

Reseña: crítica del artículo Kulick, K. S. (2025). *Lead with the Body: Somatic Embodied Practices for Teacher Leadership and Well-being*.

Teresa Castro Mata¹

, México

tcastro@uach.mx

 <https://orcid.org/0000-0003-1110-9565>

Recepción: 19 Agosto 2025

Aprobación: 29 Agosto 2025

Publicación: 02 Septiembre 2025



Acceso abierto diamante

Reseña: crítica del artículo

En el artículo *Lead with the Body: Somatic Embodied Practices for Teacher Leadership and Well-being* (Kulick, 2025), la autora desarrolla una propuesta centrada en el papel primordial que juegan las prácticas somáticas encarnadas para fortalecer el bienestar y la resiliencia entre docentes y líderes escolares, fundamentado en la premisa de que el liderazgo debe abordarse también como una experiencia corporal y emocional. Publicado en el *International Journal of Teacher Leadership*, este trabajo articula una intersección entre educación crítica, pedagogía somática y teorías del liderazgo orientadas a la justicia social.

Kulick sostiene que el modelo tradicional del liderazgo docente ha privilegiado predominantemente las dimensiones cognitivas, las relaciones interpersonales y las estructuras organizacionales, mientras que ha relegado a un segundo plano las experiencias corporales y emocionales de los educadores. Frente a esto, plantea la necesidad de desarrollar flexibilidad de respuesta mediante ejercicios y prácticas somáticas que permitan a los docentes sintonizar con sus sensaciones corporales, identificar y autorregular sus respuestas emocionales y fisiológicas frente al estrés, y así mejorar su resistencia psicológica y sostenibilidad profesional.

El texto se organiza en una revisión teórica que aborda diversos marcos conceptuales. Entre ellos destacan la pedagogía crítica propuesta por McLaren (1994), la fenomenología de la percepción desarrollada por Merleau-Ponty (2013) y la terapia somática planteada por Menakem (2017). Asimismo, se incluyen estudios recientes sobre liderazgo y bienestar, como los de Fosco (2023). Además, se presenta un conjunto de técnicas somáticas aplicadas, entre las que se encuentra el ejercicio de escaneo corporal. Asimismo, el texto presenta un listado práctico de técnicas somáticas incorporadas como el escaneo corporal, el mapa corporal, el golpeteo emocional,

Notas de autor

- ¹ Es Doctora en Educación por la Universidad Pedagógica Nacional del Estado de Chihuahua. Actualmente es Profesora de Tiempo Completo en la Universidad Autónoma de Chihuahua. Sus principales líneas de investigación son: comunicación académica, educación y género, abordando microviolencias, dinámicas de poder y desigualdades en entornos educativos. Así como medios digitales y alfabetización mediática, explorando su impacto en la formación estudiantil y profesional.

tcastro@uach.mx

la respiración consciente y el enraizamiento, explicadas de forma clara para facilitar su aplicación en el contexto educativo.

Esta propuesta busca que los líderes docentes no solo desarrollen capacidades para manejar las cargas emocionales del trabajo educativo, sino que también promuevan una cultura escolar basada en la justicia, la seguridad y el bienestar integral, que pueda sostener los desafíos contemporáneos en el ámbito pedagógico, tales como el agotamiento, la inequidad y la resistencia al cambio.

ANÁLISIS CRÍTICO

El artículo destaca por su enfoque innovador y su pertinencia en el contexto actual. La introducción de prácticas somáticas en el liderazgo docente es un aporte valioso, ya que ofrece una mirada holística poco explorada en la literatura educativa donde prevalecen los enfoques técnicos, administrativos o exclusivamente relacionales. Fosco (2023) ofrece un análisis exhaustivo sobre liderazgo y bienestar y subraya la necesidad urgente de priorizar la salud emocional de los líderes escolares, pero omite un enfoque somático, una brecha que el artículo de Kulick viene a llenar. Kulick subraya acertadamente que la autorregulación emocional y corporal es una pieza clave para sostener a los docentes en pistas de actuación largas, evitando el agotamiento y la deserción, problema ampliamente documentado en la investigación educativa contemporánea (Cherkowski, 2021).

Otra fortaleza importante es la claridad y accesibilidad con que se presentan las prácticas somáticas. La tabla expuesta funciona como una guía práctica, que puede ser integrada tanto en procesos de desarrollo profesional docente como en intervenciones formativas para líderes escolares. Esta inserción concreta entre teoría y praxis representa una estrategia eficaz para que el conocimiento teórico no quede en abstracto, sino que se traduzca en acciones transformadoras en el aula y la escuela.

