoridades y la cultura de “así nos llevamos”. Si una persona vive con miedo en la escuela, no puede aprender bien. Por eso, la prevención no es extra: es parte del derecho a la educación.

La violencia digital tiene una característica peligrosa: viaja rápido y se queda. Puede incluir acoso, amenazas, difusión de información personal, humillaciones públicas, manipulación, suplantación de identidad, presión para enviar cosas íntimas, chantaje, “cancelaciones” con ataques masivos, y exposición sin consentimiento. Lo que antes quedaba en un salón, hoy puede hacerse viral. Eso genera ansiedad, vergüenza y aislamiento. La violencia digital también se alimenta de la deshumanización: es más fácil atacar cuando no ves la cara de la persona. Por eso esta parte te enseña límites: privacidad, consentimiento, cuidado de datos, y también autocuidado: no engancharte con dinámicas que destruyen. Aquí ayuda recordar la frase de Hannah Arendt que se volvió clave para pensar la dignidad en comunidad: “El derecho a tener derechos.” (Arendt, 1998) Si en redes te arrebatan tu voz, tu reputación o tu intimidad, están atacando tu posibilidad de vivir en sociedad con dignidad. No es “drama”: es un problema serio.

La violencia familiar y comunitaria puede ser todavía más difícil de nombrar porque ocurre en espacios que deberían ser seguros. Puede incluir gritos, insultos, humillaciones, control excesivo, amenazas, manipulación, golpes, abandono, abuso o normalización de prácticas que dañan. También puede ser violencia comunitaria cuando en la colonia o localidad se normalizan amenazas, discriminación, acoso callejero, violencia de género o abusos de autoridad. Esta progresión no busca que “ventiles tu vida”; busca que puedas identificar señales y entender algo clave: la violencia no se justifica por el parentesco, por la costumbre o por “así me educaron”. Además, enseña que pedir ayuda no es traición: es cuidado. Mucha gente aguanta por miedo, culpa o vergüenza, y eso mantiene el problema. Reconocer tipos de violencia te ayuda a poner nombre a lo que antes se sentía como confusión: “me siento mal, pero no sé por qué”. Poner nombre es el primer paso para buscar apoyo. (UNICEF, 2019; Olweus, 1998)

7.3 Rutas de apoyo y prevención.

Una ruta de apoyo es el camino práctico para actuar cuando hay violencia: a quién acudir, qué decir, cómo documentar, cómo cuidarte y cómo activar redes de protección. No es solo “denuncia y ya”: es una secuencia que reduce riesgos y te protege. Lo primero es reconocer señales: si hay amenazas, control, acoso, humillación constante, golpes, difusión de intimidad, o miedo persistente, no lo minimices. Segundo: busca un adulto o figura de confianza (tutor, orientador, docente, familiar confiable, dirección escolar) y dilo con claridad, sin adornos. Tercero: si es digital, guarda evidencias (capturas, fechas, usuarios) sin exponerte más; evita confrontar solo si eso aumenta el riesgo. Cuarto: activa apoyo emocional: amistades seguras, redes de acompañamiento, espacios de escucha. Quinto: si hay riesgo inmediato, prioriza tu seguridad (salir del lugar, buscar apoyo cercano). La prevención funciona mejor cuando no se deja a una persona aislada. Por

eso Freire tiene sentido aquí: “Nadie libera a nadie, nadie se libera solo: los hombres se liberan en comunión.” (Freire, 2005) Pedir ayuda es construir comunión: no cargar solo.

La prevención no es solo reacción; es cultura. Significa construir reglas claras, promover respeto, enseñar límites, practicar el diálogo, fortalecer habilidades socioemocionales y crear ambientes donde se pueda hablar sin miedo. En la escuela, prevenir incluye acuerdos de convivencia, protocolos claros contra acoso, espacios de orientación, campañas informativas, mediación con enfoque de reparación (sin humillar) y participación estudiantil real. También incluye alfabetización digital: privacidad, consentimiento, verificación de información, cuidado del lenguaje, y responsabilidad al compartir. En comunidad, prevenir incluye redes vecinales, espacios seguros, actividades culturales y deportivas, acciones contra discriminación y apoyo a quienes están en situación de riesgo. La prevención comienza en lo cotidiano: no reírse de la humillación, no compartir contenido que expone, no normalizar el “te aguantas”, no justificar violencia con “es familia” o “así son”. Y también comienza con algo sencillo pero poderoso: aprender a decir “esto está mal” y acompañar a quien lo vive. Ese acompañamiento salva vidas, aunque no siempre se vea.

Actividad de aprendizaje — Progresión 7

Análisis de caso con propuesta de prevención: “Mi escuela y mi comunidad, libres de violencia”

Propósito del ejercicio: Comprender qué son los DDHH, identificar tipos de violencia en casos reales y construir una ruta de apoyo y una campaña de prevención clara y útil.

Parte A. Análisis de caso

Lee el siguiente caso y responde: *En un grupo de clase circula un meme sobre una compañera/o. Al principio “da risa”, pero después se vuelve constante: lo comparten en el chat, hacen comentarios en el salón, alguien sube una historia insinuando cosas personales. La persona comienza a faltar a clases, baja su participación y evita hablar. Cuando intenta defenderse, le dicen: “no aguanta nada”, “es carrilla”. Un par de estudiantes se incomodan, pero nadie dice nada para no volverse el siguiente blanco.*

Preguntas: 1. ¿Qué derechos humanos se están afectando? Explica por qué. 2. ¿Qué tipo(s) de violencia aparecen? (escolar, digital, psicológica, etc.). 3. ¿Qué roles aparecen en el caso? (agresores, observadores, defensores, autoridad). 4. ¿Qué señales muestran que ya no es “broma”? 5. ¿Qué consecuencias puede tener para la persona y para el grupo?

Parte B. Ruta de apoyo

Diseña una ruta de apoyo en 6 pasos titulada: “Si veo o vivo violencia, hago esto”. Debe incluir: a quién acudir dentro de la escuela (mínimo 2 figuras); qué evidencias guardar si es digital; qué hacer si hay riesgo inmediato; cómo acompañar sin exponer más a la persona; qué NO hacer (por ejemplo: compartir, “meter más carrilla”, confrontar solo si aumenta riesgo).

Parte C. Propuesta de prevención

Crea el texto de una mini campaña escolar (para cartel, redes o mural) con: un eslogan (1 línea, directo y recordable); tres mensajes clave (2–3 líneas cada uno); tres acciones concretas para prevenir violencia (realistas en la escuela); un cierre: “En nuestra escuela, la dignidad se respeta porque...” (4–6 líneas).

Cierre: citas obligatorias

Incluye al final de tu trabajo estas tres citas y explica en 2–3 líneas qué significan para el caso: “Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos.”; “El derecho a tener derechos.”; “Nadie libera a nadie, nadie se libera solo: los hombres se liberan en comunión.”

Progresión 8. Ciudadanía y participación: juventudes en lo público

8. Ciudadanía y participación: juventudes en lo público

Cuando escuchas la palabra ciudadanía, quizá piensas en credencial de elector, votar o “ser mayor de edad”. Pero la ciudadanía empieza mucho antes y se vive todos los días: en cómo convives, cómo opinas, cómo te informas, cómo defiendes tu dignidad y la de otros, y cómo participas en los problemas que te afectan. Ser ciudadano no es solo un título legal; también es una forma de estar en el mundo. La ciudadanía se construye en lo público: la escuela, la calle, el transporte, el internet, las instituciones, los espacios donde te encuentras con personas que no son como tú y aun así deben convivir contigo. Ahí aparecen preguntas reales: ¿quién decide las reglas?, ¿quién tiene voz?, ¿quién es escuchado?, ¿quién es ignorado?, ¿qué se considera “normal”?, ¿qué se castiga? Esta progresión busca que entiendas que la participación juvenil no es adorno: es parte de tu derecho a existir con dignidad y de tu responsabilidad con la comunidad. Aristóteles dejó una idea base para comprender esto: “El hombre es por naturaleza un animal político.” No significa “político de partidos”, sino que tu vida se define en relación con otros; por eso lo público importa, incluso cuando no te interesa. (Aristóteles, 1988)

Participar no siempre es ir a una marcha o hablar en un micrófono. Participar también es organizar un acuerdo de convivencia, proponer mejoras, exigir respeto, apoyar a alguien que sufre violencia, debatir con argumentos, informarte antes de compartir, cuidar espacios comunes, y señalar injusticias sin convertirte tú en agresor. Participar es pasar del “qué coraje” al “qué podemos hacer”. Pero para participar con sentido necesitas dos cosas: información y diálogo. Si solo repites lo que viste en redes, te vuelves eco; si dialogas con

respeto y evidencia, te vuelves actor. Aquí entra la representación: en democracia, muchas decisiones no las tomas tú directamente, sino personas que dicen representarte (en gobierno, escuela, comité). Por eso hay que entender cómo funciona la representación y cómo exigir rendición de cuentas. Y también entender que la participación no siempre es cómoda: a veces implica incomodar a quien se beneficia del silencio.

Esta progresión también te invita a mirar los problemas públicos cercanos: los que pasan en tu escuela, tu colonia, tu municipio. Un problema público no es un “chisme”; es algo que afecta a muchas personas: violencia, discriminación, falta de agua, basura, inseguridad, transporte, abandono de espacios, acoso digital, falta de oportunidades, desinformación. Lo público es el lugar donde se decide si la vida de alguien vale o no vale. Hannah Arendt lo dijo con una frase que no se olvida: “El derecho a tener derechos.” Si no puedes estar seguro, expresarte o participar sin miedo, se rompe ese derecho básico. (Arendt, 1998) Y Paulo Freire te recuerda que la participación se construye en colectivo, no en soledad: “Nadie libera a nadie, nadie se libera solo: los hombres se liberan en comunión.” Por eso, aquí no solo aprenderás conceptos; aprenderás a mirar tu realidad con ojos de ciudadanía (Freire, 2005): con voz, con responsabilidad y con propuestas.

8.1 Ciudadanía: derechos y obligaciones.

La ciudadanía tiene dos caras que van juntas: derechos y obligaciones. Los derechos son aquello que te corresponde por ser persona y por vivir en una comunidad que se supone justa: educación, seguridad, salud, libertad de expresión, no discriminación, participación, acceso a información y trato digno. Las obligaciones son lo que haces para que esos derechos existan también para los demás: respetar reglas que cuidan la convivencia, no violentar, no discriminar, cuidar espacios comunes, participar con responsabilidad, informarte antes de opinar, y no usar tu libertad como excusa para dañar. A veces se piensa que “tener derechos” significa que nadie te puede decir nada,

pero eso no es ciudadanía; eso es individualismo sin límites. La ciudadanía real se mide cuando tú reconoces que tu vida está conectada con la vida de otros. Por eso la frase de Aristóteles vuelve a ser útil: “El hombre es por naturaleza un animal político.” Vivir en sociedad significa que tus acciones impactan a otros, y lo que otros hacen también te impacta a ti. (Marshall, 1998)

También es importante entender que la ciudadanía no empieza a los 18. Aunque ciertos derechos políticos (como votar) se activan legalmente después, tú ya vives ciudadanía desde que opinas, convives, decides, te informas y participas. En la escuela, por ejemplo, ciudadanía es exigir un ambiente sin acoso, pedir que se respeten reglas justas, y también cumplir acuerdos que protegen a todos. En redes, ciudadanía es no difundir humillaciones, no caer en discursos de odio, y usar tu voz para informar, no para destruir. Aquí encaja una idea clave de Kant sobre dignidad: “Obra de tal modo que uses la humanidad... siempre al mismo tiempo como un fin y nunca simplemente como un medio.” Es decir: no uses a las personas como instrumentos para tus likes, tu diversión, tu reputación o tu enojo. (Kant, 2005) La ciudadanía se nota cuando el respeto no depende de si te cae bien alguien. Tu obligación principal como ciudadano es reconocer la dignidad ajena, incluso cuando no estás de acuerdo. Y tu derecho principal es que esa dignidad también sea respetada. Esta progresión busca que veas derechos y obligaciones como un mismo camino: si solo exiges derechos sin obligaciones, se rompe la convivencia; si solo te piden obligaciones sin derechos, se vuelve abuso.

8.2 Participación y representación.

Participar significa entrar a lo público con intención: decir “esto me importa” y actuar de forma que genere cambio, aunque sea pequeño. Pero no toda participación es igual. Hay participación informada (con datos y argumentos) y participación impulsiva (solo con enojo o moda). Hay participación que construye (organiza, propone, dialoga) y participación que destruye (humilla, acusa sin pruebas, polariza). Para que tu participación tenga fuerza, necesitas aprender a sostener una postura con razones: qué piensas, por qué lo piensas y qué evidencia tienes. Eso es importante porque en lo público siempre hay diferencias. Si no sabes argumentar, te pueden manipular o callar. Jürgen Habermas defendió una idea básica para la vida democrática: “La fuerza del mejor argumento.” (Habermas, 1994) Esa frase resume un ideal: que no gane quien grita más o quien amenaza más, sino quien argumenta mejor. Aunque en la realidad no siempre pasa, aprender a participar con argumentos te coloca del lado de la democracia y no del lado de la imposición. (Putnam, 2002)

La representación es parte de esto porque muchas decisiones se toman “en tu nombre”. En un país, representan diputados, autoridades, instituciones. En la escuela, representan comités, prefectura, dirección, representantes de grupo. La pregunta es: ¿representan de verdad o solo ocupan un lugar? Aquí te sirve entender el poder y cómo se organiza. Max Weber dejó una definición muy citada del Estado que ayuda a ver por qué lo público importa: “El Estado es aquella comunidad humana que, dentro de un determinado territorio, reclama (con éxito) el monopolio de la violencia física legítima.” (Weber, 2002) Esta frase no es para asustarte, sino para que entiendas algo real: el Estado y las instituciones tienen poder para imponer reglas y sanciones. Por eso la ciudadanía y la participación sirven para vigilar ese poder, pedir cuentas y defender derechos. Si no participas, otros deciden por ti y sobre ti. La representación debe tener límites, transparencia y responsabilidad; si no, se convierte en abuso o corrupción.

También es clave ver que la representación no se reduce al gobierno. En redes sociales, por ejemplo, hay “representantes” informales: influencers, líderes de opinión, páginas, grupos. Muchas veces moldean lo que piensas sin que lo notes. Por eso tu participación también implica informarte y cuestionar: ¿de dónde salió esta noticia?, ¿a quién beneficia?, ¿qué intereses hay?, ¿qué se está ocultando? La ciudadanía moderna requiere pensamiento crítico. Aquí entra Rousseau como provocación: “El hombre nace libre, pero en todas partes está encadenado.” (Rousseau, 1998) En tu contexto, las cadenas no siempre son físicas; pueden ser miedo, desinformación, presión social, violencia o apatía. Participar es romper cadenas de silencio, pero con responsabilidad: sin inventar, sin agredir, sin destruir vidas. Esta progresión busca que aprendas a participar sin perder humanidad: con firmeza, con diálogo, con evidencia y con respeto. (Bobbio, 1996)

8.3 Problemas públicos cercanos.

Un problema público cercano es cualquier situación que afecta a muchas personas y que no se resuelve solo con “cada quien en lo suyo”. Puede ser algo grande (inseguridad, violencia, desigualdad) o algo que parece “pequeño” pero te golpea diario (basura en la escuela, falta de agua, transporte deficiente, acoso, discriminación, desinformación, espacios públicos abandonados). Lo público se siente en lo cotidiano: cuando te da miedo caminar, cuando te cansas por horas de traslado, cuando no hay internet para estudiar, cuando la violencia se normaliza, cuando un grupo es humillado, cuando las autoridades no escuchan. Lo importante es que aprendas a mirar esos problemas con dos lentes: el de los datos y el de la experiencia. Los datos te ayudan a no exagerar ni minimizar; la experiencia te ayuda a no volverte frío. Un problema público se vuelve más claro cuando lo defines bien: ¿qué está pasando?, ¿a quién afecta?, ¿desde cuándo?, ¿por qué ocurre?, ¿qué consecuencias tiene?, ¿qué se ha intentado?

