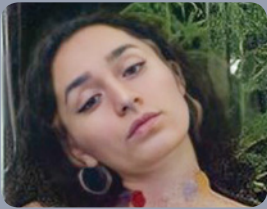


## ¿QUÉ ENSEÑANZA TE DEJÓ EL 2020?

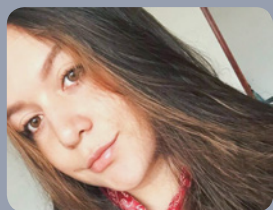


**ANA MARÍA  
CASTAÑEDA**  
Carrera de  
Antropología

El 2020 ha sido un año muy particular, la pandemia y el confinamiento me llevaron a experimentar y aprender cosas que en otro caso jamás hubiera aprendido. Entendí la importancia de dedicarme tiempo, de desarrollar habilidades y actividades que me nutren tanto emocional como espiritualmente. He tenido el tiempo para ponerle atención a mi cuerpo y a mis emociones, a mantener cerca a las personas a las que quiero y que me quieren, a mi familia y a las amistades que, aunque casi nunca vea, siempre están para brindar apoyo y amor. Si bien fue un año difícil, agradezco que me hizo consciente de las cosas que debo valorar en la vida, de los sueños que quiero cumplir en un futuro, y de lo afortunada que soy por estar rodeada de gente inteligente, crítica y amorosa.

El 2020 me enseñó muchas cosas. A nivel familiar me enseñó a convivir con mis papás, nunca en mi vida había compartido tanto tiempo con mi mamá, debido a que ella siempre estaba en la oficina o viajando por trabajo. Nuestras interacciones entre semana se limitaban a estar juntos en las mañanas desayunando, y cenando en las noches. A nivel profesional/académico, me enseñó a ser más disciplinado y autónomo con mis proyectos. Por último, a nivel personal, este año tan caótico me ha enseñado la verdadera importancia que tienen las personas en mi vida, me ha demostrado quiénes son los que de verdad me importan y quiénes de verdad están a mi lado.

**SEBASTIÁN  
BULLA**  
Carrera  
de Diseño  
Industrial



**DANIELA  
QUIBANO**  
Carrera de  
Comunicación  
Social

Este año he vivido grandes retos y me he enfrentado a situaciones imprevistas que nunca esperé. Todo esto para enseñarme la importancia de apreciar las pequeñas cosas y a las personas que me rodean, o que de alguna forma hacen parte de mi vida, entendiendo que todo puede transformarse cuando menos lo esperamos. La distancia y las nuevas realidades no son sencillas de asimilar, pero el 2020 me ayudó a entender los cambios y a saber adaptarme a cualquier situación sin importar lo extraña o complicada que parezca. Empezar a vivir al máximo cada momento y poder apreciar a cada persona, cada enseñanza y lo que tenemos, son aprendizajes que sé que quedarán para mi vida y aplicaré en cualquier situación difícil que deba afrontar.

Mis aprendizajes en este 2020 han pasado por el filtro de la sensibilización ante dos temas importantes: la salud mental y nuestro lugar en el mundo, conceptos que a diario escuchamos, pero lamentablemente no prestamos atención. Sin embargo, el aislamiento, las responsabilidades académicas y el no tener la capacidad de cambiar una situación adversa, generaron ansiedad, sensación de ahogo y gran malestar. Aunque, seguramente esto no se compara con la magnitud de una enfermedad mental, me llevó a revalorar mi fe y mi creencia en Dios, como cristiano ha sido mi salvavidas, mi resguardo y la razón de levantarme día a día. En segundo lugar, preguntarme por nuestro lugar en el mundo y de esta forma abrirme a nuevas curiosidades intelectuales sobre los procesos históricos que formaron el mundo actual y aquello que nos forja como seres humanos.

**MATEO  
BELTRÁN**  
Carrera de  
Historia

