

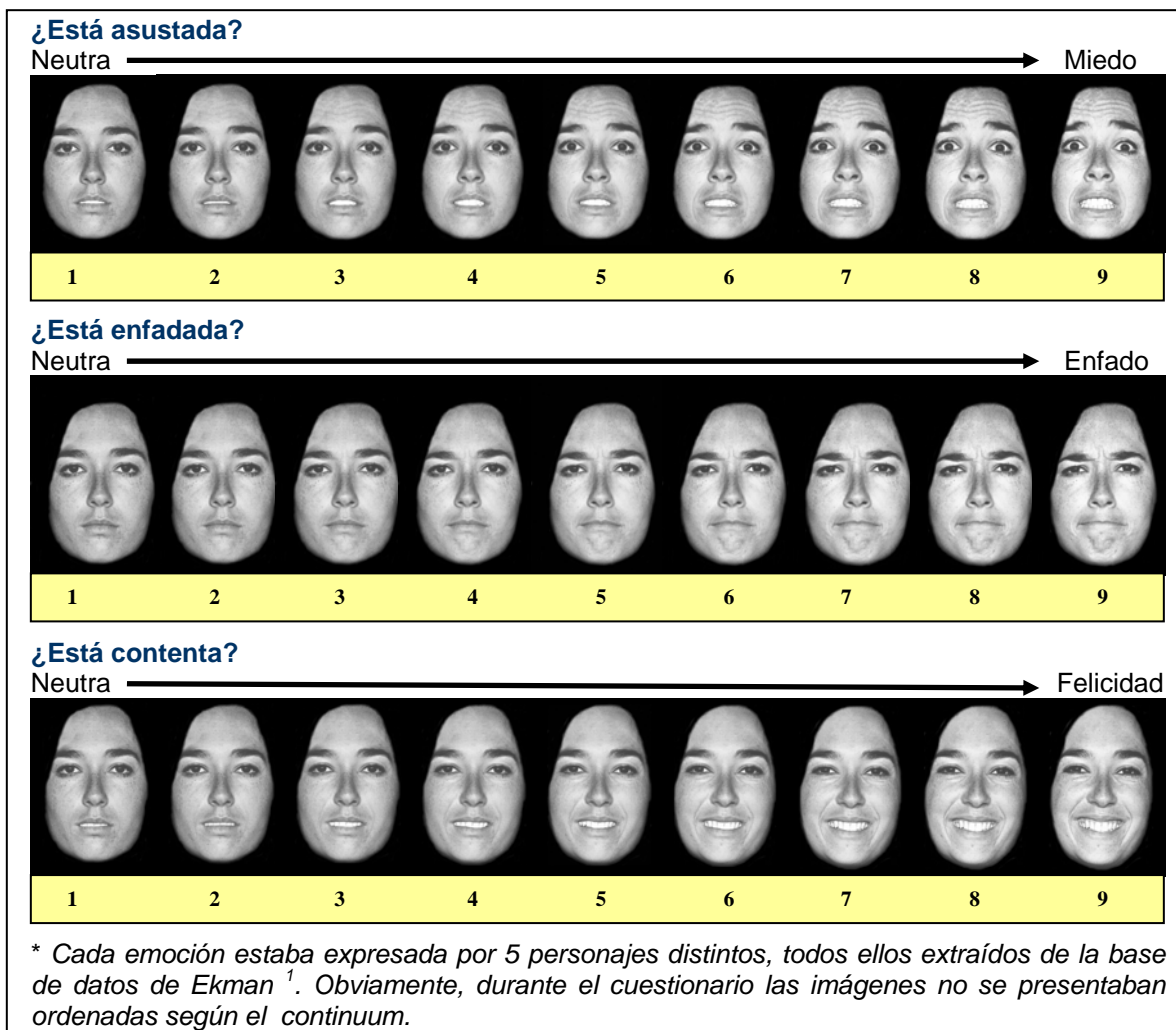
CATEGORIZACIÓ EMOCIONAL

INTRODUCCIÓ

En uno de los ejercicios prácticos del taller “LAS COS CARAS DEL MIEDO”, a los asistentes se les invitó a realizar un cuestionario de categorización emocional. Éste cuestionario consistía en juzgar la expresión emocional de una serie de rostros para tres emociones distintas: miedo, enfado y alegría. En concreto, los asistentes debían responder para cada cara, **sí** o **no** a la pregunta ¿está asustada? o ¿está enfadada? o ¿está alegre?

