



Palabras Seminario Salud Mental

5 de abril 2023
Rosa Devés

Agradezco la invitación a dirigir unas palabras al inicio de este seminario sobre “Salud Mental en el Trabajo en la Universidad de Chile”, al que muy oportuna y sabiamente nos ha convocado la Dirección de Gestión y Desarrollo de Personas.

Antes de asumir la Rectoría dijimos que pondríamos especial énfasis en el bienestar y calidad de vida de la comunidad y que entendíamos que el estímulo al trabajo bien hecho debe ir siempre asociado al apoyo y al cuidado. Así, nos comprometimos a fomentar una cultura universitaria que estimulase el desarrollo de todas y todos sus integrantes, de manera que pudiesen desplegar todo su potencial, realizarse plenamente como personas y cumplir con sus funciones con excelencia y compromiso.

Todas y todos sabemos que la pandemia ha tenido efectos severos en la salud mental de nuestras comunidades; existen diversos estudios a nivel internacional y nacional que lo confirman. Pienso, sin embargo, que aún no hemos dimensionado del todo la magnitud de esta crisis en la vida de cada uno de nosotros, de nosotras. Baste preguntar a algún amigo, amiga o colega como vivió la pandemia, para que se desplieguen un sinnúmero de dolorosas historias personales y familiares, generalmente bien guardadas, las que hemos ido buscando superar con el mismo esfuerzo que nuestra comunidad demostró a nivel institucional en el momento de la lucha contra el virus. Seguimos funcionando, nos adaptamos, hemos vuelto a la presencialidad, pero con frecuencia gracias a un esfuerzo que se hace difícil de sostener en soledad.

He estado leyendo en estos días -debido a un compromiso académico- la segunda edición de un libro maravilloso, que está pronto a publicarse, y que se titula “Pedagogía Sentipensante” de la autora Laura Rendón, una investigadora estadounidense de raíces mexicanas.


La segunda edición se hizo necesaria precisamente por los efectos del Covid sobre nuestra convivencia. Si bien este libro tiene su foco en la pedagogía, pienso que el concepto “sentipensante” se puede (o quizás debe) ampliar a las relaciones en el trabajo y, especialmente, a las relaciones de trabajo en una comunidad universitaria.

La pedagogía sentipensante se funda en la convicción que una buena educación debe integrar el sentir y el pensar, cuidando el balance entre lo externo y lo interno. En esta visión, lo intelectual y lo intuitivo se unen para configurar un enfoque holístico de la enseñanza-aprendizaje, con el fin de generar no solo conocimiento sino sabiduría, poniendo atención no solo en los individuos, sino también en la comunidad de aprendizaje.

Sentir, pensar, el yo interno, el mundo exterior, lo intelectual y lo intuitivo, se dan la mano para el crecimiento personal y comunitario.

Qué duda cabe de que podemos llevarlo al ámbito de relaciones de trabajo. Exige, sin embargo, romper muchas barreras a las que estamos tan acostumbrados, que de tanta costumbre no identificamos como barreras, como por ejemplo la costumbre de dejar fuera la preocupación por el crecimiento personal y espiritual en el ámbito laboral.

La creciente preocupación por los niveles de ansiedad, depresión y otras situaciones que afectan la salud mental de las personas nos ha llevado a focalizarnos especialmente en las y los jóvenes, pero sabemos que no son exclusivas de esta generación, y también que cruzan todos los campos profesionales. Enfrentar este problema complejo requiere de cooperación en la búsqueda de sus posibles soluciones y nos llama a conversar, a conocernos mejor y a establecer los lazos de confianza para que esas conversaciones puedan darse.



En la Universidad de Chile tenemos la tradición de una universidad pública donde lo personal suele dejarse bien guardado en el hogar, en el espacio privado. Esta creencia o costumbre fue algo que debimos enfrentar cuando iniciamos el trabajo en equidad e inclusión, y nos propusimos educar conscientes de las historias diversas de cada uno, cada una, reconocerlas y ponerlas en valor. Recuerdo vívidamente que en esos tiempos surgió la pregunta si era legítimo intentar conocer más a nuestros y nuestras estudiantes. Los años en este trabajo nos han enseñado que no se puede educar integralmente si no se hace con conciencia de las biografías de quienes han confiado este importante proceso en nosotros.

Hoy -pienso- debemos dar un paso más y hacernos cargo colectivamente de nuestros sentires, en nuestras relaciones laborales. La pedagogía sentipensante -a la que me refería- nos dice que una forma de avanzar en conocimiento es exponiendo nuestras biografías, que es lo contrario de dejar en el hogar esa persona que somos. Este es un cambio radical, pero necesario para generar una comunidad auténtica que se respeta y se aprecia.

Este espíritu -no tengo dudas- anima el trabajo que está realizando la DGDP y que se expresa en este seminario que nos reúne desde la riqueza de los distintos roles y capacidades, invitándonos a reflexionar, a mirarnos a la cara, para visualizar nuestras debilidades institucionales

con humildad, y asumirlas de manera creativa, propositiva y constructiva.

Este ejercicio de mirarnos y de identificar nuestras brechas y gestionarlas condujo a la Política de Buenas Prácticas Laborales, y una vez que reconocimos nuestras fortalezas y espacios de mejora se ha podido trazar una ruta de implementación y visibilización de buenas prácticas en las distintas dimensiones del trabajo en todos nuestros organismos universitarios. A partir del diagnóstico realizado, emergió la salud mental en el trabajo como uno de los tópicos que debíamos enfrentar con prioridad y hoy manifestamos nuestro más profundo compromiso de acompañar ese esfuerzo.

Estamos en tiempos de cambios, cambiemos la forma de encontrarnos y de relacionarnos. Un balance más armónico entre lo intelectual, lo social, lo emocional y la vida interior, nos hará sin duda mejores a todas y todos, y como resultado hará más grande a esta Universidad.

Muchas gracias.



Rosa Devés Alessandri
Rectora de la Universidad de Chile

