



Luz Adriana Orozco Ramírez nació en Ciudad Victoria, Tamaulipas el 2 de enero de 1975, es Licenciado en Psicología, graduado de la Universidad Valle del Bravo en 1995. Obtuvo Maestría y Doctorado en Psicología por la Universidad de Sevilla, España en el 2010; el tema tesis fue *Especificidad de memoria autobiográfica y experiencias traumáticas; el rol del género y el apoyo social en las narrativas de recuerdos autobiográficos*.

Desde 1995 se desempeña como terapeuta en la práctica clínica privada. Es profesor investigador de tiempo completo, categoría "D", en la Universidad Autónoma de Tamaulipas (UAT). Imparte cátedra en la licenciatura en psicología y en la maestría en psicología clínica y de la salud.

Integrante del Cuerpo Académico en Consolidación de Estudios de Psicología y Perfil Prodep. Es Co-creadora y Ex-Coordinadora de la Maestría en Psicología Clínica y de la Salud perteneciente al Padrón Nacional de Posgrados de Calidad (PNPC) de CONACYT, que se oferta en la UAT desde el 2009, es miembro activo certificado por la *American Psychological Association* (APA). Además de pertenecer a la Red Nacional de Psicólogos de la Sociedad Mexicana de Psicología. Es evaluadora de programas de licenciatura en psicología por el CA-CNEIP y evaluadora de programas de posgrado del PNPC-CONACYT. Cuenta con la certificación por el Consejo Nacional de Normalización y Certificación de Competencias Laborales (CONOCER) de impartición de cursos de capacitación del capital humano de manera presencial grupal (EC0217).

Ha escrito y publicado diferentes artículos, capítulos de libros y participado como conferencista en congresos nacionales e internacionales de psicología; en diversos temas relacionados con la eficacia de las intervenciones psicológicas, ansiedad, depresión, regulación emocional, experiencias traumáticas, memoria autobiográfica, estrés, tratamiento a víctimas de sucesos violentos y estrategias de afrontamiento al estrés. Co-autora del libro *Intervenciones psicológicas con apoyo empírico: Herramienta fundamental para el psicólogo clínico y de la salud*, editado por Manual Moderno. Además participa como coordinadora en la zona noreste en la validación y adaptación de instrumentos a la población mexicana por la editorial Manual Moderno.

Es socia fundadora en el 2011 del *Institute for Continuing Education and Research in Psychology SC. (ICERP)*, cuyo objetivo es fortalecer el perfil profesional de estudiantes y egresados del campo de la salud y las humanidades mediante competencias que les permitan tener una proyección nacional con calidad humana y académica, que requieren adaptarse a la continua evolución del conocimiento y las técnicas de su campo; brindando servicios de educación continua, psicoterapia, gestión de capital humano; así como posibilidades para realizar labores de investigación.

**Publicación financiada con recurso PFCE 2016**

**ISBN: 978-607-8513-94-9**

# Memoria autobiográfica, trauma y construcción del yo

Luz Adriana Orozco Ramírez







# Memoria autobiográfica, trauma y construcción del Yo



UNIVERSIDAD  
AUTÓNOMA de  
TAMAULIPAS



LA GENERACIÓN de  
CONOCIMIENTO  
y VALORES



Consejo de  
publicaciones  
UAT



Primera edición, 2017

Memoria autobiográfica, trauma y construcción del yo / Luz Adriana Orozco Ramírez –  
México: Universidad Autónoma de Tamaulipas - Colofón, 2017

160 p.; 17 x 23 cm

Consejo de Publicaciones UAT

Centro Universitario Victoria

Centro de Gestión del Conocimiento. Tercer Piso.

Cd. Victoria, Tamaulipas, México. C.P. 87149

consejopublicacionesuat@outlook.com

Tel. (52) 834 3181-800 • extensión: 2948 • www.uat.edu.mx

Colofón

Franz Hals núm. 130, Alfonso XIII, 01460, México, D.F.

www.paraleer.com • colofonedicionesacademicas@gmail.com

ISBN: 978-607-8513-94-9

Tiraje: 1000 ejemplares

Se prohíbe la reproducción total o parcial de esta obra —incluido el diseño tipográfico y de portada—, sea cual fuere el medio, electrónico o mecánico, sin el consentimiento por escrito del Consejo de Publicaciones UAT, entidad responsable de la edición y diseño editorial de este volumen.

Universidad Autónoma de Tamaulipas

Matamoros S/N, Zona Centro, C.P. 87000

Ciudad Victoria, Tamaulipas, México

D. R. © 2017 UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE TAMAULIPAS

**Publicación financiada con recurso PFCE 2016**



Consejo de  
publicaciones  
UAT

C.P. Enrique C. Etienne Pérez del Río  
PRESIDENTE

Dr. José Luis Pariente Fragoso  
VICEPRESIDENTE

Dr. Héctor Cappello García  
SECRETARIO TÉCNICO

C.P. Guillermo Mendoza Cavazos  
VOCAL

Dr. Marco Aurelio Navarro Leal  
VOCAL

Lic. Víctor Hugo Guerra García  
VOCAL

Consejo Editorial del Consejo de Publicaciones de la Universidad Autónoma  
de Tamaulipas

---

**Dra. Lourdes Arizpe Slogher**

Universidad Nacional Autónoma de México

**Dr. Amalio Blanco**

Universidad Autónoma de Madrid. España

**Dra. Rosalba Casas Guerrero**

Universidad Nacional Autónoma de México

**Dr. Francisco Díaz Bretones**

Universidad de Granada. España

**Dr. Rolando Díaz Loving**

Universidad Nacional Autónoma de México

**Dr. Manuel Fernández Ríos**

Universidad Autónoma de Madrid. España

**Dr. Manuel Fernández Navarro**

Universidad Autónoma Metropolitana. México

**Dra. Juana Juárez Romero**

Universidad Autónoma Metropolitana. México

**Dr. Manuel Marín Sánchez**

Universidad de Sevilla. España

**Dr. Cervando Martínez**

University of Texas at San Antonio E.U.A.

**Dr. Darío Páez**

Universidad del País Vasco. España

**Dra. María Cristina Puga Espinosa**

Universidad Nacional Autónoma de México

**Dr. Luis Arturo Rivas Tovar**

Instituto Politécnico Nacional México

**Dr. Aroldo Rodríguez**

University of California at Fresno. E.U.A.

**Dr. José Manuel Valenzuela Arce**

Colegio de la Frontera Norte México

**Dra. Margarita Velázquez Gutiérrez**

Universidad Nacional Autónoma de México

**Dr. José Manuel Sabucedo Cameselle**

Universidad de Santiago de Compostela. España

**Dr. Alessandro Soares da Silva**

Universidad de São Paulo. Brasil

**Dr. Alexandre Dorna**

Universidad de CAEN. Francia

**Dr. Ismael Vidales Delgado**

Universidad Regiomontana. México

**Dr. José Francisco Zúñiga García**

Universidad de Granada. España

**Dr. Bernardo Jiménez**

Universidad de Guadalajara. México

**Dr. Juan Enrique Marcano Medina**

Universidad de Puerto Rico-Humacao

**Dra. Úrsula Oswald**

Universidad Nacional Autónoma de México

**Arq. Carlos Mario Yory**

Universidad Nacional de Colombia

**Arq. Walter Debenedetti**

Universidad de Patrimonio Colonia. Uruguay

**Dr. Andrés Piqueras**

Universitat Jaume I. Valencia. España

**Dr. Yolanda Troyano Rodríguez**

Universidad de Sevilla. España

**Dra. María Lucero Guzmán Jiménez**

Universidad Nacional Autónoma de México

**Dra. Patricia González Aldea**

Universidad Carlos III de Madrid. España

**Dr. Marcelo Urrea**

Revista Latinoamericana de Psicología Social

**Dr. Rubén Ardila**

Universidad Nacional de Colombia

**Dr. Jorge Gissi**

Pontificia Universidad Católica de Chile

**Dr. Julio F. Villegas**

Universidad Diego Portales. Chile

**Ángel Bonifaz Ezeta**

Universidad Nacional Autónoma de México

# **Memoria autobiográfica, trauma y construcción del Yo**

Luz Adriana Orozco Ramírez



# Índice

<b>Prólogo</b>	13
<b>Capítulo 1</b>	15
<b>Memoria autobiográfica: Aspectos generales</b>	
Concepto y estructura de la memoria autobiográfica	17
Organización de la memoria autobiográfica	20
Microestructura	20
Periodos vitales	20
Eventos generales	21
Conocimiento de eventos específicos	22
Macroestructura	24
Amnesia infantil	25
Pico de reminiscencia	25
Efecto de recencia	25
Desarrollo de la memoria autobiográfica	26
Metodologías utilizadas en el estudio de la memoria autobiográfica	27
Referencias	31
<b>Capítulo 2</b>	37
<b>Procesos de recuperación de recuerdos autobiográficos</b>	
Componentes del proceso de recuperación de recuerdos autobiográficos	40
Las claves	40
El lenguaje y la narrativa	41
La imaginación	41
Las emociones	42
El proceso de recuperación	42
Fenomenología de los recuerdos autobiográficos	43
Especificidad de la memoria autobiográfica (MA)	45
Concepto de especificidad de memoria autobiográfica	46
La construcción de recuerdos autobiográficos específicos	48
Especificidad de Memoria autobiográfica y emociones	50
Especificidad de Memoria autobiográfica y trastornos psicológicos	54

Especificidad de Memoria autobiográfica y experiencias traumáticas	61
Apoyo social, trauma y especificidad de Memoria autobiográfica	65
Referencias	70
<b>Capítulo 3</b>	79
<b>Memoria autobiográfica y concepto del Yo</b>	
Memoria autobiográfica: continuidad del yo e importancia del lenguaje	82
Género y memoria autobiográfica (estudios comparativos)	84
Edad del primer recuerdo	85
Accesibilidad	85
Forma	86
Macroestructura	86
Contenido	87
Género y contenido emocional	91
Memoria autobiográfica y cultura	97
Referencias	106
<b>Capítulo 4</b>	113
<b>Narrativa autobiográfica, trauma y construcción del Yo</b>	
Narrativa	115
Elementos básicos de la narrativa	117
Narrativa y construcción de significados (pensamiento narrativo)	120
Narrativa, memoria autobiográfica y construcción del Yo	124
Narrativa y memoria autobiográfica	124
Narrativa autobiográfica y construcción del Yo	128
Narrativas de memoria autobiográfica y trauma	137
Narrativas autobiográficas, trauma y construcción del Yo	143
Referencias	151

*Gracias a mi hija Karen y mi esposo David, por su apoyo incondicional*  
*Gracias a mis padres y hermano, por siempre contar con su apoyo*  
*Gracias al Dr. Manuel Luis de la Mata Benítez por adentrarme en este mundo*  
*apasionante del estudio de la memoria autobiográfica*  
*Gracias a mis compañeros de trabajo en especial a mi gran amigo y hermano el Dr. José*  
*Luis Ybarra Sagarduy*  
*Gracias a mis amigos y familiares.*



# Prólogo

Recordar un suceso vivido en primera persona hace referencia a la memoria autobiográfica. Así, cuando a una persona le pedimos refiera qué le sucedió en un momento y lugar determinado, para cumplir la tarea, deberá acceder a sus recuerdos autobiográficos.

Definir la memoria autobiográfica no es fácil. La mayoría de los autores consideran que las memorias autobiográficas forman parte de la memoria episódica (Conway, Rubin, Spinnler y Wagenaar, 1992), citan que se define por el contexto espacial y temporal que la acompaña, y se diferencia de la “memoria” semántica o de conocimientos que carece de este contexto (Tulving, 1983). Según Brewer (1986) la principal característica que define a la memoria autobiográfica es el contexto personal que la acompaña. Dependiendo del grado de referencia personal, Brewer distingue entre: a) memorias personales que consisten en una representación de un hecho único e irrepetible basado en imágenes; b) hechos autobiográficos que son formalmente idénticos a las memorias personales, pero que no se basan en imágenes; y c) memorias personales genéricas que difieren de las anteriores en que representan de forma más abstracta hechos repetitivos o series de hechos parecidos, sin embargo la memoria autobiográfica va más allá de una representación mental con o sin imágenes, de un almacenamiento de sucesos únicos o repetitivos, tiene una importancia central en la construcción del Yo.

La memoria autobiográfica resulta muy interesante de estudiar, en los últimos años, en el campo de la psicología cognitiva y transcultural, ya que puede investigarse desde diferentes perspectivas, por lo tanto, en este libro sobre memoria autobiográfica y la construcción del Yo, se analizan diversos estudios que tratan el concepto, estructura, organización, desarrollo, distintas metodologías para estudiarla, el proceso de recuperación de recuerdos autobiográficos, su fenomenología, su especificidad etc., a su vez estudios que refieren la relación de la memoria autobiográfica, con la construcción del yo, el género, la cultura, la narrativa autobiográfica y las experiencias de trauma, teniendo un impacto importante en la formación de la identidad de las personas



# 1

## Memoria autobiográfica: Aspectos Generales



Una de las definiciones de la memoria autobiográfica más utilizada consiste en referir que es un tipo de memoria para los hechos y acontecimientos de la propia vida (Conway, 1990; Rubin, 1986; Conway y Rubin, 1993; Rubin, 1999; Conway y Pleydell-Pearce, 2000). Ésta se acompaña por un sentido de volver a vivir, un sentido de que el evento recordado realmente le ocurrió a uno mismo en un lugar y momento específico y además viene acompañado de cargas emocionales. Su definición y su estructura poseen ciertos matices que diversos autores han investigado, por lo tanto este capítulo versará sobre las distintas definiciones recibidas por este concepto, así como su estructura, el cómo se desarrolla y cuáles son en la actualidad las metodologías utilizadas para su abordaje científico.

## **Concepto y estructura de la memoria autobiográfica**

Tal vez lo más significativo de la memoria humana tiene que ver con lo que se ha denominado “memoria autobiográfica”. Este tipo de memoria almacena los episodios que conforman la biografía de un individuo, lo que ha vivido. Ahora bien, lo que ha vivido un individuo depende en gran medida de lo que recuerda. De algún modo, la vida es siempre una mirada al pasado, un recorrido por nuestra memoria autobiográfica ya que sin recuerdos perderíamos nuestra identidad. En este tipo de memoria es donde mejor se aprecia la idea de que los recuerdos son recreaciones, recategorizaciones, por las cuales traemos al presente un recuerdo del pasado. Pero esta evocación va a quedar siempre mediada por nuestro interés, nuestro estado de ánimo, nuestros fines y esperanzas del presente. (Alcaraz y Gumá, 2001)

La *memoria autobiográfica* se ha definido como la memoria para los hechos y acontecimientos de la propia vida (Conway, 1990; Rubin, 1986; Conway y Rubin, 1993; Rubin, 1999; Conway y Pleydell-Pearce, 2000). No obstante, en principio, la definición general de memoria autobiográfica propuesta por Baddeley como memoria relativa a “*la capacidad de las personas para recordar sus vidas*” (Baddeley, 1992:p.13) o la formulada por Brewer como “*memoria relativa a la información referida al Yo*” (Brewer, 1986:p.26) ambas definiciones podrían ser tomadas como punto de partida.

Aunque puede considerarse que la investigación sobre memoria autobiográfica fue iniciada por Galton a finales del siglo XIX (Galton, 1883, cit. en Rubin, 1986); fue hasta mediados de los ochenta cuando experimentó

un gran desarrollo en la psicología cognitiva. La memoria autobiográfica está relacionada con la memoria episódica, como propone Tulving (Tulving, 1972; 1983; 2002).

La memoria episódica recibe y almacena información sobre episodios y acontecimientos fijados temporalmente, y las relaciones temporo-espaciales entre tales acontecimientos. Un acontecimiento perceptivo sólo puede almacenarse en el sistema episódico en términos de sus propiedades o atributos perceptivos; y es siempre almacenado en términos de su referencia autobiográfica a los contenidos ya existentes en el almacén episódico. (Tulving, 1972, pp. 385).

Otros autores como Nelson (1993) afirman que la memoria autobiográfica puede considerarse como una forma particular de memoria episódica que se caracteriza por su importancia especial para la vida personal del individuo. En este sentido, debe destacarse que la memoria autobiográfica es especialmente significativa para el Yo, para las emociones y para la experiencia de la persona como individuo que permanece a lo largo del tiempo (Conway y Pleydell-Pearce, 2000). Hunt y Ellis (2007) señalan que la memoria autobiográfica es un subconjunto de memoria episódica, que ambas abarcan experiencias personales, pero los recuerdos autobiográficos son aquéllos que el individuo considera importantes y relevantes en su vida. Por lo tanto, se podría decir que la memoria autobiográfica es la historia de vida de uno mismo y es importante para mantener el concepto a lo largo del tiempo, ya que el Yo de hoy está conectado con el Yo de hace diez años a través de la memoria autobiográfica.

Levine (2004) elabora una propuesta distinta al respecto, al diferenciar entre memoria autobiográfica episódica y memoria autobiográfica semántica. La primera supone el recuerdo consciente y deliberado de eventos ocurridos en un tiempo y espacio específicos del pasado. Este estado consciente de viaje mental en el tiempo se consigue mediante el recuerdo de eventos, de detalles sensoriales y perceptivos, de pensamientos y de sentimientos en los que el sujeto reminisciente es consciente de un evento que pertenece a su propio pasado (Tulving, 1985, 2002; Wheeler et al., 1997; Wheeler, 2000). La memoria autobiográfica semántica contendría, en cambio, el conocimiento de los hechos del propio pasado, incluyendo el conocimiento sobre la identidad personal, las características personales pasadas y el conocer que un evento tuvo lugar. A diferencia de la episódica, sería independiente del tiempo y

podría darse en ausencia de viaje mental al pasado. A favor de esta hipótesis formulada por Levine (2004) existen algunos casos clínicos en los que la memoria autobiográfica episódica o semántica ha sufrido daños selectivos (Conway y Fthenaki, 2000; Kapur, 1999; Wheeler y McMillan, 2001), así como estudios de neuroimagen funcional en adultos sanos que han incidido en la diferenciación entre memoria autobiográfica episódica y semántica (Conway, Pleydell-Pearce y Whitecross, 2001; Conway et al., 1999; Fink et al., 1996; Maguire, Mummery y Büchel, 2001; Maguire y Mummery, 1999.) Gathercole (1998) define a la memoria autobiográfica como:

...el tipo de recuerdo de eventos genuinos, que pueden tener lugar durante muchos años, se denomina memoria autobiográfica. Esta es alta en auto-referencia, y frecuentemente se encuentra acompañada por una interpretación personal, en contraste con la memoria episódica puesta a prueba en los laboratorios. (Gathercole, 1998, p.15)

La defensa de un sistema diferenciado de memoria autobiográfica con una base neurológica específica permanece como una cuestión abierta a la investigación. Así lo señalan estudios de neuroanatomía y neurobiología relativos al recuerdo autobiográfico (Conway y Fthenaki 2000) y estudios sobre neuroimagen en memoria autobiográfica (Conway, et.al., 1999; Craik, et.al., 1998).

Los estudios correspondientes al área de la psicología cognitiva (Conway, 1990; Conway y Rubin 1993; Thompson, Skowronski, Larsen y Betz, 1996; Anderson y Conway, 1997) nos dan una aproximación de la memoria autobiográfica como un sistema específico y como una base del concepto del Yo. Desde esta perspectiva, Conway y Pleydell-Pearce (2000) parten de la idea de que los recuerdos autobiográficos son construcciones mentales dinámicas y transitorias generadas desde un conocimiento de base subyacente. La construcción y representación temporal de estos recuerdos posee una microestructura, que hace referencia a la organización del conocimiento autobiográfico (Conway, 1992, 1996) y una macroestructura, que hace referencia al patrón de distribución de los recuerdos a lo largo del ciclo vital de un sujeto.

Siguiendo la línea de la psicología cognitiva, nos quedaremos con las conceptualizaciones de que la memoria autobiográfica se acompaña por un sentido de volver a vivir, un sentido de que el evento recordado realmente ocurrió en un lugar y momento específico. (Tulving, 1972; 1983; 2002). Entonces,

parecería un “volver a vivirlo”. Donde estos recuerdos se acompañan por una creencia que el episodio recordado fue experimentado personalmente. Y estos recuerdos recolectados dan lugar a una confianza alta en la exactitud de su contenido (Rubin, 1995; 1996), además de que este tipo de memoria está íntimamente ligada con el concepto del Yo a través de la historia de las personas.

## **Organización de la memoria autobiográfica**

Una de las cuestiones más estudiadas en los últimos años ha sido la organización de la memoria autobiográfica (Conway, 1992; Conway y Rubin, 1993), distinguiéndose entre la microestructura y la macroestructura (Conway y Pleydell-Pearce, 2000).

### **Microestructura**

En la microestructura se suelen establecer tres niveles de organización jerárquica de los conocimientos autobiográficos. El primer nivel corresponde a lo que se denominan *períodos vitales*, el segundo nivel al *conocimiento de sucesos generales* y el tercer nivel al *conocimiento de sucesos específicos*.

#### **a. Períodos vitales**

Se refieren a largos segmentos de tiempo medidos en meses, años y décadas. Estarían compuestos por conocimientos genéricos sobre localizaciones, acciones, actividades, planes y metas características de un periodo determinado en el que se identifica un comienzo y un final (Conway, 1992; 1996; Linton, 1986). También suelen agrupar temas referentes al Yo. A su vez, estos períodos pueden estar enlazados temáticamente con otros. Además, para cada etapa cronológica puede haber un número diferente de periodos de vida. Por ejemplo, el período “cuando vivía con” puede solaparse con el periodo “cuando trabajaba en”, pero el conocimiento temático de ambos periodos puede señalar partes diferentes del conocimiento autobiográfico base (Barsalou, 1988; Brown, Shevell y Rips, 1986; Conway y Bekerian, 1987; Lancaster y Barsalou, 1997; Linton, 1986). Asimismo los períodos de vida pueden estar temáticamente vinculados para formar temas de orden superior, tales como trabajo, relaciones, etc. (Conway, 1992; Linton, 1986). Incluso existe evidencia de que la gente forma actitudes hacia estos

períodos de su vida, y dicho conocimiento auto-evaluativo puede estar representado a este nivel y ser usado en la construcción de los recuerdos (Bruhn, 1990). Hay que señalar que los períodos de vida nos ayudan a localizar los conocimientos sobre acontecimientos generales y específicos, por lo que se puede afirmar que forman el esqueleto de los recuerdos autobiográficos.

### **b.Eventos generales**

Se refieren a eventos medidos en días, semanas e incluso meses. Representan conocimientos sobre metas, logros y temas personales referidos a eventos específicos. En este sentido, Robinson (1992) establece que los eventos generales pueden también representar conjuntos de eventos asociados y abarcar una serie de memorias vinculadas unas con otras por el tema. También afirma que existe una organización local dentro del conjunto total de eventos generales de forma que pequeños grupos de memorias que están temáticamente relacionadas y que se refieren a un período relativamente determinado de tiempo, forman una estructura de conocimiento distintiva a este nivel, en el conocimiento autobiográfico base, siendo más específicos y más heterogéneos que los períodos de vida.

Barsalou (1988) señala que los eventos generales comprenden tanto eventos repetidos, como eventos únicos. Además, contribuyen a formar el Yo, en el sentido de que representan metas, información y situaciones que ayudan a determinar la naturaleza de uno mismo. Anderson y Conway (1993) proponen que los eventos generales están organizados en términos de detalles distintivos contextuales que se distinguen entre diferentes eventos. El conocimiento de experiencias y temas asociados, o conocimientos de eventos generales, se combina en un proceso altamente dinámico e interconectado para facilitar la recuperación y construcción de memorias autobiográficas específicas. Este proceso se puede iniciar en diferentes niveles de la jerarquía.

Los recuerdos que hacen referencia a los eventos generales se organizan en dos jerarquías (Barsalou, 1988; Conway y Bekerian, 1987; Williams, 1996). Hay recuerdos que pueden ser almacenados como períodos de tiempo (memorias generalizadas) y otros que pueden ser guardados en forma de categorías, como personas, lugares

y actividades (memorias categóricas). Estas dos categorías representan los errores que se suelen producir cuando se pide a los sujetos que recuerden de forma específica. Hay que señalar que ambas son funcionalmente independientes; los sujetos que tienden a responder con una determinada categoría no suelen hacerlo con la otra; las claves que impulsan un tipo de categoría no suelen activar la otra; y ambas categorías tienen asociaciones significativamente diferentes con un amplio rango de variables, como el período en el que los eventos son recordados, la frecuencia, la emotividad y la valencia de los eventos (Williams y Dritschel, 1992).

Los eventos generales parecen ser los puntos naturales de acceso a nuestros recuerdos autobiográficos y quizás esto sea debido a que son fácilmente accesibles, ya que se han visto reforzados por la repetición (Serrano, Latorre, Gatz y Rodríguez, 2004).

### **c. Conocimiento de eventos específicos (CEE)**

Son eventos en los que se ve aumentado el número de detalles. Se refieren a períodos de tiempo medidos en segundos, minutos y horas. Este tipo de conocimientos puede organizarse como un sistema de memoria separado, como lo demuestran los estudios con personas que han sufrido lesión cerebral, las cuales acceden a este tipo de conocimiento y no a los demás (Conway, 1993). También es interesante resaltar que en muchos casos de amnesia retrógrada seguida de daño cerebral parece que el acceso al conocimiento de eventos específicos está abolido, mientras que el acceso a períodos de vida y a eventos generales permanece intacto (Conway y Fthenaki, 2000; Nadel y Moscovitch, 1997). Hay que señalar que los detalles de los eventos específicos se contextualizan dentro de un evento general que, a su vez, está asociado a uno o más períodos de vida, lo cual sitúa el conocimiento específico dentro de la memoria autobiográfica del sujeto como un todo.

Existe una relación jerárquica entre estos tres niveles de conocimiento, de modo que los conocimientos de nivel inferior pueden servir como claves para activar otros de nivel inferior relacionados y a la inversa (Conway, 1992) (Véase Figura 1)

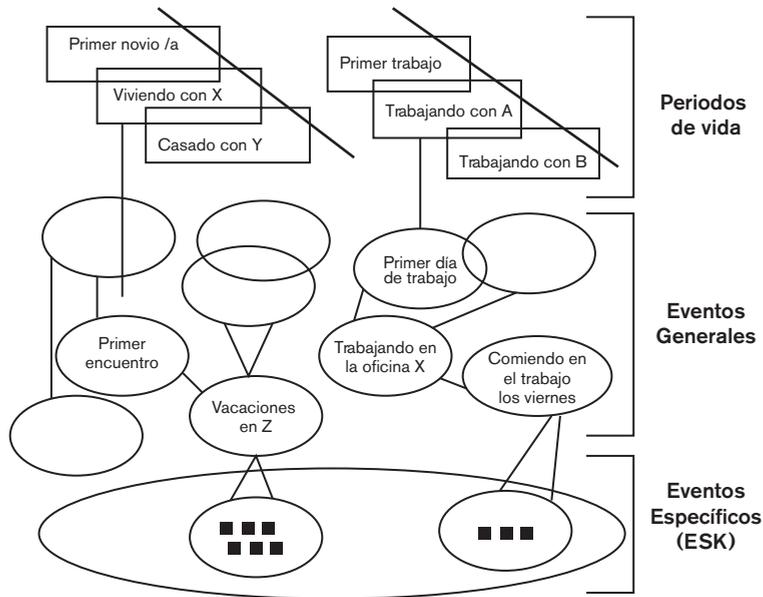


Figura 1. Estructura jerárquica de la memoria autobiográfica.

Fuente: Conway, M. A. (1996). *Autobiographical knowledge and autobiographical memories*. En D.C. Rubin (Ed.), *Remembering our past: Studies in autobiographical memory*. New York: Cambridge University Press

Conway y Rubin (1993) sostienen que no se conserva una única representación que tenga correspondencia exacta con la experiencia mental de recordar el pasado. Tales experiencias siempre se construyen mediante la combinación de fragmentos de información procedentes de cada uno de los tres niveles de conocimiento autobiográfico.

Cuando se activan estructuras en el conocimiento autobiográfico base y éstas llevan a la activación de eventos específicos, entonces se produce el recuerdo. Se puede considerar a los eventos específicos como un registro resumido de procesamiento sensorio-perceptivo ocurrido durante un evento. La información a este nivel se pierde rápidamente a menos que se vincule con un evento general y que dichos vínculos se vean reforzados y/o repetidos (Burt, Kemp, Grady y Conway, 2000; Burt, Watt, Mitchell y Conway, 1998), excepto en aquellos casos de memorias vividas como especialmente importantes o traumáticas para el sujeto, los destellos de memorias (“flashback”) permanecen estables en la memoria sin necesidad de verse vinculadas con eventos generales. No obstante, según Ehlers y Steil (1995) y Howe (1997) esta vinculación puede

acabar apareciendo con el tiempo, debido a que las memorias de recuerdos autobiográficos traumáticos es un tema con muchos matices, se abordará con mayor profundidad más adelante. Ahora se expondrá cómo se encuentra organizada la macroestructura de la memoria autobiográfica.

## Macroestructura

La macroestructura de la memoria autobiográfica, se refiere al desarrollo experimentado a lo largo del ciclo vital (Rubin, Wetzler y Nebes, 1986; Rubin, 1999). Los estudios sobre este tema han permitido observar tres componentes principales (Véase Figura 2):

- Pocos recuerdos de los primeros años (“Amnesia infantil”).
- Pico (“bump”) de recuerdos entre los 10 y los 30 años (“Reminiscence bump”).
- Mayor número de recuerdos recientes (Efecto de recencia).

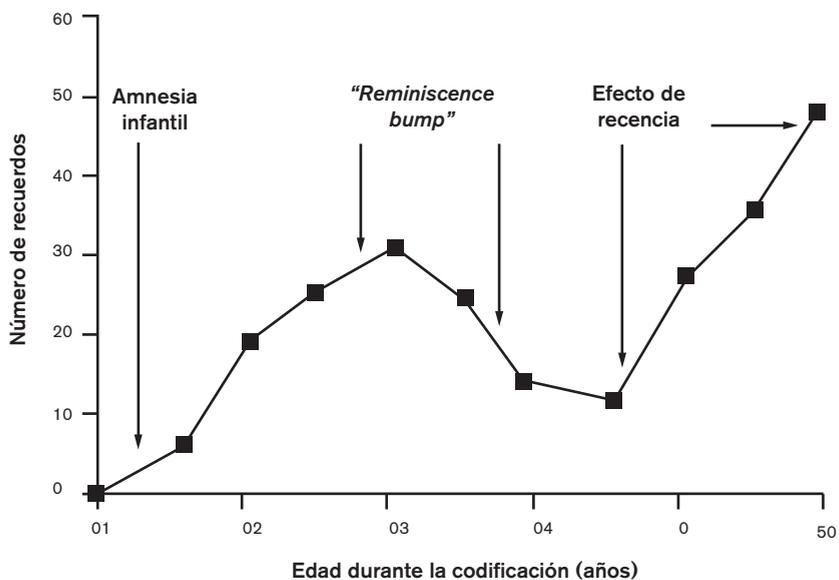


FIGURA 2. Curva idealizada del recuerdo autobiográfico a lo largo del ciclo vital.

Fuente: Rubin, D.C. (1986) *Autobiographical memory*. New York: Cambridge University Press.

## **Amnesia infantil**

Este fenómeno, descrito por primera vez por Freud (1953), se caracteriza por la ausencia o gran escasez de recuerdos sobre experiencias acontecidas en los primeros años de vida. De este modo, el término amnesia infantil no hace referencia al funcionamiento normal de la memoria en niños pequeños, sino al fallo que se produce cuando sujetos adultos intentan recordar eventos previos a los tres y cuatro años de edad, debido a que éstos no se encuentran disponibles en la consciencia adulta.

## **Pico de reminiscencia**

Este segundo componente que sólo se observa en sujetos mayores de 35 años, corresponde principalmente a que los recuerdos que posee el sujeto del período en el que tenía entre 15 y 25 años o entre 20 y 30 años de edad. Repetidamente se produce un incremento en la frecuencia de los recuerdos concernientes a este lapso temporal (Rubin et al., 1998; Conway y Rubin, 1993). Para explicar el pico de reminiscencia se ha establecido una conexión entre memoria autobiográfica y las emociones, dado que existen indicadores que señalan que la memoria autobiográfica de este periodo de tiempo es especialmente rica en contenido emocional y motivacional (Thorne, 2000).

Otra de las razones que se da para explicar este hecho, es que la memoria autobiográfica cumple un papel fundamental en la formación y desarrollo de la identidad. Ello explicaría el incremento de recuerdos en los momentos fundamentales de la formación y consolidación de la identidad. El periodo de los 15 a los 30 constituye un periodo de vital importancia, no sólo para la formación de un sistema del yo estable, sino también para el desarrollo de la identidad (Erikson, 1950, 1997). Las metas a conseguir durante este período consisten, por tanto, en la identificación con lo que uno es (el desarrollo del yo actual), el desarrollo de la identidad social (el yo que “deberíamos” ser) y el desarrollo de nuevas metas personales adultas (el yo ideal).

## **Efecto de recencia**

El componente final de la curva de recuperación muestra una alta proporción de recuerdos recientes. La investigación que Linton (1986), llevó a cabo sobre su propia memoria parece sugerir que los recuerdos se integran con el conocimiento de base tras aproximadamente 24 meses. Otros teóricos como McClelland, McNaughton y O'Reilly (1995); Moscovitch, (1995) y Squire (1992)

han sugerido también un largo proceso de consolidación para la retención del conocimiento autobiográfico.

En este apartado se ha explicado la organización de la memoria autobiográfica tanto en su micro como en su macroestructura. Este tema se retomará más adelante, para detallar cómo se crean recuerdos autobiográficos específicos. Analicemos cómo se desarrolla este tipo de memoria y las metodologías utilizadas para su estudio.

## **Desarrollo de la memoria autobiográfica**

Un aspecto fundamental dentro del estudio de la memoria autobiográfica es el de su desarrollo. Sobre el origen de la memoria autobiográfica, Nelson (1993; 2003) considera que surge aproximadamente alrededor del tercer año de vida y contribuye a la emergencia de un nuevo concepto del yo. Ya que antes, al final del primer año de vida, los niños pueden elaborar y retener representaciones de sucesos familiares repetidos que incorporan relaciones temporales y causales entre acciones, actos recíprocos de adultos y niños y los límites situacionales de los sucesos organizados alrededor de metas, sin embargo ya con la adquisición del lenguaje, este tipo recuerdos autobiográficos van teniendo un significado y una parte importante en el concepto del Yo.

Los guiones y los esquemas desempeñan un papel importante en el desarrollo cognitivo de los niños. Nelson (1996) y Nelson y Gruendel (1981) han argumentado que las representaciones generales de sucesos, son los bloques básicos con los que se construye la cognición y a partir de los cuales se desarrollan aptitudes cognitivas más exhaustivas y complejas. Las representaciones de sucesos se consideran básicas, porque corresponden más directamente con la experiencia del mundo del niño. A partir de estas representaciones basadas en sucesos, se construyen estructuras cognitivas más abstractas, como las categorías semánticas. Los niños comunican los actos componentes de guiones siguiendo el orden en que se producen en el mundo real. Estos estudios coinciden que la experiencia de un suceso facilita el establecimiento de una memoria episódica para sucesos repetidos

Nelson y Fivush (2000) señalan que, aunque antes de los tres años, niños y niñas pueden recordar sucesos, (memoria episódica básica), no es hasta finales del segundo año y principios del tercer año *grosso modo*, que se personaliza la memoria episódica y empiezan a organizarse los recuerdos como “cosas que

me sucedieron a mí”. El surgimiento de esta nueva forma de memoria está relacionado, según Nelson, con la intervención del lenguaje, que se convierte en mediador de este proceso y permite moldear los episodios en narrativas (Nelson, 1996, 2003; Nelson y Fivush, 2000; Fivush y Buckner, 2003).

La investigación realizada en los últimos años ha puesto de manifiesto el papel de las interacciones cara a cara entre los niños y las personas más cercanas en la configuración de estas narrativas autobiográficas (Fivush y Haden, 1997; 2003). Investigadoras como R. Fivush, K. Nelson, y otras, han aportado datos sobre el modo en que los estilos conversacionales que se observan en las interacciones padres-hijos se traducen en formas específicas de recordar acontecimientos personales (Fivush y Fromhoff, 1988; Haden, Haine y Fivush, 1997; Reese, Haden y Fivush, 1993; Fivush y Haden, 1997; Nelson, 1993; Nelson y Fivush, 2004). Observando que estas diferencias se dan desde los años preescolares (Fivush y Buckner, 2003; Fivush, Haden y Adam, 1995)

Como reflexión final de este apartado se recalca la importancia de las interacciones sociales y el desarrollo del lenguaje en el niño en la aparición de la memoria autobiográfica, teniendo a su vez esta relación, una vinculación muy considerable con la emergencia del concepto del Yo. Más adelante se hablará de este tema, ya que diferentes estudios ponen de manifiesto que las interacciones sociales y el lenguaje influyen en la aparición de recuerdos autobiográficos específicos.

## **Metodologías utilizadas en el estudio de la memoria autobiográfica**

En el estudio de la memoria autobiográfica se han empleado principalmente tres tipos de metodologías: métodos basados en el uso de claves, métodos de entrevista y métodos narrativos.

Los métodos de claves son los más antiguos. El primero que los utilizó fue Francis Galton (1883, cit. en Baddeley, 1997). Galton inventó la técnica de las palabras clave, en la que se daba al sujeto una palabra clave (“río”, por ejemplo) y se le pedía que recordara algún incidente personal asociado a dicha palabra, fechándolo y aportando una descripción lo más completa posible. Crovitz y Schiffman (1974) perfeccionaron la técnica de Galton y la volvieron a emplear en sus estudios de memoria autobiográfica. La utilidad de este tipo de metodología deriva de su sencillez. Algunos estudios como los realizados

por Williams y Broadbent (1986), han utilizado una lista de palabras clave como estímulos para obtener recuerdos autobiográficos. No obstante, estos métodos tienen el gran inconveniente de que pueden sesgar los recuerdos hacia ciertos temas o períodos de vida. En este sentido, no puede determinarse si el predominio de unos determinados períodos en los recuerdos, se debe a que los sujetos no son capaces de recordar más acontecimientos de otros períodos de su vida o a si la propia técnica induce al sujeto a recordar incidentes de unos períodos antes que de otros.

Para evitar los problemas anteriores, se han desarrollado métodos de entrevista en los que se intenta hacer una exploración completa de los recuerdos de toda la vida del individuo. Una de las más utilizadas de estas técnicas es la llamada *Entrevista de Memoria Autobiográfica* (AMI) desarrollada por Kopelman y cols. (Kopelman, 1994; Kopelman, Wilson y Baddeley, 1989). Se trata de una entrevista estructurada en la que se pregunta al sujeto de modo sistemático sobre distintos períodos de su vida (infancia, edad adulta temprana y años recientes). Los datos obtenidos se pueden verificar, tanto externa (informes de otras personas) como internamente (por las posibles inconsistencias observadas). De este modo, se pueden evitar los sesgos característicos de los métodos de claves, realizando un muestreo de toda la vida del sujeto. Uno de los datos más destacados que se ponen de manifiesto con este método es la existencia de un gradiente temporal inverso en los amnésicos, en los que se observa una mayor pérdida de información reciente (tanto hechos, como incidentes personales) que de períodos anteriores.

Otro instrumento es el *Cuestionario de Características de Memoria* (MCQ) (Suengas y Johnson, 1988) que consta de 39 ítems que evalúan cinco aspectos de la fenomenología de los recuerdos los cuales son: intensidad, reacciones sensoriales, coherencia contextual, pensamientos y sentimientos, e intensidad de los sentimientos. Y el *Cuestionario de Recuerdos Autobiográficos* (AMQ) que se desarrolló para medir el reconocimiento y los aspectos sensorios de la fenomenología de los recuerdos autobiográficos, identificando propiedades de la fenomenología en 3 categorías: a) Recolección y creencia de la exactitud de la memoria; b) Componentes del procesamiento (visual, espacial, temporal, auditivo, tipo de historia, palabras y emociones y c) Información de propiedades de eventos o recuerdos (importancia, si ocurrió una vez o muchas y si este recuerdo se une a otros (Rubin, Schrauf y Greenberg, 2003). Sin embargo, tanto el MCQ como el AMQ, no fueron desarrollados para

identificar diferencias individuales y ambos instrumentos comparten varios problemas que limitan su utilidad.

