

ENTREVISTA

Confinamiento, clave para detonar secuelas psicológicas

Dr. Óscar Esparza del Villar, docente-investigador del ICESA

Óscar M. Vázquez Reyes*
Servando Pineda Jaimes**



Cuadernos Fronterizos (CF): Dr. Óscar Esparza, ¿cuáles son los objetivos y el propósito de la investigación que encabezas y en la que participan varios académicos y académicas, fundamentalmente del Departamento de Ciencias Sociales?

Dr. Óscar Esparza (OE): Llevamos a cabo un estudio cualitativo para ver cuál fue el impacto que tuvo el trabajo virtual en docentes, estudiantes y personal administrativo de la UACJ; específicamente nos interesaba analizar los cambios, los retos, las dificultades y si había habido beneficios, cómo se cuidaban... cuestiones generales que evaluamos. Pero básicamente el objetivo era ver cómo se habían adaptado a todo este cambio. El estudio abarcó de mayo a junio del 2021 y terminamos como para agosto-septiem-

bre; casi todo fue en periodo de verano y los primeros meses del semestre de agosto-diciembre del 2021.

CF: Entendemos que hubo 84 entrevistas, y suponemos que están en proceso de análisis.

OE: Sí, son 44 estudiantes, 20 de personal administrativo y 20 docentes (...) lo hicimos más bien como un estudio exploratorio. Hubiéramos buscado a lo mejor un poquito más de muestra, pero también lo queríamos hacer en ese momento, antes de que se pasara más tiempo, y que tuviéramos una idea del impacto que tuvo el COVID en la comunidad universitaria.

Queríamos tener el sentimiento al momento, cómo se estaba viviendo, cómo se estaba sintiendo, porque consideramos que era importante. Casi estoy seguro de que no hay otro estudio

Investigan sobre la adaptación al trabajo virtual en la UACJ ante el COVID-19

ENTREVISTA

* Maestro investigador de tiempo completo de la UACJ.

** Maestro investigador de tiempo completo de la UACJ.

similar que se esté haciendo de este evento tan importante.

CF: Y en ese sentido, ¿nos puedes compartir los principales hallazgos obtenidos de la investigación?

OE: Hay varios hallazgos. Lo primero es que la experiencia fue distinta: para ciertas personas fue una experiencia más positiva y para otras fue una experiencia más negativa, hubo gente que pudo enfrentar de una manera más fácil los cambios y hubo gente que batalló, tanto profesores como estudiantes y personal administrativo. Dicho eso, empezamos a hablar de ciertas cosas que vemos en común.

CF: ¿En qué consistió esta diferencia en la adaptación a las circunstancias? Y no sólo eso: cuando hablamos de la virtualidad, ¿a qué nos referimos: al trabajo administrativo con ciertas herramientas, al trabajo académico con Teams?

OE: En estudiantes era el trabajo, tomar las clases en línea por Teams; lo mismo los docentes, era impartir clases por medio de la plataforma de Teams, y en personal administrativo era su trabajo a distancia por las plataformas y sistemas que se utilizaban, por teléfono también. Y lo que veíamos son dos cosas: creo yo que una de las principales causas que diferencian que alguien se adaptara mejor que otras personas es el nivel socioeconómico, o sea, los estudiantes que tenían más recursos, pues tenían mejor equipo, mejor Internet, un cuarto donde podían estar;

La Universidad ante la pandemia: “fue difícil, pero hubo pronta adaptación”

la gente que no tenía recursos, pues tenía que estar batallando con datos, compartiendo equipos, no tenía privacidad, inclusive la calidad del Internet puede que no haya sido la misma; la otra creo yo que tiene que ver con esta

capacidad de entender, de agarrar a la tecnología. Entonces, hubo profesores, inclusive estudiantes, que no batallaron, o sea, agarraron las herramientas y pronto se adaptaron a las situaciones, y hubo profesores que... lo interesante es que esto lo

