

RESILIENCIA EN TIEMPOS DE COVID 19

No sé Ustedes, pero yo no hace mucho que he descubierto esta palabra: RESILIENCIA, la he escuchado a muchas personas en diferentes sectores económicos, y siempre me he preguntado, de qué manera puedo relacionar el significado que ésta tiene, con el empoderamiento que las personas debemos lograr para seguir adelante, a pesar de las crisis, o lo que es peor, a nuestro propio estancamiento, para ello, con vuestro permiso, quisiera mostrar la definición de RESILIENCIA: fuente: significados.com

La palabra resiliencia se refiere a la capacidad de sobreponerse a momentos críticos y adaptarse luego de experimentar alguna situación inusual e inesperada, también indica volver a la normalidad. Resiliencia es un término que deriva del verbo en latín *resilio*, *resilire*, que significa "saltar hacia atrás, rebotar".

La resiliencia es una aptitud que adoptan algunas personas que se caracterizan por su postura ante la superación de una adversidad y de mucho estrés, con el fin de pensar en un mejor futuro. No obstante, no todas las personas poseen esta característica, aunque tampoco se relaciona con la genética.



Muchas veces esta habilidad es desconocida por la persona y la descubre únicamente cuando se encuentra en medio de una situación difícil que logra superar gracias a su postura de lucha y de seguir adelante. Ahora bien, se denomina como resiliente a aquella persona que, en medio de una situación particular, es **asertiva** y convierte el dolor en una virtud como, por ejemplo, el padecimiento de una enfermedad, la pérdida de un ser querido, la pérdida de cualquier parte de su cuerpo, quedar en bancarota, entre otros. Algunos sinónimos que se pueden emplear para indicar la palabra resiliencia son fortaleza, invulnerabilidad y resistencia.

La resiliencia en el ámbito de la psicología se entiende como la capacidad que posee la persona para hacer frente a sus propios problemas, superar los obstáculos y no ceder a la presión, independientemente de la situación. Es la capacidad de un individuo para sobreponerse a períodos de dolor emocional y traumas. Se corresponde, de manera aproximada, con el término "entereza". La teoría dice que la resiliencia es la capacidad del individuo de ser asertivo y tomar una decisión cuando se tiene la oportunidad de tomar una actitud correcta, a pesar de tener miedo de lo que eso puede causar. Por consiguiente, esta cualidad se origina cuando la persona demuestra si sabe o no hacer frente a una situación de presión, superarla e integrar el aprendizaje a su vida.



En medio de toda dificultad, hay una oportunidad



Se puede hacer mención de algunas personas famosas, reconocidas por su trayectoria profesional y personal y que, a su vez, han sido ejemplo de personas resilientes, como el científico Stephen Hawking, que a pesar de su enfermedad y las limitaciones físicas que esta le generó, no dejó de investigar y generar contenido sobre el universo. Nelson Mandela es otro ejemplo de una persona resiliente, después de 27 años de cárcel y muchas situaciones de discriminación, se postuló como presidente de su país, Sudáfrica, y ganó las elecciones. Otro ejemplo es Pablo Pineda, Pablo ha sido reconocido por ser el primer europeo con Síndrome de Down en terminar una carrera universitaria, en concreto magisterio. Actualmente, está terminado la carrera de psicopedagogía,

actividad que realiza conjuntamente con otras actividades como: la presentación y la actuación, la escritura así como las conferencias de motivación.

Otra palabra que se ha vuelto muy común es ASERTIVA, y se usa mucho para identificar a tipos de personas con ciertas habilidades de comunicación, y cómo está íntimamente relacionada con la resiliencia, aquí indico que significa ASERTIVIDAD:

La asertividad es una habilidad social que poseen ciertas personas de comunicar y defender sus propios derechos e ideas de manera adecuada y respetando las de los demás. La asertividad es una aptitud que le permite a la persona comunicar su punto de vista desde el equilibrio entre un estilo agresivo y un estilo pasivo de comunicación. La palabra asertividad viene del latín *assertus*, que denota una afirmación sobre la certeza de algo.

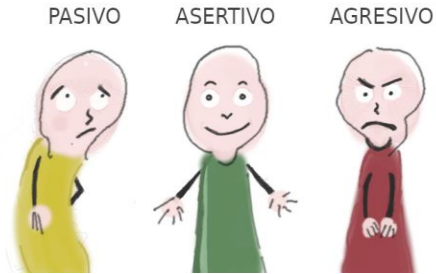


La comunicación asertiva es una forma de expresar lo que se piensa o quiere de manera clara y respetuosa, considerando la existencia de otros puntos de vista y sin ser agresivo o pasivo. La comunicación con asertividad es clara, objetiva, transparente y honesta, este tipo de comunicación posee varias ventajas entre las que destacan:

- Mejora la capacidad de expresión e imagen social.
- Fomenta el respeto por las otras personas.
- Facilita la comunicación.

- Mejora la capacidad de negociación.
- Ayuda a resolver las controversias.

