

Percepciones sobre el significado emocional y las lenguas preferidas para tratar temas emocionales en hablantes bilingües y multilingües

Perceptions Regarding the Emotional Significance and Preferred Languages to Talk About Emotional Topics in Bilingual and Multilingual Speakers

Marta Alonso Saralegui

Universidad Antonio de Nebrija
malonsos@alumnos.nebrija.es

Irini Mavrou

Universidad Antonio de Nebrija
emavrou@nebrija.es

DOI: <https://doi.org/10.26378/rmlael1225199>

RESUMEN

El objetivo del presente estudio fue analizar las percepciones de hablantes bilingües y multilingües sobre el significado emocional de las lenguas que hablan y la lengua preferida para tratar temas emocionales. Se contó con 40 informantes de nacionalidades variadas, en su mayoría hablantes de tres lenguas, y se empleó el cuestionario *The Bilingualism and Emotions Questionnaire* para obtener información sobre sus percepciones en relación con la lengua y el lenguaje emocional. Los resultados mostraron que la primera lengua se percibe como la lengua con mayor peso emocional, aunque dicho peso parece estar ligado a factores como el contexto de adquisición y uso de la lengua y las experiencias vitales y oportunidades de interacción que se tiene con una lengua y no con otra. En cuanto a la dificultad que supone hablar de temas emocionales en lenguas diferentes a la primera, la gran mayoría de los informantes atribuyó dicha dificultad a la falta de vocabulario, los conocimientos del interlocutor y los malentendidos que se puedan crear, así como a la mayor emocionalidad de la primera lengua.

Palabras clave: expresión de la emoción, peso emocional, aculturación emocional, socialización

ABSTRACT

The aim of the present study was to analyse the perceptions of bilingual and multilingual speakers regarding the emotional weight of their languages and the preferred language to talk about emotional topics. Forty participants from different linguistic backgrounds, most of them speakers of three languages, completed The Bilingualism and Emotions Questionnaire, which allowed to collect data related to their languages and their perceived emotionality. The results revealed that first language is perceived as the one with the greatest emotional weight, although this emotional superiority seems to be linked to factors such as the context of language acquisition and use, and life experiences and opportunities for interaction using a certain language. Moreover, the difficulty in talking about emotional topics in languages other than the first language was attributed to the lack of vocabulary, linguistic knowledge (not) shared with the interlocutor and misunderstandings that may arise, as well as to the greater emotionality of the first language.

Keywords: emotional expression, emotional weight, emotional acculturation, socialization

Fecha de recepción: 06/08/2018
Fecha de aprobación: 11/10/2018

1. INTRODUCCIÓN

El estudio de las emociones humanas es un tema clásico dentro del ámbito de la filosofía. Numerosos autores han probado a definir la emoción a lo largo de la historia y, como consecuencia, se ha producido una base teórica que ha servido de punto de partida para las posteriores teorías psicológicas sobre el tema.

En el ámbito de Adquisición de Segundas Lenguas (ASL), sin embargo, el papel de las emociones seguramente sea el menos comprendido (Scovel, 1978, en Dewaele, 2011a), y los escritores de libros y manuales de enseñanza de segundas lenguas (L2) dan una atención mínima al afecto, la motivación y la expresión emocional. Este desinterés fue señalado por Garrett y Young (2009: 209): "*affect and emotion are terms that have been in the shadows*

of discussions of classroom foreign language learning ... one reason for this is the neglect of emotion by psychologists during most of the 20th century”.

Fussell (2002) defiende que comunicar emociones es una actividad social importante que nos ayuda a mantener una buena salud física y mental. Dewaele (2008b, 2011b), por su parte, opina que el vocabulario de la emoción y los conceptos emocionales¹ difieren en las distintas lenguas, por lo que no es suficiente con enseñar listas de palabras emocionales sin contexto lingüístico y situacional. Es importante que los aprendientes sepan que el incumplimiento de un guion emocional en una L2 puede llevar a repercusiones pragmáticas y sociales negativas; deben comprender que las palabras emocionales aparecen en conceptos conocidos por el interlocutor de una lengua, quien es capaz de interpretar los diferentes matices: lo no dicho, las reacciones físicas, el lenguaje no verbal, etc. Por ejemplo, decir “te amo” en España puede llevar a pensar que la persona es poco creíble y un tanto artificial, ya que la expresión de amor se suele manifestar comúnmente con la frase “te quiero”. Sin embargo, en Italia “ti amo” describe perfectamente la emoción que uno siente por la otra persona. El entendimiento de los guiones prototípicos que siguen estos conceptos emocionales permitirá a los aprendientes no solo reconocer la emoción, sino también suscitar las emociones de sus interlocutores.

En ASL, el estudio de las emociones ha ido cobrando una relevancia importante, especialmente en la última década, y en la comunidad científica existe una aceptación cada vez mayor de los sentimientos y uso del lenguaje emocional, de la identidad del hablante de L2 que continuamente cambia, así como de la necesidad de comprender aquello que pueda afectar a las emociones de los propios aprendientes y reconocer los obstáculos lingüísticos o culturales a los que se enfrentan a la hora de expresar sus emociones en la lengua que aprenden (Dewaele, 2015). Partiendo de estas premisas, la presente investigación analiza las percepciones de hablantes bilingües y multilingües sobre el significado emocional de sus lenguas y las preferencias de lengua a la hora de hablar sobre temas emocionales.

2. LA NOCIÓN DE EMOCIÓN

Si se parte de la raíz etimológica latina de los verbos *emovere* (sacudir) y *movere* (mover), las emociones son cambios físicos del cuerpo ante situaciones concretas, unos esquemas neuronales inconscientes que preceden a los sentimientos; estos últimos serían la percepción de dichos cambios (Damasio, 2003). Las emociones están ligadas al placer, al equilibrio interior o, por el contrario, al desequilibrio y al dolor. Son los cambios del estado psíquico provocados por factores externos y reales o producidos por la memoria y la imaginación, a los cuales les corresponden los sentimientos. Estos últimos constituyen representaciones mentales referidas a la parte de la respuesta emocional que es sometida a una reflexión consciente y que viene etiquetada con un nombre (Frijda, Mesquita, Sonnemans, & Van Goozen, 1991).

Reeve (1994) considera cuatro elementos de una emoción: (a) la activación del organismo (biológica, fisiológica, neuronal y hormonal); (b) la expresión social de la emoción (facial, verbal, kinestésica); (c) la orientación hacia una meta u objetivo que suscita la emoción; y (d) la experiencia subjetiva o significado personal de esta. Kolb y Whishaw (2005), por su parte, distinguen los siguientes componentes: (1) fisiológico (procesos involuntarios como la respiración, la presión de la sangre, etc.); (2) cognitivo (procesamiento de la información, a nivel consciente e inconsciente, que afecta a la cognición y a cómo vivimos los acontecimientos de una forma subjetiva); (3) conductual (tono de voz, expresiones de la cara, movimientos del cuerpo, etc., que dejan ver conductas diferenciadoras que ayudan a la comunicación).

En cuanto a las funciones que desempeñan las emociones, es cierto que todas tienen alguna utilidad, incluso las más desagradables. Reeve (1994) sostiene que las emociones tienen tres funciones principales: (1) adaptativa: las emociones preparan al organismo para llevar a cabo de forma eficaz el comportamiento necesario dependiendo de las condiciones ambientales, usando la energía justa y dirigiendo la acción hacia un objetivo concreto; (2) social: la expresión de las emociones permite predecir el comportamiento que se asocia a estas, lo cual es importante para las relaciones interpersonales; (3) motivacional: las emociones dan más fuerza a una conducta motivada, estimulan hacia aquello que nos resulta agradable, y pueden determinar la aparición de dicha

conducta, dirigirla a un objetivo específico y hacer que se lleve a cabo con empeño.

De lo expuesto se desprende que la emoción es un constructo complejo, multidimensional, que puede estudiarse desde diferentes perspectivas de análisis. Asimismo, las características de la persona (estado de ánimo, temperamento, personalidad, etc.) y su situación ambiental influirán en las respuestas emocionales que tenga, y estas podrán afectar al estímulo que las desencadenó, teniendo como objetivo el beneficio personal y la adaptación. En relación con el aprendizaje de L2, dichas funciones pueden manifestarse de varias maneras: si no se consiguen los objetivos marcados o se tienen problemas de aprendizaje, se producen emociones negativas que pueden provocar el rechazo y el abandono del aprendizaje de dicha L2; por otro lado, tratar en clase temas emocionales de carácter positivo favorece la unión entre los estudiantes y ayuda a crear un clima favorable de aprendizaje colaborativo.

3. LAS EMOCIONES EN EL ÁMBITO DE ASL

En la bibliografía sobre el tema, el mayor avance que se hizo para tener en cuenta las emociones en el ámbito de ASL fue gracias al cognitivismo. Los cognitivistas se centraron en investigar qué medidas favorecían o no la activación de las emociones y, por tanto, el aprendizaje. Clasificaron las emociones en positivas y negativas, una clasificación estática y limitada que parece no tener en cuenta el filtro afectivo de Krashen (1985). Las emociones son vistas como algo fundamental del individuo y se encuentran en el espíritu (Arnold, 1999), en el cerebro (Schumann, 1999) o son meros estados psicológicos (Horowitz, 2001).

