

Memoria autobiográfica: La influencia de los estados de ánimo sobre las perspectivas de recuerdo

M. L. ALONSO-QUECUTY
Universidad de La Laguna



Resumen

Se aborda el estudio de la influencia de las variables afectivas en el recuerdo autobiográfico. Dos son las variables independientes manipuladas: el estado de ánimo inducido (triste vs. alegre) y las instrucciones de recuerdo (subjetivo y emocional vs. frío y objetivo). Como variables dependientes se emplean diversos Índices de Recuerdo elaborados por la autora, y el tipo de perspectiva (observador vs. personal) desde la que los sujetos recuerdan cada suceso. Los resultados muestran una clara interacción entre el estado de ánimo inducido y las instrucciones de recuerdo sobre la elección de una u otra perspectiva de recuerdo. Los sujetos prefieren una perspectiva Observador para sus recuerdos más emotivos, y optan por una Personal para los menos dolorosos.

Palabras clave: estados de ánimo, memoria autobiográfica, perspectivas de observador y personal.

Abstract

The aim of this paper are to obtain empirical information about some aspects related with the rol of emotional factors on the point of view in autobiographical memory. Two between-subjects factors were manipulated: mood states (sadness and happiness) and type of instructions for recall (objective and subjective). Two significant interactions Mood state \times Type of instruction were obtained. The subjects focus on feelings chooses the observer perspective. The subjects with instructions of an objective recall prefers the field perspective.

Key words: mood state, autobiographical memory, observer and field perspectives.

Dirección de la autora: Departamento de Psicología Cognitiva.
Universidad de La Laguna. 38021 Tenerife.

INTRODUCCION

En las últimas décadas se ha despertado un gran interés por el estudio de la influencia de los estados afectivos sobre distintos procesos pertenecientes a la más pura tradición cognitiva (lenguaje, razonamiento...) y de forma muy especial, sobre la memoria (véase Blaney, 1986, para una revisión). En este sentido, una de las áreas que más atención ha recibido ha sido la de la memoria autobiográfica (Barclay y Wellman, 1986; Linton, 1982; Mark y cols., 1988; Neisser, 1984; Ucros, 1989; Wagenaar, 1986, 1988).

Al interés por el estudio de la memoria autobiográfica han contribuido numerosos factores. Entre los más relevantes cabría mencionar la importancia concedida en los últimos años a la investigación de la memoria en ambientes naturales (Neisser, 1982), el desarrollo de una psicología forense experimental (Loftus, 1979) y la necesidad de avanzar en el estudio de los déficits presentes en los sujetos amnésicos (Baddeley y Wilson, 1986; Crovitz, 1986).

Los estudios acerca de la memoria se funden con la investigación de las emociones, en una serie de investigaciones dirigidas al análisis del papel jugado por los *estados de ánimo* sobre el recuerdo (Bartlett, 1932; Bower, 1981, 1983; Clark y Teasdale, 1985; Ellis y cols., 1984; Hasher y cols., 1985; Mark y cols., 1988; Teasdale y Fogarty, 1979; Ucros, 1989).

Los procedimientos empleados para situar a los sujetos de un estudio de memoria, en un estado de ánimo dado, se pueden agrupar en dos grandes bloques: (a) la selección por medio de tests de depresión (vg.: Inventario de Depresión de Beck) de sujetos que ya presenten el estado de ánimo deseado, y (b) la inducción de estado de ánimo en el laboratorio. Esta inducción puede conseguirse por distintas técnicas. En primer lugar está la hipnosis: tras la selección de sujetos altamente sugestionables, se les induce hipnóticamente el estado de ánimo deseado (véase Friswell y McConkey, 1989, para una revisión). El método de Velten, por su parte, consiste en llevar a los sujetos a un estado de ánimo dado, mediante la lectura de autodescripciones de personas con ese estado de ánimo (Velten, 1967, 1968). Por último, en la técnica de inducción guiada imaginativamente se pide a los sujetos que se identifiquen con personajes de historias a los que les ocurren cosas buenas o malas (Thompson y cols., 1980).

Con una u otra metodología se ha encontrado que los efectos de los estados de ánimo sobre la memoria son numerosos. Entre los observados con más frecuencia destacan dos: la dependencia y la congruencia con el estado de ánimo (Bower, 1981; Bower y Cohen, 1982; Clark y cols., 1983). Se entiende por *dependencia del estado de ánimo*, el hecho de que los sujetos recuerdan mejor si se sitúan en el estado emocional en que se encontraban durante la fase de aprendizaje. Gran parte de las investigaciones sobre estados de ánimo y recuerdo han sido realizadas en el marco del laboratorio y sobre listas de palabras. No obstante, se ha podido observar que, en estudios más ecológicos, como los realizados sobre recuerdo autobiográfico, algunos de estos efectos lejos de desaparecer se ven acentuados (Teasdale y Fogarty, 1979; Teasdale y cols., 1980). Esto es congruente con los resultados obtenidos por Ucros (1989), para quien una de las dimensiones que subyacen a los efectos del estado de ánimo sobre el recuerdo es lo que ella denomina «personalización de la situación experimental» o grado de realismo. La máxima personalización de

un estudio de memoria, lógicamente, es el recuerdo de material autobiográfico. Analizar el efecto que dos de estos estados de ánimo, tristeza y alegría, tienen sobre el recuerdo autobiográfico es uno de los objetivos de esta investigación.

