

más frecuente después de la producida por la EA, que sin embargo es potencialmente tratable y se puede prevenir.

Por último, se incluye un interesante capítulo sobre recuperación de funciones, un tema que, como el propio José Barroso dice, es de gran importancia para la Neuropsicología y ofrece un amplio campo de estudio para el psicólogo, ya que, según parece, actualmente se está produciendo una evolución desde un nivel analítico comportamental a un nivel más molecular, que no es en absoluto satisfactoria para una rehabilitación realmente efectiva.

En síntesis: nos hallamos ante un libro de texto muy actual, didáctico y completo de imprescindible lectura para el interesado en la Neuropsicología, que esperamos sea bienvenido por todos los profesionales de las Neurociencias, para futuras ediciones, en las que sobre todo los comentarios de los alumnos, que son en definitiva los auténticos destinatarios de la obra, ayuden a perfeccionar más si cabe, su contenido.

Referencias

- Cohen, R. A. (1993). *The Neuropsychology of attention*. Plenum Press (New York).
- Junqué, C. y Jurado, M. A. (1994). *Envejecimiento y Demencias*. Martínez Roca (Barcelona)
- Kolb, B. y Whishaw, I.Q. (1986). *Fundamentos de Neuropsicología humana*. Labor (Barcelona)
- Kolb, B. y Whishaw, I.Q. (1990). *Fundamentals of Human Neuropsychology*. Third Edition. W. H. Freeman Ltd. (Oxford).
- Springer, S.P. y Deutsch, G. (1993). *Left Brain, Right Brain*. Fourth Edition. W. H. Freeman Ltd. (Oxford).

Revisado por:

Héctor González Pardo

Facultad de Psicología

Universidad de Oviedo.

.....

Guía práctica para hablar bien en público y comunicarse eficazmente

José María Martínez Selva.

Dostavat, Madrid, 1994

Las habilidades de comunicarse desempeñan un papel importante en la profesión del psicólogo tanto para ejercerlas día a día como para enseñarlas a los demás. Ya sea para mantener una entrevista adecuada y productiva, para impartir con brillantez una charla o para ayudar a alguien a que supere su timidez o sus barreras de comunicación.

El Dr. Martínez Selva, Catedrático de Psicobiología de la Universidad de Murcia, recoge en este libro su experiencia en impartir cursos sobre habilidades de comunicación, contenida en lo que es una Guía o Compendio de las técnicas más eficaces para hablar y expresarse bien en público, realizar una exposición de ventas, o impartir un seminario.

El libro comienza con un importante consejo: decir algo cada vez que se toma la palabra en público. A continuación, aborda uno de los problemas psicológicos más corrientes: el miedo a hablar en público y su superación. En este caso, y como recomendación general que se repite a lo largo de todo el libro, el consejo del autor es la buena preparación, seguida de una práctica suficiente. También se describen los principales errores al hablar en público, errores que desgraciadamente encontramos en muchas intervenciones a las que, como oyentes, asistimos frecuentemente.

Una de las tesis del libro es que las charlas son discurso organizados en los que debe poder identificarse fácilmente el objetivo o finalidad de la intervención, la presentación, el cuerpo y la conclusión o cierre. Todo ello requiere una preparación

intensa que debe comenzar el mismo día que uno se compromete o tiene conocimiento de que debe realizar un discurso o discurso.

La segunda tesis o punto central de esta Guía es la importancia de una práctica adecuada y suficiente. Destaca la recomendación de aprovechar todas las ocasiones que surjan para practicar el hablar en público. Las distintas formas de ensayar son analizadas resaltando sus ventajas e inconvenientes.

Asegura el Dr. Martínez Selva que uno de los objetivos de una charla no es sólo el transmitir un mensaje, sino también el cautivar e interesar al público. La eficacia de una charla no se mide tanto por la cantidad de información que podamos transmitir, sino por el grado de interés que consigamos suscitar en los oyentes, y en que éstos recuerden los puntos importantes de la intervención, aunque éstos sean necesariamente poco numerosos. Los medios audiovisuales y el uso correcto de los distintos elementos de la comunicación no verbal, como la pausa o la mirada, son cruciales en captar la atención e interesar.

Un punto importante en relación con el uso de los medios audiovisuales es que éstos no deben «comerse» al orador. Desgraciadamente, es frecuente asistir a congresos y reuniones con un gran número de intervenciones en las que el protagonista es la tanada de diapositivas y transparencias, o los «multimedia», cargados muchas veces con un exceso de información, imposible de asimilar y mucho menos de recordar.

El libro dedica un apartado especial a la comunicación persuasiva y a las presentaciones de ventas, así como a la creación de un estilo personal de hablar en

público y comunicarse. El mejor estilo personal es, sin duda, el que mejor se adapta a uno mismo. Es más fácil ser uno mismo que el intentar ser otra persona. Sin embargo, es muy importante en el proceso de aprendizaje y mejora de las habilidades de comunicación, el analizar el estilo de los grandes comunicadores y adquirir o tomar de ellos aquellos elementos que mejor se adaptan a nuestra manera de ser y a nuestro estilo comunicativo. Además de transmitir un mensaje, de interesar al auditorio, intentamos que nos conozcan mejor quienes nos escuchan, esto es que perciban adecuadamente, y de la forma más favorable posible, la persona que está detrás del orador y que somos nosotros.

En resumen, se trata de una Guía que presenta de forma clara y didáctica, sin mucha teoría y sin rodeos, todo lo que debemos saber para realizar presentaciones eficaces en público. Aunque como psicólogos, o profesionales de la salud, quisiéramos ahondar más en problemas científicos, de índole teórica y práctica relacionados con el tema (fobia social, timidez, introversión, asertividad o habilidades sociales), esta Guía es un genuino manual de formación, práctico y sin grandes ambiciones académicas, dirigido tanto al profesional de la Psicología como a las personas interesadas en mejorar sus habilidades de comunicación.

La Guía Práctica para Hablar Bien en Público y Comunicarse Eficazmente consta de 145 páginas, editada en rústica y distribuida por Dostavat Internacional (Orense, 85, 28020 Madrid, Tfno. 91-5717860, Fax 91-5714244)

Revisado por: Dña. M. Asunción Al-mendro Padilla.