Según la perspectiva *inside-out* (Benesch, 2012), las emociones surgen dentro del individuo para luego manifestarse exteriormente. Además de los aspectos neurobiológicos que sitúan la respuesta emocional en el cerebro, se encuentran la dimensión psíquica (Benesch, 2012) y la dimensión social, la cual se reduce a la reacción cultural del individuo cuando hace frente a una nueva lengua y cultura (Arnold, 1999). Con el socioconstructivismo la interacción dejó de ser una confrontación para convertirse en colaboración. Las emociones son consideradas como *outside-in* (Ahmed, 2004), es decir, se producen gracias a la interacción social

para después ser interiorizadas por el individuo. Ahora bien, los principales problemas de estas dos perspectivas son que las emociones siguen sin estar adecuadamente teorizadas y que no se toma en cuenta suficientemente su complejidad (Benesch, 2012).

Gracias al aumento de estudios en el ámbito de ASL, se ha ido produciendo un giro afectivo (Benesch, 2012: 36) y surge un nuevo paradigma donde las emociones encuentran su espacio y su protagonismo. Dicho paradigma trae consigo una variedad de discusiones que ayudan a reflexionar sobre la terminología y las posiciones epistemológicas. El campo de las emociones abarca diferentes dominios y ha sido objeto de estudio en el marco de diferentes disciplinas (Neurología, Psicología, Filosofía, etc.), por lo que la creación de conceptos se apoya en las teorías de otras ciencias y, por tanto, muestra un enfoque diverso.

Arnold (1999) es la primera autora en evidenciar los diferentes tipos de relación entre las lenguas y la afectividad, pero será Kramersch (2009) la que muestre, gracias a sus trabajos con aprendientes de L2, que la aparición de las emociones y de los sentimientos puede estar ligada a cualquier cosa considerada como insignificante o incluso superficial (por ejemplo, al escuchar el sonido de una L2, se puede desencadenar una reacción automática de disgusto o de placer). La distinción que hizo Damasio (1994) entre emociones y sentimientos se consideró por Kramersch (2009) como muy útil para comprender los mecanismos de aprendizaje de L2 y para entender las reacciones de los aprendientes cuando se enfrentan a una nueva lengua: *"[t]he sense of continuity of the self comes from being firmly grounded in the body and its neurological processes. It is precisely this continuity that foreign language learners lack"* (Kramersch, 2009: 69).

Las dimensiones corporales y físicas de las emociones encuentran cada día más confirmaciones gracias a los diferentes estudios sobre el funcionamiento cerebral. La investigación sobre las neuronas espejo evidencia que las neuronas se activan cuando hacemos una acción, pero también cuando observamos a otro individuo llevar a cabo la misma acción o si la imaginamos (Rizzolatti, Fadiga, Gallese, & Fogassi, 1996). La cognición es algo interno al cuerpo (Aden, 2010; Damasio 1994, 2003), no solo se sitúa en el cerebro, sino que ocupa todo el cuerpo entero.

En este sentido, las emociones influyen y guían todo lo que asociamos normalmente al cerebro. Ellas ayudan a la selección de

la información y a la toma de decisiones que procuran la supervivencia individual o social de la especie. Ese proceso psíquico dejará una traza en el individuo que le servirá para guiarlo en acciones y reacciones futuras. Desde el punto de vista psicológico, cuando aprendemos una nueva lengua se activan los procesos psíquicos y la estructuración de la persona se ve afectada, ya que los anclajes afectivos y simbólicos deben ser creados de alguna forma. Como Kramsch (2009) ha remarcado, el ámbito de ASL se ha centrado más en el valor comunicativo de las emociones que en el valor simbólico o en el efecto emocional de la lengua.

Pero el valor simbólico es fundamental, es un vehículo de mensajes, de pensamientos, es la identidad del individuo. En palabras de Coïaniz (2001: 248) “[n]ul n’acquiert une langue comme il le ferait d’une quelconque discipline: la langue guide et iltre nos rapports, remet en cause profondément non seulement nos acquis, mais aussi nos ancrages affectifs, symboliques, imaginaires, ainsi que nos valeurs”². Por tanto, el poder simbólico que proviene de la capacidad de usar diferentes lenguas no es solamente el de representar el mundo de forma diferente, sino también de reaccionar ante el mundo, de crear realidades simbólicas diferentes, de cambiar la realidad cambiando la percepción de esa misma realidad (Kramsch, 2009).

4. ESTUDIOS SOBRE LA LENGUA PREFERIDA PARA EXPRESAR EMOCIONES EN HABLANTES BILINGÜES Y MULTILINGÜES

El estudio de la afectividad y de las emociones en ASL está situado en un cruce entre sociolingüística, sociopragmática, pragmática intercultural, lingüística cognitiva, psicología social, psicología cognitiva y psicología cultural; por tanto, muchos investigadores de ASL, interesados en la relación entre lenguaje y emoción, combinan diferentes enfoques, a la vez que adoptan diferentes aspectos de la pragmática del interlenguaje y de la comunicación intercultural (Dewaele, 2005).

Uno de los primeros estudios de ASL sobre la relación entre lenguaje y emoción fue el de Dewaele y Pavlenko (2002) que se centró en el uso de vocabulario emocional en un corpus de interlengua francesa e inglesa. Los investigadores encontraron que

sus participantes usaban en menor medida el vocabulario emocional en la L2 en comparación con los hablantes nativos, y que la proporción de vocabulario emocional iba conectada con el tipo de material lingüístico, el nivel de dominio de la L2, el nivel de extraversión y el género, siendo las mujeres las que parecían producir un número mayor y más diverso de palabras emocionales.

Esta colaboración entre Dewaele y Pavlenko llevó a la creación de *The Bilingualism and Emotions Questionnaire* (Dewaele & Pavlenko, 2001-2003), y los datos obtenidos a partir de dicho cuestionario dieron lugar a varios estudios posteriores. Entre los principales hallazgos de dichos estudios se pueden destacar los siguientes: (a) la fuerza emocional es mayor en la primera lengua (L1) y gradualmente menor en las lenguas que se fueron aprendiendo posteriormente; (b) los hablantes multilingües pueden llegar a sentirse diferentes cuando cambian entre sus diferentes idiomas, lo que Pavlenko (2006: 28) denominó "*linguistic schizophrenia*"; (c) la adquisición de L2 a una edad temprana parece determinar la percepción de la fuerza emocional de dicha(s) lengua(s); (d) el aprendizaje de L2 en clase y su práctica frecuente dentro y fuera de clase promueven un mayor uso de esta(s) a la hora de expresar emociones; (e) la emocionalidad percibida en la lengua y los repertorios afectivos ofrecidos por lenguas particulares juegan un rol en la elección de una lengua u otra en la comunicación padre-hijo, sobre todo, en la expresión emocional; (f) la naturaleza de las redes de interlocutores en la L2 y la percepción que tiene el propio hablante sobre su nivel de competencia lingüística en dicha(s) lengua(s) influyen en la percepción del peso emocional de ciertas expresiones; (g) el fenómeno de *code-switching*, tal y como es percibido por el propio hablante, suele ser más frecuente cuando se habla de temas emocionales con interlocutores familiares o con amigos en comparación con aquellas situaciones en las que se habla de temas neutros; además, dicho fenómeno parece determinarse por el historial lingüístico, la edad, el nivel de competencia lingüística y el uso actual que se hace de las diferentes lenguas habladas; (h) la socialización y la intensidad de exposición a la(s) L2, así como la oportunidad de utilizarla(s) en interacciones auténticas, reduce la ansiedad y, a la vez, amplía la gama estilística a la hora de comunicar emociones (Dewaele, 2004a, 2004b, 2005, 2008a, 2013; Dewaele & Li, 2014; Dewaele & Zeckel, 2016; Pavlenko, 2004, 2005, 2006, entre otros). También nos parece

importante incluir aquí el estudio realizado por Lorette y Dewaele (2015) en el que se hallaron patrones similares de reconocimiento de emociones básicas por parte tanto de hablantes nativos como de no nativos.

Aunque presentada de manera demasiado breve, la evidencia empírica aportada por los estudios reseñados apunta a un fuerte vínculo entre emociones y lenguaje. Siguiendo el paradigma de los autores citados, y partiendo de la base de que es fundamental profundizar en el estudio de las emociones para luego llevar dicho conocimiento al aula y fomentar en nuestros alumnos tanto la afectividad como el aprendizaje del lenguaje emocional, la presente investigación analiza las percepciones de un grupo de hablantes bilingües y multilingües enfocando en dos aspectos: (a) la lengua con mayor significado emocional; y (b) el grado de dificultad que supone expresar sentimientos y emociones en una lengua diferente a la L1.

5. METODOLOGÍA

En función del objetivo anteriormente expuesto, se establecieron las siguientes preguntas de investigación³:

1. ¿Cuál es la lengua con mayor peso emocional y considerada como más apropiada para expresar emociones por parte de un grupo de hablantes bilingües y multilingües?
2. ¿Qué grado de dificultad supone para ellos hablar de temas emocionales en lenguas diferentes a su L1?

Se trata de una investigación primaria de corte transversal y de metodología esencialmente cualitativa. Tal metodología se combina con una perspectiva *emic* donde la visión de los participantes es igual de importante que la de los investigadores. Según Harris (1985), se trata de una perspectiva atractiva para la investigación cualitativa, ya que abarca el contenido consciente de lo emitido por el hablante. En nuestro trabajo, se recoge la reflexión de las percepciones y creencias sobre las emociones y el lenguaje por parte de los propios participantes, lo que hace que nos alejemos de la perspectiva *etic*, en la que simplemente se describen hechos observables sin intención ninguna de darle un significado.

5.1 Informantes

En el estudio participaron 40 personas de diferentes nacionalidades con un alto dominio de, al menos, dos lenguas. Asimismo, se buscaron participantes multilingües que hubieran desarrollado un alto nivel de plurilingüismo y de consciencia metapragmática sobre sus experiencias y sentimientos como hablantes de diversas lenguas, lo cual se consiguió en gran parte. Para la selección de estos informantes se optó por un muestreo no probabilístico de conveniencia.

