

## **XII<sup>a</sup> Setmana Psicològica: Emociona't**

Era l'última activitat del programa i un company i jo ens excusàvem davant dels assistents per la impossibilitat de realitzar la taula rodona programada. Així s'obria un torn d'intervencions per part dels estudiants, que va marcar el final de la Setmana Psicològica d'enguany amb el millor dels comentaris que podríem haver sentit: "Ha estat la millor Setmana Psicològica que mai heu fet". Amb aquestes paraules d'una jove assistent, les tensions, els nervis d'última hora, les mil trucades i tota la simptomatologia psicossomàtica associada a l'ansietat que implica organitzar un esdeveniment com aquest, es convertien en emocions positives, una bomba de motivació i orgull que ens permetia a tot l'ARPP estar satisfets amb la feina feta.

Però perquè aquesta noia hagi pogut fer-nos el comentari esmentat van caldre esforços de tot tipus i una coordinació difícil de trobar moltes vegades en la nostra mentalitat d'estudiants universitaris. És per això que, abans de seguir, em veig obligat a agrair amb tota la meva sinceritat la feina feta per part de totes les persones que d'alguna manera han col·laborat perquè aquesta hagi estat la millor.

Com en les altres ocasions, una activitat realitzada per l'ARPP neix d'una idea elaborada al bar. A manca d'un espai millor, i donada la

nostra condició d'estudiants, aquest és el lloc on floreixen les idees de tota mena que amb més o menys fortuna poden acabar convertint-se en un curs, una xerrada o una Setmana Psicològica.

Teníem clar que volíem repetir el model presentat en l'edició anterior, on es tocaven les tres grans dimensions actualment treballades en Psicologia: La Neurociència, la Clínica i la Psicologia social. Aquest és un model que ens permet oferir un seguit de xerrades lligades entre si almenys pel que fa a la metodologia emprada, i al mateix temps, creiem que és la millor manera d'aportar als assistents elements del seu interès. El que mai s'havia fet era plantejar una Setmana Psicològica monogràfica i aquesta va ser la novetat d'enguany.

De temes a treballar monogràficament des de la Psicologia, n'hi ha tants com opinions i models teòrics, però al nostre parer, si hi ha algun aspecte íntimament lligat amb la naturalesa humana que hagi estat font de disputes i reflexions aquest és el món de les passions: les emocions.

En una societat com la nostra, on el prozac i altres medicaments "per la felicitat" es venen més que les aspirines, on els llibres

d'autoajuda han desbancat les grans obres literàries i conceptes com angoixa, estrés o intel·ligència emocional es troben a cada cantonada, sembla que des del lloc que ens ocupa no calia fer reflexions gaire profundes per concebre una Setmana Psicològica sobre les emocions.

Així, amb el nucli central de la Setmana sobre la taula, l'ARPP va començar a treballar amb diferents models fins arribar al que s'organitzava de manera que la primera sessió anés íntimament lligada amb allò més bàsic que sabem sobre les emocions i servís d'aproximació teòrica per comprendre amb més profunditat o perspectiva cada un dels següents temes que s'anirien tocant. Per aquesta tasca concreta però no per això



senzilla ens va acompanyar el Dr. Francisco Mora, probablement un dels millors divulgadors de Neurociències que tenim al nostre país, una persona amb un gran prestigi per les recerques que ha realitzat, que d'una manera amena i directa va saber esbossar en 60 minuts el què, com i perquè d'un cervell que s'emociona, per donar pas seguidament al seu col·lega Dr. Ignacio Morgado amb la seva aproximació biològica sobre un aspecte ja més difós com és l'amor, mostrant-nos que un procés psicològic tan humà i complex en aparença com és l'enamorament pot estudiar-se amb tot el rigor científic necessari.

El plantejament següent s'allunyava ja del cervell per encaminar-se cap al món dels desordres relacionats amb les emocions i els sentiments. El tema es difuminava, tot implica d'alguna manera les emocions i tenim un DSM-IV ple de trastorns que d'alguna manera afecten aquestes emocions. Per això, quan vàrem optar per treballar la síndrome d'estrès post-traumàtic i els sentiments associats a les patologies alimentàries ho vàrem fer per la seva rellevància actual, perquè tots conservarem per sempre en la retina (i l'hipocamp) les imatges dels atemptats que varen fer tremolar el nostre país i perquè mai deixarem d'esgarrijar-nos quan veiem la moda ajudant a convertir nenes en malaltes. Per això la Dra. Sara Bosch, capdavantera a Espanya en el tractament de víctimes de situacions traumàtiques i la Dra. Rosa M<sup>a</sup> Raich, amb nombroses publicacions sobre trastorns

alimentaris varen saber guiar-nos perfectament cap aquesta nova dimensió, ara si més aplicada, sobre el paper de les emocions.