Y aquí viene lo más fuerte: aprender a pasar de “queja” a “propuesta”. Una propuesta no tiene que ser perfecta; tiene que ser viable. Puede empezar desde la escuela: campañas contra acoso, acuerdos de convivencia, brigadas de limpieza, mural informativo, comités de mediación, proyectos de mejora del espacio. Puede incluir diálogo con autoridades escolares o municipales, pero también acciones internas: organización estudiantil responsable. Paulo Freire vuelve a servir porque la transformación se construye en comunidad: “Nadie libera a nadie, nadie se libera solo: los hombres se liberan en comunión.” Cuando identificas un problema público cercano y lo trabajas con otros, estás haciendo ciudadanía real. Y Hannah Arendt te recuerda por qué importa: “El derecho a tener derechos.” Si tu entorno te quita voz o seguridad, se rompe ese derecho básico. Esta progresión busca que tú seas capaz de decir: “esto nos afecta, esto importa, esto se puede mejorar”, y que tu participación sea una herramienta de dignidad, no de violencia.

Actividad de aprendizaje — Progresión 8

Debate/panel con postura argumentada: “Juventudes y ciudadanía en mi escuela/comunidad”

Propósito del ejercicio: Practicar ciudadanía activa: identificar un problema público cercano, construir una postura con argumentos y participar en un diálogo respetuoso.

Parte A. Elegir el tema

Elige un problema público cercano (solo uno) de esta lista o uno similar de tu contexto: acoso escolar o violencia digital; discriminación (por género, origen, apariencia, clase social); basura y cuidado de espacios escolares/comunitarios; falta de agua/servicios básicos; desinformación en redes y conflictos en el grupo; inseguridad en rutas escolares o espacios públicos. Escribe el tema como título: “Problema: _____”

Parte B. Construir tu postura

Redacta una postura en 12–15 líneas que incluya: 1. ¿Cuál es el problema exactamente? (definición clara). 2. ¿A quién afecta y cómo? (impacto real). 3. ¿Qué evidencia tienes? (observación, datos, ejemplos). 4. ¿Qué propones que se haga? (2 acciones viables). 5. ¿Qué podría salir mal y cómo se previene? (riesgos).

Parte C. Preguntas para el panel

Escribe respuestas breves (6–8 líneas cada una) para estas preguntas: 1. ¿Qué derechos están en juego en este problema? 2. ¿Qué obligaciones ciudadanas se están ignorando? 3. ¿Qué papel debe jugar la escuela/la comunidad? 4. ¿Qué puede hacer el grupo de estudiantes sin esperar “a que alguien más lo arregle”?

Cierre obligatorio — Citas

Incluye estas citas al final y explica en 2–3 líneas cada una cómo se conectan con tu postura: “El hombre es por naturaleza un animal político.”; “La fuerza del mejor argumento.”; “El hombre nace libre, pero en todas partes está encadenado.”

Progresión 9. Instituciones: lo que organiza la vida en común

9. Instituciones: lo que organiza la vida en común

Aunque no siempre lo notes, gran parte de tu vida está organizada por instituciones: la familia, la escuela, el sistema de salud, el gobierno, la religión, el trabajo, los medios, incluso ciertas reglas de internet. Una institución no es solo un edificio o una oficina; es un conjunto de normas, roles, prácticas y decisiones que ordenan cómo convivimos. Las instituciones pueden ayudarte: por ejemplo, la escuela te ofrece aprendizaje, la clínica te atiende, el transporte te conecta, los derechos te protegen. Pero también pueden fallar: pueden discriminar, burocratizar, excluir, ignorar necesidades o proteger a quienes ya tienen poder. Por eso esta progresión busca que aprendas a mirar las instituciones sin idealizarlas ni odiarlas: entender qué hacen, cómo influyen en tu vida, quién decide dentro de ellas, y qué pasa cuando cambian o entran en conflicto. En otras palabras: identificar el “esqueleto” que sostiene la vida social, y aprender a cuestionarlo cuando se vuelve injusto.

Las instituciones existen porque la vida colectiva requiere organización. No se puede vivir en sociedad sin acuerdos, reglas y mecanismos que coordinen acciones. Pero esa organización siempre implica poder: alguien define lo que se hace, lo que se permite, lo que se castiga y lo que se premia. Max Weber ayuda a entender por qué las instituciones importan tanto: muchas funcionan con reglas formales, procedimientos y jerarquías

(Weber, 2002); eso puede hacerlas eficientes, pero también frías o injustas si pierden el contacto con la vida real. Y cuando las instituciones se convierten en “lo normal”, a veces dejamos de ver que podrían ser distintas. Michel Foucault lo expresa de manera contundente: “El poder produce; produce realidad; produce dominios de objetos y rituales de verdad.” Esto significa que las instituciones no solo “administran” la vida: también construyen lo que se considera correcto, normal, verdadero o aceptable. Por eso, entender instituciones te ayuda a entender tu propia experiencia: por qué ciertas cosas se hacen “así”, quién gana con eso, y quién pierde. (Foucault, 2002)

Además, las instituciones cambian y entran en conflicto porque la sociedad cambia. Lo que antes era normal, hoy puede verse injusto; lo que antes se permitía, hoy se cuestiona. Por ejemplo: cambios en derechos, en roles de género, en formas de familia, en educación, en trabajo, en tecnologías. Los conflictos institucionales aparecen cuando hay choque entre normas viejas y realidades nuevas, o cuando diferentes instituciones empujan en direcciones distintas (por ejemplo, escuela y redes sociales, familia y cultura juvenil, leyes y costumbres). Aquí es donde tu mirada ciudadana importa: cuando entiendes cómo funcionan las instituciones, puedes participar mejor, exigir con argumentos y proponer mejoras. Esta progresión te da herramientas para dejar de ver instituciones como “cosas externas” y empezar a verlas como estructuras que te atraviesan... y que también pueden transformarse.

9.1 ¿Qué es una institución?

Una institución es una forma estable de organizar la vida social. No se reduce a un lugar físico: es un conjunto de reglas, roles, valores, prácticas y mecanismos que se repiten en el tiempo y que guían cómo actuamos. Por ejemplo, la escuela como institución no es solo el edificio: incluye horarios, evaluaciones, autoridad docente, normas de convivencia, certificados, materias, y la idea social de que estudiar sirve para formarte. La familia como institución no es solo “mi casa”: incluye expectativas sobre cuidado, afecto, responsabilidades, autoridad, y formas de convivencia. El Estado como institución incluye leyes, seguridad, servicios, elecciones, tribunales. Las instituciones existen porque en

sociedad necesitamos coordinar conductas: si todo fuera improvisado, viviríamos en conflicto permanente. Pero al mismo tiempo, las instituciones pueden producir desigualdad si solo funcionan para algunos o si se vuelven rígidas. Por eso, aprender qué es una institución te permite distinguir entre “lo que siempre ha sido así” y “lo que podría ser de otra manera”.

Max Weber explicó cómo muchas instituciones modernas se organizan a través de la burocracia (Weber, 2002): reglas formales, jerarquías, procedimientos. Eso puede dar orden y previsibilidad, pero también puede generar frialdad, lentitud o injusticia si se convierte en “papel por papel” y se olvida de las personas. Por eso, cuando tú enfrentas una institución (escuela, hospital, oficina, gobierno), a veces sientes que estás hablando con un sistema, no con alguien. Entender esto te ayuda a no personalizarlo todo, pero también a exigir cambios cuando la institución deja de servir. Y aquí regresa la idea de dignidad: las instituciones deberían existir para proteger derechos, no para humillar o excluir. En esta progresión vas a aprender a identificar elementos clave de cualquier institución: normas (lo que se espera), roles (quién hace qué), sanciones (qué pasa si no cumples), valores (qué se considera importante) y fines (para qué existe). Con esos elementos, puedes analizar cualquier institución de tu vida.

9.2 Instituciones en la vida cotidiana.

Las instituciones están en tu vida cotidiana incluso cuando no las nombras. Por ejemplo: la escuela organiza tu tiempo, tus metas y tu manera de aprender; la familia influye en tu identidad, tus hábitos y tus emociones; el transporte y la economía determinan cuánto tardas, cuánto gastas y qué oportunidades puedes tomar; el sistema de salud afecta si puedes recibir atención; los medios y redes influyen en lo que crees, lo que deseas y lo

que tienes. A veces creemos que tomamos decisiones “libres” todo el tiempo, pero muchas decisiones están condicionadas por instituciones: qué opciones existen, qué se considera normal, qué se castiga, qué se premia. Por eso, analizar instituciones en lo cotidiano te ayuda a entender que tu vida no es solo individual: es social. No es para quitarte responsabilidad, sino para darte claridad: si entiendes la estructura, puedes moverte mejor dentro de ella y también proponer cambios.

También es importante notar que las instituciones no siempre coinciden. Por ejemplo, la escuela puede promover respeto, pero en redes sociales puede normalizarse la humillación. La familia puede enseñar reglas, pero la calle puede mostrar otras. El Estado puede reconocer derechos, pero la costumbre puede negarlos. Esa tensión genera conflictos internos: a veces sientes que hay dos mundos con dos reglas distintas. Por eso necesitas pensamiento crítico: elegir qué valores seguir y por qué. Aquí sirve una idea de Antonio Gramsci sobre cómo se construye lo que la gente ve como “sentido común”: “La crisis consiste precisamente en el hecho de que lo viejo muere y lo nuevo no puede nacer.” (Gramsci, 1999) En lo cotidiano, esa “crisis” se siente cuando hay reglas viejas que ya no funcionan, pero todavía no hay acuerdos claros nuevos. Tú lo ves en temas como género, violencia, trabajo, tecnología, participación juvenil. Las instituciones se quedan atrás y la gente joven vive la contradicción.

Además, en lo cotidiano tú también reproduces instituciones: cuando respetas una fila, cuando cumples un horario, cuando repites una costumbre, cuando usas lenguaje y normas del grupo. Eso no es malo: es convivencia. El problema es cuando reproduces sin pensar prácticas injustas: discriminación, burlas, silencios, privilegios. Por eso esta progresión te pide observar tu entorno: ¿qué instituciones influyen más en tu vida?, ¿cuáles te protegen?, ¿cuáles te limitan?, ¿cuáles te ignoran? Y algo más: ¿cómo

interactúan entre sí? Por ejemplo, el acceso a educación depende de economía; la salud mental depende de familia, escuela y comunidad; la seguridad depende de instituciones formales y cultura social. Ver eso te permite entender por qué algunos problemas no se resuelven solo con “actitud”: requieren cambios institucionales y colectivos. (North, 1993)

9.3 Conflictos y cambios institucionales.

Los conflictos institucionales aparecen cuando una institución no responde a necesidades reales, cuando aplica reglas de forma desigual o cuando choca con cambios sociales. Por ejemplo, si una escuela mantiene normas que no consideran contextos diversos, puede excluir; si un sistema de salud no atiende con dignidad, se vuelve un obstáculo; si un gobierno no escucha, la gente se desespera; si una familia impone control violento, se rompe la convivencia. Los conflictos también ocurren entre instituciones: escuela vs. trabajo (cuando estudiar se complica por necesidad económica), familia vs. cultura juvenil (cuando hay choque de valores), leyes vs. costumbres (cuando una práctica cultural contradice derechos). Comprender estos conflictos te ayuda a no quedarte en “puro coraje”; te permite nombrar causas, identificar responsabilidades y buscar rutas de cambio.

Los cambios institucionales suelen suceder por presión social, por crisis, por nuevas ideas, por movimientos ciudadanos o por reformas. Y aquí entra tu papel como joven: aunque no tengas “todo el poder”, sí puedes participar en procesos de cambio desde lo cercano: exigir protocolos contra violencia, proponer acuerdos de convivencia, participar en comités, pedir transparencia, dialogar con autoridades, crear proyectos escolares que mejoren el entorno. Pero también necesitas comprender que cambiar instituciones no es instantáneo: requiere organización, argumentos y constancia. Foucault ayuda a recordar que las instituciones construyen lo “normal” (Foucault, 2002); por eso cambiar una institución implica cambiar prácticas y mentalidades, no solo papeles. En esta progresión, el objetivo es que entiendas que las instituciones pueden ser herramientas de bienestar o de injusticia... y que tu voz, cuando está informada y organizada, puede empujar a que funcionen mejor.

9.4 La familia como institución: una forma, muchas variantes

Ya vimos que la familia es una de las instituciones más presentes en tu vida cotidiana (progresión 1 y 2 ya la mencionaron como parte de tu identidad). Aquí vamos a mirarla con más detalle como institución: un conjunto de normas, roles y expectativas que organiza el cuidado, la convivencia y la pertenencia entre personas. Y aquí hay algo importante que la antropología ha mostrado con claridad: no existe “una sola forma correcta” de familia. A lo largo de la historia y alrededor del mundo, las familias han tomado formas muy distintas: familias nucleares (padres e hijos), familias extensas (varias generaciones y parientes bajo el mismo techo o red de apoyo), familias monoparentales, familias reconstituidas, familias criadas por abuelos u otros familiares, y muchas más. En comunidades con fuerte migración, como suele pasar en Sinaloa, es común encontrar familias “transnacionales”: una parte vive aquí y otra parte trabaja fuera del país, sosteniéndose con comunicación a distancia y remesas.

Reconocer esta diversidad de formas familiares no es un tema menor: te ayuda a entender que cuando alguien vive en una estructura familiar distinta a la que consideras “típica”, eso no lo hace menos familia. Lo que define a una familia, más allá de su forma, es la función que cumple: cuidado, pertenencia, apoyo y transmisión de valores. Cuando una institución familiar cumple esas funciones con respeto y sin violencia, está funcionando bien, sin importar cuántas personas la integren o qué forma tenga. (Giddens, 1995; Lévi-Strauss, 1988) Esta mirada te prepara para algo que vas a necesitar en la vida real: no juzgar la familia de un compañero o compañera solo porque no se parece a la tuya.

Actividad de aprendizaje — Progresión 9

Mapa de instituciones: “Lo que me organiza (y lo que quiero cambiar)”

Propósito del ejercicio: Identificar instituciones que influyen en la vida cotidiana, analizar su funcionamiento y proponer cambios realistas ante conflictos institucionales.

Parte A. Mi mapa institucional

Dibuja o redacta un “mapa” con al menos 6 instituciones que influyen en tu vida (por ejemplo: familia, escuela, salud, gobierno, trabajo, redes sociales/medios, iglesia/comunidad, deporte/clubes). Para cada institución escribe: 1. ¿Qué reglas o normas me impone o me enseña? 2. ¿Qué cosas me permite o me facilita? 3. ¿Qué cosas me limita o me complica?

Para la institución “familia”, agrega además: describe la forma que tiene tu familia (nuclear, extensa, monoparental, transnacional, u otra) y explica qué función cumple para ti, más allá de su forma.

Parte B. Caso breve: conflicto institucional

Elige una institución de tu mapa y describe un conflicto real o posible en 10–12 líneas: ¿Qué está fallando?; ¿A quién afecta?; ¿Qué normas/roles están involucrados?; ¿Qué consecuencias tiene?

Parte C. Propuesta de cambio

Redacta una propuesta breve (12–15 líneas) que incluya: 1. ¿Qué se debería cambiar? 2. ¿Qué acción concreta se puede hacer desde la escuela/comunidad? 3. ¿Qué apoyo se necesita? 4. ¿Cómo se evita que el cambio termine siendo “solo papel”?

Cierre obligatorio — Citas

Incluye estas dos citas y explica en 2–3 líneas cómo se conectan con tu análisis: “El poder produce; produce realidad; produce dominios de objetos y rituales de verdad.”; “La crisis consiste precisamente en el hecho de que lo viejo muere y lo nuevo no puede nacer.”

