



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq
ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Vol. 14, número 1, jan-jun, 2022, pág. 57-77.

**DEL VACÍO EXISTENCIAL A LA TENDENCIA ACTUALIZANTE:
LA EXPERIENCIA DE UN JOVEN UNIVERSITARIO EN TIEMPOS
DE PANDEMIA.**

**FROM EXPERIMENTAL VOID TO THE UPDATING TENDENCY: A
YOUNG UNIVERSITY STUDENT'S EXPERIENCE DURING
PANDEMIC LOCKDOWN**

Iván Suárez Ramírez
Angel Corchado Vargas

RESUMEN

La pandemia por COVID-19 es una problemática de salud que en la actualidad ha ocupado la labor psicológica de diversos investigadores. En el caso de lo existencial humanista no es la excepción, considerándose el tema de la salud mental como prioritario en la vida de los seres humanos. De manera particular, en esta investigación de corte cualitativo donde se presenta un estudio de caso único, se realizó una entrevista semiestructurada a un joven estudiante de la Licenciatura en Psicología de la FES Iztacala. Lo anterior, con la finalidad de hacer un análisis hermenéutico y fenomenológico de los procesos de transformación y cambio que ha vivido durante los meses del confinamiento. Se identifica un devenir desde un estado de carencia, déficit y vacío existencial, hasta un momento de trascendencia, logro y actualización de su potencial. Este abordaje, invita a la exploración profunda y plena de la experiencia humana, considerando a la persona como centro y dueño ineludible de su propia existencia.

Palabras clave: humanista, existencial, actualizante, pandemia, experiencia.

Abstract

Currently, the COVID-19 pandemic is a health problem which has been the focus of different researchers in the area of psychology, including the branch of existential humanistic psychology, on the grounds that this branch is considered as one of the main topics regarding peoples' mental health. Particularly, in this qualitative research project is presented a unique case study developed by a semi-structured interview to a young student from the Psychology Major from FES Iztacala so as to make a hermeneutical and phenomenological analysis of the transformational process and the changes she has experienced during these months in the lockdown. A state of incompleteness of being, existential deficit and void was observed, but also a moment of transcendence, achievement and a potential upgrade. This approach invites to the deep research of the human life taking the person as the center as well as the undeniable owner of their own existence.

Key Words: humanistic, existentialism, pandemic, experience, updating



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq
ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

INTRODUCCIÓN

Históricamente, la sociedad se encuentra en un momento por demás complejo. La enfermedad de COVID-19 ha impactado de manera significativa a las personas, teniendo como peculiaridad una rápida propagación. Se sabe que comenzó como un brote en diciembre del 2019 en Wuhan, China, iniciando como epidemia y convirtiéndose, con el paso del tiempo, en una pandemia. Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, Ho y Ho (2020), refieren que un brote es la aparición repentina de una enfermedad y éste puede presentarse por una infección, en un lugar y momento determinado. Una epidemia se comprende como el descontrol de la enfermedad en un área geográfica concreta. Una pandemia finalmente se concibe como la propagación hacia más de un continente y teniendo como criterio el que se haya provocado por la transmisión comunitaria (World Health Organization, 2007).

El coronavirus (CoVs) es un virus ARN monocatenario, que de ser positivo, involucra trastornos respiratorios, digestivos, hepáticos y neurológicos de severidad grave en distintas especies animales, incluyendo al ser humano. Tanto el SARS-CoV como el MERS-CoV son de origen zoonótico, aquella condición en la cual los patógenos causantes de dicha enfermedad poseen un reservorio animal silvestre. Los animales que transmiten virus zoonóticos suelen ser vertebrados, como murciélagos y civetas de las palmeras. Algunos datos de la investigación manifiestan que este virus tiene como origen animales infectados que eran vendidos aún vivos en el Mercado Mayorista de Mariscos Huanan en Wuhan, el cual fue cerrado para evitar un número mayor de contagios (Cortés, 2020).

Entre los síntomas de la enfermedad por coronavirus se encuentran la aparición de fiebre mayor a 38°C (en un 90% de los casos), malestar general, tos seca, disnea y neumonía. Bajo ciertos criterios, pueden o no presentar mejoría en los síntomas, después de tomar un tratamiento antimicrobiano de tres a cinco días, aunque también se han presentado casos asintomáticos (Cortés, 2020; Aragón, Vargas y Miranda, 2019). Aragón, Vargas y Miranda,



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

(2019), manifiestan que los grupos de mayor vulnerabilidad al coronavirus, desde su aparición, han sido las personas de la tercera edad y otras más con presencia de trastornos o enfermedades de diversa índole. Por otro lado, se identifican otros grupos de riesgo como las personas en situación de pobreza, los cuidadores de pacientes de COVID, los hospitalizados, los migrantes y principalmente los profesionales de la salud que se encuentran en la primera línea de atención (Consejo Mexicano de Ciencias Sociales, 2020; Brooks, Webster, Smith, Woodland, Wessely, Greenberg y Rubin, 2020).