Sutin y Robins (2007) han desarrollado la prueba *The Memory Experiences Questionnaire* (MEQ) para medir 10 dimensiones importantes de la fenomenología de los recuerdos autobiográficos. Dentro de las 10 dimensiones de la fenomenología propuestas por ellos se encuentran las siguientes: la intensidad, coherencia, accesibilidad, perspectiva del tiempo, detalles sensoriales, intensidad emocional, perspectiva visual, el compartir, el distanciamiento y la valencia. Los estudios de fiabilidad de la prueba de Sutin y Robins (2007) han obtenido en los test-retest para cada dimensión un *alpha* de Cronbach de entre de 0,73 y 0,96, lo que indica una buena consistencia interna. Entre los hallazgos interesantes de los estudios realizados con esta prueba se encuentra que los recuerdos autobiográficos recientes tienen una fenomenología muy diferente que los recuerdos antiguos, que los recuerdos con valencia de afectivo positivo tendrán mayor probabilidad de ser compartidos con otros y tenderán a ser más vívidos, coherentes, y accesibles. En cuanto al género, Sutin y Robins (2007) han encontrado que las mujeres tienden a tener los recuerdos más ricos, con más coherencia y detalles sensoriales y con mayor volumen de intimidad que los hombres. Es importante señalar que falta enriquecer esta información con más estudios que utilicen este instrumento en diversos tipos de población e identificar cómo se dan estas dimensiones fenomenológicas de los recuerdos autobiográficos.

Aparte de los métodos anteriores, se han desarrollado métodos de carácter narrativo, en los que se pide a los sujetos que cuenten acontecimientos de su vida (Fromholt y Larsen, 1991; Fromholt y cols., 2003) o construyan auténticas historias de vida. Este tipo de métodos surgió dentro de la tradición de la psicología de la personalidad y ha sido adoptado en la investigación cognitiva sobre memoria autobiográfica. Como aportación fundamental, permiten estudiar aspectos de la organización interna de los relatos y los recuerdos autobiográficos, así como su relación con el yo.

McAdams (1985) por ejemplo, utiliza historias de vida en sus investigaciones, comenzando con el informe de capítulos vitales, y a continuación solicita descripciones más detalladas que los sujetos aportan de episodios particulares y eventualmente se dirige hacia metas y planes futuros.

Otra forma de analizar las narrativas autobiográficas tomando como referencia la propuesta de Bruner (2003), mediante procedimientos y

categorías de análisis de las narrativas del yo y su relación con experiencias y prácticas culturales e históricas. Donde estas categorías de análisis suponen un intento de integrar la distinción entre el paisaje de la acción y el paisaje de la conciencia (Bruner, 1986). Es el procedimiento de análisis de narrativas autobiográficas propuesto por de la Mata, et al., (2015) con el fin de examinar el papel de los factores culturales en el proceso de construcción del yo en los recuerdos autobiográficos de los individuos. Consta de un procedimiento de codificación que persigue dar respuesta a las siguientes cuestiones: 1) “¿Quién?”, se trata de identificar el sujeto de cada unidad narrativa (codificado como yo, nosotros, u otros); 2) “¿Qué?”, se trata de identificar la actuación (acción) del sujeto (codificado como unidades de evento, referidas a estados, acciones o estados mentales, o unidades reflexivas (de la Mata, Santamaría, Hansen, Ruiz, y Ruiz, 2011); y 3) “¿Cómo?”, se trata de identificar el control sobre esta acción y su relación con los otros. De este modo, el análisis debe “localizar” el yo en los recuerdos autobiográficos en un doble sentido: a) primero, en relación con el ámbito del yo-narrado (unidades de evento) y el yo-narrador (unidades de reflexión) y, b) en segundo lugar, desde el paisaje de la acción (unidades de acción) al paisaje de la conciencia (unidades de estado mental, unidades de reflexión).

Aunque en general se ha obtenido un patrón de evolución macroestructural semejante con todos los métodos, se observan, no obstante, algunas diferencias de matiz entre ellos. Se aconseja, por lo tanto, combinar más de un método a la hora de investigar estas cuestiones. Por otra parte, el solicitar narraciones a los sujetos, además de ofrecerles un marco estructural con el cual puedan organizar sus recuerdos, permite también un análisis más profundo de la significación de los recuerdos personales y de la memoria autobiográfica en general en la constitución del yo. Dado que los recuerdos autobiográficos de cada uno son diferentes y que normalmente no están sujetos a verificación independiente de su exactitud, esta área requiere gran inventiva en cuanto a la metodología a emplear en la investigación. (Hunt y Ellis, 2007).

## Lista de referencias

- Alcaraz V. & Gumá E. (2001) *Texto de Neurociencias Cognitivas*. Editorial Manual Moderno. México.
- Anderson, S. & Conway, M.A. (1997) Representations of autobiographical memory. En M.A. Conway (Ed.), *Cognitive models of memory*. Hove, UK: Psychological Press Publishers. (pp. 217-246).
- \_\_\_\_\_ (1993) Investigating the structure of autobiographical memories. *Journal of experimental psychology. Learning, memory and cognition*. 19, 5, 1178-1196.
- Baddeley A. (1997) *Human memory: Theory and practice*. London: Taylor & Francis.
- \_\_\_\_\_ (1992) What is autobiographical memory? En M. Conway, D.C. Rubin, H. Spinnler y W. A. Wagenaar (Eds.), *Theoretical perspectives on autobiographical memory*. Dordrecht, The Netherlands: Kluwer Academic. (pp. 13-29).
- Barsalou, L.W. (1988) The content and organization of autobiographical memories. En U. Neisser and E. Winograd (Eds.) *Remembering reconsidered: ecological and traditional approaches to memory*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Brewer, W.F. (1986) What is autobiographical memory? En D.C. Rubin (Ed.) *Autobiographical memory*. Cambridge: Cambridge University Press. (pp. 25-49).
- Brown, N. R., Shevell, S.K. & Rips, L.J. (1986) Public memories and their personal context. En D.C. Rubin. *Autobiographical memory*. Cambridge: Cambridge University Press, (pp. 137-158.)
- Bruhn, A. R. (1990) Cognitive-Perceptual Theory and the Projective Use of Autobiographical Memory. *Journal of personality assessment*, 55 (1 & 2) 95-114.
- Bruner, J. (1986). *Actual minds, possible worlds*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Bruner, J.S. (2003). *Making stories: law, literature, life*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press.
- Burt, C. D. B., Kemp, S., Grady, J. M., & Conway, M. (2000) Ordering autobiographical experiences. *Memory*, 8, 323-332.
- Burt, C. D. B., Watt, S.C., Mitchell, D.A., & Conway, M.A. (1998) Retrieving a sequence of specific autobiographical event components. *Applied Cognitive Psychology*, 12, 321-338.
- Conway, M. A. (1996) Autobiographical knowledge and autobiographical memories. En D.C. Rubin (Ed.), *Remembering our past: Studies in autobiographical memory*. New York: Cambridge University Press. (pp. 67-93).
- Conway, M. A. (1992) An structural model of autobiographical memory. En M.A. Conway, D.C. Rubin, H. Spinnler, & W.A. Wagenaar (Eds.), *Theoretical*

- perspectives on autobiographical memory*. Dordrecht, The Netherlands: Kluwer Academic Press. . (pp. 167-194)
- \_\_\_\_\_ (1990) *Autobiographical memory: An introduction*. Buckingham: Open University Press.
- Conway, M. A. & Bekerian, D.A. (1987) Organization in autobiographical memory. *Memory & Cognition*. 15,2,119-32
- Conway, M. A. & Fhtenaki, A. (2000) Disruption and loss of autobiographical memory. En L.S. Cernmark (Ed.), *Handbook of neuropsychology*, 2nd edition: *Memory and it's disorders*. Amsterdam: Elsevier. (pp. 281-312)
- Conway, M. A. & Pleydell-Pearce, C.W. (2000) The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*, 107, 206-288.
- Conway, M. A., Pleydell-Pearce, C. W. & Whitecross, S. (2001) The neuroanatomy of autobiographical memory: A slow cortical potential study (SCP) of autobiographical memory retrieval. *Journal of memory and Language*, 45, 493-524
- Conway, M. A. & Rubin, D. C. (1993) The estructure of autobiographical memory. En A. E. Collins, S. E. Gathercole, M.A. Conway, y P.E.M. Morris (Eds.), *Theories of memory*. Hove, Sussex: Lawrence Erlbaum Associates.
- Conway, M. A., Turk, D., Miller, S., Logan, J., Nebes, R., Meltzer, C. & Becker, J. (1999) A positron emission tomography (PET) study of autobiographical memory retrieval. *Memory*, 7 (5-6), 679-702.
- Craik, F., Moroz, T., Moscovitch, M., Stuus, D., Winocur, G., Tulving, E. & Kapur, S. (1998) In search of the self: A PET investigation of self-referential information. *Psychological Science*, 10, 1, 26-34.
- Crawford, M. (1995) *Talking Difference: On Gender and Language*. Gender and Psychology series, Hardcover.
- Crovitz, H. F., & Schiffman, H. (1974) Frequency of episodic memories as a function of age. *Bulletin of the Psychonomic Society*, 5, 517-518.
- Ehlers, A. & Steil, R. (1995) Maintenance of intrusive memories in posttraumatic stress disorder A cognitive approach, *Behavioral and Cognitive Psychotherapy* 23, 217-249
- De la Mata, M. Santamaría, A., Cubero, M. y Antalíková, R. (2015). Cultura, memoria autobiográfica y yo: un análisis narrativo de las dimensiones de autonomía y relación. *Papeles de Trabajo sobre Cultura, Educación y Desarrollo Humano*, 11 (2), 149-152.
- De la Mata, M.L.; Santamaría, A; Hansen, T.G.B.; Ruiz, L. y Ruiz, M.L. (2011). Formal schooling and autobiographical memory: towards independent self-construal. En T.G.B. Hansen y K. Jensen de López (eds.), *Development of*

- self in culture. *Self in culture in mind*. Vol. 1. (pp.145-158). Alborg: Alborg University Press.
- Erikson, E. H. (1950/1997) *Childhood and society*. New York: W. W. Norton.
- Fink, G. R., Markowitsh, H.J., Rienkemeier, M., Buckbauer, T., Kessler, J. & Heiss, W.D. (1996) Cerebral representation of one's own past: neural networks involved in autobiographical memory. *Journal of neuroscience*, 16, 4275-4282.
- Fivush, R., & Buckner, J.P. (2003) Constructing gender and identity through autobiographical narratives. En R. Fivush & C.A. Haden (Eds.), *Autobiographical memory and the construction of a narrative self: Developmental and cultural perspectives*. Mahwah, NJ: Erlbaum. (pp. 149–168).
- Fivush, R., & Fromhoff, F. A. (1988) Style and structure in mother-child conversations about the past. *Discourse Processes*, 11, 337-355.
- Fivush, R., & Haden, C.A. (Eds.). (2003) *Autobiographical memory and the construction of a narrative self: Developmental and cultural perspectives*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- \_\_\_\_\_ (1997) Narrating and representing experience: preschoolers developing autobiographical recounts. In: P.W. van den Broek, P.J. Bauer, & T. Bourg (Eds.), *Developmental spans in event comprehension and representation*. (pp. 169-98). Hillsdale, New Jersey: Erlbaum.
- Fivush, R., Haden, C. A., & Adams, S. (1995) Structure and coherence of preschoolers' personal narratives over time: Implications for childhood amnesia. *Journal of Experimental Child Psychology*, 60, 32-56.
- Freud, S. (1953) *A general introduction to psychoanalysis*. New York: Pocket Books. (Original work published 1924)
- Fromholt, P. & Larsen, S. F. (1991) Autobiographical memory in normal aging and primary degenerative dementia (dementia of the Alzheimer type), *Journal of Gerontology: Psychological Sciences* 46, 85–91.
- Fromholt, P., Mortensen, D. B., Torpdahl, P., Bender, L., Larsen, P., & Rubin, D. C. (2003) Life-narrative and word-cued autobiographical memories in centenarians: Comparisons with 80-year-old control, depressed, and dementia groups. *Memory*, 11, 81–88.
- Gathercole, S.E. (1998) The development of memory. *Journal of Child Psychology & Psychiatry & Allied Disciplines*, 39, 3-27.
- Haden, C.A., Haine, R., & Fivush, R. (1997) Developing narrative structure in parent-child conversations about the past. *Developmental Psychology*, 33, 295–307.
- Howe, M. L. (1997) Children's memory for traumatic experiences. *Learning and Individual Differences*, 9, 2, 153–174.

- Hunt, R. & Ellis, H. (2007). *Fundamentos de Psicología cognitiva*. Ed. Manual Moderno.
- Kapur, N. (1999) Syndromes of retrograde amnesia: a conceptual and empirical analysis. *Psychological Bulletin*, 25, 125-180.
- Kopelman, M.D. (1994) Working memory in the amnesic syndrome and degenerative dementia. *Neuropsychology*, 8, 555-562.
- Kopelman, M.D., Wilson, B.A. and Baddeley, A.D., (1989) The autobiographical memory interview: a new assessment of autobiographical and personal semantic memory in amnesic patients. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology* 11, 5, 724-744
- Lancaster, J. S & Barsalou, L.W. (1997) Multiple organizations of events in memory. *Memory*, 5, 569-599.
- Levine, B. (2004) Autobiographical memory and the self-time: Brain lesion effects, functional neuroanatomy, and lifespan development. *Brain & Cognition*, 55, 54-68.
- Linton, M. (1986) Ways of searching the contents memory? En D.C. Rubin (Ed.), *Autobiographical memory*. New York: Cambridge University Press. (pp. 50-67).
- Maguire, E.A. & Mummery, C.J. (1999) Differential modulation of a common memory retrieval network revealed by positron emission tomography. *Hippocampus. Wiley- Liss InterScience*, 9, 1, 54-61
- Maguire, E.A., Mummery, C.J. & Büchel C. (2001) Patterns of hippocampal-cortical interaction dissociate temporal lobe memory subsystems. *Hippocampus. Wiley-Liss InterScience*, 10, 4, 475-482.
- McAdams, D. P. (1985) *Power and intimacy*. New York: Guilford.
- McClelland, J. L., McNaughton, B. L., & O'Reilly, R. C. (1995) Why there are complementary learning systems in the hippocampus and neocortex: Insights from the successes and failures of connections models of learning and memory. *Psychological Review*, 102, 419-457.
- Moscovitch, M. (1995) Recovered consciousness: A hypothesis concerning modularity and episodic memory. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 17, 276-290.
- Nadel L, & Moscovich M (1997) Memory consolidation, retrograde amnesia and the hippocampal complex. *Current Opinion Neurobiology*, 7,217-227.
- Nelson, K. (2003) Self and social functions: Individual autobiographical memory and collective narrative. *Memory*, 11, 125-136.
- \_\_\_\_\_ (1996). *Language in cognitive development: The emergence of the mediated mind*. New York: Cambridge University Press

- \_\_\_\_\_ (1993). The psychological and social origins of autobiographical memory. *Psychological Science*, 4, 7-14.
- Nelson, K., & Fivush, R. (2000) Socialization of memory. In E. Tulving & F.I.M. Craik (Eds.), *Oxford handbook of memory*. New York: Oxford University Press. (pp. 283–295).
- Nelson, K. & Gruendel, J.M. (1981) “Generalized event representations: Basic building of cognitive development”. En M. Lamb y A. L. Brown (eds.), *Advances in Developmental Psychology*, vol. 1, Hillsdale, NJ, Erlbaum (pp. 131-158).
- Reese, E., Haden, C. & Fivush, R. (1993) Mother-child conversations about the past: Relationships of style and memory over time. *Cognitive Development*, 8, 403-430.
- Robinson, J.A. (1992b) First experience memories: Contexts and function in personal histories. En M.A. Conway, D.C. Rubin, H. Spinler & W.A. Wagenaar (eds.), *Theoretical Perspectives on Autobiographical Memory* London: Kluwer Academic. (pp. 223-239).
- Rubin, D.C. (1999) *Autobiographical memory and aging*. En D. Park & N. Schwartz (Eds.) Philadelphia, P.A. Psychology Press. (pp. 131-149).
- \_\_\_\_\_ (1996) *Remembering our past: Studies in autobiographical memory*. New York: Cambridge University Press.
- \_\_\_\_\_ (1995) Memory in oral traditions: The cognitive psychology of epic, ballads, and counting out rhymes. New York: Oxford University Press.
- \_\_\_\_\_ (1986) *Autobiographical memory*. New York: Cambridge University Press.
- Rubin, D.C., Schrauf, R.W., & Greenberg, D.L. (2003). Belief and recollection of autobiographical memories. *Memory & Cognition*, 31, 6, 887-901.
- Rubin, D.C., Rahhal, T.A. & Poon, L.W. (1998) Things learned in early adulthood are remembered best. *Memory & Cognition*, 26, 3-19.
- Rubin, D. C., Wetzler, S. E., & Nebes, R. D. (1986) Autobiographical memory across the adult lifespan. In D. C. Rubin (Ed.). *Autobiographical memory*. Cambridge, England: Cambridge University Press. (pp. 202–221).
- Serrano, J. P., Latorre, J. M., Gatz, M., & Rodriguez, J. M. (2004) Life Review Therapy using autobiographical retrieval practice for older adults with depressive symptomatology. *Psychology and Aging*, 19, 272-277.
- Squire, L. R. (1992) Memory and the hippocampus: A synthesis from findings with rats, monkeys, and humans. *Psychological Review*, 99, 195–231.
- Suengas, A. G. & Johnson, M. K. (1988) Qualitative effects of rehearsal on memories for perceived and imagined complex events. *Journal of Experimental Psychology: General*, 117, 4, 377-389

- Sutin, A. & Robins, R. (2007) Phenomenology of autobiographical memories: The memory experiences Questionnaire. *Memory*, 15, 4, 390-411.
- Thompson, C. P., Skowronski, J. J., Larsen, S., & Betz, A. (1996) *Autobiographical memory: Remembering what and remembering when*. New York: Erlbaum.
- Thorne, A. (2000) Personal memory telling and personality development. *Personality and Social Psychology Review*, 4, 45-56.
- Tulving, E. (2002) Episodic memory: From mind to brain. *Annual Review of Psychology*, 53, 1-25.
- \_\_\_\_\_ (1985) Memory and consciousness. *Canadian Psychologist*, 26, 1-12.
- \_\_\_\_\_ (1983) *Elements of episodic memory*. Oxford: Clarendon Press.
- \_\_\_\_\_ (1972) Episodic and semantic memory. En E. Tulving & W. Donaldson (Eds.), *Organization of memory*. New York: Academic Press. (pp.382-403).
- Wheeler, M.A. (2000) Episodic memory and autoegetic awareness. En E. Tulving & F.M.I. Craik (Eds.), *The Oxford handbook of memory*. New York: Oxford University Press. (pp. 597-625).
- Wheeler M.A. & McMillan C.T. (2001) Focal retrograde amnesia and the episodic-semantic distinction. *Cognitive, Affective & Behavioral Neuroscience*, 1, 1, 22-36.
- Wheeler, M.A., Stuss, D.T. & Tulving, E. (1997) Toward a theory of episodic memory: The frontal lobes and autoegetic consciousness. *Psychological Bulletin*, 121, 331-354.
- Williams, J.M.G., & Broadbent, K. (1986) Autobiographical memory in suicide attempters. *Journal of Abnormal Psychology*, 95, 144-149.
- Williams, J.M.G., & Dritschel, B. (1992) Categorical and extended autobiographical memories. En M.A.Conway, D. C. Rubin, H. Spinnler, & W. A. Wagenaar (Eds.), *Theoretical perspectives on autobiographical memory*. Dordrecht: Kluwer. (pp. 391-410).

# 2

## Procesos de recuperación de recuerdos autobiográficos



Se comenzará este capítulo refiriéndose al modelo que describe cómo se da el proceso de recuperación de la memoria autobiográfica, refinado en los estudios de Williams y Hollan (1981). Estos autores identifican tres fases en el ciclo de recuperación de los recuerdos autobiográficos y definen al recuerdo como: “*un proceso en el que se usa alguna información sobre un elemento para construir una descripción del mismo, y esta descripción es utilizada en un intento de recordar nuevos fragmentos de información*” (Williams y Hollan, 1981, p. 87). Este modelo asume que un sujeto codifica sólo una cantidad limitada de la información posible. De este modo, para recordar la información, la primera fase consistirá en tener una clave, como punto de partida inicial, la cual nos permitirá tener una descripción parcial del evento y si se codifica de manera apropiada permitirá llegar hasta el conocimiento autobiográfico base.

Norman y Bobrow (1979) sugieren que el recuerdo está mediatizado por la generación de descriptores de memoria. Así, cuando se ofrece una palabra clave como señal para acceder al recuerdo, ésta es elaborada en forma de descriptor y este descriptor es usado para buscar en la memoria. Williams y Hollan (1981), afirman que la recuperación de memoria es un proceso reiterativo que incluye tres estadios:

1) *Encuentro de un contexto*: Elaboración de una clave o descriptor de forma apropiada que permita la búsqueda en el conocimiento autobiográfico base. En esta fase también se fijan los criterios de verificación.

2) *Búsqueda*: El descriptor se utiliza para buscar posibles recuerdos en la memoria. En primer lugar, se accede a la información del nivel del período de vida y, posteriormente, se localiza un periodo del índice de eventos generales

3) *Verificación*: Los recuerdos accedidos en la memoria se comparan con los criterios de verificación. Si dichos criterios se cumplen, la búsqueda cesa y se puede dar salida a la información accedida. Si éstos no se cumplen, se vuelve a repetir el ciclo de forma reiterativa hasta que se consigue.

En varios trabajos (Anderson y Conway, 1993; Conway, 1992; Conway y Rubin, 1993; Norman y Shallice, 1980; Shallice, 1988) proponen que el proceso de recuerdo está controlado por el Sistema de Supervisión Atencional (SAS), el cual podría también ser visto como un controlador ejecutivo central de la memoria de trabajo (Baddeley, 1986).

Dichos procesos ejecutivos centrales probablemente se localizan en las redes de trabajo del córtex frontal (Conway, 1996; Burgess y Shallice, 1996). Burgess y Shallice (1996) ven el estado de búsqueda como independiente de

los procesos de control. Desde este punto de vista, el descriptor de memoria se activa, a través del conocimiento autobiográfico base y esta activación es canalizada por los índices de las estructuras de conocimiento. Cuando un conocimiento es activado, se vuelve disponible a los procesos de control y al modo de recuperación donde es continuamente evaluado. Mediante la generación rápida de nuevos descriptores de memoria y su entrada en el conocimiento base, se puede formar un patrón de activación que cumpla los criterios del modo de recuperación. Tan pronto como este patrón de activación se establece, la memoria se construye. Entonces, una memoria autobiográfica específica es un patrón de activación a través de índices del conocimiento base de la memoria autobiográfica (Conway, 1992,1996; Burgess y Shallice, 1996).

El conocimiento autobiográfico base se puede definir como un conocimiento general dentro del sistema de memoria a largo plazo. Este conocimiento general abarcaría información sobre diferentes eventos, acciones, sensaciones, situaciones, etc..., que ha experimentado la persona. El principal rasgo de este tipo de conocimiento es que la información que contiene aparece organizada de forma jerárquica según su nivel de especificidad. Así, en varios trabajos de diversos autores (Anderson y Conway, 1993; Conway, 1990; 1992; 1996; Conway y Rubin, 1993; Barsalou, 1988; Linton, 1986; Conway y Bekerian, 1987; Lancaster y Barsalou, 1997; Rubin, 1988) se menciona que la recuperación de recuerdos de memoria autobiográfica es el aspecto más misterioso de todo el proceso y que como en cualquier proceso existen diferentes componentes que ayudan a la recuperación de la memoria. A continuación se señalan los que se consideran más importantes:

## **Componentes del proceso de recuperación de recuerdos autobiográficos**

### **Las claves**

Las claves pueden, según Rubin (1986), ser clasificadas en tres categorías. La primera corresponde a *claves internas*, que se refieren a pensamientos, emociones y estados de la mente que permiten la recuperación de recuerdos, como, por ejemplo, una emoción de alegría o tristeza que facilite la recuperación de un recuerdo ligado a esa emoción. La segunda corresponde a *claves externas*, que se refieren a estímulos externos del sujeto que ayudan a evocar recuerdos (por

ejemplo el escuchar una canción, y esto lo liguemos a un recuerdo). El tercer tipo de claves son *las palabras*, ya que producen recuerdos más rápidamente que la estimulación de los sentidos (Rubin, 1986). Las claves se consideran componentes importantes en la recuperación. Algunos sujetos participantes en investigaciones de recuperación de memoria, afirman que utilizando diversas claves, incluyendo información estacional como el estado del tiempo (“caía una nevada”) o la vegetación (“los árboles florecían en esos días”), se puede conseguir una mayor claridad y facilidad para evocar recuerdos. (Baddeley, Lewis y Nimmo-Smith, 1978).

## **El lenguaje y la narrativa**

El lenguaje y su estructura, especialmente la narrativa, son componentes necesarios de la memoria autobiográfica. Los recuerdos autobiográficos son normalmente enmarcados como narrativos. Se convierten en historias que se cuentan a otras personas y a uno mismo. Lo que se incluye o excluye depende en parte del lenguaje disponible y de las estructuras narrativas que se tendrán que utilizar. Schank y Abelson (1995) señalan que la cantidad de recuerdos en una historia autobiográfica, depende de la forma en que se comunica a los demás y a nosotros mismos y que estos recuerdos reconstituidos forman la base del Yo recordado del individuo. Entonces, el evocar recuerdos autobiográficos y comunicarlos normalmente es un acto social que es transmitido culturalmente (Hirst y Manier, 1996).

## **La imaginación**

La imaginación tiene un papel central en la memoria autobiográfica, ya que proporciona una ayuda poderosa debido a su papel de potenciar el recuerdo, imaginando situaciones específicas, que es como volver a vivirlas. Este tipo de imaginación de detalles concretos hace que aumente el acceso a los recuerdos.

Aunque las imágenes vívidas no garantizan la exactitud (Winograd y Neisser, 1992), las personas actúan como si la memoria para los detalles imaginados implicara puntos centrales que se recuerdan correctamente. Por tal motivo, una memoria autobiográfica incluye una creencia de ser un registro de un hecho verídico y un informe de imaginería visual. El conflicto que puede producirse debido a las diferencias entre la creencia en la veracidad y exactitud de los recuerdos autobiográficos, es uno de los debates más interesantes y acalorados en muchas investigaciones de memoria.

Cabe señalar que la imaginación tiene un papel importante en el proceso de recuperación de recuerdos de memoria autobiográfica.

## **Las emociones**

Otro aspecto importante en el proceso de la recuperación son las emociones, ya que la carga afectiva o emocional que trae consigo un recuerdo influye de manera importante en su recuperación. Este elemento principal en el proceso de recuperación se ve tradicionalmente como una cognición externa al evaluar el recuerdo, en lugar de un aspecto importante. Como ejemplos de la influencia de las emociones en la recuperación de recuerdos tenemos los trabajos de Christianson y Safer (1996) y Williams et al., (1996). Estos estudios han demostrado que las emociones tienen efectos profundos en la memoria autobiográfica. Cabe destacar al respecto que estos estudios señalan la influencia en la recuperación de recuerdos personales según la valencia del afecto; es decir, cuando los eventos generan una emoción positiva, la relación es positiva, sin embargo, cuando generan una emoción negativa, la relación se invierte. Por tal motivo, se ha defendido a menudo que los eventos vitales acompañados por un fuerte afecto negativo estén limitados en la capacidad de recuperación, actuando defensivamente como menos emocionales.

## **El proceso de recuperación**

Los recuerdos no son recuperados exactamente cómo sucedieron, sino que son recategorizaciones, recreaciones de episodios pasados que salen a la luz dependiendo de las necesidades concretas del organismo. Los recuerdos se almacenan organizados en estructuras narrativas que les dan sentido y secuencia temporal. Para entender el proceso de la recuperación de los recuerdos es necesario incluir la integración multimodal de narrativa-imaginación-emoción, que se integran en los recuerdos autobiográficos y por lo tanto en la recuperación. Ellos se almacenan como una unidad integrada conectada al recuerdo y con el paso del tiempo y la experiencia de sucesos se fusionan y se vuelven más integrados, de modo que cada recuperación sucesiva sirve como clave para la próxima búsqueda (Conway, 1996).

En lo que se refiere a la recuperación de recuerdos autobiográficos, Reiser, Black y Kalamarides (1986) afirman que para encontrar un evento en la memoria es necesario en primera instancia construir un escenario adecuado. El primer paso es encontrar un contexto que limite y guíe la búsqueda. Este

contexto bien podría ser una clave que evoque el recuerdo (¿Recuerda qué le sucedió el 18 de febrero del 2006? ¿Recuerdas como entraste a estudiar a la universidad?), pero en algunos casos se requiere de estrategias determinadas para encontrar un contexto que dé inicio a la búsqueda o la redirija. Estas estrategias son las que se explican a continuación.

- *Estrategias basadas en actividades.* Las actividades proporcionan información sobre las características de las experiencias, las motivaciones, el tipo de acciones realizadas para conseguir las metas y los participantes implicados (“Mi primer día de clases en la secundaria”).
- *Estrategias basadas en metas.* Considerar las metas puede conducir a una actividad, limitando el contexto de la búsqueda, sin olvidar que el considerar como motivada una meta en un evento en particular, puede dar acceso a una conexión de un episodio contextualizado (“Mi graduación de la universidad”).
- *Estrategias basadas en la gente.* Los participantes de un evento pueden dar acceso a metas, hitos, localizaciones, subclases de actividades, que pueden usarse para guiar la búsqueda hacia diferentes épocas vitales para hallar el evento buscado (“El nacimiento de mi hija”).
- *Estrategias temporales.* Considerar la época vital en la que el evento pudo ocurrir puede revelar lugares y participantes probables para una experiencia, así como el tipo de metas y actividades mantenidas durante dicho periodo. Las épocas vitales constituyen un organizador efectivo de los recuerdos autobiográficos. (Mi infancia).

## **Fenomenología de los recuerdos autobiográficos**

La fenomenología de los recuerdos autobiográficos varía en distintas dimensiones: algunos recuerdos son vívidos y otros se oscurecen; algunos son emocionalmente intensos y a otros les falta volumen emocional. (Sutin y Robins, 2007).

El volumen afectivo y motivador de los recuerdos autobiográficos se ha unido a una amplia gama de resultados (por ejemplo, metas personales, logros, relaciones interpersonales) y de procesos (por ejemplo, regulación de la emoción, elaboración del significado, formación de identidad, (Beike, 2007; Singer y Salovey, 1993). Es posible que la fenomenología experimentada

independiente del volumen de memoria prediga estos resultados y procesos. Y de hecho, ya se han implicado algunas dimensiones de la fenomenología: los recuerdos vívidos sirven a menudo como los recordatorios de lecciones aprendidas (Pillemer y White, 1989). Ayudan a mantener el compromiso con la meta (Singer y Salovey, 1993) y los recuerdos menos específicos pueden ayudar a regular las emociones de experiencias negativas (Raes, Hermans, de Decker, Eelen y Williams, 2003).

Los resultados de estos estudios sugieren que el componente fenomenológico de una memoria autobiográfica puede tener consecuencias importantes. Por esta razón Sutin y Robins (2007) proponen estudiar la fenomenología de los recuerdos autobiográficos a través de las siguientes dimensiones: *a) intensidad*.- La intensidad se ha descrito como la característica más importante de la memoria autobiográfica. Los recuerdos de los eventos importantes y emocionales tienden a permanecer vívidos, incluso después de 50 años; *b) coherencia*.- La coherencia se refiere a hasta qué punto la memoria recuperada involucra una historia lógica en un tiempo específico y lugar, en vez de fragmentos de la experiencia original o una fusión de muchas experiencias similares; *c) accesibilidad*.- La accesibilidad se refiere a la facilidad de recuperación de la memoria; *d) perspectiva del tiempo*.- Se refiere a la claridad percibida en la memoria acerca de cuándo tuvo lugar la experiencia. Esto incluye el día, mes y año de la experiencia y el sentimiento subjetivo de cuánto tiempo ha pasado desde que el evento ocurrió; *e) detalles sensoriales*.- Esta dimensión se refiere al grado en que los detalles sensorios son re-experimentados durante la recuperación de la memoria; *f) intensidad emocional*.- Se refiere a la intensidad de las emociones experimentadas en dos momentos: en el momento de la codificación y en el de la recuperación; *g) perspectiva visual*.- Se refiere, por ejemplo, a la perspectiva de memoria individual que tiene cada uno en su cabeza. Es decir, en los recuerdos en primera persona los individuos ven la experiencia en su memoria a través de sus propios ojos, como si estuvieran volviéndola a vivir. En los recuerdos en tercera persona, en cambio, los individuos se ven en la memoria como si ellos fueran un observador que los mira. La evidencia sugiere que los recuerdos en tercera persona puedan servir a una función de distanciamiento o de regulación de la emoción; *h) memoria compartida*.- Se refiere hasta qué punto la memoria es compartida con otras personas. *i) Distanciamiento*.- Se refiere al grado de distanciamiento del Yo, de la experiencia descrita en la memoria. Por ejemplo, los recuerdos

que son particularmente negativos, hacen que la persona se perciba con un Yo diferente y se distancie psicológicamente del Yo actual y por último *j) valencia*.- Se refiere al grado en que la experiencia se percibe como positiva o negativa en la memoria. Esta dimensión incluye la valencia del evento, la valencia de la experiencia emocional en el momento del evento y la valencia de la experiencia emocional en el momento de la recuperación. Entonces el estudiar la fenomenología de los recuerdos autobiográficos aporta resultados interesantes del proceso de recuperación de los mismos, sin embargo hay pocos estudios realizados que analicen esta fenomenología propuesta por Sutin y Robins (2007).

Podemos señalar que la construcción de los recuerdos autobiográficos va a depender del acceso al conocimiento autobiográfico base, que este conocimiento autobiográfico base está organizado de modo jerárquico, y que cada nivel de la jerarquía proporciona índices o modos de acceder a otros niveles, facilitándose así la recuperación de recuerdos (Conway y Bekerian, 1987; Barsalou, 1988; Williams y Scott, 1988; Williams y Dritschel, 1992; Williams, 1996). También se señala que las claves, la imaginación, las emociones, el lenguaje y la misma recuperación son componentes principales en el proceso de recuperación de recuerdos autobiográficos. Y cabe resaltar cómo el estudio de la memoria autobiográfica ha sido muy importante en los últimos años a la vista de los investigadores de diferentes campos, ya que resulta muy interesante la fenomenología de los recuerdos autobiográficos. Otro aspecto importante en la memoria autobiográfica es su especificidad, éste ha sido un tema interesante abordado no solo desde la psicología cognitiva, sino estudiada desde el campo de la psicología clínica, por lo tanto en el siguiente apartado se abordará este tema.

## **Especificidad de la memoria autobiográfica**

En este apartado se comienza definiendo el concepto de especificidad de memoria autobiográfica, después se habla sobre la construcción de recuerdos específicos de memoria autobiográfica, y por último se exponen los diferentes estudios realizados sobre la especificidad de memoria autobiográfica en relación con las emociones, las experiencias de trauma y el apoyo social.

## **Concepto de especificidad de memoria autobiográfica**

Algunos autores (Conway y Pleydell-Pearce 2000; Shum, 1998) han postulado que nuestra memoria autobiográfica se encuentra mucho más estructurada de lo que tradicionalmente se solía pensar. Como se ha referido anteriormente, la memoria autobiográfica puede representarse como una estructura jerárquica, donde la información general se sitúa en la parte más alta y la información más específica y detallada en el lugar más bajo, de forma que cuando las personas intentan recuperar los recuerdos autobiográficos, acceden primero a las descripciones generales y utilizan estos recuerdos como los pasos intermedios para llegar a la descripción de eventos más específicos (Reiser, Black y Abelson 1985; Rubin 1996.).

Una memoria autobiográfica específica se refiere a un evento particular experimentado personalmente, que sucedió en un día específico (p.ej., el día en que conocí a mi esposa en el estacionamiento del cine que se encuentra por mi casa). Debe tener una duración menor que un día, un lugar (localización, la ciudad, etc.), personas (el sexo, edad, el nombre, etc.), objetos (el color, nombre, etc.), y situación (el matrimonio, entierro, la fiesta, etc.) (Williams, 1996). Williams y Dristchel (1992) destacan precisamente que mientras que las personas normales pueden controlar la especificidad de sus recuerdos, otras necesitan un mayor esfuerzo cognitivo para acceder a ellos.

Cabe señalar que los recuerdos que muestran la pérdida de detalles específicos son conocidos como recuerdos genéricos o sobregeneralizados. Holland (1992) hace una distinción entre la especificidad y los recuerdos detallados. Aunque son conceptos que están estrechamente asociados, ambos son diferentes. La especificidad de la memoria autobiográfica se refiere a la capacidad de organización de los recuerdos. El acceso a recuerdos específicos de memoria dependerá, según Williams (1996), de dos factores: una codificación adecuada del material y no abortar la recuperación antes de que se acceda a una memoria específica.

La diferencia entre recuerdos con detalles y recuerdos específicos la podemos observar en el siguiente estudio. Holland y Rabbitt (1990) realizaron una investigación con personas mayores de 60 y 70 años, en la que se les pidió que evocaran recuerdos específicos de vivencias de ellos mismos en épocas anteriores. Después, en una segunda entrevista se les mencionó que tenían que incluir más detalles adicionales de cada uno de esos eventos recordados. Los participantes de 70 años evocaron menos detalles que el grupo de personas

de 60 años. Sin embargo, no había diferencias de edad en lo que se refería a la especificidad de sus recuerdos, es decir, que sus recuerdos sí incluían lugar, día, personas, pero pocos detalles al respecto. Así, en este estudio se concluyó que la edad conllevaba un déficit para el detalle, pero no para la especificidad.

Sin embargo, otros investigadores, como Williams (1996), no distinguen entre la pérdida de especificidad y la pérdida de detalles. Williams simplemente consideraba que este fenómeno sucedía en la memoria genérica. Los estudios sobre memoria autobiográfica han mostrado que cuando se presenta una palabra que actúa como clave para evocar el recuerdo, las personas deprimidas recuperan recuerdos menos específicos y más generales en comparación con personas no depresivas, como demuestran diferentes trabajos (Williams & Ditshel 1988; Moore, Wats & Williams 1988; Kuyken & Dalgleish 1995). La incapacidad para recuperar recuerdos específicos en las situaciones en las que se necesitan es lo que se llama “*sobregeneralización del recuerdo*”. La existencia de recuerdos generales no es en sí un problema, ya que hay muchas situaciones en las que nos resultan útiles, el problema es el no poder acceder a los recuerdos específicos cuando la situación requiere de la recuperación de este tipo de recuerdos. (Raes, et al., 2003)

Linton (1982) afirma que, con el tiempo, los recuerdos de múltiples experiencias repetidas se pueden unir en una sola memoria genérica, donde sea imposible evocar situaciones específicas. Existe evidencia en diferentes estudios de que este proceso de generalización se acentúa por efecto de la edad y por las repercusiones ocasionadas por el trauma. Williams & Broadbent (1986) y Williams y Scott (1988) señalan que, aunque todos los recuerdos emocionales de personas deprimidas se caracterizan por la generalidad, los recuerdos emocionalmente positivos son incluso menos específicos que los recuerdos emocionalmente negativos.

Otra causa de la poca especificidad podría ser, como señala Nelson (1991), que a veces pueden evocarse recuerdos específicos si existe una buena clave específica empleada para su recuperación. Ya que como menciona esta autora, la habilidad de formar recuerdos autobiográficos específicos, se desarrolla por medio de la construcción de narrativas en la conversación con cuidadores o padres que hacen preguntas a los niños sobre sus experiencias y les piden que sean concretos en sus respuestas. En el siguiente apartado se hablará sobre cómo se construyen los recuerdos autobiográficos específicos.