Pese a la importancia de estos trabajos, sus resultados se limitan, en la mayoría de los casos, al análisis cuantitativo del tipo de ítems (positivos y negativos) recordados por los sujetos, en función del estado de ánimo experimentado. Pero, apenas si aportan información sobre la cualidad de estos recuerdos.

Los estudios cualitativos de la memoria, al contrario de lo que ocurre con las investigaciones comentadas anteriormente son escasos y en su mayoría están dirigidos al análisis de los síntomas presentados por pacientes amnésicos (Baddeley y Wilson, 1986; Christianson, 1984; Crovitz, 1986). Uno de los escasos estudios que abordan el análisis cualitativo del recuerdo desde una perspectiva básica es el realizado por Nigro y Neisser (1983).

El trabajo de Nigro y Neisser constituye el primer intento de analizar experimentalmente *la perspectiva desde la que revivimos los sucesos pasados*. Cuando recordamos algo que nos ha sucedido, podemos situarnos fuera de la escena recordada (perspectiva del observador: PO), o bien podemos situarnos en nuestra propia piel, percibiendo la escena tal como la vivimos en su momento (perspectiva del participante: PP). La existencia de esta diferenciación, formulada por primera vez por Henri y Henri (1896), queda demostrada por Nigro y Neisser en el primero de los experimentos que componen su trabajo. Los sujetos son capaces de discriminar si su recuerdo de una serie de situaciones de la vida diaria (vg.: tener una conversación, estudiar, ver televisión, nadar, hablar en público...) lo ha sido desde una u otra perspectiva. A partir de este resultado, los autores realizan tres nuevas investigaciones que les permiten llegar a la conclusión de que el uso de una u otra perspectiva de recuerdo depende de una serie de factores entre los que destacan: la carga emotiva del evento recordado y el tiempo transcurrido desde su ocurrencia. Así, la perspectiva personal (PP) se emplea cuando se recuerdan sucesos que poseyeron una gran carga emotiva, ocurridos recientemente. Mientras que los hechos ocurridos hace algún tiempo y que no tuvieron un gran impacto emocional en el sujeto, son recordados desde una perspectiva de observador (PO). Por último, las instrucciones de objetividad vs. subjetividad recibidas por los sujetos en la fase de recuerdo también les llevan a recordar desde una u otra perspectiva. Las instrucciones de efectuar un recuerdo focalizado en los sentimientos que el sujeto experimentaba en el momento de la ocurrencia del suceso hacían que dicho recuerdo lo realizara desde una perspectiva personal (PP); mientras que instrucciones de recuerdo objetivo y frío llevaban a los sujetos a emplear la perspectiva observador (PO).

El estudio de Nigro y Neisser, si bien cuenta con la importancia de haber abordado experimentalmente un tema tan difícil de apresar como el de las perspectivas de recuerdo, tiene una seria limitación, fruto del tipo de suceso recordado. En lugar de pedir a los sujetos que realicen un recuerdo libre de todos los sucesos que les hubieran ocurrido en su vida, se les proporciona una lista con sólo 10 situaciones cotidianas (ver televisión, nadar, estudiar, hablar en público...), cada una de las cuales puede ser muy distinta para cada sujeto participante en el experimento. Por ejemplo, no es lo mismo estudiar una materia agradable o una poco interesante, estudiar para un examen previamente suspendido o no, etc. Por otra parte, el que un sujeto informe que una

situación concreta tuvo una alta emotividad para él, tampoco resulta muy informativo. Hablar en público puede ser una experiencia de alta emotividad en una defensa de una tesis doctoral con la que se obtiene un «cum laude», pero también puede tener una emotividad alta hablar en público sobre un amigo recientemente desaparecido. No obstante, los resultados obtenidos por los autores señalan hacia una línea de investigación que, como la del estudio de la influencia de los estados de ánimo en el recuerdo, resulta altamente sugestiva.

Este trabajo aborda el estudio de la memoria desde un nuevo ángulo que permite analizar tanto los aspectos cuantitativos como cualitativos del recuerdo. Para ello, se han considerado conjuntamente las dos líneas de trabajo que acabamos de comentar: los estudios sobre la influencia de los estados de ánimo sobre el recuerdo y la perspectiva desde la que los sujetos realizan dicho recuerdo. Así, el objetivo de este artículo es la detección de posibles efectos modulares que los estados de ánimo alegres o tristes tendrían no sólo sobre el número de sucesos de ambos tipos recordados, sino también sobre la perspectiva a adoptar por los sujetos en uno u otro caso. Por último, el estudio ofrece otro aspecto novedoso, en lugar de acudir a listas de palabras (como es frecuente en los estudios sobre estados de ánimo) o a una breve lista de situaciones cotidianas, hemos optado por pedir a los sujetos un recuerdo libre de carácter autobiográfico. Con ello pretendemos eliminar algunos de los problemas que a nuestro juicio presentaba el estudio de Nigro y Neisser (1983), a la vez que proporcionar una mayor validez ecológica a nuestra investigación.