narran los estudiantes, los profes no dicen... bueno, sí dicen que batallan, pero los alumnos son los que dicen que había profesores que batallaban para adaptarse, que no lo hicieron de una manera correcta, porque ellos mismos veían a profes que sí lo hacían muy bien, y hay otros o que no saben o que les falta la capacitación o que les falta a veces hasta la actitud, porque hasta la manera en cómo respondían estudiantes los mensajes o las preguntas... Entonces creo yo que eso también tiene bastante que ver, qué tanto pudieron adaptarse a este trabajo virtual, hubo gente que lo hizo mejor y hubo gente que no. ¿De qué dependió? Hay algunas pistas, ninguna sobre otra: la edad, la destreza ya previa en este tipo de plataformas, pero creo que esas son de las principales, y otras, pues bueno, claro que en casa algunos no tenían tantas obligaciones, pues eso era más fácil en comparación con, por ejemplo, una mamá estudiante, un chavo estu-

diente o chava estudiante, pues claro que la mamá estaba en casa con los hijos, con la casa, y luego si tenían papás o mamá enferma, se complicaba, entonces sí había algunos detalles que también complicaban la vida en algunas personas.

CF: Y estas variables, estas condiciones, ¿se reflejarán de alguna forma en ese estudio?

OE: Sí, hacemos el análisis, pero ponemos viñetas, y entonces ahí cuando decimos, por ejemplo, (que la gente) tenía depresión como una de las secuelas psicológicas, ponemos el caso para que la gente lo vea; dice: “en un principio se murió mi papá o algún familiar” o “me quedé sin trabajo y esto se complicó, y total que llegó un momento en el cual me deprimó”. Tratamos de poner ahí el contexto para que la gente que lo lea vea todas estas situaciones

que se juntan, los factores que llevan a la persona a expresar lo que hace; intentamos hacer eso de cierta manera, porque eso es lo que vimos, en cada persona son razones distintas, alguien puede decir “me estresaba”, pero las razones pueden ser distintas (...) Para los estudiantes, cuando les preguntábamos, por ejemplo, “bueno, ¿y tú qué piensas que fue lo más difícil?”, casi todos y todas reportaron que se adaptaron, pero a veces (decían): “yo conozco chavos o sé que hay chavos que no tienen para la computadora, o que no tienen para el teléfono, que no tienen para el Internet”, pero aunque trata-

mos de entrevistar a todo mundo, todo mundo lo reportaba para alguien más, pero no para ellos mismos, entonces no sé si era más una idea o era que estaban seguros de que sí tenía el problema la persona a la que se referían.

CF: Propiamente el COVID, ¿cómo se asumió? ¿Había miedo, la gente se acostumbró?

OE: Hay varias cosas que se pueden decir del tema COVID: la primera es el confinamiento en sí, estar encerrado, de la pandemia, eso afectó más... “dolor de cuerpo, no salgo, no convivo”, además del miedo, creo yo, pero había mucha gente, por ejemplo entre los es-

“Dedicar tiempo para mí y la familia”, entre los resultados positivos de esta etapa

tudiantes, mucha gente con algún tipo de secuela psicológica, eso se vio y creo yo que es por el confinamiento. Y luego también una de las cosas que nosotros vimos es que varios reportaron en la familia en un principio más

problemas... por la convivencia, por los roces, por el compartir, sobre todo aquellos que tenían, me imagino, casas más chicas. Sin embargo, lo que también vimos es que mucha gente reportó esto: “en un principio peleábamos más, pero ya después como que agarramos nuestra dinámica”, entonces como que al principio era difícil, en lo que sabían qué está pasando, y ya después mucha gente reportó llevarse mejor con la familia, estar preocupado con la familia, estar cuidando a la familia, hablar más con la familia, jugar más con la familia; una persona reportó la separación de su pareja debido al

COVID, pero es lo normal, creo yo, que pasa si no hubiera habido COVID, o sea, habrá de todos modos parejas que se van a separar, por la misma dinámica que traen de atrás, pero en la gran mayoría de las relaciones vimos eso, que en un principio fue difícil y ya después se adaptaron, sobre todo en cuestión familiar. Había varias secuelas psicológicas: estrés, ansiedad, depresión, sentirse solos, soledad...