## **La construcción de recuerdos autobiográficos específicos**

Como se vio en el capítulo 1, la memoria autobiográfica se encuentra organizada en una *microestructura* y una *macroestructura* (Conway y Pleydell-Pearce, 2000). Para entender cómo se construyen los recuerdos autobiográficos específicos es importante revisar con mayor profundidad cómo se construyen a nivel jerárquico. El conocimiento en este nivel de eventos específicos tiende a ser de tipo sensorial y frecuentemente aparece en forma de imágenes. Esto otorga a los eventos específicos un papel central en la memoria autobiográfica, además de desempeñar un rol crítico en la veracidad del recuerdo de un evento. En un estudio realizado por Williams, Healy y Ellis (1999) se encontró que la imaginación era un predictor importante de la especificidad de la memoria. En este estudio, utilizando palabras clave, se obtuvieron los siguientes resultados: en primer lugar, las palabras altas en imaginación ayudaban a la recuperación de recuerdos más específicos, en comparación con las palabras bajas en imaginación; y en segundo lugar, la imaginación visual y, en menor grado, la auditiva son predictores significativos de la especificidad de memoria en el recuerdo. No obstante, hay que señalar que, a pesar de que ambos tipos de imaginación están claramente relacionados, la imaginación visual parece tener primacía sobre la auditiva en la recuperación de los recuerdos autobiográficos específicos. Para estos autores, las imágenes representan información resumida en la memoria autobiográfica y esta información puede ser utilizada para dirigir los procesos de búsqueda para la recuperación de recuerdos.

Las imágenes contienen rasgos ampliamente informativos sobre un evento determinado, ya que la información disponible en imágenes, facilita el acceso a otros eventos y temas relacionados. Así, este tipo de información puede ser empleada como una fuente de claves eficaces para la realización de los procesos de búsqueda en la memoria y de esta manera proporcionar múltiples rutas de acceso a los diferentes niveles de la jerarquía de la memoria autobiográfica (Marschark, Richman, Yuille y Reed Hunt, 1987; Marschark y Surian, 1989). De este modo, una palabra clave alta en imaginación facilita la recuperación de recuerdos autobiográficos específicos, porque establece mayores vínculos entre los eventos generales y el conocimiento de eventos específicos, actuando así como un valioso índice para dirigir el proceso de recuperación. Por ello, las palabras claves altas en imaginación dan lugar a recuerdos más específicos, mientras que las bajas en imaginación producen

recuerdos más generales. Williams et al. (1999) concluyen afirmando que el uso de claves altas en imaginación posibilita que el sistema de memoria de trabajo tenga la suficiente capacidad disponible para desplegar o llevar a cabo cualquier otro proceso o tarea necesaria en ese momento. Esto se debe a que las claves bajas en imaginación implican mayor esfuerzo cognitivo en términos de construcción de un contexto que dé lugar a un tema apropiado para acceder a los recuerdos de eventos específicos. También afirman que la imaginación, podría influir de alguna forma en la existencia de recuerdos sobregeneralizados, en el sentido de que es probable que los sujetos puedan no utilizar de forma efectiva las claves mnemotécnicas en los procesos de búsqueda en la memoria. Si esto es cierto, uno sería capaz de modificar esta búsqueda categórica (que, como veremos más adelante, da lugar a la presencia de recuerdos generales) variando la “bondad” de la señal. Basándonos en este argumento, parece probable que la imaginación pueda ser un buen candidato para mejorar la habilidad de acceder a recuerdos específicos.

Entonces, una vez que se accede a un nivel particular, se inician procesos de recuperación adicionales, es decir, la recuperación de recuerdos específicos está mediada por intentos cíclicos de recuperación hasta que se accede al recuerdo apropiado. De este modo, los sujetos consiguen un recuerdo específico primero accediendo a un evento general, y después bajando progresivamente al nivel de eventos específicos (Conway & Rubin, 1993).

Así, el conocimiento almacenado en el nivel de períodos de vida proporciona claves que pueden usarse para establecer un patrón de acceso a un conjunto determinado de eventos generales, y el conocimiento a nivel de eventos generales facilita un índice para los eventos de conocimiento específico. Esto implica que los elementos de eventos específicos forman parte de los eventos generales y éstos, a su vez, de los períodos de vida. Por consiguiente, una memoria autobiográfica específica es un patrón estable de activación de los diferentes índices de estas estructuras de conocimiento. La construcción de recuerdos específicos está delimitada por cuáles son las otras áreas del conocimiento autobiográfico base a las que se puede acceder mediante una clave y por los procesos ejecutivos centrales que coordinan el acceso a dicho conocimiento (Conway, 1996).

A nivel evolutivo, cabe señalar que un estilo de memoria generalizada ocurre de forma natural durante el desarrollo cognitivo (Fivush, Haden y Reese, 1996). Las investigaciones sugieren que antes de los tres-cuatro

años los niños tienden a recuperar eventos de modo genérico (Williams, 1996). Aunque existen estudios que demuestran que los niños pueden tener recuerdos específicos bajo ciertas condiciones (Fivush y Hamond, 1989; Fivush, Haden y Reese, 1996), los investigadores están de acuerdo en que la tendencia preferente de los niños pequeños a preguntas sobre el pasado es dar una respuesta genérica. Esto no significa que los niños no posean representaciones de eventos específicos. Sí las tienen, pero necesitan la presencia de señales concretas que posibiliten su recuperación.

Algunos estudios han mostrado que el estrés crónico en la infancia puede afectar a la habilidad de aprender cómo controlar estos procesos de memoria. En primer lugar, una persona que crece en un ambiente con factores estresantes puede asimilar que la información de eventos específicos es demasiado negativa y, en consecuencia, evitar pasivamente las consecuencias aversivas del recuerdo. Así, cuando una señal activa descripciones intermedias categóricas y empieza a construir fragmentos de un episodio emocional, la búsqueda se detiene. En segundo lugar, el fallo para acceder a memorias específicas tiene consecuencias adicionales en la codificación y recuperación de otros eventos, provocando interacciones adicionales con descripciones alternativas intermedias. El resultado de todo esto es que el niño tiene un amplio rango de autodescripciones en un estado activado crónicamente, con lo que los nuevos eventos emocionales se codifican con autodescriptores generales. Estos ciclos de codificación- recuperación de tipo genérico, constituyen el estilo cognitivo que se ha encontrado posteriormente en pacientes depresivos, suicidas y de estrés postraumático. La idea de que determinados sujetos pueden aprender a utilizar un estilo sobregeneralizado como medio de control del afecto, es decir, como un medio de minimizar el afecto negativo (Singer, 1984), hace que sea posible concluir que la sobregeneralidad pueda ser un estilo cognitivo, el cual quizás nos haga más vulnerables a la depresión (Williams & Dritschel, 1988).

Tomando en cuenta el tema de la regulación afectiva, en el siguiente apartado nos centramos en la cuestión de la especificidad de la memoria autobiográfica y su relación con las emociones.

### **Especificidad de la memoria autobiográfica y emociones**

Aunque ya se ha mencionado la importancia de la emoción como un componente principal en la recuperación de la memoria autobiográfica, la

naturaleza específica de su contribución no está clara. En ocasiones, la emoción parece bloquear completamente el recuerdo de un evento significativo o reducir la habilidad para recordar ciertos rasgos de una experiencia (Suengas y Johnson, 1988). Pero, algunas veces, parece mejorar el recuerdo (Bower, 1981) o contribuir a la formación de una memoria vívida y duradera (Brown y Kulik, 1977).

Para algunos, este forcejeo con el recuerdo autobiográfico parece tener éxito, es decir, los recuerdos específicos de eventos penosos se evitan e incluso se generalizan cuando son evocados (Williams, Barnhofer, Crane, Herman, Raes y Watkins, 2007). Una minoría de individuos parece experimentar una amnesia muy sobresaliente de los eventos traumáticos cuando han tenido que testificar la evidencia objetiva de estos eventos (Williams, 1994). Como en el caso de la fenomenología, se sugiere que tal amnesia afecta de manera muy importante cuando se trata de material de experiencias que fueron muy emotivas para el sujeto que recuerda. Estos problemas y preguntas están en la vanguardia en la investigación actual de la naturaleza emocional de ciertos desordenes como la depresión. (Brewin, 2007). Al respecto, Williams y Broadbent (1986) concluyeron en pacientes con depresión, que la recuperación genérica o no específica puede tener alguna clase de función adaptativa para proteger al individuo del aumento de pensamientos, recuerdos y sentimientos que se mueven en espiral para causar el mismo daño y revivir de esta manera la emoción negativa. Pareciera que el ser menos específico en los recuerdos, en algunos casos, es ventajoso y podría verse como funcional, como una forma de protección o adaptación. Sin embargo, a la larga esta reducción de la especificidad puede provocar una mala adaptación y tener efectos perjudiciales. Un estudio realizado por Kuyken y Brewin (1995), muestra que la memoria sobregeneralizada es particularmente severa en mujeres deprimidas que han sufrido abusos sexuales y físicos y que está relacionada con los esfuerzos por evitar dichos recuerdos. Brewin, Watson, McCarthy, Hyman y Dayson (1998) encuentran resultados similares en pacientes depresivos con cáncer. Estos estudios correlacionales sugieren que los intentos de los sujetos por evitar recuerdos autobiográficos intrusivos pueden estar implicados causalmente en los problemas de memoria sobregeneralizada. En este sentido, existe evidencia de que la intrusión y la evitación de recuerdos estresantes pueden estar asociadas con un peor resultado en situaciones emocionales (Joseph, Dalgleish, Thrasher, Yule, Williams y Hodgkinson, 1996).

También, existe evidencia científica de que la interacción entre las metas y el conocimiento autobiográfico necesario para la memoria autobiográfica puede perturbarse por la introducción de emociones (Conway y Fthenaki, 2000). Si las emociones fueran experimentadas con cada recolección, podríamos perder de vista nuestras metas actuales. Así, un proceso de inhibición emocional ocurre cuando se construyen los recuerdos autobiográficos específicos. La porción emocional de la memoria autobiográfica se bloquea al participar en el proceso de activación junto con el conocimiento autobiográfico y las metas actuales (Conway, 2005; Conway y Pleydell-Pearce, 2000; Conway, Pleydell-Pearce y Whitecross, 2001; Philippot, Schaefer, y Herbette, 2003). La emoción es a menudo un componente principal en los recuerdos autobiográficos específicos (Linton, 1986; Rubin, 2005). La investigación brinda evidencia consistente de inhibición emocional en los recuerdos autobiográfico específicos. Esto se ha observado en experimentos de respuesta a palabras clave (Crovitz y Shiffman, 1974), claves de diferentes períodos (como la navidad, el verano) y claves de actividad (Conway y Bekerian, 1987; Reiser, Black, & Abelson, 1985).

Parece ser, por tanto, que la inhibición emocional durante el recuerdo autobiográfico específico continúa a lo largo de tareas subsecuentes. Por ejemplo, en un estudio realizado por Philippot, Schaefer y Herbette (2003), se pidió a los participantes que escribieran una serie de recuerdos autobiográficos después de ver una película con contenido emocional. Los datos mostraron que dichos participantes experimentaron de una manera menos intensa las emociones durante la recolección autobiográfica. Según la teoría, esta inhibición es estratégica, para prevenir la ruptura de los procesos de alto nivel exigida al construir la memoria respecto a las metas (Conway y Pleydell-Pearce, 2000). La literatura sobre memoria autobiográfica proporciona evidencias acerca de la inhibición emocional. En algunos casos se indica que la inhibición emocional puede ocurrir debido a un proceso de decaimiento simple, donde la experiencia emocional produce efectos fugaces en los comportamientos, los juicios, y la memoria. Por ejemplo, el enojo pierde su potencia después de unos minutos (Zillmann, Hoyt y Day, 1974).

Alternativamente, la inhibición emocional puede ocurrir debido a una inhibición activa durante la recuperación. Debido a la naturaleza disociadora de la emoción durante la recolección cotidiana, las personas pueden utilizar recursos inhibitorios hacia los detalles emocionales en la base del conocimiento autobiográfico cuando construyen una memoria (Barnier, et.al., 2007).

Cuando las personas repetidamente recogen algunos detalles de memoria y otros no, esta práctica inhibirá finalmente ciertos detalles en la recuperación y ciertas porciones de los recuerdos serán susceptibles de olvidarse. Con el tiempo, esta forma de inhibir ciertos detalles que tienen que ver con situaciones emocionales, pueden tener efectos inmediatos pero temporales, es decir, con el tiempo se pueden convertir en una forma automática de recuperación de los recuerdos autobiográficos (Conway, 2005).

Ciertamente todos hemos experimentado un recuerdo autobiográfico ocasional y cómo este evoca una emoción intensa, por ejemplo, en casos como los de una muerte o pérdida de un ser querido, entonces cuando no se puede controlar esa emoción surge la inhibición y por lo tanto, algunos recuerdos autobiográficos específicos estarán contruidos con el componente emocional inhibido. Esto proporciona un sentido de cierre psicológico que puede ser por consiguiente un requisito previo para la inhibición emocional estratégica, es decir la inhibición emocional puede ocurrir debido a la inhibición activa de la recuperación. Esto se debe a la naturaleza disociadora de la emoción durante la recolección cotidiana, asignando las personas esfuerzos inhibitorios hacia los detalles emocionales en la base del conocimiento autobiográfico cuando construyen un recuerdo autobiográfico específico. Cuanto más se utilicen estos mecanismos de inhibición, menos probable será que los recuerdos autobiográficos sean específicos (Beike, 2007).

Por ejemplo, los factores emocionales ocasionados por abuso o adversidades crónicas sufridas en la niñez o la adolescencia pueden afectar a la habilidad de aprender a controlar totalmente el proceso de recuperación (Williams, 1996). El fracaso para recuperar detalles específicos de eventos autobiográficos supone un procedimiento de anulación aprendido para poder manejar material penoso. Desde esta perspectiva de desarrollo se ha sugerido que la búsqueda de recuerdos específicos suele abortarse y pasar a una fase categórica, ya que varios factores reducen el funcionamiento de la memoria activa, la función ejecutiva y el sistema atencional supervisor (Wheeler, Stuss, y Tulving, 1997). Estos factores pueden ser biológicos (por ejemplo, trastornos en el lóbulo frontal), intrusiones cognoscitivas como las que se observan en el estrés postraumático agudo (Harvey, Bryant y Dang, 1998) o depresión (Brewin, Reynolds, y Tata, 1999; Kuyken y Brewin, 1995). Estos factores se han implicado en este fenómeno debido a su potencial para agotar los recursos de procesamiento necesarios para generar recuerdos específicos. Desde esta

perspectiva, el sistema de memoria puede desarrollarse normalmente, pero los individuos no pueden recuperar recuerdos específicos porque este sistema se encuentra temporalmente fracturado.

Otros estudios señalan que la recuperación de recuerdos sobregeneralizados o no específicos en respuesta a palabras clave, tiene relativamente poco que ver con el significado que se les da a las mismas. Al respecto, se han investigado atributos formales de este tipo de palabras, como su frecuencia o su imaginabilidad (Williams, Healy, y Ellis, 1999). Y otros se han centrado en palabras clave que evocan recuerdos de memoria positivos o negativos, encontrando que la sobregeneralización a veces se encuentra sólo para las claves positivas. Otros han encontrado este fenómeno sólo para las negativas y a veces para ambas (Van Vreeswijk y de Wilde, 2004). Las explicaciones propuestas para estos resultados incoherentes se refieren al valor emocional que se le otorga a la palabra clave en congruencia con el estado de ánimo (MacCallum, McConkey, Bryant, y Barnier, 2000), aunque esta posición no ha sido del todo convincente.

En resumen, se ha resaltado la relación entre la construcción de recuerdos de memoria autobiográfica específica y las emociones y como esta relación influye en el proceso de recuperación en el desarrollo de recuerdos autobiográficos específicos o generalizados. Llegando a tener un estilo cognitivo que puede marcar cierta vulnerabilidad para desarrollar trastornos psicológicos. A continuación, el siguiente apartado aborda este tema.

## **Especificidad de memoria autobiográfica y trastornos psicológicos**

La sobregeneralización de recuerdos de memoria autobiográfica se refiere al fenómeno observado en algunos pacientes con depresión, los cuáles son relativamente incapaces de desarrollar y evocar recuerdos de eventos experimentados personalmente que correspondan a un tiempo y lugar específico (Williams, 1996). En contraste, la memoria intrusa se caracteriza por la ocurrencia continua de recolecciones de un evento experimentado personalmente que interrumpe la actividad diaria y es difícil de controlar (Brewin, Christodoulides, y Hutchinson, 1996). Existe evidencia de investigaciones que correlacionan recuerdos intrusos y sobregeneralizados en distintas muestras clínicas. (Brewin, et.al., 1998.; Kuyken y Brewin, 1995; Stokes, Dritschel y Bekerian, 2004; Wessel, Merckelbach y Dekkers, 2002). Aunque algunos estudios no encontraron tal

vínculo (Decker, Hermans, Raes, y Eelen, 2003; Henderson, Hargreaves, Gregory, y Williams, 2002; Hermans et al., 2004) estas observaciones plantean la pregunta de cuáles mecanismos podrían estar involucrados. La memoria intrusa implica la recuperación frecuente de ciertos recuerdos, mientras que la memoria sobregeneralizada se refiere a una incapacidad relativa para evocar recuerdos específicos de eventos personalmente experimentados (Wessel y Hauer, 2006).

Hermans, Decker, Eelen y Williams (2003) sostienen que la recuperación de memorias autobiográficas sobregeneralizadas o no específicas tendría una función protectora, en la que el afecto ligado a la recuperación del evento específico se evita o evade. En el trastorno de estrés postraumático (TEP) se ha encontrado tanto memorias de tipo intrusivo como también el fenómeno del recuerdo sobregeneralizado o no específico e incluso que el trauma se podría incluir como una posible causa de la memoria genérica (Williams, 1996). Por ejemplo, la investigación de McNally et al. (1994) realizada con veteranos de la Guerra del Vietnam con TEP y grupos control (veteranos sin TEP y veteranos con otros trastornos psiquiátricos) encontró que los veteranos con TEP tendían a tener recuerdos más genéricos que los otros grupos. Otro estudio realizado por Harvey, Bryant y Dang (1998) obtuvo los mismos resultados con supervivientes de accidentes automovilísticos (aunque en este caso los sujetos presentaban trastorno de estrés agudo). Para diversos autores, como Williams (1996) y Meesters, Merckelbach, Muris y Wessel (2000), la generalidad presente en el trastorno de estrés postraumático puede deberse principalmente a dos motivos: el primero, se vería como el resultado de un estilo cognitivo adquirido de forma temprana en la vida (como hemos comentado anteriormente) y el segundo se consideraría el resultado de una recuperación posterior de recuerdos, dificultada o dañada por la presencia de pensamientos intrusivos, en el sentido de que los recuerdos intrusivos pueden consumir o acaparar los recursos cognitivos e interferir así en la recuperación de recuerdos autobiográficos específicos.

Como hemos visto, los modelos jerárquicos de memoria sugieren que la recuperación de recuerdos autobiográficos específicos implica una búsqueda descendente a través de los niveles de la jerarquía, en la que gradualmente se aumenta la especificidad del recuerdo a medida que se va progresando entre las diferentes fases: de períodos de vida a eventos generales, y de eventos generales a eventos de conocimiento específico (Williams y Hollan, 1981;

Reiser, Black y Abelson, 1985). Parece que las personas depresivas consiguen alcanzar el nivel de eventos generales, pero no descienden al nivel más específico, y eso es la causa de las respuestas sobregeneralizadas (Williams y Dritschel, 1988).

Los errores que surgen cuando se pide a los sujetos que recuerden de forma específica se dividen en memorias categóricas y memorias extendidas, pero la generalidad en grupos clínicos suele estar relacionada con las memorias categóricas. Así, el éxito en la recuperación de recuerdos específicos requiere un acceso inicial a descripciones categóricas, para pasar luego a una rápida inhibición de dichas descripciones, con el fin de introducir la información contextual (tiempo y lugar) en el proceso de búsqueda de memoria. Esta habilidad de inhibición de las descripciones categóricas es la que se desarrolla durante los tres y cuatro años de vida, y es la que permite a los niños tener control sobre el proceso de recuperación. Si estas descripciones intermedias no tienen éxito para llevar la búsqueda a niveles más específicos, el sistema lo intenta con otras descripciones intermedias alternativas. Esto genera, después de varios intentos, una red de trabajo altamente elaborada de categorías, fortalecida por un pensamiento rumiativo auto-focalizado. En este sentido, hay que señalar que la rumiación excesiva, iniciada y mantenida por un sistema de recuerdo genérico puede reducir los recursos cognitivos necesarios para un acceso eficiente a las memorias específicas.

A raíz de estas observaciones, Williams (1996) sugiere que el recuerdo puede llegar a estar bloqueado, siguiendo el proceso de búsqueda dentro de la memoria autobiográfica, en el nivel referido a descripciones categóricas. De esta forma, la tendencia inicial de una descripción categórica autorreferencial es activar otras auto-descripciones más amplias y ello hace que el recuerdo pueda moverse por otras categorías, pero no por los niveles más específicos. Así, una clave inicial es probable que active una descripción intermedia, que simplemente impulse otras auto-descripciones. A este proceso Williams lo denomina *mnemonic interlock* (traducido como recuerdo bloqueado), y lo utiliza para describir el bloqueo en la recuperación de la memoria debido a un acceso excesivo a material mnemotécnico intermedio, en lugar de una búsqueda efectiva y directa de eventos específicos. La evitación de este proceso sólo es posible con un mayor esfuerzo atencional por parte de los sujetos, pero los que tienen reducida su memoria de trabajo o la capacidad de supervisión atencional (debido a problemas ocasionados por un trastorno cerebral, por

pensamientos rumiativos o por distracción) pueden encontrar dificultades en el acceso a recuerdos específicos.

Basándose en este concepto de recuerdo bloqueado, Williams (1996) realizó una serie de predicciones:

1) La inhibición de descripciones categóricas será especialmente pobre si el sujeto no tiene suficiente capacidad central ejecutiva para anularlas (Williams & Dritschel, 1992).

2) Las señales contextuales distintivas (altamente concretas o “imaginables”) serán más exitosas para interrumpir el ciclo de búsqueda categórica (Williams & Dritschel, 1988).

3) Al recuperar eventos, las exigencias de búsqueda más autofocalizadas hacen que sea más probable la aparición del recuerdo bloqueado y, en consecuencia, la memoria sobregeneralizada; es decir, es más difícil evitar el bloqueo si el recuerdo se refiere a características propias de uno mismo (Singer & Moffit, 1992). Los resultados del estudio son consistentes con la hipótesis de que la autofocalización promueve el recuerdo bloqueado, haciendo que una descripción categórica inicial simplemente active otra información genérica autorrelacionada, dificultando así la inhibición de la búsqueda categórica.

En resumen, la investigación ha demostrado que la memoria sobregeneralizada surge de los intentos de recuperar eventos usando descripciones intermedias categóricas. Se ha sugerido que un posible origen de este tipo de problema cognitivo puede ser la exposición en la infancia a experiencias negativas tempranas, que afectarían el desarrollo del uso de representaciones de eventos generales que los niños normalmente utilizan antes de los 3 o 4 años de edad. La recuperación de este tipo de representaciones después de esta edad se emplea como una estrategia de regulación del afecto, pero al final el resultado es una sobreelaboración de descripciones intermedias autofocalizadas, de tal forma que cualquier clave autofocalizada es probable que active otras descripciones intermedias (concepto de recuerdo bloqueado). Consistente con estas ideas, si se da a los sujetos instrucciones para que recuerden memorias específicas enfatizando elementos autofocalizados, sus recuerdos serán más genéricos. Además, existe evidencia que apoya las predicciones realizadas por Williams de que el recuerdo bloqueado es fácil de superar si se les da a los sujetos señales más “imaginables” o si tienen una mayor capacidad ejecutiva central.

Cabe señalar, además, que los cambios posteriores asociados con la

edad o daños neurológicos pueden imitar este efecto, reduciendo la capacidad cognitiva y afectando así a la habilidad del sujeto para inhibir la producción de descripciones categóricas.

Como hemos visto, en general, existe consenso sobre el acceso a recuerdos específicos de memoria autobiográfica, que es abortado en los niveles jerárquicos superiores, pero las causas de este bloqueo no están claras. Entre las posibles causas señaladas aparecen:

a) Una posible *falta de recursos cognitivos*, especialmente un déficit en la memoria de trabajo, para recuperar recuerdos autobiográficos en el nivel de los recuerdos específicos, ya que para ello se necesita una gran capacidad de memoria de trabajo. Así, la existencia de una baja capacidad de memoria de trabajo puede influir en la experiencia de recordar. Holland (1992) sugiere que la relación entre depresión y generalidad de los recuerdos está mediatizada por los déficits cognitivos existentes en la depresión. Hay que señalar que esta baja capacidad de la memoria de trabajo suele estar presente también entre los adultos mayores y los adolescentes.

b) Un *deterioro del sistema ejecutivo central*. Se considera que el sistema ejecutivo central o sistema atencional supervisor (SAS) (Norman y Shallice, 1980) guarda una importante relación con el Yo, como organizador de metas y planes, como elemento controlador de las búsquedas en la memoria y como participante en los procesos de construcción de memorias. Dicho sistema está mediatizado en parte por el lóbulo frontal del cerebro. Los estudios demuestran que pacientes con deterioro en áreas del lóbulo frontal muestran pérdidas de detalles en la memoria autobiográfica, así como una tendencia a confabular (Baddeley & Wilson, 1986). Así, esta generalidad de la memoria podría resultar de un mal funcionamiento del procesamiento del SAS. Además, el deterioro del lóbulo frontal también ofrece una posible explicación de los efectos de la edad en la memoria autobiográfica, debido a que es un deterioro más común en la vejez que en otras etapas de la vida (Parkin y Walter, 1991).

c) *La represión*. Una respuesta aprendida bloquea las memorias específicas debido al miedo que siente la persona cuando tienen lugar estos recuerdos. Williams (1996) sugiere que una posible causa de la generalidad es la tendencia al bloqueo de las memorias específicas, aprendida como respuesta al miedo experimentado en experiencias tempranas como forma de control de las emociones negativas. Así, las experiencias tempranas negativas contribuyen a desarrollar un estilo de recuerdo genérico como elemento protector ante

esos acontecimientos desagradables. Como hemos visto anteriormente, esta tendencia a producir memorias genéricas también formaría parte de los trastornos postraumáticos (McNally, et al., 1994; Williams, 1996; Meesters, Merckelbach, Muris y Wessel, 2000).

d) *Pérdida de los detalles distintivos* que ofrecen el acceso a las memorias específicas. El estudio de Anderson y Conway (1993) da como resultado que la memoria utiliza detalles distintivos para un acceso rápido a los recuerdos específicos. A partir de estos datos, se podría afirmar que la falta de recuerdos autobiográficos específicos se debe a la pérdida de los detalles distintivos que dan acceso a las mismas. Esta explicación es consistente con los resultados de un estudio de Cohen, Conway y Stanhope (1992) sobre el efecto de la edad en la memoria a largo plazo de conocimientos adquiridos durante la educación formal. Los adultos mayores muestran mayor olvido de información específica y detallada que los jóvenes, aunque no aparecen diferencias en relación con el nivel de conocimientos generales.

e) *Fallos a la hora de codificar espacial y temporalmente* el contexto de los eventos que fueron vivenciados por el sujeto. Craik y Jennings (1992) identifican los déficits que presenta la memoria a la hora de la codificación espacial y temporal de la información recibida en su momento y en relación con el lugar donde el evento fue vivido. Este tipo de déficit en la codificación puede producir recuerdos de tipo general. Sin embargo, existe evidencia en contra de esta teoría. El estudio de Holland y Rabbitt (1990) sobre recuerdos autobiográficos vividos y codificados por sujetos que no presentaban deterioro en su juventud muestra que no existen diferencias de especificidad entre recuerdos recientes y remotos. Estos resultados indican que la pérdida de especificidad es debida a problemas de recuerdo y no de codificación.

f) *Bloqueo cognitivo* en el nivel de eventos generales. Como hemos visto, Williams (1996) distingue entre memorias categóricas y memorias extendidas y piensa que la gente depresiva organiza las memorias como anormalmente genéricas. Así, la búsqueda a través de memorias categóricas es “bloqueada” en el nivel de los eventos generales, moviéndose en este nivel hacia categorías auto-referentes, sin posibilidad de bajar hacia niveles más específicos. Por ello, factores como la disminución de los recursos cognitivos y la represión son los que producirían el bloqueo de los recuerdos específicos.

g) *Déficit en la transmisión*. Mackay y Burke (1990), en su teoría de la estructura nodal, explican el déficit dentro de un modelo de activación

interactiva de la memoria, según el cual la activación se propaga a través de nodos interconectados que representan conceptos. En este modelo, el enlace entre los nodos depende de tres factores: de la recencia, la frecuencia y la edad. Esta teoría puede ofrecer una posible explicación de los efectos de la edad a la hora de comprender por qué está preservado el acceso a determinados recuerdos. Así, para recuerdos que no han sido frecuentes o recientemente chequeados, la activación no sería lo suficientemente rica para acceder a los niveles de memorias específicas.

La no especificidad a la hora de recordar el pasado limita la habilidad de imaginar el futuro de una forma específica, dando como resultado sentimientos de impotencia y desesperanza (Williams, et.al., 1996). Este aspecto tiene importantes implicaciones clínicas, ya que estas perspectivas futuras juegan un papel muy importante en la depresión y en el suicidio (Salter y Platt, 1990; Wetzel, Marguiles, Davis y Karam, 1980).

En resumen, los resultados de las diversas investigaciones sobre depresión, otros trastornos psicológicos y memoria autobiográfica sobregeneralizada realizadas hasta el momento se pueden sintetizar en los siguientes resultados (Williams, 1996):

1) Los recuerdos sobregeneralizados se pueden encontrar usando una amplia variedad de técnicas de palabras clave (Williams y Dritschel, 1988; Moore, Watts y Williams, 1988).

2) La memoria sobregeneralizada se encuentra en personas con un diagnóstico primario de depresión mayor, incluso en suicidas y no suicidas (Moore, Watts y Williams, 1988; Williams y Scott, 1988; Kuyken y Brewin, 1995).

3) No está asociada a todos los tipos de problemas emocionales: no se encuentra en sujetos con problemas de ansiedad, excepto en casos de trastornos de estrés postraumático (Burke y Mathews, 1992; Christianson y Safer, 1996).

4) La sobregeneralización está asociada con una baja eficacia en la resolución de problemas (Evans, Williams, O'Loughlin y Howells, 1992). Como hemos visto, Williams (1992) sugiere que la resolución de problemas se ve dificultada por la falta de información específica, ya que los depresivos intentan utilizar descripciones intermedias para intentar generar soluciones. Hay que señalar que, dependiendo del contexto del problema, se necesita un nivel de especificidad u otro, pero, en general, cuanto más específico se es, más probable y más fácil es solucionar problemas.

5) La memoria sobregeneralizada se asocia con resultados negativos a

largo plazo en la recuperación de recuerdos en personas con problemas emocionales (Wahler y Afton, 1980; Brittlebank, Scott, Williams y Ferrier, 1993).

Como se pudo observar de acuerdo con la teoría revisada, existe una relación muy importante entre el déficit de especificidad de memoria autobiográfica y diferentes trastornos psicológicos. En el siguiente apartado se aborda cómo se ha estudiado este déficit en personas no clínicas que han tenido experiencias consideradas como traumáticas.

### **Especificidad de memoria autobiográfica y experiencias traumáticas**

Las personas que han experimentado algún trauma muestran un déficit al ser específicos en el recuerdo de eventos personales. Existe ya evidencia consistente en varios estudios de una relación entre haber experimentado experiencias de trauma en el pasado y la especificidad de memoria reducida (Dalglish et al., 2003; de Decker, Hermans, Raes, y Eelen, 2003; Kuyken y Brewin, 1995; Hermans et al., 2005) el estudio realizado por Raes, Hermans, Williams y Eelen, (2005) que estableció un vínculo entre la especificidad de memoria autobiográfica reducida y el abuso emocional en una muestra no clínica de mujeres estudiantes universitarias, comprobó que el afecto regula la especificidad de memoria reducida, encontrando una reducción en la especificidad de memoria de eventos en respuesta a palabras clave que evocaran un evento negativo. De esta manera, tomando en cuenta los puntajes totales en especificidad, se seleccionaron dos grupos, uno con alta especificidad y otro con baja especificidad con respecto a la recuperación de recuerdos autobiográficos. La alta especificidad era atribuida a aquellas participantes que recuperaron una memoria específica en cada una de 10 palabras clave, mientras que a las que estaban por debajo de la mediana se les consideraba como de baja especificidad. Se decidió en ese estudio usar el número de recuerdos específicos como un índice de OGM (memorias sobregeneralizadas) por las siguientes razones: (1) la mayoría de los estudios publicados han usado el número total de recuerdos específicos como su variable dependiente principal o su índice principal de memorias sobregeneralizadas (OGM) en los análisis estadísticos; y (2) en poblaciones de estudiantes no clínicos el número de recuerdos sobregeneralizados es bajo, es decir sus recuerdos tienden a ser más específicos. Así que seleccionar estudiantes sobre la base del número de recuerdos categóricos sería muy difícil, dada la baja proporción global de

recuerdos categóricos generada por los estudiantes en respuesta a las palabras clave al utilizar la prueba de memoria autobiográfica (AMT)

Quizá esta diferencia pudiera deberse a que la especificidad de memoria autobiográfica reducida se relaciona a la excitación emocional. Tomando en cuenta a Williams (1996) y su hipótesis de la regulación del afecto, el estudio de Raes et al. (2005) asocia la reducción de la especificidad de memoria autobiográfica con menos excitación emocional, comparado con la especificidad de memoria autobiográfica alta. Es decir, las personas que tienen baja especificidad se ven afectadas emocionalmente por una experiencia negativa.

Harvey y Herman (1994) propusieron modelos bien definidos, según los cuales se producen déficits para recuperar recuerdos específicos en los grupos que informan historias de abuso sexual en su niñez. Las investigaciones realizadas con adultos que informan de casos de abuso sexual en la etapa adulta y la recuperación de recuerdos autobiográficos específicos ofrecen datos inconsistentes. Algunos estudios han descubierto este déficit (Dalgleish et al., 2003; Kuyken y Brewin, 1995), mientras que en otros no se presenta este déficit (Arntz, Meeren, y Wessel, 2002; Hermans et al., 2005). La idea es que los individuos que experimentan eventos negativos en su niñez aprenden a recuperar los recuerdos dolorosos de manera menos específica, ya que minimizan el afecto negativo ligado a ese tipo de recuerdos. De este modo, la especificidad de memoria reducida representa algo funcional de verdad, y por lo tanto debe esperarse que proteja a los individuos después del evento.

Lo que prevalece dentro de este dominio de investigación es que la especificidad de memoria alta se relaciona con la salud emocional, mientras que la falta o baja especificidad se une a los problemas emocionales. (Williams, 1996).

Williams (1996) señala en su hipótesis de la regulación de afecto que los procesos de recuperación adoptan un estilo cognoscitivo caracterizado por la incapacidad para recuperar recuerdos específicos, ya que permiten la anulación afectiva de recuerdos no deseados, desarrollando recuerdos generalizados. Investigaciones realizadas con pacientes que han sufrido abuso sexual sugieren una teoría de apoyo que afirma que la dificultad de recuperación de memoria específica se relaciona más con una historia de experiencias traumáticas que con alguna patología clínica (Henderson, Hargreaves, Gregory y Williams. 2002).

La investigación de Raes et al. (2005) ha evidenciado que en mujeres que han experimentado experiencias de abuso emocional se produce una reducción de la especificidad de los recuerdos autobiográficos. Sin embargo, los

resultados de este estudio muestran que las personas a quienes se les proporcionó apoyo emocional después del abuso no presentaron puntuaciones bajas en la especificidad de sus recuerdos autobiográficos. Este tema sobre la influencia del apoyo social en la especificidad de memoria autobiográfica se expondrá en un apartado posterior.

Se han encontrado evidencias de que el daño en la recuperación de recuerdos específicos en el trauma agudo influye en el desarrollo de una respuesta al trauma de manera crónica (Brittlebank et al, 1993). La falta de esta recuperación de memoria específica causa la vulnerabilidad a la perturbación emocional y el mantenimiento de ésta después del trauma. (McNally et al, 1994). Por lo tanto, Pennebaker y Seagal (1999) sugiere que cuando las personas confrontan un evento traumático pasado sienten una cantidad sustancial de dolor inicialmente, sin embargo, a la larga, tal confrontación produce mejoras en la salud mental y física.

En lo que se refiere a experiencias traumáticas, se han obtenido hallazgos de un mayor deterioro en la memoria autobiográfica en participantes que informan haber sido abusados por parientes cercanos, comparados con aquéllos que informaron ser abusados por personas más distantes o extraños (Brewin et al., 1999). Esta mayor perturbación como consecuencia de haber sido abusado por un pariente más cercano e íntimo puede relacionarse con un sentido mayor de traición, más confusión y consecuentemente más dolor y una mayor necesidad de controlar el afecto.

De esta manera, existe la posibilidad de que este estilo cognitivo de memoria consistente en la poca especificidad de memoria autobiográfica pueda contribuir a la vulnerabilidad psicológica en la madurez, a la incapacidad de resolver problemas que suponen efectos negativos y al manejo del procesamiento de la información asociado a cogniciones negativas conscientes. Se sugiere que la característica de “especificidad baja” está principalmente relacionada con acceder o recuperar menos recuerdos específicos y, como tal, puede formar parte de una estrategia defensiva en contra de emociones negativas intensas. Evocar menos recuerdos específicos parece permitirles a las personas sufrir menos dolor y experimentar en menor grado las intensas emociones que siguen a una experiencia que produce estrés (Raes, Hermans, Eelen y Williams, 2006).

La memoria generalizada o no específica, se observó por primera vez en individuos suicidas y deprimidos (Williams y Broadbent, 1986). También se

ha encontrado en personas con una historia de trauma (Dagleish et al., 2003; de Decker, Hermans, Raes, y Eelen, 2003; Hermans et al., 2004; Kuyken y Brewin, 1995) y en los supervivientes de un trauma con desorden de estrés agudo o con desorden de estrés postraumático (TEP) (Harvey, Bryant, y Dang, 1998; McNally, Litz, Prassas, Shin, y Weathers, 1994). En contraste, pacientes con otros desórdenes de ansiedad no muestran este fenómeno (por ejemplo, Burke y Matthews, 1992; Wenzel, Jackson, Brendle, y Pinna, 2003; Wessel, Meeren, Peeters, Arntz, y Merckelbach, 2001).

Raes et al. (2003) señalan que este fenómeno puede producir beneficios inmediatos para la regulación del estado de ánimo en el momento de recordar eventos dolorosos del pasado, pero también a largo plazo puede tener un efecto negativo, como el dañar las habilidades para resolver problemas (Dritschel, Kogan, Burton, Burton, y Goddard, 1998; Watkins y Teasdale, 2004). Philippot, Schaefer y Herbette, (2003) proponen que la recuperación intencional de recuerdos autobiográficos específicos requiere una inhibición coexistente de afectos emocionales que acompañan a la memoria específica respectiva. Aunque los estudios que siguen esta hipótesis no muestran una pauta consistente de resultados todavía, algunos datos correlacionales son coherentes con la línea de la regulación del afecto. Veamos algunos de estos datos.

En un estudio realizado por Schönfeld, Böllinghaus y Rief (2007) en el que se analizó la sobregeneralización del recuerdo en pacientes con Trastorno de estrés postraumático (TEPT) y sin TEPT, los autores observaron que existían una correlación significativa entre el trastorno de estrés postraumático y la severidad del fenómeno de sobregeneralización, ya que los participantes con TEPT recuperaron más recuerdos generales y mostraron más omisiones que los participantes sin TEPT.

Otros estudios desarrollados por Kuyken y Brewin (1995) informan que pacientes con altos niveles de recuerdos intrusos del trauma que intentaban evitar tales recuerdos, tenían una dificultad mayor para recuperar recuerdos autobiográficos específicos ante palabras clave. En otros términos, parecía haber una interferencia entre los sistemas de memoria involuntarios y voluntarios. Los autores discutieron dos posibles razones de por qué podrían relacionarse los recuerdos traumáticos con los problemas de recuperación en la memoria autobiográfica. Una posible razón fue elaborada y desarrollada por Williams, Stiles y Shapiro (1999), y consiste en que la ocurrencia del trauma influye en la manera en la que se organizan los recuerdos. En ese caso, la generalización del recuerdo

sería una estrategia que permite evitar recordar situaciones penosas específicas.

Una segunda posibilidad, apoyada por Dalglish et al. (2005), es que las intrusiones involuntarias reducen la capacidad cognoscitiva y llevan a un deterioro general en la ejecución de la tarea.

Al terminar este apartado se resume que existe evidencia empírica de la relación entre la especificidad de la memoria autobiográfica y las experiencias de trauma, ya que es interesante estudiarla, no sólo por la reducción que se produce en la primera, sino por todos los factores que intervienen para que esto suceda y además de las consecuencias que ello trae para la salud mental futura del individuo y en particular en el proceso de recuperación de recuerdos autobiográficos, afectando a un proceso cognitivo fundamental como la memoria. A continuación se analizará la manera en que interviene el apoyo social en las experiencias de trauma y de qué forma se encuentra relacionado con la especificidad de la memoria autobiográfica.