Según la psicología, los comportamientos pueden ser divididos en 3 categorías: pasivo, agresivo y asertivo. La asertividad se establece entre el comportamiento agresivo y el pasivo, y por ello se considera que interacción social bajo el comportamiento asertivo es saludable, ya que es seguro y respetuoso. De allí que se considera que una persona sin asertividad se vuelve ineficaz socialmente porque no logra comunicar lo que quiere adecuadamente. Por otra parte, ser asertivo no necesariamente significa tener la razón. La persona asertiva es aquella que sabe que puede estar equivocada pero mantiene la calma, y es capaz de escuchar otros puntos de vista para poder llegar a un mejor entendimiento de la situación. La empatía implica ponerse en el lugar del otro para entender sus razonamientos y conductas, algo que es requisito indispensable para poner en práctica la asertividad. Por lo tanto, no es posible ser asertivo si no existe un interés genuino por el otro.



Luego de una amplia explicación de estos dos términos que hoy en día se destacan por su uso constante en diferentes sectores de la economía, intentaré relacionarlos a la industria en la que participamos, misma que es clave para el desarrollo de la humanidad, ALIMENTARLOS, con ese objetivo tan claro, se hace necesario, hoy más que nunca, que tanto la resiliencia como la asertividad tomen un papel protagónico en nuestros equipos de personas, la cadena de valor de nuestra industria es simple y complicada a la vez, ya que implica que llevemos al consumidor un producto de alta calidad y con los niveles de nutrición adecuados a las necesidades actuales, y los retos que enfrentamos para ello, son inmensos, ya que trabajamos con animales vivos que tienen alto riesgo de enfermedades, entre otros, por ello, cada eslabón de la cadena debe actuar en base a ese objetivo, integrando a sus equipos de personas hacia la resiliencia, logrando así, el aporte necesario para que nuestros consumidores reciban el producto de acuerdo a sus exigencias, mismas que, producto de la cuarentena que vivimos, han evolucionado, ahora están más y mejor informados, por tanto, son más estrictos con lo que consumen, y es seguro que seguirán haciéndolo.



En esos tiempos de crisis, las emociones nos juegan en contra, ya que nuestra primera reacción, es esa REACCIÓN, cuando, antes de hacerlo, debemos analizar la situación, para poder ACCIONAR, es decir, cuando reaccionamos no hacemos ningún tipo de análisis y cometemos errores, sin embargo, cuando accionamos, lo que hacemos en realidad, es ejercer el control emocional, lo que nos permite a su vez, analizar la situación y por ende, reducir los riesgos de errores, entonces, como aplicamos la resiliencia en la empresa?, RESILIENCIA ORGANIZACIONAL ES EL FACTOR ELEMENTAL PARA LA SOBREVIVENCIA DE LA EMPRESA:

La resiliencia organizacional es la capacidad de una compañía para adaptarse a un entorno cambiante, anticipando y respondiendo ante las diferentes amenazas, obstáculos y oportunidades, que aparezcan de forma repentina o gradual, asegurando una supervivencia del negocio.

En la actualidad estamos en un entorno altamente cambiante y altamente impredecible debido a múltiples factores como, la revolución tecnológica, la globalización, las guerras comerciales, la inestabilidad política, y sobre todo el COVID19, que lleva a las organizaciones a enfrentarse a situaciones críticas donde no hay antecedentes, y además, no estamos preparados. Es en este contexto altamente complejo donde la resiliencia tiene un alto protagonismo, ya que hablamos de que la compañía tenga los recursos suficientes para poder afrontar una adversidad empresarial que pueda llegar a poner en peligro la viabilidad y continuidad del negocio, como es el caso de muchas empresas HOY.

La resiliencia facilita a las organizaciones replantear sus esquemas de manejo y desarrollo, explorar nuevas opciones y atreverse a innovar, desarrollando equipos de trabajo que logran aprendizajes compartidos que se revierten en aprendizaje organizacional.

La resiliencia organizacional no solo se basa en superar los problemas actuales, se basa en un proceso continuo y dinámico donde la organización está en un desarrollo constante de puesta en acción en las áreas indicadas en el cuadro, pero además, permite generar equipos de alto rendimiento que lograrán superar la crisis y

Prevencción	Solución	Recuperación
<ul style="list-style-type: none">• Identificación de amenazas• Formación y desarrollo en gestión de problemas y conflictos.	<ul style="list-style-type: none">• Plan de crisis• Gestión de continuidad del negocio• Liderazgo eficaz basada en soluciones	<ul style="list-style-type: none">• Aprendizaje de la crisis• Asunción de las consecuencias negativas• Reforzamiento de fortalezas.

preparar a la empresa para su futuro, mediato e inmediato, asegurando la capacidad competitiva y el control emocional.



En conclusión, en tiempos de crisis como la que vivimos, y ésta en especial, que ha logrado desestabilizar al mundo entero, se hace necesario, más que nunca, reinventarse, por ello, será vital que las empresas sean capaces de mirar hacia adentro, vale decir, revisar toda la organización para darle mayor agilidad al cambio, involucrar a todos los miembros de la misma para que se comprometan al cambio, como única herramienta para generar futuro.

Como ya he comentado, cuando acabe la cuarentena, y logremos normalizar la situación, todo habrá cambiado, el mundo como lo conocíamos ya no será el mismo, por tanto, si las empresas no se adaptan al nuevo régimen, estarán condenadas al cierre y no habrá vuelta atrás.

Cuidémonos, cuidemos a nuestras familias, cuidemos a nuestra empresa, cuidemos a nuestros colaboradores, YO ME QUEDO EN CASA.

Mario Klatich C.

Director

