

UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DEL ESTERO
República Argentina

NUEVAS PROPUESTAS

ISBN 2683-8044

XXXIX VOL. NRO. 55 - EDICIONES UCSE 2020

Revista incluida en Catálogo Latindex v1.0

Resiliencia, una capacidad de rehacerse en tiempos del COVID-19

Stella Garrido

Coordinación Comisión de Carrera - Licenciatura en Psicología - UCSE-DASS

En primer lugar deseo agradecer a los responsables de la revista institucional "Nuevas Propuestas" por invitarme a participar en el contexto del 60avo aniversario de la creación de la UCSE.

En segundo lugar debo confesar que cuando acepté escribir sobre **resiliencia** en relación a la pandemia que estamos viviendo, lo tomé como un desafío teórico necesario de enfrentar. La magnitud y complejidad del problema no deja de sorprenderme, sobre todo porque ha visibilizado para todo el quiera y pueda ver, la profundidad de la tan mentada crisis del sistema mundial en todos los ámbitos de nuestro funcionamiento como sociedad humana. Creo que este develamiento nos interpela y deberíamos tomarlo como una oportunidad para desarrollar y/o fortalecer un pensamiento reflexivo, crítico en vista a un escenario futuro de vida más segura y sustentable para todos los que habitamos este planeta.

Dejo esto a modo de reflexión y paso a posicionarme en el tema. La resiliencia es un concepto que proviene de la ingeniería y que fuera adoptado por la psicología (Werner 2003), a principios de este siglo para dar cuenta de los *factores psicosociales* que ponen en juego los seres humanos para afrontar situaciones de extrema violencia. La **violencia** ha sido y es un problema socio cultural que atraviesa todos los tiempos, está considerado como un dispositivo importante en el ejercicio del poder, pensado este como forma de dominación; pero no siempre cumple su cometido en forma cabal puesto que las víctimas, en general, tienden a salir de esa posición de vulnerabilidad en las que se ven colocadas tales como: entornos de pobreza extrema, familias multiproblemáticas por distintos comportamientos abusivos, situaciones de precarización laboral, experiencias traumáticas en catástrofes, epidemias, pandemias, guerras civiles, campos de concentración, exilios, corrupción generalizada, entre otros. Condiciones, que sin lugar a dudas, atentan contra un desarrollo humano digno.

Diversos estudios dan cuenta de cómo la mayoría de los individuos así como los grupos familiares y otros colectivos son capaces de sobreponerse a los efectos nocivos de las adversidades. Estas personas desarrollan **habilidades saludables**, a pesar

de haber sido criadas en circunstancias que son una amenaza para su desarrollo. Estas habilidades no son innatas ni permanentes, son dinámicas y tienen que ver con una actitud o estilo de vivir. Habilidad o capacidad que percibimos en personas que, a pesar de nacer y vivir expuestas a condiciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y socialmente exitosos. A estas personas las llamamos resilientes.

Por último, cabe señalar que la violencia y la resiliencia son dos constructos interrelacionados y han conformado mi interés investigativo desde hace muchos años, inicie ese proceso en torno a la violencia familiar, en relación a jóvenes en conflicto con la ley y por último a situaciones de desastres y emergencias resultantes de los cambios climáticos. Como podrán apreciar estoy haciendo referencia a tres ámbitos o espacios de interacción claramente diferenciados pero atravesados por la violencia y por la posibilidad de ser resilientes. A los fines de este artículo me detengo en el acontecimiento de desastres, mal llamados naturales puesto que hace tiempo se sabe que los desastres ambientales, en gran parte, son generados por la actividad humana y suelen causar, además de la destrucción material, un impacto desfavorable en las personas, y en toda la organización social de la vida cotidiana.

Es precisamente, en esta última descripción que encontramos una marcada similitud con el fenómeno epidemiológico del COVID-19. Más allá de que la existencia de este virus provenga de una creación en un laboratorio como parte de un dispositivo de guerra bacteriológica, o como producto de la interacción entre animales y humanos en particulares condiciones de existencia, hay coincidencia en describirlo como un "desastre." catástrofe con un impacto territorial a escala global. La pandemia del COVID-19 revela lo que otros desastres también revelan: la desigualdad, la pobreza y exclusión, también revela la debilidad o la ausencia de mecanismos efectivos para la gobernanza tanto local como global del riesgo, sometiendo a un nivel de inseguridad, incertidumbre y malestar a la población.