Hasta la fecha, de acuerdo con la World Health Organization (2020a) (OMS, por su siglas en español), el país con mayor total de casos reportados ha sido los Estados Unidos de América, que cuenta con un total de 1 837 803 casos confirmados y 106 876 como total de muertos; el segundo país con mayor número de contagios es Brasil con un total de 584 016 casos confirmados y 32 548 muertes en total, mientras que en tercer lugar se encuentra Rusia con 449 834 casos confirmados. En el caso de México, se encuentra en el quinto lugar con mayor número de casos confirmados en América, por debajo de Estados Unidos de América, Brasil, Perú y Chile, contando con 101 238 casos confirmados y 11 728 como total de muertes.

La expansión de la enfermedad por coronavirus trajo consigo afectaciones en diversas áreas de la vida de las personas. En la dimensión plural, hay un fuerte impacto en el acontecer político, social, económico. En lo personal, la salud física y mental se ha visto modificada. El cambio a nivel global evidentemente afecta en la vida particular. Con la cuarentena como medida de prevención para los ciudadanos durante los periodos de riesgo más significativos de contagio, se identifican consecuencias en la salud emocional. De acuerdo con Inchausti, García, Prado y Sánchez (2020), así como Brooks, et al. (2020), la depresión, ansiedad, estrés, así como síntomas de estrés postraumático, disturbios emocionales, problemas en el estado de ánimo, irritabilidad, insomnio, enojo y agotamiento emocional, le confieren a la enfermedad un auge significativo.



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Quienes viven en este escenario, pueden llegar a experimentar intensas reacciones del miedo al contagio, la prolongación de la cuarentena, pérdida de seres queridos o crisis económica (Inchausti, et al, 2020). Incluso, de acuerdo con Gunnell, Appleby, Arensman, Hawton, John, Kapur, Khan, O'Connor y Pirki (2020) se podría llegar al riesgo del suicidio, en el cual influyen otros factores como consecuencia del confinamiento: violencia doméstica, consumo de alcohol, aislamiento, atrapamiento, soledad, duelo, e incluso el acceso a medios que emplean reportes irresponsables, alarmistas, amarillistas o no fundamentados en evidencia alguna. Recientes investigaciones, aluden al hecho de que las poblaciones de alto riesgo son las juventudes entre 15 y 24 años y las personas de la tercera edad, en especial aquellas que viven solas, así como personas en situación de desempleo o alto nivel de endeudamiento (Consejo Mexicano de Ciencias Sociales, 2020). Se entiende así, que “el sufrimiento emocional intenso y la desesperanza son comunes en las crisis humanitarias” (Organización Panamericana de la Salud, 2016, p.59).

Una vez conocidas las posibles consecuencias directas e indirectas de la pandemia, se considera que, al término del confinamiento social, se levantará la inmovilización obligatoria, puesto que ésta no puede sostenerse a largo plazo ya que implica un impacto social y económico. Los agentes gubernamentales en el ámbito de la salud la han denominado *nueva normalidad* (Gobierno de la Ciudad de México, 2020). La ciudadanía tardará varios meses en poder regresar a una vida similar a la que se estaba acostumbrado. La *sana distancia*, el lavado de manos y otras medidas, continuarán prevaleciendo en la cotidianeidad (Sarabia, 2020).

La problemática antes descrita, y de manera particular con un joven universitario, quien se ha vivido en el confinamiento necesario por la pandemia de la COVID-19, se puede explicar desde distintas aproximaciones teóricas dentro de Psicología. En la presente investigación, se realizará una explicación, tomando como base los conceptos de la Psicología Existencial Humanista.



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Con base en los conceptos de la visión existencial y la logoterapia de Viktor Frankl (2019), se rescatarán algunos elementos clave para el análisis de la experiencia de un joven universitario. Dichos elementos son la voluntad de sentido, vacío existencial y neurosis colectiva, las cuales cobran relevancia y significado de acuerdo con el contexto actual. En el caso de la voluntad de sentido, el hecho de que la persona busque su propio sentido de vida constituye una fuerza primaria y no una racionalización secundaria de sus impulsos instintivos, lo cual es único y específico, y una vez descubierto este sentido de vida, se desarrolla la capacidad de vivir e incluso morir por ello. Dice el autor que este proceso es evidentemente complejo, ya que las circunstancias se le presentan al individuo como algo complicado. Llegar al logro de la voluntad de sentido se convierte en un sinuoso camino lleno de restricciones. Se malogra el sentido de vida, llevándose así a la frustración existencial.