Nuestras hipótesis son las siguientes: En primer lugar, en lo que respecta al estado de ánimo, esperamos que se produzca un *efecto de dependencia sobre el recuerdo autobiográfico*, en la línea de los resultados de investigaciones precedentes (vg.: Bower, 1981). Los sujetos con un estado de ánimo inducido de tristeza, recordarán más sucesos tristes, sobre todo si éstos han sido especialmente impactantes, y los sujetos con un estado de ánimo alegre más sucesos alegres.

En lo que respecta a la perspectiva (personal u observador) desde la que se producirán los recuerdos, se espera que los estados de ánimo inducidos (alegría vs. tristeza) produzcan, junto con las instrucciones de recuerdo (objetivo vs. subjetivo) *sesgos en el empleo de una u otra perspectiva de recuerdo*. Los sujetos con un estado de ánimo inducido de tristeza, a los que corresponde la mayor emotividad, usarán la perspectiva personal en mayor medida que los sujetos con un estado de ánimo alegre. Asimismo, en la línea de los resultados obtenidos por Nigro y Neisser (1983), esperamos que el recuerdo subjetivo de sucesos impactantes y próximos produzca más PP que el recuerdo objetivo de eventos no impactantes y lejanos, que debería producir más PO.

METODO

Sujetos: La muestra estuvo compuesta por 42 estudiantes de Psicología de la Universidad de La Laguna (25 mujeres y 17 hombres) con edades comprendidas entre los 20 y los 23 años, que participaron en la investigación de forma voluntaria.

Material: (a) Dos historias inductoras de estados de ánimo, de alegría y tristeza. La historia inductora de tristeza fue elaborada por la autora a partir

de una reseña aparecida en el diario «El País» sobre la muerte de un niño de raza gitana por falta de atención médica. En la versión experimental de los hechos, se situó la acción en Canarias, sustituyéndose las características de la víctima (niño de raza gitana) por otra más acorde con la marginación en las islas (niño de una zona suburbana con padre obrero de la construcción en paro). La historia inductora del estado de ánimo alegre fue elegida por un sistema de jueces de entre una serie de relatos del humorista Pepe Mönagas sobre anécdotas ocurridas en Canarias. En ambas historias el protagonista era un hombre, y el personaje objeto de la narración, su hijo; (b) Escala de Adjetivos Depresivos elaborada para esta investigación y dividida en dos bloques pre y postexperimental de 10 adjetivos cada uno. (c) Cuadernillos de Recuerdo de Eventos Vitales y (d) Inventario de Depresión de Beck (1967).

Diseño y Procedimiento: Se elaboró un diseño factorial. Las variables independientes fueron: (a) estado de ánimo con dos niveles: alegre y triste y (b) tipo de recuerdo también con dos niveles: objetivo y frío vs. subjetivo y emocional. Como variables dependientes se evaluó: el número de eventos de cada clase (tristes y alegres) recordado, la antigüedad de los sucesos (años transcurridos desde su ocurrencia), el impacto que seguían teniendo esos sucesos en los sujetos (en qué medida les seguían afectando, pensaban en ellos, soñaban con ellos, etc.), y el tipo de perspectiva empleado para recordarlos (personal u observador). Se controlaron variables de los sujetos (edad, sexo, nivel cultural, mantenimiento de los estados de ánimo inducidos) y del material (equivalencia de los adjetivos depresivos de los dos bloques de la escala, longitud de las historias, sexo de su protagonista...). Por último, las puntuaciones de los sujetos en el Inventario de Depresión fueron utilizadas como covariable.

El procedimiento empleado fue el siguiente. Se dividió a la muestra en dos grupos experimentales según el estado de ánimo que se les fuera a inducir: los sujetos del grupo uno recibían la historia alegre y los del grupo dos la triste. Se controló que la distribución por sexos fuera similar en los dos grupos.

El estudio se desarrolló en dos sesiones. En una primera sesión pre-experimental, todos los sujetos respondían al Inventario de Depresión de Beck.

En la segunda sesión, se llevaba a cabo la fase experimental. En primer lugar, se procedía a la inducción del estado de ánimo a los sujetos de los dos grupos experimentales. Para ello, se utilizó un procedimiento de inducción guiada imaginativamente similar al de Thompson y cols. (1980). Los sujetos eran introducidos individualmente en el laboratorio donde recibían instrucciones de leer detenidamente la historia correspondiente al grupo al que estuvieran asignados (alegre o triste). En las instrucciones se hacía especial hincapié en la necesidad de identificarse con el protagonista de la historia a la vez que debían irse imaginando mentalmente las escenas que se narraban en ella. Tras la lectura de la historia se les presentaba la primera mitad de la Escala de Adjetivos Depresivos, debiendo evaluar, en una escala de 7 puntos, en qué medida cada uno de los adjetivos listados describía el estado de ánimo que estaban experimentando en esos momentos.

