

## 36.- Regreso a clases en línea

Nicole Christa Fuentes Krafczyk

Hoy el camino a mi salón de clases fue diferente. En lugar de caminar al aire libre por el campus de la universidad con vistas a las montañas y entre un río de estudiantes, bajé de mi recámara a mi oficina entre las paredes blancas de las escaleras y un silencio desentonado.

Es la primera vez en 20 años que conozco a mis estudiantes de carrera por computadora y arranco un nuevo semestre estando detrás de una pantalla. Esta mañana me tocó experimentar un primer día de clases en modalidad pandemia.

¡Fue un reto! Otro más. En todos los sentidos.

Si me regreso en el tiempo y recuerdo cómo arrancamos, me atrevo a decir que a la pandemia la tratamos como una novedad. Organizamos actividades para pasar el tiempo en casa, entramos rápido en modo resolver, hicimos cambios, le pusimos buena actitud y energía, agradecemos la pausa. Pensamos que duraría poco. En mi mente esto era una carrera de cien metros, no un maratón.

Terminé el semestre pasado convencida de que regresaría a mi salón en tercera dimensión al finalizar el verano, mis hijas también. Empecé a dudar cuando iniciaron las conversaciones alrededor de nuevos códigos de conducta, nuevas reglas, capacitaciones de uso de plataformas virtuales, esquemas híbridos, colores de semáforos.

Y aquí estamos. Todavía en posición remota.

Y nos toca acomodar todas las emociones que vienen con el regreso a clases en línea. Las propias y las ajenas. Lo que yo siento, más lo que sienten mis hijas, más lo que sienten mis estudiantes. Más lo que creo que sienten mis hijas y lo que creo que sienten mis estudiantes cuando imagino qué sentiría yo si estuviera en su lugar. ¡UFF!

No puedo evitar sentir tristeza cuando pienso en los niños y jóvenes empezando un nuevo ciclo escolar así. El primer día de clases es todo un evento. Decidir qué ropa ponerte, esperar con ansias las listas para saber con cuáles amigos tocas, conocer maestros, ubicar al chavo/chava que te gusta, notar quién creció, quién se puso más guapo. Es mucho más que temas académicos. Compartí esto con mis hijas y me sorprendí cuando dijeron: “no está tan mal, mamá”

Así arrancaron. Así arrancamos.

Han pasado casi tres semanas. Es sólo el comienzo, pero el ánimo, las ganas y la paciencia ya están en niveles como de exámenes finales. Escucho risas que se convierten en lágrimas y llantos que se convierten

en risas. La colección de gritos de frustración y quejas que hemos juntado en los últimos 15 días es más grande que la que acumulamos en todos los años anteriores de colegio.

Estamos cansados.

Papás, mamás, maestros y estudiantes tenemos encima 6 meses de pandemia. Hemos tenido que asimilar cambios radicales, ajustar estilos de vida, atravesar duelos, navegar en la incertidumbre, aprender trucos nuevos, trabajar de distinta forma, lidiar con noches de insomnio.

No olvidemos que traemos encima una carga emocional pesada. Además de vivir nuestro encierro, vivimos el encierro de los que están con nosotros. Pretender funcionar como antes e imprimir el mismo nivel de exigencia -a nosotros mismos y a los demás- me parece de otro mundo.

Es mi primera pandemia, pero el sentido común me dice que los márgenes deben ser más anchos y el perfeccionismo debe salir volando por la ventana. Todos estamos aprendiendo. ¿Y qué si confesamos que no sabemos cómo explicar matemáticas? o ¿Cuál es el problema de aceptarnos vulnerables ante la nueva responsabilidad de convertirnos en maestros de nuestros hijos?, ¿Por qué sentir culpa de no tener todo el panderero organizado?, ¿Por qué nos sentimos obligados a tener todas las respuestas?, ¿Y qué si nos tiemblan las rodillas pensando cómo mantener la atención de nuestros estudiantes por Zoom?

