



OCI | Redacció | Actualitzat el 06/07/2024 a les 14:00

# Les reflexions que hi ha darrere de ?Del revés 2': sabem gestionar les emocions?

Pixar ha tornat a captivar l'audiència amb una seqüela molt esperada sobre la pel·lícula ?Del revés'. Amb la segona part d'aquest film, es reprèn la història de la Riley, que ara és una adolescent i s'enfronta a nous reptes emocionals.

La pel·lícula està sent tot un èxit i és que ja ha superat els **1.000 milions de dòlars recaptats** a tot el món. El seu èxit podria donar-se perquè va més enllà d'una simple seqüència. És una exploració profunda i emotiva del nostre món interior que va dirigit a un públic de totes les edats.

Una de les grans reflexions que "Del Revés 2" ens ofereix és la dificultat de **gestionar les emocions durant l'adolescència**. Aquesta etapa de la vida és coneguda pels canvis intensos i per la muntanya russa emocional que molts joves experimenten. La pel·lícula mostra com Riley ha de fer front a noves situacions i desafiaments emocionals, il·lustrant que aprendre a gestionar les emocions és un procés continu que requereix consciència i esforç.

De fet, segons explica la psicòloga experta en emocions, Laura Camacho, no hi ha una emoció majoritària que predomini en els humans. L'ansietat i la por són emocions molt comunes, però l'alegria també està molt present en el dia a dia. Camacho diu que "un dels principals errors és que hi ha emocions positives i negatives. **Totes i cada una de les emocions són vàlides**. Aquestes serveixen per preparar l'individu a respondre de manera funcional davant les diferents situacions". El problema és que de vegades "no es compta amb la capacitat d'obtenir de forma adequada la informació que ens intenta aportar cada emoció".

La pel·lícula, doncs, ens anima a ser més conscients de les nostres emocions i ofereix una perspectiva optimista i educativa sobre **la importància de la intel·ligència emocional** en la nostra via diària. Fa una reflexió profunda sobre la complexitat de les emocions i la importància de saber gestionar-les.

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=D3ib9LGUasE>