La frustración existencial conduce a la neurosis, descrita por Frankl (2019) como neurosis noógena. Se entiende que no todos los conflictos son neurológicos; algunos pueden ser comunes e incluso saludables en cierta dosis de conflictividad. El vacío existencial, por otro lado, es un fenómeno que se da al no conservar tradiciones que marcan una actuación socialmente aceptada, en donde la persona carece de instinto para guiar su conducta y con frecuencia no sabe cómo debe comportarse. Este concepto puede complementarse de manera muy interesante con el Complejo de Jonás, en el cual se comprende el miedo al crecimiento propio. Maslow (2001) hace mención de este autosabotaje en donde no sólo se reprimen los impulsos peligrosos, desagradables o amenazadores, sino que también se ven afectados los mejores y más nobles impulsos. Este proceso se mantiene vigente y constante en nuestra sociedad reduciendo aquellas nuevas ideas presentes o que busquen potenciar las capacidades del ser, para llegar a la autorrealización. Se niegan por completo los esfuerzos para pasar como una persona promedio. Las personas sumergidas en esta experiencia se enredan en cómo manejarse y la forma de considerarse a sí mismos. El estado de limitación en la confianza por las propias



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

potencialidades, capacidades, anteponiendo expectativas ajenas antes que las propias expectativas, se convierte en un estado neurótico de sufrimiento. Dicho de otro modo, la neurosis es un estado de limitación del crecimiento personal. De la Serna (2020) complementa estas ideas, más de cincuenta años después de los postulados de la logoterapia y de lo transpersonal, argumentando que una experiencia limitada, tiende a caer en el conformismo o totalitarismo. En la situación actual por el confinamiento, se produce una reducción en la atención, concentración, pensamientos dispersos y superficiales, exceso de cansancio o irascibilidad, como consecuencias del insomnio bajo el confinamiento, que priva a hombres y mujeres de su vida cotidiana y concebida por el autor como vida funcional.

Frankl (2019), argumenta que cada época tiene su propia neurosis colectiva. En su momento, el vacío existencial fue la neurosis colectiva más frecuente, la cual se describe como una forma personal de nihilismo. En la actualidad se identifican diversos elementos del diario devenir como causas de la neurosis colectiva, encontrándose en los más frecuentes las problemáticas relacionadas con el estrés, depresión, incertidumbre, insomnio, enojo y agotamiento emocional (Brooks, et al. 2020). Ante este panorama resulta interesante formular el cuestionamiento sobre la presencia de este nihilismo en la posmodernidad. En la vida cotidiana y con la situación del aislamiento social por la pandemia, es probable que al salir a la calle se encuentre con una numerosa cantidad de personas que no mantienen alguna medida de protección contra este virus, no sólo poniéndose ellos en riesgo, sino también a las personas con quienes se tenga contacto. La vulnerabilidad se potencializa y si bien es cierto que la persona es libre de elegir su manera de vivir, también habrá que considerar que en un discurso existencial, las decisiones tienen consecuencias sobre quien las toma, pero también afecta a terceros.

Con respecto al tema de la decisión, habrán de considerarse tres aspectos relevantes: en primer lugar, la persona es angustia, y esta proviene del reconocerse como alguien que elige y que toma decisiones, tanto para sí



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

mismo/a como para la humanidad; posterior a ello aparece el desamparo, dentro del cual, suponiendo de la inexistencia de Dios, la persona se encontrará sola durante este camino. Finalmente aparece la desesperación, en la cual, la persona se compromete con la elección y a no descansar en la esperanza de su propia realización (Sartre, 2019). Paradójicamente la libertad, concebida desde una perspectiva humanista, al presentarse en la persona tiene también limitaciones, ya que está sujeta a condiciones biológicas, psicológicas y sociales.

De acuerdo con Frankl (2019) el sufrimiento es una forma de encontrar el sentido a la vida. Cuando la persona hace frente a algo que vive como tragedia, de alguna forma, la experiencia en el mundo ofrecerá una nueva oportunidad para realizar el valor supremo y cumplir un sentido más profundo. La visión del autor es optimista, arguyendo que el sentido inicia por la aceptación del sufrimiento, el cual es entendido como un valor, el cual no reside sobre el sufrimiento mismo, sino en la actitud como se se toma sobre ello. Si bien, el sufrimiento no debe ser necesario, le dota a la persona una nueva perspectiva de la experiencia. Se observan cambios importantes en cuanto a la despreocupación, si es que la hubo, de la persona frente a la situación entendida subjetivamente como grave.

En el caso del confinamiento, se hizo un llamado a la sociedad en general para guardar las precauciones, una *sana distancia*, para no enfermar, ni enfermar a otros; sin embargo, muchos agentes gubernamentales se han mostrado indiferentes al no acatar las mismas órdenes que tanto divulgan. Se ha visto a autoridades y personas que ejercen la función pública sin utilizar mascarilla algún dispositivo que proteja ojos, nariz y boca, sin guardar la distancia sugerida o compartir un espacio con cierto número de personas, cayendo así en un doble discurso. Sobre ello, se identifica un elemento más, descrito por Maslow: la desacralización. Este mecanismo de defensa, en donde se pierde la fe con respecto a la credibilidad y valores hacia una institución que recurre al impulso y no a la responsabilidad (Corchado, 2016), además de



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

perder el sentido de credibilidad hacia la institución gubernamental, pasa algo similar con la propia situación, donde a través del desamparo se da por perdida la esperanza de *recuperar sus vidas* como lo fue hace tiempo.

