

## Ser socorrista acuático profesional: hacer lo que amo o "amar" lo que hago

En el salvamento y socorrismo profesional, el perfil mayoritario, como tod@s sabemos, es el de una persona joven y que compatibiliza su labor con otras actividades (p.e. estudios).

¿Qué lleva a una persona a hacerse socorrista profesional? Si eres socorrista y te respondes a esta pregunta, encontrarás factores que llamamos de motivación intrínseca, de motivación extrínseca y muy probablemente, una combinación de ambos.

Los factores de motivación intrínseca se refieren a aquellos que implican cubrir las satisfacciones intangibles. Ejemplos de motivación intrínseca son: El placer de trabajar en profesiones de ayuda y servicio a la gente; la satisfacción de realizar un trabajo de gran transcendencia (prevenir daños a la vida y/o salvarlas); trabajar en una profesión reconocida por el grupo de iguales; etc.

Respecto a los factores de motivación extrínseca, estos tienen un carácter más objetivo, más palpable. Por ejemplo, realizar un trabajo que la mayor parte del tiempo no requiere grandes o continuados esfuerzos físicos; trabajar a cambio de un sueldo aceptable; tener un horario satisfactorio; etc.

¿Te has reconocido en alguno de los ejemplos? ¿Has añadido más factores que te motivan a ser una BUENA socorrista?

Es el momento de hacer ahora otra reflexión. Hay socorristas profesionales que piensan: -He elegido hacer este trabajo y sé que me compensa seguir haciéndolo. No pienso dejarlo. Sin embargo, a veces no me siento motivado. Pensar que es un trabajo "cómodo" o que "al final de mes, llega la paga" no me ayuda mucho-.

Efectivamente. Es muy difícil ir a trabajar todos los días con la sensación de -Qué afortunad@ soy-. El trabajo de socorrista acuático se convierte en ocasiones (siendo una profesional competente y responsable) en una labor que puede llegar a ser tediosa, monótona y aburrida. Días y días con horas y horas vigilando sin que (afortunadamente) pase nada. Y ese es el trabajo. Un trabajo bien hecho.

-Estará bien hecho, pero a veces es un rollo- Podemos pensar.

En este punto nos encontramos a profesionales del salvamento acuático que ven su labor como algo circunstancial y en espera de desarrollar la verdadera y amada profesión. Estas personas merecen todo el respeto y ánimo para hacer real su deseo. Paralelamente, cada vez hay más entornos acuáticos en los que el puesto de socorrista acuático profesional perdura todo el año. Son puestos que motivan a acceder a ellos, a personas que van configurando perfiles nuevos, ya que suponen la mayoría de las veces, contratos indefinidos. Así, pasamos a encontrarnos socorristas menos jóvenes, que son padres, madres, con responsabilidades familiares, etc. Personas que en definitiva, viven una realidad en la que deciden que su situación no les motiva a cambiar la labor que tienen. Les compensa ser socorristas profesionales pero a la vez, algunos días en los que sienten que "solo han vigilado" piensan -qué rollo-.

Tanto a los jóvenes socorristas de desempeño temporal como a las que no quieren cambiar su situación laboral: Os comprendemos. Desde AETSAS pensamos que tanto una decisión como la otra, merecen el máximo respeto.

¿Qué nos puede ayudar, sin embargo, a estar más a gusto consigo mismo y con el trabajo de socorrista bien hecho, en esos días (la mayoría) en que -no pasa nada-?

No es fácil responder a esta pregunta. En las líneas siguientes no obstante, te invito a probar (si es que no lo haces ya) algunas cosas y valorar si te resultan útiles.

Podemos elegir la actitud en lo que hacemos

En nuestra labor hay unos procedimientos que contemplar para considerar que estamos trabajando bien. Generalmente no podemos abandonar la zona de vigilancia; no podemos denegar el auxilio y no debemos ponernos a nadar, jugar, dormir, etc., mientras estamos de servicio. En este sentido, no podemos escoger qué hacemos y qué no hacemos. Estamos obligadas a llevar a cabo lo que es debido en función de nuestro rol. Lo que sí podemos elegir, es la actitud con la que hacemos lo que estamos obligados a hacer.