### **Apoyo social, trauma y especificidad de memoria autobiográfica**

Comenzamos este apartado citando un estudio de Bal, Crombez, Van Oost y Debourdeaudhuij (2003) con adolescentes. En éste, los resultados demostraron que la disponibilidad favorablemente percibida de apoyo social está asociada directamente con menos síntomas relacionados con el trauma, sobre todo en adolescentes que fueron abusados sexualmente. Los adolescentes sexualmente abusados informaron de mayores síntomas de tensión y usaron más anulación y menos búsqueda de estrategias de apoyo que los otros adolescentes que no habían sufrido el abuso. Sin embargo cuando buscaban y encontraban el apoyo desarrollaban menos síntomas. Otro estudio llevado a cabo por Cohen y Wills (1985) destaca la evidencia de cómo el apoyo social hace que no se presenten síntomas después de experimentar eventos estresantes. Los autores sugieren que existen dos hipótesis al respecto: la primera es que el apoyo social tiene un efecto directo en la salud mental, independiente de la cantidad de tensión generada por la experiencia, porque las redes sociales proporcionan a las personas experiencias positivas regulares y estables y, a su vez, premian socialmente los papeles dentro de una comunidad (Cohen y Wills, 1985; Joseph y Linley, 2006). Según esta hipótesis, los individuos con niveles altos de apoyo social tendrán un sentido fuerte de aceptación de sí mismos y esto influirá de manera permanente en la salud psicológica global del individuo (Frey y Rothlisberger, 1996). La segunda hipótesis es que el apoyo social

tiene un efecto directo en la reducción de la tensión y en las consecuencias negativas que ocasionan experiencias generadoras de estrés (Cohen y Wills, 1985; Frey y Rothlisberger, 1996). Según estas hipótesis, el apoyo social puede servir como un recurso de protección, ya que la percepción de apoyo es una estrategia real cuando se confrontan eventos generadores de estrés (Schreurs y de Ridder, 1997).

Entrando en el tema de la especificidad de memoria autobiográfica, un claro ejemplo es el estudio de Raes, Hermans, Williams y Eelen (2005), cuyos resultados señalan un posible rol moderador del apoyo social sobre el déficit de especificidad de memoria autobiográfica, ya que los participantes que recibieron alguna forma de cuidado o apoyo después de vivir experiencias de abuso emocional no presentaron déficits en la especificidad de sus recuerdos. A pesar de que no puede establecerse causalidad en los resultados correlacionales, el hallazgo de mayor número de individuos que muestran más memorias específicas sugiere que el apoyo social juega un rol importante para prevenir que los individuos desarrollen un estilo menos específico de memoria.

Como ya se ha mencionado, las personas utilizan como estrategia funcional (de evasión o escape) para manejar los sentimientos negativos, los pensamientos y las memorias, una forma menos específica en el momento de recordar eventos personales, como una alternativa, en donde el uso continuo de esta evasión cognitiva posiblemente los ponga a ellos en riesgo de desarrollar desordenes emocionales. En dicho caso, el apoyo social puede servir como un factor de protección, y en consecuencia hará que las memorias sobregeneralizadas no se desarrollen (Raes, Hermans, Williams y Eelen, 2005).

Al respecto, Steele, Van der Hart y Nijenhuis (2001) señalan por ejemplo, que el sistema de familia de un niño traumatizado está a menudo caracterizado por un clima donde no se recibe ayuda ni apoyo. En este sistema familiar donde la regla es no especificar los acontecimientos diarios, el niño comienza por desarrollar memorias sobregeneralizadas simplemente porque es el estilo que predomina en su familia. Tomando en cuenta lo anterior, se puede concluir, como menciona Bowlby (1991), que el ser humano necesita de la experiencia de vinculación como reguladora de su sistema emocional para un desarrollo armonioso del Yo. A través de esta integración de la experiencia, se facilita la articulación progresiva de la experiencia del Yo, y de esta manera el sistema de apego, como un sistema regulador de la emoción, actúa como factor clave para la construcción de la identidad. Esta construcción de la identidad se logra

teniendo una interacción positiva con las figuras de apego, ya que van conformando patrones de vinculación que influirán no sólo en aquello que el niño recuerda, sino en la forma en cómo lo recordará y la manera en que lo expresará.

También hay que mencionar que existen personas que han sufrido un suceso traumático y que, sin embargo, no necesitan un tratamiento psicológico o farmacológico o no desarrollan ciertos déficits en la memoria. Esto se debe al equilibrio psicológico previo, el transcurso del tiempo, la atención prestada a los requerimientos de la vida cotidiana y el apoyo familiar y social contribuyen muchas veces a digerir el trauma. De este modo, estas personas, aun con sus altibajos emocionales y con sus recuerdos dolorosos, son capaces de trabajar, de relacionarse con otras personas, de disfrutar de la vida diaria y de implicarse en nuevos proyectos (Tedeschi y Calhoun, 2004).

Sin embargo, algunas víctimas de trauma, tienden a no compartir con otras personas estos dolorosos recuerdos (como consecuencia de la actitud evitativa y del temor a la reexperimentación), sino que los sufren solas, temiendo haberse convertido en seres anormales o extraños. Este embotamiento afectivo dificulta las manifestaciones de ternura, lo que supone un obstáculo en las relaciones de intimidad. En concreto, la evitación y el embotamiento afectivo intentan prevenir futuros daños que le podrían ocurrir a la persona afectada si se implicase de nuevo en una vida activa y recuperase la confianza en las personas a través de la búsqueda de apoyo social después de haber vivido una experiencia de trauma. (Herbert y Wetmore, 1999).

Como conclusión de este capítulo, cabe afirmar que, de acuerdo con diferentes estudios, las emociones intervienen de manera importante en la recuperación de recuerdos autobiográficos, aún más si se trata de experiencias que se consideran traumáticas. Ya que las emociones pueden afectar a la capacidad de recordar eventos específicos, se puede llegar a adoptar un estilo cognitivo de memoria cuya función sea la de regular el afecto cuando éste se asocia con las adversidades experimentadas en el pasado. Las experiencias consideradas como traumáticas pueden ser este tipo de adversidades. En este sentido, la magnitud del trauma dependerá de la duración y severidad del evento, de las experiencias traumáticas que se hayan vivido anteriormente y del tipo, cantidad y calidad de apoyo emocional y social que se tuvo después de éstas.

Por otra parte, en este capítulo hemos destacado que la especificidad de la memoria autobiográfica está íntimamente relacionada con el trauma y las emociones ligadas a experiencias que pueden considerarse por parte del sujeto

como traumáticas. Hemos enfatizado, asimismo, que esta relación puede generar una predisposición a desarrollar psicopatologías severas con el tiempo.

En este sentido, se resume que este tipo de recuperación no específica, o como algunos autores llaman “genérica” y otros “sobregeneralizada”, puede tener alguna clase de función de adaptación, con el fin de proteger al individuo del aumento de tipos de pensamientos, recuerdos y sentimientos no deseados. Sin embargo, a la larga esta reducción de la especificidad puede provocar una mala adaptación y una vulnerabilidad a desarrollar psicopatologías más severas, como la depresión o el trastorno de estrés postraumático.

Los diversos estudios reseñados en este capítulo ponen de manifiesto que esta memoria autobiográfica no específica o sobregeneralizada tiene su desarrollo en la infancia, cuando el niño está expuesto a experiencias negativas tempranas. Un ejemplo de esto son estudios que señalan que los déficits en la recuperación de recuerdos autobiográficos específicos son observados en personas que han tenido experiencias de abuso sexual y emocional en su niñez. Sin embargo, las investigaciones realizadas con personas que han vivido estas experiencias en la etapa adulta han ofrecido resultados inconsistentes, ya que en algunos casos sí se presenta el déficit y en otros no.

Es así como se resume que los individuos que experimentan eventos negativos en su niñez aprenden a recuperar recuerdos dolorosos de manera menos específica, ya que esta reducción de la especificidad de la memoria se presenta como algo funcional que protege al individuo después del evento. Evocar menos recuerdos específicos parece permitirles a las personas sufrir menos dolor y experimentar emociones menos intensas ligadas a una experiencia negativa.

Se han destacado también estudios que revelan una relación muy importante entre el apoyo social y la especificidad. Este apoyo social, que consiste en la narración a alguien cercano de la experiencia de trauma después de que se ha vivido, al parecer actúa como un moderador muy importante que protege a los individuos de desarrollar estilos menos específicos de memoria autobiográfica. Se afirma en este capítulo que los individuos con niveles altos de apoyo social tienen un fuerte sentido de aceptación de sí mismos y esto tiene a su vez una influencia permanente en la salud psicológica global del individuo.

Es importante subrayar que los estudios realizados sobre la especificidad en muestras no clínicas sólo se han realizado en mujeres, sin que se hayan realizado hasta la fecha estudios comparativos que tomen en cuenta la variable

género, es decir, las diferencias entre hombres y mujeres con respecto al déficit de especificidad de memoria autobiográfica al experimentar experiencias de trauma, ni tampoco cómo influye el apoyo social en ambos.

En el siguiente capítulo se abordará un tema interesante sobre la memoria autobiográfica y el concepto del Yo.

## Lista de referencias

- Anderson, S. & Conway, M.A. (1997) Representations of autobiographical memory. En M.A. Conway (Ed.), *Cognitive models of memory*. Hove, UK: Psychological Press Publishers. (pp. 217-246).
- \_\_\_\_\_ (1993) Investigating the structure of autobiographical memories. *Journal of experimental psychology. Learning, memory and cognition*. 19, 5, 1178-1196.
- Arntz, A., Meeren, M., & Wessel, I. (2002) No Evidence for Overgeneral Memories in Borderline Personality Disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 40, 1063-1068
- Baddeley, A. & Wilson, B. (1986) Amnesia autobiographical memory and confabulation. En D.C. Rubin, Editor, *Autobiographical memory*, Cambridge University Press, Cambridge, UK. (pp. 225-252.)
- Baddeley, A. D., Lewis, V. & Nimmo-Smith, L. (1978). When did you last...?, En M. M. Gruneberg, P. E. Morris, and R. N. Sykes (Eds.), *Practical Aspects of Memory*. New York, Academic Press (pp.786)
- Baddeley, A.D. (1986). *Working memory*. Oxford: Clarendon Press.
- Bal, S., Crombez, G., Van Oost, P. & Debourdeaudhuij, I. (2003) The role of social support in well-being and coping with self-reported stressful events in adolescents. *Child abuse neglect*, 27, 12, 1377-1395.
- Barnier, A., Conway, M.A., Mayoh, L., Speyer, J., Avizmil, O. & Harris, C.B. (2007) Directed forgetting of recently recalled autobiographical memories. *Journal of Experimental Psychology: General*, 136, 301-322.
- Beike, D. (2007) The Unnoticed Absence of Emotion in Autobiographical Memory. *Social and Personality Psychology Compass* 1, 1 392-408,
- Bower, G.H. (1981) Mood and memory. *American Psychologist*, 36, 129-148.
- Brewin, C.R. (2007) Autobiographical memory for trauma: Update on four controversies. *Memory*. 15, 227-248.
- Brewin, C. R., Christodoulides, J. & Hutchinson, G. (1996) Involuntary thoughts and involuntary memories in a nonclinical sample, *Cognition and Emotion*. 10, 107-112.
- Brewin, C.R., Reynolds, M. & Tata, P. (1999) Autobiographical memory processes and the course of depression. *Journal Abnorm Psychol*. 108, 3, 511-517.
- Brewin, C.R., Watson, M., McCarthy, S., Hyman, P & Dayson, D. (1998) Memory processes and the course of anxiety and depression in cancer patients, *Psychological Medicine*. 2, 219-224.
- Brewin C.R., Watson M., McCarthy S., Hyman P, & Dayson D. (1998) Intrusive

- memories and depression in cancer patients. *Behaviour Research and Therapy*. 36, 1131–1142.
- Brittlebank, A. D., Scott, J., Williams, J. M. G., & Ferrier, I. N. (1993) Autobiographical memory in depression: State or trait marker? *British Journal of Psychiatry*. 162, 118-121.
- Brown, N. R., & Kulik, J. (1977) Flashbulb memories. *Cognition*. 5, 73-93
- Burgess, P. W. & Shallice, T. (1996) Response suppression, initiation and strategy use following frontal lobe lesion. *Neuropsychology* 34, 263-276.
- Burke, M. & Matthews, A. (1992) Autobiographical memory and clinical anxiety. *Cognition and Emotion*, 6, 23-35.
- Christianson, S. A. & Safer, M.A. (1996) Emotional events and emotions autobiographical memories. En D.C. Rubin (Ed.). *Remembering our past: studies in autobiographical memory*. Cambridge U.K: Cambridge University Press.
- Cohen, G., Conway, M.A. & Stanhope, N. (1992) Age differences in the retention of knowledge. *British Journal of Developmental Psychology*. 10, 153-164.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985) Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310–357.
- Conway, M. A. (2005) Memory and the self. *Journal of Memory and Language*, 53, 594-628
- \_\_\_\_\_ (1996) Autobiographical knowledge and autobiographical memories. En D.C. Rubin (Ed.), *Remembering our past: Studies in autobiographical memory*. New York: Cambridge University Press. (pp. 67-93).
- \_\_\_\_\_ (1992) An structural model of autobiographical memory. En M.A. Conway, D.C. Rubin, H. Spinnler, & W.A. Wagenaar (Eds.), *Theoretical perspectives on autobiographical memory*. Dordrecht, The Netherlands: Kluwer Academic Press. (pp. 167-194)
- \_\_\_\_\_ (1990) *Autobiographical memory: An introduction*. Buckingham: Open University Press.
- Conway, M. A. & Bekerian, D.A. (1987) Organization in autobiographical memory. *Memory & Cognition*. 15,2,119-32
- Conway, M. A. & Fhtenaki, A. (2000) Disruption and loss of autobiographical memory. En L.S. Cernmark (Ed.), *Handbook of neuropsychology*, 2nd edition: *Memory and it's disorders*. Amsterdam: Elsevier. (pp. 281-312)
- Conway, M. A. & Pleydell-Pearce, C.W. (2000) The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*, 107, 206-288.
- Conway, M. A., Pleydell-Pearce, C. W. & Whitecross, S. (2001) The neuroanatomy of autobiographical memory: A slow cortical potential study (SCP) of autobiographical memory retrieval. *Journal of memory and Language*, 45, 493-524

- Conway, M. A. & Rubin, D. C. (1993) The structure of autobiographical memory. En A. E. Collins, S. E. Gathercole, M.A. Conway, y P.E.M. Morris (Eds.), *Theories of memory*. Hove, Sussex: Lawrence Erlbaum Associates.
- Craik, F. & Jennings, J. M. (1992) *Human memory*. En F. I. M. Craik & T. A. Salthouse (Eds.).
- Crovitz, H. F., & Schiffman, H. (1974) Frequency of episodic memories as a function of age. *Bulletin of the Psychonomic Society*, 5, 517-518.
- Dagleish, T., Tchanturia, K., Serpell, L., Hems, S., Yiend, J., de Silva, P., & Treasure, J. (2003) Self-reported parental abuse relates to autobiographical memory style in patients with eating disorders. *Emotion*, 3, 211-222.
- De Decker, A., Hermans, D., Raes, F., & Eelen, P. (2003). Autobiographical memory specificity and trauma in inpatient adolescents. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 32, 22-31
- Dritschel, B., Kogan, L., Burton, A., Burton, E. & Goddard, L. (1998) Everyday planning difficulties following traumatic brain injury: a role for autobiographical memory. *Cognitive Neuropsychology Research*. 12 (10) 875-876.
- Evans, J., Williams, J.M.G., O'Loughlin, S. & Howells, K. (1992) Autobiographical memory and problem solving strategies of parasuicide patients. *Psychological Medicine*. 22, 399-405.
- Frey, C.U. & Rothlisberger, C. (1996) Social support in healthy adolescents. *Journal of youth and adolescence*, Springer Netherlands, 25, 1, 17-31
- Harvey, A.G., Bryant, R.A. & Dang, S.T. (1998) Autobiographical memory in acute stress disorder. *Journal of consulting and clinical psychology*, 66, 500-506.
- Harvey, M.R., & Herman, J.L. (1994) Amnesia, partial amnesia and delayed recall among adult survivors of childhood trauma. *Consciousness & Cognition*, 3, 295-306.
- Henderson, D., Hargreaves, I., Gregory, S., & Williams, J. M. G. (2002) Autobiographical memory and emotion in a nonclinical sample of women with and without a reported history of childhood sexual abuse. *British Journal of Clinical Psychology*, 41, 129-142.
- Hermans D., Dirix T., Vansteenwegen D., Baeyens F., Van den Bergh O. & Eelen P. (2005) Reinstatement of fear responses in human aversive conditioning. *Behav Res Ther*. 43, 533-551
- Hermans, D., Van den Broeck, K., Belis, G., Raes, F., Pieters, G., & Eelen, P. (2004) Trauma and autobiographical memory specificity in depressed inpatients. *Behaviour Research and Therapy*, 42, 775-789.
- Hirst, W. & Manier, D. (1996) Remembering as communication: A family recounts its past. En D.C. Rubin (Ed.), *Remembering our past: Studies in autobiographical memory*.

- New York: Cambridge University Press. (pp. 271-290).
- Holland, C.A. (1992) The wider importance of autobiographical memory research. En M.A. Conway, D. Rubin, H. Spinnler & W. Wagenaar (eds). *Theoretical Perspectives on Autobiographical memory*. The Netherlands: Kluwer.
- Holland, C.A. & Rabbitt, P.M.A, (1990) Autobiographical and text recall in the elderly: An investigation of a processing resource deficit. *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 42A (3) 441-470
- Joseph, S., Dalgleish, T., Thrasher, S., Yule, W., Williams, R., & Hodgkinson, P. (1996). Chronic emotional processing in survivors of the Herald of Free Enterprise disaster: the relationship of intrusion and avoidance at 3 years to distress at 5 years', *Behaviour Research and Therapy*, 34, 357-360.
- Joseph, S. & Linley A. (2006) *Trauma, recovery, and growth: positive psychological perspectives on posttraumatic stress*. Joseph, S. & Linley, A. (Eds.) Publicado por Jonh Wiley and Sons, Inc. Hoboken. New Jersey.
- Kuyken, W., & Brewin, C. R. (1995) Autobiographical memory functioning in depression and reports of early abuse. *Journal of Abnormal Psychology*, 104, 585-591.
- Kuyken, W., & Dalgleish, T. (1995) Autobiographical memory and depression. *British Journal of Clinical Psychology*, 34, 89-92.
- Lancaster, J. S & Barsalou, L.W. (1997) Multiple organizations of events in memory. *Memory*, 5, 569-599.
- Linton, M. (1986) Ways of searching the contents memory? En D.C. Rubin (Ed.), *Autobiographical memory*. New York: Cambridge University Press. (pp. 50-67).
- MacCallum F, McConkey K.M., Bryant R.A., Barnier A.J. (2000) Specific autobiographical memory following hypnotically induced mood state. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*. 48, 361-373.
- MacKay, D. G., & Burke, D. M. (1990) Cognition and aging: A theory of new learning and the use of old connections. En T. Hess (Ed.), *Aging and cognition: Knowledge organization and utilization*. Amsterdam: North-Holland. (pp. 281-300)
- Marschark, M. Richman, C. Yuille, J & Reed Hunt, R.R. (1987) The role of imagery in memory: On shaped distinctive information. *Psychological Bulletin*, 102, 28-41.
- Marschark, M. & Surian, L. (1989) Why does imagery improve memory? *European Journal of Cognitive e Psychology*, 1, 251-263.
- McNally, R. J., Litz, B. T., Prassas, A., Shin, L. M., & Weathers, F. W. (1994) Emotional priming of autobiographical memory in posttraumatic stress disorder. *Cognition and Emotion*, 8, 351-367.
- Meesters, C., Merckelbach, H., Muris, P. & Wessel, I. (2000). Autobiographical

- memory and trauma in adolescents. *J. Behave. Ther. Exp. Psychiatry*, 31(1): 29-39.
- Moore, R. G., Watts, F. N. & Williams, J. M. G. (1988) The specificity of personal memories in depression. *British Journal of Clinical Psychology*, 27, 275–276.
- Nelson, K. (1991) *Events, narratives, memory: What develops?* Ponencia presentada en The Minnesota Symposium in Child Development, Emotion and Memory, Institute for Child Development, Institute of Minnesota.
- Norman, D. A., & Bobrow, D. G. (1979) Descriptions: An intermediate stage in memory retrieval. *Cognitive Psychology*, 11, 107-123
- Norman, D.A. & Shallice, T. (1980) Attention to action: Willed and automatic control of behaviour. En R.J. Davidson, G.E. Schwartz & D. Shapiro (eds.) *Consciousness and self-regulation*. New York: Plenum. (Vol. 4 pp.1-18)
- Parkin, A.J. & Walter, B.M. (1991) Aging short-term memory and frontal dysfunction. *Psychobiology*, 19, 175-179.
- Pennebaker, J. W., & Seagal, J. (1999) Forming a story: The health benefits of narrative. *Journal of Clinical Psychology*, 55, 1243-1254.
- Philippot P, Schaefer A, Herbertte G. (2003) Consequences of specific processing of emotional information: Impact of general versus specific autobiographical memory priming on emotion elicitation. *Emotion*, 3, 270–283
- Pillemer, D.B. & White, S.H. (1989) *Childhood events recalled by children and adults, in advances in child development and behavior*. Edited by Reese, H.W. New York Academic Press. Vol. 21, pp.297-340.
- Raes F., Hermans D., de Decker A., Eelen P. & Williams J. M. G. (2003) Autobiographical memory specificity and affect regulation: An experimental approach. *Emotion*, 3,2, 201-216.
- Raes, F., Hermans, D., Eelen, P., & Williams, J. M. G. (2006) Reduced autobiographical memory specificity and affect regulation. *Cognition and Emotion*, 20, 402-429.
- Raes, F., Hermans, D., Williams, J. M. G., & Eelen, P. (2005) Autobiographical memory specificity and emotional abuse, *British Journal of Clinical Psychology*, 44, 133-138.
- Reiser, B.J., Black, J.B. & Abelson, R.P. (1985) Knowledge structures in the organization and retrieval of autobiographical memories. *Cognitive Psychology*, 17, 80-137
- Reiser, B. J., Black, J. B., & Kalamarides, P. (1986) Strategic memory search processes. En D. C. Rubin (Ed.), *Autobiographical memory*. New York: Cambridge University Press.
- Rubin, D.C. (1986) *Autobiographical memory*. New York: Cambridge University Press.
- Salter, D., & Platt, S. (1990) Suicidal intent, hopelessness and depression in a

- parasuicide population: The influence of social desirability and elapsed time. *The British Journal of Clinical Psychology*, 29, 361-371.
- Schank, R.C. y Abelson, R.P. (1995) Knowledge and memory: The real story. En R.S. Wyer (Ed.), *Advances in social cognition: Knowledge and memory* (Vol. 8, pp. 1-85).
- Schönfeld, S., Ehlers, A., Böllinghaus, I. & Rief, W. (2007) Overgeneral memory and suppression of trauma memories in post-traumatic stress disorder. *Memory*, 15,3, 339-352.
- Schreurs, K., & De Ridder, D. (1997) Integration of coping and social support perspectives: implications for the study of adaptation to chronic diseases. *Clinical Psychology Review*, 17, 89-112.
- Shallice, T. (1988) *From Neuropsychology to Mental Structure*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Shum, M.S. (1998) The role of temporal landmarks in autobiographical memory processes. *Psychological Bulletin*, 124, 423-442.
- Singer, J. A., & Salovey, P. (1993). *The remembered self: Emotion and memory in personality*. New York : The Free Press.
- Singer, J.A. & Moffit, K.H. (1991-1992) An experimental investigation of specificity and generality in memory narratives, *Imagination, Cognition, and Personality*, 11, 233–257.
- Singer, M. (1984) Toward a model of question answering: Yes–no questions, *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 10, 285–297.
- Steele, K., Van der Hart, O. & Nijenhuis E. (2001) Phase-Oriented treatment of structural dissociation in complex traumatization: Overcoming trauma-related phobias. *Journal of trauma y dissociation*. 6(3) 11-50
- Stokes, D., Dritschel, B. & Bekerian, N. (2004) The effect of burn injury on adolescents autobiographical memory; *Behaviour Research and Therapy*; 42, 11, 1357-1365.
- Suengas, A. G. & Johnson, M. K. (1988) Qualitative effects of rehearsal on memories for perceived and imagined complex events. *Journal of Experimental Psychology: General*, 117, 4, 377-389
- Sutin, A. & Robins, R. (2007) Phenomenology of autobiographical memories: The memory experiences Questionnaire. *Memory*, 15, 4, 390-411.
- Van Vreeswijk MF, & de Wilde E. (2004) Autobiographical memory specificity, psychopathology, depressed mood, and the use of the Autobiographical Memory Test: A meta analysis. *Behaviour Research and Therapy*. 42, 731–743
- Watkins, E. & Teasdale, J. D. (2004) Adaptive and maladaptive self-focus in depression. *Journal of Affective Disorders*. 82, 1-8.

- Wenzel, A., Jackson, L. C., Brendle, J. R., & Pinna, K. (2003) Autobiographical memories associated with feared stimuli in fearful and nonfearful individuals. *Anxiety, Stress, and Coping: An International Journal*, 16: 1-15
- Wessel, I. & Hauer, B.J.A. (2006) Retrieval-induced forgetting of autobiographical memory details. *Cognition and emotion*, 20 (3/4), 430-447.
- Wessel, I., Merckelbach, H., & Dekkers, T. (2002) Autobiographical memory in Dutch-Indonesian survivors of the World War II era. *Journal of Traumatic Stress*, 15, 227-234.
- Wetzel, R. D., Margulies, T., Davis, R., & Karam, E. (1980) Hopelessness, depression, and suicide intent. *Journal of Clinical Psychiatry*, 41, 159-160.
- Wheeler, M.A., Stuss, D.T. & Tulving, E. (1997) Toward a theory of episodic memory: The frontal lobes and autonoetic consciousness. *Psychological Bulletin*, 121, 331-354.
- Williams, J.M.G. (1996) Depression and the specificity of autobiographical memory. En D.C.Rubin (Ed.), *Remembering our past: Studies in autobiographical memory*. Cambridge, UK: Cambridge University Press. (pp. 244-267).
- Williams, J.M.G., & Broadbent, K. (1986) Autobiographical memory in suicide attempters. *Journal of Abnormal Psychology*, 95, 144-149.
- Williams, J.M.G., & Dritschel, B. (1992) Categorical and extended autobiographical memories. En M.A.Conway, D. C. Rubin, H. Spinnler, & W. A. Wagenaar (Eds.), *Theoretical perspectives on autobiographical memory*. Dordrecht: Kluwer. (pp. 391-410).
- Williams, J.M.G. & Dritschel, B. (1988) Emotional disturbance and specificity of autobiographical memory. *Cognition and Emotion*, 2, 221-234.
- Williams, J.M.G., Healy, H., & Ellis, N. C. (1999) The effect of imageability and predicability of cues in autobiographical memory. *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 52A, 555-579.
- Williams J.M.G. & Hollan, J.D. (1981) Processes of retrieval from very long-term memory. *Cognitive Science*; 5, 87-119.
- Williams, J. M. G. & Scott, J. (1988) Autobiographical memory in depression. *Psychological Medicine*, 18, 689-695.
- Williams, J.M.G., Stiles, W. B., & Shapiro, D. A. (1999) Cognitive mechanisms in the avoidance of painful and dangerous thoughts: Elaborating the assimilation model. *Cognitive Therapy and Research*, 23, 285-306.
- Williams, L.M. (1994). Recalled of childhood trauma: A prospective study of women's memories of child sexual abuse. *Journal of consulting and clinical psychology*, 62, 1167-1176.

- Winograd, E., & Neisser, U. (1992) *Affect and accuracy in recall*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Zillmann, D., Hoyt, J., & Day, K. (1974) Strength and Duration of the Effect of Aggressive, Violent, and Erotic Communications on Subsequent Aggressive Behavior. *Communication Research*, 1,3, 286-306.



# 3

## Memoria autobiográfica y concepto del Yo



En este capítulo vamos a centrar la atención en la relación entre la memoria autobiográfica y el Yo, la memoria personal y la construcción de la identidad personal. Consideraremos las conceptualizaciones de Brewer (1986), Barclay y Smith (1992) como prototipos de esta categoría, ya que sus estudios acentúan diferentes aspectos del vínculo entre el recuerdo de eventos experimentados y el concepto del Yo.

Brewer (1986) define este tipo de memoria como memoria de información relativa al Yo, distinguiendo la memoria personal, los hechos autobiográficos y la memoria genérica personal. Brewer defiende la opción de denominar memoria recolectiva a ese tipo de memoria en la que el sujeto recuerda un episodio específico de su experiencia pasada, mientras que la memoria autobiográfica es aquella que designa información relativa a la imagen o concepto del Yo. Más allá de la discusión terminológica, la propuesta de Brewer contempla el incremento de información genérica a medida que el episodio evocado adquiere sentido dentro de un esquema. El esquema del Yo articula, desde esta perspectiva, recuerdos autobiográficos de diferentes cualidades fenomenológicas e índice de ocurrencia que se integran en su constitución.

Barclay y Smith (1992), destacan el papel de las prácticas socioculturales en los orígenes y desarrollo de la memoria, para sugerir que los recuerdos devienen autobiográficos en su uso y en la manera en que se les dan ciertos significados teniendo en cuenta el aspecto afectivo y emocional, es decir la interpretación que le da el mismo ser humano. De este modo, subrayan, la relevancia de las reconstrucciones conjuntas de los eventos memorables, que permiten la vinculación de historia personales, brinda claves cognitivas y emocionales para interpretarlas y formas culturales para compartirlas. En esta construcción de interpretación y transmisión ejerce un papel importante la narrativa. Bruner (1990) ha escrito persuasivamente sobre la importancia de la narrativa en las vidas humanas y los inicios de ésta en la vida del niño. Señala que el Yo adquiere significado en las circunstancias históricas de la cultura en la que participa. Se sostiene en unos significados, lenguajes y narraciones que son cultural e históricamente específicos.

Potter y Wetherel (1987) mencionan que la gente usa su lenguaje para construir versiones del mundo social y construyen sus historias de vida personal seleccionando activamente diferentes relatos a partir de una serie de recursos preexistentes, de modo que una persona puede construir muchos y diferentes

relatos acerca de un mismo fenómeno, que bien podría ser su propia historia. Esta variabilidad que es distintivamente humana sería el medio a través del cual se crea y recrea el sentido del yo (Bruner, 1987).

Nelson (2001) concibe igualmente que la memoria autobiográfica es una historia que aporta forma y significado al Yo, como un viaje a través del tiempo. El Yo es así concebido como protagonista central de la memoria autobiográfica y como narrador de la historia personal, lo que permite establecer un sentido del Yo, un pasado temporal único, una historia del Yo así como cumplir funciones sociales, incluyendo la de situar al individuo en un grupo cultural al cual pertenece.

El recuerdo de un evento pasado necesariamente se acompaña por nuestra propia convicción de nuestra existencia en el momento en que el evento pasó. Es importante señalar que el Yo no es una condición o factor unificador estable, sino más bien es el resultado de factores del contexto social y cultural en donde se desenvuelve el individuo. Tomando este punto de partida, es importante en el ser humano el hecho de compartir con otros sus vivencias personales.

Este capítulo abordará cómo la memoria autobiográfica lleva a una construcción del Yo, teniendo papeles centrales, el lenguaje, el género y el contexto cultural en la formación de la identidad personal.

## **Función de la memoria autobiográfica: continuidad del Yo e importancia del lenguaje**

Hay dos aspectos de estructuración temporal que caracterizan a la memoria autobiográfica: El primero es situar el evento en el tiempo específico del pasado en relación con el presente. Y el segundo es la secuencia temporal dentro del episodio recordado. La importancia de esto es fundamental para el desarrollo de la memoria autobiográfica, ya que una función importante de este tipo de memoria es la de proporcionar el sentido de la continuidad del Yo, del pasado al futuro (Nelson, 1991, 1996).

Con la aparición del lenguaje en el ser humano, la memoria organizada podría aplicarse específicamente a la función de compartir el conocimiento en el grupo social. Con el lenguaje los individuos son capaces de transmitir información específica sobre lo que ellos habían experimentado o habían observado a otros miembros del grupo.

Es importante señalar que Vigotsky (1978) era partidario de la idea de que las narraciones de los recuerdos personales se construyen durante las interacciones sociales, de modo que la cultura proporciona las herramientas necesarias para llegar a convertirse en un miembro competente de la misma. De esta manera, todas las destrezas a adquirir se desarrollan en primer lugar durante la interacción social, para luego ser interiorizadas gradualmente por el sujeto. En lo referente a la memoria autobiográfica, esta tarea bien puede conceptuarse como el aprendizaje de la forma de narrar el pasado de un modo coherente y culturalmente apropiado. Fivush (1994) afirma que durante la participación de conversaciones guiadas por los adultos sobre sus experiencias pasadas, los niños aprenden las formas narrativas apropiadas de contar el pasado. Neisser (1994) coincide con ella, al defender que recordar consiste en una destreza que los niños aprenden en escenarios sociales, a lo que añade que todos comenzamos recordando con y para otras personas. De esta manera después seremos capaces de crear narrativas para nosotros mismos.

Por lo tanto, los recuerdos episódicos individuales podrían convertirse en las narrativas episódicas, estableciendo un puente de memoria compartida que podría pasarse más adelante a través de los medios simbólicos a las distintas generaciones. El poder de estas narrativas es tal que las personas “recuerdan” a menudo detalles de un evento específico que quizá nunca pasó, meramente porque esto es algo típico de la narrativa de ese evento, y a su vez esto constituiría una fuente para una gran parte de su sentido de identidad.

Es así como los recuerdos autobiográficos se encuentran incrustados en los discursos colectivos de distintas comunidades tales como: grupos religiosos, movimientos sociales, grupos de apoyo terapéutico, grupos de identidad de género, familias, naciones etc. Donde existen formas modeladas de como las personas cuentan las historias de sus vidas y lo que consideran de estas historias como preceptos culturales importantes, sin embargo, estas historias autobiográficas tienen una relación simbiótica con su contexto cultural de referencia, se basan en las historias colectivas de la comunidad donde las distintas narraciones o relatos autobiográficos modelan sus recuerdos autobiográficos individuales (De Gloma, 2009)

Nelson (2003) afirma que las narrativas proporcionan a los sujetos modos comunes de entender y explicar el mundo, proporcionando además información de nuestro lugar en una sociedad y sobre los comportamientos que resultan adecuados o no en dicha posición.

Cabe destacar la importancia de la interacción social con otros en el desarrollo del concepto del Yo, ya que al escuchar y contar narrativas del pasado, especialmente cuando somos niños y estas narraciones son guiadas por nuestros padres, desarrollamos una noción del Yo en el tiempo. Nelson y Fivush (2004) afirman que el lenguaje es el medio y la narrativa el mecanismo para su desarrollo.

Sin la habilidad de discutir, comparar, negociar, unos con otros, las perspectivas de eventos del pasado, un niño no podrá ser capaz de construir una comprensión del YO y del OTRO, como entidades psicológicas que existen a través del tiempo. (Fivush & Nelson, 2006; p.248).

## **Género y memoria autobiográfica**

La memoria autobiográfica implica el almacenamiento y recuperación de información referente al Yo (Baddeley, 1992). Su función básica es la construcción y mantenimiento del Yo y su identidad (Robinson, 1992). Ese concepto del Yo juega un papel activo en la organización e interpretación de las experiencias pasadas. (Barclay & Subramanian, 1987; Neimeyer & Metzler, 1994). Uno de los aspectos más sobresalientes de la identidad es el género. El género no se concibe como un rasgo individual, si no, como un rasgo emergente de la situación social, es decir: *“Un sistema de significados que organiza las interacciones y gobierna el acceso a los recursos, se conceptúa como un verbo, no como un nombre”* (Crawford, 1995, pág. 12).

Crawford y Chaffin (1977) proponen una reconceptuación de la noción de género, entendiéndola como un sistema que funciona a tres niveles: sociocultural, interactivo e individual. En el nivel sociocultural, el género gobierna el acceso a los recursos. En el nivel interactivo, las mujeres y los hombres son tratados en forma diferente en las interacciones cotidianas y se comportan de manera diferente. En el nivel individual, las mujeres y los hombres aceptan la distinción de género como parte del autoconcepto. Desde esta perspectiva, el género se considera como una actuación social (...) *“ Con ellos y otros como público, ellos crean activamente y construyen su género”* (Crawford, 2006, pág. 33)

Aunque en la investigación sobre memoria autobiográfica se han utilizado participantes hombres y mujeres, los efectos de género sobre la memoria autobiográfica han sido habitualmente olvidados o considerados de interés secundario (Davis, 1999). Sin embargo, existen diferentes estudios comparativos que han tomado esta variable, género, como una variable principal, encontrando en algunos, escasas o nulas diferencias y en otros diferencias que merecen ser consideradas. Dentro de los resultados de estudios comparativos de mujeres y hombres, se indican ciertas diferencias en algunos aspectos de memoria autobiográfica, como el desarrollo, la edad, la macroestructura y la accesibilidad de recuerdos autobiográficos y otros están relacionados con la forma de estos recuerdos, su longitud, elaboración, emociones y estados mentales implicados. (Cala & De la Mata, 2006; 2010).

### **Edad del primer recuerdo**

En un estudio realizado por Hayne y MacDonald (2003) con estudiantes universitarios en Nueva Zelanda, procedentes de dos grupos culturales Pakeha (de origen europeo) y maoríes, hombres y mujeres, se encontraron diferencias con respecto a la edad en el primer recuerdo, la cual era menor en las mujeres que en los hombres. Sin embargo, otros investigadores no han encontrado diferencias de género en la edad del primer recuerdo en culturas diferentes (Wang, 2001; Wang, Conway y Hou, 2004; Ruiz, De la Mata y Santamaría, 2006).

### **Accesibilidad**

Penélope Davis (1999) realizó una investigación que incluía cinco estudios en los que se analizó los acontecimientos ocurridos a niños y niñas (Experimento 1) mujeres y varones adultos. (Experimento 2, 3, 4 y 5). Davis encontró que las niñas tenían un acceso mayor a los recuerdos autobiográficos de experiencias emocionales. Las niñas recordaron más eventos y más rápidamente que los niños cuando se les pidió que evocaran recuerdos asociados a emociones diferentes (Experimento 1). En cuanto a los resultados obtenidos con los adultos (Experimento 2, 3, 4 y 5), las mujeres recordaron más eventos de la niñez y los evocaron más rápidamente que los hombres. Se encontró también una mayor accesibilidad a los recuerdos en las mujeres con respecto de los hombres cuando evocaban eventos emocionales, sin encontrarse diferencias significativas entre mujeres y hombres en el número de eventos

emocionales evocado. Es decir, que aunque hombres y mujeres evocaran la misma cantidad de eventos emocionales, las mujeres los evocaban con mayor facilidad y rapidez.

## **Forma**

Los resultados de distintas investigaciones muestran que los recuerdos autobiográficos de las mujeres son más largos, contienen más detalles y son juzgados tanto por hombre como por mujeres más exactos (Buckner y Fivush, 2000). Estas diferencias se acentúan más en los recuerdos de eventos que ocurrieron después de la edad de siete años (Bauer, Stennes y Haight, 2003). Al respecto, algunas interacciones interesantes entre el género y cultura fueron observadas por Wang (2001). En un estudio transcultural con estudiantes de EE.UU. y China, esta autora observó, sólo en estudiantes chinos (pero no en americanos), que las mujeres elaboraron narrativas más largas de su primer recuerdo que los hombres. Estos datos muestran la necesidad de ahondar las interacciones entre género y cultura. Estas interacciones pueden ser de gran interés para el análisis de la construcción del género en el contexto cultural. (Cala y De la Mata, 2006).

## **Macroestructura**

Algunos recientes estudios han mostrado las diferencias entre mujeres y hombres en la macroestructura de la memoria autobiográfica (Niedzwienska, 2003). Al respecto, la investigación ha demostrado generalmente la existencia de un “pico de reminiscencia” entre la edad de 20 y 30 años (Rubin, Rahhal y Poon, 1998; Rubin, Wetzler y Nebes, 1986). Sin embargo, Niedzwienska encontró que el pico de reminiscencia, que normalmente suele estar entre los 20 y 30 años, no coincidía cuando se comparaban mujeres y hombres. Mientras que la mayoría de los sucesos (un tercio) de los recuerdos de los hombres se situaban en un período de los 15 a los 20 años, en el caso de las mujeres estos correspondían al período de los 25 a los 30 años.