Ante este panorama, donde se alude a la actitud y postura ante las situaciones difíciles por un lado, así como la falta de credibilidad en las personas que gobiernan y a la vez, generan los dispositivos de cuidado personal durante la pandemia, se suma el desafío ante la circunstancia adversa, llegando a ocurrir cosas que incluso están de la imaginación (Frankl, 2019). Son las neurosis o enfermedades de la deficiencia como menciona Maslow (1990), causadas por privación de distintas necesidades, las que hacen su aparición. Se identifican con claridad como desadaptación o adaptación fallida.

Para hacer referencia a estas dificultades típicas que aquejan a una población, uno de los conceptos que utilizó Rogers (1992) para comprender las consideraciones respecto de la neurosis, es la noción básica del Self, que pertenece a su visión más amplia de los procesos constituyentes de la subjetividad tal cual como lo experimentan las personas y a su estructura, a través de la interacción con el entorno, esto como resultado de los intercambios con otras personas que implican evaluaciones o juicios respecto de sus vivencias y conductas (Sassenfeld, 2005). Para el infortunio, es evidente que la sociedad no está sincronizada con una tendencia a actualizar las potencias individuales o colectivas. Rogers se refiere como *tendencia actualizante* a esta capacidad para evaluar con el organismo lo que en cada instante le ayudará a creer y desarrollarse. La persona ha sido reducida únicamente a recibir reforzadores positivos condicionales, mediante recompensas al concordar con lo socialmente ya establecido, por lo que se habría de desarrollar un ideal de sí mismo o el Self (Celis, 2006).

A la desincronización del ideal del sí mismo se le define como neurosis, sobre lo cual entre mayor distanciamiento mayor será la incongruencia; es decir, el desacuerdo entre la manera de percibirse a sí mismo con lo que



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

realmente se experimenta. Por otro lado, se considera a una persona congruente como un ser que valeroso, íntegro, que no renuncia a sus principios y a su verdad (Celis, 2006; Tortosa y Civera, 2006). Ejemplificando lo anterior, en el caso que nos ocupa, se identifica que una persona vive en la congruencia si promueve la salud para evitar contagiarse por coronavirus y al mismo tiempo toma toda clase de medidas en el momento que decide salir de su casa; le da importancia. En contraste, quien decide promover a favor de la salud, pero no mantiene los cuidados sugeridos, demuestra incongruencia.

Una vez que la persona ha llegado a cierto grado de congruencia buscará llegar a la autorrealización, y ya que ha logrado concretar este logro, se caracteriza por tener una percepción eficiente de la realidad, muestra respeto por sí misma y por la otredad. No confunde los medios con los fines, se resiste al conformismo social, es autónoma como persona e independiente; se plantea problemas más allá de las necesidades inmediatas, entre otras cualidades (Tortosa y Civera, 2006). Pero este estado no es otorgado de un día para otro, o en cierto día en específico, sino que es un proceso, para lo cual Maslow (1977, citado en Corchado, 2016) jerarquiza las necesidades desde el aspecto biológico como necesidades fisiológicas (comida, bebida, sueño, etcétera), pasando por necesidades de seguridad (seguridad psicológica), necesidades de pertenencia y amor (afiliación, aceptación y afecto), necesidades de estimación (competencia, aprobación y reconocimiento) y necesidades estéticas y cognoscitivas (conocimientos, ciencia, bondad, justicia, belleza, orden y simetría) para llegar a la autorrealización en ese orden. Se considera que sólo se avanza a la siguiente categoría si se cumple la anterior necesidad, además, habrá una especie de retorno, si las necesidades anteriores no han sido satisfechas correctamente. En este proceso dinámico, lleno de constantes vaivenes, la persona puede contactar con la resacralización, contraparte del concepto de desacralización ya mencionado, en donde se retoman aquellos valores y virtudes que han sido perdidos bajo la experiencia. No se deja en el olvido lo perdido, ya que posteriormente servirá para la autorrealización, donde



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

subraya la plenitud humana que evita falsas interpretaciones. Las personas autorrealizadas poseen como característica el aprender de los errores propios, como deficiencias, para comprometerse en pos del desarrollo personal (Maslow, 2007).

Maslow (2007) hace mención que cada época ha atribuido un *modelo ideal* y todas estas ideas han sido sacrificadas por la misma cultura, y lo poco a lo que se ha dado importancia es al hombre adaptado y sin problemas, es decir, aquel que es persistente y puede resistir bajo las circunstancias más complicadas (a quien es, más no que se hace). Se da un carácter irrisorio a la persona libre y autorrealizada; se le coloca como poco brillante y de dudosa validez. Si la persona pone de manifiesto su potencial para contraponerse ante la vicisitud, se conforma como su como principio rector y modelo; se convierte en su poco marco de referencia y se desarrolla íntegramente, autorrealizándose. Quien alcanza un estado de pleno desarrollo, manifiesta libremente su naturaleza interior, en lugar de doblegarla, oprimirla o negarla. En la visión de la experiencia que se vive por el confinamiento, desde esta perspectiva del modelo ideal, la persona se muestra poco eficiente para lograr la plenitud, mostrando poca fe y deprivada de crecimiento humano, aun cuando lo que más anhela es sobrevivir y esperar que la situación termine. La persona escucha, vive y contacta de manera directa o indirecta con un mayor número de descendos, lo cual le conduce a la posibilidad de rendirse.