A continuación, se les pedía que anotasen, en un cuadernillo de recuerdo libre de eventos vitales, todo lo que recordaran de lo que les había sucedido en sus vidas. En esta fase, se asignó a los sujetos de cada grupo (alegre, triste) a una de las dos condiciones de recuerdo (objetivo vs. subjetivo). Los sujetos de

la condición de *recuerdo objetivo* recibían instrucciones de realizar un recuerdo centrado en los hechos y no en las emociones que éstos les suscitaron:

«Cuando piense en cada suceso que le haya ocurrido, sea éste del tipo que sea, trate de realizar un *recuerdo frío*, sin que intervengan para nada los sentimientos que Vd. experimentó cuando les sucedió. Procure que su recuerdo *no se vea contaminado por cuestiones de tipo emocional.*»

Al lado de cada evento recordado se les pedía que indicaran la fecha aproximada de su ocurrencia, y cuál era la perspectiva (personal o del observador) con que les había venido a la memoria. Una vez finalizado el cuadernillo, se les volvía a presentar y se les pedía que, en una última columna, indicaran, en una escala de 4 puntos, en qué medida cada uno de dichos sucesos le seguía afectando en la actualidad (pensaban en él, soñaban con él...).

Los sujetos de la condición de *recuerdo subjetivo*, por el contrario, recibían instrucciones de realizar su recuerdo centrándose en las emociones que estuvieron asociadas a cada suceso en el momento de su ocurrencia:

«Cuando piense en cada suceso que le haya ocurrido, sea éste del tipo que sea, trate de *revivirlo como en el momento en que le ocurrió*. Piense principalmente en *las emociones y sentimientos* que acompañaron el momento en que le sucedió.»

Al lado de cada evento debían señalar la fecha aproximada y en qué medida le seguían afectando en la actualidad. Sólo cuando habían finalizado con el cuadernillo, se les pedía que anotaran en la última columna, la perspectiva con que había sido recordada cada evento. Esta alteración en el orden de petición del impacto del evento tenía como finalidad evitar que, en la condición de recuerdo objetivo, la evaluación del impacto obligara a los sujetos a centrarse en la carga emocional perdiéndose la objetividad del recuerdo. En la condición de recuerdo subjetivo, éste no constituía ningún problema; por el contrario, contribuía a centrar más aún a los sujetos en el tipo de tarea que se les había pedido.

Por último, una vez finalizado el recuerdo, los sujetos recibían la segunda parte de la Escala de Adjetivos Depresivos, con el fin de comprobar que el estado de ánimo inducido había seguido presente durante toda la fase de recuerdo.

RESULTADOS

En primer lugar, se controló que todos los sujetos a considerar en los análisis, se hubieran mantenido en el estado de ánimo inducido, hasta el final del experimento. Para ello, se calculó la diferencia entre las puntuaciones obtenidas por los sujetos, en las dos mitades de la Escala de Adjetivos Depresivos. Se obtuvo así, para cada sujeto, una medida de la alteración sufrida por el estado de ánimo a lo largo de la prueba de recuerdo. Seguidamente, se calculó la media y desviación típica de estas puntuaciones, eliminándose a aquellos sujetos que estuvieran fuera del intervalo normal ($\bar{x} + 2\sigma$). Como resultado de esta exploración, se eliminaron 6 sujetos quedando la muestra final con un N de 36.

A continuación, procedimos a realizar el vaciado de los cuadernillos de

recuerdo de cada uno de los sujetos. El pedir a los sujetos de una investigación que recuerden libremente todo lo que les haya sucedido, trae consigo una gran dispersión en sus respuestas. En nuestro estudio, esta dispersión afectaba tanto al número de eventos citados por cada sujeto como a la antigüedad e impacto de los mismos. Así, mientras algunos sujetos sólo citaban unos pocos sucesos muy antiguos e impactantes, otros listaban una gran cantidad de eventos con distintos grados de antigüedad y de impacto emocional. Corríamos, pues, el riesgo de obtener unos resultados puramente artefactuales. Con el fin de evitarlo, procedimos a elaborar una serie de Índices que nos permitieron situar las respuestas de los sujetos en una escala de 10 puntos.

Se definieron tres Índices de Recuerdo de Eventos (ITR: índice temporal de recuerdo, IIR: índice de impacto del recuerdo, y IGR: índice general de recuerdo) que permitían analizar los eventos recordados, en función del tiempo transcurrido, del impacto que seguían teniendo en los sujetos, y de ambos factores conjuntamente. Veamos cada uno de ellos.

El **Índice Temporal de Recuerdo** se define como:

$$\text{I.T.R.} = \frac{\sum (X_i \times T_i)}{N \times K_t} \quad (\text{I})$$

Donde X_i es cada evento citado; T_i el tiempo transcurrido (en años) desde la ocurrencia del evento; N el número total de eventos citados por el sujeto; K_t una constante igual al mayor de los tiempos citados por todos los sujetos; la constante K_t tenía como función el que los valores del índice se mantuvieran entre los límites: 0 y 10.

Una puntuación próxima a 0 en este Índice nos indicaría que el sujeto había listado sólo sucesos muy recientes; mientras que, por el contrario, una puntuación próxima a 10 nos indicaría que el sujeto había recordado sucesos que le ocurrieron hace mucho tiempo.

Un segundo Índice, el **Índice de Impacto del Recuerdo** queda definido como:

$$\text{I.I.R.} = \frac{\sum (X_i \times I_i)}{N \times K_i} \quad (\text{II})$$

Donde I_i es el impacto del evento (en una escala de 4 puntos); K_i una constante igual a 4, el mayor de los valores que podría tomar el impacto. Esta constante, como en el índice anterior tenía como función, el que los valores del índice se mantuvieran entre los límites: 0 y 10.