Progresión 10. Poder y autoridad: quién decide y por qué

10. Poder y autoridad: quién decide y por qué

En tu vida diaria te cruzas con el poder todo el tiempo, aunque no lo llames así. Está en quien pone reglas, en quien decide qué se castiga y qué se perdona, en quien controla información, en quien define “lo normal”, en quien tiene influencia para que otros actúen de cierta manera. A veces el poder se siente claro (una autoridad escolar, un policía, una institución), pero muchas veces es invisible: la presión del grupo, el miedo al qué dirán, la necesidad económica, la reputación en redes, las expectativas de género, los estereotipos. Por eso, esta progresión no se trata solo de “política” como elecciones; se trata de aprender a detectar cómo se decide la vida social. Y cuando entiendes eso, puedes responder con más conciencia: obedecer cuando es justo, cuestionar cuando es abuso, y participar cuando hay que cambiar algo. Si no entiendes cómo funciona el poder, es fácil caer en dos extremos: pensar que todo es culpa de “la autoridad” o creer que “así son las cosas” y ya. Aquí vamos a aprender un punto medio: ver estructuras, ver responsabilidades y ver posibilidades.

Para comprender el poder, primero hay que distinguirlo de la autoridad. No es lo mismo. El poder puede existir sin que sea legítimo: alguien puede tener fuerza, dinero, amenazas o control de un grupo. La autoridad, en cambio, se supone que es un poder reconocido como válido por una comunidad: porque tiene reglas, porque cumple funciones, porque protege derechos o porque fue elegida. En la vida real, muchas veces se mezclan y por eso se confunden. Max Weber ayuda a ordenar esa confusión cuando explica que la dominación (obediencia) suele sostenerse en una idea de legitimidad (Weber, 2002): la gente obedece porque cree que “debe” obedecer. Y aquí aparece una pregunta importante: ¿por qué obedecemos? ¿por miedo, por costumbre, por respeto, por

conveniencia, por confianza? Entender eso te vuelve más libre, porque te permite diferenciar respeto de sometimiento. (Lukes, 1985) También te ayuda a ver que el poder no es solo “malo”: el poder también puede organizar, proteger, servir, cuidar... si está limitado por derechos y por responsabilidad.

Michel Foucault te aporta una mirada que cambia el chip: el poder no solo manda desde arriba; también circula en relaciones, en discursos, en instituciones, en prácticas. El poder se mete en el lenguaje y en lo que se considera normal. Una frase clave asociada a su análisis (y muy útil para este tema) es: “El poder produce; produce realidad; produce dominios de objetos y rituales de verdad.” En términos simples: el poder no solo prohíbe, también fabrica formas de pensar. Por eso esta progresión te pide observar el poder en escuela, familia y redes: quién decide, con qué argumentos, con qué reglas, con qué sanciones, y con qué efectos. Y también te pide ver la legitimidad: ¿quién tiene autoridad real y por qué?, ¿qué pasa cuando la autoridad se usa para humillar?, ¿cómo se construye una autoridad que cuida la dignidad? Entender esto te prepara para una ciudadanía más consciente: ya no reaccionas solo con enojo o sumisión; reaccionas con criterio. (Foucault, 2002)

10.1 Poder vs autoridad.

El poder es la capacidad de influir en la conducta de otras personas o de controlar situaciones. Puede venir de la fuerza, del dinero, del conocimiento, de la popularidad, del acceso a recursos, del miedo, de las normas o de la posición que alguien ocupa. Por ejemplo, un líder de grupo puede tener poder porque todos lo siguen; una persona puede

tener poder en redes por sus seguidores; un adulto puede tener poder sobre un menor por su control económico o emocional; una institución tiene poder porque define reglas y sanciones. El poder no siempre se nota como “mandato”: también puede ser presión, manipulación, chantaje, exclusión o control de información. Por eso, muchas veces el poder más fuerte no es el que grita, sino el que te hace sentir que “no tienes opción”. Entender esto te ayuda a identificar cuando estás actuando libremente y cuando estás actuando por miedo o por presión.

La autoridad, en cambio, es un tipo de poder que se acepta como legítimo. Se supone que tiene una función: cuidar, organizar, enseñar, proteger derechos, garantizar convivencia. Por ejemplo, un docente tiene autoridad cuando guía el aprendizaje con respeto; una dirección escolar tiene autoridad cuando aplica reglas claras y justas; una familia tiene autoridad cuando cuida y pone límites sin violencia. La autoridad se sostiene en la confianza y en la legitimidad. Max Weber explicó que la obediencia suele depender de creer que quien manda “tiene derecho” a mandar, ya sea por tradición, por leyes o por ‘

carisma. (Weber, 2002) Eso te ayuda a pensar: ¿obedezco porque respeto, o porque tengo miedo? ¿Confío en esa autoridad o solo la aguanto? Y también: ¿qué pasa cuando alguien tiene poder pero no autoridad? Por ejemplo, quien controla el chat y humilla puede tener poder social, pero su poder no es legítimo: se basa en intimidación. Esta diferencia es clave porque te permite exigir autoridad justa y resistir abusos de poder sin caer en violencia.

10.2 Control, reglas y legitimidad.

Las reglas son una forma de control: orientan conductas, previenen conflictos y definen consecuencias. El control no siempre es malo; sin cierto control la convivencia se vuelve

caótica. El problema es cuando el control se vuelve humillante, desigual o violento. Por ejemplo: reglas que se aplican solo a algunos; reglas que castigan el error en lugar de enseñar; reglas que se enfocan más en apariencia que en dignidad; reglas que silencian en vez de dialogar. Por eso, esta parte te invita a pensar en las reglas como “tecnologías sociales”: instrumentos para organizar la vida. Cuando una regla es justa, se entiende; cuando es injusta, se siente como abuso. Y aquí aparece la legitimidad: una regla se vuelve legítima cuando se percibe como razonable, necesaria y aplicada de forma pareja. Si la regla existe, pero nadie cree en ella, la convivencia se rompe o se vuelve puro teatro.

La legitimidad también se construye cuando hay transparencia: saber por qué existe una regla, para qué sirve y cómo se aplica. En una escuela, por ejemplo, un reglamento puede ser legítimo si se explica, se dialoga, se revisa y se aplica con respeto. En una familia, los límites son legítimos cuando protegen y no humillan. En redes, la moderación es legítima cuando busca evitar violencia y no censurar caprichos. Cuando la legitimidad falla, aparece la resistencia: la gente desobedece, se burla, rompe reglas, o crea reglas paralelas. Eso pasa mucho en grupos: cuando no confían en la autoridad formal, obedecen la autoridad del “popular”, del “líder” o del miedo. Entender esto te ayuda a ver que el control no funciona por magia: funciona porque la gente cree en él... o porque teme sus sanciones.

Foucault ayuda a mirar el control desde otra perspectiva: no solo controlan los castigos; también controlan las miradas, el discurso y la idea de “normalidad”. (Foucault, 2002) A veces te controlas tú solo porque te sientes observado o juzgado. Eso es poder social.

Aquí su idea vuelve a ser útil: “El poder produce; produce realidad; produce dominios de objetos y rituales de verdad.” En un grupo, por ejemplo, el “ritual de verdad” puede ser: “aquí no se llora”, “aquí no se queja”, “aquí se aguanta”. Esa “verdad” no es natural: se produce por presión y repetición. Por eso, analizar control y legitimidad no es para volverte desconfiado de todo; es para que aprendas a distinguir entre reglas que cuidan la dignidad y reglas que solo disciplinan para mantener privilegios o silencios. (Russell, 2004) Esa distinción te vuelve más libre y responsable.

10.3 Poder en escuela, familia, redes.

En la escuela, el poder aparece en la autoridad docente, en directivos, en reglamentos y también en el grupo de estudiantes. A veces el poder formal se usa para enseñar y cuidar; otras veces se usa para humillar o controlar sin diálogo. Y el poder informal del grupo puede ser igual o más fuerte: quién decide lo que está “de moda”, quién puede hablar sin burla, quién manda en el chat, quién excluye, quién pone apodos, quién ridiculiza. (Mills, 1957) En la familia, el poder aparece en la distribución de responsabilidades, en la economía, en el control emocional y en los límites. Puede ser poder cuidador (protege, guía) o poder violento (controla, amenaza, humilla). En redes sociales, el poder se mueve por visibilidad: likes, seguidores, reputación, cancelaciones, algoritmos. Muchas veces el poder digital se siente como “si no participo, me quedo fuera”, o “si opino, me atacan”. Eso puede hacer que la gente se calle o se someta al grupo.

Por eso, esta progresión te pide observar: ¿qué tipo de poder ves en cada espacio?, ¿cómo se sostiene?, ¿por miedo, por respeto, por costumbre, por necesidad, por

reputación? Y también te pide pensar en tu papel: tú también tienes poder. Tu palabra puede incluir o excluir; tu risa puede legitimar una humillación; tu silencio puede permitir un abuso; tu apoyo puede proteger a alguien. Aquí entra una idea útil de Antonio Gramsci sobre cómo se gana el “sentido común” en una sociedad: “La crisis consiste precisamente en el hecho de que lo viejo muere y lo nuevo no puede nacer.” En escuela, familia y redes, hay crisis de autoridad: reglas viejas que ya no sirven y nuevas realidades que todavía no se organizan bien. Tú estás viviendo esa transición. (Gramsci, 1999) Aprender sobre poder y autoridad te da herramientas para no ser solo espectador: para construir autoridad legítima en tus espacios (con respeto, diálogo y justicia) y para resistir dinámicas de control que dañan la dignidad. (Arendt, 2005)

Actividad de aprendizaje — Progresión 10

Ensayo breve: “¿Dónde veo poder en mi contexto?”

Propósito del ejercicio: Identificar poder y autoridad en la vida cotidiana, analizar reglas y legitimidad, y proponer acciones para mejorar la convivencia sin violencia.

Parte A. Detectar poder (observación)

Elige un espacio: escuela, familia o redes sociales. Describe en 10–12 líneas: 1. ¿Quién toma decisiones? 2. ¿Qué reglas se siguen (escritas o no escritas)? 3. ¿Qué pasa si alguien no obedece?

Parte B. Diferenciar poder y autoridad (análisis)

Responde con ejemplos concretos (6–8 líneas cada uno): 1. Un ejemplo de poder sin autoridad (influencia basada en miedo, presión o manipulación). 2. Un ejemplo de autoridad legítima (poder reconocido porque cuida, organiza y respeta).

Parte C. Legitimidad y mejora (propuesta)

Redacta una propuesta breve (12–15 líneas) con: una regla o práctica que debería cambiar; por qué no es legítima (a quién daña); cómo se podría transformar sin violencia (nuevo acuerdo, mediación, diálogo, reparación).

Cierre obligatorio — Citas (sin parafrasear)

Incluye estas citas y explica en 2–3 líneas cómo se conectan con tu ensayo: “El poder produce; produce realidad; produce dominios de objetos y rituales de verdad.”; “El hombre es por naturaleza un animal político.”

Progresión 11. Trabajo, economía y consumo: cultura en el mercado

11. Trabajo, economía y consumo: cultura en el mercado

Cuando piensas en economía, quizá imaginas “dinero” y ya. Pero la economía también es cultura: influye en lo que valoramos, en lo que deseamos, en cómo nos vestimos, qué comemos, qué soñamos, qué consideramos “éxito” y hasta cómo nos tratamos entre personas. El trabajo no es solo una forma de ganar; es una forma de organizar el tiempo, de construir identidad (“soy estudiante”, “soy trabajador”, “soy emprendedor”), de participar en la vida social. Y el consumo no es solo comprar cosas: es una manera de comunicar quién eres o quién quieres ser. Por eso esta progresión te invita a observar algo muy real: el mercado no solo vende productos; también vende estilos de vida, símbolos, estatus y pertenencia. A veces consumes por necesidad (comida, transporte, escuela), pero muchas veces consumes por emoción, por presión social o por sentirte parte de un grupo. Entender esto te ayuda a no ser manejado por el “deseo fabricado” y te permite tomar decisiones más libres y responsables.

Aquí aparece Karl Marx como un pensador clave para mirar la relación entre economía y vida social. Marx observó que las condiciones materiales (trabajo, producción, propiedad) influyen en cómo vivimos, pensamos y nos organizamos. Una frase suya muy citada (y útil para este tema) es: “No es la conciencia del hombre la que determina su ser, sino, por el contrario, el ser social es lo que determina su conciencia.” (Marx, 2008) En otras palabras: lo que vives (tu realidad

social, económica, laboral) influye en lo que piensas y en lo que crees posible. Esto no significa que no tengas libertad; significa que tu libertad tiene contexto. Por ejemplo, no todos tienen las mismas oportunidades de estudio, trabajo o consumo; por eso hablar de “mérito” sin mirar condiciones puede ser injusto. (Veblen, 2004) Esta progresión busca que veas el trabajo y la economía como fenómenos sociales: conectados con desigualdad, derechos, identidad y futuro.

Además, el consumo hoy está muy ligado a medios y redes. No solo te venden cosas en anuncios tradicionales; te venden deseos en TikTok, Instagram, YouTube, series, canciones, influencers, trends. Ahí entra el tema de la publicidad: no solo informa, persuade. Y muchas veces persuade tocando emociones: inseguridad, miedo a quedar fuera, necesidad de aprobación, deseo de admiración. Entender publicidad y deseo te vuelve más crítico: ¿de verdad quiero esto?, ¿o quiero sentir lo que me prometen que sentiré si lo compro? Pierre Bourdieu ayuda a pensar esto porque mostró que la cultura también se convierte en “capital” (Bourdieu, 2002) (algo que da ventaja): gustos, estilos, marcas, formas de hablar, consumos que funcionan como señales de clase. Por eso el mercado no es neutral: puede reproducir desigualdad y también producir nuevas formas de presión social. Esta progresión no busca que “dejes de consumir”, sino que consumas con conciencia: que entiendas el juego para no ser pieza.

11.1 Trabajo y economía en la vida social.

El trabajo es una de las actividades que más organiza la vida social. Define horarios, rutinas, relaciones, expectativas y hasta identidades. Muchas personas se presentan diciendo “a qué se dedican” porque el trabajo funciona como una etiqueta social: da estatus, da pertenencia, da reconocimiento o, a veces, genera estigma. También influye en la familia: quién cuida, quién aporta, quién decide. En la escuela, el trabajo aparece en la pregunta: “¿para qué estudio?”, “¿qué voy a ser?”. Pero también aparece en

realidades concretas: estudiantes que trabajan, familias con empleos precarios, migración por falta de oportunidades, desigualdad de acceso a recursos. Hablar de economía es hablar de cómo se reparte lo necesario para vivir: ingresos, servicios, oportunidades. No todos parten igual. Por eso, entender trabajo y economía es entender por qué algunas decisiones no son “solo ganas”, sino condiciones.

Karl Marx ayuda a mirar estas condiciones con claridad. Su frase “No es la conciencia del hombre la que determina su ser, sino, por el contrario, el ser social es lo que determina su conciencia.” (Marx, 2008) sirve para entender que lo que vives económicamente influye en lo que imaginas como posible. Si creces con carencias, probablemente aprendes a sobrevivir; si creces con estabilidad, es más fácil planear a largo plazo. Y eso no es culpa individual: es estructura. Pero ojo: comprender la estructura no significa rendirse; significa dejar de culpar a las personas por todo y empezar a pensar en derechos, políticas, oportunidades y acciones colectivas. La economía también se ve en la comunidad: cuando hay empleo digno, mejora la salud mental, baja la violencia, aumenta la participación; cuando hay precariedad, sube el estrés, la incertidumbre y el conflicto. En esta parte vas a aprender a distinguir conceptos básicos: trabajo formal e informal, salario, precariedad, derechos laborales, y cómo estos elementos afectan la vida social.

11.2 Cultura de consumo.

La cultura de consumo es la forma en que una sociedad aprende a desear, comprar y usar cosas no solo por necesidad, sino como parte de su identidad y su estatus. En tu vida lo ves clarísimo: la ropa, el celular, los tenis, el peinado, la música, los lugares a los que vas, las marcas que presumes o las que escondes. Consumir se vuelve una forma de decir “pertenezco”, “soy de este grupo”, “tengo esto”, “soy así”. Y eso puede ser divertido, pero también puede ser pesado, porque genera comparación y presión: “si no tengo, no valgo”, “si no subo, no existo”, “si no compro, quedo fuera”. La cultura de

consumo se alimenta de la idea de que siempre falta algo para ser suficiente. Por eso, entenderla te ayuda a cuidar tu autoestima y tu libertad.