Las ideas antes expuestas se asemejan a la experiencia de Viktor Frankl durante el holocausto judío, donde era recurrente observar y contaxctar con la miseria para la comunidad judía. Mencionaba Frankl (2019) que necesita de un cambio urgente frente a la situación problemática con una transformación en la actitud frente a la vida. Se requiere de un aprendizaje del sí mismo y ayudar a quien se encuentra desesperado, considerando que no importa lo que se espere de la vida, sino más bien, lo que la vida espere de nosotros. Menciona Víktor que se tendría que dejar de cuestionar cuál es el sentido de la vida, para posteriormente percatarse que ella es quien plantea las preguntas. Vivir es



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

asumir la responsabilidad de encontrar la respuesta correcta a cuestiones planteadas, y aquellas obligaciones y tareas son consecuencia del sentido de vida. Una situación puede exigir a la persona que construya su propio camino bajo cierto tipo de acciones, en donde puedan aprovecharse las oportunidades y vivir en consecuencia. Frankl (2019), citando a Sartre (2019) alude al hecho de que “elegir ser esto o aquello, es afirmar al mismo tiempo el valor de lo que elegimos, porque nunca podemos elegir mal; lo que elegimos es siempre el bien, y nada puede ser bueno para nosotros sin serlo para todos” (p.24).

Por tanto, la finalidad de esta investigación es conocer y analizar desde una perspectiva fenomenológica, la experiencia de un joven universitario que se encuentra en confinamiento por la pandemia, interpretando dicha vivencia desde los postulados de la psicología existencial humanista.

METODOLOGÍA

Se llevó a cabo una investigación de corte cualitativo con estudio de caso único, por medio de entrevista semiestructurada, partiendo del principio de los estudios culturales descrito por Sautu (2008; citado en Merlino, 2008), el cual los define como la focalización en las experiencias, considerando el componente subjetivo, tanto en las ideas moldeadas a nivel social como las construidas y propias. Se realizó un análisis fenomenológico y hermenéutico, de tal suerte que pudiera comprenderse la experiencia del participante, con los postulados teóricos de la psicología existencial humanista.

El participante, a quien por motivos de confidencialidad se le ha llamado *Cisneros*, es un joven estudiante de la Carrera de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, Universidad Nacional Autónoma de México, cuya edad es de 21 años y reside en Coacalco, Estado de México. Cisneros vive con sus tíos y primo, y durante el confinamiento contrajo la enfermedad de COVID-19. Una vez que se le explicó el motivo de la investigación y haber firmado el correspondiente consentimiento informado, se procedió a realizar una entrevista con duración de veintiún minutos



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

contemplando diferentes elementos de análisis, mismos que fueron revisados de acuerdo con la propuesta metodológica de Merlino (2008), Álvarez-Gayou (2008) y Martínez (2017).

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

De la experiencia compartida por *Cisneros* a través del discurso libre, se interpretan algunos de los elementos de análisis expuestos por la teoría existencial-humanista, de lo cual, se rescatan fragmentos del diálogo, en la siguiente expresión “... luego me pongo a pensar en lo que yo hacía, a donde iba, con las personas que estaba y es como de... se extraña hacer esas cosas y este... pues sí, es un gran cambio en nuestros patrones de conducta y emocionales en lo que hacía día a día y con quien me relacionaba, pues si he sentido un gran cambio” donde se rescata el concepto de vacío existencial, que de acuerdo con Frankl (2019) el vacío existencial es manifestado principalmente en un estado de tedio y manifestado bajo distintas formas, en este sentido se señala la nostalgia sobre aquello que era cotidiano y ahora no está presente. En los fragmentos “... yo creo que apreciar a las personas que tienes en tu casa y que quieres ¿no? O sea, y verle no el lado positivo ¿no? Pero tener una buena aptitud [sic] ante las cosas...”, “... apreciar a las personas, no solo a tus seres queridos sino a todos y valorarlos ¿no? Y hacer acciones que nos ayuden pues socialmente, no solo pensar en uno mismo sino los demás” en donde se interpreta el sentido de vida, lo cual refiere a aceptar que el sufrimiento es entender que, durante las situaciones inevitables, inapelables o irrevocables, se ofrece la oportunidad de encontrar significado al padecer (Frankl, 2019). En la expresión “... esto que he estado aprendiendo pues tiene bastantes aplicaciones ¿no? Y puedo ayudar a otras personas no solo a las que se le mueren familiares sino por lo que pasaron por un este... un abuso sexual...” se interpreta el camino hacia la autorrealización, de acuerdo con Maslow (2001) uno de los puntos para lograr la autorrealización es la necesidad estética y cognoscitiva, dentro del cual se hace mención de aspectos como ciencia, bondad y orden, en este caso el entrevistado hace mención de