En un estudio transcultural sobre amnesia infantil con estudiantes adultos de EE.UU., Reino Unido y China, Wang, Conway y Hou (2004) encontraron que las mujeres en las tres culturas recordaron más recuerdos autobiográficos del período anterior a la edad de cinco años. En contraste, otros estudios no han encontrado ninguna diferencia de género en la macroestructura de la memoria autobiográfica. Bauer et al. (2003), por

ejemplo, solicitaron a estudiantes universitarios, mujeres y hombres, ocho recuerdos personales, cuatro de un período antes de la edad de siete años y cuatro después de ese período. Los resultados no revelaron ninguna diferencia entre mujeres y hombres en la edad estimada de los recuerdos.

Rubin Schulkind y Rahhal (1999) en sus estudios no observaron ninguna diferencia de género en la macroestructura de la memoria autobiográfica usando diferentes metodologías, tampoco encontraron ninguna diferencia de género en la distribución de recuerdos personales autobiográficos e importantes a lo largo de la vida, o en la distribución de conocimiento sobre eventos públicos.

Janssen, Chessa y Murre (2005), por su parte, con una muestra grande (casi 2 000 participantes adultos) de Estados Unidos y Holanda, encontraron diferencias de género en el “pico de reminiscencia”. En este caso, la diferencia se produjo en un sentido contrario al de otros estudios, ya que el pico de reminiscencia para los adultos de 40 años o más, era más temprano en las mujeres (13-14 años) que en los hombres (15-18 años). Otro hallazgo interesante en este estudio fue la interacción de la cultura y el género. En sus conclusiones estos autores proponen un modelo que distingue dos funciones de la codificación: Una función de codificación independiente de la cultura y el género y la otra función que dependía de la cultura y el género para la codificación. Este tema de la cultura se retomara en un apartado posterior ya que también ha aportado datos interesantes en el estudio de la memoria autobiográfica.

## **Contenido**

Existen estudios que han encontrado diferencias de género en los datos contenidos en las narraciones de sus recuerdos. Por ejemplo, los recuerdos autobiográficos de las mujeres, tanto de su infancia como de etapas más cercanas, suelen estar centrados en temas de afiliación. Así, los recuerdos de su infancia suelen relacionarse con sus hermanos, los juegos o las relaciones con sus padres (Buckner y Fivush, 2000). La relación con los demás parece ser un elemento clave en los recuerdos de las mujeres sobre su pasado personal en cambio los recuerdos autobiográficos construidos por los varones, suelen centrarse en el dominio y la actuación, recordando sucesos en los que conseguían un objetivo, o de alguna manera eran autosatisfechos. Relacionado con este aspecto, otros estudios han encontrado diferencias con

respecto a la inclusión de personas o detalles en los recuerdos. Mientras los hombres no suelen dar muchos detalles y apenas aparecen otros personajes en sus recuerdos autobiográficos, en los relatos de las mujeres éstos aparecen continuamente. Todo ello ha hecho que la memoria autobiográfica de los hombres pueda caracterizarse como separada, independiente, y la de las de las mujeres como conectada o dependiente (Oyserman y Markus, 1993, cit. en Buckner y Fivush, 2000).

Neidzwienska (2003) aportó datos muy relevantes para los análisis comparativos de memoria autobiográfica en varones y mujeres, en un estudio donde se les pedía a los participantes que escribiesen de la manera más detallada posible los tres sucesos de su vida que recordarían con mayor claridad. Una vez construidos estos relatos, se les pedía que los puntuasen de 1 al 7 con respecto a la frecuencia del recuerdo, su importancia personal, la intensidad de la emoción etc. Los resultados de este estudio mostraron que los hombres solían relatar más sucesos de accidentes y viajes que las mujeres, mientras que éstas relataban acontecimientos tales como enfermedades, nacimientos o muertes en mayor medida que los hombres. En este mismo estudio, Neidzwienska (2003) consideró las dimensiones de agencialidad y comunión. La agencialidad se refiere a la existencia de un organismo como individuo, manifestándose los procesos de formación y separación. La dimensión de comunión se refiere la participación de una persona dentro de una organización más amplia, manifestándose a ella misma en contacto y unión.

Dentro de la dimensión de agencialidad existían las categorías de: autodominio, status/victoria, logros/responsabilidad y empoderamiento. Los temas de comunión eran amor/amistad, dialogo, cuidado y comunidad. Tomando en cuenta estas categorías, este estudio sólo encontró diferencias significativas dentro de la agencialidad en status/victoria, en la que los hombres tenían puntuaciones más altas y dentro de la categoría diálogo y cuidado, en la que la mayor puntuación la obtenían las mujeres. Estos resultados no mostraban diferencias significativas al comparar el total de recuerdos anotados en cada una de las dimensiones en hombres y mujeres. Otros estudios en los que se han tomado como variables, el género y los recuerdos autobiográficos, han encontrado que en sus recuerdos las mujeres se enfocan más en las interacciones interpersonales que los varones (Niedwieska, 2003), que los recuerdos personales de mujeres se enfocan más en temas de afiliación, mientras que en los varones los temas se centran en el dominio y la

actuación (Buckner y Fivush, 2000). Además, en los recuerdos personales de adolescentes, las mujeres incluyen más temas de comunión que los hombres y que los recuerdos de las mujeres sobre las relaciones del pasado, son más vívidos que las de los hombres

Algunas propuestas de las diferencias de género con respecto al contenido narrativo, se atribuyen a factores biológicos y sociales. Entre los biológicos destacan que estas diferencias se deben a la organización del cerebro (Persinger y Richard, 1995) o que las hormonas en las mujeres juegan un papel muy importante en las tareas de memoria episódica (Jacobs et al., 1998; Yonker, Eriksson, Nilsson, y Herlitz, 2003). En cuanto a la perspectiva social, el papel tradicional de las mujeres es la actuación como consejeras y comunicadoras esto sugiere que las narrativas de recuerdos del pasado, están subordinadas a las interacciones personales y el lenguaje apoya en particular tales interacciones. Por lo tanto, algunos estudios sugieren que esta diferencia proviene de los inicios del desarrollo del lenguaje, de las interacciones que tienen los padres y madres con hijos e hijas al hablar sobre sus recuerdos. (Ely, Gleason, y McCabe, 1996). La evidencia existente al respecto indica que la socialización específica de cada género es diferente, ya que a las mujeres más que a los hombres se les anima a enfocar sus narraciones a las relaciones y emociones y se promueve la comunicación al hablar de eventos del pasado. (Bauer et al., 2003; Ely et al., 1996; Fivush, Haden, y Reese, 2006; Reese, 2002).

Por este motivo, dado que las interacciones humanas son mediadas principalmente a través del lenguaje, los intercambios verbales son importantes en el momento de tratar los recuerdos autobiográficos. Además, las descripciones del discurso del pasado son herramientas muy ricas en contenido evaluativo y pueden contribuir en la intensidad con que se revocan los eventos (Labov, 1972). Es por esto que durante los últimos años, un creciente número de estudios, ha revelado el papel tan importante que desempeña la interacción cara a cara entre niños y adultos en el desarrollo y formación de sus narrativas autobiográficas (Pasupathi, 2001,; Fivush, 1997,; Fivush y Haden, 2003).

El contexto social juega un papel muy importante en el desarrollo de la memoria autobiográfica, ya que la forma en cómo aprenden hombres y mujeres a hablar y escuchar sobre eventos personales del pasado, interviene en cómo aprenderán a construir sus narrativas autobiográficas de determinada manera. Algunos investigadores han tomado como tema

de estudio fundamental las interacciones sociales, analizando situaciones de reminiscencia como una parte importante de las interacciones familiares (Fivush y Nelson, 2006; Reese y Farrant, 2003), prácticas de socialización que pueden influir en las maneras de recordar y evaluar eventos personales del pasado en hombres y mujeres. (Buckner y Fivush, 2000; Nelson y Fivush, 2004) e interacciones de padres y madres con sus hijos e hijas al co-construir una experiencia compartida en una atmósfera de colaboración. De esta manera, aunque estas narrativas son fundamentales para nuestra construcción individuos, las mismas no ocurren fuera del contexto social y cultural en que se producen. (Nelson, 2003).

Los estudios realizados desde esta perspectiva han revelado cuestiones importantes, por ejemplo que: A) Madres y Padres utilizan un discurso y estilo del discurso diferente al hablar con sus hijos y con sus hijas y B) Que existe una relación consistente entre los recuerdos de padres y sus niños.

Con respecto al primer punto, los estudios señalan diferencias entre hombres y mujeres en cuanto a la elaboración, volumen emocional, referencia a otros y autonomía al hablar sobre eventos del pasado entre padres e hijos. En lo que se refiere a la elaboración, se han identificado diferencias en los estilos narrativos según el grado de elaboración. El estilo de alta elaboración se caracteriza por situar la experiencia del pasado en un contexto amplio, es decir, cómo pasó, cuándo, dónde y con quién. Todos estos elementos se incluyen en la narrativa del evento. Sin embargo, un estilo de baja elaboración se caracteriza como más instrumental, con una narrativa más corta y enfocada más a la exactitud de la evocación del recuerdo. Al respecto, las investigaciones realizadas por Fivush y Reese (1992), Reese, Haden y Fivush, (1993) o Fivush, Haden y Reese (2006), entre otras, han demostrado que en las interacciones para hablar sobre eventos del pasado, los padres y las madres, utilizan un estilo más elaborativo con las niñas que con los niños. Ahora bien, en cuanto a volumen emocional, este aspecto, lo retomaremos más detalladamente en un apartado posterior. Enseguida se hablará sobre cómo se presenta la referencia a otros y la autonomía en las conversaciones madres e hijos. Así, por ejemplo, han rastreado el proceso de socialización a través de historias familiares que madres y padres cuentan a sus niños y niñas. Según los datos de este estudio, no existe diferencia entre padres y madres o entre hijos e hijas en los temas de afiliación y de logro en las narrativas. Sin embargo, sí se observan diferencias en temas de autonomía, en el sentido de que los hijos están más expuestos a este tema que

las hijas. Esto además, lo hacen con mayor frecuencia los padres que las madres. Ahora bien refiriéndose al segundo punto sobre la relación entre los recuerdos de padres e hijos, el estudio de Buckner y Fivush (2000) encuentra que cuando se pidió a los padres y madres que recordaran eventos de su niñez a sus hijos, madres y padres contaron más historias y se orientaron socialmente más hacia las niñas que a los niños. Estos datos nos aportan otro punto importante de las relaciones entre los recuerdos de los padres y los recuerdos de los niños. Varios estudios han explorado la relación entre los estilos que utilizan padres y niños al hablar de eventos pasados. Ello indica que hay un vínculo entre las maneras en que las madres y los padres actúan recíprocamente con sus niños y el formato de los recuerdos autobiográficos de estos niños (Fivush, 2007; Fivush & Fromhoff, 1988; Haden, 2003; Reese, Haden y Fivush, 1996; Reese y Fivush, 1993). Niños cuyas madres al hablar sobre eventos del pasado han usado una mayor orientación (quién, dónde, cuándo) y evaluación (cómo, por qué, condiciones emocionales) usarán más recursos de orientación y evaluación al hablar sobre eventos del pasado con un investigador (Haden, Haine & Fivush, 1997).

Teniendo cuenta todos los estudios expuestos en este apartado, las posibles diferencias de género en cuanto al contenido dependerán en gran medida de las diferentes maneras en que mujeres y hombres han aprendido a construir sus narrativas autobiográficas en las interacciones con otros. En este aspecto, hay que poner un énfasis especial en cómo se da la socialización de las emociones, ya que la cantidad y los detalles del discurso de tipo emocional se observa de manera diferente dependiendo del género (Fivush y Reese, 1992), sin descartar al igual el papel importante que juega la cultura.

## **Género y contenido emocional**

Una característica común en los informes autobiográficos de hombres y mujeres es su volumen emocional. Este asunto ha sido investigado de diferentes maneras: estudios sobre el recuerdo de los niños (Fivush y Kuebli, 1997) o recolecciones de adultos de eventos autobiográficos recientes (West y Bauer, 1999). En general, se ha observado que relatar experiencias pasadas liga a los recuerdos un alto contenido emocional.

La investigación ha revelado de forma consistente que cuando se pide a las personas que recuerden experiencias pasadas de sus vidas, la mayoría de las experiencias que se recuerdan son de naturaleza emocional (por ejemplo, Davis

y Schwartz, 1987; Dudycha y Dudycha, 1933). Respecto a la emocionalidad, algunos estudios señalan que los recuerdos de eventos personales en hombres y mujeres difieren en la inclusión de información emocional e interpersonal. Las mujeres usan una cantidad mayor y más variedad de palabras que indican emoción que los hombres al describir sus experiencias pasadas (Adams, Kuebli, Boyle, y Fivush, 1995.; Bauer et al., 2003; Fivush et al., 2003). Las mujeres no sólo incluyen un número mayor de referencias de sus propios estados emocionales, sino también un número mayor de referencias a estados emocionales de otros. Además, si se les pide evocar experiencias de vida de tipo emocional, las mujeres evocan más recuerdos de experiencias personales positivas y negativas que los hombres (Davis, 1999.; Fujita, Diener, y Sandvik, 1991; Seidlitz y Diener, 1998).

Con respecto a la evocación de recuerdos autobiográficos emocionales, existen dos hipótesis, la primera es la hipótesis de la intensidad del afecto y la segunda la hipótesis de estilos cognitivos. La hipótesis de la intensidad del afecto sugiere que las mujeres tienen una habilidad superior, tanto para experimentar como para recordar con una intensidad emocionalmente mayor, eventos de su vida en comparación con los hombres, ya que las mujeres logran codificar eventos personales de manera más intensa. (Fujita, Diener y Sanvic, 1991). Por el contrario la hipótesis de estilos cognitivos señala que las mujeres difieren de los hombres con respecto a su manera de codificar, evocar y pensar acerca de las experiencias emocionales y también en las estrategias que utilizan para generar respuestas durante pruebas de memoria de tipo experimental (Seidlitz y Diener, 1998).

Siguiendo la hipótesis de estilos cognitivos, un estudio realizado por Piefke et al. (2005) sugiere que la existencia de diferencias relativas en mecanismos neurales subyacentes a la recuperación de memorias de tipo emocional autobiográfico podría apoyar la hipótesis de estilos cognitivos, ya que lo que esto refleja es el uso de estrategias cognitivas específicas distintas en hombres y mujeres cuando se evalúan memorias autobiográficas. El estudio concluye que, a pesar de que estas estrategias sean distintas, tanto hombres como mujeres lograron evocar exitosamente eventos de su pasado.

En un estudio de Davis y Schwartz (1987) en el que se analizó el contenido emocional se encontró que éste era significativamente superior en el caso de las mujeres. Los resultados mostraron que las mujeres puntuaron más alto en cuanto a importancia personal o carga emocional. Pero mujeres

y hombres no sólo recordaron distintos tipos de episodios, sino que también describieron los eventos que recordaban de manera diferente. En mayor medida que los hombres, las mujeres situaron sus experiencias personales en un contexto interpersonal, incluyendo en más ocasiones a otras personas en sus recuerdos. Además, sus narraciones incluían más información sobre aspectos emocionales de los sucesos. Esto nos señala que las mujeres (en sus conductas y autoconcepto) se definen más en relación con los demás que los hombres. (Neidzwienska ,2003)

Waldfoegel (1948) menciona que las diferencias de género en la estratificación de la emoción pueden ser particularmente pertinentes para entender el impacto que tiene el género en la memoria autobiográfica. Quizá se deba a que desde muy temprano en la vida, las mujeres socializan y procesan recursos de información emocional en mayor medida que los hombres. Una consecuencia importante de esto es el enriquecimiento de la complejidad de conexiones asociativas entre las representaciones conmemorativas de eventos emocionales. Dado que la mayoría de los recuerdos autobiográficos es emocional por naturaleza, esto debe mejorar la accesibilidad de recuerdos autobiográficos más en las mujeres que en los hombres.

Davis (1999) encontró que cuando a hombres y mujeres se les pide evocar recuerdos de la niñez, las mujeres evocaban más recuerdos emocionales que los hombres. Sin embargo hombres y mujeres no difirieron en la evocación de recuerdos no-emocionales. Fujita, Diener y Sandvik (1991), por su parte, encontraron una ventaja en las mujeres con respecto a los hombres en la evocación de recuerdos emocionales con valencia positiva y negativa. Las mujeres evocaban más eventos felices e infelices que los hombres, datos que concuerdan también en la investigación de Davis (1999). Los resultados de estos estudios muestran diferencias de género consistentes en la emocionalidad. Las mujeres son más emocionales que los hombres, sus recuerdos emocionales están llenos de una variedad más grande con respecto a los hombres, y en ellos aparecen más escenas interpersonales de carácter interpersonal (Davis, 1999). En contraste, estudios como el de Bloise y Johnson (2007) no mostraron ninguna diferencia de género en el reconocimiento de la memoria para la información emocional o neutra. Sin embargo este estudio destaca que el nivel de sensibilidad emocional que tenga un individuo es un predictor más fuerte de su recuperación de recuerdos de tipo emocional que su género, sugiriendo que la memoria para la información emocional no sólo está determinada por

el género, sino también refleja la sensibilidad de una persona a la información emocional en su ambiente.

Estas diferencias de género en cuanto al volumen emocional de recuerdos autobiográficos también se han encontrado en el relato de experiencia del pasado en niños. Las narraciones de eventos del pasado en niños y niñas no difieren en cuanto a su emocionalidad, para la edad de 6 años. Sin embargo, al recordar eventos pasados, las niñas después de los 6 años usan un mayor número y variedad de palabras relacionadas con emociones que los niños. (Adams, Kuebli, Boyle y Fivush, 1995; Kuebli, Butler y Fivush, 1995).

Otros estudios han sugerido que estas diferencias pueden atribuirse a los papeles sociales desempeñados según el género y con las tendencias o motivaciones dominantes en mujeres y hombres. En concreto se refieren a agencia y comunión (Bakan, 1966 citado por Jayme y Sau, 2004). La agencia es una tendencia motivacional por la que las personas se orientan al Yo, mientras que la comunión se orienta hacia los otros y a la relación con ellos. Al respecto, se ha encontrado que las mujeres tienden más a la comunión y buscan conexiones íntimas con otras personas, y los hombres se orientan mayormente hacia la agencia, siendo más independientes y prefiriendo la separación. En la revisión de literatura al respecto, podemos encontrar diferencias de género respecto de la cognición, motivación, emoción y la interacción social. Estos estudios sugieren que los hombres están menos dispuestos o preparados para expresar sus emociones, ya que ello amenaza su sentido de confianza en sí mismos y su autonomía. Es decir, las emociones los llevan a la vulnerabilidad, a la ansiedad, al miedo y a la tristeza.

Por lo tanto, existe una base importante para considerar que las diferencias anteriores se derivan de la manera en que los padres intervienen en el proceso de socialización y conversación al evocar recuerdos de experiencias del pasado (Fivush, 2007). En el contexto de las conversaciones entre los padres y sus hijos, sobre las experiencias del pasado, las madres y los padres utilizan mayor variedad de condiciones emocionales con las hijas que con los hijos (Adams et al. 1995), tal como destacamos en el apartado anterior.

Fivush (1998) y sus colegas han sugerido que las mujeres desde niñas oyen y usan vocabulario más amplio y variado para contar sus experiencias emocionales. De esta manera, suelen entender las emociones como personalmente significativas y pensar y hablar más sobre sus recuerdos de una forma más emocional que los hombres. (Fivush y Kuebli, 1997; Reese,

Haden y Fivush, 1996.) Al respecto, en el estudio realizado por Bloise & Johnson (2007), cuyo objetivo fue analizar las diferencias de género en la información de memoria autobiográfica, emocional y neutra, se encontró que las mujeres evocaron información más emocional que los hombres. Y cuando la información neutra fue acentuada, las mujeres evocaron información más neutra que los hombres. Además, las mujeres incluyeron unidades de significado de la escritura y evaluaciones más emocionales. Una explicación de esto es que las mujeres emplean estrategias para organizar la información de sus experiencias debido a la práctica. (Davis, 1999). El apoyo para esta hipótesis se asocia con los estudios de memoria autobiográfica en la niñez temprana y en la madurez. Investigaciones con padres e hijos indican que al hablar de cosas pasadas, las niñas empiezan a informar recuerdos más elaborativos y detallados más temprano que los hombres, aproximadamente 70 meses. Ello probablemente como resultado de que las madres y padres usan un estilo más elaborativo al hablar de experiencias pasadas con sus hijas que con sus hijos (Fivush, 1998).

Apoyando esta perspectiva, en un estudio longitudinal con niños de tres años y medio a seis años por Adams, Kuebli, Boyle y Fivush, (1995) se encontró que madres y padres hablan de manera diferente sobre las emociones del pasado con sus hijos e hijas, es decir, cuando hablaban con sus hijas, sobre todo al referirse sobre la tristeza, madres y padres hablaban de manera más detallada y más amplia, con ellas que con los hijos, además aunque no se encontraron diferencias entre niños y niñas de los 3 años  $\frac{1}{2}$ , a la edad de 6, se observó que las niñas hablaban tres veces más que los niños sobre las emociones. Estos datos llevaron a los autores a concluir que estas diferencias podrían explicarse, por lo menos en parte, por las diferencias en el proceso de socialización. Cuando los padres hablan más sobre emociones, más con sus hijas que con sus hijos, pueden estar dando implícitamente una instrucción a sus hijas: que las emociones son un aspecto importante de su experiencia. Al respecto, existe más evidencia que corrobora este punto, ya que se ha identificado que los hijos e hijas de madres que hablan más sobre emociones con sus hijos e hijas. También tienden a hablar más sobre sus experiencias emocionales de eventos del pasado (Kuebli, Butler y Fivush, 1995). Otro estudio realizado por Fivush, Brotman, Buckner y Goodman (2000), con niños de nivel preescolar, encuentra que madres y padres tienden a hablar de una manera más amplia y analizar las causas de la emoción de tristeza, más con

sus hijas que con sus hijos, a pesar del hecho de que las niñas no hablaron más sobre esta emoción que los niños. Al igual, este estudio reveló como aspecto importante, el hecho de que ambos tanto madres como padres, se enfocaron más en las relaciones interpersonales al hablar con sus hijas que sus hijos.

Bird, Reese y Tripp (2006) también hallaron diferencias en la interacción madre-niño al hablar sobre eventos del pasado. Estas autoras encontraron más conversaciones sobre eventos del pasado con niñas que con niños, estas diferencias, sin embargo, eran selectivas, es decir, dependían de las emociones que se estaban hablando entre padres y niños. Por ejemplo, los padres eran capaces de proporcionar más explicaciones para el enojo con sus hijos que con sus hijas. También era más probable referirse a negar las emociones, al discutir el enojo con sus hijos que con sus hijas. De igual manera, un modelo similar se observó para los eventos aterradores. De esta manera se observa como los padres fueron más elaborativos al discutir el enojo con sus hijos que con sus hijas. En contraste, los resultados para los eventos aterradores no son consistentes con estudios anteriores. Por lo tanto se necesita una mayor investigación para examinar a detalle la naturaleza de las diferencias en las conversaciones que tienen los padres con sus hijos e hijas y la relación con el volumen emocional específico que se maneja en estas interacciones.

Como conclusión, los estudios sobre las interacciones adulto-niño, se han enfocado en un nivel interactivo, y han proporcionado evidencia de modelos estables y estilos de recordar los eventos personales de manera diferente en hombres y en mujeres, ya que en situaciones de reminiscencia, se expone más a las mujeres que a los hombres a discursos más elaborados, con más conexión con otros, con una mayor carga emocional y con un menor énfasis en la autonomía. (Cala y De la Mata, 2006; 2010). Sin embargo, hay que prestar mayor atención a la investigación de las diferencias de aspectos ligados a la emoción en las narrativas de memoria, en hombres y mujeres (Fivush 1998; Fivush y Kuebli 1997), pues existe poca evidencia de las diferencias en cuanto a volumen emocional en las experiencias emocionales de adultos (West y Bauer, 1999), e incluso menos investigación sobre la diferencias en cuanto a volumen emocional de recuerdos autobiográficos de mujeres y hombres adultos. La investigación, limitada en este aspecto, se ha centrado en los recuerdos de adultos sobre su niñez. (Buckner y Fivush, 2000; Davis 1999).

Diversos estudios señalan que más que hablar de diferencias de género per se, debemos considerar que éstas dependen en gran medida del contexto

específico en que se desenvuelven las personas. (Cala, 2004; Cala y De la Mata, 2006; Deux y Mayor, 1987). Por ejemplo, las narrativas de mujeres y hombres difieren, no sólo por el destinatario, sino también por la familiaridad del contexto. Buckner y Fivush (2000), por ejemplo, demostraron que los recuerdos autobiográficos de mujeres y hombres son diferentes en una situación del laboratorio y que algunas de estas diferencias desaparecieron cuando se llevaron a cabo en un contexto más familiar. Por otra parte, cabe destacar que la relación entre el género y la memoria autobiográfica no es unidireccional, sino bidireccional, pues las maneras diferentes de recordar los eventos personales en las mujeres y hombres pueden representar un factor importante que contribuye al desarrollo de formas diferentes de identidad personal. En todo caso, estas cuestiones deben ser investigadas a profundidad en el futuro. (Cala y De la Mata, 2006). Tomando como punto de partida el contexto social, a continuación se hablará sobre el tema de la relación entre memoria autobiográfica y cultura.

## **Memoria autobiográfica y cultura**

El estudio de la relación entre la cultura y la memoria autobiográfica es un tema de investigación importante en los últimos años. Estos estudios han demostrado variaciones en el estilo y volumen de recuerdos autobiográficos que describen personas de diversas culturas. Además, se ha analizado el modo en que los valores culturales predominantes participan en la manera en cómo se forman recuerdos autobiográficos de los miembros de estas culturas. Un ejemplo de ello son los valores que se transmiten de manera implícita, sobre todo a través de prácticas de socialización en que los padres y los niños conversan sobre el pasado (Fivush, 2007; Fivush, Haden y Reese, 2006; Wang, 2006). El número de estudios sobre la relación entre la memoria autobiográfica y la cultura, sin embargo, es limitado, y se ha enfocado mayormente a culturas americanas, asiáticas (chinos, coreanos, japoneses) y hay podríamos decir pocos o muy limitados estudios al respecto en culturas mediterráneas, latinoamericanas, musulmanas o europeo-orientales.

Desde el enfoque histórico-cultural se afirma que los procesos psicológicos individuales tienen un origen social y es a través de las interacciones que se van modelando, en una realidad mediada por herramientas culturales de carácter semiótico, siendo el lenguaje el instrumento más poderoso (Wertsch, 1999).

Por este motivo, resulta de gran interés estudiar los procesos psicológicos a través de un análisis genético que permita ver sus orígenes sociales y el desarrollo que experimentan en la interacción con el medio social, prestando atención al discurso como herramienta cultural que media los distintos procesos psicológicos (Sala, 2008).

Hablando ya específicamente de la memoria autobiográfica, los recuerdos son, en primera instancia, individuales, aunque para analizarlos debemos ir más allá del individuo. Estos son afectados por cómo el modo en que se producen los discursos sociales y cómo estos se incorporan a la experiencia individual. En ese sentido, los recuerdos se vuelven construcciones sociales y culturales. La estructura y volumen de los recuerdos autobiográficos reflejan los motivos centrales y los afectos de un individuo, es decir, los aspectos más importantes de su identidad. Sin embargo, en el proceso de recuperar recuerdos autobiográficos se encuentra involucrado el contexto en general y los factores (por ejemplo el estado de humor de la persona) que influyen en la recolección de una memoria específica. (Conway y Pleydell-Pearce, 2000;; Conway y Rubin, 1993). Un estudio realizado por Nakash y Brody (2006) sobre el efecto de los roles sociales en la recuperación de recuerdos de memoria autobiográfica pone de manifiesto que éstos son dependientes del tipo de situación en que se produce la emergencia de los recuerdos. Los resultados corroboran que el contexto social puede influir en la recuperación de memoria autobiográfica y como los papeles sociales influyen en la calidad afectiva y la presencia y proporción de temas de agencia y comunión en los recuerdos autobiográficos. Los resultados de este estudio señalan la importancia de los efectos de los roles sociales sobre la memoria autobiográfica.

Uno de los aspectos que han recibido más atención en estudios transculturales de memoria autobiográfica es el que se refiere a la edad del primer recuerdo (Wang, 2001, 2006b; Wang, Conway y Hou, 2004). Los resultados muestran evidencia de que en grupos culturales que dan gran importancia al pasado personal, el primer recuerdo es más temprano que en otros grupos culturales (Mullen y Yi, 1995;; Macdonald, Uesiliana y Hayne, 2000). Un ejemplo es cuando se pide que evoquen su recuerdo más temprano de la niñez, los adultos asiáticos informan eventos que fechan después de más de seis meses que los europeos y americanos (MacDonald, Uesiliana y Hayne, 2000; Mullen y Yi, 1995; Wang, 2001; Wang y Ross, 2005). Se piensa que esta variación cultural en la edad del primer recuerdo puede estar relacionada con

diferencias en las concepciones culturales del Yo (Markus y Kitayama, 1991; Mullen y Yi, 1995,; Wang, 2001). En este sentido, Markus y Kitayama (1991) distinguen la construcción del yo en dos dicotomías: el Yo independiente y el Yo interdependiente. Según Markus y Kitayama, el Yo independiente es característico de angloamericanos y culturas del norte y centro de Europa. Este Yo independiente es considerado como una entidad separada y autónoma, definida por un repertorio único de rasgos, capacidades, pensamientos y sentimientos. Este enfoque tiende a afirmar la unicidad, así como conservar la individualidad, la singularidad y la independencia. De esta forma el Yo tiende a permanecer relativamente consistente ante diversas situaciones. En contraste, el Yo interdependiente es característico de culturas no-occidentales (culturas asiáticas, culturas africanas, latinoamericanas). En este caso, el Yo es experimentado como parte de un tejido social (Markus y Kitayama, 1991). En el caso del Yo interdependiente, sus límites tienden ser más fluidos e incluir a otros significativos. Al mismo tiempo, el concepto del Yo tiende a ser menos estático y más contextualizado y situado. Estas diferencias entre el Yo independiente y el Yo interdependiente son observadas principalmente en distintos aspectos y experiencias relacionadas con la expresión de emociones, procesos cognoscitivos, atribuciones y razonamiento moral o motivación de logro, entre otros (Markus y Kitayama, 1991), sin embargo, a pesar de la utilidad de estas dos distinciones, muchos investigadores culturales han criticado esta dicotomía.

Las diferencias culturales observadas en los recuerdos más tempranos de adultos son consistentes con las diferencias culturales en los estilos de habla sobre el pasado de padres e hijos. (Fivush y Fromhoff, 1988,; Fivush, Haden y Adam, 1995,; Tessler y Nelson, 1994). Así, por ejemplo, Wang, Leichtman y Davies (2000) encontraron diferencias culturales en los estilos de las conversaciones madre-hijo acerca de sucesos pasados. Mientras que las madres americanas adoptaron un estilo de alta elaboración al hablar de recuerdos del pasado con sus hijos, las madres chinas adoptaron un estilo de baja elaboración. Por ejemplo un estudio hecho por De la Mata, et al., (2011) hecho con estudiantes universitarios de tres culturas, españoles, mexicanos y daneses encontraron diferencias culturales respecto al primer recuerdo, donde la edad del primer recuerdo, tanto los estudiantes daneses como los españoles es más temprana (casi un año antes) que los mexicanos reafirmando que en las culturas más orientadas a la independencia o más individualistas

el primer recuerdo suele situarse a una edad más temprana que en culturas más orientadas a la interdependencia o colectividad, al igual este estudio encuentra diferencias respecto a la especificidad y género, donde en la muestra danesa los recuerdos de las mujeres fueron más específicos, mientras que en la muestra mexicana ocurrió lo contrario. En el caso de los españoles no hubo diferencias de especificidad entre mujeres y hombres. Y Finalmente, respecto al análisis narrativo los primeros recuerdos de los participantes de las culturas más individualistas promueven un yo más independiente (los daneses y los españoles), evidenciaron una mayor presencia de predicados de verbos cognitivos y de expresiones metacognitivas que los de los mexicanos. Estas diferencias pueden reflejar las diferencias subyacentes en los valores culturales y expectativas que involucran el desarrollo de Yo. Otro ejemplo de ello es que mientras la cultura americana los niños son animados a desarrollar una autobiografía independiente orientada a sí mismos, en la cultura china impera un estilo interactivo que pone mayor énfasis en la conexión interpersonal y a la responsabilidad social. Estos y otros estudios nos revelan que el estilo que adoptan al hablar sobre el pasado padres e hijos es un factor muy importante en el desarrollo de la memoria autobiográfica del niño (Nelson y Fivush, 2004; Reese, 2002; Wang, 2006), y que, además estas conversaciones son el eslabón crítico entre la memoria autobiográfica y la concepción del yo.

Al respecto, cabe mencionar que la cultura rodea al niño desde su concepción, pero es en la etapa lingüista cuando penetra en mayor medida en su sistema cognitivo, ya que el signo lingüístico es el vehículo más importante de transmisión cultural. Mediante la palabra los progenitores construyen el mundo al que se enfrentan sus hijos, llaman su atención sobre algunos aspectos de la realidad, desatienden otros, hacen comentarios cargados de valoraciones, y les narran historias que siempre responden a un determinado marco cultural. Todo ello contribuye a que el ser humano trascienda de los niveles de conocimiento como anticipación del medio existentes en otras especies y avance progresivamente hacia el logro de una comprensión cultural del yo (Santamaría & Montoya, 2008)

Existe abundante evidencia de que los padres que proporcionan el marco y los elementos de una narración durante el transcurso de esos diálogos influyen en la forma en que los niños recuerdan los acontecimientos (Fivush, 1991, 1994; Fivush y Reese, 1992; Wang y Fivush, 2005; Fivush y Nelson, 2006; Howe, et al., 2003; Nelson, 1993; Nelson y Fivush, 2000; Wang, 2006)

ya que proporcionan al niño el marco para reconstruir su experiencia.

Por ejemplo con adolescentes un estudio hecho por Rotarescu (2014) donde se trabajó con dos muestras de estudiantes de secundaria procedentes de familias desestructuradas y normales se encontró una relación relativamente moderada, pero significativa entre los factores socio-familiares y el contenido cognitivo y emocional de sus recuerdos autobiográficos. Sin embargo, el tamaño y la fuerza de dicha relación entre los factores de entorno familiar y contenido autobiográfico varía con la edad siendo más bajo en los adolescentes con mayor edad en comparación con los datos obtenidos en sujetos más jóvenes. Esto confirma la idea de una creciente potenciación de la individuación del adolescente en relación a su familia, que se ve reflejado en el contenido de sus memorias evocadas. Curiosamente en los recuerdos autobiográficos se observan cambios en el contenido del recuerdo independientemente de la edad del evento evocado, lo que refuerza la idea de la memoria autobiográfica vista como una reconstrucción del pasado en función de las características del presente y del contexto.

Otro aspecto importante que se ha encontrado que pueda influir en la narraciones de recuerdos autobiográficos es el grado de escolaridad, debido a que la educación formal es un escenario fundamental para la socialización, transmisión y recreación de los valores sociales. Entonces, la narrativa se puede considerar la materia prima (o, más bien, las herramientas) que permiten la existencia de una memoria que es más que una mera colección de hechos y acontecimientos aislados, por un lado, y de un yo (percibidos como) de una forma continua y coherente. Es, en suma, una construcción discursiva que está mediada, como cualquier narrativa, por las herramientas semióticas que el individuo se apropia a través de su vida. (Santamaría y Martínez, 2005).

La apropiación de las herramientas semióticas está relacionada con la participación en diferentes contextos socioculturales. Estas herramientas semióticas son tomadas de los discursos sociales ya que la gente se encuentra expuesta a (valores, roles de género y estereotipos) y discursos de los familiares y conocidos (las transacciones con otros significativos), en donde tiene gran influencia la educación formal. Al respecto existen estudios como el hecho por De la mata, et al (2008) que en sus resultados al analizar narrativas autobiográficas de los participantes muestra evidencia de la relación entre la experiencia escolar y la referencia a los estados mentales. Señalando la necesidad de profundizar en el análisis de la relación entre la educación

formal, la memoria autobiográfica y el autoconcepto.

Debido a que en todas las culturas inculcan sus mitos a sus miembros, ya sea explícitamente mediante lenguaje, oral o escrito, o mediante rituales. Pese a que la memoria autobiográfica consista en algo altamente personal e idiosincrásico, es bien cierto que nunca escapa a sus limitaciones culturales. Sin el marco cultural del tiempo, el espacio y la estructura social, la/s historia/s del yo carecerían de contexto. El marco sociocultural temporal de una vida proporciona así la estructura narrativa que sitúa los episodios autobiográficos específicos dentro de un todo organizado. Narrarse a sí mismo supone, de alguna manera, reconstruirse continuamente y, por tanto, construir la propia identidad (Santamaría & Montoya, 2008)

Un concepto crucial aquí será el de significado. En muchos sentidos, el recordar autobiográfico no puede entenderse sin referencia al significado. El significado constituye una instancia fundamental para el estudio de la memoria autobiográfica enmarcada en la historia de la cultura a la que se pertenece. En esta línea, Nelson (1993) subraya la importancia de aquellos eventos cuyo significado hace que pasen a formar parte de la *historia de la vida* del sujeto. Por su parte, Neisser coincide con Nelson cuando afirma que los eventos significativos al constituir una narrativa de vida, son una de las formas de definir el yo y situarlo cultural e históricamente. Entonces, la narrativa resulta un medio extremadamente apropiado para la exploración del yo, o más precisamente, para la construcción de este en los contextos culturales de tiempo y espacio. Esta forma narrativa consiste, pues, en una invención cultural que puede ser adoptada por los sujetos para organizar sus propios recuerdos autobiográficos (Nelson, 2003), de modo que cada sujeto construya su propia narrativa vital individual, aunque inserta, necesariamente, en el marco sociocultural que define qué es apropiado recordar, cómo recordarlo, y qué es significativo para el yo (Fivush y Haden, 2003).

No se puede terminar este apartado sin hablar de la importancia del contexto, se señala que, este engloba los aspectos constantes y fijos que tienen existencia al margen del sujeto concreto que actúa en ese contexto, este enfoque contextual propone una noción de cognición substancialmente distinta a la que predomina en la psicología cognitiva en general y en la psicología transcultural en particular. Y parte de una visión de lo cognitivo como proceso activo que se “*sitúa fuera de la cabeza del individuo*”, esto significa que lo cognitivo relaciona al individuo y al contexto a la vez, entonces se

sitúa entre el individuo y el contexto dando una perspectiva orientada a la actividad. (Cubero y De la Mata, 2005). Por lo tanto, estudiar la memoria autobiográfica desde esta perspectiva nos aportará datos relevantes de cómo actúa el individuo en su contexto y como por ende se va dando la construcción de la identidad personal.

A manera de resumen de este libro, se puede concluir que la memoria autobiográfica se distingue por su funcionalidad como un sistema de memoria que retiene hechos y acontecimientos de la propia vida, siendo así una memoria referida al Yo, un sistema de memoria organizado de manera jerárquica en una microestructura (períodos vitales, sucesos generales y sucesos específicos) y una macroestructura, que se refiere al desarrollo de la misma a lo largo del ciclo vital del sujeto (con fenómenos como la amnesia infantil, el pico de reminiscencia y efecto de recencia).

Se han mencionado también las diferentes metodologías, encuestas, cuestionarios, historias de vida etc., que se han utilizado para el estudio de la memoria autobiográfica. Mismos que requieren de mayor utilización y la combinación de diversas metodologías para su estudio.