Aquí sirve Pierre Bourdieu porque mostró cómo los gustos y consumos no son “solo personales”; también son sociales. (Bourdieu, 2002) La gente aprende a preferir ciertas cosas según su historia, su contexto y su clase. El consumo funciona como un lenguaje: marcas y estilos se convierten en señales de capital cultural y económico. Eso explica por qué, a veces, se discrimina por la forma de vestir, hablar o por el tipo de celular. No es solo objeto: es símbolo. Y esos símbolos pueden reforzar desigualdad, porque quien tiene más recursos puede “comprar” pertenencia o prestigio con más facilidad. Por eso, la cultura de consumo puede volverse una forma de poder social: quien tiene, manda; quien no, se esconde. (Baudrillard, 2009) Esta parte te enseña a identificar esas dinámicas sin odiarte ni odiar a otros: entender no es juzgar; entender es ser más libre.

También vas a analizar el consumo responsable: no solo “no compres”, sino “elige mejor”. ¿De dónde vienen las cosas?, ¿quién las produce?, ¿qué impacto tienen en ambiente?, ¿qué condiciones laborales hay detrás?, ¿qué valores promueven? El consumo puede ser una herramienta de identidad positiva: apoyar lo local, cuidar recursos, elegir por calidad y no solo por moda, compartir en lugar de presumir, usar redes para informar y no para presionar. Esta progresión busca que mires tu consumo como parte de tu ciudadanía: lo que compras también es un voto cultural. Y cuando entiendes el mercado, puedes usarlo sin que te use.

11.3 Publicidad y deseo.

La publicidad no solo muestra productos; construye deseos. Te vende la idea de que si compras algo vas a ser más feliz, más atractivo, más valioso, más exitoso o más “aceptado”. Muchas veces la publicidad no te habla a la razón; te habla a la emoción: inseguridad, miedo a quedar fuera, necesidad de pertenecer, deseo de reconocimiento. Y hoy la publicidad ya no es solo comercial en televisión: está en influencers, en recomendaciones “disfrazadas”, en tendencias, en algoritmos que te muestran lo que

“deberías querer”. Por eso, aprender a leer publicidad es aprender a leer poder: quién está intentando guiar tu decisión y con qué estrategias. El deseo no es malo; es humano. El problema es cuando tu deseo es fabricado para que nunca estés satisfecho.

Aquí es útil traer a Michel Foucault para recordar que el poder produce realidades y “verdades” sobre lo que es normal o valioso. (Foucault, 2002) Cuando una publicidad repite que “éxito” es cierto cuerpo, cierta marca, cierto estilo de vida, está produciendo una norma cultural. Y cuando tú no encajas en esa norma, te sientes menos. Por eso esta parte te enseña herramientas para resistir sin violencia: identificar técnicas (promesas, miedo, comparación, aspiración), distinguir necesidad de deseo, y preguntarte: ¿quiero el objeto o quiero el significado que me promete? También vas a aprender a crear tu propio criterio: no se trata de rechazar todo, sino de recuperar tu libertad. El objetivo final es que puedas disfrutar el mercado sin que tu identidad dependa de él. (Klein, 2001)

Actividad de aprendizaje — Progresión 11

Análisis crítico de un anuncio: “Lo que me venden (y lo que realmente deseo)”

Propósito del ejercicio: Identificar cómo el mercado construye deseos, analizar publicidad con pensamiento crítico y relacionar trabajo, economía y consumo con cultura e identidad.

Parte A. Selección del anuncio

Elige un anuncio (imagen, video, publicación de influencer o spot) que veas en redes o medios. Escribe: producto/servicio; medio donde aparece; público al que va dirigido.

Parte B. Desmontaje del anuncio (análisis)

Responde con 6–8 líneas por pregunta: 1. ¿Qué emoción intenta activar? (miedo, pertenencia, deseo, estatus, seguridad, etc.). 2. ¿Qué “estilo de vida” promete? 3. ¿Qué idea de éxito o valor humano sugiere? 4. ¿A quién incluye y a quién deja fuera? (por apariencia, clase, género, edad). 5. ¿Qué necesidad real cubre y qué deseo fabricado crea?

Parte C. Conexión con economía y desigualdad

Responde en 10–12 líneas: ¿Cómo influye el contexto económico en quién puede acceder a lo que se anuncia?; ¿Qué pasa cuando el consumo se vuelve requisito de pertenencia?

Cierre obligatorio — Cita (sin parafrasear)

Incluye esta cita y explica en 3–4 líneas cómo se relaciona con tu análisis: “No es la conciencia del hombre la que determina su ser, sino, por el contrario, el ser social es lo que determina su conciencia.”

Progresión 12. Medios y redes: opinión pública y desinformación

12. Medios y redes: opinión pública y desinformación

Hoy gran parte de lo que piensas sobre el mundo no viene de una experiencia directa, sino de lo que te llega por medios y redes: noticias, videos cortos, memes, hilos, comentarios, audios, titulares. Eso no es malo por sí mismo; el problema es que, sin darte cuenta, esos contenidos pueden moldear tu percepción: qué te preocupa, a quién le crees, a quién odias, qué consideras “normal”, qué te parece urgente. A eso se le llama opinión pública: el conjunto de ideas, juicios y emociones que circulan en una sociedad sobre asuntos comunes. La opinión pública influye en decisiones reales: votaciones, leyes, castigos sociales, reputaciones, conflictos, agendas de gobierno y de escuela. Por eso esta progresión no se trata de “no uses redes”, sino de aprender a usarlas con inteligencia: entender que la información compite por tu atención, y tu atención es un recurso valioso. Cuando no aprendes a filtrar, otros filtran por ti.

Los medios y las redes funcionan con algo llamado agenda: los temas que se colocan en el centro de la conversación pública. La agenda puede ser construida por medios, por gobiernos, por grupos de interés, por tendencias o por algoritmos. No siempre te dicen qué pensar, pero sí te dicen sobre qué pensar. Por eso a veces un tema se vuelve gigantesco mientras otros desaparecen. Y cuando algo desaparece, deja de importar socialmente, aunque siga dañando. Aquí entra Jürgen Habermas, quien pensó la vida

democrática como un espacio de discusión pública. (Habermas, 1994) Una frase suya que ayuda a entender la importancia del diálogo en lo público es: “La fuerza del mejor argumento.” En redes, muchas veces gana el insulto, la burla o el clip fuera de contexto; pero en una democracia sana debería ganar el argumento mejor sustentado. Esta progresión busca que tú puedas moverte hacia eso: que no te manipulen con lo viral, que aprendas a sostener una postura con razones, y que sepas distinguir información de propaganda.

El gran reto actual es la desinformación: noticias falsas, medias verdades, montajes, manipulación emocional, y también errores compartidos sin mala intención. A esto se suman los sesgos (tu cerebro prefiere lo que confirma lo que ya crees) y las burbujas (algoritmos que te muestran más de lo mismo para mantenerte enganchado). Resultado: puedes vivir en una realidad “personalizada”, donde parece que todo el mundo piensa como tú, hasta que llega el choque con otras opiniones. Aquí es donde Michel Foucault vuelve a ser útil porque muestra cómo el poder produce “verdades” sociales: “El poder produce; produce realidad; produce dominios de objetos y rituales de verdad.” (Foucault, 2002) En redes, esos “rituales de verdad” pueden ser: “si lo subió tal cuenta es cierto”, “si tiene muchos likes es verdad”, “si me enoja, debe ser real”. Esta progresión te enseña a romper esa lógica: verificar antes de creer, pensar antes de compartir, y cuidar tu voz porque influye en los demás. (McLuhan, 1996)

12.1 Opinión pública y agenda.

La opinión pública no es solo “lo que la gente piensa”; es un clima social que se construye con información, emociones, conversaciones y repetición. En tu entorno, la opinión pública se ve cuando un tema se vuelve conversación en la escuela, en casa o en redes: un caso de violencia, una decisión del gobierno, una polémica local, un rumor. Ese clima influye en cómo se comportan las personas: a quién se apoya, a quién se condena, qué se considera urgente y qué se ignora. Lo peligroso es que la opinión pública no siempre se basa en hechos; muchas veces se basa en percepciones, en fragmentos de información o en emociones. Por eso, entender opinión pública es entender cómo se

forman “verdades colectivas”. En redes, algo puede parecer cierto solo porque lo repiten mucho. Y si no aprendes a distinguir argumento de tendencia, puedes terminar defendiendo ideas que no elegiste realmente.

La agenda es la selección de temas que se colocan al frente. Lo que aparece en tu pantalla todo el día se vuelve importante, aunque no lo sea; lo que no aparece se vuelve invisible, aunque sea grave. Esto sucede porque los medios compiten por atención, y las redes compiten por retenerte. Por eso la agenda se llena de conflicto, escándalo y polarización: eso engancha. Aquí Habermas es útil porque su ideal de vida pública no se basa en gritos, sino en discusión racional (Habermas, 1994): “La fuerza del mejor argumento.” La pregunta es: ¿en tu red gana el mejor argumento o gana lo más viral? Esta progresión busca que tú puedas identificar la agenda: ¿quién puso este tema?, ¿para qué?, ¿qué se está dejando fuera?, ¿qué emociones quieren activar? Si aprendes a ver la agenda, recuperas control: ya no eres solo espectador, eres lector crítico.

12.2 Fake news, sesgos y burbujas.

Una fake news no es solo una mentira obvia; muchas veces es una historia creíble con un detalle manipulado: una foto fuera de contexto, un recorte de video, un titular exagerado, una estadística sin fuente, un audio sin pruebas. Lo peligroso es que la fake news suele estar diseñada para moverte emocionalmente: indignarte, asustarte o hacerte sentir superior. Y cuando una noticia te pega emocionalmente, tu cerebro se vuelve menos cuidadoso: compartes antes de pensar. Además, la desinformación no siempre viene de “malos”: a veces la comparte gente normal con intención de “avisar”. Por eso, el

problema no es solo de tecnología; es cultural. La pregunta clave es: ¿cómo decides qué es verdad?

Aquí entra el tema de los sesgos: atajos mentales que te ayudan a decidir rápido, pero que también te pueden engañar. Un sesgo muy común es creer más fácilmente lo que confirma lo que ya piensas (“si va con mi idea, debe ser cierto”). Otro sesgo es creer en lo que te hace sentir parte de un grupo (“si lo comparten mis amigos, debe ser real”). Por eso, cuando te informas solo con tu grupo, tu visión se estrecha. Y ahí aparece la burbuja: un espacio informativo donde casi todo te confirma, te refuerza, te aplaude o te enoja del mismo modo. Las burbujas crecen porque los algoritmos aprenden lo que te atrapa y te lo repiten, para que te quedes. El resultado es que la realidad parece simple: “los buenos” y “los malos”. Pero la vida social casi nunca es así. (Sunstein, 2017)

Foucault ayuda a entender por qué la desinformación puede volverse “verdad social” aunque sea falsa: “El poder produce; produce realidad; produce dominios de objetos y rituales de verdad.” (Foucault, 2002) En redes, el poder no siempre es una autoridad formal; puede ser la influencia de cuentas grandes, el algoritmo, la presión del grupo o el miedo a ser atacado. Los “rituales de verdad” se vuelven frases como: “si lo vi en muchos lados, es cierto”, “si está en video, es real”, “si me dio coraje, debe ser verdad”. Esta progresión te enseña a romper esos rituales y a construir otros mejores: verificar, contrastar, preguntar, buscar fuentes, leer completo, dudar cuando hay exceso de emoción. (Van Dijck, 2016) No se trata de desconfiar de todo, sino de confiar con criterio.

12.3 Verificación básica de información.

Verificar información no es “ser experto”; es tener hábitos simples que te protegen a ti y protegen a otros. La verificación básica empieza por frenar el impulso: si algo te enoja o te emociona demasiado, es una señal de alerta. Luego, preguntas concretas: ¿quién lo

dice?, ¿qué fuente cita?, ¿cuándo ocurrió?, ¿dónde ocurrió?, ¿hay evidencia completa o solo recortes?, ¿hay otros medios confiables que lo confirmen? También sirve revisar imágenes: muchas fotos virales son antiguas o de otro país. Un paso básico es buscar el mismo dato en varias fuentes. Otro paso básico es leer más allá del titular: muchas fake news se sostienen en que nadie abre el enlace. Verificar también incluye distinguir “opinión” de “hecho”: alguien puede opinar algo con mucha seguridad y aun así estar equivocado. Un hecho necesita respaldo; una opinión necesita argumentos, pero no es evidencia.

Y algo muy importante: verificar es un acto de responsabilidad ciudadana. Si compartes una mentira, aunque sea sin querer, puedes dañar reputaciones, provocar miedo, alimentar odio o generar violencia. Por eso esta progresión te pide pensar en tu voz como poder: tu publicación afecta a otros. Aquí vuelve Habermas como ideal: “La fuerza del mejor argumento.” (Habermas, 1994) El mejor argumento no se basa en “me lo dijo alguien”, sino en evidencia verificable y en razonamiento claro. Verificar información es construir una cultura pública más sana: menos linchamientos digitales, menos rumores, menos manipulación. No se trata de callarte; se trata de hablar mejor. Si aprendes a verificar, tu participación en redes se vuelve más valiosa: puedes ayudar a otros a entender, puedes frenar un rumor, puedes preguntar sin humillar, puedes defender derechos sin inventar. Eso es ciudadanía digital. (Wardle y Derakhshan, 2017)

Actividad de aprendizaje — Progresión 12

Checklist de verificación y microcampaña informativa: “Antes de compartir”

Propósito del ejercicio: Desarrollar hábitos de verificación y crear mensajes breves para frenar la desinformación en tu entorno escolar y digital.

Parte A. Checklist personal de verificación (individual)

Copia y completa este checklist con sí/no y una frase breve: 1. ¿Sé quién publica la información? 2. ¿Tiene fuente clara (autor, medio, institución)? 3. ¿La fecha es actual y corresponde al hecho? 4. ¿El lugar coincide con lo que se afirma? 5. ¿Hay evidencia completa o solo recortes? 6. ¿Lo confirmo en al menos 2 fuentes confiables? 7. ¿El titular coincide con el contenido? 8. ¿Estoy compartiendo por emoción (enojo/miedo) más que por evidencia? 9. ¿Podría dañar a alguien si resulta falso? 10. ¿Qué gano si lo comparto? ¿y qué pierdo si es mentira?

Parte B. Prueba con un caso real (aplicación)

Elige una noticia/post viral que hayas visto recientemente y responde: ¿Qué afirmaba? (2–3 líneas); ¿Qué contraste al verificar? (6–8 líneas); ¿Qué parte era dudosa o manipulada? (4–6 líneas); ¿Qué harías distinto la próxima vez? (4–6 líneas).

Parte C. Microcampaña: “Antes de compartir” (difusión)

Crea 3 mensajes cortos (tipo cartel o publicación) para tu escuela o tus redes. Cada mensaje debe incluir: un título breve (máximo 6 palabras); una recomendación concreta; un “por qué” en una línea.

Cierre obligatorio — Citas (sin parafrasear)

Incluye estas citas y explica en 2–3 líneas cómo se relacionan con tu actividad: “La fuerza del mejor argumento.”; “El poder produce; produce realidad; produce dominios de objetos y rituales de verdad.”

Progresión 13. Globalización y migración: culturas que se mezclan

13. Globalización y migración: culturas que se mezclan

La globalización es algo que vives todos los días, aunque no lo notes: en la música que escuchas, en la comida que consumes, en las marcas que usas, en las series que ves, en los memes que compartes, en la forma en que hablas (palabras que vienen de otros lugares), en las ideas sobre “éxito” que circulan por redes. La globalización cultural es el intercambio de símbolos, estilos, valores y productos entre países y regiones. Puede ser emocionante porque te conecta con mundos distintos; pero también puede ser injusta si borra culturas locales, si impone un solo modelo de belleza o de vida, o si convierte tradiciones en mercancía sin respeto. Esta progresión busca que veas la globalización sin caricaturas: no es “buena” o “mala” por naturaleza; depende de cómo se vive y de quién tiene poder en ese intercambio. Tú no eres solo espectador: tus consumos, tus gustos y tus publicaciones también forman parte de esa mezcla cultural.