Una puntuación próxima a 0 en este Índice nos indicaría que el sujeto ha listado sólo sucesos poco impactantes; mientras que, por el contrario, una puntuación próxima a 10 nos señalaría que el sujeto ha recordado sucesos que le habían impactado mucho en su momento y que aún le siguen afectando.

Por último, el **Índice General de Recuerdo** engloba a los dos anteriores y se define como:

$$\text{I.G.R.} = \frac{\sum (X_i \times T_i \times I_i)}{N \times K} \quad (\text{III})$$

Donde K es una nueva constante que toma un valor resultado del producto del tiempo (en años) transcurrido desde la ocurrencia del evento más antiguo citado, por la máxima puntuación de impacto (4). De nuevo, su función era que los valores del índice se mantuvieran entre los límites: 0 y 10.

De forma similar a los dos índices anteriores, una puntuación baja en este índice se interpreta como que el sujeto ha citado sólo sucesos recientes y de bajo impacto emocional; mientras que, por el contrario, una puntuación alta se interpreta como que el sujeto citó de eventos antiguos y de gran carga emocional.

Se calcularon varios Índices de cada tipo (Temporal, de Impacto y Global), para cada sujeto. En primer lugar se calcularon los tres Índices considerando sólo los eventos tristes citados por ese sujeto, más tarde sólo con eventos alegres, a continuación de nuevo los tres Índices pero sólo para los eventos citados por el sujeto desde la perspectiva de observador y por último sólo para los que citaba desde la perspectiva Personal. Así, obtuvimos un total de 12 Índices por sujeto.

A continuación, se calcularon los porcentajes de eventos de cada tipo (alegres y tristes) citados por cada sujeto, así como de los recordados en una u otra perspectiva (personal y observador).

A partir de los valores obtenidos por los sujetos en cada uno de estos porcentajes (tipo de eventos y perspectiva de recuerdo), así como en los Índices de Recuerdo de Eventos (Índice Temporal, de Impacto y General), realizamos una serie de Análisis de Varianza en los que actuaba como covariable la puntuación obtenida por los sujetos en el Inventario de Depresión de Beck. Esta puntuación resultó no significativa en todos los análisis, lo que permite afirmar que los resultados obtenidos se deben exclusivamente a la manipulación experimental y no a un posible estado depresivo ya presente en los sujetos.

Con el fin de simplificar la exposición de los principales resultados obtenidos, veamos, en primer lugar, los ANOVAS referentes al tipo de eventos (tristes y alegres) recordados.

El Estado de Animo no tuvo efectos significativos sobre el porcentaje de eventos tristes ($F(1,36) = 3.01; p < .09$) y alegres ($F(1,36) = 3.00; p < .09$) recordados. Tampoco se observó efecto significativo del Tipo de Recuerdo (objetivo vs. subjetivo) sobre el recuerdo de eventos tristes ($F(1,36) = 0.06$) ni alegres ($F(1,36) = 0.06$).

No obstante, cuando en lugar de un sencillo recuento de eventos, se analizó el impacto de los sucesos y el tiempo transcurrido desde su ocurrencia (Índice Global de recuerdo), el Estado de Animo tuvo efecto significativo sobre el recuerdo de eventos tristes ($F(1,36) = 7.03; p < 0.01$). Los sujetos con un estado de ánimo triste tenían más recuerdos tristes lejanos e impactantes que los sujetos del grupo alegre, quienes sólo recordaban eventos tristes si les han ocurrido recientemente y/o no habían sido muy impactantes.

En el caso del Índice Global de recuerdo de eventos alegres, no hubo efecto significativo del Estado de Animo ($F(1,36) = 0.82; p < .05$). Los sujetos de ambos grupos recordaban por igual los eventos alegres vividos.

Pese al interés de estos resultados, los más novedosos se encontraron al analizar el empleo de una u otra perspectiva de recuerdo (personal u observador).

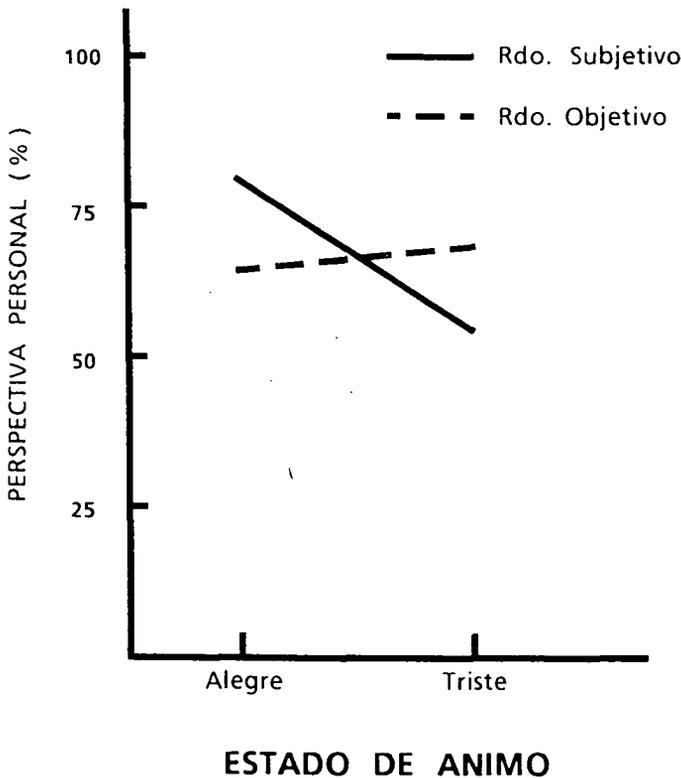
En primer lugar, se obtuvo un efecto significativo del Estado de Animo sobre el Índice Global de recuerdo desde la perspectiva de Observador