Se contó con 10 hombres y 30 mujeres, de edades comprendidas entre los 20 y los 45 años y de nacionalidades variadas; entre ellas predominaron la española ($n=17$), la italiana ($n=9$) y la griega ($n=6$). De ellos, 3 eran bilingües mientras que los demás 37 hablaban entre tres y cinco lenguas (que fue el caso de 13 personas). La mayoría de los informantes ($n=30$) había realizado un máster, una persona había continuado sus estudios con un doctorado y otras 6 habían completado diferentes grados universitarios.

5.2 Herramienta de recogida de datos

La recogida de datos se hizo mediante el cuestionario *The Bilingualism and Emotions Questionnaire* (BEQ) de Dewaele y Pavlenko (2001-2003). El BEQ se divide en tres partes. La primera comprende preguntas sobre el perfil sociobiográfico del informante, la segunda se centra en su historial lingüístico, mientras que la tercera parte aborda cuestiones relacionadas con la expresión de las emociones, de manera general o en contextos específicos, y en función de ciertas variables como la ansiedad y la actitud que se tiene hacia cada una de las lenguas habladas. Por último, el BEQ comprende una serie de preguntas abiertas sobre el peso emocional de la frase "te quiero" dependiendo de la lengua, las preferencias de lengua para términos emocionales y términos cariñosos, el significado emocional de las diferentes lenguas que habla el informante, la lengua con la que discute en casa y la facilidad o dificultad que le supone hablar de temas emocionales en otros idiomas diferentes a su L1.

El cuestionario se entregó a los informantes en su versión inglesa, idioma que todos ellos entendían⁴, y se administró

utilizando el formulario de *Google*. Asimismo, es necesario aclarar que, a pesar de que los informantes completaron el cuestionario en su totalidad, solamente se analizaron las respuestas de las preguntas abiertas del BEQ que estaban directamente vinculadas con los objetivos de este estudio.

5.3 Procedimiento

El envío del cuestionario se realizó a través de un correo electrónico en el que se invitaba a la persona a completarlo en uno de los cuatro idiomas mencionados previamente. En ese correo, se adjuntaba el enlace que llevaba directamente al cuestionario, se proporcionaba información sobre el tema del estudio, el tiempo aproximado de realización del cuestionario, la fecha límite de entrega y unas palabras de agradecimiento por la colaboración. Durante la recogida de datos, no hubo ninguna incidencia, a excepción de un cuestionario que se tuvo que descartar porque llegó repetido.

6. RESULTADOS

6.1 Significado emocional de las diferentes lenguas habladas

La primera pregunta de investigación se refería a si las distintas lenguas habladas por los informantes tenían para ellos diferente peso o importancia emocional. La gran mayoría ($n=31$) respondió que sí, 2 personas contestaron que no, y otras 2 afirmaron que todo depende de la persona con la que se está hablando, así que no es una cuestión de lengua sino de interlocutor. Los demás informantes no respondieron dicha pregunta.

En lo que respecta a cómo se visualiza la importancia emocional de las lenguas habladas, no hemos obtenido tantas respuestas como en la pregunta anterior. De hecho, 20 personas prefirieron obviarla, tal vez, debido al formato de presentación de dicha pregunta (en un mismo párrafo junto a la pregunta referida al peso emocional) o a la dificultad que supone contestarla (no encontrar las palabras adecuadas para ello, no entender exactamente el término "importancia emocional" o nunca antes haber reflexionado sobre dicha importancia).

El análisis de las demás respuestas aportadas (Anexos, Tabla 1) reveló los siguientes patrones⁵:

- (a) La L1 se percibe y se siente como la lengua con mayor peso emocional, ya que es la lengua en la que se aprendió primero el lenguaje de las emociones (ID6, ID8). También, se percibe como más original (ID5: *"For me in English emotional words and sentences are used like a cliché"*; el inglés es la L2 del ID5) o incluso como más sincera (ID7: *"English always felt like my first language so when I say something emotional in English it feels more sincere"*).
- (b) El peso emocional de la lengua está ligado y depende del interlocutor y del contexto (ID3, ID10, ID12, ID24, ID33), que puede ser el de familia, de trabajo, de amigos y de pareja (ID25, ID39: *"I find Greek language more emotional over English and Norwegian because it's a language I learnt just to communicate with people I liked or loved"*). Particularmente, el contexto de trabajo podría llegar a concebirse como más estresante (ID8: *"il francese rappresenta i momenti di gioia ma anche di stress e tensione rispetto al lavoro [el francés representa momentos de felicidad, pero también de estrés y tensión por el trabajo]"*) y la lengua utilizada en dicho contexto como más neutral (ID21: *"English is a language that I use actively almost exclusively for work, thus it is rather a neutral language for me"*). En cuanto al interlocutor, puede hacer que una lengua distinta a la L1 se sienta igual de emocional o incluso de mayor impacto (ID10: *"También tengo muy en cuenta la L1 de la persona con la que hablo, y cuando se trata de una persona francófona, o anglófona, etc., y hablamos en esta lengua sobre algo emocional, me hace el mismo efecto que si fuera en mi lengua materna porque, de una forma, el mensaje que me llega es que esas emociones las está viviendo exactamente de la forma en las que me las está comunicando, y tienen para mí más impacto, de alguna manera"*). Asimismo, se reconoce la importancia de que el interlocutor se sienta cómodo durante la interacción (ID33: *"He or she needs to feel comfortable with regards to the language I am using when talking to him/her, hence I adapt accordingly"*).
- (c) El peso emocional puede variar en el tiempo dependiendo de las experiencias vitales o de las oportunidades de interacción que se tiene con una determinada lengua y no con otra (ID10, ID20:

"Currently English is the language I have the most opportunities in which to actually express my emotions because most of my conversations in Spanish are superficial or study and needs related").

- (d) En la percepción del peso emocional de la lengua podría influir, hasta cierto punto, su proximidad lingüística a otras lenguas que habla la persona (ID2: *"Since Spanish and Italian share that "passionate vibe", L3 isn't felt as a distant language to express my emotions; more or less like I do in Spanish"*).
- (e) La L1 puede carecer de peso emocional dependiendo del estado anímico de la persona o de la importancia del asunto tratado (ID39: *"If I am in a small dilemma it's probable I will think about it in English or Spanish in order to `dramatise´ it a bit in my head. If I have to think through something serious it's going to be in Greek"*).

En lo que se refiere a la lengua que se considera más apropiada para expresar emociones, las respuestas están diversificadas (Anexos, Tabla 2). La mayoría de los participantes respondió que la lengua más apropiada era su L1 ($n=18$), seguida de la L2 ($n=8$) y la L3 ($n=8$), mientras que 6 informantes no contestaron dicha pregunta. Entre los motivos de elección de una lengua u otra aparecen:

- (a) La pareja y el trabajo (ID15, ID16: *"L2 because even if I live in my country, my partner is Italian and is the language that we usually use to talk"*, ID18: *"If feel that English is the most significant language to express my feeling, because it is the language that I use with my husband"*; el inglés es la L2 de la ID18).
- (b) El contexto de interlocutores en general (ID10, ID2: *"Context and company would be decisive factors when choosing between L1 and L2 to express my emotions"*).
- (c) El propio carácter (ID14: *"Para mí es más fácil mostrar afecto y cariño cuando no utilizo mi lengua materna. Supongo que como persona introvertida recurro a otra lengua como vía escapatoria"*).

Especialmente interesante es también la respuesta de la informante ID27 quien considera que no existe una lengua más o menos apropiada para expresar emociones.

6.2 Grado de dificultad que supone hablar de temas emocionales en lenguas diferentes a la L1

La segunda pregunta analizada tenía que ver con el grado de dificultad que supone hablar sobre temas emocionales en las L2 y L3 (Anexos, Tablas 3 y 4). La mayoría de los participantes afirmó que resulta más difícil utilizar dichas lenguas ($n=17$), 4 personas respondieron que "depende", 8 señalaron que no encuentran ninguna diferencia, mientras que otras 5 personas contestaron que les resulta más fácil expresar emociones en sus L2 y L3.

Entre los informantes que respondieron que las L2 y L3 les parecen más difíciles para hablar de temas emocionales, algunos explicaron que la dificultad recae en el dominio del idioma o la falta de vocabulario en dichas lenguas, o porque uno de los interlocutores no conoce ciertas palabras y, por tanto, se pueden crear malentendidos. También, se ha hecho alusión a la mayor emocionalidad de la L1 frente a las demás lenguas habladas. Algunos ejemplos representativos son los siguientes:

(a) Dominio de la lengua y falta de vocabulario:

ID7: *"It's just you can use more words [in L1] to correctly express your emotions".*

ID14: *"Personalmente, cuando me expreso en mi L1, tengo un repertorio lingüístico mucho más vasto y, por ende, me es más fácil relatar cualquier cosa".*

ID19: *"It is very difficult because of the lack of terminology".*

ID20: *"When I am very angry, it is more difficult to appropriately express myself in my second language because I feel that I have a lack of words".*

ID31: *"It is clearly more difficult since sometimes you do not have the pertinent words or expressions and things can be misunderstood".*

(b) Conocimientos del interlocutor y posibles malentendidos:

ID10: *"Al inicio de mi relación con una persona que no habla mi lengua materna, tenía algunas dificultades y deseaba que esta persona aprendiera español para que pudiera entender detalles de algunas palabras que uso para expresarme en español, detalles que no encuentro en otras lenguas".*

ID8: *"A veces es difícil porque hay malentendidos debidos al idioma diferente de ambos interlocutores. Un ejemplo clásico: en conversaciones con mi novio, a menudo, si hablamos en*

francés, que no es la lengua materna de ninguno de los dos, se crean malentendidos debido a palabras malinterpretadas".