Las caras que incluía el cuestionario mostraban diferentes grados (del 1 al 9) de miedo, enfado y alegría. En realidad, pertenecían a las series mostradas en la Figura 1, siendo cada serie un continuum de expresión emocional que va de “neutra a miedo”, de “neutra a enfado y de “neutra a felicidad”, respectivamente.

Figura 1: Rostros empleados en el cuestionario de categorización emocional



¹ Ekman P, Friesen WV (1979): Pictures of Facial affect. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press.

Una vez realizado el test de categorización emocional, y contestado otro cuestionario sobre ansiedad social, a los asistentes se les propuso lo siguiente: debían formar grupos de 5 ó 6 personas, y preparar una representación de varios minutos que permitiese adivinar el título de una película de terror, escogida previamente al azar.

Los organizadores pensaron en esta tarea con el claro objetivo de inducir ansiedad social a los participantes. Y es que el cuestionario de categorización emocional se volvería a hacer una segunda vez:

- Aquellos que asistieron al taller el **sábado**, el cuestionario se pasó por segunda vez **antes** de **representar** la película (de hecho, estos participantes nunca llegaron a representar la película de terror)
- Los que, en cambio, asistieron el **domingo**, **sí** que llevaron a cabo la **representación** y realizaron por segunda vez el cuestionario **después** de la misma.

Entre el primer y el segundo cuestionario, ¿existen diferencias significativas en la percepción de miedo, enfado y alegría? ¿Y entre aquellos que realizaron por segunda vez el cuestionario tras representar en comparación con los que lo hicieron antes de interpretar?

RESULTADOS

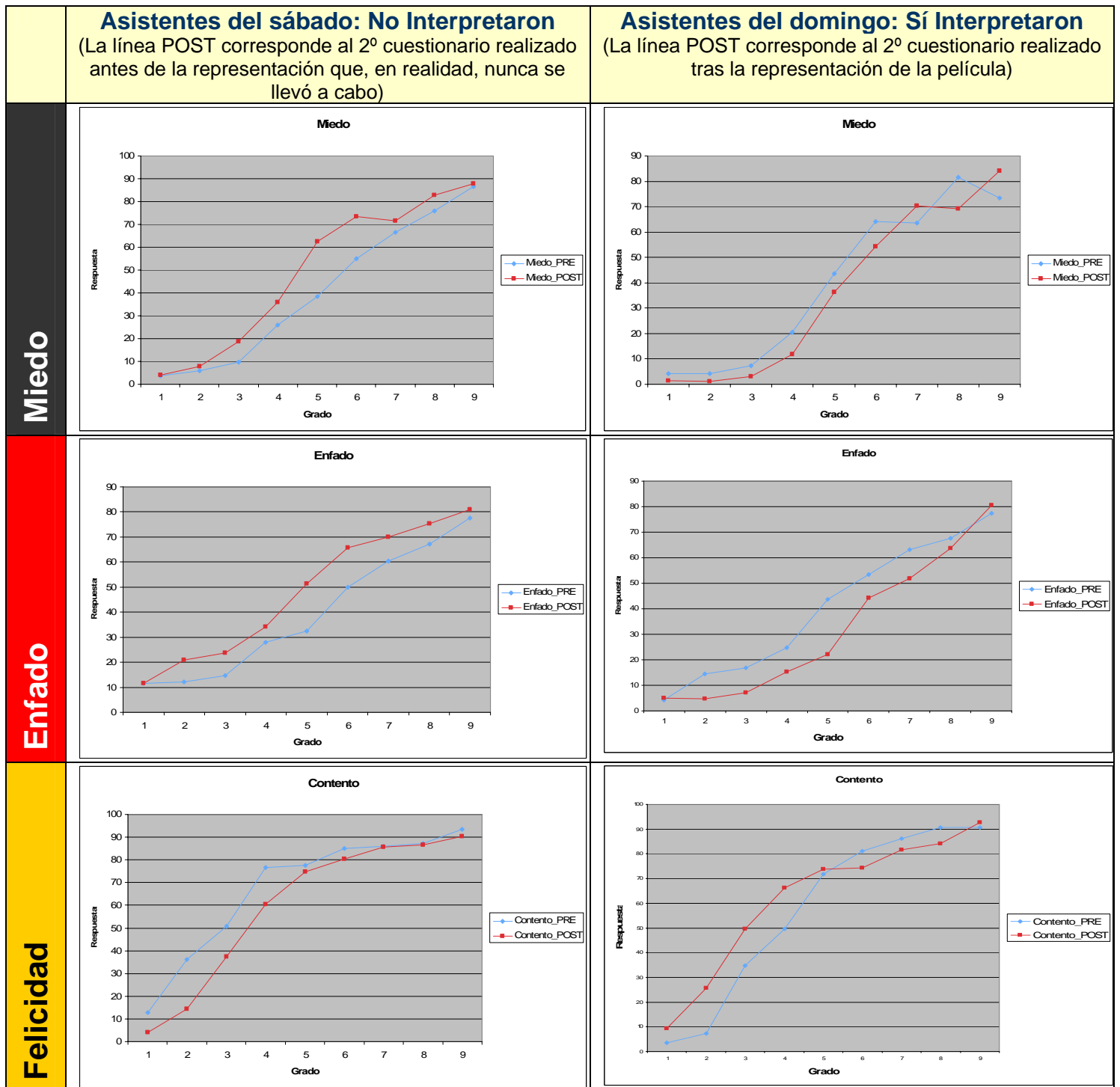
En la Tabla 1 se presentan las gráficas con los resultados de los cuestionarios de categorización emocional. La manera de leer cada una de estas gráficas es la siguiente:

