

Com veuen els nens i els adolescents les emocions –i quina importància té en la seva educació



www.sciencenews.org/article/twenty-two-emotions-are-written-our-faces

Cada dia creuem la mirada amb moltes persones diferents, conegudes i desconegudes –pel carrer, al transport públic, a la feina, a casa, mentre fem un cafè en una granja, quan anem a comprar, etcètera–, i amb la seva mirada, junt amb l'expressió de la seva cara, som capaços de percebre el seu estat emocional. Sabem si estan tristos o alegres, enfadats o espantats, ... Reconèixer les emocions dels altres és crucial per viure en societat, atès que permet que anem adaptant els uns als altres de forma dinàmica i flexible. Altrament la vida social seria, si em permeteu l'expressió, pràcticament insuportable. En el *darrer post* vaig començar a parlar de les emocions, de què són i com s'originen dins el cervell, i quina és la seva importància en el context de l'educació, els aprenentatges i el desenvolupament personal. I vaig dir que en continuaria parlant, perquè és un tema central en l'educació. Qualsevol aprenentatge va lligat a una emoció. O, dit d'una altra manera, sense emocions els aprenentatges no són significatius, el cervell no els considera prou importants i en conseqüència no els emmagatzema de manera permanent a la memòria. O ho fa de forma inadequada.

La capacitat de percebre les emocions madura amb l'edat

No totes les persones perceben les emocions de la mateixa manera, ni tampoc adequem les nostres conductes a les emocions dels altres de manera invariable. A banda de les inevitables diferències genètiques i neurològiques, que condicionen la capacitat perceptiva i de resposta de cadascú, l'experiència personal i els successos que hem viscut en el decurs de la nostra vida també influeixen la manera com percebem les emocions dels altres. Però, a més, tant aquesta percepció com també la nostra capacitat de resposta canvien amb l'edat. És un habilitat que s'aprèn amb l'edat. Comença molt d'hora, a les poques setmanes de vida (en general cap als 4 mesos), però no madura fins passats els 10 anys, una edat que aproximadament es correspon amb el pas de l'educació primària a la secundària. En aquest context, la paraula "madurar" vol dir que són capaços d'identificar de forma correcta les emocions que trasllueixen les expressions facials, la seva intensitat i els canvis tant d'estat emocional com també d'intensitat dins una mateixa emoció. Per cert, els adults podem identificar fins a 22 emocions en la cara dels altres, moltes de les quals són combinacions d'emocions primàries, com "alegriament sorprès" o "alegriament disgustat", entre altres.

Tampoc es desenvolupa a la mateixa velocitat la capacitat d'avaluar correctament els diferents tipus d'emoció a través de l'expressió de la cara. Les primeres que els nens identifiquen correctament són les d'alegria i tristesa, i després les de por i disgust, la qual cosa explica perquè en algunes ocasions hi ha infants que fan la guitza als seus companys sense adonar-se de què els estan incomodant –no identifiquen correctament la seva cara de disgust o de por–. A les escoles no és infreqüent sentir com el mestre parla amb un d'aquests alumnes per fer-li entendre que està incomodant un company, però si el seu cervell encara no ha madurat prou com per identificar-ho, serà difícil que ho acabi de comprendre. L'única aproximació possible és a través de l'entrenament emocional, a través de generar situacions socials a l'aula que l'ajudin a posar-se en la pell de l'altre, però no sempre resulta senzill i menys encara fer-ho de forma equànime, perquè no ho visqui com una forma de "venjança".

Pel que fa a la capacitat de reconèixer l'expressió facial d'enuig, o està encara del tot clar a quina velocitat madura. Hi ha experiments que semblen indicar que es desenvolupa al mateix ritme que les d'alegria i tristesa, i altres que ho fa com les de por i disgust. Sigui com sigui, en els adolescents la capacitat de reconèixer les emocions en l'expressió de la cara dels altres ja està aparentment ben desenvolupada, però tanmateix la percepció que en tenen no és encara exactament igual a la dels adults.

Com perceben els adolescents les emocions



www.boldsdy.com/pregnancy-parenting/kids/2013/parenting-mistakes-to-avoid-with-teenagers-033944.html

Per començar, en general les noies són més sensibles i noten abans les emocions que trasllueixen els rostres que els nois. Tanmateix, tant els nois com les noies són més sensibles a les variacions en la intensitat de l'emoció de les cares que expressen felicitat o tristesa que a les que trasllueixen por o ira. Aquesta mancança, junt amb el fet que l'adolescència és el moment en què comencen els assajos per situar-se socialment, pot ajudar a entendre que sigui una època procliu als conflictes, especialment si tenim en compte que una de les maneres de fer-se un lloc a la societat és a través del domini, físic o intel·lectual, dels altres. Novament, l'entrenament emocional és la millor eina per

reconduir qualsevol situació que no sigui excessivament extraordinària, però com ja he dit no sempre resulta senzill i menys encara fer-ho de forma equànime, perquè no ho visquin com una forma de “venjança”, la qual cosa seria contraproduent. La nostra estabilitat emocional, la dels adults –pares i mestres–, és clau per reconduir aquestes situacions. També hi ha algunes patologies associades a aquests problemes, però llavors cal un especialista per reconduir-les fins allà on sigui possible.

A més, els adolescents també tenen tendència a sobrevalorar les expressions d’alegria i d’enuig, i interpretar-les com si fóssim molt més extremes del que realment són. Per això també ells passen de l’alegria a l’enuig en una fracció de segon, i sovint sembla que s’ensorrin davant un adult que els mostri la seva reprovació, o que alternativament li plantin cara i reaccionin amb ira –demostrada o continguda, segons quin sigui el seu caràcter–.

No és senzill gestionar en els nens i en els adolescents, en els nostres fills i alumnes, tot aquest garbuix canviant d’emocions i d’interpretació de les emocions, però cal estar-hi molt amament i utilitzar tots els recursos que tinguem a l’abast per evitar que es produeixi el que s’anomena una “apagada emocional”, la qual pot tenir importants implicacions per a el seu desenvolupament personal i acadèmic. Però d’això en parlaré en el proper post.

*El proper post. **L’apagada emocional***

[With Google+ plugin by Geoff Janes](#)