ID18: *"I find really difficult to talk in English about my emotions because my husband doesn't understand well that language, and I feel really difficult to express my feelings in Arabic which is his L1".*

(c) Mayor emocionalidad de la L1:

ID26: *"Of course it is a milllliooooooonn times for difficult! When you get all emotional it's hard to think!"*

ID30: *"L1 language is richer than L2 and this is the only difficulty I face. Also, as L1 is my mother tongue, it's easier for me to express my feelings when emotionally charged".*

ID40: *"Because I feel the words [in L2 and L3] have less intensity".*

Entre aquellos informantes que consideran que es más fácil hablar de temas emocionales en las L2 y L3, destacan las respuestas de dos informantes (que se comentarán más adelante):

- ID9: *"It's easier to me to speak about emotions in my L5 (I was living in Beijing for two years till last month). When I speak Chinese, even if I have Hsk 6 level (like C2), but I always feel like a little girl, because the culture there makes me more shy or more humble, not being able or allowed to express myself freely (otherwise I'm afraid of being impolite). So I have this role, like an adorable little girl, that cannot express deepest feelings but can say her superficial feelings like a little girl not caring about what others will think about it".*
- ID33: *"Easier because my first language is German but not the standard German ("Hochdeutsch") but a local dialect which does not exist in writing. Hence, I am a bit jumping between my dialect (which I consider my true mother tongue) and standard German. With L2 and L3 I have no such "jumping" as I only learned the standard language and no dialect".*

Finalmente, casi un tercio de la muestra señaló que usa todas sus lenguas, sin diferenciación, a la hora de hablar de temas emocionales o que percibe como relativo el grado de dificultad de estas. Especialmente interesante es la respuesta de la ID21 quien indica que puede llegar a parecer más borde, directa o poco cortés cuando expresa sus emociones en las L2 y L3, mientras que en su L1 lo haría de una manera más sofisticada. Como señala Panayiotou (2004: 125), la lengua es un medio para acceder a las emociones

"not only in terms of understanding another person's emotions but also in making sense of our own", de nuestras emociones y de nuestro "yo". La ID23 señala que su L1 *"feels deeper sometimes ... whereas when using other languages there's a sort of emotional detachment"* y, de manera similar, la ID32 respondió que su L1 *"is somehow more poetic and it has a stronger impact, in terms of feelings"*. Las oportunidades de uso y práctica de las L2 y L3 también parecen influir en la elección de lengua para hablar de temas emocionales (ID39: *"I think I can talk about emotional topics both in my L2 and L3 with no special difference because I use those languages to communicate with friends, which means in a way that I got used to that"*).

Por otro lado, el grado de dificultad de uso de las L2 y L3 se percibe como relativo por algunos informantes dependiendo de los siguientes factores:

- (a) El contexto (ID2: *"Again, it'd depend on context"*).
- (b) El tema del que se habla (ID5: *"It is easier for me to speak in Spanish unless I'm speaking about love, then it is easier for me to speak in English"*, ID27: *"Sometimes it is easier to talk in a different language about your emotions, especially of your feelings, since the language is somehow a filter"*).
- (c) El vocabulario requerido (ID24: *"In my L2 I feel absolutely comfortable so it's not more difficult at all. However, if I had to speak about emotional topics in German or French it would be more difficult. But the main reason would be the fact that I lack vocabulary"*).

7. DISCUSIÓN

El objetivo del presente estudio fue analizar las percepciones de 40 hablantes bilingües y multilingües con respecto al peso emocional de las diferentes lenguas que hablan y el grado de dificultad que supone para ellos hablar de temas emocionales en lenguas diferentes a su L1. A pesar de la cantidad de estudios similares y con muestras de informantes mucho más grandes, es importante señalar que en dichos estudios el tratamiento de los datos se basó sobre todo en técnicas estadísticas, mientras que en la presente investigación se optó por una metodología esencialmente cualitativa, la cual permite adentrarnos de manera más precisa en

los diferentes mundos emocionales de los participantes y atender a las diferencias individuales de cada uno. Asimismo, en los estudios previos se comentan y discuten las preguntas de nuestra investigación en relación con los resultados globales obtenidos, sin detenerse a valorar de forma más profunda y específica el significado emocional y la lengua preferida para tratar los temas emocionales.

En lo que concierne a la primera pregunta de investigación, los resultados de nuestro estudio evidenciaron la superioridad emocional de la L1 al ser, según parece, la lengua en la que se aprendió primero el lenguaje de las emociones (para resultados similares véase Dewaele, 2011a, 2013; Dewaele & Pavlenko, 2002; Pavlenko, 2004, entre otros). Este hallazgo da sustento a la hipótesis de *Contextos Emocionales de Aprendizaje* la cual defiende que las frases en una lengua obtienen asociaciones emocionales cuando se aprenden y se usan en contextos emocionales (Harris, Gleason, & Ayçiçeği, 2006).

Ahora bien, este resultado no constituye una ley natural, sino un reflejo de un promedio, como veremos más adelante. Tanto la frecuencia de uso de la lengua en general como la frecuencia de uso de la lengua en temas afectivos, así como el interlocutor, el contexto, las experiencias vitales y las oportunidades de interacción que se tiene con una determinada lengua, son factores que podrían afectar la percepción del peso emocional. Por ejemplo, un informante del presente estudio explicó que, si percibe más cómodo a su interlocutor usando una determinada lengua porque para él tiene mayor peso emocional, se amolda a ello y “empatiza” con él, aunque para el informante la lengua con mayor peso emocional sea otra. Esto parece confirmar los hallazgos de Dewaele y Zeckel (2016) sobre un mayor cambio de idioma dependiendo del tipo de interlocutor. De ahí que, teniendo en cuenta el peso emocional que tiene para el interlocutor una lengua particular, se podría afirmar que la socialización en una lengua diferente a la primera se convierte en un factor relevante para poder explicar que esta sea vista por algunos de los informantes como más apropiada para expresar emociones o incluso como más emocional que su L1. De hecho, Pavlenko (2004) observó que, para una minoría de sus participantes, la socialización adulta en la L2 hizo que sus L2 fueran percibidas como iguales, o incluso más emocionales que su L1. Dewaele (2010) constató que la L1 no era siempre la lengua

preferida para insultar o maldecir ya que aquellos participantes de su estudio que habían socializado dentro de la cultura de la L2 decían haber asimilado prácticas lingüísticas locales (como maldecir). En la misma línea, un posterior estudio (Dewaele, 2011a) reveló que un mayor tiempo de estancia en la cultura de la L2 estaba conectado a un cambio gradual de las preferencias de lengua, y que la L2 había empezado a conectar con los corazones y mentes de sus usuarios (véase también Dewaele, 2013).

Efectivamente, en esta relación también intervienen factores de personalidad, el estado anímico de la persona, sus habilidades sociales, o incluso la proximidad lingüística entre las lenguas habladas. Por ejemplo, el estado de ánimo es la disposición que se tiene y que puede ser estable y duradera, provocando una activación más fugaz ya que, al contrario de las emociones, no determina nuestra forma de reaccionar (Thayer, 1998). El estado de ánimo en combinación con el tema tratado, pueden hacer que una persona cambie de un idioma a otro, sea para crear efectos en su interlocutor o porque las emociones pueden ser más significativas o más fácilmente tratables en un idioma que en otro. De manera similar, el carácter de una persona puede determinar la elección de la lengua, tal y como se desprende de la respuesta de la ID14, quien alude a su carácter introvertido como razón para expresar afecto en sus L2 al encontrar en ellas una "vía escapatoria". Aunque parcialmente, esto concuerda con la evidencia empírica previa sobre el vínculo entre el uso de vocabulario emocional y el nivel de extraversión de la persona u otros rasgos de su personalidad (Dewaele & Pavlenko, 2002; Ożańska-Ponikwia, 2013). Por ejemplo, Ożańska-Ponikwia (2013) concluyó que aquellas personas que tienen mayores herramientas sociales y emocionales no solo se muestran más capaces de entender los cambios de su personalidad y comportamiento mientras usan la L2, sino que también son más conscientes de los cambios que ocurren en su repertorio lingüístico.

En lo relativo al grado de dificultad que supone expresar emociones en lenguas diferentes a la L1, casi la mitad de la muestra señaló que es complicado, mientras que la otra mitad dio respuestas variadas, resultado que podría atribuirse a la heterogeneidad de factores implicados en la expresión emocional. En primer lugar, el hecho de que se perciba la expresión de emociones en las L2 y L3 como más difícil parece deberse al dominio de la lengua por parte del propio informante y también de su interlocutor, que puede ser

diferente y crear problemas y malentendidos en la comunicación. Los informantes del presente estudio comentaron en varias ocasiones la falta de léxico, lo cual concuerda con la evidencia empírica sobre la menor cantidad de vocabulario emocional con el que se cuenta en una L2 (Dewaele, 2004a; Dewaele & Pavlenko, 2002; Pavlenko, 2004). Como señala Dewaele (2004a: 102): "As a rule, language users seem to avoid use of linguistic 'nuclear' devices if they are unsure about their yield". Esta dificultad a la hora de expresar emociones por falta de léxico también nos lleva a mencionar a Krashen (1985), quien alude a la importancia del vocabulario para poder tener una comunicación eficaz, y a Coady (1997), quien afirma que las palabras y frases son esenciales en la enseñanza y aprendizaje de lenguas. Asimismo, la respuesta de la ID19 ("*It is very difficult because of the lack of terminology*") nos remite a todos aquellos trabajos empíricos que mostraron la muy común falta de equivalencia cuando se intenta traducir un término de una lengua a otra: envidia y celos, que son palabras diferentes en ruso mientras que en inglés se suele optar por el término "*jealous*" (Stepanova Sachs & Coley, 2006), la dificultad de traducir al inglés la palabra española "cariño" (Heredia & Altarriba, 2001) o las palabras griegas "*στεναχώρια*" y "*μαράζι*" que parecen ser específicas de una cultura y lengua particulares (Panayiotou, 2004).

