

Voluntariado

Esencia del voluntario

Psic. Hortensia Beatriz Amador Ochoa

Un acto de amor hacia sus semejantes es la obra que hace el individuo que entrega su tiempo y experiencias a favor de su prójimo que se encuentra en un momento de

vulnerabilidad y que solicita a s i s t e n c i a para sus sufrimientos y necesidades. Dicho en otras palabras, una cualidad esencial del voluntario es “curar” desde su significado más auténtico; “cuidar”, que conlleva a consolar, acompañar, empatizar, donde surge el compañerismo en el compartir. Sólo una actitud contemplativa nacida del silencio puede fundamentar y dar sentido a un vivir coherente en una acción de buena voluntad.

Como lo expresó el Papa Francisco en su discurso hacía los voluntarios en Panamá este año:

“Ustedes han querido dedicar su tiempo, energía, recursos a soñar y armar este encuentro. Podrían perfectamente haber optado por otras cosas, pero quisieron comprometerse. Dar lo mejor de sí para hacer posible el milagro de la multiplicación no sólo de los panes, sino de la esperanza. Aquí, una vez más, demuestran que es posible renunciar a los propios intereses en favor de los demás”.

Por consiguiente, el sujeto voluntario se compromete libremente a realizar de forma generosa actividades de interés social y colabora de una manera organizada, es decir se pone en disposición por propia iniciativa. Esta labor implica un esfuerzo y dedicación, continuo con un compromiso de participación gratuita en favor de los demás y de la sociedad en general.

Empatía, elemento primordial

Con respeto a los que colaboran en una actividad social es esencial desarrollar la habilidad de empatizar, inherente al ser humano. Es decir, les permite asociarse

con los hombres y mujeres que pasan algún tipo de sufrimiento, al mismo tiempo, les favorece a entender a sus propios compañeros y supone colocarse en el lugar del otro, “caminar en sus zapatos” para respetarlo y realizar un esfuerzo de comprensión. También está muy relacionada con el sentido común ya que, si se advierte el dolor, las frustraciones o los miedos, se conseguirá tratarlos como a la gran mayoría le gustaría que los atiendan. Las condiciones, los sentimientos, los deseos o las motivaciones no son diferentes de los otros, por lo tanto, no es difícil comprender a los demás. Basta creer que es viable. No obstante, al que se acompaña se da cuenta de lo genuino de su interés y lo valora positivamente.

El voluntario que se prepara de forma continua logra integrar un estilo empático que se transforma en un eficaz bálsamo de afligidos, aliando al hombre que sufre, y su visita se convierte en instante de alivio y de sanación.

El arte de la empatía se descubre con hechos de profundizar con delicadeza en el mundo de las necesidades e inquietudes de las personas, acoger sus estados de ánimo y su perspectiva, aseverar sus

mejoras, animar frente a las opciones y responsabilidades; dar tranquilidad cuando sea oportuno, educar si es necesario, estimular a conquistar objetivos que orienten sus esfuerzos. Así pues, es acertado reconocer sus propias habilidades en la asistencia de los beneficiados, ya que esto puede ser una herramienta atinada con los individuos o, por el lado inverso, cortar la comunicación de modo tajante.

Escucha y comunicación

El voluntario es *un artesano de la escucha*.

Nunca será suficientemente subrayar la importancia de la escucha y su profundo significado. Es milagrosa, admirable. Eso quiere decir, en primera instancia, algo milagroso: digno de ser admirado. En relación con las palabras expuestas inicialmente se insiste que la escucha, en conjunto con la comunicación efectiva brinda un mejor vínculo y comprensión hacia el ayudado. Esto significa acoger y entender su lenguaje desde el punto de vista del que habla. Uno de los principios importantes y difíciles de todo el proceso comunicativo es el tener puestos los cinco sentidos, ya que se pasa más tiempo pendiente de lo que se expresa, que de lo que realmente se quiere comunicar, se trata de que el sujeto atienda, al igual de responder, para ello se debe estar atento a sus emisiones y no únicamente a la propia. Aunque no se crea, es cierto que prestar atención requiere de un esfuerzo superior al que se hace al dialogar y también del que se ejerce al oír sin interpretar lo que se oye. La escucha activa se refiere a la habilidad de percibir no sólo lo que el hablante dice directamente, sino además los sentimientos, ideas o pensamientos que esconde a lo que expone. De tal manera, que el interesarse es importante, sin mirar el reloj y sin mostrar prisa, ya que se logra potenciar la autoestima del otro.

Recogiendo lo significativo del contenido, es darse cuenta de que todos aquéllos que participan en un grupo de voluntarios han de tener presente la necesidad de ampliar estas habilidades y algunas más, principalmente, en la práctica y que se vean reflejadas en su labor de humanización, no sólo en el que sufre, sino para su utilización en la vida diaria.