- En el **eje horizontal** se indica el **grado de expresión emocional** que mostraba cada cara incluida en el cuestionario, siendo el *grado 1* una cara neutra y el *grado 9* una cara con la máxima expresión emocional.
- En el **eje vertical** se muestra el **porcentaje** de veces que los participantes contestaron **sí** a una cara ante la pregunta *¿está asustada?*, o *¿está enfadada?* o *¿está contenta?*
- La **línea azul** muestra los resultados de la **primera vez** que se realizó el **cuestionario** lo que se significa con la palabra **PRE**.
- La **línea roja** muestra los resultados de la **segunda vez** que se realizó el **cuestionario** lo que se significa con la palabra **POST**.

A continuación, se muestra una descripción de los individuos que asistieron al taller “LAS DOS CARAS DEL MIEDO” el sábado y los que lo hicieron el domingo. Como se puede comprobar, no existen diferencias significativas entre grupos en cuanto a edad, género o nivel de ansiedad social así que es oportuno comparar los resultados del cuestionario entre ambos grupos.

		Asistente del domingo: Sí Interpretaron			Asistentes del Sábado: No interpretaron		
		Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total
Numero de participantes		14	25	38	19	29	48
Edad	Media	32,29	32,84	33,25	34,21	32,66	32,64
	D.E.	(10,12)	(9,2)	(11,11)	(10,92)	(11,37)	(9,45)
Ansiedad social	Media	26,14	33,41	32,47	29,73	34,27	30,73
	D.E.	(14,66)	(18,51)	(14,8)	(15,43)	(14,48)	(17,36)

Tabla 1: Comparativa de los resultados del cuestionario de categorización que se pasó primero (PRE) y del que se pasó segundo (POST), para cada una de las emociones analizadas, y para cada grupo de asistentes.



Asistentes del Sábado:

Según la Tabla 1, los que asistieron al taller el sábado (y por tanto, realizaron el segundo cuestionario antes de la representación que nunca existió), la percepción de miedo y enfado aumentó en el segundo cuestionario con respecto al primero. Ante una cara con el mismo grado de miedo o enfado, un **mayor** número de veces se respondía **sí** a la pregunta ¿está asustada? o ¿está enfadada? en el segundo cuestionario con respecto a los resultados obtenidos en el primer cuestionario. Hay que tener en cuenta que los asistentes del sábado realizaron el segundo cuestionario con la impresión de que justo después les tocaría interpretar la película, y por tanto, con el nivel de ansiedad correspondiente.

En cuanto a la emoción de alegría, la Tabla 1 muestra justamente lo opuesto. Los asistentes del sábado vieron **más** caras **alegres** en el primer cuestionario que en el segundo, cuando las caras en ambos cuestionarios mostraban el mismo grado de alegría.

Asistentes del Domingo:

La experiencia, sin embargo, no fue la misma para los asistentes al taller del domingo (y por tanto, para los que realizaron el segundo cuestionario tras la representación) ya que éstos experimentaron una disminución en la percepción del miedo y del enfado después de interpretar la película de terror. Es decir, ante una cara con el mismo grado de miedo o enfado, un **mayor** número de personas respondían **sí** a la pregunta ¿está asustada? o ¿está enfadada? en el primer cuestionario (al inicio del ejercicio), que tras la representación en el segundo cuestionario (una vez liberada la ansiedad que genera representar en público).