Por el momento no tenemos investigaciones difundidas en nuestro país de cómo esta impactando el COVID-19 a nivel psicológico en la población. Se dice, que este acontecimiento de excepción, agrede la estabilidad emocional del individuo y la única evidencia disponible viene de la opinión pública expresada a través de las redes de internet y de las cuales hacen eco los medios de comunicación de masas, expresando que el aislamiento social obligatorio estaría provocando cansancio, estrés, insomnio, angustia, temor. No se puede negar que los trastornos depresivos y ansiosos o niveles altos de estrés ocurran o empeoren. Pero es sintomático que nada se diga de comportamientos resilientes de una gran parte de la población, por el contrario todo tiende a patologizarse contribuyendo a reforzar pensamientos, emociones y comportamientos relacionados con el miedo, la incertidumbre y preocupación por un escenario futuro que se presenta de modo caótico.

Sin embargo, cuando leemos los mensajes que diariamente circulan por plataformas

como WhatsApp, Facebook, Twitter, Instagram, Yuo Tube, entre otros, sus contenidos -más allá de los denominados “desordenes informativos” como falsas noticias, bromas, humor negro, etc-, nos encontramos con otra realidad en la que predominan expresiones de apoyo emocional, sugerencias de autocuidado y de cuidado al otro, sentimientos de solidaridad, empatía y toma de conciencia de que no estamos aislados y por lo tanto todo comportamiento individual responsable va a impactar positivamente en la comunidad. Comienza a visibilizarse la interdependencia social y la necesidad del cuidado del ambiente tanto local como global evidenciando una mirada más amplia sobre el sistema social y político en el que estamos inmersos.

Todo esto es posible porque estamos ante una producción y circulación de *mensajes de redes sociales* que también aportan a la prevención y promoción de cuidados revelando la presencia de una comunidad activa que afronta de modo resiliente las debilidades comunicacionales de los mensajes oficiales y las comunicaciones falseadas o apocalípticas de emisores mal intencionados.

Otro ejemplo de comunidad resiliente, por las señales que hasta el momento emite, son las *universidades*. En el caso particular de nuestro departamento académico DASS, estamos en condiciones de dar testimonio sobre las carreras más numerosas de Psicología, Abogacía y Nutrición; a partir de la observación y de los datos registrados y analizados desde el decanato. Se comparó el primer cuatrimestre de clases virtuales del 2020 con el primer cuatrimestre de clases presenciales del 2019, no encontrándose diferencias significativas en relación a estas dos modalidades de cursado a pesar de que las medidas tomadas se ajustaban a la emergencia y a la urgencia y no a una planificación pensada a priori; afrontar una evaluación online masiva en una universidad de corte presencial integrando decisiones metodológicas y tecnológicas, y garantizando la equidad, la seguridad jurídica y la transparencia para el estudiantado, resulta una clara muestra de resiliencia.

Al respecto, podemos generalizar estos hallazgos, sin temor de equívocos importantes, hacia el resto de las carreras y no solo de nuestro departamento académico, puesto que ante la situación de emergencia el conjunto de los actores involucrados en el quehacer universitario actuaron con responsabilidad social, movilizando estrategias cognitivas, emocionales y procedimentales resilientes para superar situaciones de estrés provocadas por el déficit de competencias digitales y por los escollos de conectividad. Dar continuidad, al compromiso de brindar servicios de educación, bajo una modalidad virtual fue todo un desafío con resultados positivos en tanto los indicadores obtenidos en la virtualidad, como ya dijimos, no difieren sustancialmente de los que se obtenían con la presencialidad, además, este giro o salto disruptivo en la modalidad educativa no representó un alto riesgo para la salud mental de la comunidad académica en su conjunto.

Ahora nos espera otro desafío: dar sustentabilidad a lo logrado hasta aquí teniendo en cuenta un nuevo escenario y que ya muchos lo advierten cuando dicen “la vir-

tualidad vino para quedarse” sea en forma exclusiva o mixta.

Cabe señalar que todas las sociedades, y en diferentes épocas, han producido la información y el conocimiento necesario para responder a los problemas y soluciones decisivas en la vida de los seres humanos. La tan mentada “Sociedad del Conocimiento” anunciada a fines del siglo pasado (M. Castell, 1998), en lo que va de este milenio nos muestra que las condiciones de generación de conocimiento y procesamiento de la información; la circulación y apropiación de lo producido son, a partir de la 4ª Revolución, radialmente diferente a las revoluciones industriales antes experimentadas.

