

# YURENA RODRÍGUEZ

YROHE: PSICOLOGÍA PARA LA VIDA

Habitar la Vida.  
Pequeño fanzine de Psicología Costumbrista



Esto no es un manual.

La psicología ocurre en lo cotidiano: la guagua, las plantas, el silencio





¿Desde dónde miras hoy?

Separa la exigencia del sistema de lo que tu cuerpo pide.



# Pequeños anclajes.

Tu botiquín de arraigo: un olor,  
el peso de tu cuerpo, el suelo.

# El derecho a no llegar

Elige una actividad "inútil" solo por placer.





## Mapa de mis refugios.

Escribe aquí tres lugares donde no tengas que explicarte.



YROHE  
PSICOLOGÍA PARA LA VIDA

# Palabras para habitarlos

Definiciones de  
Grieta, Cercanía  
y Vulnerabilidad.



# Hablemos.

Invitación a profundizar en  
YROHE