La migración es uno de los motores más fuertes de esa mezcla. Migrar significa moverse por razones económicas, de seguridad, familiares, educativas o por deseo de una vida distinta. Y cuando una persona migra, no solo se mueve un cuerpo: se mueven historias, idiomas, hábitos, música, comida, formas de ver el mundo. Por eso la migración crea diversidad, pero también puede crear conflictos cuando hay prejuicios, discriminación o miedo. Aquí es muy útil Frantz Fanon, porque analizó cómo el racismo y el colonialismo

afectan la identidad. (Fanon, 2009) Una frase suya, directa y fuerte, es: “El negro no es un hombre.” La cita no es para repetirla como insulto, sino para entender el punto: Fanon muestra cómo el racismo deshumaniza al otro, lo convierte en “cosa”, lo reduce a un estereotipo. Esa deshumanización puede aparecer hoy en discursos contra migrantes: “son problema”, “son amenaza”, “no son de aquí”. Esta progresión busca que tú identifiques esas ideas y las enfrentes con reflexión y dignidad.

Cuando culturas se mezclan, también se mezclan identidades. Por eso hablamos de identidades híbridas: formas de ser que combinan dos o más culturas al mismo tiempo. Un joven puede sentirse sinaloense y a la vez fan del K-pop; puede hablar “local” con su familia y “digital” en redes; puede vivir valores tradicionales y al mismo tiempo querer romper estereotipos. La identidad híbrida no es “confusión”; es una forma real de vivir en un mundo conectado. Pero también puede generar preguntas: ¿qué parte de mí es mía?, ¿qué parte viene de lo que consumo?, ¿qué parte viene de mi familia?, ¿qué parte viene de la presión social? Aquí vuelve a servir Ortega y Gasset para pensar la identidad con contexto: “Yo soy yo y mi circunstancia.” Migración y globalización cambian la circunstancia, y eso cambia cómo te entiendes. (Ortega y Gasset, 2004) Esta progresión te ayuda a reconocer tu mezcla cultural sin vergüenza y a respetar la mezcla de otros sin imponer una sola forma “correcta” de ser.

13.1 Globalización cultural.

La globalización cultural es el proceso por el cual ideas, productos, símbolos y formas de vida circulan a gran velocidad entre distintos lugares del mundo. Antes, muchas cosas se quedaban en una región; hoy, en minutos, una canción de otro país se vuelve tendencia en tu teléfono, un video cambia modas, un meme cruza fronteras. Esto puede enriquecer: conoces otras formas de pensar, otras historias, otras luchas. También puede abrir oportunidades: aprender idiomas, conectarte con comunidades globales, descubrir arte y conocimiento. (Appadurai, 2001) Pero la globalización cultural también puede ser desigual: algunas culturas se vuelven “dominantes” y otras quedan invisibles. Muchas veces lo global se presenta como “lo moderno” y lo local como “lo atrasado”, y eso

produce vergüenza cultural o desprecio por tradiciones propias. Por eso esta parte te invita a mirar críticamente: ¿qué culturas circulan más en tus redes y por qué?, ¿qué culturas casi no aparecen?, ¿qué valores se están vendiendo como si fueran universales?

Además, la globalización cultural no solo mezcla; también transforma. Las tradiciones cambian cuando se encuentran con otras. Eso puede ser creatividad, pero también puede ser apropiación cultural cuando se usa una cultura como adorno sin entenderla ni respetarla. Por ejemplo: usar símbolos indígenas como moda sin reconocer su significado; burlarse de un acento; consumir comida “exótica” sin respeto. Esta parte te pide distinguir entre intercambio respetuoso y consumo superficial. Y también te pide reconocer lo propio: tu cultura local no es “menos” por ser local. En un mundo global, lo local puede ser un ancla de identidad y memoria. Comprender globalización cultural significa entender que tú estás en un cruce: recibes influencias, pero también produces cultura cuando hablas, creas, compartes y convives.

13.2 Migración y diversidad.

La migración no ocurre solo “en películas”; está cerca. En México se migra dentro del país (del campo a la ciudad, de un estado a otro), se migra hacia otros países, y también llegan personas de otros lugares. Migrar implica dejar algo: casa, amistades, idioma, costumbres, seguridad emocional. También implica buscar algo: trabajo, paz, futuro, estudio, reunificación familiar. Por eso, la migración es un fenómeno humano profundo, no un simple “movimiento”. Y cuando llega un migrante a una comunidad, llegan también nuevas formas de hablar, cocinar, celebrar, pensar. Esa diversidad puede enriquecer,

pero a veces provoca rechazo por miedo o por prejuicio. Esta parte busca que entiendas que la diversidad no es un problema; el problema es la discriminación.

Aquí entra Frantz Fanon porque ayuda a entender cómo los prejuicios deshumanizan. (Fanon, 2009) Su frase “El negro no es un hombre.” muestra el extremo de cómo el racismo le quita humanidad a una persona. Hoy, el racismo o la xenofobia pueden aparecer de formas más “suaves” pero igual de dañinas: chistes, etiquetas, rumores, generalizaciones (“todos son así”), sospecha automática. Esa violencia simbólica afecta autoestima, oportunidades y seguridad. Por eso esta progresión te pide observar tu propio entorno: ¿cómo se habla de personas migrantes?, ¿qué palabras se usan?, ¿se les ve como sujetos o como amenazas? Entender la migración te ayuda a construir una mirada más justa: no se trata de romantizar; se trata de reconocer dignidad y derechos.

Además, la migración también cambia a quien se queda. En comunidades con migración, se mezclan idiomas, remesas, costumbres, aspiraciones, estilos musicales, formas de vestir. Las familias se reorganizan: abuelos cuidando, madres y padres lejos, comunicación por videollamada. Eso modifica la idea de “familia”, “hogar” y “pertenencia”. Esta parte te invita a comprender que la migración es parte de la historia humana y también parte de nuestra historia local. Y te invita a pensar en soluciones: ¿qué condiciones hacen que la gente tenga que migrar?, ¿qué derechos deben protegerse?, ¿cómo se construye convivencia intercultural? El objetivo es que veas a la persona migrante como persona completa: con historia, con derechos, con aportes, no como etiqueta. (Sayad, 2010)

13.3 Identidades híbridas.

Las identidades híbridas aparecen cuando una persona vive entre culturas: combina lenguajes, estilos, valores, comidas, formas de pensar. Por ejemplo: alguien que nació en un lugar y creció en otro; alguien con familia migrante; alguien que vive en una comunidad tradicional pero consume cultura global en redes. La identidad híbrida no significa falta de identidad; significa identidad múltiple. Pero a veces genera tensión: sentir que no encajas del todo en un lugar ni en otro, o que te exigen “elegir” una parte y negar la otra. Esta parte busca que entiendas que esa mezcla es normal en el mundo actual. Tu identidad se construye con experiencias y relaciones, no con una sola etiqueta fija. Ortega y Gasset lo expresa de manera clara con su frase: “Yo soy yo y mi circunstancia.” La circunstancia hoy es global (Ortega y Gasset, 2004): internet, migración, intercambio cultural, crisis climática, economía mundial, música global. Esa circunstancia entra a tu vida y te transforma. La pregunta no es “¿cómo evito mezclarme?”, sino “¿cómo elijo conscientemente qué integrar a mi vida?”. Esta parte te invita a reconocer tu mezcla: ¿qué prácticas vienen de tu familia?, ¿qué prácticas vienen de redes?, ¿qué valores sostienes por decisión?, ¿qué valores repites por presión? Cuando identificas eso, tu identidad híbrida deja de ser una confusión y se vuelve una construcción consciente. Y cuando entiendes tu mezcla, respetas mejor la mezcla de los demás.

Una forma muy visible de identidad híbrida en las juventudes de hoy son las llamadas “tribus urbanas”: grupos que se identifican por gustos musicales, estilos de vestir, valores o formas de ver la vida (por ejemplo, aficiones a ciertos géneros musicales, subculturas digitales, comunidades de videojuegos o fandoms). Estas tribus no son nuevas —han existido desde hace décadas con distintos nombres y estilos—, pero hoy se forman y se sostienen sobre todo en redes sociales, cruzando fronteras geográficas con facilidad. Pertenecer a una tribu urbana puede darte identidad y comunidad, igual que cualquier otro grupo social; el reto, como en cualquier pertenencia, es que no se convierta en una frontera que excluye o desprecia a quien no forma parte de ella. (Bauman, 2016)

13.4 Raíces: mestizaje y pueblos originarios en México

Todo lo que hemos hablado sobre globalización y mezcla cultural tiene un capítulo muy concreto y cercano: la historia de México mismo. México es un país que se formó, en gran medida, a partir de un proceso de mestizaje biocultural: el encuentro (muchas veces violento, por la colonización) entre los pueblos originarios que ya habitaban este territorio y las personas que llegaron de Europa, África y Asia a lo largo de los siglos. Ese mestizaje no fue solo biológico (mezcla de ascendencia); fue también cultural: lenguas, comidas, creencias, formas de organización social y tradiciones se mezclaron, a veces se combinaron y a veces una impuso su dominio sobre otra. Hoy, México sigue siendo un país profundamente diverso: existen más de 60 pueblos indígenas reconocidos, cada uno con su propia lengua, y decenas de lenguas originarias que siguen vivas —náhuatl, maya, zapoteco, mixteco, tarahumara (rarámuri), entre muchas otras— aunque varias de ellas están en riesgo de desaparecer si las nuevas generaciones dejan de hablarlas.

Aquí es importante distinguir dos procesos que no son lo mismo: la resistencia cultural y la dominación cultural. La dominación cultural ocurre cuando un grupo con más poder impone su lengua, religión o forma de vida sobre otro, muchas veces borrando o desprestigiando la cultura del grupo dominado; eso fue, en gran medida, lo que ocurrió durante la colonización. La resistencia cultural, en cambio, es la forma en que las comunidades y pueblos originarios han conservado su lengua, sus tradiciones y su identidad a pesar de siglos de presión para que desaparecieran. Cuando ves a una comunidad que sigue hablando su lengua originaria, practicando su medicina tradicional o celebrando sus fiestas ancestrales, estás viendo resistencia cultural en acción: no es “folclor del pasado”, es una comunidad viva defendiendo quién es.

También existe un concepto útil para entender ciertas formas de respuesta cultural: la contracultura, que se refiere a movimientos o grupos que se organizan deliberadamente en oposición a los valores dominantes de su época. No toda resistencia cultural es contracultura (los pueblos originarios no se definen “en oposición” a nada, tienen su propia cultura previa), pero sí puedes reconocer contracultura en ciertos movimientos juveniles, artísticos o sociales que cuestionan abiertamente “lo que se supone que se debe hacer”. Entender estos tres conceptos —mestizaje, resistencia cultural y contracultura— te da un vocabulario más preciso para hablar de algo que probablemente ya sabes de forma intuitiva: que la identidad mexicana no es una sola cosa, sino una mezcla viva, desigual y en constante disputa sobre qué partes se celebran, cuáles se olvidan y cuáles siguen resistiendo.

El antropólogo Claude Lévi-Strauss, que dedicó buena parte de su obra a estudiar cómo las culturas se relacionan entre sí sin que ninguna sea “superior”, advirtió sobre el riesgo (Lévi-Strauss, 1979) de mirar la diversidad cultural del mundo sin reconocer las relaciones de poder que hay detrás de los encuentros entre culturas. Esa advertencia sirve perfecto para cerrar esta idea: celebrar la diversidad de México no debe hacernos olvidar que esa diversidad existe hoy, en parte, gracias a la resistencia de comunidades que durante siglos lucharon —y siguen luchando— por no desaparecer.

Actividad de aprendizaje — Progresión 13

Podcast/entrevista: “Historias de migración y mezcla cultural”

Propósito del ejercicio: Comprender migración y globalización desde experiencias reales, reconocer diversidad y analizar identidades híbridas con respeto.

Parte A. Entrevista (individual o en pareja)

Entrevista a una persona (familiar, vecino, conocido) que haya migrado o tenga experiencia cercana de migración. Si no encuentras, entrevista a alguien que tenga familiares migrantes.

Haz estas preguntas y registra las respuestas: 1. ¿Por qué migró (o migraron en su familia)? 2. ¿Qué fue lo más difícil al llegar a otro lugar? 3. ¿Qué costumbres mantuvo y cuáles cambiaron? 4. ¿Qué prejuicios o apoyos encontró? 5. ¿Qué aprendió al vivir entre culturas?

Parte B. Producto (podcast o texto)

Elabora un producto breve (podcast 3–5 min o texto 1–2 cuartillas) que incluya: un resumen de la historia; un ejemplo de globalización cultural (música, comida, idioma, redes, etc.); un ejemplo de diversidad y convivencia (positivo o conflictivo); un ejemplo de identidad híbrida (mezcla cultural).

Parte C. Raíces: mestizaje en mi entorno (nueva)

Investiga y responde:

1. ¿Qué pueblos originarios existieron o existen en tu región o estado?

2. ¿Se habla alguna lengua originaria en tu comunidad? ¿Cuál es su situación hoy (viva, en riesgo, sin hablantes)?
3. ¿Qué elementos de mestizaje puedes identificar en tu propia familia o comunidad (comida, palabras, tradiciones, apellidos, festividades)?
4. Con tus propias palabras, explica la diferencia entre resistencia cultural y dominación cultural, usando un ejemplo de tu región.

Cierre obligatorio — Citas

Incluye estas citas y explica en 2–3 líneas cómo se conectan con la historia: “Yo soy yo y mi circunstancia.”; “El negro no es un hombre.”

Progresión 14. Cultura y ambiente: territorio, conflictos y sustentabilidad

14. Cultura y ambiente: territorio, conflictos y sustentabilidad

Cuando escuchas “medio ambiente”, es común pensar solo en naturaleza: árboles, ríos, animales. Pero en realidad el ambiente también es cultura, porque las personas vivimos el territorio de acuerdo con ideas, necesidades, valores y formas de organización social. El agua, la tierra, el aire, los manglares, los bosques o las zonas urbanas no se usan igual en todos lados: dependen de lo que una comunidad cree que es “progreso”, de quién decide, de qué se permite y qué se prohíbe, de quién gana y quién pierde. Por eso, esta progresión te invita a ver el ambiente como un tema humano: no hay problema ambiental que no tenga una historia social detrás. La contaminación, la sequía, la basura, el uso del suelo, la pesca, la agricultura y la expansión urbana no se explican solo con ciencia natural; también se explican con decisiones, economía, poder, hábitos y cultura. Entender esto te da una mirada más real: cuidar el ambiente no es solo “amar la naturaleza”, también es cambiar prácticas y exigir decisiones justas.

El concepto de desarrollo sostenible (o sustentable) aparece como una idea clave: vivir hoy sin destruir las posibilidades de vivir mañana. Pero esa idea no se logra solo con “buenas intenciones”, sino con cultura ambiental: hábitos de consumo, formas de producir, formas de convivir con el territorio, y también participación ciudadana. Aquí sirve mucho Paulo Freire porque su pensamiento conecta educación con transformación social. (Freire, 2005) Una frase suya que encaja con el sentido de esta progresión es:

“Nadie libera a nadie, nadie se libera solo: los hombres se liberan en comunión.” Cuidar el ambiente no es tarea de una sola persona: es una acción colectiva que requiere acuerdos, conciencia, organización y responsabilidad compartida. En un territorio, si una persona separa basura pero todo el sistema tira igual, el cambio no se sostiene; si una escuela propone acciones pero la comunidad no se suma, el impacto se limita. Por eso el aprendizaje aquí es situado: ver un problema real, comprenderlo y proponer acciones posibles.