Otro factor que podría explicar la mayor dificultad para hablar de temas emocionales en las L2 y L3 son las oportunidades que se ha tenido para practicarlas, puesto que es posible usar a menudo una lengua, pero nunca tratar temas emocionales. De hecho, este aspecto guarda relación con la *Teoría de los Dominios del Discurso* (Douglas & Selinker, 1994), según la cual la producción se vuelve más compleja y coherente cuando el aprendiente sabe cuál es el argumento y se implica emocionalmente, de modo que existe una relación directa entre el tema del que se habla y el cuidado que se da al discurso.

En cuanto a aquellas personas que opinaron que el grado de dificultad para expresar emociones es el mismo en sus diversas lenguas, podría decirse que su dominio de las L2 y L3 es muy bueno, sobre todo, en la expresión y comprensión oral. Aun así, estas personas reconocen que sienten su L1 como más poética, profunda, y menos distante, o que la expresión de las emociones en dichas L2 y L3 muestra una imagen de ellos que no se correspondiera necesariamente con cómo son realmente (véase respuesta de la

ID21). El miedo a parecer más directo o maleducado en una cultura diferente puede hacer que el estudiante de L2 se limite al uso de unas pocas palabras para expresar sus emociones, es decir, sin ningún aprovechamiento de su potencial lingüístico en cuanto a la expresión de la emoción.

En lo que se refiere a las personas que respondieron que es más fácil usar las L2 y L3, es interesante analizar las respuestas de los informantes ID9 e ID33. La ID9 prefiere su L5 para expresar emociones porque en la cultura de esa lengua (china) se explican las emociones de forma superficial y, por tanto, no tiene ni la necesidad de profundizar ni le resulta un aspecto problemático. Más aún, señala la idea de sentirse otra persona cuando habla en esa lengua. Esta observación se relaciona con diversos estudios sobre el fenómeno de *Cultural Frame Switching* en los que los participantes se percibían a sí mismos de forma diferente y usaban diferentes registros dependiendo de la lengua usada (Koven, 1998; Ramírez-Esparza, Gosling, Benet-Martínez, Potter, & Pennebaker, 2006). Koven (1998), por ejemplo, tras comparar las historias sobre la misma experiencia personal contadas por dos mujeres bilingües de portugués-francés, hijas de inmigrantes portugueses en Francia, en sus L1 y L2, descubrió que las dos participantes usaban diversos recursos léxicos y morfosintácticos y distintos registros en sus dos lenguas, contaban la historia de forma diversa y tenían una perspectiva diferente del mundo; además, ambas dijeron que se sentían diferentes en francés y en portugués, y fueron descritas de forma diversa por la gente que las escuchó.

A raíz de la explicación de nuestra informante y de los hallazgos de las investigaciones previas, es importante señalar que la exposición a largo plazo a una nueva cultura, la de la lengua meta, puede conducir a la aculturación emocional (De Leersnyder, Mesquita, & Kim, 2011). Este concepto resulta especialmente interesante para entender la preferencia de uso de una L2 frente a la L1 en momentos de activación emocional. De ahí la capacidad que poseen personas aculturadas para manejar las normas sociopragmáticas y amoldar sus habilidades lingüísticas a la cultura en la que se encuentran, así como el valor del grado de aculturación, dado que puede ser un factor relevante para explicar fenómenos como el de sentirse una persona diferente o de expresar emociones con mayor facilidad en una L2.

El informante ID33, por otro lado, representa un caso atípico de dominancia de la lengua y de expresión de sentimientos, ya que su L1 es el alemán, pero, al tratarse de un dialecto y no de alemán estándar, considera que no tiene la capacidad o seguridad suficiente para expresar sentimientos como se lo permite su L2 o L3.

Con respecto a las personas que piensan que el grado de dificultad es relativo, explicaron que dicha dificultad obedece al contexto y al tema tratado. Señalaron, además, que el uso de una lengua diferente a la L1, a veces, puede ser más fácil porque la lengua actúa como un filtro, sobre todo cuando se debe expresar emociones y, probablemente, no se sienten tan expuestas a la hora de expresarlas o mostrarlas.

Además del dominio de la lengua y el contexto sociocultural, en el grado de dificultad al expresar sentimientos y emociones en lenguas diferentes a la L1 pueden influir: (a) la oportunidad de expresar emociones, ya que se puede dominar una lengua pero que no se den las circunstancias para poder usarla en el ámbito emocional y, por tanto, puede decaer la capacidad para expresar emociones en dicha lengua; (b) la capacidad de interpretación y de expresión de sentimientos de la persona, que constituye un factor psicológico relacionado con las habilidades sociales, en concreto, las afectivas; (c) el tipo de interlocutor y la socialización (por ejemplo, la informante ID25 comentó que, si bien su L1 es el italiano, se sentía igual de cómoda expresando sus emociones en francés, ya que se ha acostumbrado a usar esta lengua con sus mejores amigas en la actualidad, quienes tienen esa lengua como L1). También, las respuestas de varios informantes muestran que tanto la aculturación emocional como el aprendizaje de los conceptos emocionales son aspectos sustanciales para entender este fenómeno. Por tanto, coincidimos con Dewaele (2013) quien relacionó la socialización con el aumento de uso de la L2 para expresar emociones de forma más eficiente, y también con Pavlenko (2005: 42) quien puntualiza que *"no single coherent story [can] be told about the relationship between emotions and multilingualism"*. La gran cantidad de factores identificados y la variedad de respuestas aportadas por los informantes del presente estudio constituyen una prueba de dicha afirmación.

8. CONCLUSIONES

El presente trabajo pone de manifiesto la importancia del aprendizaje y uso del lenguaje emocional para la adquisición de una alta competencia sociopragmática en una L2, así como la necesidad de socialización y aculturación para una eficaz expresión de emociones y sentimientos en dicha lengua.

Desde el punto de vista didáctico, es de especial relevancia mostrar a los estudiantes que la lengua que aprenden puede ser igual de emocional que su L1, además de incidir en las similitudes y equivalencias (a veces muy comunes) en la expresión de la emoción entre su L1 y la L2. Asimismo, es preciso que, en nuestro trabajo en clase, prestemos más atención a la enseñanza de conceptos y guiones emocionales (Gómez Molina, 2004) puesto que, como se ha revelado a partir de los resultados del presente estudio, la dificultad en la expresión emocional en una L2 se debe principalmente a la falta de vocabulario, y que, al mismo tiempo, motivemos a nuestros estudiantes para que busquen oportunidades de interacción auténticas y en contextos de inmersión lingüística. También, gracias al tratamiento cualitativo de los datos, hemos podido confirmar varios de los hallazgos en materia de multilingüismo y emocionalidad obtenidos en los estudios de Dewaele y Pavlenko, sacando a relucir una serie de factores que parecen influir en la lengua preferida para expresar emociones como, por ejemplo, la frecuencia con la que se habla sobre temas emocionales, el nivel de emocionalidad percibida en la lengua del interlocutor y las experiencias vitales del hablante.

Ahora bien, es necesario reconocer una serie de limitaciones a las que se enfrentó la presente investigación. En primer lugar, y a pesar de la naturaleza cualitativa del estudio, el tamaño muestral fue muy reducido y su composición bastante homogénea (edad y nivel educativo similares en todos los informantes). Adicionalmente, los datos recogidos a través del BEQ no permiten ahondar sobre algunos factores que consideramos relevantes en el estudio de las emociones: por ejemplo, si hubo algún tipo de inmersión lingüística en el pasado, el tipo de pedagogía instruccional, el contexto lingüístico actual en el que se encontraban los informantes (si vivían en sus países de origen o en un país de acogida), la frecuencia de habla sobre temas emocionales, entre otros.

Por tanto, en futuras investigaciones sería de especial interés examinar los aspectos señalados, incluyendo además la medición del grado de aculturación que presenta el hablante, a pesar de que dicho grado pueda inferirse de la red de interlocutores y de la frecuencia de uso de las diferentes lenguas habladas. En multilingüismo se ha investigado bastante el sentirse diverso cuando se usa una lengua en relación con ciertos rasgos de personalidad, pero existen pocos estudios que se preocupen por si el desarrollo de las habilidades sociales y emocionales y la inteligencia emocional se relacionan con la percepción del peso emocional en una lengua (Ożańska-Ponikwia, 2013), estudios que se centren específicamente en poblaciones inmigrantes y su percepción de identidad al cambiar entre sus diferentes lenguas (Panicacci & Dewaele, 2017, 2018), o estudios que examinen aspectos concretos del vocabulario emocional que utilizan estos inmigrantes (Bustos-López & Mavrou, 2017; Mavrou & Bustos-López, 2018, en prensa). Adicionalmente, los casos llamativos con los que nos encontramos y que son más complicados de analizar, apuntan a una necesidad de profundizar en el tipo de experiencias vitales que se relacionan con el peso emocional de una lengua ya que, por ejemplo, dicho peso emocional puede variar cuando se tiene una pareja de una realidad sociocultural diversa –tal y como se reveló en el presente estudio– o porque en un trabajo, que tiene algún tipo de conexión con aspectos emocionales, es necesario usar la L2.