CF: Entonces, digamos que el confinamiento fue clave para detonar todas estas secuelas de salud mental, relaciones personales, violencia...

OE: Sí. El aislamiento hace que convivas más tiempo con la gente, y luego ahí está ese roce y hasta que ya lo adaptas. Igual, no sales, no ves a nadie más, y estás en tu casa solo, y entonces eso también trae sus secuelas, estar sentados todo el día... eso también es algo que reportaba mucha gente: más trabajo, reportaron sentir la carga de trabajo, lo interesante es que todo mundo reportó más trabajo, los muchachos en sus clases, las muchachas en sus clases, los docentes en sus clases y en lo demás, y también personal administrativo, sentían de alguna manera que tenían más carga; esa fue otra de las secuelas, mucha gente decía: "es que me la paso muchas horas sentado"... pues dolor de espalda, dolor de músculo, de eso también la gente se quejaba mucho... sedentarismo, no hacer ejercicio, y en eso creo yo que el confinamiento fue lo que más les afectaba.

CF: Y ¿qué cosas buenas dejó la pandemia?

OE: Creo yo que de las que más se reportan, curiosamente, la convivencia familiar; eso es algo positivo, tanto entre pareja, con hijos, papás... eso fue algo positivo.

CF: Pero en el imaginario colectivo daba la sensación de que la pandemia acrecentó los problemas familiares, incluso los de violencia en la familia. ¿Qué nos hizo diferentes con respecto a lo que se piensa que ocurrió en el resto de la comunidad?

OE: Preguntamos si habían experimentado algún tipo de fricción o violencia, y no se reportó. Ahora, depende de cómo definimos violencia, porque cada persona lucha por sus propios intereses, entonces cuando pasa mucho tiempo con alguien, claro que va a haber más fricciones. Hubo gente que dijo: "ya después nos dimos cuenta de que íbamos a estar aquí mucho tiempo y ya mejor aprendimos a llevar la fiesta en paz". Aquí destacamos dos cosas: puede ser que haya habido violencia y no lo dijeron, y lo otro, que, en esta muestra, tal vez por el nivel universitario, no sé si la violencia se dé más en unos; pero no, la gente no lo reportó. Ahora, aunque no se reportó violencia física, sí hubo desacuerdo, pero sí la gente reportó que en un principio era difícil, "con mi papá, con mi hermano", sí reportaban eso, pero no a tal grado de que haya habido violencia física.

CF: Aparte de la convivencia en casa y de la consolidación de los equipos

de trabajo, ¿qué otras cosas positivas encontraron?

OE: Bueno, por ejemplo, el autoconocimiento. Mucha gente reportó el autoconocimiento, dedicarme tiempo para mí, para hacer cosas para salir de esta ansiedad y esta depresión, entonces dicen: “empecé a tocar un instrumento”, “empecé a meditar”, “empecé a caminar”, “empecé a comer más saludable”... como que hubo este proceso de autoconocimiento, como que la gente hizo algo. Otro aspecto positivo es precisamente que, como nadie sabía nada de Teams, varios reportaron que ya tenían más habilidades que antes no tenían, entonces eso también es algo que reportaron: “siento que tengo más habilidades, más competencias”, “puedo hacer esto de una mejor manera”. Otra de las cosas positivas la reportan los estudiantes, sobre todo los de CU (Ciudad Universitaria): el ahorro del tiempo de traslado, y también los profesores; por ejemplo, hay gente que reportaba 2 horas de ida, 2 horas de venida a CU, pues ya son 4 horas que pueden dedicar a otras cosas; de los mismos docentes algunos decían: “bueno, ese tiempo de traslado lo dedico a otras cosas que tengo que hacer, investigación”, y cosas así; eso también fue bastante mencionado, el ahorro del tiempo (...) Y en la administración también se notó un cambio muy grande con el ahorro en tiempos: “mandan el oficio electrónico”, nada de que “lleven el oficio”. También para que los estudiantes enviaran tareas; los profesores diciendo: “era más fácil enviar

el material en electrónico”, hasta las evaluaciones eran electrónicas, inclusive algunos mencionaron que por cuestiones ecológicas había estado interesante el cambio, porque no había tanto papel; entonces, la digitalización fue algo también positivo.

