

**TOTS TENIM
INTERIORITZADA UNA
DISTÀNCIA DE SEGURETAT**

David Bueno i
Torrens



Professor i investigador de
genètica de la UB i divulgador
de la ciència

Distància de seguretat

Estem en ple apogeu de les vacances de Nadal: passegem per carrers plens de gent amb la qual anem topant discretament; comprem en botigues atapeïdes curulles de mans que remenen mercaderies just davant de la nostra cara; fem cues a l'aeroport o ens entaforem dins el transport públic envoltats d'altres persones a tocar nostre. Tot un seguit de situacions que posen a prova la nostra capacitat de gestionar l'espai vital, o de tolerar la manca d'espai evitant confrontacions amb el proïsme. Totes les persones tenim interioritzada una distància de seguretat, i ens alterem quan algú la traspasa. No tot-hom, però, té els mateixos límits. Malgrat les evidents diferències culturals, fins ara no s'havia fet cap estudi científic per explicar per què hi ha persones que toleren més bé la proximitat d'altre, i quins factors poden modificar-ho. Un treball publicat a *The Journal of Neuroscience* aporta dades que poden tenir una gran aplicabilitat en polítiques socials, especialment en persones que realitzen tasques que impliquen una gran proximitat amb desconeguts, com ara policies, vigilants de seguretat i personal sanitari.

VAN EXAMINAR UN CAS CONCRET que té relació directa amb la percepció de perill: la proximitat d'una mà a la cara. La proximitat d'una mà a la nostra cara produeix un acte preconscient anomenat reflex de parpelleig, el qual va associat a una forta reacció neurohormonal d'agressivitat que té un paper crucial en la supervivència, la defensa davant un estímul potencialment perillós. Primer van determinar si aquesta reacció és gradual i va incrementant progressivament en acostar la mà, i per tant si es pot preveure quan es produirà, o bé si és abrupta i la possible reacció agressiva es desencadena de cop, sense avisar. En totes les persones examinades, la reacció va ser abrupta. Després van examinar l'abast de les diferències interpersonals pel que fa a aquesta distància, i quina en pot ser la causa. En la major part de persones se situa entre els 20 i 40 cm, malgrat que en algunes és molt superior. Els principals trets de com-



JOAN OLLER

portament que s'associen a aquestes diferències són l'ansietat i la por: les persones temperamentalment més ansioses mostren una distància de seguretat més gran que les tranquil·les i segures. Finalment, van estudiar quins factors poden alterar aquesta distància: els principals són l'angoixa i l'estrès, que fan que s'incrementi significativament. És a dir, que la resposta neurohormonal d'agressivitat, que es pot traduir en una resposta agressi-

va verbal, gestual o física, es desencadena molt abans.

TOT AIXÒ PERMET EXPLICAR per què, per exemple, les confrontacions interpersonals acostumen a augmentar aquests dies, i el fet de saber-ho ens pot ajudar a entendre'ns millor nosaltres mateixos i el proïsme. I permet entendre millor per què les feines que comporten una gran proximitat amb altres persones, especialment en situacions d'angoixa o estrès, com és el cas del personal sanitari, la policia i els vigilants de seguretat, són les que generen més situacions d'agressivitat entre tots els implicats, és a dir, entre aquests professionals i les persones amb què interactuen. A més, no sempre cal una proximitat física; segons el temperament de cada persona i l'estrès del moment, una simple mirada o un gest pot fer que sentim violentament traspasada aquesta distància de seguretat. Com deien The Police en una coneguda cançó de l'any 1980, *Don't stand so close to me*.

Segons el temperament de cada persona i l'estrès del moment, una mirada o un gest pot fer que sentim traspasada aquesta distància de seguretat