

Ciudad Real, 18-20 de enero de 2002

Curso básico de Sofrología

Clasificación del curso: Formación en Sofrología, para médicos, psicólogos o pedagogos.

Fecha: 18, 19 y 20 de Enero del 2002

Ciudad: Ciudad Real

Organización: Sección Española de la Escuela Internacional de Sofrología

Profesores: Director del Curso, Prof. Dr. José Miguel Méndez

Información: Apartado de Correos nº 703 -13080 Ciudad Real -Teléfono: 926 241098

Dr. José Miguel Méndez, director SEEIS (III)

Dr. José Méndez, director SEEIS (III)

La Sofrología es una propuesta científica que nace en el seno de la medicina, para el estudio de la consciencia. Esto ocurre en una época, años sesenta, en la que las otras escuelas que operaban con el psiquismo humano, (psicoanalítica de Freud, conductista de Pavlov, o hipnológica de Mesmer), o manipulaban, u obscurcían, o se habían olvidado de la función más noble y superior, a la que llamamos consciencia, y cuya esencia nos hace seres con voluntad, más libres, transcendentales, responsables, y en definitiva humanos.

La metodología utilizada para su estudio es la fenomenológica, por no poderse utilizar el método cartesiano en el mundo de la subjetividad, y así poder tener en cuenta y respetar la presencia de los fenómenos (de la raíz griega "fainomeno": lo que se muestra tal y como es), por no poderlos negar.

Más tarde, los psicólogos se darían también cuenta de que la conducta no es el objeto único ni el principal de la investigación psicológica, y que debían estudiarse los procesos mentales superiores, apareciendo la Psicología Cognitiva, que presupone ya una subjetividad consciente.

La Sofrología es la primera propuesta científica occidental que, inspirada en lo oriental y en como ellos utilizan la vivencia interior del propio cuerpo como rampa para conseguir estados de consciencia más lucidos, devuelve e integra a la consciencia su corporalidad. Hoy en día, ya hay corrientes y escuelas dentro del mundo de la Psi-

cológia que avanzan también en este sentido, como no podía ser de otra manera. Los métodos de entrenamiento de la personalidad que utiliza la Sofrología son propios, aunque ahora hayan sido copiados, y por desgracia muchos de ellos contaminados por grupos engendros, que proliferan últimamente, y en los que el verdadero objetivo es la "cuenta de resultados". La metodología sofrológica se ocupa de desarrollar por simple estimulación las capacidades normales de la consciencia a la que considera plenamente integrada en lo que se llama corporalidad, o esquema corporal, o somatognosia, y que en definitiva es la vivencia que cada uno tiene de su propio cuerpo y las percepciones, emociones y sentimientos que nos aporta.

Todas las técnicas se hacen con ojos cerrados y tras una distensión, por favorecer este estado mental de "alerta relajada" los procesos perceptivos, y disminuir los altamente reflexivos que se dan en la "vigilia tensa" y que normalmente obscurecen dicha consciencia.

El médico, o psicólogo, o pedagogo que trabaja con la metodología sofrológica lo hace desde una disciplina existencial basada en una Filosofía Humanista. A través del "terpnos logos" (decir placentero), y desde el respeto, la coherencia y la racionalidad, busca siempre instruir y enseñar, y nunca manipular o confundir, siendo el paciente-alumno el verdadero artífice de sus logros, y por lo tanto de sí mismo. **M**

MÁS INFORMACIÓN WWW.SOFRO.NET

Tesis defendida por Eduardo Rodés



Estudio de los accidentes de Tráfico en Valdepeñas

El pasado 14 de diciembre, el alicantino Eduardo Rodés Serrano, afincado en Ciudad Real desde hace 13 años y médico del Servicio contra Incendios y Salvamento (SCIS) de Emergencia Ciudad Real con destino en la Base de Valdepeñas, leyó en Alicante, en la Sala de Grados de la Facultad de Medicina de la Universidad Miguel Hernández, su Tesis Doctoral que lleva por título: «Estudio de los accidentes de tráfico atendidos por el Servicio de Emergencias Ciudad Real de Valdepeñas (1996-1998)». La defensa de esta tesis obtuvo la calificación de «Sobresaliente Cum Laude». En su trabajo, Eduardo Rodés recoge los 314 accidentes de tráfico atendidos en el área de actuación de la UVI móvil de Valdepeñas desde 1996 a 1998, destacando, entre otros aspectos, que la mayor siniestralidad ocurre durante los meses de julio, agosto y septiembre (38,8%), sobre todo de viernes a domingo (50%), y en el tramo horario que va desde las 8 a las 15 horas (45%), con excepción del domingo en el que la mayor siniestralidad ocurre por la tarde (37,9%). En cuanto a los lesionados atendidos durante estos tres años, alcanzan la cifra de 381, la mayoría varones (70,6) con una edad media para ambos sexos de 35 años. **M**