

REPORT

¡Hola! Somos Nahia y Loraine de nuevo, las dos estudiantes de último curso de Psicología a quienes se les ofreció la oportunidad de participar en el proyecto Rato Baltin de la ONG BeArtsy. Escribimos esta memoria, una vez de vuelta de Achham y tras haber pasado algunos meses, con la finalidad de comparar las expectativas que teníamos antes de la experiencia vivida con la perspectiva que tenemos ahora.

Cuando empezamos a preparar nuestras prácticas en Nepal, teníamos muchas expectativas y también muchas incógnitas. Imaginábamos un contexto muy diferente al nuestro, sabíamos que íbamos a encontrarnos con realidades duras, pero hasta que no estás allí, no puedes llegar a comprender realmente lo que eso significa. Ha sido un choque muy grande: ves cosas que antes de ir no te puedes ni imaginar.

Hace un año decíamos que nos gustaría, al llegar, ver el contraste entre lo que imaginábamos y lo que realmente era, conocer esta cultura de cerca y de manera más personal, y así poder quitarnos algunos prejuicios. Y, efectivamente, ha sido así. Convivir con la gente de Achham, escuchar sus historias y compartir su día a día nos ha hecho replantearnos muchas cosas y mirar el mundo con otros ojos.

También hemos aprendido a valorar lo cotidiano: una ducha caliente, un colchón cómodo o un plato lleno de comida se convierten allí en lujos que, al volver, no podemos dar por sentados.

Al principio nos preguntábamos: *¿cómo vamos nosotras a ayudar en algo así?* En un contexto tan distinto y complejo, era inevitable sentir dudas sobre hasta qué punto podríamos ser de ayuda. Pero con el tiempo comprendimos que, aunque nuestro trabajo como individuos no marque una gran diferencia, sí es gratificante saber que hemos aportado nuestro granito de arena en un proyecto que sí la hace.

Nos sentimos orgullosas de haber podido contribuir, sobre todo porque este año empezamos a recoger datos con las encuestas, algo que antes no se hacía, y eso ayudará a que el proyecto pueda seguir mejorando y teniendo un mayor impacto.

Nos llevamos una experiencia humana y profesional inmensa: trabajar con un equipo diferente, con unos valores y una ética de trabajo distintos, nos ha hecho crecer como personas y como psicólogas. Achham no solo nos ha enseñado sobre educación sexual o sobre la tradición del *chhaupadi*, sino también sobre empatía, respeto y la fuerza de las pequeñas acciones.