Sin embargo, el texto presenta algunas debilidades y limitaciones que conviene señalar. En primer lugar, la carencia de una metodología empírica restrictiva es un obstáculo para robustecer el rigor académico. Aunque el estilo y enfoque del artículo sugieren un aporte teórico-reflexivo, la ausencia de datos primarios (como estudios de caso, entrevistas o mediciones cuantitativas sobre el efecto de las prácticas somáticas en docentes reales), limita la validación científica y dificulta la incorporación del texto en investigaciones de base empírica. Esto puede reducir su impacto en la comunidad educativa orientada a la evidencia (Cherkowski, 2021).

En segundo lugar, aunque Kulick aborda de forma clara el papel del cuerpo en el liderazgo y bienestar, la discusión sobre las variables contextuales y la diversidad cultural es limitada. En entornos escolares con marcada heterogeneidad sociocultural, la experiencia corporal está profundamente mediatizada por factores históricos, políticos y raciales, como bien lo documenta Menakem (2017) en su trabajo sobre trauma racial encarnado. “La inclusión de este marco podría fortalecer la propuesta, para que las técnicas somáticas no se apliquen de manera universalista, sino que sean culturalmente sensibles.”

Un aspecto vinculado es la insuficiente reflexión sobre las tensiones entre la dimensión somática y las estructuras de poder que atraviesan el sistema educativo. La pedagogía crítica, tan citada en el texto, destaca la importancia de entender el cuerpo no solo como sitio de experiencia sino también de opresión (Berila, 2023). Explorar profundamente esta dialéctica enriquecería la comprensión del liderazgo somático no solo como bienestar, sino también como resistencia política y movilización ética en contextos escolares desafiantes.

En términos de coherencia interna, el texto mantiene un hilo conductor claro y aprovecha bien la interdisciplinariedad. Sin embargo, algunos conceptos como la “disrupción” que implican estas prácticas somáticas, podrían definirse con mayor precisión, conectando explícitamente cómo la desaceleración y el rango perceptivo contribuyen a la transformación educativa. Un desarrollo conceptual más robusto facilitaría que sus lectores comprendan no solo la función individual de las prácticas somáticas, sino también su potencial transformador para las dinámicas institucionales.

Contraste con otras fuentes relevantes

El trabajo de Kulick dialoga y amplía discusiones existentes en la literatura sobre bienestar y liderazgo docente. Fosco (2023) ofrece una revisión exhaustiva sobre liderazgo y bienestar que subraya la necesidad urgente de priorizar la salud emocional de los líderes escolares, pero omite un enfoque somático, una brecha que el artículo de Kulick viene a llenar. Esta complementariedad indica que la incorporación del cuerpo representa una dimensión emergente y necesaria en el campo.

Por otro lado, Menakem (2017) nos recuerda que el cuerpo guarda huellas insoslayables de racismo y trauma histórico. Su perspectiva podría profundizar la propuesta al exigir que las técnicas somáticas incorporen una mirada crítica sobre cómo las experiencias corporales son atravesadas por la desigualdad y la violencia simbólica, aportando así a una pedagogía somática más contextualizada y reparadora.

La pedagogía crítica de Hooks (1994) enfatiza la educación como un acto de liberación, en el que el cuerpo, las emociones y la conciencia crítica se entrelazan para transformar prácticas y relaciones de poder. Kulick se apoya en esta visión para plantear que el liderazgo también debe ser encarnado, abriendo vías para detectar el malestar y responder con compasión e intención justa. Sin embargo, este cuerpo-político de Hooks podría explorarse más ampliamente para reconfigurar el liderazgo somático no solo como bienestar, sino como resistencia y justicia.

En sintonía con los planteamientos de Maté (2022), el artículo insiste en la importancia de la autorregulación en contextos de toxicidad y estrés social, apuntalando una visión humanista centrada en la sanación y el crecimiento integral. Este enfoque es particularmente relevante cuando se observan los crecientes niveles de agotamiento docente y estrés laboral en múltiples contextos educativos.

Finalmente, Cherkowski (2021) aporta un marco sobre liderazgo ético centrado en la justicia que apoya la tesis central de Kulick respecto a la transformación profunda que debe darse en las culturas escolares para sustentar el bienestar. No obstante, Cherkowski se enfoca más en aspectos estructurales y relacionales, por lo que la propuesta somática de Kulick complementa positivamente desde la dimensión del cuerpo como campo de experiencia y transformación.