La recuperación de recuerdos autobiográficos es un proceso en el que intervienen diferentes componentes que se relacionan entre sí, teniendo un conocimiento autobiográfico base, dentro de un sistema de memoria a largo plazo. El acceso a él depende de diferentes componentes y factores. Este es un proceso muy interesante, ya que los componentes como: las claves, el lenguaje y la narrativa, las emociones, la imaginación y el proceso como tal, son componentes que aunque se han estudiado por separado, funcionan integralmente cuando se trata de acceder a un recuerdo autobiográfico, al igual el tema de la especificidad de los recuerdos autobiográficos que como se mencionó en el apartado referente a este tema, hay estudios que señalan la relación que tiene el acceso a recuerdos autobiográficos específicos, con trastornos psicológicos (depresión y estrés postraumático), experiencias traumáticas, emociones, llegando a desarrollarse un estilo cognitivo muy particular de recuperación de recuerdos autobiográficos específicos, llegando a utilizar la sobre generalización del recuerdo y al bloqueo emocional, incluso de emociones de tipo negativo. Referente a ello se ha visto como el apoyo social tiene un efecto moderador ante el trauma y la especificidad de memoria autobiográfica, tema que debe investigarse con mayor profundidad, tanto en poblaciones clínicas como no clínicas.

Al igual el libro señala la importancia de la relación de la memoria autobiográfica con el concepto del Yo, ya que, tomando como referencia diferentes estudios, la memoria autobiográfica surge alrededor del tercer año de vida y contribuye a la emergencia del concepto del Yo (Nelson 1993, 2003), con la aparición del lenguaje, ésta se convierte en mediadora del proceso y permite a su vez convertir los recuerdos en narrativas autobiográficas.

Desde una perspectiva socio-cultural, se puede señalar que el género se concibe, no como un rasgo individual, sino como un rasgo emergente de la situación social, y que es importante en la construcción de la identidad. Así, algunos estudios que han analizado la relación entre género y memoria autobiográfica han obtenido diferencias y otros estudios no. Quizá esto se deba a que las diferencias y semejanzas dependen mucho del contexto específico en que se han realizado dichos estudios. Por lo tanto, se afirma la importante relación entre la memoria autobiográfica y el Yo, ya que la memoria autobiográfica se encuentra involucrada en la construcción de la identidad del sujeto, dándole a los recuerdos autobiográficos diferentes significados, brindando claves cognitivas y emocionales para interpretarlas y formas culturales para compartirlas. En todos estos procesos, el lenguaje y la narrativa sirven como herramientas para darle un sentido al Yo, situando al individuo en un grupo cultural, con el cual comparte diferentes experiencias de eventos personales. Ello contribuye a la creación y desarrollo de la identidad personal, donde las interacciones sociales tienen un papel muy importante en la construcción de recuerdos autobiográficos, teniendo como punto de partida el estilo y tipo de conversación entre padres e hijos al hablar sobre eventos del pasado.

Además los diferentes contextos culturales que cuentan con diferentes formas, rituales, mitos, y concepciones específicas del yo (independiente-dependiente, por ejemplo). Sin duda, tienen una gran influencia en la construcción del yo del individuo y en el desarrollo de la memoria autobiográfica. Memoria autobiográfica y Yo no deben considerarse fenómenos psicológicos aislados y reclusos dentro de la mente de los individuos. Más bien, están interrelacionados en las construcciones del significado dentro de los escenarios culturales donde el significado constituye una instancia fundamental para el estudio de la memoria autobiográfica enmarcada en la historia de la cultura a la que pertenece el individuo. Es así como el recordar autobiográfico da luz a una subjetividad histórica, que articula su narrativa personal con la de otros

en una trama de significados y que dan por resultado la construcción de una identidad. (Santamaría & Montoya, 2008).

Teniendo como marco principal el estudio de las narrativas autobiográficas. La narrativa entonces, ofrece un modelo que permite integrar la diversidad, la inestabilidad y/o la discontinuidad en la permanencia en el tiempo. Es decir, el relato logra esta unidad temporal por medio de la construcción de la trama. Las personas necesitamos recomponer nuestra narrativa. La construcción de ésta nos permite tener una representación personal de quiénes somos y esta representación se desarrolla en el marco del proceso dialéctico relacional. Por lo tanto, las narrativas autobiográficas están vinculadas directamente en la construcción o el sentido del Yo, y esto a su vez, influenciado por los contextos sociales como la cultura o la familia, de ello se hablará en el siguiente capítulo y como esta construcción del Yo se puede ver influenciada por las experiencias de trauma.

## Lista de referencias

- Adams, S., Kuebli, J., Boyle, P. A., & Fivush, R. (1995) Gender differences in parent-child conversations about past emotions: A longitudinal investigation. *Sex Roles*, 33, 309- 323.
- Barclay, C. R., & Subramanian, G. (1987) Autobiographical memories and self-schemata. *Applied Cognitive Psychology*, 1, 169-182.
- Barclay, F.C. & Smith, T.S. (1992) Autobiographical remembering: Creating personal culture. En M.A. Conway, D.C. Rubin, H. Spinler & W.A. Wagenaar (Eds.), *Theoretical perspectives on autobiographical memory*. Dordrecht: Kluwer/Academic Press. (pp. 75-97).
- Bauer, P.J., Stennes, L. & Haight, J.C. (2003) Representation of the inner self in autobiography: Women's and men's use of internal states language in personal narratives. *Memory*, 11, 27-42.
- Bloise, S.M. & Johnson, M.K. (2007) Memory for emotional and neutral information: gender and individual differences in emotional sensitivity. *Memory*. 15(2) 192-204
- Brewer, W.F. (1986) What is autobiographical memory? En D.C. Rubin (Ed.) *Autobiographical memory* Cambridge: Cambridge University Press. (pp. 25-49).
- Bruner, J. (1987) Life as narrative. *Social Research*, 54, 1-17.
- Buckner, J.P., & Fivush, R. (2000) Gendered themes in reminiscing. *Memory*, 8, 401-412.
- Cala, M.J. (2004). *Psicología del género. Proyecto Docente*. Universidad de Sevilla.
- Cala, M.J. y de la Mata, M.L.(2010) *Género, identidad y memoria autobiográfica*. *Estudios de Psicología*, 31, 1-18.
- \_\_\_\_\_ (2006) Escenarios de actividad e identificación de género. Un estudio de grupos de discusión en educación de personas adultas. En MA rebollo (ed.) *Género e interculturalidad: Educar para la igualdad*. Madrid, Lamuralla. (pp. 197-214).
- Conway, M. A. & Pleydell-Pearce, C.W. (2000) The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*, 107, 206-288.
- Conway, M.A., Rubin, D.C., Spinler, H. & Wagenaar, W.A. (1992) *Theoretical perspectives on autobiographical memory*. Dordrecht, The Netherlands: Kluwer.
- Crawford, M. (1995) *Talking Difference: On Gender and Language*. *Gender and*

- Psychology series, Hardcover.
- \_\_\_\_\_ (2006). *Transformation. Women, gender and psychology*. Nueva York: McGraw-Hill
- Crawford, M. & Chaffin, R. (1997) The meanings of difference: Cognition in Social and cultural context. En P.J. Caplan, M. Crawford, J.S. Hyde & J.T.E. Richardson (eds.) *Gender differences in human cognition*. Oxford: Oxford University Press.
- Cubero, M. y De la Mata M. L. (2005) Cultura y procesos cognitivos. En Cubero, M. et al. *Vigotsky y la psicología contemporánea. Cultura, mente y contexto*. Ed. Niño y Davila. Madrid, España. (pp. 47-79)
- Davis, P. (1999) Gender differences in autobiographical memory for childhood emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 498–510.
- Davis, P. & Schwartz, G.E. (1987) Repression and the inaccessibility of affective memories. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52,155-162.
- De Gloma, T.E. (2009) *Autobiography, memory and the social logic of personal Discovery*. Dissertation for the degree of Doctor of Philosophy. University of New Jersey
- De la Mata Benítez, M. L., Santamaría Santigosa, A., Hansen, T. G. B., Ruiz. L. (2011) Memoria autobiográfica, narrativa y concepciones del yo: Un estudio transcultural. *Revista Mexicana de Psicología*, 28 (2), 183-191
- De la Mata Benítez, M. L., Santamaría Santigosa, A., Hansen, T. G. B., Ruiz-Ramos, L., & Ruiz, M. L. (2008). Culture, autobiographical memory and self. Formal schooling as a sociocultural activity.. Abstract from International Conference on Cultural and Activity Research, San Diego, United States.
- Deux, K. & Mayor, B. (1987) Putting gender into context: An interactive model of gender-related behavior. *Psychological Review*, 94, 369-389.
- Dudycha, G.J., & Dudycha, M.A. (1933) Some factors and characteristics of childhood memories *Child Development*. 4, 265–278.
- Ely, R., Gleason, J.B. & McCabe, A. (1996) “Why didn’t you talk to your Mommy, Honey?”: Parents’ and Children’s Talk About Talk. *Research on Language & Social Interaction*. 29 (1) 7-25
- Fiese BH, Skillman G. (2000). Gender differences in family stories: moderating influence of parent gender role and child gender. *Sex Roles* 43(5/6) 267-283
- Fivush, R. (2007) Maternal reminiscing style and children’s developing understanding of self and emotion. *Clinical Social Work*, 35, 37-46.

- \_\_\_\_\_ (1998) The stories we tell: How language shapes autobiography. *Applied Cognitive Psychology*, 12, 483-487.
- \_\_\_\_\_ (1994) Constructing narrative, emotion, and self in parent-child conversations about the past. En U. Neisser & R. Fivush (Eds.), *The remembering self: Construction and accuracy in the self-narrative*. New York: Cambridge University Press. (pp. 136-157).
- \_\_\_\_\_ (1991) The social construction of personal narratives. *Merrill-Palmer Quarterly*, 37, 59-82.
- Fivush, R., Berlin, L., Sales, J.D., Mennuti-Washburn, J., & Cassidy, J. (2003) Functions of parent-child reminiscing about emotionally negative events. *Memory*, 11, 179-192
- Fivush, R., & Fromhoff, F. A. (1988) Style and structure in mother-child conversations about the past. *Discourse Processes*, 11, 337-355.
- Fivush, R., Haden, C. A., & Adams, S. (1995) Structure and coherence of preschoolers' personal narratives over time: Implications for childhood amnesia. *Journal of Experimental Child Psychology*, 60, 32-56.
- Fivush, R., Haden, C. A., & Reese, E. (2006) Elaborating on elaborations: The role of maternal reminiscing style in cognitive and socioemotional development. *Child Development*. 77, 1568-1588
- Fivush, R., & Kuebli, J. (1997) Making every day events emotional: The construal of emotion in parent-child conversations about the past. In N. Stein, P.A. Ornstein, C.A. Brainerd, & B. Tversky (Eds.), *Memory for everyday and emotional events*. Hillsdale: NJ: Erlbaum. (pp. 239-266).
- Fivush, R. & Nelson, K. (2006) Parent-child reminiscing locates the self in the past. *British Journal of Developmental Psychology*, 24, 235-251.
- Fivush, R., & Reese, E. (1992) The social construction of autobiographical memory. In M. A. Conway, D. Rubin, H. Spinnler, & W. Wagenaar (Eds.), *Theoretical perspectives on autobiographical memory*. Dordrecht, The Netherlands: Kluwer Academic. (pp. 115-134).
- Fivush, R., Brotman, M., Buckner, J. P., & Goodman, S. H. (2000). Gender differences in parent-child emotion narratives. *Sex Roles*, 42, 233-253.
- Fujita, F., Diener, E. & Sanvic, E. (1991) Gender differences in negative affect and well-being: the case for emotional intensity. *Neuroimage*, 61, 427-434.
- Haden, C.A., Haine, R., & Fivush, R. (1997) Developing narrative structure in parent-child conversations about the past. *Developmental Psychology*, 33, 295-307.
- Hayne, H., & MacDonald, S. (2003) The socialization of autobiographical memory

- in children and adults: The roles of culture and gender. En R. Fivush & C. A. Haden (Eds.), *Autobiographical memory and the construction of a narrative self: Developmental and cultural perspectives*. Mahwah, NJ: Erlbaum. (pp. 99–120).
- Janssen, S. M. J., Chessa, A. G., & Murre, J. M. J. (2005) The reminiscence bump in autobiographical memory: Effects of age, gender, education and culture. *Memory*, 13, 6, 658-668.
- Jayme, M. & Sau, V. (2004). *Psicología diferencial del sexo y género: Fundamentos*. ( 2ª. Edición). Ed. Icaria. Barcelona, España.
- Kuebli, J., Butler, S., & Fivush, R. (1995). Mother–child talk about past emotions: Relations of maternal language and child gender over time. *Cognition and Emotion*, 9, 265–283.
- Labov, W. (1972) *Sociolinguistic patterns*. Philadelphia, PA: University of Pennsylvania Press
- Linton, M. (1982) Transformations of memory in everyday life. En U. Neisser (ed.), *Memory observed: Remembering in natural context*. San Francisco: Freeman
- MacDonald, S., Uesiliana, K., & Hayne, H. (2000). Cross-cultural and gender differences in childhood amnesia. *Memory*, 8, 365-376.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991) Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.
- Mullen, M. K. & Yi, S. (1995) The cultural context of talk about the past: Implications for the development of autobiographical memory. *Cognitive Development*, 10, 3, 407-419.
- Nakash, O & Brody, L. (2006) The effects of social roles and personality motives of autobiographical memory. *Sex Roles*, 54 (1/2), 39-56.
- Neimeyer, G. J., & Metzler, A. E. (1994) Personal identity autobiographical recall. En U. Neisser & R. Fivush (Eds.), *The remembering self: Construction and accuracy in the self-narrative*. Cambridge: Cambridge University Press. (pp. 105-135).
- Neisser, U. (1994) Self-narratives: True and false. En U. Neisser y R. Fivush. *The remembering Self: Construction and accuracy in the self-narratives*. Cambridge: Cambridge University Press. (pp. 1-18).
- Nelson, K. (2003) Self and social functions: Individual autobiographical memory and collective narrative. *Memory*, 11, 125–136.
- Nelson, K. (2001). Language and the self: From the “Experiencing I” to the “Continuing me”. En C. Moore & K. Lemmon (Eds.), *The self in time: Developmental Perspectives*. Erlbaum. (pp. 15-34)
- \_\_\_\_\_ (1996). *Language in cognitive development: The emergence of the mediated mind*. New York: Cambridge University Press

- \_\_\_\_\_ (1991) *Events, narratives, memory: What develops?* Ponencia presentada en The Minnesota Symposium in Child Development, Emotion and Memory, Institute for Child Development, Institute of Minnesota.
- Niedzwienska, A. (2003) Gender differences in vivid memories: Autobiographical memory and self. *Sex Roles*, 49, 321-331.
- Pasupathi, M. (2001) The social construction of the personal past and its implications for adult development. *Psychological Bulletin*, 127, 651-672.
- Persinger, M.A. & Richards, P.M. (1995) Vestibular experiences of humans during brief periods of partial sensory deprivation are enhanced when daily geomagnetic activity exceeds 15–20 nT. *Neuroscience Letters*. 194:1-2, 69-72
- Piefke, P. H., Weiss, K., Zilles, H, Markowitsh, J. & Fink, G. (2005) Gender differences in the functional neuroanatomy of emotional episodic autobiographical memory. *Human brain map*, 24, 4, 3313-3324.
- Potter, J. & Wetherel, M. (1987) *Discourse and Social Psychology*, London, SAGE Publ. Ltd.
- Resse, E. (2002) Social factors in the development of autobiographical memory: The state of art. *Social development*, 11, 124-142.
- Reese, E. (2002) A model of the origins of autobiographical memory. In J. W. Fagen & H. Hayne (Eds.), *Progress in Infancy Research*, Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates. , Vol. 2 (pp. 215-260).
- Reese, E., & Fivush, R. (1993) Parental styles of talking about the past. *Developmental Psychology*, 29, 596-606.
- Reese, E., Haden, C. & Fivush, R. (1996) Mothers, fathers, daughters, sons: Gender differences in reminiscing. *Research on Language and Social Interaction*, 29, 27-56
- Reese, E., & Farrant, K. (2003). Origins of reminiscing in parent – child relationships. In R. Fivush & C. A. Haden (Eds.), *Autobiographical memory and the construction of anarrative self: Developmental and cultural perspectives* (pp.29 – 48). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Robinson, J.A. (1992b) First experience memories: Contexts and fuction in personal histories. En M.A. Conway, D.C. Rubin, H. Spinler & W.A. Wagenaar (eds.), *Theoretical Perspectives on Autobiographical Memory* London: Kluwer Academic. (pp. 223-239).
- Rotarescu, V. S. (2014) The differences in the content of autobiographical memory due to family factors in adolescents. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 127,702 – 706
- Rubin, D.C., Rahhal, T.A. & Poon, L.W. (1998) Things learned in early adulthood are remembered best. *Memory & Cognition*, 26, 3-19.

- Rubin, D.C. Schulkind, M.D. & Rahhal, T.A. (1999) A Study of Gender Differences in Autobiographical Memory: Broken Down by Age and Sex. *Journal of Adult Development*. Springer Netherlands, 6,1, 61-71.
- Rubin, D. C., Wetzler, S. E., & Nebes, R. D. (1986) Autobiographical memory across the adult lifespan. In D. C. Rubin (Ed.). *Autobiographical memory*. Cambridge, England: Cambridge University Press. (pp. 202–221).
- Ruiz, L., De la Mata, M. & Santamaría, A. (2006) Autobiographical memories and self-descriptions in Mexican and Spanish college students. *Comunicación presentada al I ISCAR Congress*. Sevilla, Septiembre 2005.
- Sala, A. (2008) *Construcciones Identitarias en el contexto histórico-cultural: Identidades lésbicas, historias de vida y discursos sociales*. Tesis doctoral inédita. Universidad de Sevilla.
- Santamaría, A. y Montoya E. (2008) La memoria autobiográfica: el encuentro entre la memoria, el yo y el lenguaje. *Revista Estudios de Psicología de la Fundación Infancia y Aprendizaje*. 29,3, 333-350.
- Santamaría, A. & Martínez, MA. (2005) La construcción del significado en el marco de una psicología cultural: el pensamiento narrativo. In M. Cubero & J.D. Ramírez (ed.) *Vygotski en la psicología contemporánea*. Buenos Aires: Miño y Dávila.
- Seidlitz, L., y Diener, E. (1998) Sex differences in the recall of affective experiences. *Journal. of Personality and Social Psychology*, 74, 1, 262-271
- Tessler, M., & Nelson, K. (1994) Making memories: The influence of joint encoding on later recall. *Consciousness and Cognition*, 3, 307-326.
- Vigotski, L.S. (1978) *Mind in society: The development of higher psychological processes*. En M. Cole, V. John-Steiner, S. Scribner, & E. Souberman, (Eds.) Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Waldfoegel, S. (1948) The frequency and affective character of childhood memories. *Psychological Monographs*, 62, 291.
- Wang, Q. (2006) Relations of maternal style and child self-concept to autobiographical memories in Chinese, Chinese immigrant, and European American 3-year-olds. *Child Development*, 77,6, 1794–1809.
- \_\_\_\_\_ (2006b). Relations of maternal style and child self-concept to autobiographical memories in Chinese, Chinese immigrant, and European American 3-year-olds. *Child Development*.
- \_\_\_\_\_ (2001) Cultural effects on adults' earliest childhood recollection and self-description: Implications for the relation between memory and the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 2, 220-233.
- Wang, Q., Conway, M. A., & Hou, Y. (2004) Infantile amnesia: A cross-cultural

- investigation. *Cognitive Sciences*, 1, 1, 123-135.
- Wang, Q. & Fivush, R. (2005). Mother-child conversations of emotionally salient events: Exploring the functions of emotional reminiscing in European American and Chinese Families. *Social Development*, 14, 3, 473-495.
- Wang, Q., Leichtman, M. D., & Davies, K. (2000) Sharing memories and telling stories: American and Chinese mothers and their three-year-olds. *Memory*, 8, 3, 159–177.
- Wang, Q. & Ross, M. (2005). What we remember and what we tell: The effects of culture and self-priming on memory representations and narratives. *Memory*, 13, 6, 594-606.
- Wertsch, J. (1999). *La mente en acción*. Buenos Aires: Aique.
- West, T. A., & Bauer, P. J. (1999) Assumptions of infantile amnesia: Are there differences between early and later memories? *Memory*, 7, 257-278
- Williams, J.M.G., & Broadbent, K. (1986) Autobiographical memory in suicide attempters. *Journal of Abnormal Psychology*, 95, 144-149.
- Yonker, J.E; Eriksson, E.; Nilsson, L.G. & Herlitz, A. (2003) Sex differences in episodic memory: Minimal influence of estradiol. *Brain and cognition*. 52 (2) 231-238.

# 4

## Narrativa autobiográfica, trauma y construcción del Yo



En los anteriores capítulos se han abordado temas como: los conceptos básicos de la memoria autobiográfica, los procesos de recuperación, el lenguaje, la cultura y el género que construyen la identidad de una persona. En este capítulo se vuelven a tratar estos temas, teniendo como principal marco de referencia la narrativa autobiográfica, las experiencias en trauma y cómo esto se encuentra relacionado con la construcción del Yo.

Se definirá la narrativa, los elementos básicos que componen la estructura narrativa y el pensamiento narrativo. A continuación, en un segundo apartado, se hablará sobre el papel de la narrativa en la construcción del Yo y específicamente de su relación con la memoria autobiográfica. En el apartado final se abordará el tema de la narrativa de los recuerdos autobiográficos en las experiencias de trauma y el papel del apoyo social en la construcción de la propia identidad.

## **Narrativa**

Narrar es relatar, contar, referir, informar acerca de algo, y ese algo debe tener algún sentido, cierto significado para quien narra y para quien escucha o lee la narración, al respecto, los teóricos de la narrativa han identificado dos modalidades de su uso considerándola un modo de discurso o un modo de pensamiento. Como un modo de discurso, Lavob (1997) define a la narrativa como una técnica lingüística específica para informar acerca de los eventos pasados. Este autor señala que la narrativa es fiel a tener una estructura formal, es decir, las narrativas son patrones privilegiados de discurso que juegan un papel central en cada conversación. Esfuerzos por definir otros eventos del discurso con una precisión comparable han mostrado que la narrativa es el prototipo, quizás el único ejemplo de un evento del discurso bien formado con un principio, un medio, y un fin.

Jerome Bruner (1988) postula a la narrativa como un modo de discurso (igual que Lavob) y como modo de pensamiento, al respecto señala la existencia de dos modalidades: de pensamiento: la narrativa y la paradigmática. Esta última es la modalidad lógico-científica, interesada en describir y analizar fenómenos, crea sistemas argumentativos con altos grados de coherencia basados en premisas, desarrolla categorías específicas, relaciones de taxonomía y causas generales. La imaginación en este tipo de modalidad da como resultado una teoría sólida, un análisis preciso, argumentaciones firmes

y descubrimientos empíricos guiados por hipótesis razonadas. Es la capacidad de ver conexiones formales posibles antes de poder probarlas de algún modo formal. La narrativa, en cambio, produce buenos relatos, obras dramáticas, crónicas históricas creíbles. A diferencia de la paradigmática, se ocupa de las intenciones y acciones humanas y de las vicisitudes y consecuencias que marcan su transcurso. Trata de situar la experiencia en el tiempo y en el espacio. Se ocupa de lo particular, de lo cotidiano y, lo más importante, se ocupa de la condición humana. Ambas modalidades de pensamiento son formas distintas de dar sentido a nuestra experiencia y ambas son de igual importancia puesto que crean conocimiento.

Sin embargo, la modalidad narrativa posee una característica que no posee la otra y es que en un relato deben construirse dos panoramas simultáneamente. Uno es el panorama de la acción, donde encontramos agentes, intenciones, metas, situaciones, instrumentos, y el otro es el panorama de la conciencia: lo que saben, piensan o sienten, o dejan de pensar, saber o sentir los que intervienen en la acción.

De este modo, en la narración hay una realidad psíquica expresada. La estructura narrativa, además de ser la base de los géneros más importantes de la literatura, también nos permite darle sentido a nuestra experiencia cotidiana. Vivimos inmersos en una trama de conversaciones con diversas estructuras genéricas y una de ellas es la narración. Lo importante de la narración es que es un modo de conocer fundado en las intenciones humanas y no en la causalidad como el otro modo, el paradigmático. Y al tratarse de un discurso fundado en las intenciones humanas y, por otra parte, al expresar una realidad psíquica, entran en juego en él las evaluaciones que los seres humanos establecen sobre ellos mismos, sobre sus acciones y sobre las cosas del mundo, y esto es algo que interesa fundamentalmente porque permite la expresión de valores éticos relacionados con las acciones y las emociones que se mueven en ellas.

Las narrativas son, por consiguiente, los recuentos de percepciones y realidades experimentadas. Además, son modalidades y estrategias que nos permiten relacionarnos con el mundo, construyendo narrativas, los individuos elaboran planes específicos para el manejo de su realidad y consecuentemente sus interacciones sociales y su actuación en los contextos culturales, es así como el sentido y el significado de los eventos se construyen culturalmente, pues se encuentran inmersos en la cultura. Por lo tanto, el significado adopta una forma

que es pública y comunitaria en lugar de privada y autista (Bruner, 1990).

Por ejemplo, la cultura da a la actuación humana un marco interpretativo, dotándola de significado, ello ocurre a partir de imposición de patrones inherentes a los sistemas simbólicos de cada cultura: sus modalidades de lenguaje y discurso, las formas de explicación lógica y narrativa y los patrones de vida comunitaria mutuamente interdependientes. Es así como el sentido que la gente otorga a sus actos y sus experiencias se encuentra en la manera en cómo se narran los sucesos en la realidad y la forma en cómo se construyen, en donde la narrativa es el medio que permite acceder a tales sentidos (Bruner, 1990).

McAdams, Josselson, y Lieblich (2006) proponen al igual que Mishler (1995) distintos procedimientos teóricos y analíticos para investigar la narrativa. Los primeros tiene que ver con la referencia y la relación entre la organización temporal de los eventos y su representación narrativa; los segundos con la coherencia textual, la lógica, la estructura, y cómo se logran éstos a través del uso de estrategias narrativas; y los terceros con los aspectos psicológicos, los contextos culturales, y sociales y la función de las narrativas (Mishler, 1995). Sobre todo, cuando estas interpretaciones son aplicadas a la identidad y al yo. Desde esta perspectiva, “El sentido del yo se construye en la narración” (McAdams, Josselson, y Lieblich, 2006, p. 138).

En resumen, la narrativa resulta un recurso esencial para traer experiencias al conocimiento consciente. En cualquier punto en el tiempo, nuestro sentido de identidad, incluyendo a nosotros mismos, es un resultado de nuestra implicación subjetiva en el mundo. Entonces, la narrativa regula esta implicación. Las narrativas personales dan forma a cómo atendemos y nos sentimos sobre diferentes acontecimientos (Ochs y Capps, 1996). Ahora en el siguiente apartado se hablará sobre los elementos básicos de la narración.

## **Elementos básicos de la narrativa**

Con respecto a los elementos básicos que debe contener la estructura narrativa, Bruner (1990) introduce cuatro elementos que considera cruciales para organizar narrativamente las experiencias:

- 1.-La agencialidad.- Lo define como el medio que enfatiza la acción humana, la acción dirigida a determinadas metas y controlada por agentes.
- 2.-El orden secuencial de los eventos.- Que los acontecimientos y estados

se encuentren “alineados” de un modo típico.

3.-La voz del narrador.- La perspectiva de un narrador, una voz que lo cuente.

4.-La sensibilidad para lo canónico.- Una sensibilidad para lo que es apropiado, y sobre todo, lo que viola dicha canonicidad en la interacción humana (lo excepcional)

A través de la narración establecemos un vínculo entre la experiencia interna y el mundo externo. Este hecho conecta al individuo con la cultura, en un intento de resolver un problema, de aclarar una situación determinada en la que se rompe el equilibrio entre el mundo “externo” y el mundo “interno”. De esta manera, la narración nos permite marcar lo que es inusual y dejar de marcar lo que es habitual, lo canónico, para fijar la atención en lo que a nuestro juicio puede parecer insólito, en aquello que rompe la regla. Según Bruner, esto podemos hacerlo mediante el uso de relatos en los que damos razones que interpretan y justifican el comportamiento extraño o desviado de la norma. El relato consistirá así en la descripción de un “mundo posible” en el que se busca encontrar sentido o significado a lo excepcional. El relato se hace pues necesario cuando el individuo es consciente de dicho desequilibrio que le lleva intentar explicarlo mediante una narración (Santamaría & Martínez, 2005).

El relato, según Bruner (1990) se define como una serie de personajes con intenciones o metas que realizan acciones en contextos, empleando determinados instrumentos. Por lo tanto, Bruner (1990) sostiene que una narración está compuesta de una secuencia de sucesos, estados mentales, acontecimientos, en los que participan una serie de personajes, en la que el relato, el sentido y la referencia guardan entre sí relaciones que permiten organizar la experiencia de forma narrativa. De la cultura va a depender la capacidad para resolver conflictos, explicar las diferencias y negociar los significados compartidos.

En otro sentido, Lavob (1972) propone otra forma de estructurar las narrativas. Las historias que las personas narran a amigos y conocidos, comienzan generalmente en primer lugar, como una especie de abstract, en el que el hablante anticipa a manera de síntesis de lo que va a hablar. El abstract sirve para interrumpir el intercambio interactivo entre interlocutores y para indicar que el narrador pretende comenzar, y que aquello de lo que se va a hablar puede ser interesante para el auditorio.

En una segunda fase existe la orientación, en la que se proporcionan los elementos contextuales básicos para orientarse en el relato, quién es el protagonista de la historia, cuándo y dónde sucede. La importancia de esta fase consiste en proporcionar los parámetros indispensables para la comprensión o el uso estratégico de esta información, es decir, el narrador pretende reproducir en sus oyentes el mismo efecto que el suceso produjo en él, y por tanto, puede manipular deliberadamente la secuencia narrativa para adaptarla a la experiencia real vivida.

Y una tercera fase, que es la de complicación, en esta se encuentra el suceso central de la historia, el “núcleo necesario”. Es el problema que debe ser resuelto y que lleva a la acción a los protagonistas del relato. Por último, estaría una fase de resolución, que sirve para cerrar la historia, que se coloca en un tiempo pasado y la coda en la que se trae al oyente o lector a la situación inicial.

Dentro de una estructura más específica y completa de la narrativa Bruner (1986, 1990) propone una serie de propiedades que debe tener la narración, las cuales son:

- Que los hechos están dispuestos bajo la forma de proceso temporal y poseen una duración concreta.
- Que la narración trata exclusivamente de hechos y cuestiones específicas relativas a las personas, que se refiere a sucesos humanos, donde los principales sujetos de estos sucesos, las personas, llevan a cabo acciones y están movidos por metas e ideales concretos, en resumen estos sujetos son analizados desde su capacidad de poseer estados mentales, donde la representación de un suceso u objeto definido en la narración debe sopesar un valor de realidad externa, es decir, en una narración no se puede hablar en términos de verdadero y falso, de real o imaginario, sino sólo de verosimilitud, verosimilitud que estará determinada, no por su naturaleza referencial, sino por la coherencia del relato.
- Que los sucesos que componen una historia pueden interpretarse sólo y exclusivamente en relación con el contexto general en que se incluyen. La narración se produce siempre a partir de un determinado punto de vista del “narrante” y es recibida en función del punto de vista del “oyente”. El significado de la narración no sólo depende de los signos y de su organización, sino también de los “interpretantes”, es decir de la representación que los interlocutores poseen del mundo.

Esta representación está ligada al lenguaje y al sistema simbólico-cultural en el que se desenvuelve una persona.

- Además, la narración presenta una fase de proceso “normal” en la que las cosas se desarrollan según lo esperado. Sin embargo, en la narración, en un momento dado, se produce la ruptura de esta normalidad, sucede un imprevisto, un suceso repentino que genera una situación de desequilibrio, haciéndose que se desvíe el curso de los hechos, por lo tanto, la narración afronta contemporáneamente lo canónico y lo excepcional.
- Que para que una narración esté completamente conformada debe tener 5 elementos: actor, acción, objetivo, escena e instrumento. La narración se desarrolla según un nivel de realidad incierto.

Al tener un espacio entre la realidad y la imaginación, los interlocutores pueden pactar el significado que han de atribuir a la narración. Así como en el terreno literario existen tipos de relato como la tragedia, la comedia, la farsa, etc., se puede pensar en géneros similares en el caso de las narraciones que construimos a partir de la vida diaria. Por lo tanto, es importante saber cómo se construyen los significados de la narración y esto se logra a través de analizar cómo se produce el pensamiento narrativo, entonces en el siguiente apartado se hablará de ello.

### **Narrativa y construcción de significados (pensamiento narrativo)**

En la actualidad cada vez resulta más claro que el ser humano es, sobre todo, un ser que habla, que se comunica (con los demás y consigo mismo). Podríamos afirmar que el discurso lo mediatiza todo: el conocimiento, la relación con el mundo, con el “otro”, con uno mismo, etc...

El lenguaje y la comunicación conforman y dan sentido a las experiencias con los otros y con nosotros mismos. Bruner (1990) afirma que la narración trata sobre la acción y la intencionalidad humanas. Tradicionalmente se ha venido considerando que dos son los modos en los que podemos organizar nuestras experiencias y construir significados: uno más lógico y formal propio de la ciencia, y otro más cercano al llamado “sentido común” por el que los seres humanos, al interactuar unos con otros, crean, interpretan y narran significados. (Santamaría & Martínez, 2005) El nivel de intencionalidad se coloca dentro de la intimidad del actor de la historia y este se coordina con el

otro nivel más evidente, el de la acción, por lo tanto, acción e intencionalidad, forman parte de la composición pentagonal, que define los elementos mínimos de la “acción social”. El modo en que estos elementos se organizan, determina el equilibrio o desequilibrio de esta acción.

De esta manera, el principio de que un comportamiento (acción) sucede siempre dentro de un contexto (escena) y tiende a alcanzar una meta (objetivo) mediante una estrategia concreta (instrumento) es la base de toda teoría del desarrollo del pensamiento (Smorti, 2001). La composición pentagonal, antes que ser una propiedad de la narración es una característica de la inteligencia sensoriomotora. Paralelamente, la composición pentagonal es así mismo parte integrante de las relaciones sociales, tanto porque objetivos e instrumentos pueden referirse a personas o a valores sociales, como porque esta articulación entre sujeto, acción, objetivo e instrumento sucede dentro de una escena, es decir, en un ambiente físico-social.

En los últimos años el trabajo de algunos autores (por ejemplo: Bruner, 1986,1990; Sengers, 2000) nos ha permitido hablar del desarrollo de una psicología narrativa, que va más allá de la mera narratología, de la teoría literaria y que está más preocupada por los individuos. Específicamente por cómo estos construyen significados de los acontecimientos de sus vidas, e incluso por cómo los seres humanos parecen reconocer y comprender la conducta intencional en términos de narrativas (Sengers, 2000), la psicología narrativa concibe a la narración como una acción eminentemente social y discursiva, como algo más que un conjunto de géneros literarios o una categoría particular de habla. Más bien sería un modo básico, quizá el más básico, de comprensión humana, en el procedimiento por el que los individuos organizan su experiencia en las transacciones con el mundo social.

Desde niños aprendemos a comunicarnos y lo hacemos en función de los contextos en los que nos encontremos desarrollando un sentido de lo que es aceptable o normativo. En dichos contextos, elaboramos los significados que son comunes para los miembros de un determinado grupo social. La narración se constituye como uno de los instrumentos más relevantes para organizar y comunicar nuestras experiencias y para elaborar estos significados. Por lo tanto, la narración es un modo de pensamiento, un recurso que poseemos los seres humanos para elaborar, interpretar y reinterpretar los significados, en suma, para construirlos. En palabras de Bruner (1996), para dar sentido y organizar las experiencias y para elaborar estos significados, las narraciones

pueden ser fácticas o imaginarias, son secuenciales y elaboran vínculos entre lo excepcional y lo canónico.

Lo corriente o habitual hace referencia al comportamiento que se espera de la gente con respecto a la situación en que se encuentre, según Barker (1995; citado por Bruner, 1998) “*se espera que la gente se comporte de acuerdo con las situaciones con independencia de cuáles sean sus papeles*” (p. 59).

Esta situación funciona en el comportamiento de una persona, pero rige igualmente para el discurso de la narración como para la acción, es decir, el relato de un discurso no tiene necesidad en muchas ocasiones de mayores explicaciones, se experimenta como algo canónico y, por consiguiente, se explica a sí mismo. En cambio, cuando las personas se encuentran ante una excepción de lo corriente y se le pide a alguien que explique qué está pasando, la persona a la que se interpelló contará prácticamente una historia en la que habrá razones. Además, la historia casi invariablemente consistirá en la descripción de un mundo posible en el que se hace que, de algún modo, la excepción que se ha encontrado tenga sentido o significado. Todas estas historias son elaboradas para otorgar significado a la conducta excepcional, de una manera que implica tanto un estado intencional en el protagonista (una creencia o deseo) como algún elemento canónico de la cultura.

La función de la historia, entonces, es que la persona encuentre un estado intencional que disminuya o que haga comprensible la desviación respecto al patrón cultural canónico (Bruner, 1998). Esto lleva a querer mostrar y describir, a partir de la psicología popular, la forma en que los seres humanos, al interactuar entre sí, crean un sentido de lo canónico y lo ordinario que se constituye en telón de fondo al interpretar y narrar el significado de lo inusual, de aquello que se desvía de los estados normales de los seres humanos.

Bruner (1996) propone tres formas primitivas de contextualización que hacen posible esta construcción de significados. Estos tres marcos en los que situamos nuestras acciones y que las constituyen son: lo intersubjetivo, lo instrumental y lo normativo. La intersubjetividad se centra en la idea de que los seres humanos situamos los acontecimientos, las interacciones, las expresiones, etc., en un “espacio simbólico” que definimos como compartido con nosotros., De esta manera, gran parte del proceso de construcción de significados depende en gran medida del desarrollo de visiones o nuestros actos de habla afecten a nuestros interlocutores. Señala que los tres marcos descritos van a operar a través de dos modos o sistemas de pensamiento de

segundo orden que harán posible la construcción de significados. Es decir, se sirven para su funcionamiento de dos modos de acción y pensamiento que permiten combinar estos marcos de diferentes maneras, que son: el sistema proposicional (paradigmático-argumentativo) y el sistema narrativo (sintagmático-narrativo). Ambos generan significados y suponen modos de conocimiento complejos. El primero promueve la abstracción y el segundo, ordena los acontecimientos desde el marco espacio-temporal.

El pensamiento narrativo busca ordenar la experiencia en un espacio y tiempo determinado, agrupa los elementos que la contienen con conexiones particulares y los separa cuando es conveniente. Utiliza, pues, el conocimiento de la vida cotidiana y lo transforma. Se ocupa de los deseos, de las creencias, de las intenciones de las personas, y se desarrolla a partir de otras acciones y otros productos culturales que tienen que ver con la vida cotidiana y que terminan conformando nuestro pensar narrativo.

La narración y el modo de pensar narrativo no dejan de ser una destreza que se aprende a lo largo de actividades que se van desarrollando en los diferentes contextos de práctica en los que participan los seres humanos a lo largo de su desarrollo. En este sentido, Wertsch (1998) considera la narrativa como un instrumento cultural en forma de una acción regulada, que tiene el propósito de narrar el pasado. Esta consideración de la narración como un instrumento cultural implica el reconocimiento de la coherencia como un mecanismo básico a la hora de organizar la experiencia. La habilidad narrativa, en términos de acción regulada, deberá entonces ser dominada. (Santamaría, 2000). Entonces, la narración no es un simple reflejo de la realidad, es más una construcción, es donde se hace posible la comprensión de la realidad y tiene la capacidad de dar sentido y organizar nuestra experiencia, por lo que constituye una forma de pensamiento.

Mediante lo narrativo negociamos y renegociamos los significados. Así, nuestro desarrollo se ve enormemente ayudado por estos recursos narrativos que nos permiten dar significado a nuestras experiencias y a las de otros. Bruner (1990) afirma que el logro de tal habilidad no es únicamente mental o individual, sino también o sobre todo, social. La tendencia humana a organizar la experiencia de un modo narrativo es prioritaria sobre la conceptual. Somos capaces de comprender y producir relatos, mucho antes de que seamos capaces de manejar proposiciones lógicas (Santamaría & Martínez, 2005). Como señala Bruner (1990) la capacidad para “contar” nuestras experiencias en

forma de una narración, se constituye en un instrumento para dar significado que domina gran parte de nuestra vida, por lo tanto, la naturaleza cultural de nuestras acciones nos fuerza a ser narradores.

