

El principio resiliente en la sociedad postcovid.

The resilient principle in the postcovid society.

Piña-Ferrer, Lenys Senovia.

<https://doi.org/10.61154/rucs.v7i1.3484>

Recibido: **05/09/2023**

Revisado: **15/10/2023**

Aprobado: **18/11/2023**

Publicado: **04/01/2024**

En la sociedad actual, todas las personas tienen algo de resiliente, y pueden promoverla hacia los demás, entendiendo que en el mundo en el que se desenvuelven son responsables de otros, pudiendo así mejorar las relaciones de calidad, y con ello poder comprenderlos en cuanto a su manera de ser y poderlos aceptar a pesar de las diferencias que puedan tener, favoreciendo así no solo la resiliencia propia sino la de los demás.

De la misma manera se hace necesario resaltar que se entiende como resiliencia la capacidad que tienen los individuos de poder enfrentar las adversidades ante situaciones difíciles que les permiten de una manera u otra salir adelante; en el caso de la realidad que se está viviendo, es lo que han venido haciendo las personas con las diferentes secuelas que trajo consigo la pandemia del Covid 19 y que genero grandes situaciones de manera personal, familiar, laboral y por ende social.

Ese principio o capacidad resiliente no es nada nuevo en la humanidad pues los historiadores así lo plantean y lo han reflejado en sus documentos al manifestar como desde años las personas y los pueblos han tenido que afrontar las adversidades para poder avanzar y progresar paulatinamente ; es esa capacidad resiliente la que ha permitido hoy día a las personas por medio de su actitud y mentalidad superar de manera positiva todos aquellos limites que la ciencia médica pronosticaba en su gran mayoría de manera negativa, pero que de igual modo pudieron sobrepasarlos .

Sin embargo, puede mencionarse también aún no están claras las versiones que señalan si la resiliencia es innata o en su defecto puede ser adquirida. Particularmente considero que la misma se construye en esa interacción sujeto contexto, de acuerdo con la situación que se vaya presentando, tomando en cuenta esas relaciones sociales, además de los procesos psíquicos de los individuos, y que todos en sintonía u /o armonía permiten llevar una vida normal ante un contexto post patógeno.

Una persona, una familia, un equipo, una sociedad resiliente es aquella que puede desarrollar en su accionar una dinámica positiva cambiante apegada al afecto y el apoyo mutuo, lo cual le permite prestar ese apoyo a sus miembros ante cualquier circunstancia negativa que se presente, de esta manera los induce a ser más competentes, más proactivos, más positivos, con esa forma de ver las cosas desde otra perspectiva contribuyendo con el futuro de la humanidad.

Es importante mencionar algunos aspectos que deben de tener presentes las personas para poder ser resiliente: en primer lugar desarrollar la capacidad de aceptación ante la situación que se está presentando o viviendo en este caso producto del postcovid, es decir cuanto más antes se acepte menos daños psicológicos causaran en ellas , segundo ese apoyo mutuo dentro de los diferentes escenarios es fundamental , hay que buscar espacios momentos para hablar, llorar, escuchar, reírse como parte de esa interacción que debe darse y con ello poder minimizar esos sentimientos de soledad que puedan manifestarse. Otro elemento de interés es equilibrar las responsabilidades dentro y fuera de los puestos de trabajo, entendiendo que un exceso o desequilibrio puede traer consigo riesgos psicológicos y con ello el deterioro de la salud. Poniendo en práctica estos aspectos podemos aligerar o minimizar las consecuencias postcovid en los diferentes escenarios y llevar un ambiente más agradable para desenvolvernó en la sociedad.

Dra. Lenys Senovia Piña-Ferrer. Ph.D

lenyspina@iieakoinonia.org

Instituto de Investigación y Estudios Avanzados Koinonía, Santa Ana de Coro, Falcón
Venezuela

<https://orcid.org/0000-0002-9493-7499>