I finalment ens quedava la vessant social, doncs si alguna cosa vàrem poder aprendre durant el transcurs de les sessions és que la utilitat bàsica de les emocions recau en l'aspecte social, en comunicar, en autorregular; una ment carent de processos afectius no pot desenvolupar-se socialment. Així vàrem considerar atractiu que alguna persona ens presentés una xerrada sobre aquesta nova dimensió de la intel·ligència que fou obviada durant molt de temps i que ara anomenem intel·ligència emocional. La Dra. Ursula Oberst fou l'elegida per apropar-nos cap aquest concepte, el seu estudi i la seva utilitat en l'entorn empresarial per donar pas

a l'últim dels nostres convidats, el qual va posar rostre a les emocions i ens va conduir per un viatge a través de la història i dels diferents models referents a l'estudi del reconeixement facial de les emocions. El Dr. Fernández Dols, amb una conferència brillantment acompanyada d'imatges i vídeos, va saber posar en dubte alguns dels plantejaments més fermes que s'han descrit sobre el reconeixement facial de les emocions acompanyant cada una de les seves paraules d'arguments tan convincents com per fer tremolar el mateix Charles Darwin si aquest hagués pogut reflexionar llavors sobre el seu ja clàssic llibre *L'expressió de les emocions en l'home i els animals*.

Tanmateix, l'ARPP no aposta únicament per les conferències i com sempre motiva els estudiants a participar en els tallers que s'organitzen durant la Setmana Psicològica i que resulten tremendament complexos d'organitzar perquè realment siguin una activitat pràctica, on l'assistent participi activament. Tot i això, vàrem desenvolupar un ventall de tallers potser més reduït que altres anys, però francament interessant, sobre diferents maneres de treballar o estudiar les emocions. Per aquest fet vàrem voler allunyar-nos de plantejaments rígids i fer una oferta diversa que oscil·lava entre la musicoteràpia i el psicodrama, passant per l'etologia i la sexualitat o convertint-se en un partit de "volei" al centre penitenciari de Girona.

Però no tot ha de ser exclusivament acadèmic i l'ARPP té molt clara la seva condició

d'estudiants i el que això implica, o el que és el mateix: Un estudiant "humà" no pot amb tantes hores per més interessant que sigui el tema.

Així doncs, calia dotar les jornades d'algun element lúdic que servís per recarregar les piles i disconnectar una estona de tot plegat. La millor manera de fer-ho? Un dinar! Així, a l'igual que en d'altres ocasions, els ja mítics "arrossaires" van cuinar per a les 120 persones que ens vàrem reunir a la zona de les grades de la Facultat i francament hem de dir que

per als membres de l'ARPP va ser un moment de gran felicitat, un moment de pausa on contemplar el petit-gran espectacle que havíem aconseguit organitzar.

I és amb aquesta idea, amb el record del que millor defineix que vàrem complir amb la nostra obligació d'oferir qualitat sense avorriment, que em permeto acabar aquest text tot puntualitzant que l'ARPP només ha estat l'òrgan executor dels elements necessaris com perquè aquesta màquina comencés a funcionar. Sense la presència dels estudiants,

els seus comentaris al finalitzar les conferències, fins i tot les seves preses per sortir ràpidament de la sala d'actes i signar el full d'assistència, per tota la vitalitat que va envoltar la XII<sup>a</sup> Setmana Psicològica en forma de somriures, ritme, preguntes i ànims, aquesta no hauria estat mai la que una noia va definir com "la millor". Perquè tot això ho fem per vosaltres, només ens queda donar-vos les gràcies.

◀  
Saül Martínez Horta, President de l'ARPP

## Estudiants

PUBLICACIÓ

### Reflexiones en torno a la psicología

Coordinadors: Moisés Esteban i Josep Ribas  
Edita: Universitat de Girona. Girona, 2006

El 29 de novembre de l'any 2000 el doctor Siguan inaugurava, a l'antic teatre del Seminari, l'Associació de Recerca i Promoció Psicològica (ARPP), és a dir, l'Associació d'Estudiants de Psicologia de la Universitat de Girona.

D'ençà d'aquell entranyable dia són molts els professors i professionals vinculats al món de la psicologia que han passat per la Universitat de Girona oferint els seus coneixements, recerques i experiències.

El llibre *Reflexiones en torno a la psicología* recull deu aportacions fetes per psicòlegs d'un reconegut prestigi: José Luis Pinillos, el doctor Siguan, l'Helio Carpintero, Vicente Pelechano, Ignasi Vila, Ramon Bayés, Jordi Fernández, Adolfo Perinat, José Maria Peiró, Ramón Canals, Jordi Pich i Mònica Thomas.

El llibre il·lustra la riquesa temàtica de la psicologia i és un exemple de l'amplitud i abast teòric, conceptual i aplicat que ens ofereix.

Després de sis anys, l'Associació, passant per canvis continuats d'estudiants, no ha parat de fer activitats que segueixen mantenint l'esperit que va moure la il·lusió de convertir la Facultat d'Educació i Psicologia de la Universitat de Girona en un lloc de discussió, reflexió i crítica al voltant de la Psicologia. ◀