Como conclusión de este apartado, se señala que el pensamiento narrativo encuentra su campo de aplicación en el mundo social, dado que intenta ofrecer una interpretación de los hechos humanos, creando una historia basada en la intencionalidad de los actores y en la sensibilidad del contexto. Por lo tanto, la historia conforma un modelo interpretativo de las acciones sociales humanas. Desde el punto de vista lingüístico, el pensamiento narrativo es sintagmático, en el sentido de que el eje de su lenguaje es horizontal y se refiere a todas las opciones sintácticas posibles para concatenar las palabras o las frases entre sí. Al buscar la lógica de las acciones humanas, el pensamiento narrativo se mueve en el nivel de la intención, intentando reconstruir la riqueza de cada caso concreto, la construcción de una historia no es un proceso arbitrario, debe respetarse en cierto grado la coherencia, a pesar de su naturaleza temática, de su composición hermenéutica y de su dependencia del contexto (Smorti, 2001). El pensamiento narrativo trabaja sobre entidades concretas y específicas, y transforma lo abstracto en concreto, valora en mayor medida la intensión en la búsqueda del significado y se ocupa de un sector particular, el de los procesos mentales y sociales. La narrativa está relacionada con la memoria autobiográfica, la construcción del Yo y por ende con la identidad.

## **Narrativa, memoria autobiográfica y construcción del Yo**

### **Narrativa y memoria autobiográfica**

Las narrativas consisten en recolecciones de la experiencia individual que son afectadas por influencias sociales y culturales, por lo tanto, los seres humanos escogemos deliberadamente poner énfasis en ciertos recuerdos e intentamos olvidar otros, lo cual da coherencia a nuestras vidas (Singer y Rexhaj, 2006; Singer, Rexhaj, & Baddeley, 2007). No sólo es que se intenten olvidar cosas del pasado consideradas como malas o negativas, sino también aquellos recuerdos que no encajan con nuestras concepciones actuales del Yo (Kihlstrom, Beer & Klein, 2002).

Todos tenemos miles de recuerdos y muchas maneras de interpretar nuestros recuerdos. Y no podemos incorporarlos todos en nuestra historia de vida, por ello seleccionamos elementos particulares de nuestro pasado que encajan con la manera en que queremos percibirnos y que nos perciban en la sociedad. Esto no es una idea nueva, hay muchos factores que influirán en el modo en que se recuerdan los eventos de manera selectiva, cómo se interpretan, y cómo se cambian.

La investigación reciente considera que la interacción social juega un papel importante en la psicología del desarrollo. A su vez, el que un niño aprenda a hablar sobre su pasado con otros juega un papel muy importante en el desarrollo de su memoria. La mayoría de estas investigaciones se centran en el estudio de la memoria autobiográfica y asume que la interacción socio-comunicativa con otros es importante, en particular porque la emergencia de este tipo de recuerdos tiene una conexión directa con el Yo. Un ejemplo de ello son los estudios de Nelson sobre el desarrollo de la memoria humana, y diversas teorías que describen cómo influye la interacción social en la emergencia de los recuerdos autobiográficos (Fivush, 1991; Reese, 2002; Welch-Ross, 1997). Los defensores de este acercamiento sugieren que la memoria autobiográfica surge en el desarrollo humano, que tiene un origen social y que se construye a través de las interacciones sociales con otros (Fivush y Reese, 1992; Nelson, 1993; Nelson y Fivush, 2004).

De esta manera, el niño aprende a implicarse en cierto tipo de conversaciones sobre su pasado con otros y da un paso crucial en el desarrollo cognoscitivo y social que permite la emergencia de un nuevo tipo de memoria. Hoerl (2007) señala que el papel de tal interacción social en el desarrollo de la memoria es fundamental y que la relación entre la interacción social y la memoria sólo se puede estudiar a través de la narrativa. Nelson (1993) destaca la importancia de la narrativa desde la niñez en el desarrollo de la memoria autobiográfica, la idea de que el niño adquiera habilidades narrativas al momento de contar recuerdos, lo hace socialmente accesible, a su vez, también le permiten localizar los eventos que recuerda dentro de una historia común, y servirle con un papel social, adquiriendo a través de sus narraciones del pasado la habilidad de integrar sus propios recuerdos de eventos particulares dentro de un esquema socialmente compartido. El niño, al mismo tiempo, adquiere medios de representación que le permiten la integración de tales recuerdos. De esta manera, Nelson afirma que el sentido

básico de las narrativas es que son una estructura crucial para el recuerdo de eventos del pasado.

En un artículo de Nelson y Fivush (2004) se establecen los ingredientes básicos para el desarrollo de la memoria autobiográfica, defienden que los niños en su desarrollo adquieren el lenguaje y las habilidades narrativas a través de la participación en conversaciones con otros sobre el pasado. Estas conversaciones juegan un papel fundamental, ya que permiten darle un sentido al pasado, refieren que el hablar sobre eventos experimentados con los padres le permite al niño no sólo incorporar fragmentos de las narrativas sobre su pasado, sino que también le proporciona una manera de organizar la memoria que repercutirá en la recuperación de estos recuerdos en el futuro, además, le proporciona el andamiaje para entender el orden y las situaciones específicas de un tiempo personal.

En la construcción de la narrativa autobiográfica el individuo desarrolla constantemente una actividad de construcción, lectura e interpretación de la propia experiencia. Construye su historia, teje su trama y le da una forma narrativa. Entonces, las historias de vida se basan en los hechos autobiográficos, pero éstas van más allá de los hechos en sí, desde el momento en que las personas eligen selectivamente cuáles hechos, y dentro de estos, cuáles facetas van a tomar como bases de la construcción de la historia de vida, estas irán conformando su identidad personal. (Sala, 2008). Bluck, & Habermas (2000) mencionan que el objetivo de la construcción narrativa es alcanzar una coherencia causal, capaz de explicar cómo un evento puede haber causado una transformación personal y una coherencia temática, capaz de encontrar un tema, valor o principio que pueda integrar distintos episodios en la vida personal.

Conway y Pleydell-Pearce (2000) mencionan que la modulación de la construcción de las memorias funciona según los objetivos que controlan el sistema de memorias personales del individuo. Las memorias autobiográficas son codificadas y re-evocadas en función de los objetivos personales que rigen al Yo. Así, la habilidad de compartir una narrativa autobiográfica coherente y rica se desarrolla a través de la historia de interacciones con los adultos, el lenguaje sirve como un vehículo para establecer el patrón narrativo utilizado al hablar sobre el pasado.

La perspectiva interaccionista del desarrollo de la memoria autobiográfica sugiere que a través de experiencias que consisten en hablar de cosas pasadas con los adultos, los niños aprenden a hablar sobre el pasado

(Fivush, 1991; Nelson, 1993; Nelson y Fivush, 2004). La investigación dentro de esta perspectiva ha encontrado variabilidad en el estilo que utilizan las madres al hablar sobre el pasado y cómo este estilo tiene implicaciones en los recuerdos de los niños. Por ejemplo, las calidades de apoyo maternal en el momento de hablar de cosas pasadas han sido asociadas con la cantidad de detalles que usan los niños para informar el pasado y las características emocionales de estos recuerdos (Haden, Haine y Fivush, 1997; Reese, Haden, y Fivush, 1993). Las madres varían en la cantidad y calidad de guía narrativa que proporcionan al hablar sobre el pasado con sus niños.

En general, esta variación se ha categorizado de acuerdo con el concepto de estilo de reminiscencia materno (“maternal reminiscing style”, MRS). Así se distingue entre madres que tienen un estilo de reminiscencia más elaborativo o madres cuyo estilo de reminiscencia es menos elaborativo. (Hudson, 1990; Reese et al., 1993). Las madres que usan un estilo de reminiscencia elaborativo proporcionan más detalles sobre los eventos, piden más información a sus niños y esto conlleva a hablar más sobre emociones, atribuciones y explicaciones cuando éstos hablan de situaciones del pasado (Fivush, Haden y Reese, 2006). En contraste, las madres que usan un estilo de reminiscencia menos elaborativo, proporcionan y piden menos detalles sobre los eventos a sus hijos, repitiéndoles preguntas a lo largo de la conversación y enfocando la recuperación de sus hijos a ciertos elementos de su pasado. En estudios longitudinales se ha observado que niños cuyas madres usan un estilo de reminiscencia elaborativo tienden a dar más información sobre el pasado en diferentes períodos (Reese et al., 1993).

Dentro de la investigación sobre el desarrollo de las narrativas autobiográficas, se han unido también otras dos características de habilidades narrativas a las experiencias de socialización: una de ellas es la coherencia de lo que se informa y la otra es la inclusión en la información de estados mentales. Las narrativas coherentes son el producto de la inclusión de información suficiente con una secuencia temporal clara, y un tema central que explique la importancia personal de la experiencia del individuo para que el oyente pueda entender la narrativa y su significado (Reese et al., 2008). Un elemento específico de las narrativas que se ha tenido en cuenta para demostrar la importancia personal de experiencias anteriores es la inclusión de estados mentales (Bauer, Stennes, y Haight, 2003). Estos dos aspectos de los recuerdos autobiográficos, la coherencia y los estados mentales, pueden

suponer un desafío, el uso y comprensión de dispositivos narrativos que juntos tejen una historia, llega a desarrollarse sobre todo a través de las interacciones (Haden et al., 1997; Kendeou, et al., 2005,; Wenner, 2004). Por lo tanto, es indudable la conexión entre la narrativa y la memoria autobiográfica esto es demostrable en diferentes estudios que analizan la memoria a través de la narrativa, a partir del surgimiento en el desarrollo del niño de la memoria autobiográfica, esto representa significativamente otro acontecimiento importante que es la construcción del Yo, al respecto el siguiente apartado hablará de ello.

### **Narrativa autobiográfica y construcción del yo**

El lenguaje permite construir historias que enmarcan nuestra experiencia en tramas relativamente coherentes, a lo largo de largos períodos de tiempo. En estas historias extendemos nuestras entidades biológicas a través del uso de palabras como Yo y Usted. Un Yo se hace a partir de estas prácticas (Dennett, 1988, citado por Gallagher, 2003). El filósofo del lenguaje Ricoeur (1992, también citado por Gallagher, 2003), considera al Yo como algo menos abstracto. Él postula que cada Yo se constituye a través de narrativas de vida y sostiene que estas narraciones o relatos (siempre autobiográficos) modelan el comportamiento, además enfatiza el hecho de que el relato siempre esta intrincado con los relatos de otros. A diferencia de las concepciones de Dennett y Ricoeur, Gallagher sostiene que es posible concebir al Yo como una narrativa compleja. *“El Yo sería producto de recopilaciones y de sustracciones selectivas, de recuerdos imperfectos y múltiples reiteraciones”*(Gallagher, 2003).

Ochs y Capps (1996), por su parte, señalan que la narrativa y el Yo son inseparables. Así mismo, Labov (1997), define las narrativas autobiográficas como informes de una sucesión de eventos que han entrado en la biografía del narrador por una sucesión de cláusulas que corresponden al orden de los eventos originales. Cuando nos referimos a narrativas de eventos personales, como afirma Bruner (1990), hay que tener en cuenta dos cuestiones de carácter general: la primera es la reflexividad humana, nuestra capacidad de volver al pasado y alterar el presente en función de él, o de alterar el pasado en función del presente. Ni el pasado ni el presente permanecen fijos al enfrentarse a esta reflexividad. El inmenso depósito de nuestras experiencias pasadas puede destacarse de distintas maneras cuando le pasamos revista reflexivamente o podemos cambiarlo mediante una reconceptuación. El segundo universal es

nuestra deslumbrante capacidad intelectual para imaginar alternativas: idear otras formas de ser, de actuar, de lucha. De manera que, aunque en un sentido puede que seamos criaturas de la historia, en otro también somos agentes autónomos. El Yo, por consiguiente, como cualquier otro aspecto de la naturaleza humana, es tanto un guardián de la permanencia como un barómetro que responde al clima cultural local. La cultura, así mismo, nos procura guías y estrategias para encontrar un nicho entre la estabilidad y el cambio: exhorta, prohíbe, tienta, deniega o recompensa los compromisos emprendidos por el Yo, y el Yo, utilizando su capacidad de reflexión y de imaginar alternativas, rehúye o abraza o reevalúa y reformula lo que la cultura le ofrece.

A finales de la década de 1970 y a principios de los 80, aparece la noción del Yo como narrador. De esta manera el Yo es visto como un Yo que cuenta historias en las que se incluye un bosquejo del propio Yo como parte de la historia. Por ejemplo, Spence (1984) abordó la cuestión de si un paciente sometido a análisis recobraba el pasado en su memoria, igual que un arqueólogo desentierra los artefactos de una civilización enterrada, o si más bien, el análisis nos permite crear una nueva narración que, aunque sea un recuerdo encubridor o incluso ficticio, esté no obstante lo suficientemente cerca de la realidad como para permitir el comienzo de un proceso de reconstrucción. La verdad que importaba, según su razonamiento, no era la verdad histórica, si no lo que decidió llamar la verdad narrativa. Por otra parte, Polonoff (1987) intenta establecer la idea de que el “Yo de una vida” es producto de nuestra narración, en lugar de una cosa fija pero oculta que sería su referente. La meta de un narración del Yo no es la de encajar con alguna “realidad” oculta, sino lograr que sea “coherente, viable y apropiada, tanto interna como externamente”.

Schafer (1981) afirma que estamos siempre contando historias sobre nosotros mismos. Cuando contamos esas historias a los demás, puede decirse que estamos realizando simples acciones narrativas. Sin embargo, al decir que también nos contamos esas historias a nosotros mismos, encerramos una historia dentro de otra. Esta es la historia de que hay un Yo al que se le puede contar algo, otro que actúa de audiencia y que es uno mismo o el Yo de uno. Schafer llega incluso a señalar que los otros también se presentan de forma narrativa, de manera que la narración sobre nosotros mismos que contamos a otra persona, es de hecho una narración doble.

Donald Polkinghorne (1988), en su libro *Narrative Knowing and The Human*

*Sciences*, dice lo siguiente refiriéndose al Yo:

Logramos nuestra identidad personal y el concepto de nosotros mismo mediante el uso de la configuración narrativa, y damos unidad a nuestra existencia entendiéndola como la expresión de una historia singular que se despliega y se desarrolla. Estamos en medio de nuestras historias y no podemos estar seguros de cómo van a terminar; tenemos que revisar constantemente el argumento a medida que se añaden nuevos acontecimientos a nuestras vidas. El Yo, por consiguiente, no es una cosa estática, o una sustancia, sino una configuración de acontecimientos personales en una unidad histórica, que incluye no solo lo que uno ha sido, sino también las previsiones de lo que uno va a ser (Pag.150).

El Yo, cuando narra, no se limita a contar, sino que además justifica. Y el Yo, cuando es protagonista siempre apunta hacia el futuro. Cuando alguien dice como resumen de su infancia: “yo era un encantador niño rebelde,” generalmente puede tomarse como una profecía además de como un resumen. Cuando se narra el pasado, no sólo se habla de él, sino también se está diciendo qué sentido narrativo se puede dar al pasado en el momento en que se está contando (Bruner, 1990). El objetivo principal de contar historias sobre el Yo es el de construir, nuestro sentido de unicidad. Pero el Yo contiene ya al otro en la medida en que contiene en su representación, las costumbres de la sociedad y lo que considera bueno/malo, apropiado/inapropiado. (Sala, 2008). Baddeley (1997) indica que la función primaria del recuerdo autobiográfico reside en la definición del Yo y en la autorregulación: las personas utilizan la memoria para comprender su propia vida, explicarse a los demás, y controlar sus propios estados emotivos. De la misma manera, las funciones psicológicas, sociales y emocionales de la memoria autobiográfica están directamente implicadas en el funcionamiento relacional del individuo, en su proceso de autorregulación y en la generación y cumplimiento de metas y objetivos en su proyecto de vida (Beltrán-Jaimes, J. O., 2012)

Con respecto al término del Yo conceptual, éste ha recibido una gran atención de los investigadores en la psicología en estos últimos años. Algunos de ellos están interesados en las historias de vida (Hooker y McAdams, 2003; McAdams, 2001;2003), otros en la definición del Yo (Singer, 2004), y otros se centran en el estudio de la memoria autobiográfica (Conway y Pleydell-

Pearce, 2000). Todos ellos resaltan la importancia del Yo recordado (Neisser, 1994) Al respecto, frecuentemente estamos contando nuestras experiencias a otros (Rimé, Finkenauer, Luminet, Zech, & Phillipot, 1998), esto implica el descubrimiento de funciones psicológicas importantes, las funciones propuestas incluyen las regulaciones del yo y las metas sociales, ya que cuando atribuimos significado a estas experiencias, las integramos a nuestros Yoes, encontrando así el significado de las experiencias e integrándolas en el Yo (Conway y Pleydell-Pearce, 2000; Pasupathi, 2001; Pennebaker y Seagal, 1999; Rimé et al., 1998; Schank y Abelson, 1995; Thorne, 2000).

Generalmente, se cree que hablar a otros sobre nuestras experiencias tiene un efecto positivo mayor y se reduce la emoción negativa con respecto a una experiencia si es que la hubiere. (Pasupathi, 2003; Rimé et al., 1998), incluso se alcanza una comprensión más sofisticada de la experiencia (Pennebaker y Seagal, 1999). Recordar con otros requiere un lenguaje y un público, en contraste con el recordar solitario, en los contextos sociales, la memoria se negocia en las conversaciones (Weldon y Bellinger, 1997). Cuando se escuchan los recuerdos de otros, los oyentes desarrollan opiniones, evaluaciones y resúmenes. Los narradores ponen los eventos en un contexto temporal para los oyentes y establecen un equilibrio entre la información sobre sus propias reacciones personales y las de otros. Entonces, las personas también pueden seleccionar aspectos positivos y negativos de los eventos, regular la emoción y seguir las normas interactivas supuestas. (Pasupathi, 2003).

La investigación de Patsupathi (2007) sobre el Yo recordado apoya la idea de que el Yo difiere, dependiendo de si se le ha dado previamente o no un significado a aquello que recuerda el Yo. Sus resultados dan gran apoyo a la psicología clínica, ya que sugieren que el descubrimiento de eventos importantes y problemáticos a través de la narración en la terapia, beneficia a los pacientes, haciendo que esos eventos se consideren menos intrusivos y lleguen a tener una buena integración en el Yo recordado de la persona. Entonces, cuando se comparte la información, los eventos pasan a estar al servicio de buscar un significado y esto estará asociado a menores efectos negativos. El dar un significado a la experiencia de modo que se tenga una visión y una causa clara, tiene vínculos muy fuertes con la salud y el bienestar (Pennebaker, 1997,; Pennebaker et al., 1997; Pennebaker & Seagal, 1999). De tal manera que los contextos que promueven o reprimen estos elementos en la narración de recuerdos autobiográficos son muy importantes en la construcción del Yo recordado.

Resultados de investigaciones anteriores que examinan otros aspectos de la memoria han mostrado que la narración tiene consecuencias duraderas para el Yo recordado (Pasupathi, 2002; Pasupathi et al., 1998).

*“Nosotros podemos recordar las experiencias de nuestras vidas según la magnitud con las que pasaron, pero también las recordamos dependiendo si anteriormente hemos contado a otros estas experiencias o no.” (Pasupathi, 2007).*

Ahora bien, para Bruner (1998) la manera más práctica, obvia y viable para conocer cómo las personas narrativizan su Yo, es a través de las narrativas autobiográficas *“por medio de éstas las personas hacen una descripción de lo que ellas creen que han hecho, en qué situaciones, de qué maneras y por qué razones y para saber todo esto tendrá que haber inevitablemente una narración” (p. 117).*

Bruner y sus colegas iniciaron el estudio del Yo con el necesario rigor interpretativo. Su interés surgió por la naturaleza de la narración como texto y como modo de pensamiento. Se centraron principalmente en ver cómo reproducía la gente historias y más específicamente en cómo cuenta la gente sus propias historias. Pasado un período de tiempo se dieron cuenta que lo que escuchaban de las otras personas era un proceso de construcción de una versión longitudinal de su propio Yo. Dice Bruner:

...en el centro de cada relato hay un Yo protagonista en proceso de construcción. La narrativa autobiográfica es un relato efectuado por un narrador en el aquí y ahora sobre un protagonista que lleva su nombre y que existía en el allí. La historia termina en el presente cuando el protagonista se funde con el narrador” (p. 19).

Sobre el tema, Lindón (1999), manifiesta que las narrativas autobiográficas están ancladas en la experiencia humana; son un recurso para reconstruir acciones sociales ya realizadas; son una versión que el autor de la acción da posteriormente acerca de su propia acción pasada. Igualmente, cuando un narrador cuenta fragmentos de su vida, de sus experiencias, se está accediendo a una narrativa sobre ciertos procesos y relaciones sociales puestos en juego en una vida concreta, que invita a interpretarla. Entonces, se puede concluir que uno de los rasgos que identifican a las narrativas autobiográficas es, precisamente su carácter “experiencial”. Se narran experiencias vividas por el narrador, recordadas, interpretadas, conectadas, en las que hay otros actores, pero siempre son experiencias de quien habla. Por esto en las narrativas

autobiográficas el narrador construye un “personaje central” un “héroe” con sus propias experiencias.

La estructuración narrativa logra que lo experiencial pueda ser comprendido por el “otro” por medio del lenguaje. Si se toma en cuenta lo anterior, es decir, el montaje estético de la narración, no es posible concebir al narrador como un testigo pasivo de los acontecimientos; también es un actor capaz de actuar y construir un discurso sobre su sociedad y su vida dentro de esa sociedad. El narrador hace un verdadero “montaje” cuando narra, se construye a sí mismo como el personaje central. Ese acto de volver a pensar la propia historia, es un proceso realizado desde el presente, aunque sabemos que es un presente en el que se ha sedimentado toda una biografía, que además es parte de una sociedad. Así, el pasado es relatado con referencia a las condiciones actuales de la existencia, aunque también con relación a esquemas incorporados en otros momentos.

En síntesis, la narración autobiográfica se enfrenta con el desafío de encontrar esos mitos que constituyen verdaderos mecanismos de construcción de la realidad social. De tal modo que la narración se abre al conocimiento de los sistemas de significación que construyen el mundo orientando las acciones sociales.

Con respecto a cómo las narrativas autobiográficas edifican nuestra identidad, Bruner (1997) propone que existen indicadores que van a permitirnos evidenciar la presencia y construcción del Yo en las narrativas autobiográficas, denominándolos “indicadores del Yo” A través de esta clasificación, Bruner pretende evidenciar y evaluar los nudos narrativos críticos a través de los cuales la persona elige (más o menos conscientemente) construir su narración autobiográfica. Estos indicadores son:

I.-*Agencia*.-Estos indicadores se refieren a los actos de opción libre, a las acciones voluntarias, y a las iniciativas libremente emprendidas en la persecución de una meta. Indican elección, decisión y posición de control.

II.-*Compromiso*.-Indicador de la adhesión a un agente intencional o a una línea de acción real o imaginada. Nos habla de la constancia, la firmeza, el retraso de la satisfacción, el sacrificio, o de la frivolidad e inconstancia.

III.- *Recursos*.-Los indicadores de recursos hablan sobre los poderes,

bienes, medios y privilegios, que la gente tiene a su disposición mientras ejercen obligaciones y acciones voluntarias. Estos no sólo incluyen recursos “externos” como el poder, la legitimidad social, y fuentes de información, sino también “internos” como la paciencia, la perspectiva, el perdón, la persuasión y el gusto.

IV.-*Referencia Social.*-Indicadores que nos dicen a quién mira el sujeto para legitimar o evaluar, objetivos, obligaciones y distribución de recursos. Estos pueden hacer referencia a grupos “reales” como los compañeros de clase, o grupos contruidos cognitivamente como “la gente que cuida de la ley y el orden.”

V.-*Evaluación.*-Los indicadores de evaluación proporcionan señales de cómo nosotros u otros valoran perspectivas, resultados y los progresos de líneas de esfuerzo, pensadas, reales o acabadas. Estas pueden ser específicas (como señales de estar satisfecho o descontento con un acto en particular) o muy generales (como el juicio acerca de una empresa en su globalidad). Estos indicadores dicen además cómo afecta la conducta en relación con la vida del sujeto, a pequeña o a gran escala.

VI. *Emoción.*-Son señales de la subjetividad del Yo, indican aspectos cualitativos como estados de ánimo, el entusiasmo, el cansancio etc... Son la imagen del sentimiento íntimo y se refieren a realidades intrasubjetivas y se encuentran notoriamente ligados a los efectos que tiene el contexto en el sujeto

VII. *Reflexión.*-Indicadores del aspecto más metacognitivo del Yo, de la actividad reflexiva, empleada en el análisis, construcción y evaluación del Yo; se trata de las cogniciones y metacogniciones que una persona dedica a la narración de su propia vida y del modo en que la vive.

VIII. *Coherencia.*-Los indicadores de coherencia se refieren a la clara integridad y coherencia de los actos, de los compromisos, de la distribución de recursos, de la evaluación del Yo., etc.... Estos indicadores nos informan de la estructura interior de un concepto del Yo más amplio e indican la manera en que las diferentes partes se integran en un todo coherente.

IX. *Posición.*-Estos indicadores nos revelan cómo el individuo se sitúa en el espacio, el tiempo o en el orden social. A menudo son relevantes cuando percibimos discrepancias entre nuestra posición social y lo prescrito públicamente.

Para Bruner (1997), estos indicadores del Yo, se caracterizan más abstractamente y de manera más general y funcional en las condiciones en las que son producidas las narraciones. Por lo tanto, estudiar estos indicadores a través de las narraciones autobiográficas de eventos personales en las personas proporcionará datos valiosos acerca de la construcción del Yo. Como se observa en este apartado, las narrativas de memoria autobiográfica son esenciales en la construcción de la identidad, ya que creamos un Yo conceptual a partir de los recuerdos narrados socialmente. Desde pequeños a través del lenguaje construimos nuestra identidad con las narraciones de los eventos del pasado que intercambiamos al socializar, sobre todo con nuestros padres, nuestra familia, amigos, la sociedad y la cultura, en general. Esta permanencia del Yo recordado nos permite dar a los recuerdos un sentido y un significado en la construcción de nuestra identidad, construyendo aquello que queremos o deseamos construir de nosotros mismos, sea esto real o imaginario. Es así como la narrativa de recuerdos autobiográficos nos aporta un medio muy rico para estudiar procesos psicológicos que se encuentran implicados en la creación de identidades y, específicamente, en la estructura del Yo actual.

Bruner (2002) menciona que las historias sobre nosotros mismos cambian con el tiempo, se fabrican conforme a nuestras nuevas circunstancias, los nuevos amigos, etc. La fabricación de estas historias constituye un arte narrativo y son mayormente influenciadas por la memoria que por la ficción, por los sentimientos, ideas, creencias y subjetividad, es una habilidad ciertamente innata que fortalece nuestro sentido irresistible de continuidad del Yo en el tiempo, y de las expectativas que recogemos de la cultura en la cual estamos inmersos. Además los actos narrativos son guiados por modelos culturales tácitos e implícitos de lo que debe ser nuestro Yo, no que seamos esclavos de la cultura sino que las culturas proporcionan presuposiciones y perspectivas sobre nuestro Yo.

Referente a que la narrativa es una capacidad innata, Bruner (2002) describe experimentos en su libro *Making stories* como el de la niña Emmy menor de tres años, cuyos soliloquios grabados por sus padres daban cuenta del empleo de formas narrativas incluso antes de contar con la gramática requerida para esas narraciones. Estos experimentos están dirigidos a fundamentar que los seres humanos tienen una predisposición biológica a organizar su experiencia a través de narraciones, que vienen a ser esquemas mentales que proporcionan versiones sobre el mundo, versiones no primitivas

sino convencionales, disponibles en una cultura determinada. Entonces no sólo la narración es esencial para forjar una identidad, sino también es una habilidad neurológica. Al respecto Bruner (2002) menciona un desorden neurológico llamado “dysnarrativia”, que significa un severo daño en la habilidad de contar y entender relatos, que está asociado con neuropatías como el síndrome de Korsokov y la enfermedad de Alzheimer. Por lo tanto, quien ha perdido su habilidad de construir narraciones ha perdido su Yo.

A su vez, la manera en que las narraciones moldean el mundo es tan automática que raras veces se repara en las formas en que están construidas las narraciones.

Sólo cuando nosotros sospechamos que tenemos el relato equivocado comenzamos a preguntarnos cómo una narración puede estructurar o distorsionar, nuestra mirada de cómo las cosas son realmente. Y eventualmente preguntamos cómo el relato moldea nuestra experiencia del mundo. (Bruner, 2002, pág. 9).

Otro estudio que asegura que estas construcciones narrativas varían con el tiempo es el de Mc Adams et. al (2006). En esta investigación longitudinal de tres años se pidió a estudiantes universitarios recordar y describir 10 escenas clave de sus historias de vida en tres ocasiones diferentes. Se encontró que menos de una tercera parte de los recuerdos originales se describían de nuevo en evaluaciones posteriores, lo que llevó a los autores a concluir que la gente va acumulando, experiencias, motivaciones, objetivos y por lo tanto sus narrativas autobiográficas evolucionan. Otros resultados de este estudio demuestran que la relevancia y el rol personal de estas memorias pueden haber cambiado junto con las demandas autobiográficas que enfrentan los participantes con el tiempo. Sin embargo, a pesar de estas variaciones se observó consistencia en el contenido manifiesto de las narraciones en algunos aspectos relacionados con situaciones emocionales, en temas de motivación y en el grado de complejidad de sus narraciones (McAdams et al., 2006). Este hallazgo entonces sugiere que las narraciones personales son fenómenos temporales que muestran continuidad y se desarrollan con el tiempo.

Respecto a la construcción de las narrativas autobiográficas, Bruner (2002) introduce otro elemento a la composición pentagonal antes mencionada, proponiendo ahora seis elementos: agente, escenario, acciones, metas, instrumentos y problema, este último se introduce cuando hay un desajuste, según las convenciones, entre dos elementos, el agente con sus acciones, la

meta con el escenario... La importancia de estudiar la construcción de las narraciones no es en cuanto a su estructura, sino más bien cómo operan las narraciones como instrumento de la mente en la construcción de la realidad. Por lo tanto, resulta muy importante estudiar, como serán las narraciones autobiográficas de personas que han tenido alguna experiencia de trauma, y cómo repercute en la creación de su identidad. En el siguiente apartado se hablará de este tema, ya que es un punto central para nuestro estudio.

## **Narrativas de memoria autobiográfica y trauma**

En el caso de la memoria autobiográfica, los eventos personales están ligados a situaciones que despiertan en el individuo una emoción, por lo que las narrativas autobiográficas involucran aspectos emocionales. Al respecto, se han realizado diferentes investigaciones, principalmente en el área clínica, para demostrar que para las personas que sufren algún evento estresante o alguna experiencia difícil resulta beneficioso narrar sus experiencias, ya sea de manera oral o escrita. Un ejemplo de ello es el estudio realizado por Pennebaker y Beall (1986), en el que se pidió a una muestra de estudiantes universitarios que narraran durante cuatro días consecutivos, en un tiempo de 15 minutos, distintas experiencias personales. El grupo experimental tenía que escribir narrativas personales de eventos traumáticos o perturbadores que hubieran experimentado en sus vidas. El grupo control, por su parte, tenía que escribir sobre temas superficiales, como su cuarto, su ropa o sus zapatos. En este estudio se descubrió que los participantes que escribían sobre sus pensamientos y sentimientos más profundos en relación con sus experiencias traumáticas o perturbadoras informaban de menos visitas a los centros de salud y de beneficios significativos para su salud física y emocional después de 4 meses, mientras que el grupo control no informó de ningún cambio, *“...escribir sobre las experiencias traumáticas estaba asociado con aumentos de excitación fisiológica a corto plazo, pero a largo plazo con una disminución de los problemas de salud* (Pennebaker y Beall, 1986, pág. 280).

Otros estudios también han encontrado beneficios a largo plazo al utilizar la escritura expresiva en beneficio de la salud emocional, como por ejemplo en la regulación del estado de ánimo, (Pennebaker et al, 1989; Páez et al., 1999), el bienestar psicológico (Park y Blumberg, 2002), la disminución

de síntomas depresivos antes de los exámenes (Lepore, 1997) y la disminución de síntomas de intrusión y anulación en el trastorno de estrés postraumático (Klein y Boals, 2001). Sin embargo, los resultados de estos estudios en cuanto a la salud emocional no son tan consistentes como los de los estudios sobre la salud física. Por ejemplo, un meta-análisis aplicado a 13 estudios que utilizaron como metodología la escritura expresiva con poblaciones no clínicas realizado por Smyth y Egger (1998) observó beneficios globales significativos, beneficios específicos en cuanto a la percepción de ellos mismos, mejoras en la salud física, en el funcionamiento fisiológico y en el bienestar psicológico. La revisión de Smyth sugiere que en individuos no clínicos, los efectos producidos por la escritura expresiva sobre la salud física y psicológica son sustanciales y similares en magnitud a los efectos de otras intervenciones psicológicas. Ahora bien, otro meta-análisis aplicado a estudios con población clínica (Frisina et.al., 2004) demostró que la escritura expresiva producía un beneficio significativo sobre la salud física y psicológica de manera global. Sin embargo, cuando se analizaron por separado ambos efectos, los beneficios para la salud física fueron significativos, pero no los beneficios para la salud psicológica en poblaciones clínicas. Aunque los beneficios observados en el meta-análisis son más moderados que en los estudios realizados con participantes no clínicos, se sugiere, de igual manera, que la escritura expresiva tiene efectos positivos en poblaciones clínicas.

Existe poca evidencia de investigaciones que afirmen que la escritura expresiva opera como un proceso de purga emocional y da salida a sentimientos negativos. Sin embargo, los estudios realizados al respecto señalan que el narrar, ya sea de manera oral o escrita, emociones asociadas a una experiencia estresante, es beneficioso cuando se narra, tanto el evento, como las emociones asociadas a éste (Pennebaker y Beall, 1986).

Pennebaker (1987) considera que inhibir sentimientos y pensamientos de hechos traumáticos requiere de un gran esfuerzo. Por ello esto actúa como un estresor que se acumula en el cuerpo, afectando a la actividad fisiológica y creando pensamientos obsesivos o de rumiación sobre el hecho traumático y generando a largo plazo una enfermedad. Afrontar un trauma a través de la narración oral o escrita y reconocer las emociones asociadas a éste reduce el trabajo fisiológico de la inhibición y baja la tensión global en el cuerpo. Tal afrontamiento supone traducir el evento a palabras, habilitando la integración cognoscitiva y llegando a una comprensión del hecho. Esto

contribuye a la reducción de la actividad fisiológica asociada con la inhibición. Sin embargo, la evidencia empírica acerca de esta teoría muestra resultados no tan consistentes. La sugerencia en cuanto a tratamiento psicológico es que se debe utilizar este tipo de escritura o habla expresiva durante un máximo de 20 minutos por sesión, no reemplazando el tratamiento médico o psicológico, sino usándola como un tratamiento añadido y realizar investigaciones al respecto para demostrar sus beneficios (Pennebaker, 1987).

Entonces, ¿por qué es importante hablar sobre los recuerdos autobiográficos en el trauma? La respuesta es simple: para librarse de los sentimientos que se encuentran encapsulados en los recuerdos. Hablar de los recuerdos autobiográficos de alguna experiencia de trauma ayuda a la re-experimentación y a la expresión de las emociones fuertes ligadas a ésta. Tal idea de purgar la emoción bloqueada puede traducirse como liberación (Van der Hart & Brown, 1992) ya que el objetivo al hablar o escribir sobre la experiencia traumática no es sólo liberar la emoción reprimida, sino también que la persona adquiera cierto control sobre ella. Pero los beneficios de hablar sobre el trauma van más allá del control emocional. El proceso de narrar los recuerdos autobiográficos de experiencias de trauma ayuda a que la experiencia disociada se integre, es decir, a que la persona entienda y asimile su experiencia. Y cuando esta narrativa se encuentra cargada de emociones, proporciona una mayor asimilación e integración de la experiencia, lo que a su vez proporcionará al sujeto recursos para que no se produzca un déficit de memoria (Van der Hart & Spiegel, 1993).

Pennebaker (1997) señala que el escribir sobre una experiencia estresante alrededor de 15 a 30 minutos al día durante entre 3 y 5 días tiene efectos beneficiosos para la salud, e incluso mejora la función inmunológica. Estos efectos han sido demostrados en numerosas muestras de individuos que han pasado o están pasando algún tipo de evento muy estresante. (Greenberg y Stone, 1992; Pennebaker y Beall, 1986; Pennebaker y Francis, 1996; Spera, Buhrfeind y Pennebaker, 1994). No obstante, este tipo de intervención breve puede ser insuficiente para pacientes que padecen trastorno de estrés posttraumático (PTSD) (Gidron, Peri, Connolly y Shalev, 1996). Además, la coherencia narrativa y la inclusión de estados mentales en el lenguaje son aspectos críticos, sobre todo en eventos estresantes (Fivush, 2008).

Las narrativas son la manera en que los humanos damos sentido al mundo (Bruner, 1990, 2002; McAdams, 2001, 2003). Cuando elaboramos

relatos organizados, explicativos de acciones en el mundo que se integran con los pensamientos subjetivos y las emociones sobre esas acciones y resultados, creamos el significado de estas experiencias. En el caso de situaciones de tipo negativo o eventos estresantes, resulta difícil tener la habilidad de construir una narrativa coherente que permita la expresión y regulación de pensamientos y emociones (Bartlett, 1932, Fivush y Baker-Ward, 2005; Pennebaker, 1997).

Diversos estudios señalan que niños y adultos evocan los recuerdos de eventos estresantes de manera más global que los de eventos neutros (Christianson, 1992; Fivush, 1998; Fivush et al. 2003). Por ejemplo, Bahrck, Parker, Fivush y Levitt (1998) estudiaron recuerdos de niños que habían vivido el huracán *Andrew*. Estos niños experimentaron cómo sus casas eran sacudidas y literalmente arrancadas del suelo por la fuerza del viento mientras que ellos y sus familias se encontraban dentro. Niños preescolares que habían experimentado niveles más altos de tensión, determinada por la cantidad de daño a la casa, evocaron menos información que niños que habían experimentado una tensión moderada. Seis años después, los niños que habían experimentado niveles más altos de tensión todavía evocaban menos información, en este estudio se entrevistó también a las madres de estos niños y los resultados obtenidos fueron similares a los de los niños (Fivush, Sales, Goldberg, Bahrck, & Parker, 2004).

En un estudio semejante al anterior, Fivush, Edwards y Mennuti-Wasburn (2003) examinaron las narrativas de estudiantes universitarios sobre el desastre del 11 de septiembre, encontrando que las narrativas de individuos que conocían a alguien que murió durante los ataques incluían menos procesos cognoscitivos y emociones que las narrativas del suceso en individuos que no conocían a nadie que hubiera muerto. El lenguaje de estados mentales, sobre todo las palabras referidas a emociones y procesos cognoscitivos (por ejemplo, piensa, entienda, comprenda), es indicativo de esfuerzos por dar significado. (Fivush y Baker-Ward, 2005; Marin, Bohanek & Fivush, 2008). La inclusión de este tipo de lenguaje en la recuperación indica que el narrador está intentando darle un sentido al evento integrando lo que pasó en el mundo con una perspectiva subjetiva de los pensamientos y las reacciones emocionales (Fivush y Haden, 2005; Fivush y Nelson, 2006) entonces, el menor uso de este tipo de lenguaje cuando se alcanzan niveles altos de tensión puede indicar una ruptura en el proceso de construcción del significado.

De hecho, los niños que experimentaron niveles altos de tensión durante

el huracán *Andrew* incluyeron en sus recuerdos iniciales menos procesos cognoscitivos y emociones, pero seis años después estos niños incluyeron en sus narraciones más términos y expresiones sobre estados mentales. Esto sugiere que la dificultad para dar un significado a la experiencia en las semanas que siguieron al evento llevó a los niños a un esfuerzo continuado de darle un significado con el paso del tiempo (Sales, Fivush, Parker, y Bahrck, 2005).

En lo que se refiere a los adultos, las narrativas de eventos negativos tienden a ser más largas, más vívidas, a contener más frases pasivas y suelen ser estructuralmente más complejas que las narrativas de eventos positivos (Bohanek, Fivush, y Walter, 2005). Bohanek et al. (2005) compararon las narrativas de adultos de eventos que variaban por su valencia (positiva versus negativa) e intensidad (moderada frente a intensa). Las narrativas sobre eventos negativos contuvieron más emociones negativas y más expresiones sobre procesos cognoscitivos que las narrativas de eventos positivos. Sin embargo, las narrativas sobre eventos intensamente positivos eran más coherentes. Este estudio sugiere que la construcción de un significado puede ser más dependiente del tipo de evento que se narra que del estilo de la narrativa individual.