No queremos terminar este trabajo sin recordar que la competencia plurilingüe es una noción fluida (Piccardo, 2013), así como una realidad compleja, ya que las variables sociobiográficas afectan a las personas, las lenguas se influyen entre sí, y la relación entre las culturas y sus lenguas es también cambiante (Consejo de Europa, 2002). De la misma forma, las emociones de los plurilingües varían en función de las experiencias y de los apegos. Por tanto, es imprescindible continuar con la investigación en el campo de las emociones y la adquisición de lenguas, de manera que podamos comprender aquello que pueda afectar a las emociones y reconocer los aspectos lingüísticos o culturales que pueden facilitar su expresión.

NOTAS

1. Pavlenko (2008: 150) define los conceptos emocionales como "prototypical scripts that are formed as a result of repeated experiences and that involve causal antecedents, appraisals, physiological reactions, consequences, and means of regulation and display". Dependen de tantos factores que es razonable asumir que los conceptos emocionales varían en función de la lengua hablada y de las personas, llegando a ser distintos entre hablantes monolingües y bilingües (Pavlenko, 2008).
2. "Nadie adquiere una lengua como lo haría con otra disciplina: la lengua guía y filtra nuestras relaciones, desafía profundamente no solo nuestros anclajes adquiridos, sino también afectivos, simbólicos, imaginarios, así como nuestros valores".
3. El presente estudio se enmarca en el proyecto: "Emoción, memoria, identidad lingüística y aculturación emocional: Su influencia en el aprendizaje de español como lengua de migración (EMILIA)" (Ref. Ffi2017-83166-c2-2-r, Convocatoria 2017 Proyectos de I+D+i, del Programa Estatal de Investigación, Desarrollo e Innovación Orientada a los Retos de la Sociedad).
4. Aquellos informantes cuya L1 era distinta al inglés, señalaron que tenían un nivel de dominio lingüístico en dicho idioma bastante alto.
5. Las respuestas de los informantes se proporcionan sin corrección o modificación, aunque se puedan apreciar errores en la lengua empleada, puesto que se consideró necesario presentar muestras reales de lengua que reflejasen las percepciones de forma "sincera", es decir, en las que la reflexión y su significado prevaleciesen a la forma.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Aden, J. (2010). L'empathie, socle de la reliance en didactique des langues-cultures. In: J. Aden, T. Grimshaw and H. Penz, eds., *Enseigner les langues-cultures à l'ère de la complexité : Approches interdisciplinaires pour un monde en reliance*. Bruxelles: Peter Lang, pp. 23-44.
- Ahmed, S. (2004). *The cultural politics of emotion*. New York: Routledge.
- Arnold, J. (1999). *Affect in language learning*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Benesch, S. (2012). *Considering emotions in critical English language teaching: Theories and Praxis*. New York: Routledge.
- Bustos-López, F. and Mavrou, I. (2017, septiembre). *Memoria y emoción en el aula de ELE: La enseñanza de vocabulario*

- emocional*. Ponencia presentada en el XXVIII Congreso Internacional de ASELE, Tarragona, España.
- Coady, J. (1997). L2 vocabulary acquisition through extensive reading. In: J. Coady and T. Huckin, eds., *Second language vocabulary acquisition*. Cambridge: Cambridge University Press, pp. 225-237.
- Coïaniz, A. (2001). *Apprentissage des langues et subjectivité*. Paris: L'Harmattan.
- Consejo de Europa (2002). *Marco común europeo de referencia para las lenguas: Aprendizaje, enseñanza y evaluación*. Madrid: Secretaría General Técnica del MEC, Anaya e Instituto Cervantes.
- Damasio A. R. (1994). *Descartes' error: Emotion, reason, and the human brain*. New York: Avon Books.
- Damasio, A. R. (2003). *Spinoza avait raison. Joie et tristesse, le cerveau des émotions*. Paris: Odile Jacob.
- De Leersnyder, J., Mesquita, B. and Kim, H. S. (2011). Where do my emotions belong? A study of immigrants' emotional acculturation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(4), pp. 451-463. Doi:10.1177/0146167211399103
- Dewaele, J. M. (2004a). Blistering barnacles! What language do multilinguals swear in? *Estudios de Sociolingüística*, 5(1), pp. 83-105.
- Dewaele, J. M. (2004b). The emotional force of swearwords and taboo words in the speech of multilinguals. *Journal of Multilingual and Multicultural Development*, 25(2/3), pp. 204-222. Doi:10.1080/01434630408666529
- Dewaele, J. M. (2005). Investigating the psychological and emotional dimensions in instructed language learning: Obstacles and possibilities. *The Modern Language Journal*, 89(3), pp. 367-380. Doi:10.1111/j.1540-4781.2005.00311.x
- Dewaele, J. M. (2008a). The emotional weight of "I love you" in multilinguals' languages. *Journal of Pragmatics*, 40(10), pp. 1753-1780. Doi:10.1016/j.pragma.2008.03.002
- Dewaele, J. M. (2008b). Dynamic emotion concepts of L2 learners and L2 users: A Second Language Acquisition perspective. *Bilingualism: Language and Cognition*, 11(2), pp. 173-175. Doi:10.1017/S1366728908003313
- Dewaele, J. M. (2010). Christ fucking shit merde! Language preferences for swearing among maximally proficient

- multilinguals. *Sociolinguistic Studies*, 4(3), pp. 595-614.
Doi:10.1558/sols.v4i3.595
- Dewaele, J. M. (2011a). Reflections on the emotional and psychological aspects of foreign language learning and use. *Anglistik: International Journal of English Studies*, 22(1), pp. 23-42.
- Dewaele, J. M. (2011b). Self-reported use and perception of the L1 and L2 among maximally proficient bi- and multilinguals: A quantitative and qualitative investigation. *International Journal of the Sociology of Language*, 208, pp. 25-51.
Doi:10.1515/ijsl.2011.011
- Dewaele, J. M. (2013). *Emotions in multiple languages* (2nd ed). Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- Dewaele, J. M. (2015). Postface : Les émotions au cœur de toute activité langagière. *Le Langage et l'Homme*, 50(2), pp. 205-209.
- Dewaele, J. M. and Li, W. (2014). Intra- and inter-individual variation in self-reported code-switching patterns of adult multilinguals. *International Journal of Multilingualism*, 11(2), pp. 225-246. Doi:10.1080/14790718.2013.878347
- Dewaele, J. M. and Pavlenko, A. (2001-2003). *Web questionnaire Bilingualism and Emotions*. University of London. Retrieved from
http://www.academia.edu/2134800/Web_questionnaire_bilingualism_and_emotions
- Dewaele, J. M. and Pavlenko, A. (2002). Emotion vocabulary in interlanguage. *Language Learning*, 52(2), pp. 263-322.
Doi:10.1111/0023-8333.00185
- Dewaele, J. M. and Zeckel, I. (2016). The psychological and linguistic profiles of self-reported code-switchers. *International Journal of Bilingualism*, 20(5), pp. 594-610.
Doi:10.1177/1367006915575411
- Douglas, D. and Selinker, L. (1994). Research methodology in context-based second-language research. In: E. Tarone, S. Gass and A. D. Cohen, eds., *Methodologies for eliciting and analyzing language in context*. Hillsdale: Erlbaum, pp. 119-132.
- Frijda, N. H., Mesquita, B., Sonnemans, J. and Van Goozen, S. (1991). The duration of affective phenomena or emotions, sentiments and passions. In: K. T. Strongman, ed.,

- International review of studies on emotion, Volume 1.* New York: John Wiley & Sons, pp. 187-225.
- Fussell, S. R. (2002). The verbal communication of emotion: Introduction and overview. In: S. R. Fussell, ed., *The verbal communication of emotions: Interdisciplinary Perspectives*. Mahwah: Lawrence Erlbaum, pp. 1-22.
- Garrett, P. and Young, R. F. (2009). Theorizing affect in foreign language learning: An analysis of one learner's responses to a communicative Portuguese course. *The Modern Language Journal*, 93(2), pp. 209-226. Doi:10.1111/j.1540-4781.2009.00857.x
- Gómez Molina, J. R. (2004). La subcompetencia léxico-semántica. In: J. Sánchez Lobato and I. Santos Gargallo, eds., *Vademécum para la formación de profesores de español. Enseñar español como segunda lengua y lengua extranjera*. Madrid: SGEL, pp. 491-510.
- Harris, C. L., Gleason, J. B. and Ayçiçeği, A. (2006). When is a first language more emotional? Psychophysiological evidence from bilingual speakers. In: A. Pavlenko, ed., *Bilingual minds: Emotional experience, expression, and representation*. Clevedon: Multilingual Matters, pp. 257-283.
- Harris, M. (1985). *El materialismo cultural*. Madrid: Alianza Editorial.
- Heredia, R. R. and Altarriba, J. (2001). Bilingual language mixing: Why do bilinguals code-switch? *Current Directions in Psychological Science*, 10(5), pp. 164-168. Doi:10.1111/1467-8721.00140
- Horowitz, E. K. (2001). Language anxiety and achievement. *Annual Review of Applied Linguistics*, 21, pp. 112-127.
- Kolb, B. and Whishaw, I. Q. (2006). *Neuropsicología humana*. Madrid: Panamericana.
- Koven, M. E. J. (1998). Two languages in the self / The self in two languages: French- Portuguese bilinguals' verbal enactments and experiences of self in narrative discourse. *ETHOS, Journal of the Society for Psychological Anthropology*, 26(4), pp. 410-455. Doi:10.1525/eth.1998.26.4.410
- Kramsch, C. (2009). *The multilingual subject. What foreign language learners say about their experiences and why it matters*. Oxford: Oxford University Press.