Los conflictos socioambientales aparecen cuando hay choque por el territorio: por agua, por recursos, por contaminación, por megaproyectos, por agricultura intensiva, por minería, por residuos, por expansión urbana. Esos conflictos no son solo “naturaleza vs humanos”; muchas veces son “humanos vs humanos” por decisiones sobre el ambiente. Quién tiene derecho a usar el agua, quién se beneficia de un proyecto, quién carga con la contaminación, quién pierde su salud o su paisaje. Ahí entran también ideas de poder y discurso: a veces se dice “es progreso” para justificar daño, o se dice “es inevitable” para evitar responsabilidad. Esta progresión te pide que no te quedes con etiquetas, sino que aprendas a analizar: ¿qué actores participan?, ¿qué intereses tienen?, ¿qué evidencias existen?, ¿qué alternativas hay? Y lo más importante: ¿qué puede hacer tu escuela o tu comunidad? Porque la sustentabilidad no empieza en un discurso, empieza en prácticas reales y decisiones informadas.

14.1 Desarrollo sostenible y cultura ambiental.

El desarrollo sostenible es una idea sencilla pero poderosa: mejorar la calidad de vida sin destruir los recursos y condiciones que hacen posible la vida. No se trata de “volver a la naturaleza” como si la sociedad no existiera; se trata de aprender a vivir de otra manera

en el territorio. Por ejemplo: usar agua con responsabilidad, reducir residuos, reutilizar, consumir con criterio, movernos con menos contaminación, cuidar áreas verdes, respetar ciclos naturales, proteger biodiversidad. Pero nada de eso ocurre en automático: necesita cultura ambiental. La cultura ambiental son los hábitos, valores y conocimientos que una comunidad tiene sobre cómo se relaciona con su entorno. Si en un lugar se normaliza tirar basura, desperdiciar agua o quemar residuos, esa práctica se vuelve parte de la cultura, aunque sea dañina. Si se normaliza separar residuos, ahorrar energía, cuidar espacios públicos, esa práctica también se vuelve cultura. Esta parte te invita a ver que el ambiente se cuida con acciones repetidas, con acuerdos y con educación.

Paulo Freire ayuda a entender por qué la cultura ambiental no es solo “información”, sino conciencia y acción. (Freire, 2005) Su frase “Nadie libera a nadie, nadie se libera solo: los hombres se liberan en comunión.” encaja porque el cambio ambiental no se logra con una persona aislada; se logra con comunidad. Una escuela puede ser un espacio clave para iniciar esa comunión: aprender, organizar, hacer campañas, dialogar con autoridades, proponer soluciones. Pero también se necesita mirar justicia: ¿quién tiene acceso al agua?, ¿quién vive cerca de basureros?, ¿quién respira aire contaminado?, ¿quién tiene áreas verdes? La sustentabilidad no es solo reciclar; también es exigir condiciones dignas y decisiones responsables. Entender desarrollo sostenible es entender que el ambiente es un derecho y una responsabilidad compartida. (Beck, 1998; Leff, 1998)

14.2 Conflictos socioambientales.

Un conflicto socioambiental ocurre cuando el territorio se vuelve campo de disputa: por recursos, por salud, por trabajo, por economía o por identidad cultural. No es raro: en muchos lugares el agua ya no alcanza, los ríos se contaminan, el suelo se degrada, el

mar se sobreexplota, la ciudad crece sin planeación, y las decisiones afectan a grupos de manera desigual. Por ejemplo: una actividad económica puede dar empleo, pero también puede contaminar; una obra puede mejorar transporte, pero también destruir un ecosistema; la agricultura puede alimentar, pero también agotar acuíferos si es intensiva. Los conflictos nacen porque los beneficios no se reparten igual que los costos. A veces gana una empresa o un grupo y pierde una comunidad. A veces se decide desde lejos sin escuchar a quienes viven ahí. Por eso es “socioambiental”: mezcla sociedad y ambiente.

Para analizar un conflicto, necesitas aprender a ver actores e intereses: gobierno, empresas, comunidades, escuelas, medios, científicos, organizaciones. También necesitas distinguir información de propaganda: muchas veces se pinta un proyecto como “progreso inevitable” sin mostrar impactos reales. Aquí es útil recordar que los discursos pueden justificar decisiones. Y tú, como estudiante, puedes aprender a hacer preguntas clave: ¿qué evidencia hay?, ¿qué dice la comunidad?, ¿qué dicen estudios?, ¿qué alternativas existen?, ¿quién se beneficia?, ¿quién se enferma?, ¿quién pierde? Esta parte no busca que odies el desarrollo; busca que entiendas que el desarrollo sin límites puede ser violencia lenta: afecta salud, cultura y futuro. Un conflicto socioambiental también es un conflicto de derechos: derecho al agua, a la salud, a un ambiente sano, al territorio.

Además, estos conflictos también tocan identidad cultural. Para muchas comunidades, el territorio no es solo “tierra”; es memoria, pertenencia, trabajo y modo de vida. Si un río se contamina, no solo pierdes agua: pierdes prácticas, economía local, paisajes, historias y vínculos. Por eso el conflicto socioambiental muchas veces se siente como conflicto por dignidad. Entender esto te ayuda a construir empatía y pensamiento crítico. En lugar de repetir “es progreso” o “todo está mal”, aprendes a ver la complejidad y a buscar soluciones: tecnología limpia, regulación, participación comunitaria, reparación del daño, reforestación, tratamiento de aguas, manejo de residuos, planeación urbana. (Martínez Alier, 2004; Escobar, 1999) Esta mirada es necesaria para no caer en extremos y para sostener propuestas reales.

14.3 Acciones locales (escuela/comunidad).

Las acciones locales son importantes porque conectan lo aprendido con la vida real. A veces parece que los problemas ambientales son tan grandes que “no se puede hacer nada”, pero en realidad muchas soluciones empiezan en la escala cercana: escuela, colonia, comunidad. Una acción local no es solo una campaña; es un plan con diagnóstico, objetivos y seguimiento. Por ejemplo: identificar dónde se genera más basura en la escuela, qué tipo de residuos son, qué hábitos lo producen, y qué acuerdos se pueden implementar. O revisar el uso del agua: fugas, llaves abiertas, uso excesivo, y crear un sistema de cuidado. O trabajar en áreas verdes: reforestación con especies locales, mantenimiento y cuidado. O promover movilidad: caminar, bicicleta, compartir transporte. Lo local también enseña ciudadanía: dialogar, organizarse, pedir apoyo, informar, evaluar resultados. Esta parte busca que no te quedes solo en “conciencia”, sino que pases a acción.

Aquí vuelve Freire con fuerza, porque propone una educación que transforma. (Freire, 2005) Su frase “Nadie libera a nadie, nadie se libera solo: los hombres se liberan en comunión.” sirve para recordar que el cambio ambiental se sostiene cuando hay comunidad. En una escuela, eso significa acuerdos entre estudiantes, docentes, directivos y familias. Significa que las acciones se vuelven cultura: hábitos repetidos, reglas claras, responsabilidades compartidas. Esta parte te invita a pensar en acciones realistas: pequeñas pero constantes, con evidencia de impacto. No se trata de hacer una actividad “bonita” una vez, sino de construir un cambio que se mantenga. La meta es formar una cultura ambiental donde cuidar el territorio sea parte de “quiénes somos” como comunidad, no un evento ocasional.

Actividad de aprendizaje — Progresión 14

Diagnóstico breve y propuesta: “Mi escuela y mi comunidad como territorio”

Propósito del ejercicio: Identificar un problema socioambiental cercano, analizarlo con evidencia básica y diseñar una propuesta viable de acción local.

Parte A. Diagnóstico (observación y datos)

Elige un problema cercano (escuela o comunidad), por ejemplo: basura, agua, energía, áreas verdes, ruido, contaminación, movilidad, quema de residuos. Escribe: 1. ¿Cuál es el problema y dónde ocurre? (6–8 líneas). 2. ¿Qué evidencias tienes? (fotos, conteo simple, observación en horarios, entrevistas breves). 3. ¿Qué lo causa? (hábitos, falta de infraestructura, reglas débiles, desconocimiento, etc.). 4. ¿A quién afecta y cómo? (salud, convivencia, costos, imagen, ambiente).

Parte B. Conflicto socioambiental (análisis)

Explica en 10–12 líneas: ¿Quiénes participan o influyen en el problema? (estudiantes, autoridades, vecinos, comercio, gobierno); ¿Qué intereses hay? (comodidad, costo, tiempo, economía, salud, limpieza).

Parte C. Propuesta de acción (plan)

Diseña una propuesta con: objetivo claro (1–2 líneas); tres acciones concretas (qué, quién, cuándo); cómo medirás si funcionó (indicador simple); cómo sostenerlo (acuerdo o regla).

Cierre obligatorio — Cita (sin parafrasear)

Incluye esta cita y explica en 3–4 líneas cómo se relaciona con tu propuesta: “Nadie libera a nadie, nadie se libera solo: los hombres se liberan en comunión.”

Progresión 15. Memoria y patrimonio: lo que una comunidad recuerda

15. Memoria y patrimonio: lo que una comunidad recuerda

La memoria no es solo “recordar” como cuando piensas en tu infancia; la memoria también es social: una comunidad decide qué recuerda, qué celebra, qué honra, qué olvida y qué prefiere no mencionar. Por eso la memoria se relaciona con la identidad: cuando una comunidad dice “esto somos”, casi siempre está hablando de historias, símbolos, lugares y experiencias compartidas. Esa identidad puede dar orgullo y pertenencia, pero también puede dejar fuera voces que no han sido escuchadas. En tu vida lo ves en cosas simples: las historias que se repiten en tu familia, lo que se cuenta sobre el barrio, lo que la escuela celebra, lo que los medios destacan. La memoria construye sentido: explica por qué un lugar es importante, por qué una fecha duele, por qué una tradición se repite. Y como la memoria es selectiva, no es neutral: recordar también es una forma de poder.

Aquí es útil Hannah Arendt porque pensó la responsabilidad y la vida pública. (Arendt, 2003) Una frase suya que ilumina esta progresión es: “Nadie tiene derecho a obedecer.” La cita sirve para pensar la memoria crítica: no aceptar sin cuestionar lo que “siempre se ha dicho” o lo que “todos repiten”. A veces una historia oficial se vuelve cómoda porque evita hablar de injusticias, discriminación o violencia; otras veces una historia oficial fortalece orgullo y cohesión. La idea no es destruir la identidad, sino volverla más completa: preguntarte qué historias faltan, quién no aparece, qué versiones se silencian. La memoria crítica no es “odio al pasado”, es responsabilidad con el presente: aprender para no repetir, reconocer para reparar, recordar para dignificar.

El patrimonio es la huella visible (y también invisible) de esa memoria. Puede ser material: edificios, monumentos, documentos, fotos, objetos, arquitectura, espacios públicos. Y puede ser inmaterial: lengua, música, danza, fiestas, recetas, oficios, relatos, maneras de convivir. El patrimonio es valioso porque guarda identidad, pero también porque crea comunidad: una fiesta patronal, una tradición de comida, un baile local, un sitio histórico, todo eso une personas y les da pertenencia. Sin embargo, el patrimonio también se disputa: ¿quién decide qué se protege?, ¿qué se vende como “turismo”?, ¿qué se deja caer?, ¿qué se ridiculiza?, ¿qué se considera “fino” y qué “naco”? En esta parte entra Michel Foucault para pensar quién controla las narrativas: “El poder produce; produce realidad; produce dominios de objetos y rituales de verdad.” (Foucault, 2002) Lo que una comunidad llama “historia” o “patrimonio” muchas veces depende de instituciones, de discursos oficiales y de intereses. Esta progresión te invita a mirar eso con ojos propios y a construir memoria más justa desde tu voz.

15.1 Memoria e identidad.

Tu identidad no se construye solo con tus gustos; también se construye con historias. Lo que tu familia recuerda, lo que tu comunidad repite, lo que tu escuela enseña, se vuelve parte de “quién eres”. Cuando escuchas “en esta familia somos trabajadores”, “en este barrio somos así”, “en este estado se vive de esta manera”, estás escuchando memoria convertida en identidad. Pero esa memoria puede ser parcial: puede recordar logros y olvidar heridas, puede celebrar ciertos personajes y borrar otros, puede repetir estereotipos como si fueran historia. Por eso, aprender sobre memoria e identidad es aprender a preguntarte: ¿qué historias me formaron?, ¿qué historias me faltan?, ¿qué versiones no escuché?, ¿por qué? Esta progresión te enseña que la memoria es una construcción, no una fotografía exacta.

Hannah Arendt ayuda a pensar el papel del individuo frente a lo que “se manda” creer. (Arendt, 2003) Su frase “Nadie tiene derecho a obedecer.” sirve para recordar que también eres responsable de tu pensamiento. En memoria, “obedecer” sería repetir sin cuestionar: aceptar la versión única, burlarte de otras memorias, negar experiencias ajenas, o callar lo incómodo. En cambio, construir identidad con memoria crítica significa escuchar más voces: abuelos, mujeres, jóvenes, migrantes, trabajadores, comunidades indígenas, personas que no han tenido espacio. Esto no divide; al contrario, puede sanar. Porque una comunidad que solo celebra, pero nunca reconoce dolores, puede repetir errores. Y una comunidad que solo se queda en el dolor, sin rescatar sus fortalezas, puede perder esperanza. La meta es equilibrio: una identidad con orgullo y con verdad.

15.2 Patrimonio (material e inmaterial).

El patrimonio material es lo que puedes tocar y ver: edificios antiguos, plazas, iglesias, escuelas históricas, archivos, fotografías, monumentos, museos, objetos y espacios que cuentan una historia. Cuando un edificio se derrumba, no solo se pierde “una construcción”; se pierde un pedazo de memoria colectiva. Pero el patrimonio material también puede ser polémico: hay monumentos que celebran a personajes discutibles, o símbolos que para unos son orgullo y para otro dolor. Por eso no basta con “conservar”; también hay que interpretar. Un monumento no habla solo; hay que preguntarse qué representa, por qué se construyó, a quién honra, qué silencios mantiene. Esta parte te invita a ver el patrimonio como un texto que se lee, no como una decoración.

El patrimonio inmaterial es igual o más importante: lo que vive en prácticas. Lengua, chistes, canciones, corridos, recetas, fiestas, formas de saludar, maneras de trabajar, oficios, juegos, formas de duelo y celebración. Lo inmaterial se transmite en casa, en la calle, en la escuela, en la comunidad. Y como no está “guardado” en un museo, es más frágil: puede perderse si se deja de practicar o si se desprecia. Por eso esta parte te invita a reconocer lo valioso de lo cotidiano. No todo patrimonio es “antiguo” o “de élite”; también lo es lo popular, lo comunitario. Cuando una comunidad valora su patrimonio inmaterial, fortalece su identidad y su autoestima cultural.

Un ejemplo muy claro de patrimonio inmaterial, y que seguramente conoces de primera mano, es la comida tradicional. En Sinaloa y en México en general, ciertos platillos cargan mucho más que sabor: cargan historia familiar, técnica heredada de generación en generación, y hasta identidad regional (piensa en la diferencia entre un platillo “típico” de tu región y uno de otra parte del país, y cómo eso se convierte en motivo de orgullo o de identidad compartida). La comida tradicional, junto con las lenguas originarias, las danzas, los oficios artesanales y las fiestas patronales, forma parte de lo que UNESCO reconoce como “patrimonio cultural inmaterial”: algo que no se puede tocar ni encerrar en un museo, pero que desaparece si las comunidades dejan de practicarlo. Por eso cuidar el patrimonio inmaterial no depende de una ley o una institución: depende, sobre todo, de que las personas sigan cocinando, bailando, hablando y celebrando lo que heredaron. (UNESCO, 2003)

Pero el patrimonio también se convierte en negocio, y ahí aparecen dilemas: turismo sin respeto, apropiación cultural, “folklor” vacío, tradiciones convertidas en espectáculo. Aquí entra Foucault con su frase: “El poder produce; produce realidad; produce dominios de objetos y rituales de verdad.” (Foucault, 2002) Cuando una institución decide qué es “patrimonio”, está produciendo una realidad: pone una etiqueta, crea valor oficial, dirige recursos, crea prestigio. Y eso puede ser bueno (protección) o injusto (exclusión). Por eso esta progresión te pide observar: ¿qué se protege en tu comunidad?, ¿qué se ignora?, ¿qué se vende?, ¿qué se ridiculiza? El objetivo es que tú aprendas a defender patrimonio con sentido: respetando a las personas que lo viven, no solo “usándolo” como imagen.

