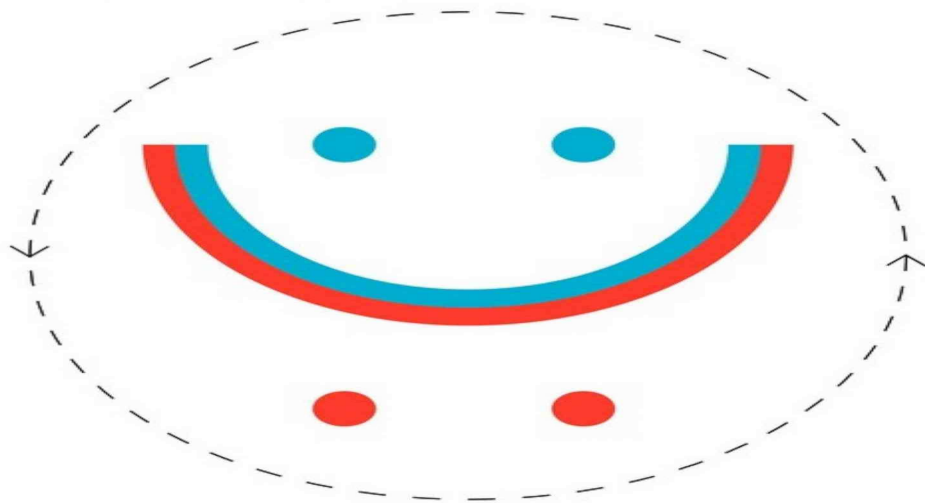


Medio	El Mercurio
Fecha	01-12-2012
Mención	Chile: en el top ten de las emociones. Habla Jorge Larraín, sociólogo, Prorrector de la UAH, autor del libro <i>Identidad chilena</i> .

T14 / comportamiento



Chile: en el top ten de las emociones

¿Se sintió feliz descansando ayer? ¿Sintió estrés? Eso preguntó un estudio realizado en 150 países y concluyó que Chile está dentro de las sociedades más emocionales.

TEXTO: **Fernanda Derosas**

HAGA el siguiente ejercicio: tome papel y lápiz y vaya anotando los comentarios y sensaciones que hacen sus compañeros de trabajo, en voz alta, durante el día. Lo ayudamos con algunas: "¡Hasta cuándo va a hacer frío!", "qué malo el almuerzo de hoy", "estoy chato... ¡necesito vacaciones!". Puede que al final del día le falte papel para hacer la lista. Pero un estudio internacional hizo la tarea completa por usted y los resultados fueron concluyentes: Chile es el sexto país más emocional del mundo.

La investigación usó el concepto de emocionalidad que estableció -para otros estudios- la Universidad de Princeton, en Estados Unidos. Así, emocionalidad se traduce como un estado de bienestar subjetivo, refiriéndose a la calidad de las experiencias de una persona en la vida cotidiana. Esto es, con qué frecuencia e intensidad se experimenta alegría, tristeza, enojo, etc.

Una vez definido el concepto, la consultora internacional Gallup midió durante dos años (2009-2011) la emocionalidad de miles de personas en 150 países, centrándose en 10 emociones: cinco positivas y cinco negativas. Quienes respondían la encuesta debían hacer alusión a lo que habían sentido el día anterior. ¿Se sintió bien descansando ayer? ¿Fue tratado con respeto? ¿Se rió o sonrió mucho? ¿Disfrutó el día? ¿Aprendió algo interesante? Fueron las preguntas positivas. ¿Sintió ira ayer? ¿Sintió estrés? ¿Dolor físico? ¿Preocupación? ¿Tristeza? Fueron las negativas.

Las respuestas afirmativas a estas preguntas representaban el grado de emocionalidad de los países.

En el caso de Chile, el 54% de los en-

cuestados afirmaron sentir alguna de estas emociones, lo que decantó en que en la lista de los países más emocionales, quedamos en sexto lugar. El primero fue Filipinas y el último, Singapur.

¿Qué características nos hacen ser emocionales? El sociólogo de la UAH y autor del libro *Identidad chilena*, Jorge Larraín, explica que, en general, los chilenos son abiertos a manifestar sus emociones, muy contrariamente a lo que ocurre, por ejemplo, en Inglaterra (que ocupa la posición 56 de la lista), donde reservarse las penas o alegrías es la norma. En esos términos, somos una sociedad a la que le gusta exteriorizar su felicidad y también su tristeza (esto, en el entendido de que las personas buscan ser consoladas). Hay un rasgo cultural en esa característica. En Latinoamérica, de hecho, fue donde se concentró la mayor cantidad de emociones positivas.

Otra explicación es nuestra concepción cortoplacista. ¿Le resultan conocidas las frases como "tirar la casa por la ventana" o "dar el palo al gato"? Son prueba de ello. Somos una sociedad con tendencia a vivir el momento y eso significa una mayor espontaneidad para gozar con lo que uno tiene; no tenemos sentido del cálculo ni los valores europeos de mirar a largo plazo o el trabajo constante: "Nos gusta todo ahora ya, por eso el mundo se acaba cuando la Selección pierde un partido de fútbol", dice Larraín.

Un dato revelador: aunque las emociones de los chilenos en el estudio fueron principalmente positivas (77 puntos), somos también uno de los países que sienten muy fuerte las negativas (33 puntos), quedando como los terceros con más emociones negativas de los países de la Oede. Javier Romero, sociólogo y director de Psicología de la U. Central, explica que somos personas buenas para quejarse porque llevamos un estilo de vida cargado de tensión en el que trabajar y producir es la constante presión para mantener una calidad de vida mejor, lo que significa pasar muchas horas en el trabajo.

Ahora, sumando y restando, el resultado es positivo: revelamos nuestras emociones y, según los expertos, sean positivas o negativas, al expresarlas se tiene la posibilidad de canalizar, lo que es importante porque se les da a las emociones un espacio en la vida y, según Romero, al expresar las emociones negativas nace la posibilidad de transformarlas. ●