- Krashen, S. D. (1985). *The Input Hypothesis: Issues and implications*. London / New York: Longman.
- Lorette, P. and Dewaele, J. M. (2015). Emotion recognition ability in English among L1 and L2 users of English. *International Journal of Language and Culture*, 2(1), pp. 62-86. Doi:10.1075/ijolc.2.1.03lor
- Mavrou, I. and Bustos-López, F. (2018, abril). *Cuando tarjeta de residencia se torna emocional. Análisis del léxico emocional de inmigrantes de la Comunidad de Madrid*. Ponencia presentada en el XXVI Congreso Internacional de AESLA, Cádiz, España.
- Mavrou, I. and Bustos-López, F. (en prensa). Vocabulario emocional en la producción oral en español como lengua de migración. *Doblele: Revista de Lengua y Literatura*.
- Ożańska-Ponikwia, K. (2013). *Emotions from a bilingual point of view: Personality and emotional intelligence in relation to perception and expression of emotions in the L1 and L2*. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing.
- Panayiotou, A. (2004). Switching codes, switching code: Bilinguals' emotional responses in English and Greek. *Journal of Multilingual and Multicultural Development*, 25(2/3), pp. 124-139. Doi:10.1080/01434630408666525
- Panicacci, A. and Dewaele, J. M. (2017). 'A voice from elsewhere': acculturation, personality and migrants' self-perceptions across languages and cultures. *International Journal of Multilingualism*, 14(4), pp. 419-436. Doi:10.1080/14790718.2016.1273937
- Panicacci, A. and Dewaele, J. M. (2018). Do interlocutors or conversation topics affect migrants' sense of feeling different when switching languages? *Journal of Multilingual and Multicultural Development*, 39(3), pp. 240-255. Doi:10.1080/01434632.2017.1361962
- Pavlenko, A. (2004). 'Stop doing that, la Komu Skazala!': Language choice and emotions in parent-child communication. *Journal of Multilingual and Multicultural Development*, 25(2/3), pp. 179-203. Doi:10.1080/01434630408666528
- Pavlenko, A. (2005). *Emotions and multilingualism*. New York: Cambridge University Press.
- Pavlenko, A. (2006). Bilingual selves. In: A. Pavlenko, ed., *Bilingual minds: Emotional experience, expression, and representation*. Clevedon: Multilingual Matters, pp. 1-33.

- Pavlenko, A. (2008). Emotion and emotion-laden words in the bilingual lexicon. *Bilingualism : Language and Cognition*, 11(2), pp. 147-164. Doi :10.1017/S1366728908003283
- Piccardo, E. (2013). Évolution épistémologique de la didactique des langues : la face cachée des émotions. *Lidil, Revue de Linguistique et de Didactique de Langues*, 48, pp. 17-36.
- Ramírez-Esparza, N., Gosling, S. D., Benet-Martínez, V., Potter, J. P. and Pennebaker, J. W. (2006). Do bilinguals have two personalities? A special case of cultural frame switching. *Journal of Research in Personality*, 40(2), pp. 99-120. Doi:10.1016/j.jrp.2004.09.001
- Reeve, J. M. (1994). *Motivación y emoción*. Madrid: McGraw-Hill.
- Rizzolatti, G., Fadiga, L., Gallese, V. and Fogassi, L. (1996). Premotor cortex and the recognition of motor actions. *Cognitive Brain Research*, 3(2), pp. 131-141. Doi:10.1016/0926-6410(95)00038-0
- Schumann, J. (1999). A neurobiological perspective on affect and methodology in second language learning. In: J. Arnold, ed., *Affect in language learning*. Cambridge: Cambridge University Press, pp. 28-43.
- Stepanova Sachs, O. and Coley, J. D. (2006). Envy and jealousy in Russian and English: Labeling and conceptualization of emotions by monolinguals and bilinguals. In: A. Pavlenko, ed., *Bilingual minds: Emotional experience, expression, and representation*. Clevedon: Multilingual Matters, pp. 209-231.
- Thayer, E. R. (1998). *El origen de los estados de ánimo*. Barcelona: Paidós.

ANEXOS

Respuesta	ID
L2 more emotional.	ID1
Since Spanish and Italian share that "passionate vibe", L3 Italian isn't felt as a distant language to express my emotions; more or less like I'd do in Spanish. However, I express myself in English differently: being more accurate and, sometimes, even in a calmer way. L4 would be ruled out since my overall linguistic competence is quite... horrible.	ID2
Depends on the person I'm speaking to.	ID3
For me in English emotional words and sentences are used like a cliché.	ID5
I feel like I express better my emotions in the language I learned those emotions, L1.	ID6
English always felt like my first language so when I say something emotional in English it feels more sincere.	ID7
l'italiano rappresenta tutte le emozioni e gli stati d'animo, il francese rappresenta i momenti di gioia ma anche di stress e tensione rispetto al lavoro, l'inglese rappresenta la tranquillità e la spensieratezza quando conosci nuove persone, l'arabo rappresenta i sentimenti di spensieratezza e allegria tra amici e partner [El italiano representa todas las emociones y los estados de ánimo. El francés representa momentos de felicidad, pero también de estrés y tensión por el trabajo. El inglés la tranquilidad y la despreocupación cuando conoces gente nueva, el árabe representa los sentimientos de serenidad y alegría gracias a los amigos y a la pareja].	ID8
Sí, pero he de decir que esta relación emocional con cada lengua varía según el tiempo y según las experiencias vitales ... También tengo muy en cuenta la L1 de la persona con la que hablo, y cuando se trata de una persona francófona, o anglófona, etc., y hablamos en esta lengua sobre algo emocional, me hace el mismo efecto que si fuera en mi lengua materna porque, de una forma, el mensaje que me llega es que esas emociones las está viviendo exactamente de la forma en las que me las está comunicando, y tienen para mí más impacto, de alguna manera. No sabría bien cómo explicarlo. El francés, por ejemplo, no lo elegiría nunca para una conversación sobre mis emociones, porque mi relación con esta lengua es más académica, etc., pero una buena amiga francófona hablándome en su lengua materna consigue que para mí el francés cobre ese significado emocional.	ID10

Più dalla lingua 31ramati dalle persone con cui parlo e dal contesto [Más que de la lengua, depende de con quién estoy hablando y del contexto].	ID12
Currently English is the language I have the most opportunities in which to actually express my emotions because most of my conversations in Spanish are superficial or study and needs related.	ID20
Since every language represents at the same time a culture, a society, etc. and is also linked to life experiences, I can of course be in a different emotional state when speaking one language or the other. English is a language that I use actively almost exclusively for work, thus it is rather a neutral language for me. As for Spanish, it is possibly the language that I like the best as it is mostly linked to fun activities and experiences. French is a language that I never really liked but considered useful and that I ended up using in my everyday life. It has rather become a language that I need but not necessarily prefer to speak.	ID21
The significance is feel as I learned it for the first time.	ID22
English was my language for work and for my daily life for many years. Arabic (Moroccan dialect) is the language of day to day life now and French is currently the language for work.	ID24
Come scritto sopra, l'italiano è la lingua con cui posso esprimere appieno le mie emozioni. Ciononostante, alcune delle mie amicizie più strette sono francofone e la lingua della nostra relazione è appunto il francese. Con loro riesco perfettamente ad esprimere le mie emozioni e a comunicare i miei pensieri in francese [Como he escrito arriba, el italiano es la lengua en la que puedo expresar completamente mis emociones. Aunque, algunas de mis mejores amigas son francófonas y la lengua de nuestra relación es el francés. Con ellas consigo perfectamente expresar mis emociones y comunicar mis pensamientos].	ID25
My mother language has a stronger impact.	ID27
L2 and L3 make easier to express emotions; much depends also on the counterparts I am talking too. He or she needs to feel comfortable with regards to the language I am using when talking to him/her, hence I adapt accordingly.	ID33
English is a language that I have been taught since a very young age and at school everything was taught in English.	ID36
Different emotions (and the gravity of these emotions) go with different language. If I am in a small dilemma it's probable I will think about it in English or Spanish in order to "31ramatize it" a bit in my head. If I have to think through something serious it's going to be in Greek.	ID38

Spanish is my first language so for me it's easier to express myself, but at the same time I find Greek language more emotional over English and Norwegian because it's a language I learnt just to communicate with people I liked or loved.	ID39
Spanish also because I need to use it more often and with more people on a daily basis and I feel this two languages can express my feelings more intense	ID40

Tabla 1. Peso emocional de las diferentes lenguas

Respuesta	ID
Context and company would be decisive factors when choosing between L1 and L2 to express my emotions.	ID2
So mainly Spanish.	ID3
In Spanish it feels to me that when you use emotional words and sentences have more significant meaning.	ID5
L1, Spanish.	ID6
L1 and English L3.	ID7
L'italiano resta per me la lignue più appropriate.	ID8
Cuando se trata de mis emociones, y siempre dependiendo de las lenguas que hable mi interlocutor, elijo, en orden, el español, el árabe marroquí o el inglés. El árabe, por ejemplo, no se usa en las conversaciones esporádicas, por lo que es una lengua con la que es difícil crear un vínculo emocional, pero aun así le tengo mucho más cariño que, por ejemplo, al francés, porque me encanta y me gusta practicarla en sus contextos de uso, aunque sean siempre formales (y por lo tanto, no manifiesto con ella mis emociones).	ID10
Own language is more appropriate	ID11
Para mí es más fácil mostrar afecto y cariño cuando no utilizo mi lengua materna. Supongo que como persona introvertida recurro a otra lengua como vía escapatoria.	ID14
Only Moroccan Arabic because I work in Morocco and my partner is Moroccan.	ID15
L2 because even if I live in my country, my partner is Italian and is the language that we usually use to talk, also we used to watch Italian movies, we go frequently in Italy and most part of our friends here are Italian.	ID16
I feel that English is the most significant language to express my feelings, because it is the language that I use with my husband.	ID18
English is currently the proper language of my emotions, though it could change if I were to return to Mexico.	ID20