Podemos elegir convertirnos en "máquinas de vigilancia" o podemos demostrar a los usuarios que somos trabajadores que vigilamos y a la vez, también personas que saludamos, sonreímos y nos interesamos por que disfruten del baño.

Podemos ser "agentes de prevención y control de riesgos" secas y frías, que informan mecánicamente de lo que se puede o no se puede hacer en la zona de baño o podemos ser profesionales seguras y firmes y a la vez empáticas y cordiales.

En definitiva, puedes elegir la actitud con la que enfrentas tu trabajo. Prueba a ver qué actitudes hacia tu labor te ayudan a pasar un buen día. Recuerda que la disposición de ánimo es una elección tuya.

Tienes derecho a ser un socorrista serio. No obstante, mostrar sentido del humor o una actitud alegre no implica no tomarse en serio el trabajo. A lo largo del día hay numerosos momentos con compañeros o usuarias, que resultan graciosos, alegres o agradables, en los que nos vemos involucrados: - la señora que pierde el gorro de baño y no logra ver que está a su lado; el joven que se da un "tripazo" y emerge dolorido pero sonriente; el señor que nos pide que le guardemos su reliquia de reloj, insumergible, claro!;...) Son momentos en los que el humor se convierte en un aliado que ayuda a encontrarnos mejor, a que el tiempo pase más rápido y con mayor calidad y a construir y alimentar una relación agradable con la gente que te rodea y con el trabajo propiamente dicho.

Muéstrate presente con compañer@s y usuari@s

Por estar presente, quiero decir hacer sentir a la persona que te demanda atención, que la escuchas y que personalizas tu atención en base a su demanda; que la implicas como alguien que ese día, en la piscina, parque acuático o playa, a ti te importa.

A veces sentimos que no podemos emplear mucho tiempo para atender las demandas de las personas, pues resta tiempo para vigilar. En mis más de quince años como socorrista acuático profesional nunca he recibido una crítica por parte de usuarios por no estar mirándoles, la mayor parte del tiempo, al hablar con ellos. Se puede vigilar y mantener una conversación igual que hablamos a otros ocupantes mientras conducimos un vehículo, sin apartar nuestra mirada de la carretera.

Aprovecha los momentos y detalles para disfrutar el presente

Es triste observar la filosofía de trabajo basada en -por fin es la hora de irse- o -por fin es viernes-. Indudablemente significa que cuando nos vayamos o cuando comience el fin de semana esperamos obtener o hacer cosas más gratificantes que durante el tiempo de trabajo. Estupendo. Sin embargo, la "filosofía" mencionada os dificulta disfrutar de los, muchas veces, pequeños momentos o detalles que se pueden dar durante nuestra jornada laboral: el chiste de una compañera, el comentario amable de un señor mayor que "en sus tiempos" se buceaba el "largo" de la piscina, la curiosidad del niño que se empeña en saber nuestro nombre, o la apetecible lata de refresco que acostumbro a tomar a mitad de jornada... Momentos a VIVIR mientras ocurren.

En resumen, a veces es duro estar involucrado en una labor importante y deseada (por las motivaciones asociadas) pero también, percibida en muchos casos como repetitiva, monótona y en la que es difícil a veces sentirse realizado.

Merece la pena cuando uno se siente así, observarse y revisar las motivaciones de vez en cuando, y darse cuenta del papel trascendente que ese día de trabajo cumple en mi vida. Y quizás más fácil aún, merece la pena vivir ese día de trabajo (y el siguiente, y el siguiente), con una actitud que me facilite encontrarme mejor, teniendo en cuenta el impacto positivo del humor, estando ahí, presente para los demás cuando interactúan conmigo y aprovechar los momentos favorables para disfrutar el presente.

Ánimo socorristas.

Enrique Parada - Psicólogo.

Responsable del área de Psicología de AETSAS.

Socorrista y Profesor de Salvamento Acuático.