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

dirigir su la actividad mediante la ciencia para el beneficio de los otros. En la siguiente expresión “... yo siento que cumplo con lo que debo ¿no? Quedarme en mi casa y no salir a ir a fiestas y eso, pues siento que estoy contribuyendo en algo” se hace referencia a la libertad, dado que una acción aparentemente tan simple como el hecho de mantenerse en casa encaja adecuadamente con lo expuesto por Sartre (2019), cada acción llevada a cabo por la persona trae consigo consecuencias que no solo son individuales, sino que efectúan en terceros y más que ello, mantener confinamiento es una decisión que ve por el cuidado común.

El concepto de desacralización se interpreta a través de la siguiente respuesta frente a una cuestión personal sobre las medidas gubernamentales para controlar la situación “... realmente como ineficaz ¿no? En lo que era... por ejemplo antes de entrar en semáforo rojo otra vez, yo siento que era ineficaz como el gobierno pretendía que nosotros entendiéramos eso, pero realmente no es tan su problema ¿no? ...” la desacralización se da en el momento que la persona pierda la fe y los valores hacia una institución basado en su experiencia (Corchado, 2016), por otro lado, se interpreta la resacralización de la siguiente expresión “... yo creo que... se pueden hacer otras medidas de seguridad como un toque de queda, por ejemplo, en otros países se implementa eso de que a las 10 nadie sale hasta tal hora, entonces me parece que se pudo haber implantado para... este... para que no hubieran tantos contagios...” entonces, puede retomarse aquello que ha sido perdido, el gobierno no hizo uso de estrategias que tuvieran un mejor manejo de la situación, sin embargo hay propuestas recomendables para modificarla (Corchado, 2016).

Por último, en el siguiente fragmento “... hacer acciones que nos ayuden pues socialmente, no solo pensar en uno mismo sino los demás...” se presenta una tendencia actualizante y, por ende, el Self, sobre lo cual, Rogers (1992) comenta que la sociedad no está sincronizada con una tendencia a actualizar las potencias individuales o colectivas, sin embargo, en la entrevista



Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

se hace referencia a una situación concordante con una propia valoración organísmica.

Tabla 1

Elementos de análisis de la entrevista, transcripción de la experiencia e interpretación hermenéutica.

Elemento de análisis	Experiencia reportada	Interpretación existencial-humanista
Vacío existencial	“... luego me pongo a pensar en lo que yo hacía, a dónde iba, con las personas que estaba y es como de... se extraña hacer esas cosas y este... pues sí, es un gran cambio en nuestros patrones de conducta y emocionales en lo que hacía día a día y con quien me relacionaba, pues si he sentido un gran cambio”	De acuerdo con Frankl (2019) el vacío existencial es manifestado principalmente en un estado de tedio y manifestado bajo distintas formas, en este sentido se señala la nostalgia sobre aquello que era cotidiano y ahora no está presente.
Sentido de vida	“... yo creo que apreciar a las personas que tienes en tu casa y que quieres ¿no? O sea, y verle no el lado positivo ¿no? Pero tener una buena aptitud [sic] antes las cosas...” “... apreciar a las personas, no solo a tus seres queridos sino a todos y valorarlos ¿no? Y hacer acciones que nos ayuden pues socialmente, no solo pensar en uno mismo sino los demás”	Aceptar el sufrimiento es entender que durante las situaciones inevitables, inapelables o irrevocables, se ofrece la oportunidad de encontrar significado al padecer (Frankl, 2019).
Autorrealización	“... esto que he estado aprendiendo pues tiene bastantes aplicaciones ¿no? Y puedo ayudar a otras	Uno de los puntos para lograr la autorrealización es la necesidad estética y cognoscitiva, dentro del cual



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

	<p>personas no sólo a las que se le mueren familiares sino por lo que pasaron por un este... un abuso sexual...”</p>	<p>se hace mención de aspectos como ciencia, bondad y orden, el entrevistado hace mención de dirigir su la actividad mediante la ciencia para el beneficio de los otros (Maslow, 2001).</p>
<p>Libertad</p>	<p>“... yo siento que cumplo con lo que debo ¿no? Quedarme en mi casa y no salir a ir a fiestas y eso, pues siento que estoy contribuyendo en algo”</p>	<p>Una acción aparentemente tan simple como el mantenerse en casa encaja adecuadamente con lo expuesto por Sartre (2019) sobre la libertad, cada acción llevada a cabo por la persona trae consigo consecuencias no solo son individuales, sino que efectúan en terceros y más que ello, mantener confinamiento es una decisión que ve por el cuidado común.</p>
<p>Desacralización</p>	<p>“... realmente como ineficaz ¿no? En lo que era... por ejemplo antes de entrar en semáforo rojo otra vez, yo siento que era ineficaz como el gobierno pretendía que nosotros entendiéramos eso, pero realmente no es tan su problema ¿no?”</p>	<p>La desacralización se da en el momento que la persona pierda la fe y los valores hacia una institución basado en su experiencia (Corchado, 2016).</p>
<p>Resacralización</p>	<p>“... yo creo que... se pueden hacer otras medidas de seguridad como un toque de queda, por ejemplo, en otros países se implementa eso de que a las diez nadie sale, hasta tal hora, entonces me parece que se pudo haber implantado para... este... para que no hubieran tantos contagios...”</p>	<p>Por otro lado, puede retomarse aquello que ha sido perdido, el gobierno no hizo uso de estrategias que tuvieran un mejor manejo de la situación, sin embargo hay propuestas recomendables para modificarla (Corchado, 2016).</p>