Valoración general

La reseña crítica aporta una contribución valiosa e innovadora para el campo del liderazgo docente, al introducir al cuerpo como un actor central para el bienestar y la sostenibilidad profesional. Esta incorporación abre espacios para prácticas educativas más integrales que respondan a las necesidades contemporáneas de docentes sometidos a altas demandas emocionales y organizativas, que a menudo conducen al desgaste o abandono profesional.

Su público principal son docentes, líderes escolares, formadores y académicos interesados en enfoques educativos críticos, holísticos y orientados a la justicia social. La propuesta es especialmente pertinente para contextos donde el agotamiento y la necesidad de resiliencia son problemas apremiantes, y donde la transformación de las culturas escolares requiere no solo cambios estructurales, sino también una atención profunda a las experiencias corporales y emocionales de los agentes educativos.

No obstante, para potenciar su influencia, el texto beneficiaría investigaciones empíricas subsiguientes que permitan evaluar la efectividad de las prácticas somáticas en distintas realidades, así como una mayor profundización crítica sobre las implicaciones culturales, políticas y discursivas del cuerpo en la educación. Esto ayudaría a evitar una visión excesivamente individualista o descontextualizada del bienestar y ampliaría su impacto social y pedagógico.

Este trabajo se presenta, en definitiva, como un llamado urgente y necesario a integrar cuerpo, emoción y justicia en el cuidado y la formación de líderes educativos, fortaleciendo así la posibilidad de un liderazgo docente sostenible y transformador. Constituye un puente teórico-práctico que inspira a replantear el

liderazgo no solo como acción racional sino como experiencia vivida, situada y sensible. En tiempos de crecientes demandas para la educación ética y crítica, esta mirada encarnada resulta indispensable para sostener el tapiz emocional y corporal que implica enseñar y liderar hoy.

Referencias

- Berila, B. (2023). *Integrating mindfulness into anti-oppression pedagogy: Social justice in higher education*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003193272>
- Cherkowski, S. K. (2021). Conceptualizing leadership and emotions in higher education: Wellbeing as wholeness. *Journal of Educational Administration and History*, 53 (2), 158-171. <https://doi.org/10.1080/00220620.2020.1828315>
- Fosco, S. L. (2023). Understanding the relationships between teacher leadership and teacher wellbeing: A narrative review of theoretical and empirical literature. *International Journal of Teacher Leadership*, 12 (1), 8-30. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1420334>
- Hooks, B. (1994). *Teaching to transgress: Education as the practice of freedom*. Routledge.
- Kulick, K. S. (2025). Lead with the body: Somatic embodied practices for teacher leadership and well-being. *International Journal of Teacher Leadership*, 14 (1), 125-139. <https://www.cpp.edu/ccis/education/international-journal-teacher-leadership/documents/spring2025/kulick.pdf>
- Maté, G. (2022). *The myth of normal: Trauma, illness, and healing in a toxic culture*. Knopf/Penguin Random House.
- McLaren, P. (1994). *Pedagogía crítica, resistencia cultural y la producción del deseo*. Aique Grupo Editor.
- Menakem, R. (2017). *My grandmother's hands: Racialized trauma and the pathway to mending our hearts and bodies*. Penguin Random House.
- Merleau-Ponty, M. (2013). *Fenomenología de la percepción* (2.ª ed., J. Cabanes, Trad.). Ediciones Península. (Obra original publicada en 1945).

Información adicional

redalyc-journal-id: 4576



Disponible en:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=457680245016>

Cómo citar el artículo

Número completo

Más información del artículo

Página de la revista en redalyc.org

Sistema de Información Científica Redalyc
Red de revistas científicas de Acceso Abierto diamante
Infraestructura abierta no comercial propiedad de la
academia

Teresa Castro Mata

Reseña: crítica del artículo Kulick, K. S. (2025). Lead with the Body: Somatic Embodied Practices for Teacher Leadership and Well-being.

Entreciencias: Diálogos en la Sociedad del Conocimiento
vol. 13, núm. 27, p. 1 - 4, 2025
Universidad Nacional Autónoma de México, México
entreciencias@enes.unam.mx

ISSN-E: 2007-8064

DOI: <https://doi.org/10.22201/enesl.20078064e.2025.27.92612>