

¿CREES QUÉ VA A CAMBIAR NUESTRA FORMA DE RELACIONARNOS TRAS LA PANDEMIA DEL COVID-19?

Por Desiree F. I. 4º ESO

Esta es una pregunta que lleva meses en la cabeza de la gente. Realmente, hasta los más expertos están desconcertados con el tema y hay muchos debates respecto a esto. Mi opinión, sin embargo, no se lleva ni a un extremo ni al otro, sino que es más intermedia.

En primer lugar, creo que es bastante obvio que va a cambiar nuestra vida por todas las medidas que tenemos que tomar por nuestra seguridad y la de nuestro entorno. Hay que cumplir muchas responsabilidades como mantener una distancia de 2 metros, nada de besos o abrazos, llevar mascarilla y guantes... Esto es algo que limita mucho nuestra manera de comunicarnos ya que, en España, somos bastante más cariñosos que en otros países por sus costumbres. Lo que quizá para ellos es normal como mantener cierta distancia al hablar, no dar tantos abrazos o no mostrar tanto afecto de manera corporal, para nosotros es algo imprescindible para poder decir cómo nos sentimos o mantener una conexión con la persona que estamos hablando.

Salta a la vista que lo primero que va a cambiar cuando acabe el confinamiento, va a ser esa manera de relacionarnos. Vamos a tener que aprender a comunicarnos de manera más verbal y dejar a un lado la vergüenza o el miedo a hablar las cosas de manera más clara en cuanto a sentimientos se refiere. Es bueno expresar el cariño y afecto con gestos que lo demuestren, aunque no lo digas en voz alta, pero en estos casos de medidas extremas, los españoles vamos a tener que aprender a comunicarnos de una manera algo distinta, y aunque al principio pueda chocar, seguramente nos acabemos adaptando rápido.

Creo que la mayor dificultad que tenemos es que, además de tener que acatar las normas ya no porque las pongan, si no por nosotros mismos ser conscientes de que son necesarias, también lo hemos tenido que hacer en un espacio de tiempo muy corto. Hemos cambiado nuestra vida y rutina de manera radical. Esta conclusión me hace pensar que, seguramente, esta situación nos enseñe a gestionar mejor cuando las cosas no salgan según lo que planeamos. Nos ayudará a pensar más en el día a día y no centrarnos tanto en el futuro ya que cualquier cosa puede pasar.

Según la psicóloga Patricia Gutiérrez Albaladejo, de centro de TAP, asegura que, nosotros como sociedad, trasladamos el cariño con contacto físico, y que, con la situación actual, se espera una "nueva fórmula" que de otro sentido a los abrazos y besos. "en esta nueva normalidad, nuestro código afectivo va a tener que modificarse, enfocándonos más en lo verbal y menos en el contacto físico" apunta Patricia Gutiérrez Albaladejo. Ella asegura y destaca que hay que darle la vuelta al concepto de que la expresión emocional está asociado a lo débil, y que ahora, las personas que mejor se adapten serán las de mayor fortaleza. Además, esta destaca

que en estos tiempos de adaptación el miedo va a estar presente en la mayoría de la población, pero esto no debe dejar que nos paralice y debemos seguir avanzando.

Raquel Graña, psicóloga y sexóloga, habla de un tema que realmente tiene mucho protagonismo en cuanto relaciones sociales y que, está presente en el día a día sobre todo de los jóvenes. Esto es lo que conocemos como "ligar", y es que, muchos están deseando salir y quedar con su pareja, o con la persona que están iniciando algo o, simplemente conocer a alguien. Bien pues, lugares como, por ejemplo, bares, discotecas, pubs... no van a volver a ser una situación habitual donde se vaya a "ligar". Sin embargo, esta psicóloga y sexóloga opina que, al existir las "apps" de buscar pareja, y ser tan famosas y conocidas entre la población, puede que no cambien de manera drástica las cosas. "hay que ser precavidos, ahora más que nunca. Ya llegará el momento en el que podamos abrazarnos y besarnos, pero debemos ser responsables" recomienda Raquel Graña.

Algo que ayuda en estos casos es la comunicación virtual, ya sea videollamadas, chats... Hay gente que incluso hace fiestas los fines de semana de manera virtual, o quienes hacen deporte con un profesor por videoconferencia o incluso reuniones de trabajo. Ahora mismo existen hasta citas con tu médico vía online. "hemos normalizado totalmente esto, si algo funciona no desaparece" asegura Patricia Gutiérrez Albaladejo.

Algo que sin duda hemos hecho en estos días, ha sido reflexionar sobre nuestra vida, nuestro trabajo, amigos, familia... y esto ha hecho que aprendamos a valorar lo que tenemos en el día a día, incluso pensar si son relevantes en nuestra vida. Esto, en mi opinión, ha sido una mejora de este aspecto.

Va a cambiar nuestra forma de relacionarnos, por no decir que ya ha cambiado. Los que se concienciaron desde el principio y lo hicieron, han estado expuestos mucho menos al virus que el resto, y se ha demostrado que con distancia social la situación del covid-19 mejora. Por ejemplo, el virus en china China fue devastador, pero no tardaron en tomar medidas y, ahora tiempo después, se ha podido ver que realmente han funcionado. Toda la población puso de su parte y se acostumbraron a las nuevas medidas, tomándolas cada día como si lo llevaran haciendo toda la vida. Cambiaron muchos de sus comportamientos sociales entre ellos y, gracias a la colaboración de todos, además de la labor médica, se pudo mejorar poco a poco la situación, actualmente no están ni entre los 10 países más infectados.

En conclusión, sí que creo que va a cambiar las relaciones sociales tras la pandemia, sea por la razón que sea. Pero también creo que tenemos una gran capacidad de adaptación y, o bien mantendremos las medidas, o, por otro lado, con el tiempo volveremos a nuestras antiguas costumbres y comportamiento de siempre cuando la situación mejore. En resumen, cambiará nuestra forma de relacionarnos, pero con el tiempo volveremos a adoptar nuestro comportamiento habitual.

Quizá esto no se aplique a algunos sectores como las personas que están en la tercera edad, ya que es, además de ser el sector más vulnerable, es a uno de los que más les cuesta adaptarse, hablando de forma general.