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Tendencia actualizante / Self	“... hacer acciones que nos ayuden pues socialmente, no solo pensar en uno mismo sino los demás...”	Rogers (1992) comenta que la sociedad no está sincronizada con una tendencia a actualizar las potencias individuales o colectivas, sin embargo en la entrevista se hace referencia a una situación concordante con una propia valoración orgánsmica.
-------------------------------	---	--

Nota: Se colocan algunos fragmentos de la entrevista en los que el participante hace alusión a los conceptos clave de la teoría existencial humanista explicados en la introducción, mismos que se recuperaron en la tercera columna.

CONCLUSIONES

La pandemia por COVID-19 ha impuesto una nueva forma de vivir. Lo que empezó con un número de contagios en cierta región, se expandió por todo el mundo causando una serie de infortunios para la población sin respetar distinción de raza, nivel socioeconómico, nacionalidad o ubicación geográfica. Esta problemática trajo consigo diversas problemáticas, tanto a nivel físico (a nivel sintomático y por secuelas), como de tipo social y personal. La restricción con respecto a las relaciones personales limitó la experiencia del compartir, del ser y estar con la otredad: y desde luego, a nivel psicológico, repercutió con diferentes afectaciones que van desde ansiedad, problemas de estrés, depresión y conductas asociadas al suicidio.

Muchos de los conceptos expuestos a partir de la teoría Existencial Humanista cobran sentido en el plano de la vida en tiempos de pandemia. Principalmente Maslow, Frankl y Rogers son de gran ayuda para comprender la experiencia de una persona que ha sido contagiada por esta enfermedad y que vive en confinamiento. Con Frankl estos conceptos toman lugar con la analogía del momento histórico que le tocó vivir, en donde ciertamente la esperanza de vida para su pueblo no era precaria y parecía no haber esperanza. En la actualidad no se presenta la represión de un pueblo vulnerado por su origen y creencias, en donde se condena a muerte por el hecho de pertenecer a



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

él, pero sí una circunstancia totalmente imprevista que ha frenado el desarrollo de la persona individual y del colectivo social. El vacío existencial y el sentido de vida evidencian el cuestionamiento que hay frente a un momento complicado e inhabitable. En ambas situaciones una persona tiene la libertad de dirigir sus decisiones a simplemente apostar por el nihilismo, aunque existe también la posibilidad de tomar el sentido del sufrimiento como lección para un cambio de actitud y dirigirse hacia el camino de la autorrealización. La persona que se encuentra en este proceso es capaz de ponerle frente a la situación y no se deja vencer, adopta una antítesis frente aquello que es incongruente, pero también propone una forma de solucionarlo. La persona puede dirigirse hacia la tendencia actualizante; sin embargo, no en todos los casos la sociedad está sincronizada con esta inclinación hacia el desarrollo personal. Las potencialidades individuales y colectivas cobran sentido, aludiendo a Rogers, quien propone en su teoría una valoración orgánica del Self o ideal de sí mismo, y que en caso contrario de ocurrir así, se pondría de manifiesto un estado de neurosis.

La persona, a pesar de enfrentar las más complicadas circunstancias que la vida pone en su camino, cuenta con la opción afrontarlas desde la libertad y responsabilidad y si bien una pandemia por coronavirus es algo que pone en conflicto a la persona como ser biopsicosocial en su vida cotidiana, es esa misma persona quien decide y actúa en pos de su crecimiento personal, tomando del sufrimiento aquello necesario para encontrar el sentido de su existencia, aprender de ello y continuar con el desarrollo de sus potencialidades.