CF: Y aparte del registro histórico que quedará, ¿qué utilidad crees que tiene esta investigación?

OE: Creo yo que esto primero es importantísimo, porque la otra gran pandemia global paralizante fue a principios del siglo pasado, y pues no hay muchos registros, entonces esto creo que es algo muy importante, que esté ahí, que quede en la nube, con base de datos. De ahí en más, es importante también tener un panorama general de la experiencia, porque todos hablamos de esta experiencia negativa y cómo nos afectó, pero lo que estamos presentando es algo un poquito más general, más de todos los lados, las experiencias, y no sé, una de las cosas que aporta es que casi siempre hablamos de las cosas negativas y pensamos que todo es peor de lo que fue, pero bueno, sí hubo cosas difíciles, malas, pero aun así vemos qué hizo la gente para adaptarse. La idea es también tener elementos para el futuro; lo discutíamos cuando estábamos haciendo el diseño, todo mundo decía: “cuando regresemos a la normalidad”, y entonces dices: “bueno, la normalidad era por ejemplo que no teníamos todo este desarrollo tecnológico”, entonces plantear regresar a esos esquemas, igual como estábamos, pues ya no re-

sulta tan viable, ¿no?, entonces aquí ya tenemos una experiencia previa.

CF: ¿Esto quiere decir que hay un balance positivo?

OE: Positivo. Nuevamente: si esto nos toca hace 50 años, no avanzamos... Preguntamos del 1 al 10 qué tan positiva fue la experiencia, o qué tanto se adaptaron, por así decirlo, donde 0-1 es el puntaje más bajo y 10 te adaptaste muy bien, y el promedio en los tres grupos era 8 y algo.

CF: ¿Hay algo más que no hayamos tocado y consideres importante?

OE: Recogimos las experiencias. Por las mismas investigaciones previas que he tenido, tengo la idea de que el ser humano ante las adversidades se tiene que adaptar, y eso yo lo veo bastante reflejado en las entrevistas. O sea que podemos decir que fuimos resilientes ante la adversidad. Creo yo que eso fue lo principal. Por ejemplo, dentro de los consejos, porque preguntamos qué consejos darían los entrevistados para el futuro, también un tema que resalta es el de la actitud, o sea que ante estas situaciones es importante tener una actitud positiva, eso varias veces lo menciona la gente como parte de su experiencia: “tener una actitud positiva me ayudó” o “cambiar mi actitud negativa me ayudó”; “¿qué le aconsejas a la gente en el futuro?”, “que ante la adversidad tenga una actitud positiva, porque eso ayuda bastante para salir adelante”, también la mencionan mucho, la actitud.

Testimonios

“Aprendí cosas nuevas, mejoré en otras, desarrollé habilidades, aprendí a quererme y amarme más, sobre todo amar y abrazar mi soledad, que es algo muy importante. Me di cuenta del gran valor como persona que puedo llegar a tener y de lo que puedo llegar a ofrecer y qué es, qué me gusta, y qué no me gusta de parte de los demás hacia mí también. Tuve mucho tiempo para reflexionar, para aprender más de mí, para conocerme, y sobre todo rompí miedos, rompí barreras en cosas que no creí poder hacer, las hice a causa de esta pandemia. Aprendí que el tiempo pasa y que, si no lo hacemos, se nos va, y no podemos estar frustrados porque no hicimos lo que quisimos cuando debimos. He tenido un aprovechamiento bastante grande a mi favor”

Estudiante de licenciatura

“Hubo más trabajo en preparar clase, hubo más ejercicio, horas, trabajo previo a la clase aumentó dos o tres veces. Eso sí, te lo puedo decir, preparar para la clase virtual es más trabajo, al menos en mi caso, por esto que te digo que trato de dar ya todo más digerido. ¿Por qué? Porque me pongo en el lugar de los estudiantes que no pueden resolver dudas como las resuelven en clase, y entonces debe uno hacer algo distinto si quiere resultados también diferentes”

