

Resiliencia, tolerancia al estrés y flexibilidad



Esta obra fue pintada por George Grosz en plena Guerra mundial en 1916, Grosz se encontraba en el frente y debido a la guerra estaba bastante traumatizado, aprovechó los dos permisos que le concedieron para volver a Berlín donde pintó el cuadro. Esta obra atravesó uno de los episodios más trágicos de censura artística de toda la historia del siglo XX, que fue la censura del periodo nazi.

A raíz de los episodios vividos a lo largo de la guerra Grosz nos deja ver a través de la obra una visión un tanto apocalíptica del Berlín de la época. Tiene un aspecto futurista con las líneas de fuga, compartimentación del espacio. Las figuras que vemos la trata de forma expresiva. Nos muestra una muchedumbre que huye, chocándose unos con otros. Nos muestra una cierta esperanza, para él la esperanza era EEUU, y como vemos en uno de los edificios podemos observar la bandera de EEUU, la veían en aquella época como la tierra prometida.

El skills que he elegido para interpretar esta obra es la resiliencia, tolerancia al estrés y flexibilidad. En la obra vemos como el autor es capaz de convertir un hecho que para él fue traumático en una obra que se ha convertido hoy día en una de las más importantes del museo Thyssen. Además, posteriormente tuvo que enfrentarse a la huida de su país natal y el traslado al país que él veía como su salvación, EEUU. En tiempos en los que existe una guerra las personas acaban aprendiendo a ser flexibles con las circunstancias que están viviendo, y deben ser capaces de adaptarse rápidamente a los cambios.

Tienen que reponerse rápidamente de los momentos traumáticos, los contratiempos, las adversidades y el estrés. Son momentos de incertidumbre donde no sabes que va a pasar unos segundos después, aprendes a vivir en constante alerta. Pero tarde o temprano acaba pasando y acaba viéndose ese rayo de luz al final del túnel que para el autor era EEUU. A lo largo del periodo que duró la crisis sanitaria que hubo mundialmente, todos tuvimos que aprender a desarrollar la resiliencia, eran momentos de mucha incertidumbre y de adversidades, todo el mundo tenía miedo a que sus familiares enfermaran o muriesen como consecuencia del COVID-19. Atrajo cambios que afectaron a todas las áreas de nuestra vida, tanto las personales

en las que aprendí a relacionarme de manera diferente, ocupar de diferente forma mi tiempo, y a darle importancia a la gente que realmente me rodea y me importa. En lo laboral aprendimos lo que era el teletrabajo, en mi caso por aquel entonces seguía en la universidad, pero cambiaron por completo las clases, ya no eran presenciales, sino que eran a través de una pantalla, perdimos toda la parte social el compartir con amigos, pero sobre todo perdimos la libertad. Haber sido capaces de haber gestionado estos cambios ha sido para mí uno de los mayores retos a los que me he enfrentado.

En la actualidad vemos lo importante que es desarrollar estas habilidades a raíz del COVID-19, hemos experimentado cambios que nos acompañarán para siempre. Debemos tener autocontrol y saber manejar nuestras emociones para poder evitar comportamientos negativos que no nos beneficien.