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 - 1441 (Versão digital)

REFERENCIAS

- Álvarez-Gayou, J. (2007). *Cómo hacer investigación cualitativa. Fundamentos y metodología*. México: Paidós.
- Aragón, R., Vargas, I., y Miranda, M. (2019). COVID-19 por SARS-CoV-2: la nueva emergencia de salud. *Revista Mexicana de Pediatría*, 86(6), 213-218.
- Brooks, S., Webster, R., Smith, L., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., y Rubin, G. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395, 912–20.
- Celis, A. (2006). Congruencia, integridad y transparencia. El legado de Carl Rogers. *Polis Revista Latinoamericana*, (15), 1-14.
- Consejo Mexicano de Ciencias Sociales. (Productor). (2020). *El impacto psicológico de la pandemia de COVID-19 en México / Carolina Santillán Torres Torija* [YouTube]. De <https://www.youtube.com/watch?v=tpfCq8cxxCk&list=WL&index=16&t=0s>
- Corchado, A. (2016). *La Psicología Humanista una aproximación teórica y experiencial*. México: Caballero Borja editores.
- Cortés, M. (2020). Coronavirus como amenaza a la salud pública. *Revista médica de Chile*, 148(1), 123-129.
- De la Serna, J. (2020). *Aspectos Psicológicos Del COVID-19*. España: Tektime.
- Frankl, V. (2019). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.
- Gobierno de la Ciudad de México. (2020). *Plan gradual hacia la nueva normalidad en la Ciudad de México*. México: Gobierno de la Ciudad de México.



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

- Gunnell, D., Appleby, L., Arensman, E., Hawton, K., John, A., Kapur, N., ... y Chan, L. (2020). Suicide risk and prevention during the COVID-19 pandemic. *The Lancet Psychiatry*, 7(6), 468-471.
- Inchausti, F., García, N., Prado, J., y Sánchez, S. (2020). La Psicología Clínica ante la Pandemia COVID-19 en España. *Clínica y Salud*, 31(1), 1-3.
- Martínez, M. (2017). *Ciencia y arte en la metodología cualitativa*. México: Trillas.
- Maslow, A. (1990). *Amplitud potencial de la naturaleza humana*. México: Trillas.
- Maslow, A. (2001). Complejo de Jonás. En A. Maslow (Ed), *Visiones del futuro* (pp. 83-88). Barcelona: Kairós.
- Maslow, A. (2007). *El hombre autorrealizado Hacia una psicología del ser*. Barcelona: Kairós.
- Merlino, A. (2008). *Investigación cualitativa en ciencias sociales. Temas, problemas y aplicaciones*. México: Cengage Learning.
- Organización Panamericana de la Salud. (2016). *Guía de intervención humanitaria mhGAP (GIHmhGAP). El manejo clínico de los trastornos mentales neurológicos y por uso de sustancias en las emergencias humanitarias*. Washington: Organización Mundial de la Salud.
- Rogers, C. (1992). *El proceso de convertirse en persona: Mi técnica terapéutica*. España: Paidós.
- Sarabia, S. (2020). La salud mental en los tiempos del coronavirus. *Revista de Neuropsiquiatría*, 83(1), 3-4.
- Sartre, J. (2019). *El existencialismo es un humanismo*. México: Editores Mexicanos Unidos.



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Sassenfeld, A. (2005). *Cinco concepciones de la neurosis en el enfoque humanista*. Chile: Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Chile.

Tortosa, F., y Civera, C. (2006). *Historia de la Psicología*. Madrid: McGraw-Hill.

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C., y Ho, R. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International journal of environmental research and public health*, 17(5), 1-25.

World Health Organization. (2007). *Ethical considerations in developing a public health response to pandemic influenza*. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization. (2020a). *Coronavirus disease (COVID-19) Situation Report (137)*. Recuperado de https://www.who.int/docs/default-source/sri-lanka-documents/20200605-covid-19-sitrep-137.pdf?sfvrsn=a13df572_2

Zepeda, F. (2003). *Introducción a la Psicología. Una visión científica humanista*. Estado de México: Pearson.

Recibido: 20/6/2021. Acepto: 20/10/2021.



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq
ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Autores:

Iván Suárez Ramírez

Psicólogo en formación por la Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Iztacala. Ha asistido a cursos y conferencias por la Universidad Nacional Autónoma de México, entre ellos “Iniciación a la investigación existencial humanista”, “Fundamentos teóricos y prácticos de la Terapia Cognitivo Conductual (TCC)”, “Las aves y la salud en tiempos de COVID-19”, “La función de las ciencias forenses y el acompañamiento psicosocial”, entre otros.

correo: ivansuarez.rmz@gmail.com

Angel Corchado Vargas

Licenciado en Psicología. Maestría, Especialidad y Doctorado en Educación. Formación como terapeuta con Orientación Humanista. Formación en manejo del estrés e inteligencia emocional por la Universidad del Claustro de Sor Juana. Ha sido profesor de Asignatura de la Universidad Iberoamericana, de la Maestría en Desarrollo Humano, Universidad de Occidente, Unidad los Mochis, Sinaloa y de la Maestría en Psicoterapia Gestalt, Universidad Gestalt de América. Ha sido Jefe de la Unidad de Relaciones Institucionales de la FES Iztacala. Autor del libro La Psicología Humanista: una aproximación teórica y experiencial, así como diversos artículos de investigación. Actualmente es Profesor de Carrera Asociado C Tiempo Completo y Responsable Académico del Proyecto PAPIME PE302821 Autocuidado emocional y cuidado del entorno, como elementos de transformación y cambio en jóvenes universitarios.

correo: angel.corchado@gmail.com