($F(1,36) = 4.09$; $p < 0.02$). Los sujetos tristes empleaban esta perspectiva para recordar eventos más antiguos y de gran impacto, en mayor medida que los sujetos con estado de ánimo alegre. Asimismo, se encontró una interacción significativa Estado de Animo \times Tipo de recuerdo, sobre el Índice Temporal de recuerdo de los sucesos recordados desde una perspectiva de Observador ($F(1,36) = 7.14$; $p < 0.01$). Los sujetos tristes empleaban la perspectiva Observador para recordar sucesos más antiguos cuando estaban en una condición de recuerdo subjetivo. Por el contrario, los sujetos con estado de ánimo alegre, la utilizaban cuando estaban realizando un recuerdo frío y objetivo.

Por último, hubo una interacción significativa del Estado de ánimo \times Tipo de recuerdo sobre el porcentaje de eventos recordados desde una perspectiva Personal ($F(1,36) = 4.15$; $p < 0.05$). Los sujetos con estado de ánimo triste empleaban la perspectiva personal en mayor número que los sujetos alegres, pero sólo si estaban realizando un recuerdo frío y objetivo. Cuando las instrucciones eran de recuerdo emocional y subjetivo, la pauta se invertía y eran los sujetos alegres los que la empleaban en mayor medida (véase fig. 1).

FIGURA 1

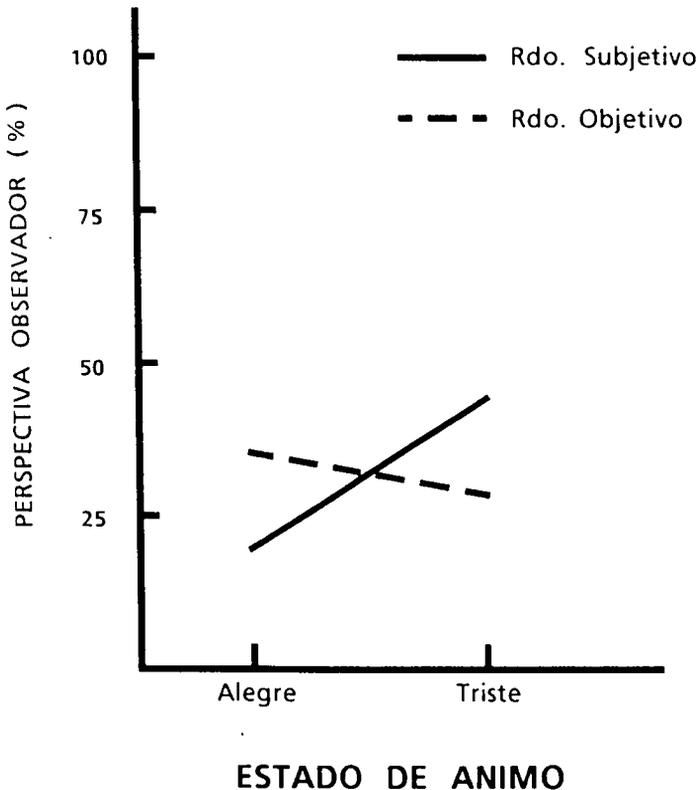
Porcentaje de recuerdo desde una perspectiva personal en los sujetos de los dos grupos (alegre y triste), en función de las instrucciones de recuerdo (subjetivo vs. objetivo) recibidas.



Para el porcentaje de recuerdo desde una perspectiva del Observador, se obtuvo el resultado opuesto. Los sujetos tristes empleaban más esta perspectiva, cuando el recuerdo era subjetivo, mientras que los sujetos con estado de ánimo alegre la empleaban más, bajo condiciones de recuerdo objetivo. ($F(1,36) = 4.41; p < 0.04$) (ver fig. 2).

FIGURA 2

Porcentaje de recuerdos desde una perspectiva de observador en los sujetos de los dos grupos (alegre y triste), en función de las instrucciones de recuerdo (subjetivo vs. objetivo) recibidas.



DISCUSION

El primer resultado que llama nuestra atención es el efecto de dependencia del Estado de Animo que presentan los sujetos del grupo Triste. En especial, el hecho de que esta dependencia se produce sólo al considerar el Índice Global del recuerdo. Los sujetos con un estado de ánimo inducido de tristeza recuerdan más sucesos tristes, pero sólo cuando éstos son lejanos e impactantes (tienen una alta carga emocional). No se observa efecto de dependencia en el grupo Alegre en ninguno de los Índices.