En cuanto a la emoción de alegría, la Tabla 1 muestra justamente lo opuesto. Los asistentes del domingo percibían **más** caras **alegres** tras la representación que al inicio del ejercicio práctico.

También podemos ver los resultados de forma aún más concreta. En la tabla 2, se muestran las comparaciones estadísticas entre los grupos del domingo y del sábados (Domingo, Sí interpretaron; Sábado, No interpretaron) y entre los resultados del primer cuestionario (PRE) y el segundo (POST) para los grados 4 y 5 de expresividad emocional (Figura 2).

Tabla 2. Comparativa estadística entre grupos y cuestionarios para caras con grado de emoción 4 y 5.

		Miedo		Enfado		Felicidad		
		Dom.	Sab.	Dom.	Sab.	Dom.	Sab.	
Grado 4	Pre	20,51 (3,8)	25,8 (3,4)	24,6 (2,6)	27,9 (3,1)	49,7 (5,2)	76,6 (4,5)	*
	Post	11,7 (2,4)	35,8 (4,5)	15,3 (2,8)	34,1 (3,4)	66,1 (4,7)	61,2 (5,2)	
Grado 5	Pre	43,58 (4,7)	38,3 (3,8)	45,5 (4,6)	32,5 (3,9)	71,1 (4,5)	77,5 (4,4)	
	Post	36,4 (3,6)	62,5 (4,7)	22,0 (4,0)	51,2 (4,2)	73,8 (5,1)	75,8 (4,2)	

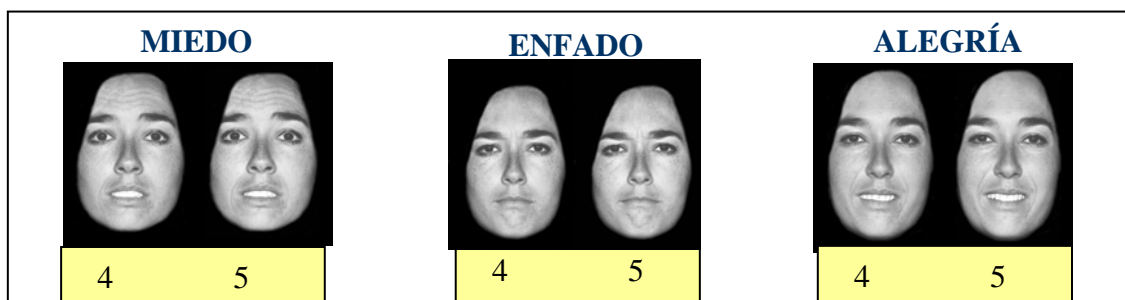
Los valores indican el valor medio y el error estándar.

*Diferencia significativa con un valor p inferior al 0,001.

Observamos como en el grupo de asistentes del **sábado**, la identificación de **miedo y enfado aumentó** del 38% al 62% y del 32% al 51% para caras de grado 5 de miedo y enfado, respectivamente (ver Figura 2). Este grupo realizó el segundo cuestionario justo “antes” de la actuación (momento cénit de ansiedad). Posiblemente esto explica por qué a la cara de grado 4 de **alegría** (ver Figura 2) tan sólo el 61% la encontró alegre en el cuestionario realizado la 2ª vez frente al 77% obtenido durante la primera vez que se realizó el cuestionario.

Por el contrario, en los participantes del **domingo** (la prueba POST la hicieron después de la actuación, una vez liberada la ansiedad) observamos que el porcentaje de veces que identificaron la cara de grado 5 como **enfadada disminuyó** significativamente tras la representación, del 45% al 22%; la misma cara en la prueba POST, el 51% de veces el grupo del **sábado** la determinó como **enfadada**.

Figura 2. Grados de expresión emocional 4 y 5 para miedo, enfado y alegría.



CONCLUSION

¿Por qué varía nuestra percepción emocional? ¿Qué factores se ven involucrados?:

1. Interpretamos las emociones de los demás de acuerdo con nuestro estado de ánimo. Cuando nos sentimos ansiosos, o estresados, tenemos una mayor tendencia a interpretar como negativas las emociones de los demás.
2. El hecho de liberarnos de una situación de ansiedad, no solo permite que volvamos a nuestro estado inicial de percepción emocional, sino que por contraposición, nos sentimos aún mejor reduciendo nuestra suspicacia a la hora de percibir emociones negativas en los demás, especialmente expresiones de enfado y miedo.

...Y ESTO ES TODO. GRACIAS A TODOS LOS ASISTENTE AL TALLER POR DEJARNOS HACER EL ESTUDIO!!!!!!

