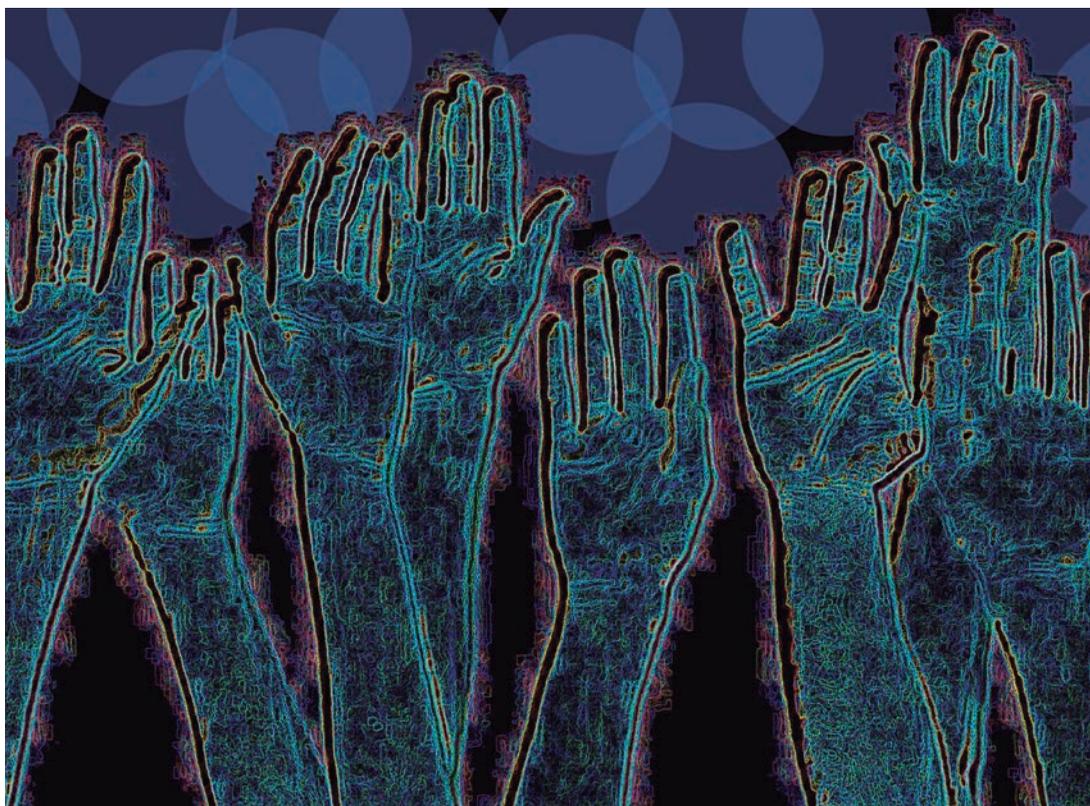


Tiempo para los demás

Con la llegada de la segunda ola de la COVID-19 han vuelto a resurgir los miedos y frustraciones de los primeros meses de confinamiento.

F

Entre los muchos sectores afectados está el de los jóvenes que acaban de terminar sus estudios y están esperando a incorporarse al mundo laboral. Porque el virus no se lo está poniendo nada fácil. Por eso, es esperanzador conocer el testimonio de jóvenes que, en medio de esta situación de incertidumbre, se están apoyando en todo lo que han aprendido y no pierden la esperanza. Es el caso de María Flores y Erika González, que han estudiado Psicología en la Universidad de Deusto y acaban de finalizar su máster de especialización: en Psicología Jurídica y Forense y en Psicología General Sanitaria, respectivamente. Para todos aquellos que se encuentren en una situación parecida, su receta es clara: mucha paciencia, dedicación y ganas. En estas líneas van a contarnos cómo han afrontado ellas el periodo de confinamiento, sus expectativas de futuro y algo que sigue vigente en tiempos de COVID: el voluntariado. Veremos cómo la dedicación de ambas a distintos voluntariados ha contribuido a configurar su perfil profesional. Porque tanto María como Erika consideran que esas experiencias seguirán vivas en el futuro ejercicio de su profesión. Con o sin pandemia.