15.3 Narrativas: quién cuenta la historia y por qué.

La historia no se cuenta sola: siempre la cuenta alguien. Por eso hablamos de narrativas: la forma en que se ordenan hechos para darles sentido. Una narrativa decide qué es importante y qué no, quién es héroe y quién villano, qué se menciona y qué se omite. Y como la narrativa influye en la memoria, influye en identidad. En la escuela, muchas veces se enseña una narrativa “oficial”; en casa se aprende una narrativa familiar; en redes se aprende una narrativa emocional y rápida; en la comunidad se aprende una narrativa local. A veces estas narrativas coinciden, y a veces chocan. Esta parte te enseña a comparar: ¿qué versión escucho en cada espacio?, ¿qué cambia?, ¿por qué cambia? Y te enseña a detectar intereses: una narrativa puede buscar legitimar un poder, justificar una desigualdad o fortalecer unidad. Nada de eso es automáticamente malo o bueno; lo importante es saberlo.

Arendt ayuda a pensar responsabilidad frente a narrativas que se vuelven mandato. (Arendt, 2003) Su frase “Nadie tiene derecho a obedecer.” aplica aquí: no repitas una historia solo porque “así se ha dicho”, sin revisar evidencias, sin escuchar otras voces, sin reconocer complejidad. Y Foucault también se conecta: cuando un discurso se repite, se vuelve “verdad” social, aunque sea parcial. Por eso esta progresión te invita a practicar una habilidad clave: construir tu propia narrativa con respeto y evidencia. No se trata de inventar; se trata de integrar: reconocer dolores y logros, escuchar a quienes no han sido escuchados, y contar historias que sirvan para convivir mejor. La meta final es que tú puedas ser un narrador responsable de tu comunidad: alguien que no alimenta chismes ni odios, sino memoria con sentido. (Halbwachs, 2004; Nora, 2008)

Actividad de aprendizaje — Progresión 15

Línea del tiempo cultural local + relato interpretativo: “Lo que recordamos”

Propósito del ejercicio: Reconocer memoria y patrimonio de tu comunidad, analizar narrativas y construir un relato con sentido.

Parte A. Línea del tiempo cultural (individual o equipo)

Crea una línea del tiempo con mínimo 8 elementos de tu comunidad (barrio, municipio o región). Debe incluir: 3 elementos de patrimonio material (lugar, edificio, monumento, archivo, foto); 3 elementos de patrimonio inmaterial (fiesta, comida, música, oficio, tradición); 2 hechos o momentos que la comunidad recuerde (alegres o difíciles).

En cada elemento escribe: ¿Qué es?; ¿Por qué es importante?; ¿Quién lo recuerda o lo mantiene vivo?

Parte B. Relato interpretativo (texto)

Escribe un relato de 1–2 cuartillas respondiendo: 1. ¿Qué identidad se construye con estos recuerdos? 2. ¿Qué parte se celebra y qué parte se olvida? 3. ¿Quién suele contar estas historias y quién casi no aparece? 4. ¿Qué cambiarías en la narrativa para que sea más justa?

Cierre obligatorio — Citas (sin parafrasear)

Incluye estas citas y explica en 3–4 líneas cómo se conectan con tu trabajo: “Nadie tiene derecho a obedecer.”; “El poder produce; produce realidad; produce dominios de objetos y rituales de verdad.”

Progresión 16. Proyecto integrador: diagnosticar y transformar mi realidad

16. Proyecto integrador: diagnosticar y transformar mi realidad

Un proyecto integrador es el cierre de todo lo aprendido, pero no como examen, sino como acción: mirar tu realidad con ojos más críticos y proponer una intervención posible. En esta materia has trabajado ideas de persona, sociedad y cultura; identidad; roles; desigualdad; derechos; ciudadanía; poder; medios; migración; ambiente; memoria. Ahora el reto es juntar todo eso para responder una pregunta clave: ¿qué problema sociocultural de mi entorno merece atención y puede transformarse? La palabra “transformar” no significa “resolverlo todo”; significa avanzar con pasos reales. Por ejemplo: violencia escolar, discriminación, machismo cotidiano, desinformación, basura y cultura ambiental, exclusión de migrantes, estereotipos, pérdida de patrimonio local, problemas de convivencia, participación juvenil débil, abuso de poder en espacios escolares, consumo irresponsable. Lo importante es que el problema sea cercano, que lo puedas observar y que exista una posibilidad de intervención desde la escuela o la comunidad.

Para que un proyecto sea serio, empieza con diagnóstico. Diagnosticar no es “decir lo que me parece”; es mirar evidencias: observación, entrevistas breves, encuestas simples, registros, fotos, notas de campo, revisión de datos públicos. Un diagnóstico responde “qué pasa” y “por qué pasa” con claridad. Aquí ayuda mucho Max Weber porque pone el foco en comprender el sentido de las acciones humanas. (Weber, 2002) Una frase suya que orienta esta parte es: “La acción social es una acción en la que el sentido

mentado por su sujeto o sujetos está referido a la conducta de otros.” En un problema social, las acciones siempre están conectadas: lo que hace uno afecta a otro. Por eso en el diagnóstico debes identificar actores: quiénes participan, quiénes se benefician, quiénes se afectan, qué roles se repiten, qué normas influyen, qué ideas circulan, qué discursos justifican. Cuando entiendes el “sentido” de lo que la gente hace, puedes proponer soluciones más realistas.

Después viene la propuesta: qué hacer, con quién y cómo. Aquí entra Paulo Freire porque su enfoque es educación para transformar. (Freire, 2005) Una frase suya que conecta con la idea de proyecto es: “Nadie libera a nadie, nadie se libera solo: los hombres se liberan en comunión.” (Freire, 2005) Tu propuesta debe ser colectiva: incluir aliados, acuerdos, responsabilidades y seguimiento. Y finalmente viene la presentación final: argumentar con evidencia y mostrar resultados o avances. La meta no es “hacer bonito”; la meta es defender tu idea con razones, mostrar evidencias de diagnóstico, explicar por qué tu acción es viable y qué cambios busca. Este proyecto te convierte en alguien que no solo opina, sino que investiga, propone y actúa. (Fals Borda, 1985)

16.1 Diagnóstico (qué pasa y por qué).

El diagnóstico es la base de todo. Si diagnosticas mal, propones mal. Por eso aquí necesitas observar tu entorno como si fuera un “texto” social: mirar comportamientos, lenguaje, reglas, espacios, hábitos, conflictos, silencios. Un buen diagnóstico responde con precisión: ¿qué pasa exactamente?, ¿dónde pasa?, ¿con quién pasa?, ¿cuándo pasa?, ¿cómo se nota? Luego responde el “por qué”: ¿qué causas lo sostienen? Puede haber causas culturales (ideas normalizadas), causas institucionales (reglas débiles o injustas), causas económicas (falta de recursos), causas comunicativas (rumores, desinformación), causas emocionales (miedo, presión social). No es suficiente decir “la gente es así”; necesitas evidencias: mini encuestas, entrevistas, observación por días,

conteos simples, ejemplos concretos. Si el problema es discriminación, por ejemplo: ¿qué palabras se usan?, ¿qué conductas se repiten?, ¿qué grupos son más afectados? Si el problema es basura: ¿qué tipo de basura predomina?, ¿en qué horas se genera más?, ¿dónde se acumula?

Weber ayuda a pensar el diagnóstico con una idea central: las acciones humanas tienen sentido y se refieren a otros. (Weber, 2002) Su frase “La acción social es una acción en la que el sentido mentado por su sujeto o sujetos está referido a la conducta de otros.” te recuerda que un problema social no es “un error aislado”, sino un patrón donde personas reaccionan a otras. Por ejemplo: alguien comparte un rumor porque quiere pertenecer; alguien discrimina porque cree que así gana estatus; alguien no participa porque piensa que no sirve; alguien tira basura porque “todos lo hacen” y no hay sanción. Diagnosticar es descubrir esos sentidos: qué creen, qué temen, qué desean, qué les conviene. Cuando entiendes eso, tu propuesta deja de ser regaño y se vuelve estrategia.

16.2 Propuesta (qué hacer, con quién, cómo).

Una propuesta viable tiene tres cosas: objetivo claro, acciones concretas y aliados reales. El objetivo debe ser medible: no “mejorar la convivencia” en general, sino algo como “reducir rumores y desinformación en el grupo” o “mejorar el manejo de residuos en la escuela” o “aumentar la participación juvenil en decisiones escolares”. Luego las acciones deben ser específicas: qué se hará, cuándo, quién lo hará, con qué recursos, cómo se evaluará. Por ejemplo: crear un mural informativo, hacer una campaña de verificación, establecer un acuerdo de aula, organizar un comité de reciclaje, diseñar talleres de inclusión, crear un buzón de denuncias, invitar a una persona experta, hacer un debate

con reglas, crear cápsulas de información, rescatar una tradición local con respeto. Lo importante es que sea realista en tiempo y alcance. Esta parte te enseña a pensar como alguien que planifica, no solo como alguien que se queja.

Pero una propuesta no camina sola: necesita “con quién”. Ahí entra la idea de comunidad. Freire lo explica con su frase “Nadie libera a nadie, nadie se libera solo: los hombres se liberan en comunión.” (Freire, 2005) En un proyecto escolar, esa comunión puede ser: tu equipo, tu grupo, docentes, directivos, familias, prefectura, orientación educativa, comités escolares, autoridades locales o colectivos comunitarios. Si el problema es violencia digital, quizá necesitas aliados para difundir reglas y apoyo; si el problema es basura, necesitas acuerdos con intendencia y directivos; si el problema es discriminación, necesitas diálogo y normas claras. Esta parte también implica negociar: escuchar objeciones, ajustar acciones, buscar permisos, plantear beneficios. Es aprendizaje de ciudadanía real.

Además, una buena propuesta incluye evaluación: ¿cómo sabrás si funcionó? No tiene que ser algo complejo: puede ser una encuesta antes y después, un conteo de basura, registros de incidentes, participación en actividades, testimonios, evidencias fotográficas. La evaluación te permite mejorar, no solo “entregar”. También debes anticipar obstáculos: falta de tiempo, falta de interés, resistencia, burlas. Eso no significa rendirte; significa planear: hacer mensajes claros, dividir tareas, usar recursos simples, mantener constancia. Una propuesta transformadora no es la más grande; es la que logra avanzar y deja una práctica instalada.

16.3 Presentación final (argumentación + evidencia).

La presentación final es tu oportunidad de demostrar que aprendiste a pensar con evidencia. No se trata solo de “hablar bonito”, sino de sostener una postura con datos y razonamiento. Tu presentación debe incluir: el problema elegido, por qué importa, cómo

lo observaste, qué evidencias tienes, qué aprendiste del diagnóstico, cuál es tu propuesta, qué acciones se realizaron (si se alcanzó a implementar), qué resultados se vieron, qué faltó, qué mejorarías. Un buen proyecto no necesita “resultados perfectos”; necesita claridad y honestidad: mostrar avances reales y reconocer límites. Aquí se nota tu crecimiento: pasas de opinión a argumentación.

Weber vuelve a ser útil para la argumentación porque te obliga a explicar acciones sociales (Weber, 2002): qué sentido tiene lo que hacen las personas y cómo cambiaste ese sentido. Y Freire sostiene el cierre: el aprendizaje se vuelve acción comunitaria. En tu presentación, no olvides que estás hablando de personas: respeta testimonios, cuida datos, no expongas a nadie sin permiso, evita burlas o etiquetas. La meta es presentar con ética y con responsabilidad. Al final, tu proyecto debe dejar algo: una propuesta concreta, un producto (cartel, cápsula, guía, reglamento breve, campaña, mapa de problema), y un aprendizaje personal: qué cambió en tu manera de ver tu realidad. Ese es el cierre de Hombre, Sociedad y Cultura: entender para transformar.

Actividad de aprendizaje — Progresión 16

Proyecto final, presentación y portafolio de evidencias: “Transformar mi realidad”

Propósito del ejercicio: Integrar aprendizajes de toda la UAC para diagnosticar un problema sociocultural cercano y proponer una intervención viable.

Parte A. Elección del problema (individual o equipo)

Elige un problema cercano (escuela o comunidad). Escribe: ¿Cuál es el problema?; ¿Dónde ocurre?; ¿A quién afecta?; ¿Por qué te importa?

Parte B. Diagnóstico con evidencias

Reúne al menos 3 evidencias, por ejemplo: 10 respuestas de encuesta breve; 3 entrevistas cortas; 3 días de observación con registro; fotos (sin exponer rostros sin permiso); datos públicos simples (INEGI/local). Explica “qué pasa” y “por qué pasa”. Cita obligatoria (sin parafrasear): “La acción social es una acción en la que el sentido mentado por su sujeto o sujetos está referido a la conducta de otros.”

Parte C. Propuesta de intervención

Diseña una propuesta con: objetivo; 3 acciones concretas; aliados (con quién); recursos (qué necesitas); evaluación (cómo medirás). Cita obligatoria (sin parafrasear): “Nadie libera a nadie, nadie se libera solo: los hombres se liberan en comunión.”

Parte D. Presentación final y portafolio

Entrega: 1. Presentación oral o escrita con argumentos y evidencias. 2. Producto final (campaña, guía, cartel, cápsula, acuerdo, etc.). 3. Portafolio con diagnósticos, evidencias y reflexión final.

Apéndice: Fundamentos de la ciencia antropológica

Este apéndice es material de consulta y profundización. A diferencia de las progresiones, no tiene actividad de aprendizaje obligatoria: está pensado para quien quiera entender con más rigor de dónde viene el pensamiento antropológico que sostiene esta materia, o para quien esté considerando estudiar ciencias sociales.

A.1 ¿Cómo se volvió la antropología una ciencia?

La antropología, como disciplina formal, se desarrolló sobre todo entre finales del siglo XIX y el siglo XX, cuando distintos pensadores comenzaron a preguntarse cómo estudiar la diversidad humana con método, y no solo con opinión o prejuicio. A lo largo de ese tiempo surgieron distintas “escuelas”: formas de responder a la pregunta “¿cómo entendemos la cultura?” que compitieron, se corrigieron entre sí y fueron construyendo lo que hoy sabemos.

Evolucionismo cultural. Las primeras teorías antropológicas del siglo XIX proponían que todas las culturas pasaban por las mismas etapas, de “salvajismo” a “civilización”, y colocaban a la cultura europea en la cima de esa escalera. Hoy sabemos que esta idea era profundamente etnocéntrica (recuerda ese concepto de la progresión 2): no existe una sola línea de “progreso” cultural (Tylor, 1977), y menos una donde una cultura decida cuál es la meta de todas las demás.

Difusionismo. Como reacción parcial al evolucionismo, esta corriente propuso que las similitudes entre culturas no se debían a que todas pasaran por las mismas etapas, sino a que las ideas y prácticas “se difunden”: viajan de una cultura a otra por contacto, comercio o migración. Es una idea que conecta directamente con lo que estudiaste en globalización cultural (progresión 13): las culturas se influyen entre sí constantemente.

Particularismo histórico. Impulsado por Franz Boas (a quien ya conoces de la progresión 2), esta corriente insistió en que cada cultura debe entenderse en su propio

contexto histórico específico, sin forzarla dentro de esquemas universales. Esta idea es la base directa del relativismo cultural que ya estudiaste.

Funcionalismo y estructural-funcionalismo. Estas corrientes, asociadas a Malinowski y a Radcliffe-Brown, propusieron que cada práctica cultural (por extraña que parezca a ojos externos) cumple una función social (Malinowski, 1973; Radcliffe-Brown, 1972): mantiene el orden, resuelve una necesidad o sostiene la cohesión del grupo. Antes de juzgar una costumbre como “sin sentido”, el funcionalismo pregunta: ¿qué función cumple para quienes la practican?