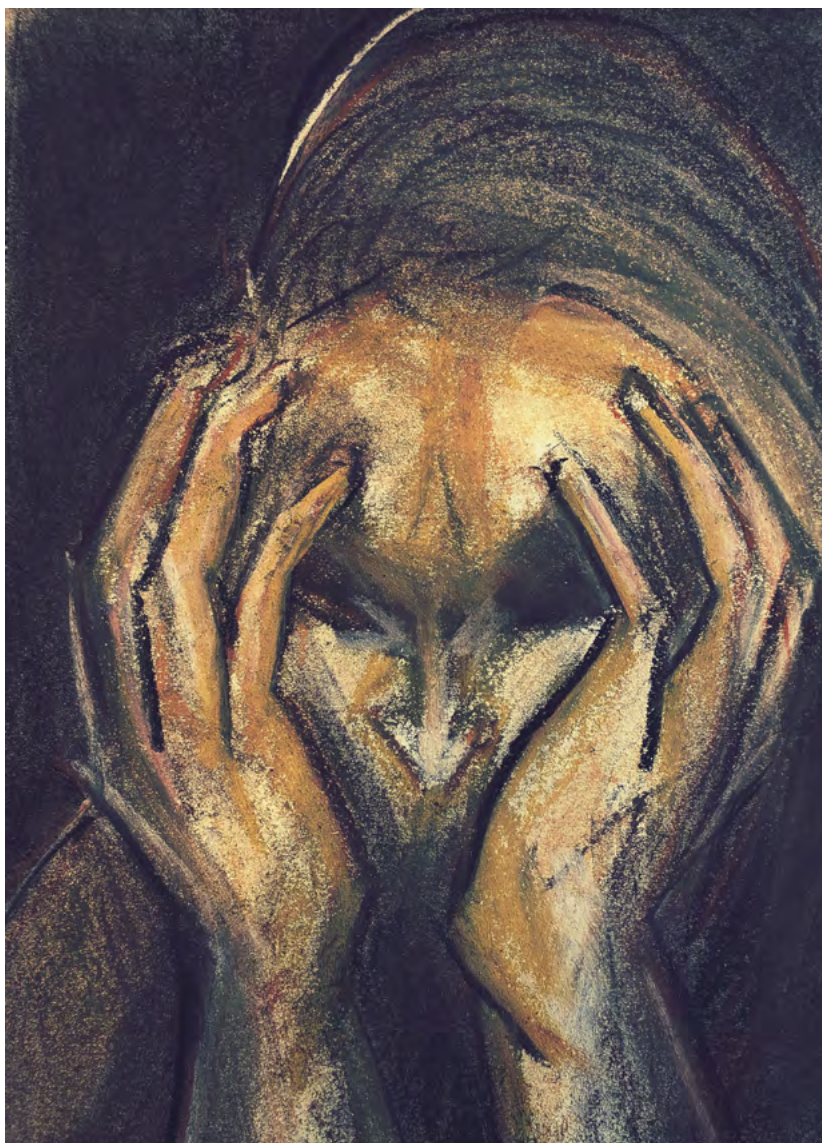
Docente del ICESA



“Estuvimos sí ya más abiertos, yo lo vi también con las personas que son como quien dice mis jefes, mis jefes directos, también ya más abiertos... sin tanta necesidad de una comunicación tan especial, como si estuviéramos hablando de realeza a plebeyo, sino que ya era más abierta la comunicación, entonces sí fue un cambio, porque era también de que me pasan el celular jefes de departamento y me dicen ‘llámeme si se le presenta algu-

na situación’, pues ya abiertamente le marcaba a su celular si no estaba en la oficina, ya podía marcarle al celular y decirle, “pues tengo una situación”, “ah, pues muy bien, háblame mañana a las 9 de la mañana” y ya quedamos. No se podía resolver a lo mejor en ese momento, pero pues ya teníamos una comunicación poco más abierta”

Empleado administrativo.



Luis E. Gutiérrez Casas: “Estudio de expresión. Desesperación”. Pastel. 2019.