

Intensamente: Una oportunidad para mirar nuestro interior

Nos preguntamos que hace que las películas "Intensamente" I y II se hayan transformado en un foco de atracción y entretenimiento para niños y adultos. Quizás es porque apunta a mostrarnos y enseñarnos algo acerca de nosotros mismos. El ser humano es naturalmente curioso, quiere ver, saber y comprender el mundo que lo rodea. Pero también quiere comprender su mundo interior, tan lleno de incógnitas y misterios.

La saga "Intensamente" nos entrega precisamente eso, una manera de comprender el complejo funcionamiento de nuestra subjetividad. Intenta explicar, en un lenguaje comprensible para niños y adultos, como funciona nuestra mente, interpretando las experiencias cotidianas bajo el efecto de distintas emociones. Nos muestra cómo la realidad se puede transformar frente a nuestros ojos, y una misma experiencia puede en un momento causarnos felicidad y en otro momento ser causa de rabia o tristeza.

La primera entrega de esta bella historia nos muestra de forma simple y divertida el complejo equilibrio de las emociones básicas presentes durante la niñez, Alegría, Tristeza, Furia, Temor y Desagrado. Nos habla de cómo la primacía de una u otra va definiendo nuestra construcción interna del mundo y la imagen de quienes son importantes para nosotros.

La historia de Riley nos explica cómo, en la inocencia de la ni-

ñez, protegemos una visión idealizada de nuestra madre, de nuestro padre, de las cosas que nos gustan o de las cosas que hacemos. La entrada en la pubertad, con la adquisición de nuevas habilidades cognitivas, quiebra estas idealizaciones y nos permite mirar nuestro entorno desde otras perspectivas., requiriendo la reconstrucción de lo que hay en nuestro interior.

En esta segunda entrega, la protagonista está a punto de entrar a un nuevo ciclo educacional y enfrentar cambios importantes en su vida. Así, la vivencia interna de Riley se complica aún más con la llegada de nuevas emociones, Ansiedad, Aburrimiento, Envidia y Vergüenza.

Vemos como el entorno familiar, antes de importancia vital, ha quedado relegado, y en su lugar se instala la necesidad de aceptación y pertenencia a un entorno social. El cuestionamiento interior es intenso, las preguntas acerca de ¿quién soy?, ¿cómo soy? y ¿quién quiero ser? se apoderan del escenario mental y nos invaden nuevas y más complejas vivencias y emociones. De esta manera se abre paso, poco a poco, el proceso de formación de la identidad y la construcción del sentido de sí mismo, que estarán en constante enriquecimiento y consolidación a lo largo de nuestra vida adulta.

En "Intensamente" I y II hay entretenimiento para los pequeños y un espacio de reflexión para los adultos. Esta historia es la de cada uno de



*Valentina Morales Arriagada
Psicóloga
Directora Clínica de Atención
Psicológica
Universidad Andrés Bello,
Concepción*

nosotros, de nuestro paso por el ciclo vital, con sus diferentes momentos, en los que Felicidad, Tristeza, Ansiedad y las demás emociones protagonistas también nos han acompañado.

Hay también un importante mensaje acerca de cómo nuestra mente es un lugar que requiere cuidado y equilibrio, que necesitamos aceptar e integrar todas las emociones, ya que cada una contribuye a enriquecer nuestra experiencia, y cuánto es importante compartir con otros lo que nos pasa y buscar ayuda cuando lo que sentimos nos abruma o supera nuestras capacidades.