Estructuralismo. Asociado sobre todo a Claude Lévi-Strauss, propuso que, debajo de la enorme diversidad cultural visible, existen estructuras profundas del pensamiento humano que se repiten (por ejemplo, en mitos, sistemas de parentesco o clasificaciones del mundo) en culturas muy distintas entre sí, sin que hayan tenido contacto directo. (Lévi-Strauss, 1987)

Antropología simbólica y posmoderna. Ya conoces a Clifford Geertz (progresión 1), quien propuso ver la cultura como una red de significados que hay que interpretar, no solo describir. Las corrientes posmodernas que siguieron pusieron atención en algo clave: quién cuenta la historia de una cultura, y qué poder tiene esa persona (piensa en la progresión 15, sobre memoria y narrativas: esa idea nace precisamente de este debate antropológico). (Benedict, 1971; Kroeber y Kluckhohn, 1952)

A.2 Dos formas de mirar: etic y emic

Un aporte metodológico importante de la antropología es la distinción entre mirada “etic” y mirada “emic”. La mirada etic es la del observador externo, que describe una cultura usando categorías y comparaciones desde fuera. La mirada emic es la de quien vive dentro de esa cultura, y describe su mundo con sus propias categorías y significados. Ninguna de las dos es “la correcta” por sí sola: un buen análisis social combina ambas, porque la mirada externa puede ver patrones que quien está dentro no nota, y la mirada interna puede entender significados que quien está fuera nunca captaría solo con datos. (Evans-Pritchard, 1977)

A.3 El ser humano como especie: una nota sobre evolución biológica

La antropología física estudia al ser humano como resultado de un largo proceso evolutivo, compartido con otras especies de primates, que se extiende por millones de años. La teoría de la evolución biológica, desarrollada originalmente por Charles Darwin (Darwin, 2009) y desarrollada después con la genética moderna, explica cómo las poblaciones humanas cambian a lo largo del tiempo por selección natural y otros mecanismos genéticos. Esta base biológica es importante por una razón que ya viste en la progresión 4: la ciencia muestra que la diversidad humana es real a nivel individual y poblacional, pero no respalda la idea de razas biológicas separadas y jerárquicas. Todos los seres humanos actuales pertenecemos a la misma especie, con un origen evolutivo común, y las diferencias visibles entre poblaciones son adaptaciones superficiales, no fronteras biológicas profundas. (Montagu, 1942; Mead, 1985)

Bibliografía

Allport, G. W. (1962). *La naturaleza del prejuicio* (R. Malfé, trad.). Eudeba. (1954, *The Nature of Prejudice*)

Appadurai, A. (2001). *La modernidad desbordada: Dimensiones culturales de la globalización* (M. Suárez Herrera, trad.). Fondo de Cultura Económica. (1996, *Modernity at Large*)

Arendt, H. (1998). *Los orígenes del totalitarismo* (G. Solana, trad.). Taurus. (1951, *The Origins of Totalitarianism*)

Arendt, H. (2003). *Responsabilidad y juicio* (M. Cruz, ed.; M. Vidal, trad.). Paidós.

Arendt, H. (2005). *Sobre la violencia* (G. Solana, trad.). Alianza. (1970, *On Violence*)

Aristóteles. (1988). *Política* (M. García Valdés, trad.). Gredos. (Obra original escrita c. siglo IV a. C.)

Barth, F. (1976). *Los grupos étnicos y sus fronteras* (J. Arriola, trad.). Fondo de Cultura Económica. (1969, *Ethnic Groups and Boundaries*)

Baudrillard, J. (2009). *La sociedad de consumo: Sus mitos, sus estructuras* (A. Bixio, trad.). Siglo XXI. (1970, *La société de consommation*)

Bauman, Z. (2016). *Extraños llamando a la puerta* (A. Santos Mosquera, trad.). Paidós. (2016, *Strangers at Our Door*)

Beauvoir, S. de (2005). *El segundo sexo* (A. Martorell, trad.). Cátedra. (1949, *Le deuxième sexe*)

Beck, U. (1998). *La sociedad del riesgo: Hacia una nueva modernidad* (J. Navarro, D. Jiménez y M. R. Borrás, trads.). Paidós. (1986, *Risikogesellschaft*)

Benedict, R. (1971). *El hombre y la cultura* (J. Ainaud, trad.). Sudamericana. (1934, *Patterns of Culture*)

Berger, P. L., y Luckmann, T. (1968). *La construcción social de la realidad* (S. Zuleta, trad.). Amorrortu. (1966, *The Social Construction of Reality*)

Boas, F. (1964). *Cuestiones fundamentales de antropología cultural* (J. Prat Ferrer, trad.). Solar/Hachette. (Recopilación de ensayos originalmente publicados entre 1887 y 1930)

Bobbio, N. (1996). *El futuro de la democracia* (J. F. Fernández Santillán, trad.). Fondo de Cultura Económica. (1984, *Il futuro della democrazia*)

Bonfil Batalla, G. (1990). *México profundo: Una civilización negada*. Grijalbo.

Bourdieu, P. (2002). *La distinción: Criterios y bases sociales del gusto* (M. C. Ruiz de Elvira, trad.). Taurus. (1979, *La distinction*)

Bourdieu, P. (2007). *El sentido práctico* (A. Dilon, trad.). Siglo XXI. (1980, *Le sens pratique*)

Comisión Nacional de los Derechos Humanos [CNDH]. (2021). *¿Qué son los derechos humanos?* CNDH.

- Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación [CONAPRED]. (2017). *Encuesta Nacional sobre Discriminación (ENADIS)*. CONAPRED.
- Darwin, C. (2009). *El origen de las especies* (A. de Zulueta, trad.). Espasa Calpe. (1859, *On the Origin of Species*)
- Durkheim, É. (2001). *Las reglas del método sociológico* (S. González Noriega, trad.). Fondo de Cultura Económica. (1895)
- Durkheim, É. (2007). *La división del trabajo social* (C. G. Posada, trad.). Akal. (1893, *De la division du travail social*)
- Elias, N. (1990). *La sociedad de los individuos* (J. A. Alemany, trad.). Península. (1939, *Über den Prozess der Zivilisation* / ensayos reunidos posteriormente)
- Escobar, A. (1999). *El final del salvaje: Naturaleza, cultura y política en la antropología contemporánea*. ICAN/CEREC.
- Evans-Pritchard, E. E. (1977). *Los Nuer* (C. Manzano, trad.). Anagrama. (1940, *The Nuer*)
- Fals Borda, O. (1985). *Conocimiento y poder popular*. Siglo XXI.
- Fanon, F. (2009). *Piel negra, máscaras blancas* (I. Agoff, trad.). Akal. (1952, *Peau noire, masques blancs*)
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF]. (2019). *Una situación habitual: Violencia en las vidas de los niños y los adolescentes*. UNICEF.
- Foucault, M. (2002). *Vigilar y castigar: Nacimiento de la prisión* (A. Garzón del Camino, trad.). Siglo XXI. (1975, *Surveiller et punir*)
- Freire, P. (2005). *Pedagogía del oprimido* (J. Mellado, trad.). Siglo XXI. (1970, *Pedagogia do Oprimido*)
- García Canclini, N. (1990). *Culturas híbridas: Estrategias para entrar y salir de la modernidad*. Grijalbo.
- Geertz, C. (2003). *La interpretación de las culturas* (A. L. Bixio, trad.). Gedisa. (1973, *The Interpretation of Cultures*, Basic Books)
- Giddens, A. (1995). *La constitución de la sociedad: Bases para la teoría de la estructuración* (J. L. Etcheverry, trad.). Amorrortu. (1984, *The Constitution of Society*)
- Goffman, E. (1997). *La presentación de la persona en la vida cotidiana* (H. Torres, trad.). Amorrortu. (1959, *The Presentation of Self in Everyday Life*)
- Gramsci, A. (1999). *Cuadernos de la cárcel* (A. M. Palos, trad.). Ediciones Era. (Escritos originales entre 1929 y 1935)
- Habermas, J. (1994). *Historia y crítica de la opinión pública* (A. Domènech, trad.). Gustavo Gili. (1962, *Strukturwandel der Öffentlichkeit*)
- Halbwachs, M. (2004). *La memoria colectiva* (I. Sancho-Arroyo, trad.). Prensas Universitarias de Zaragoza. (Obra original publicada póstumamente en 1950, *La mémoire collective*)

- Harris, M. (2011). *Antropología cultural* (V. Bordoy y F. Revuelta, trads.). Alianza. (1975, actualizada en ediciones posteriores)
- Hobbes, T. (1980). *Leviatán* (M. Sánchez Sarto, trad.). Fondo de Cultura Económica. (1651)
- Instituto Nacional de Lenguas Indígenas [INALI]. (2008). *Catálogo de las lenguas indígenas nacionales*. INALI.
- Kant, I. (2005). *Fundamentación de la metafísica de las costumbres* (M. García Morente, trad.). Tecnos. (1785)
- Kelsen, H. (1982). *Teoría pura del derecho* (R. J. Vernengo, trad.). Universidad Nacional Autónoma de México. (1934, *Reine Rechtslehre*)
- Klein, N. (2001). *No Logo: El poder de las marcas* (A. Bixio, trad.). Paidós. (1999)
- Kroeber, A. L., y Kluckhohn, C. (1952). *Culture: A Critical Review of Concepts and Definitions*. Peabody Museum.
- Leff, E. (1998). *Saber ambiental: Sustentabilidad, racionalidad, complejidad, poder*. Siglo XXI.
- Locke, J. (2005). *Ensayo sobre el entendimiento humano* (E. O'Gorman, trad.). Fondo de Cultura Económica. (1689)
- Lukes, S. (1985). *El poder: Un enfoque radical* (E. L. Suárez, trad.). Siglo XXI. (1974, *Power: A Radical View*)
- Lévi-Strauss, C. (1979). "Raza e historia". En *Antropología estructural dos: Mito, sociedad, humanidades* (B. Dutrenit, trad.). Siglo XXI. (Ensayo original publicado en 1952 por la UNESCO, *Race et histoire*)
- Lévi-Strauss, C. (1987). *Antropología estructural* (E. Verón, trad.). Paidós. (1958, *Anthropologie structurale*)
- Lévi-Strauss, C. (1988). *Las estructuras elementales del parentesco* (M. T. Cevalco, trad.). Paidós. (1949, *Les structures élémentaires de la parenté*)
- Malinowski, B. (1973). *Los argonautas del Pacífico Occidental* (A. J. Desmots, trad.). Península. (1922, *Argonauts of the Western Pacific*, Routledge)
- Marshall, T. H. (1998). *Ciudadanía y clase social* (P. Linares, trad.). Alianza. (1950, *Citizenship and Social Class*)
- Martínez Alier, J. (2004). *El ecologismo de los pobres: Conflictos ambientales y lenguajes de valoración*. Icaria.
- Marx, K. (2008). *Contribución a la crítica de la economía política* (prólogo) (J. Merino, trad.). Siglo XXI. (1859)
- Marx, K. (2008). *El Capital: Crítica de la economía política* (W. Rocas, trad.). Fondo de Cultura Económica. (Tomo I publicado originalmente en 1867)

- Max-Neef, M., Elizalde, A., y Hopenhayn, M. (1993). *Desarrollo a escala humana: Conceptos, aplicaciones y algunas reflexiones*. Icaria.
- McLuhan, M. (1996). *Comprender los medios de comunicación: Las extensiones del ser humano* (P. Gianera, trad.). Paidós. (1964, *Understanding Media*)
- Mead, G. H. (1982). *Espíritu, persona y sociedad* (F. M. Torner y R. J. Guerra, trads.). Paidós. (1934, *Mind, Self and Society*)
- Mead, M. (1985). *Adolescencia, sexo y cultura en Samoa* (I. Menéndez, trad.). Planeta-De Agostini. (1928, *Coming of Age in Samoa*)
- Mills, C. W. (1957). *La élite del poder* (F. M. Torner, trad.). Fondo de Cultura Económica. (1956, *The Power Elite*)
- Montagu, A. (1942). *Man's Most Dangerous Myth: The Fallacy of Race*. Columbia University Press.
- Naciones Unidas. (1987). *Informe Brundtland: Nuestro futuro común*. Comisión Mundial sobre el Medio Ambiente y el Desarrollo.
- Nora, P. (2008). *Los lugares de memoria* (L. Masello, trad.). LOM Ediciones. (Obra original publicada entre 1984 y 1992, *Les lieux de mémoire*)
- North, D. C. (1993). *Instituciones, cambio institucional y desempeño económico* (A. Bárcena, trad.). Fondo de Cultura Económica. (1990, *Institutions, Institutional Change and Economic Performance*)
- Olweus, D. (1998). *Conductas de acoso y amenaza entre escolares* (M. Ruiz de Elvira, trad.). Morata. (1993, *Bullying at School*)
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO]. (2003). *Convención para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial*. UNESCO.
- Organización de las Naciones Unidas. (1948). *Declaración Universal de los Derechos Humanos*. ONU.
- Ortega y Gasset, J. (2004). *Meditaciones del Quijote*. Cátedra. (1914)
- Pariser, E. (2017). *El filtro burbuja: Cómo la red decide lo que leemos y lo que pensamos* (M. Vaquero, trad.). Taurus. (2011, *The Filter Bubble*)
- Parsons, T. (1999). *El sistema social* (J. Jiménez Blanco y J. Cazorla Pérez, trads.). Alianza. (1951, *The Social System*)
- Pike, K. L. (1967). *Language in Relation to a Unified Theory of the Structure of Human Behavior*. Mouton.
- Piketty, T. (2014). *El capital en el siglo XXI* (E. Cazenave-Tapie Isoard, trad.). Fondo de Cultura Económica. (2013, *Le capital au XXIe siècle*)
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo [PNUD]. (2023). *Informe sobre Desarrollo Humano*. PNUD.

- Putnam, R. D. (2002). *Solo en la bolera: Colapso y resurgimiento de la comunidad norteamericana* (V. Alonso, trad.). Galaxia Gutenberg. (2000, *Bowling Alone*)
- Radcliffe-Brown, A. R. (1972). *Estructura y función en la sociedad primitiva* (N. Miguez, trad.). Península. (Recopilación de ensayos publicados entre 1935 y 1949)
- Ricoeur, P. (2004). *La memoria, la historia, el olvido* (A. Neyra, trad.). Fondo de Cultura Económica. (2000, *La mémoire, l'histoire, l'oubli*)
- Rousseau, J.-J. (1998). *El contrato social* (M. Armiño, trad.). Alianza. (1762)
- Russell, B. (2004). *El poder: Un nuevo análisis social* (L. A. Bixio, trad.). RBA. (1938, *Power: A New Social Analysis*)
- Sartre, J.-P. (2009). *El existencialismo es un humanismo* (V. Prati de Fernández, trad.). Edhasa. (Conferencia original de 1946)
- Sayad, A. (2010). *La doble ausencia: De las ilusiones del emigrado a los padecimientos del inmigrado* (H. Pons, trad.). Anthropos. (1999, *La double absence*)
- Sen, A. (2000). *Desarrollo y libertad* (E. Rabasco y L. Toharia, trads.). Planeta. (1999, *Development as Freedom*)
- Simmel, G. (2002). *Sobre la individualidad y las formas sociales* (C. B. Gutiérrez, ed.). Universidad Nacional de Quilmes. (Recopilación de ensayos originales de finales del siglo XIX e inicios del XX)
- Sunstein, C. R. (2017). *#Republic: Divided Democracy in the Age of Social Media*. Princeton University Press.
- Tylor, E. B. (1977). *Cultura primitiva* (M. Marín y J. C. García Borrón, trads.). Ayuso. (1871, *Primitive Culture*)
- Van Dijck, J. (2016). *La cultura de la conectividad: Una historia crítica de las redes sociales* (M. V. Rodil, trad.). Siglo XXI. (2013, *The Culture of Connectivity*)
- Veblen, T. (2004). *Teoría de la clase ociosa* (V. de la Iglesia, trad.). Fondo de Cultura Económica. (1899, *The Theory of the Leisure Class*)
- Wardle, C., y Derakhshan, H. (2017). *Information Disorder: Toward an Interdisciplinary Framework for Research and Policy Making*. Council of Europe.
- Weber, M. (2002). *Economía y sociedad* (J. Medina Echavarría et al., trads.). Fondo de Cultura Económica. (Obra original publicada póstumamente en 1922)
- Young, I. M. (2000). *La justicia y la política de la diferencia* (S. Álvarez, trad.). Cátedra. (1990, *Justice and the Politics of Difference*)