It's more appropriate when it is a cultural feeling.	ID22
Italian I guess because I feel more attached to my mother tongue therefore emotions look more real and with a deeper meaning.	ID23
It is harder though to express them in certain circumstances.	
But there isn't a more appropriate language of my emotions.	ID27
L1.	ID29
L1 is more appropriate for expressing emotions.	ID30
In my mother tongues.	ID31
I consider Galician more appropriate.	ID32
L2 and L3 makes is easier to express emotions.	ID33
L1 y L3 most people I know and talk about emotions speak in those languages.	ID34
Greek and English are the languages that I use the most. It is easy to express in those two language since they have the same significance.	ID36
When I have to express my emotions suddenly, I do prefer L1 and L2.	ID37
L1 and L3.	ID39
The language of my emotions can be my native one (Romanian) but also Spanish.	ID40

Tabla 2. Lengua considerada como más apropiada para expresar emociones

Respuesta	ID
Temas emocionales: mayor facilidad con L2 y L3	
It's easier to me to speak about emotions in my L5 (I was living in Beijing for two years till last month). When I speak Chinese, even if I have Hsk 6 level (like C2), but I always feel like a little girl, because the culture there makes me more shy or more humble, not being able or allowed to express myself freely (otherwise I'm afraid of being impolite). So I have this role, like an adorable little girl, that cannot express deepest feelings but can say her superficial feelings like a little girl not caring about what others will think about it.	ID9
L2 frequento più italiani.	ID16
It is easier in L2 but more difficult in L3. Example: feelings of love.	ID22
Easier because my first language is German but not the standard German ("Hochdeutsch") but a local dialect which does not exist in writing. Hence, I am a bit jumping between my dialect (which I consider my true mother tongue) and standard German. With	ID33

<p>L2 and L3 I have no such “jumping” as I only learned the standard language and no dialect.</p>	
<p>Temas emocionales: mayor dificultad con L2 y L3</p>	
<p>It’s just you can use more words to correctly express your emotions, for example there’s are certain that there isn’t in English so I would have to gather how I feel and express it.</p>	<p>ID7</p>
<p>A volte perché difficile perché ci sono incomprensioni dovute alla lingua diversa per entrambi gli interlocutori. Esempio classico: nelle discussioni con il mio fidanzato spesso , se parliamo in francese , che non perché la lingua madre di nessuno dei due, si creano incomprensioni dovute a parole fraintese [A veces es difícil porque hay malentendidos debidos al idioma diferente de ambos interlocutores. Un ejemplo clásico: en conversaciones con mi novio, a menudo, si hablamos en francés, que no es la lengua materna de ninguno de los dos, se crean malentendidos debido a palabras malinterpretadas].</p>	<p>ID8</p>
<p>De forma natural, creo que es más difícil hablar de sentimientos en una lengua que no sea la materna. Pero también creo que es cuestión de habituarse. Al inicio de mi relación con una persona que no habla mi lengua materna, tenía algunas dificultades y deseaba que esta persona aprendiera español para que pudiera entender detalles de algunas palabras que uso para expresarme en español, detalles que no encuentro en otras lenguas. Muchas veces el inglés era suficiente, o incluso el árabe marroquí, para expresar exactamente lo que queríamos, pero en ocasiones no. Hoy en día, mezclamos las lenguas que conocemos y elegimos la palabra que mejor expresa lo que queremos decir, del idioma que sea que tengamos en común, o incluso del español y del bereber, que no usamos en conversaciones, pero que al ser nuestras lenguas maternas respectivas cobran un significado emocional muy superior al árabe marroquí o al inglés. Cuando es una palabra que la otra persona no conoce, la intentamos explicar para que la otra persona entienda por qué usamos esa palabra y qué significa exactamente, ya sea del español, del inglés, del árabe o del bereber. No sé si es lo que se suele hacer, pero he de reconocer que a ambos dos nos maravillan las lenguas. Cuando se trata de otras personas, evito mezclar lenguas y suelo escoger el español o el inglés, dependiendo de las lenguas que hable mi interlocutor.</p>	<p>ID10</p>
<p>Il mio vocabolario perché meno ricco ed ho bisogno di riflettere di più [Mi vocabulario es menos rico y necesito reflexionar más].</p>	<p>ID12</p>

<p>Considero que es más difícil hablar de temas emocionales en otras lenguas. Seguramente no tiene nada que ver, pero quizás la conexión entre las áreas cerebrales donde se almacenan los recuerdos/emociones y el área del lenguaje se establece mucho más rápido si el cerebro puede recurrir a la lengua nativa. Personalmente, cuando me expreso en mi L1, tengo un repertorio lingüístico mucho más vasto y, por ende, me es más fácil relatar cualquier cosa. Si no, ino estaría contestando este cuestionario en español!</p> <p>Otro tema que me parece interesante son las respuestas "reflejas" que uno tiene al quemarse, caerse, hacerse daño, etc. (por decirlo de alguna forma). No sé en qué punto dejamos de decir "joder" a decir "fuck" o "tfu" o lo que sea en otra lengua que dominamos.</p>	ID14
<p>Normally I use only Italian language. For me is a little difficult talk about emotional topic and if I have to talk about this I can't express myself at all in another language.</p>	ID15
<p>I find really difficult to talk in English about my emotions because my husband doesn't understand well that language, and I feel really difficult to express my feelings in Arabic which is his L1.</p>	ID18
<p>It is very difficult because of the lack of terminology.</p>	ID19
<p>When I am very angry, it is more difficult to appropriately express myself in my second language because I feel that I have a lack of words. This may be in part because even in my native language I do not use curse words, and I've had difficulty finding adequate replacement expressions in Spanish. Apart from that, I do not note a difference in difficulty in my ability to express myself in my first or second language. In Choctaw (third language) I sing a few very happy hymns, but apart from that I do not use it to express emotions.</p>	ID20
<p>Come scritto sopra, è sicuramente più difficile in inglese perché il mio lessico è meno ricco e le occasioni di esprimere le mie emozioni sono più rare. Rispetto al francese invece, è più faticoso per me rispetto all'italiano però mi sembra di riuscire ad esprimermi in modo soddisfacente: nonn mi capita di non riuscire a comunicare le mie emozioni se intendo farlo [Como he dicho anteriormente, seguramente es más difícil en inglés porque mi vocabulario es menos rico y las oportunidades para expresar mis emociones son más reducidas. En cuanto al francés, es más difícil para mí que el italiano, pero me parece que puedo expresarme satisfactoriamente: no me sucede que no sea capaz de comunicar mis emociones si mi intención es hacerlo].</p>	ID25

Of course it is a milliiioooooonnnn times for difficult! When you get all emotional it's hard to think!	ID26
As mentioned previously, L1 language is richer than L2 and this is the only difficulty I face. Also, as L1 is my mother tongue, it's easier for me to express my feelings when emotionally charged.	ID30
It is clearly more difficult since sometimes you do not have the pertinent words or expressions and things can be misunderstood. But I also love the feeling of being able to express the same emotions or feelings in different languages since it forces you to analyse them from different perspectives.	ID31
The third language is a bit difficult. Is a colder language and I feel like I cannot express all munchies feelings in that language.	ID36
There is a difference if I do not know the right vocabulary.	ID37
Because I feel the words have less intensity.	ID40

Tabla 3. Grado de facilidad o dificultad que supone hablar sobre temas emocionales en las L2 y L3

Respuesta	ID
Temas emocionales: sin diferenciación entre lenguas	
The only difference I really feel between my native language and the acquired languages is that the words don't feel so "strong" in my acquired languages, in a sense that I might express myself more directly in a foreign language without realising or even knowingly that it may sounds impolite or harsh. This can cause me being more rude or brave or hurtful. If I had to say the exact same thing in my mother tongue, I would probably say it in a more sophisticated manner.	ID21
There's no difficulty in talking about emotional topics in different languages. When using my L1 it feels deeper sometimes as explained above whereas when using other languages there's a sort of emotional detachment due to the fact I'm not using my L1.	ID23
It is easy. I can use both depending on the other person I am chatting. Obviously, I prefer my mother tongue as I may use some more words to say the same thing. That is somehow more poetic and it has a stronger impact, in terms of feelings.	ID32
Maybe it reduces the pressure generally but not in my case really. I prefer to be able to give all the necessary gravity to what I am going to say.	ID38

I think I can talk about emotional topics both in my L2 and L3 with no special difference because I use those languages to communicate with friends, which means in a way that I got used to that.	ID39
Temas emocionales: el grado de dificultad es relativo	
Again, it'd depend on context.	ID2
It is easier for me to speak in Spanish unless I'm speaking about love, then it is easier for me to speak in English.	ID5
In my L2 I feel absolutely comfortable so it's not more difficult at all. However, if I had to speak about emotional topics in German or French it would be more difficult. But the main reason would be the fact that I lack vocabulary.	ID24
Sometimes it is easier to talk in a different language about your emotions, especially of your feelings, since the language is somehow a filter.	ID27

Tabla 4. Grado de dificultad relativo o indiferente que supone hablar sobre temas emocionales en las L2 y L3