Investigaciones previas han encontrado asimetría en los efectos de la felicidad y la tristeza sobre el recuerdo. No obstante, en la mayoría de los

casos, el mayor efecto facilitador corresponde a la alegría y no a la tristeza (Isen, 1985). Por otra parte, son también numerosas las investigaciones en las que parece existir asimetría entre los efectos de ambos estados de ánimo (Bower, 1981). Las diferencias entre unos y otros resultados pueden deberse a distintos factores, tales como el tipo de inducción empleado (hipnosis en la mayor parte de los estudios que obtienen efectos de simetría) o el material que se pide a los sujetos que recuerden (listas de palabras, textos...). En nuestra investigación, los sujetos de ambos grupos no presentan diferencias significativas en su recuerdo de eventos tristes y alegres; la asimetría sólo aparece al considerar sucesos con tal impacto emocional (de ahí el que se den más en el grupo de sujetos Tristes) que siguen presentes en la memoria de los sujetos aunque hayan pasado años desde su ocurrencia. La utilización de los índices de recuerdo elaborados para esta investigación nos permite profundizar en dos características de los eventos recordados: su grado de impacto y su antigüedad. Un análisis más pormenorizado del recuerdo con índices similares a los nuestros, tal vez podría contribuir a aclarar la controversia existente en cuanto a la simetría vs. asimetría en los efectos de los estados de ánimo.

Un segundo bloque de resultados hace referencia al efecto de los Estados de Animo, no sobre el tipo de evento recordado, sino sobre la perspectiva desde la que sujetos de uno y otro grupo realizan ese recuerdo. El Estado de Animo interactúa con el Tipo de Recuerdo llevando a los sujetos a utilizar una perspectiva Personal o una de Observador. El optar por una u otra perspectiva parece estar en función de la carga emotiva asociada a ese recuerdo. Así, la perspectiva del Observador (véase la situación desde fuera como si se estuviera tras una cámara de filmación) es utilizada por los sujetos con un estado de ánimo Triste, cuando se encuentran bajo la condición de recuerdo subjetivo, y recuerdan sucesos lejanos e impactantes. Cuando el recuerdo se produce bajo condiciones de objetividad, no tan centrado en los sentimientos, los sujetos Tristes optan por una perspectiva Personal (véase la situación tal como se vivió en su momento). Los sujetos con un estado de ánimo Alegre, cuyos recuerdos poseen una menor carga emotiva, no dudan en emplear esta perspectiva Personal en una situación de recuerdo subjetivo, y emplean la perspectiva Observador ante instrucciones de recuerdo objetivo. Parece haber una necesidad de evitación del desagrado motivado por cierto tipo de recuerdos que lleva a los sujetos Tristes a «escapar» gracias a representarse la escena como alguien ajeno a la misma y no tal como se vivió en su momento.

Este resultado no es tan extraño como pudiera parecer a primera vista. Cuando alguien pasa por una experiencia de peligro para su integridad personal (vg.: accidente de carretera, riesgo de ahogarse en el mar, operación quirúrgica grave, etc.) tiende a narrarnos su experiencia acudiendo a frases como: «era como si aquello le estuviera pasando a otro», «podía ver cómo era incapaz de controlar el coche»..., todas ellas representativas de una PO. Cuanto mayor es el impacto de una situación, mayor necesidad de escapar de ella. Esta posibilidad sólo nos la ofrece un recuerdo desde una perspectiva de Observador.

Nuestros resultados son contrarios a los obtenidos por Nigro y Neisser (1983), quienes encuentran que la perspectiva Personal es la preferida para el recuerdo de sucesos de gran carga emocional. Estas diferencias pueden explicarse en función del tipo de recuerdo solicitado a los sujetos. Mientras en el estudio de Nigro y Neisser la situación de recuerdo se limitaba a las diez situaciones

de la vida diaria que comentábamos al comienzo de este artículo (vg.: ver televisión, nadar, hablar en público), nuestros sujetos realizaban un recuerdo libre de carácter autobiográfico, lo que proporciona una mayor riqueza en el tipo de sucesos recordados a la vez que permite una mayor profundización en los porqué del empleo de una u otra perspectiva de recuerdo.

Los resultados de esta investigación no nos permiten elaborar conclusiones definitivas sobre las causas de la elección de una determinada perspectiva. No obstante, está claro que tanto el tipo de Estado de ánimo en que se sitúa a los sujetos como las instrucciones que reciben para realizar la prueba de recuerdo, son factores que juegan un importante papel en dicha elección, y deben ser tenidos en cuenta en futuras investigaciones. Sin duda, ellas contribuirán a una mejor comprensión de cómo actúan las emociones sobre procesos cognitivos tan complejos en sí mismos como lo es la memoria.