María Flores lleva años colaborando en actividades de los Focolares, en 2016 también lo hizo con Gorabide, una asociación que apoya a las personas con discapacidad intelectual de Bizkaia, y en 2019 con una red de centros dedicados a la salud mental. Al terminar el máster, comenzó a replantearse algunas cosas y decidió hacer un parón para pensar. Parón que se tornó obligatorio con la llegada de la COVID-19.

«Al terminar el máster estaba un poco frustrada, pero este parón ha sido muy reconfortante para mí; me ha dado la oportunidad de reconectar conmigo misma, con mi profesión y ver que estoy en el camino correcto. Ahora me siento preparada y esperanzada. Voy a

Erika también lleva colaborando con los Focolares desde 2014, de 2016 a 2018 lo hizo con la Fundación Síndrome de Down del País Vasco y con la Casa Nazaret de Tánger, y en 2019 hizo voluntariado en una residencia de ancianos.

«Para mí, el parón de la COVID-19 ha sido una oportunidad para hacer las cosas de forma distinta, poder hacer aquello que quería y para lo que no tenía tiempo y cambiar mi perspectiva respecto al trabajo diario. He tratado de hacer las cosas porque verdaderamente *quería*, y no tanto porque *debía*. Es decir, teniendo tanto tiempo durante el día, he podido organizarme de una manera en la que pudiera disfrutar de las obligaciones (como los estudios, el trabajo, cursos...) y de mis aficiones (pintar, aprender a cocinar, poner al día la agenda...).

desempeñar mi labor en el ámbito de la justicia, un espacio en el que creo que la Psicología tiene mucho que aportar. Solo espero que todas las competencias adquiridas a lo largo de estos últimos años, así como el esfuerzo y la dedicación, puedan transformarse en pequeñas y grandes gratificaciones que den un sentido a la vida de los demás.

»No sé si los voluntariados han configurado mi perfil o si han sido un medio por el que he seguido alimentando mis ganas de estar y participar con los demás. Lo cierto es que llevo muchos años como voluntaria en distintos sectores y sin eso no sería la misma, porque lo que te enseñan las personas en este tipo de experiencias no se aprende ni en cursos ni en seminarios. Es algo que se vive. Así que espero poder continuar haciéndolo en la medida que pueda porque no creo que “hacer voluntariado” deba ser algo decorativo de un CV, sino que es

No obstante, también es cierto que he tenido que hacer alguna renuncia, y lo que más me ha entristecido ha sido no poder continuar con mis prácticas de máster y perder el contacto con lo que más me gustaba. Ahora que, poco a poco, todo vuelve a su funcionamiento, me siento con más ganas que nunca. Echo de menos la práctica psicológica y, sin duda, el contacto con los demás. Me he dado cuenta de que necesito de los otros y de que trabajar como psicóloga es algo que me satisface.

»He realizado voluntariados en torno a dos colectivos, infancia y discapacidad intelectual. Y ambos me han ayudado a ser más flexible ante diferentes situaciones, a ser más paciente y, sobre todo, me han hecho ver que las cosas requieren tiempo y que todo lo bueno que uno pueda aportar a los demás, por pequeño que sea, siempre va a ser reconfortante para el otro. Tanto es así que durante este último parón he decidido que quiero desempeñar mi trayectoria profesional por y para



tener conciencia de la realidad y vivir comprometida con ella siempre que se pueda. Como consejo a aquellos que tengan miedo a lo que tienen delante, les diría que se permitan parar y pensar porque muchas veces lo queremos todo rápidamente y no reflexionamos lo suficiente».



estos dos colectivos. Ahora ya no soy una estudiante, así que esta situación requiere que, todos los que hemos terminado nuestra formación, mantengamos cierta templanza a la vez que ilusión para emprender nuevos propósitos y afrontar los retos que nos depare nuestra salida al mundo laboral».