Vamos mejor por el camino de la paciencia, de la compasión. Vamos dándonos permiso de equivocarnos muchas veces y de pedir ayuda.

Escucho a mamás agotadas. Mamás que tenían planes diferentes para este año, que finalmente iban a tener unas cuantas horas en las mañanas para ellas mismas y de pronto están más ocupadas que nunca. Otra vez poniendo en pausa sueños propios en favor de la familia. Y además llenas de culpa porque están desesperadas, cansadas, porque no tienen suficiente paciencia y fantasean con 20 minutos de tiempo fuera.

Es como en el avión, nuestra máscara de oxígeno primero para poder ayudar a los demás.

Me topo con papás y mamás que despiertan de madrugada para avanzar en su trabajo. Despiertan antes que todos para tener unas horas de silencio y acumular medio turno de jornada laboral. Siguen con el trabajo de la casa, coordinar horarios, conectar niños a sus clases, mantenerlos enfocados, apoyarles con tareas. Más tarde, otra vez de noche, de regreso al trabajo. Unas horas más para sacar pendientes y cumplir con obligaciones. Por si fuera poco, se sienten culpables porque, desde su perspectiva, no lo están haciendo tan bien como otros.

Fuera culpa y fuera comparaciones. Ya estamos haciendo algo extraordinario.

La incertidumbre y la sensación de pérdida de control provocan un tsunami de emociones. Nos quejamos porque queremos información, nos enojamos por la falta de organización y definición, pero... ¿Cómo exigir certezas en un mundo que está acomodándose? Vayamos un par de días a la vez, al menos por ahora.

Aceptemos que hay una contingencia y no podemos hacer mucho al respecto para cambiar lo que sucede allá afuera. No gastemos energía pensando ¿Por qué está pasando esto? Preguntemos mejor:

¿Cuál es mi mejor versión ante esta situación?, ¿Cuál es mi mejor versión como maestra detrás de una pantalla?, ¿Cuál es mi mejor versión de mamá-maestra?, ¿Cuál es mi mejor versión de papá que trabaja en casa? Así van apareciendo posibilidades.

Conectemos con la intuición, con lo que nos hace sentido emocional, física, mental y logísticamente. Creo que es momento de escuchar nuestra voz, la de nuestra familia. Encontremos nuestro propio ritmo pandémico.

Seguimos pisando terreno desconocido. Vamos a entrarle a este regreso a clases en línea sabiendo que somos resilientes, nuestro espíritu es fuerte y que podemos seguir colgados de la esperanza.

PD. Un abrazo bien apretado para todos mi amigos y colegas maestros que ya están haciendo algo extraordinario.

—

Estudió Economía en la Universidad de las Américas-Puebla y Métodos Cuantitativos para las Ciencias Sociales en la Universidad de Columbia en Nueva York. Es graduada del Certificado en Psicología Positiva del Whole Being Institute y el Instituto de Bienestar Integral. Durante los últimos 18 años, ha realizado trabajos de investigación en el tema de bienestar y felicidad.

Publicado en Bienestar con Ciencia el 2 de septiembre del 2020

**DEPARTAMENTO  
DE ESPIRITUALIDAD  
UNIVERSITARIA  
PARA EL SERVICIO  
UNIVERSIDAD  
DE MONTERREY**

*La Universidad de Monterrey, promueve la búsqueda de la verdad y, para ello, es importante la escucha atenta y el diálogo respetuoso y abierto que contribuyan al intercambio de ideas y al desarrollo del pensamiento crítico.*

*DEUS promueve la lectura de distintos autores para la reflexión y abordaje de distintas temáticas. Las opiniones expresadas en este artículo son propias de cada autor, el cual, no necesariamente representan la postura de la Universidad de Monterrey ni del departamento. Hagamos de este un espacio de construcción de diálogo e intercambio que contribuya a la formación integral de todos.*