Referencias

- BADDELEY, A. D. y WILSON, B. (1986): Amnesia, autobiographical memory and confabulation. En D. C. Rubin (Comp.): *Autobiographical memory*. Nueva York, Cambridge University Press.
- BARCLAY, C. y WELLMAN, H. (1986): Accuracies and inaccuracies in autobiographical memories. *Journal of Memory and Language*, 25, 93-103.
- BARTLETT, F. C. (1932): *Remembering: A study in experimental and social psychology*. Cambridge University Press.
- BECK, A. T. (1967): *Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects*. Nueva York, Harper y Row.
- BLANEY, P. (1986): Affect and memory: A review. *Psychological Bulletin*, 99, 229-246.
- BOWER, G. H. (1981): Mood and memory. *American Psychologist*, 36, 129-148.
- BOWER, G. H. (1983): Affect and cognition. En D. E. Broadbent (Comp.): *Functional aspects of human memory*. Londres: The Royal Society.
- BOWER, G. H., MONTEIRO, K. P. y GILLIGAN, S. G. (1978): Emotional moods as a context for learning and recall. *Journal of Verbal Learning and Verbal Behavior*, 17, 573-585.
- BOWER, G. H. y COHEN, P. R. (1982): Emotional influences in memory and thinking: data and theory. En M. Clark y S. Fiske (Comp.): *Affect and cognition*. Hillsdale, N.J., Lawrence Erlbaum.
- BOWER, G. H. y GILLIGAN, S. G. (1979): Remembering information related to one's self. *Journal of Research in Personality*, 13, 420-431.
- BREWER, W. F. y TREYENS, J. C. (1981): The role of schemata in memory for places. *Cognitive Psychology*, 13, 207-230.
- CHRISTIANSON, S. y NILSSON, L. (en imprenta): Hysterical amnesia: a case of aversively motivated isolation of memory. En T. Archer y L. Nilsson (Comp.): *Aversion, avoidance, and anxiety: Perspectives on aversively motivated behavior*. Hillsdale, N.J. Lawrence Erlbaum.
- CHRISTIANSON, S. y NILSSON, L. (1984): Functional amnesia as induced by a psychological trauma. *Memory and Cognition*, 12, 142-155.
- CHRISTIANSON, S. (1984): The relationship between induced emotional arousal and amnesia. *Scandinavian Journal of Psychology*, 25, 147-160.
- CLARK, D. M. y TEASDALE, J. D. (1985): Constraints on the effects of mood on memory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 1595-1608.
- CLARK, M. S., MILBERG, S. y ROSS, J. (1983): Arousal on the effects of mood on memory. *Journal of Verbal Learning and Verbal Behavior*, 22, 633-649.
- CROVITZ, H. F. (1986): Loss and recovery of autobiographical memory after head injury. En D. C. Rubin (Comp.): *Autobiographical memory*. Nueva York, Cambridge University Press.
- ELLIS, H. C. (1985): On the importance of mood intensity and encoding demands in memory: commentary on Hasher, Rosa, Zacks, Sanft y Doren. *Journal of Experimental Psychology: General*, 114, 392-395.
- ELLIS, H. C., THOMAS, R. L. y RODRIGUEZ, I. (1984): Emotional mood states and memory:

- elaborative encoding semantic processing and cognitive effort. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory and Cognition*, 10, 470-482.
- FRISWELL, R. y MCCONKEY, K. (1989): Hypnotically induced mood. *Cognition and Emotion*, 3, 1-26.
- HASHER, L., ZACKS, R., ROSE, K., SANFT, H. y DOREN, B. (1985): Mood, recall, and selectivity effects in normal college students. *Journal of Experimental Psychology: General*, 114, 104-118.
- ISEN, A. M. (1985): Asymetry of happiness and sadness in effects on memory in normal college students: coment on Hasher, Rose, Zaks, Sanft y Doren. *Journal of Experimental Psychology: General*, 114, 388-391.
- LINTON, M. (1982): Transformation of memory in every-day life. En U. Neisser (Comp.): *Memory observed: remembering in natural context*. San Francisco, Freeman.
- LOFTUS, E. (1979): *Eyewitness Testimony*. Cambridge, M.A., Harvard University Press.
- MARK, J., WILLIAMS, G. y DRITSCHEL, B. (1988): Emotional disturbance and the specificity of autobiographical memory. *Cognition and Emotion*, 2, 221-234.
- NATALE, M. y HANTAS, M. (1982): Effect of temporary mood state on selective memory about the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 927-934.
- NEISSER, U. (1981): John Dean's memory: a case study. *Cognition*, 9, 1-22.
- NEISSER, U. (1984): *Memory observed: remembering in natural contexts*. San Francisco, Freeman.
- NIGRO, G. y NEISSER, U. (1983): Point of view in personal memories. *Cognitive Psychology*, 15, 467-482.
- TEASDALE, J. D., TAYLOR, R. y FOGARTY, S. J. (1980): Effects of elation-depression on accessibility of memories of happy and unhappy experiences. *Behavior Research and Therapy*, 18, 339-346.
- TEASDALE, J. D. y FOGARTY, S. J. (1979): Differential effects as induced mood on retrieval of pleasant and unpleasant events from episodic memory. *Journal of Abnormal Psychology*, 83, 248-257.
- THOMPSON, W. C., COWAN, C. L. y ROSENHAN, D. L. (1980): Focus of attention mediates the impact of negative effect on altruism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 291-300.
- UCROS, C. (1989): Mood state-dependent memory: A meta-analysis. *Cognition and Emotion*, 3, 139-167.
- VELTEN, E. (1967): The induction of elation and depression through the reading os structured sets of mood-statements. *Dissertation Abstracts International*, 28, 1700-1701.
- VELTEN, E. (1968): A laboratory task for induction of mood states. *Behavioral Research and Therapy*, 6, 473-482.
- WAGENAAR, W. (1986): My memory: A study of autobiographical memory over six years. *Cognitive Psychology*, 18, 225-252.
- WAGENAAR, W. (1988): Calibration and the effects of knowledge and reconstruction in retrieval from memory. *Cognition*, 28, 277-296.