

EN POCAS PALABRAS

Fernández Castella: En Sevilla se hace una psicología humanista, no doctrinaria

El Laboratorio de Psicología Experimental, situado en la Escuela Técnica Superior de Ingenieros Industriales de la Universidad de Sevilla, tiene junto a una labor didáctica una preferente dedicación a investigar sobre la comunicación humana. Este es el tema de conversación con el profesor don Jaime Fernández Castella, director del centro.

—¿Por qué esta creciente necesidad de comunicación personal en un mundo cada vez mejor comunicado técnicamente?

—Por una parte, el hombre se siente desbordado por la inmensa masa de noticias que es incapaz de digerir y perturba su sensibilidad y su capacidad de captar sus problemas inmediatos; por eso, como defensa, tiende a cerrarse. Por otra parte, en un mundo lleno de intereses contradictorios y competitivos de carácter económico, político, cultural, etc., los mensajes son confusos y falta sinceridad. Las cosas que se dicen no concuerdan con los sentimientos y las realidades que el cuerpo encierra.

—¿Su trabajo pretende ser una aportación a la comunicación humana sincera?

—Ciertamente. La comunicación sincera y auténtica con la realidad de uno mismo y con los demás es la mejor fuente de felicidad y equilibrio personal. Queremos contribuir a que la psicología se acerque a los problemas cotidianos.

—Habla de la comunicación con uno mismo y con los demás. ¿Es que estos dos aspectos están relacionados?

—Sin duda. Un ejemplo puede aclararlo. Para que una emisora de televisión emita mensajes audiovisuales nítidos necesita estar a punto. Análogamente ocurre con las personas. Si nuestro cuerpo, sentimientos y espíritu no están acordes difícilmente podemos emitir mensajes sinceros. Y cuando hay falsedad, los demás de alguna forma lo notan y se cierran. Nuestro cuerpo es como una cinta magnetofónica en la que está grabada toda la realidad de nuestra vida, sus experiencias, emociones, etc. Es necesario recuperar todo ese acervo para que vivamos más plenamente, nos comuniquemos con más libertad, seamos más responsables y nuestra actuación, en cada momento y en cada lugar, responda de verdad a lo que somos.

—¿Y qué medios emplean para conseguir recuperar estas experiencias perdidas o fragmentadas que se albergan en el cuerpo?

—El psicoanálisis emplea fundamentalmente la palabra, convierte las emociones y experiencias del pasado en realidades presentes a través de la palabra. Nosotros queremos movilizar todas esas fuerzas vitales trabajando directamente sobre el cuerpo en experiencias de grupos. Educar la respiración, ciertos ejercicios corporales, medios de expresión no verbal, etc., ayudan a recuperar nuestra vida y a abrir las puertas de una mejor percepción de la realidad. Conseguimos experimentar como seres vivos, es-

pontáneos, con más libertad de movimientos, flexibles y desenvueltos, sin inhibiciones, con mayor contacto afectivo directo, mayor capacidad de intimidad e inmediata mayor autonomía, creatividad, autorresponsabilidad; queremos contribuir a recuperar cuanto una educación equivocada ha podido quitarnos.

—En esta línea concreta, ¿qué planes de investigación realizan?

—Trabajamos en bioinformación, que proporciona al sujeto datos acerca de su estado emocional y corporal en cada momento. Esta técnica la estamos aplicando preferentemente en la búsqueda de un medio sencillo de relajación que disminuya el nivel de «stress». En relación a la recuperación del cuerpo y sus emociones utilizamos técnicas de la llamada terapia questáltica, bioenergética, «awareness» (toma de conciencia), ciertas for-

mas de masaje, psicodrama, expresión artística espontánea y otras.

—¿Son técnicas o una nueva corriente dentro de la psicología?

—En realidad, las técnicas son simples medios de una corriente psicológica llamada psicología humanista, que trata de aproximarse a la realidad de los problemas de la calle. Es como un tercer camino sintetizador entre los dos grandes movimientos psicológicos: el psicoanálisis y el conductismo. En la psicología humanista la praxis predomina sobre la teoría e incluso puede hablarse de que existen tantas formas de vivirla —realmente es un estilo de vida— como trabajadores en este campo. Nosotros, en Sevilla, procuramos hacer una psicología humanista experimental, ni doctrinaria ni esotérica.

Benigno GONZALEZ

"reporter"

Esta semana:

- ★ Asi se ideó un atentado contra el Rey
- ★ Franco quiso ser masón.
- ★ Los "centroespañoles"
- ★ Previsiones electorales de Rafael Lafuente.
- ★ Los emigrantes no podrán votar.
- ★ Otelu, cautivo en Lisboa.
- ★ Los mejores creadores de la ropa interior fueron los curas.



no es una revista más,
ES LA REVISTA MAS...

★ los jueves a la venta ★

Y COMO SIEMPRE
LAS SECCIONES DE:

ANTONIO GALA
A. GARCIA TREVIJANO
MANUEL VELASCO
JOSE M. GARCIA
REGIS DEBRAY
DUQUESA DE MEDINA - SIDONIA
AMILIBIA