Este paradigma de fines del Siglo XX se identifica por la creación de Internet (red de redes de ordenadores) y por la capacidad de la Ingeniería Genética de recodificar los códigos de la materia viva y, por tanto, ser capaz de procesar y manipular la vida. Esto también se está poniendo en evidencia, a tal punto que se empieza a hablar de la 5ª Revolución o Revolución 5.0 en la que todos los procesos de la información, incluso los códigos de la materia prima, pueden ser programados, desprogramados y reprogramados de otra forma. Y todo esto fue visibilizado por el COVID-19 con distintos niveles de comprensión y toma de conciencia por parte de la población.

Hasta hace poco tiempo, Internet era considerada para una elite de internautas que pertenecían al mundo de la investigación “dura”, de los negocios, de la cultura de grupos sofisticados. En estos momentos esto ha cambiado radicalmente, significa que Internet es, y será aún más, el medio de comunicación y de relación esencial sobre el que se asienta una nueva forma de sociedad que ya comenzamos a experimentarla cotidianamente, *la sociedad red*. Es de esperar que las TIC se utilicen también para crear “una infraestructura social” que ponga en valor a la propia sociedad.

Con el aislamiento social preventivo y obligatorio hoy resulta obvio que la acción de todos se ha visto modificada o alterada por la presencia y el uso de tecnologías y la comunicación constante en red, ya no hay dudas de que Internet es el tejido de nuestras vidas en todo momento; es medio de comunicación, de interacción y de organización social. Sabemos, de hace varias décadas, que vamos transitando hacia un nuevo orden mundial en el que las denominadas Sociedades del Conocimiento iban y van marcando las distancias o brechas acumuladas en los distintos países y en distintas dimensiones del quehacer social, siendo la región de LA y el Caribe la mas desigual. Y no es casual entonces que en esta docencia, ejercida de modo sorpresivo y remoto, surgieran estas desigualdades asociadas a las dotaciones y disponibilidad de computadoras en los hogares, disponibilidad de espacio en la vivienda en momentos que son varios los que deben estudiar y/o trabajar online, calidad de la conexión a internet, entre otras. Tampoco es casual que estemos hoy percibiendo en las universidades, distintas infraestructuras, distintas capacidades de respuestas y ofertas de capacitación virtual continua.

Al respecto, también cabe señalar que el COVID-19 nos llevó a las carreras de

UVAPsi- CRUP a conformar una red colaborativa de intercambio de información, de eventos académicos y de trabajo en vista a la segunda etapa de acreditación. Este accionar oportuno entre las facultades de psicología de gestión privada nos interpeló, a la mayoría de los agentes educativos, a pensar cómo debemos tomar las tecnologías existentes y utilizarlas en el proceso de enseñanza aprendizaje; como pensar su rol de mediadoras entre el docente y los estudiantes. Ahora nos toca reflexionar acerca de cómo funcionalizar pedagógicamente estos medios para desarrollar en los estudiantes lo que se ha denominado alfabetización digital, dando lugar a una lectura inteligente de esos recursos para *aprender* a cómo seleccionarlos, analizarlos y crear una visión crítica acerca de cómo *aprender a aprender* y como *aprender a ser*.

La experiencia hasta aquí desarrollada nos habilita a concluir que nuestra comunidad educativa posee competencias de resiliencia comunitaria para afrontar los desafíos pos pandemia a corto y mediano plazo pero, es necesario que todos estemos informados y comprometidos colaborativamente para elaborar las habilidades, digitales y fundamentalmente las emocionales, que nos permitan innovar y afrontar activamente los próximos desafíos en periodos de ajustes de distintos tipos: económicos, tecnológicos, curriculares, nuevos modos de investigar y de interactuar con el medio, reflexionar sobre el perfil de docentes y perfil de egresados o profesionales deseables, y todo ello teniendo presente un nuevo escenario que, seguramente, demandará rupturas importantes respecto hasta lo hoy conocido.

Probablemente, si el COVID 19 no hubiera hecho su violenta aparición el proceso de cambios, iniciado a fines del siglo pasado en la Educación Superior, hubiera seguido su lento curso, hoy el proceso se aceleró y todo indica que debemos sumarnos a este ritmo si queremos permanecer. Soy optimista y pienso que este nuevo escenario nos da la oportunidad de pensar la reforma universitaria que se avecina incorporando las lecciones que fuimos aprendiendo y también la posibilidad de organizarnos para actuar en la “sociedad red”; repensarnos y resignificarnos como educadores y ciudadanos en un contexto habitado por múltiples turbulencias, para enlazarnos en un aprendizaje continuo, resiliente, hacia la búsqueda de prácticas que transformen el mundo en un espacio saludable para todos.