En conjunto, la investigación sobre narrativa y trauma con niños y adultos ha obtenido resultados consistentes. Se ha observado un mayor uso de expresiones relativas a estados mentales en narrativas sobre eventos negativos que en narrativas sobre eventos tipo neutral o positivo. Sin embargo, estos estudios señalan también que cuando existen niveles muy altos de tensión, el lenguaje de estados mentales puede disminuir. Por lo que se refiere a la coherencia de la narrativa en niños y adultos, los resultados suelen ser mixtos. Sin embargo, un problema de estos estudios pueden ser las diferencias metodológicas entre ellos (Fivush, 2008).

Fivush (2008) destaca que la coherencia parece ser un elemento narrativo multifacético y empíricamente separable. Considera que el lenguaje de estados mentales parece ser un aspecto más integrado en la construcción del significado de la narrativa. Mientras que la coherencia temática parece ser un aspecto del estilo narrativo que es consistente según la valencia del evento que se narra, el lenguaje de estados mentales, por el contrario, parece tener consistencia individual consistente en las narrativas de madres e hijos de eventos muy estresantes. Este estudio apunta a que la coherencia y el lenguaje de estados mentales son aspectos independientes en la elaboración de significados de la narrativa del evento. La coherencia parece ser una

estructura más compleja y más multifacética que el lenguaje de estados mentales. En particular, el uso de expresiones relativas a procesos cognoscitivo y emociones negativas parece co-ocurrir dentro de una narrativa, sugiriendo que los individuos pueden estar esforzándose para entender y procesar la emoción negativa, y algunos individuos se implican en esta reflexión en mayor medida que otros (Pennebaker, 1997).

Algunos estudios sobre narrativa y trauma sugieren también que los individuos desarrollan un estilo narrativo (Bohanek et al., 2005), este estilo narrativo puede estar al servicio de intentar crear el significado o puede ser ese estilo de la narrativa un componente de las habilidades del sujeto. Al respecto, la investigación de Neimeyer y Levitt (2001) ha indicado que adultos que pueden crear narrativas coherentes y emocionalmente expresivas de eventos muy estresantes muestran como consecuencia buena salud física y psicológica, sin embargo sorprendentemente, esto no ocurre en los niños menores de 14 años (Soliday, Garafolo, & Rogers, 2004), otros estudios encontraron que los niños incluían más explicaciones sobre emociones cuando narraban eventos muy estresantes de sus vidas y aumentaban sus niveles de ansiedad y depresión como consecuencia de ello (Fivush, Marin, Crawford, Reynolds, y Brewin, 2007), entonces, este modelo sugiere que los niños puedan no tener todavía las habilidades de regulación emocional para crear narrativas coherentes, emocionalmente expresivas y explicativas que les permitan regular la emoción negativa por sí solos. Por ello, son dependientes de los adultos, que les ayudan andamiando la construcción del significado narrativo. Los niños menores de 14 años de edad, tienen dificultad para construir significados por sí solos, al respecto, el estudio de Fivush (2008) concluye que madres y niños crean narrativas más coherentes saturadas con pensamientos y emociones para eventos muy estresantes que para los eventos positivos, ciertamente, el modo en que recordamos los eventos de nuestras vidas no sólo depende de lo que pasó, sino también de cómo nos esforzamos por darle un significado a estas experiencias.

Entonces, hablar de narrativa es, en última instancia, hablar de memoria, simplemente porque sin memoria no hay relato. Si bien todo relato constituye una construcción ficticia, el mero hecho de narrar significa una apelación a la memoria, o bien del narrador o bien de las diversas voces que componen el relato. La memoria autobiográfica se desarrolla aproximadamente a los 3 años. En este período y aún antes, la conducta, las emociones,

las percepciones, y sensaciones con las que interactúa el niño serán elementos que influirán en el desarrollo de su narrativa autobiográfica (Siegel, 1999). La manera en que los individuos recuerdan y narran los eventos traumáticos de sus vidas tiene una importancia vital, ya que las narrativas son esencialmente la manera en que le damos sentido a nuestras experiencias.

A través de la construcción de narrativas coherentes de la experiencia, los seres humanos creamos significado y le damos una importancia personal. Más específicamente, las narrativas nos permiten integrar aspectos externos -el quién, qué, cómo y dónde- con la evaluación subjetiva interna -el por qué-, de los eventos. Las narrativas autobiográficas proporcionan la posición de evaluación que nos permite entender y expresar qué significado tienen para nosotros diferentes eventos (Fivush, 2004). Por lo tanto, es interesante analizar los vínculos entre la construcción del Yo y la recuperación de eventos traumáticos. Por ejemplo, en un estudio realizado con personas que habían quedado viudas recientemente, Pennebaker y O’Heeron (1984) identificaron que los individuos que hablaban con otros sobre la muerte de sus cónyuges eran bastante más saludables que los que no lo hacían. Estos resultados se replicaron en otro estudio realizado en Alemania con una muestra nacional muy numerosa (Stroebe y Stroebe, 1987). Este apartado resalta la importancia de cómo la narrativa ayuda a entender y dar un significado a eventos traumáticos y además proporciona beneficios tanto físicos como psicológicos. Más adelante retomaremos el tema del apoyo social en el trauma, mediante las narrativas autobiográficas.

## **Narrativas autobiográficas, trauma y construcción del yo**

Aunque existe una aprensión asociada al hecho de afrontar traumas, muchas víctimas muestran deseos de confiar en otros para hablar del suceso. Sin embargo, estos intentos suelen frustrarse por ausencia de confidentes alrededor. En un grado sorprendente las víctimas encuentran que su impulso para confiar no se empareja con el deseo de tener buenos confidentes para escuchar. Coates et al. (2004) exploraron la receptividad de las víctimas e informaron que las víctimas de su estudio, al sentirse portadoras de pensamientos perturbados y emociones negativas solían implicarse en la supresión de los mismos. Las personas que escuchaban las narrativas de las víctimas, por su parte, intentaban cambiar los temas de conversación o evitaban tener un contacto más estrecho

con ellas. De hecho, escuchar historias traumáticas puede resultar estresante para quien lo hace. En otro estudio realizado por Pennebaker, Barger, y Tiebout (1989) con estudiantes universitarios, se pedía a los participantes que observaran varios videos de una hora sobre entrevistas con supervivientes del Holocausto. En dichos videos, los supervivientes contaban sus experiencias trágicas en Europa durante la Segunda Guerra Mundial. Mientras lo hacían, la actividad del sistema nervioso de los estudiantes que escuchaban dichos relatos era supervisada continuamente todo el tiempo que duraba el vídeo. Los resultados mostraron que cuando los estudiantes escuchaban eventos totalmente horribles y desagradables, los niveles de actividad del sistema nervioso aumentaban.

El confrontar los recuerdos traumáticos puede ayudar a que se reduzcan los efectos de la inhibición, tanto fisiológica como cognoscitivamente (Pennebaker, 1989). De esta manera, el acto de confrontar los recuerdos de un trauma reduce el trabajo fisiológico de inhibición. Y el confrontar los recuerdos traumáticos ayuda activamente a los individuos a entender y finalmente asimilar el evento. Las personas necesitamos recomponer nuestra historia. Esto lo hacemos a través de la construcción de la narrativa de nuestros propios eventos personales, siendo una representación de quiénes somos y cómo nos relacionamos. Por esta razón, es importante destacar que las relaciones sociales con las que cuenta una persona pueden ejercer una influencia psicológica positiva o negativa, incluso conducir a decepciones sobre la calidad y cantidad de apoyo que ofrecen las personas ante una crisis vital. Thoits (1986) señala que disponer de apoyo depende del esfuerzo por cultivar relaciones sociales y por el esfuerzo de recurrir a ellas en situaciones estresantes. Dada la variedad de factores interpersonales implicados, por ejemplo, si quien ofrece el apoyo es un profesional, un sacerdote, un cónyuge, un familiar o un amigo, además de los diversos problemas que pudiera enfrentar el receptor del apoyo, hay que saber cómo ofrecerlo para que sea eficaz, y el receptor debe saber cómo usarlo.

Las teorías que ponen de manifiesto la relación entre la memoria autobiográfica y el Yo sostienen que la capacidad de recordar y narrar la propia vida les permite a los individuos dar significado a los eventos, acciones y pensamientos y construir de esta manera su Yo (Bruner, 1994; Conway, 1996). Las experiencias traumáticas pueden afectar de forma dramática a los temas del Yo. Este tipo de modificación puede influir directamente en la codificación de un evento, porque los individuos no saben asimilar fragmentos significativos

de información nuevos y que no son consistentes con sus creencias anteriores sobre su Yo y el mundo. Subsecuentemente, la experiencia traumática, da a las personas cierta incapacidad para organizar y reconstruir su experiencia (Conway, 2005). Por ello, a los individuos que padecen un trauma psicológico les suele ser difícil compartir con otros a través del lenguaje experiencias que sienten que son incontables. Sin embargo, el compartir con otros experiencias dolorosas del pasado podría ayudar a los procesos cognoscitivos y emocionales de asimilación de los eventos. Algunos estudios han resaltado que una comunidad puede ayudar a los individuos a afrontar altos niveles de estrés o experiencias traumáticas y extraer sentido de una situación difícil (Haines, Hurlbert y Beggs, 1996; Fullilove et al. 2004). Un evento muy doloroso puede resultar menos traumático si el individuo pertenece a una comunidad “fuerte” y por consiguiente tiene la oportunidad de compartir este evento y construir un sentido común y un significado importante de la experiencia.

Cabe mencionar que la reacción de la víctima de un trauma, según el paradigma de Lazarus y Folkman (1984/1986), depende de parámetros objetivos relacionados con acontecimientos estresantes externos (tales como la intensidad, la duración y la acumulación de sucesos de vida estresantes), pero también de la evaluación cognitiva de la víctima en relación con los recursos psicológicos (intra e interpersonales) disponibles para hacer frente a los eventos estresantes. Al margen de la evaluación cognitiva, la vulnerabilidad de la víctima para desarrollar reacciones negativas postraumáticas está relacionada con una fragilidad emocional previa, con una historia anterior de sucesos traumáticos, con la existencia de una psicopatología familiar, con la presencia de reacciones disociativas durante el suceso traumático y con la inexistencia de una red de apoyo familiar y social (Amor, Echeburúa, Corral, Zubizarreta y Sarasua, 2002; Echeburúa, Corral y Amor, 2007). En síntesis, el alcance del daño psicológico está mediado por la gravedad del suceso, el carácter inesperado del acontecimiento y el daño físico o grado de riesgo sufrido, la mayor o menor vulnerabilidad de la víctima, la posible concurrencia de otros problemas actuales (a nivel familiar y laboral, por ejemplo) y pasados (historia de victimización), el apoyo social existente y los recursos psicológicos de afrontamiento disponibles. Todo ello configura la mayor o menor resistencia de la víctima al estrés. (Echeburúa, Corral y Amor, 2007).

Por lo general, una historia, un recuerdo autobiográfico debe ser coherente y persuasivo (para ser creíble), el sujeto debe tener una buena habilidad para

decirlo (para ser escuchado) y debe articularse con los elementos básicos para que esté completo (agente, acción, objetivo, medio, escena, problema) (Bruner, 1994,2002; Smorti, 2003). Sin embargo, una experiencia traumática crea ciertas dificultades en la construcción narrativa. En las narrativas traumáticas el problema permanece unido al contexto de forma precaria y por consiguiente no se explica completamente, esto produce historias en que la reconstrucción causal de eventos es inadecuada y la narración resulta fragmentada, incoherente y absolutamente descriptiva. Esto le impide al narrador compartir su o sus experiencias con otros y, por lo tanto, encontrar un significado para ellas. En cambio, cuando un evento traumático es colectivo y es experimentado por una población entera es probable que sea más contable. Aun cuando las narrativas puedan estar incompletas o fragmentadas, el propio evento es compartido y todos pueden entenderse bien. Es más, cuando un evento afecta a una comunidad entera, no sólo se retiene en el sistema de memoria individual, sino también dentro de la memoria colectiva del grupo (Pennebaker, 1997), esto puede facilitar a todos la manera de contar la experiencia.

Cuando un evento traumático es compartido con los miembros de una comunidad, permite una reconstrucción narrativa que es formalmente diferente de lo que se produce en situaciones donde el evento es experimentado de manera más individual y privada. Muestra de ello es un estudio realizado por Smorti et. al (2007) en el que los participantes fueron 24 estudiantes universitarios. Doce de ellos habían experimentado eventos traumáticos diferentes en un contexto escolar (el “grupo de trauma “individual), y doce estudiantes habían experimentado el terremoto de Umbría en 1997 (el “grupo del trauma “colectivo). Los resultados muestran que las narrativas de los dos grupos eran formalmente diferentes con respecto a la frecuencia de algunos indicadores textuales.

Smorti et al. (2007) interpretan estos resultados proponiendo dos géneros narrativos diferentes: un género descriptivo histórico y otro interpretativo psicológico, esto se refiere a que en el grupo de trauma colectivo se observó en sus narraciones el uso de indicadores de espacio, de tiempo, la utilización de nosotros e indicadores pasivos del Yo con más frecuencia que en el otro grupo, en estas narrativas la memoria del evento parecía ser más detallada acerca del espacio y el tiempo, como si estas historias fueran articuladas en una reconstrucción histórica, donde la descripción de tiempos y lugares es especialmente importante. En este grupo, la memoria individual se conectaba

con una memoria colectiva del terremoto. En el análisis cualitativo de estas narraciones, todos los temas de estos informes eran similares, los mismos miedos, las primeras impresiones sobre el evento. Y finalmente todos ellos daban la misma importancia al terremoto, visto como un evento imprevisto que empujaba a las personas a ver la vida de una manera diferente. Los individuos sacaron un sentido del terremoto, deduciendo de esta experiencia una sabiduría de la vida.

En el grupo de trauma individual se observó que aparecieron indicadores de qualia y el otro activo significativamente más que en el otro grupo. Por consiguiente, parecían narrar una interacción fuerte entre el Yo y un antagonista que describe los rasgos emocionales del evento. En estos recuerdos se encontró una carga emocional fuerte, todavía activa. La forma de las narrativas estaba cargada de atribuciones afectivas, los sentimientos emocionales que se unieron al evento fueron a menudo negativos.

Las historias de los dos grupos parecían seguir dos convenciones narrativas diferentes, dependiendo de si el evento lo vivieron colectivamente o de una manera privada, por lo que se podrían hablar de dos géneros narrativos diferentes. En el grupo del trauma colectivo, el sentido común de sus historias puede encontrarse en una reconstrucción histórica del evento, dónde la cronometría y el espacio se detallan bien y crean un armazón narrativo compartido por todos los miembros del grupo. Este esquema compartido se ajusta a un género descriptivo histórico en que el personaje principal es la comunidad que enfrenta un terremoto destinado a quedar inscrito en la historia de Umbría. Obviamente, en la construcción un papel importante es desarrollado por los medios de comunicación, el radio y la televisión, durante los primeros días después del terremoto. Por otro lado, el grupo de trauma individual parece referirse a un género psicológico introspectivo. Estas historias se construyeron colocando delante al otro y al Yo, a quienes se les atribuye el papel de personajes principales. Estas historias incluyen consideraciones sobre los sentimientos y pensamientos más que descripciones de los hechos. Los narradores se centran en explorar el mundo psicológico de las personas, descuidando las referencias espacio-temporales del mundo externo.

Resumiendo, los resultados de este estudio muestran que la intensidad de un recuerdo autobiográfico, obedece a algunas convenciones culturales y que son esos cánones los que gobiernan la construcción de historias dentro de un contexto particular. En este sentido, una memoria autobiográfica puede

insertarse en un género literario. Los géneros narrativos constituyen los modelos mentales culturales (Smorti, 2003) para interpretar los eventos sociales. Éstos son de naturaleza cognoscitiva, porque se elaboran activamente y son usados por los individuos, y son de naturaleza cultural, porque están presentes en la tradición histórica de una comunidad. Por esta razón, los géneros narrativos son el instrumento cultural que está a disposición de los miembros de una comunidad para dar significado a su vida y crear un sentido convencional de los eventos. Este estudio mostró que los miembros de los dos grupos usaron géneros narrativos que eran consistentes con las necesidades personales de dar significado y permitieron producir diferentes tipos de narraciones.

Para concluir este apartado debemos señalar que en el terreno de las narrativas sobre recuerdos de experiencias traumáticas es importante contar estas historias a otros, ya que ello influye en la construcción de la identidad del sujeto. Haciendo un poco de historia, antes se decía que existían dos niveles que eran clave para la comprensión de la memoria y su significado y eran la narrativa individual y el discurso social. Janet (1904), pionero en el siglo XIX en el tratamiento de la memoria traumática, distinguía entre la memoria traumática, que es aquella en la que el individuo repite inconscientemente el pasado (escenas retrospectivas u otras maneras de tratar el pasado como historia), y la memoria narrativa, en la que se narra el pasado y cómo el pasado se ha vuelto una memoria. Según Janet, la meta de la terapia debía ser convertir la memoria traumática en memoria narrativa (Van der Kolk & Fisler, 1995).

La memoria, descrita como la construcción de los recuerdos, no es necesariamente exacta; depende de un rango de factores, como la importancia, la singularidad, la elaboración imaginativa, y la confabulación. Las narrativas autobiografías se desarrollan a través de la interacción entre los recuerdos personales y el discurso social. Hay un rango de factores que afectan la exactitud de los recuerdos a nivel personal como son la importancia del evento, el tiempo transcurrido y la narrativa; y a nivel social, los discursos sociales y culturales, además de la interacción con otras personas. Wrye (1994) afirmó que las historias personales son los medios a través de los cuales pueden formarse y desarrollarse las identidades. Las personas necesitan dar un sentido y un significado a sus experiencias a través del uso del lenguaje y las historias. Las narrativas son sistemas de conocimiento personal (Crossley, 2000). Bruner (1990) menciona que la narrativa ofrece una oportunidad muy importante para desarrollar nuestra comprensión de los procesos de memoria e incluye

el esfuerzo por desarrollar un pasado coherente que involucre el papel de los eventos (los recuerdos) a los cuáles ponemos mayor énfasis, o de los cuáles nos avergonzamos o incluso qué concepciones actuales tenemos de ellos. La narrativa autobiográfica, por lo tanto, proporciona un sentido a nuestras vidas, al integrar el pasado con el presente y ofrecer un avance de cómo pensamos vivir nuestra vida en el futuro.

Otros factores, también investigados, que pueden influir en cómo narramos eventos traumáticos del pasado son la personalidad (Pals, 2006) el apoyo social, los amigos y la familia (Burnell, Coleman, y Hunt, 2006), la edad (Coleman, 2005) la experiencia personal y el mundo social. (Hunt y Mchale, 2008).

Investigar la memoria autobiográfica a través de la narrativa en relación con el trauma puede ayudarnos desarrollar nuestra comprensión respecto al tema. Los psicólogos se han centrado en el impacto de la tensión traumática, y cómo los individuos aprenden a cubrir sus recuerdos procesando cognoscitivamente el volumen emocional de sus recuerdos a través de la narrativa, intentando entender su trauma y dándole un significado (Joseph, y Linley 2006; Ness y Macaskill, 2003). Y no se han enfocado a estudiar la estructura y contenido de las narrativas de recuerdos autobiográficos con respecto al género, en sujetos no clínicos que han vivido experiencias de trauma. Es necesario mencionar que las víctimas de un trauma, tienden a no compartir con otras personas estos dolorosos recuerdos (como consecuencia de la actitud evitativa y del temor a la reexperimentación), sino que los sufren solas, temiendo haberse convertido en seres anormales o extraños. Este bloqueo afectivo dificulta las relaciones sociales. El bloqueo emocional es un caparazón para protegerse de los recuerdos traumáticos. Por paradójico que pueda parecer, los síntomas experimentados por la víctima suponen un intento (eso sí, fallido) de adaptarse a la nueva situación. En concreto, la evitación y el bloqueo emocional intentan prevenir futuros daños que podrían ocurrir a la persona afectada si se implicase de nuevo en una vida activa y recuperase la confianza en las personas (Herbert y Wetmore, 1999).

Como resumen de este capítulo es necesario destacar que cuando una persona evoca cualquier experiencia de su pasado lo hace contando una historia, no recitando una lista fragmentada de atributos o características. Utiliza entonces la narración autobiográfica. Narrar es relatar, contar, referir, informar acerca de algo, y ese algo debe tener algún sentido, cierto significado para quien narra y para quien escucha o lee la narración. Construyendo

narrativas, los individuos elaboran planes específicos para el manejo de su realidad y consecuentemente sus interacciones sociales y su actuación en los contextos culturales. Por lo tanto, en este apartado se concluye, en definitiva, que las convenciones sociales de la escritura o del habla autobiográfica, el papel de la audiencia, los supuestos sobre el uso del lenguaje en las conversaciones, el ajuste del significado al contexto, y la relación social entre el hablante y su audiencia representan un conjunto de factores que determinan tanto la forma como el contenido de los recuerdos autobiográficos.

Además, la naturaleza social de los recuerdos autobiográficos supone que los individuos tenemos que aprender a narrar o a contar las historias que vivimos. Una cuestión no resuelta todavía entre los teóricos es si los recuerdos autobiográficos se almacenan como narraciones o si la estructura narrativa se impone posteriormente durante la recuperación. Teniendo en cuenta el conocimiento actual sobre la dinámica de la memoria y su naturaleza constructiva y reconstructiva, Ruiz-Vargas (2004) afirma que los recuerdos de las experiencias de la vida sólo se organizan narrativamente si son recuperados, ya sea para contarlos a otros o para contárnoslos a nosotros mismos. Por tanto, la experiencia se convierte en narración a través de la recuperación. Es así como resulta muy interesante estudiar el contenido y estructura de las narrativas autobiográficas, ya que dan una idea de cómo las personas construyen o modifican su realidad y el significado de su Yo en relación con sus recuerdos autobiográficos. Más aún si se trata de personas que han vivido alguna situación de trauma, ya que diversos estudios han comprobado que resulta difícil tener la habilidad de construir una narrativa coherente que permita la expresión y regulación de pensamientos y emociones en personas que han tenido experiencias de trauma. No se puede dejar de mencionar, que las narrativas autobiográficas se producen en un contexto social y cultural, por lo que el apoyo social a las víctimas de trauma es fundamental, ya que aporta beneficios tanto a su salud física como a su salud mental, además de compartir con otros los recuerdos autobiográficos traumáticos permite la integración de la situación a su historia de vida mientras construye su Yo social e individual y por ende su identidad.

## Lista de referencias

- Amor, P.J., Echeburúa, E., Corral, P., Zubizarreta, I., y Sarasua, B. (2002). Repercusiones psicopatológicas de la violencia doméstica en la mujer en función de las circunstancias del maltrato. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud/International Journal of Clinical and Health Psychology*, 2, 227-246.
- Baddeley A. (1997) *Human memory: Theory and practice*. London: Taylor & Francis.
- Bahrick, L., Parker, J., Fivush, R., & Levitt, M. (1998) Children's memory for a natural disaster. *Journal of Experimental Psychology: Applied*.4, 308-331.
- Bauer, P.J., Stennes, L. & Haight, J.C. (2003) Representation of the inner self in autobiography: Women's and men's use of internal states language in personal narratives. *Memory*, 11, 27-42.
- Beltrán-Jaimes, J. O. ; Moreno-López, N. M. ; Polo-Díaz, J.; Zapata- Zabala, M. E. ; Acosta- Barreto, M. R. (2012) Memoria autobiográfica: un sistema funcionalmente definido. *International Journal of Psychological Research*, 5 (2),108-123
- Bluck, S., & Habermas, T. (2000) The life story schema. *Motivation and Emotion*, 24, 2, 121-147.
- Bohanek, J., Fivush, R., & Walker, E. (2005) Memories of positive and negative events. *Applied Cognitive Psychology*, 19, 51-66
- Bruner, J. (2003) Self-Making Narratives. En Fivush, R. Haden, C.A. (Eds.) *Autobiographical Memory and the Construction of Narrative Self. Developmental and Cultural Perspectives*. London: Erlbaum Associates Publishers. (pp. 209-225)
- \_\_\_\_\_ (2002) *Making Stories. Law, Literature, Life*. Cambridge-Massachusetts-London-England. Harvard University Press
- \_\_\_\_\_ (1999) *La educación, puerta de la cultura*. (2nd. Ed.) Madrid, España. Ed. Aprendizaje Visor.
- \_\_\_\_\_ (1998) *The perception of people*. Harvard University Cambridge. Lab. Of Social Relations.
- \_\_\_\_\_ (1997), *La educación, puerta de la cultura*, Madrid, España, Visor.
- \_\_\_\_\_ (1996) A narrative model of self-construction. *Pyke & Logos*, 17,1, 154-170.
- \_\_\_\_\_ (1994) The "remembered Self". In U. Neisser, R. Fivush (Eds.), *The remembering Self: Construction and Accuracy in the Self-narrative*. Cambridge: Cambridge University Press.
- \_\_\_\_\_ (1990) *Acts of Meaning*. Cambridge-London: Harvard University Press.
- \_\_\_\_\_ (1988) *Desarrollo cognitivo y educación*, Madrid: Ediciones Morata.
- \_\_\_\_\_ (1987) Life as narrative. *Social Research*, 54, 1-17.

- \_\_\_\_\_ (1986) *Realidad mental y mundos posibles*, Barcelona: Ed. Gedisa.
- Burnell, K., Coleman, P., & Hunt, N. (2006) Falklands war veteran's perceptions of social support and the reconciliation of traumatic memories. *Aging and Mental Health*, 10, 282-289.
- Christianson, S. A. (1992). Emotional stress and eyewitness memory: a critical review. *Psychological Bulletin*, 112, 284-309.
- Coates, S. L., Butler, L. T. & Berry, D. C. (2004) Implicit memory: a prime example for brand consideration and choice. *Applied Cognitive Psychology*, 18, 1195–1211.
- Coleman, D. (2005). Trauma and Incarcerated Youth. *Journal of Evidence-Based Social Work*. 2(3/4), 113-124.
- Conway, M. A. (2005) Memory and the self. *Journal of Memory and Language*, 53, 594-628
- \_\_\_\_\_ (1996) Autobiographical knowledge and autobiographical memories. En D.C. Rubin (Ed.), *Remembering our past: Studies in autobiographical memory*. New York: Cambridge University Press. (pp. 67-93).
- Conway, M. A. & Pleydell-Pearce, C.W. (2000) The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*, 107, 206-288.
- Crossley, M. (2000) Narrative Psychology, Trauma and the Study of Self/Identity. *Theory & Psychology*, 10, 4, 527-546
- Echeburúa, E. (2004) Superar un trauma. Madrid: Pirámide
- Echeburúa, E. & Corral P. (2007) Intervención en crisis en víctimas de sucesos traumáticos: ¿cuándo, cómo y para qué? *Psicología Conductual*, 15,3, 373-387.
- Fivush, R. (2008) Remembering and reminiscing: How individual lives are constructed in family narratives. *Memory Studies*, 1, 45-54.
- Fivush, R. (1998) The stories we tell: How language shapes autobiography. *Applied Cognitive Psychology*, 12, 483-487.
- \_\_\_\_\_ (1991) The social construction of personal narratives. *Merrill-Palmer Quarterly*, 37, 59–82.
- Fivush, R., Berlin, L., Sales, J.D., Mennuti-Washburn, J., & Cassidy, J. (2003) Functions of parent-child reminiscing about emotionally negative events. *Memory*, 11, 179-192
- Fivush, R., Edwards, V.J., & Mennuti-Washburn, J. (2003) Narratives of 9/11: Relations among personal involvement, narrative content and memory of the emotional impact over time. *Applied Cognitive Psychology*, 17, 1099-1111
- Fivush, R., Haden, C. A., & Reese, E. (2006) Elaborating on elaborations: The role of maternal reminiscing style in cognitive and socioemotional development. *Child Development*. 77, 1568-1588

- Fivush, R., & Haden, C.A. (Eds.). (2003) *Autobiographical memory and the construction of a narrative self: Developmental and cultural perspectives*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Fivush, R., Marin, K., Crawford, M., Reynolds, M., & Brewin, C. (2007) Children's narratives and well-being. *Cognition and Emotion*, 21, 1414-1434
- Fivush, R. & Nelson, K. (2006) Parent-child reminiscing locates the self in the past. *British Journal of Developmental Psychology*, 24, 235-251.
- Fivush, R., & Reese, E. (1992) The social construction of autobiographical memory. In M. A. Conway, D. Rubin, H. Spinnler, & W. Wagenaar (Eds.), *Theoretical perspectives on autobiographical memory*. Dordrecht, The Netherlands: Kluwer Academic. (pp. 115-134).
- Fivush, R., Sales, J.D., Goldberg, A., Bahrick, L., & Parker, J. (2004) Weathering the storm: Children's long-term recall of Hurricane Andrew. *Memory*, 12, 104-118
- Frisina P.G., Borod, J.C., Lepore, S.J. (2004) A meta-analysis of the effects of written emotional disclosure on the health outcomes of clinical populations. *J Nerv Ment Dis.* 192,9, 629-634
- Fullilove, M., Hernandez-Cordero, L., Madoff, J. & Fullilove, R. (2004) Promoting collective recovery through organizational mobilization: the post-9/11 disaster relief work of NYC RECOVERS. *J Biosoc Sci*, 36, 4, 479-489.
- Gallagher, S.E. (2003) Self-narrative in schizophrenia. In *The Self and Schizophrenia: A Neuropsychological Perspective*, ed. A. S. David and T. Kircher Cambridge: Cambridge University Press. (pp. 336-357).
- Gidron, Y., Peri, T. Connolly, J.F. y Shalev, A.Y. (1996) Written disclosure in posttraumatic stress disorder: is it beneficial for the patient?. *The journal of nervous and mental disease*, 184(8), 505-507.
- Greenberg M. A., Stone A. A. (1992). Writing and about disclosed versus undisclosed traumas Immediate and long term effects on mood and health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 75-84.
- Haden, C.A., Haine, R., & Fivush, R. (1997) Developing narrative structure in parent-child conversations about the past. *Developmental Psychology*, 33, 295-307.
- Haines, V., Hurlbert, J., & Beggs, J. (1996) Exploring the Determinants of Support Provision: Provider Characteristics, Personal Networks, Community Contexts, and Support Following Life Events. *Journal of Health and Social Behavior* 37, 252-264.
- Herbert, C. y Wetmore, A. (1999) *Overcoming traumatic stress. A selfhelp guide using cognitive-behavioral techniques*. London. Robinson.
- Hoerl, C. (2007) Episodic Memory, Autobiographical Memory, Narrative: On Three Key Notions in Current Approaches to Memory Development. *Philosophical*

- Psychology*, 20, 5, 621-640
- Hooker, K. & McAdams, D. (2003) Personality reconsidered: A new agenda for aging research. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, 58B, 296-304
- Hudson, J.A. (1990) The emergence of autobiographical memory in mother-child conversation. In R. Fivush & J.A. Hudson (Eds.) *Knowing and remembering in young children*. Cambridge, M.A.; Cambridge University Press
- Hunt, N. & McHale, S. (2008) Memory and Meaning: Individual and Social Aspects of Memory Narratives. *Journal of Loss and Trauma*, 13, 1, 42-58
- Janet, P. (1904) L'Amnésie et la dissociation des souvenirs par l'émotion. *Journal de Psychologie*, 1, 417-453.
- Joseph, S. & Linley A. (2006) *Trauma, recovery, and growth: positive psychological perspectives on posttraumatic stress*. Joseph, S. & Linley, A. (Eds.) Publicado por John Wiley and Sons, Inc. Hoboken. New Jersey.
- Kendeou, P., Lynch, J. S., van den Broek, P., Espin, C. A., White, M. J. & Kremer, K. E. (2005). Developing successful readers: Building early comprehension skills through television viewing and listening. *Early Childhood Education Journal*, 33, 91-98.
- Kihlstrom, J. F., Beer, J. S. & Klein, S. B. (2002) Self and identity as memory. In Leary, M. R. & Tangney, J. (Eds.) *Handbook of self and identity*. New York EE.UU., Guilford Press.
- Klein, K., & Boals, A. (2001) The relationship of life event stress and working memory capacity. *Applied Cognitive Psychology*, 15, 565-579.
- Labov, W. (1997). Some further steps in narrative analysis. *Journal of Narrative and Life History* 7, 395-415.
- \_\_\_\_\_ (1972) *Sociolinguistic patterns*. Philadelphia, PA: University of Pennsylvania Press
- \_\_\_\_\_ (1972) *Language in the inner city*. Philadelphia, PA: University of Pennsylvania Press.
- Lazarus, R. S., y Folkman, S. (1984 / 1986). Stress, appraisal and coping / Estrés y procesos cognitivos. Nueva York / Barcelona: Springer / Martínez Roca.
- Lepore, S.J. (1997) Expressive writing moderates the relation between intrusive thoughts and depressive symptoms. *Journal of personality and social psychology*, 73(5)1030-1037.
- Lindon, A. (1999) Narrativas autobiográficas, memoria y mitos: una aproximación a la acción social. *Economía, Sociedad y Territorio*, 2 (6), 295-310
- Marin, K., Bohanek, J.G., & Fivush, R. (2008) Positive Effects of Talking About the Negative: Family Narratives of Negative Experiences and Preadolescents' Perceived Competence. *Journal of Research in Adolescence*. 18, 573-593.

- McAdams, D.P. (2003) Identity and the life story. En Fivush, R. y Haden, C.A. (Eds). *Autobiographical Memory and the Construction of Narrative Self. Developmental and Cultural Perspectives*. Mahwah N.J.: Lawrence Erlbaum Associates. (pp. 187-207)
- McAdams, D.P. (2001) The psychology of life stories. *Review of General Psychology*, 5, 100-122
- \_\_\_\_\_ (1985) *Power and intimacy*. New York: Guilford.
- McAdams, D. P., Josselson, R. & Lieblich, A. (2006) *Identity and story: Creating self in narrative*. Washington, DC: APA Books.
- Mishler, E. (1995) Models of narrative analysis: a typology. *Journal of Narrative and Life History*, 5, 87–123.
- Neimeyer, R. A., & Levitt, H. (2001). Coping and coherence: A narrative perspective on resilience. In R. Snyder (Ed.), *Coping with stress* (pp. 47-67). New York: Oxford.
- Neisser, U. (1994) Self-narratives: True and false. En U. Neisser y R. Fivush. *The remembering Self: Construction and accuracy in the self-narratives*. Cambridge: Cambridge University Press. (pp. 1-18).
- Nelson, K. (1993). The psychological and social origins of autobiographical memory. *Psychological Science*, 4, 7-14.
- Nelson, K., & Fivush, R. (2004) The emergence of autobiographical memory: A special cultural developmental theory. *Psychological Review*, 111, 468–511.
- Ness, G. J. & Macaskill, N. (2003). Preventing PTSD: The value of inner resourcefulness and a sense of personal control of a situation. Is it a matter of problem-solving or anxiety management? *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 31, 463–46
- Ochs, E. y Capps L. (1996) *Living Narrative: Creating Lives in Everyday Storytelling*. Harvard University Press.
- Páez, D., Velasco, C., & González, J. L. (1999). Expressive writing and the role of alexythimia as a dispositional deficit in self-disclosure and psychological health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 630-641.
- Pals, J. L. (2006) Narrative identity processing of difficult life experiences: Pathways of personality development and positive self-transformation in adulthood. *Journal of Personality*, 74, 4, 1079-1109
- Park, C.L., & Blumberg, C.J. (2002). Disclosing trauma through writing: Testing the meaning-making hypothesis. *Cognitive therapy and Research*. 26, 597-616.
- Pasupathi, M. (2007) Telling and the remembered self: Linguistic differences in memories for previously disclosed and previously undisclosed events, *Memory*, 15, 3, 258-270.

- \_\_\_\_\_ (2003) Social remembering for emotion regulation: Differences between emotions elicited during an event and emotions elicited when talking about it. *Memory*, 11, 151-163.
- \_\_\_\_\_ (2001) The social construction of the personal past and its implications for adult development. *Psychological Bulletin*, 127, 651-672.
- Pennebaker, J. W. (1997) *Opening Up: The Healing Power of Expressing Emotion*. New York: Guilford Press.
- \_\_\_\_\_ (1997) Writing about emotional experiences as a therapeutic process. *American Psychological Society*, 8,3, 162-166.
- \_\_\_\_\_ (1989) Confession, inhibition and disease. *Advances in Experimental Social Psychology*, 22, 211-244.
- \_\_\_\_\_ (1982) *The psychology of physical symptoms*. New York: Springer-Verlag.
- Pennebaker, J. W. & Banasik, B. (1997) On the creation and maintenance of collective memories: History as social psychology. In J.W. Pennebaker, D. Paez & B. Rim\_ (Eds.). *Collective memory of political events: Social psychological perspectives*. Mahwah, NJ: Erlbaum Publishers
- Pennebaker, J. W., Barger, S. D., & Tiebout, J. (1989) Disclosure of traumas and health among Holocaust survivors. *Psychosomatic Medicine*, 51, 577-589.
- Pennebaker, J.W.; Beall, S.K. (1986) Confronting a traumatic event: Toward an understanding of inhibition and disease. *Journal of Abnormal Psychology*, 95(3), 274-281
- Pennebaker J. W., Francis M. E. (1996). Cognitive emotional and language processes in disclosure. *Cognition and Emotion*, 10, 601-626.
- Pennebaker, J.W. & O'Heeron, R.C. (1984) Confiding in others and illness rate among spouses of suicide and accidental-death victims, *Journal of Abnormal Psychology*, 93, 473-476.
- Pennebaker, J. W., & Seagal, J. (1999) Forming a story: The health benefits of narrative. *Journal of Clinical Psychology*, 55, 1243-1254.
- Polkinghorne, D. (1988) *Narrative Knowing and the Human Sciences*. Nueva York: State University of New York Press.
- Polonoff, David. (1987). Self-deception. *Social Research*, 54 (1), 45-53.
- Reese, E. (2002) A model of the origins of autobiographical memory. In J. W. Fagen & H. Hayne (Eds.), *Progress in Infancy Research*, Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates. , Vol. 2 (pp. 215-260).
- \_\_\_\_\_ (2002) Social factors in the development of autobiographical memory: The state of art. *Social development*, 11, 124-142.

- Reese, E., Haden, C. & Fivush, R. (1993) Mother-child conversations about the past: Relationships of style and memory over time. *Cognitive Development*, 8, 403-430.
- Resse, E., Yan, C., Jack, F., & Hayne, H. (2008) Narrative and Self from Early Childhood to Early Adolescence. *Narrative Development in Adolescence Creating the Storied Self*. (Eds) Mclean, K.C. y Pasuphati, M. Springer Science. (pp. 23-43)
- Rimé, B., Finkenauer, C., Luminet, O., Zech, E., & Philippot, P. (1998). Social sharing of emotion: New evidence and new questions. In W. Stroebe & M. Hewstone (Eds.), *European review of social psychology* (Vol. 9, pp. 145-189). Chichester, UK: John Wiley & Sons.
- Ruiz-Vargas, J.M. (2004) Trauma y memoria: de la persistencia de los recuerdos a la amnesia. En J.M. Muñoz Céspedes y A. Ruano (Coord.), *Cerebro y memoria*. Madrid: Fundación Mapfre Medicina. (pp. 3- 64).
- Sala, A. (2008) *Construcciones Identitarias en el contexto histórico-cultural: Identidades lésbicas, historias de vida y discursos sociales*. Tesis doctoral inédita. Universidad de Sevilla.
- Sales, J. Fivush, R., Parker, J., & Bahrnick, L. (2005) Stressing Memory: Long-Term Relations Among Children's Stress, Recall and Psychological Outcome Following Hurricane Andrew. *Journal of Cognition and Development*, 6(4), 529-545
- Santamaría A. y Martínez M.A. (2005) La construcción de significados en el marco de una psicología cultural: el pensamiento narrativo. En Cubero, M. et al. *Vigotsky y la psicología contemporánea. Cultura, mente y contexto*. Ed. Niño y Dávila. Madrid, España. (pp. 167-193)
- Santamaría, A. (2000) La narración como acción mediada en el marco de una psicología cultural. Un estudio en adultos. *Anuario de psicología*. 31 (4), 139-161.
- Schaffer, R. (1981) Narration in the Psychoanalytic Dialogue. In W. J. T. Mitchell (ed.), *On Narrative*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Schank, R.C. y Abelson, R.P. (1995) Knowledge and memory: The real story. En R.S. Wyer (Ed.), *Advances in social cognition: Knowledge and memory* (Vol. 8, pp. 1-85).
- Sengers, P. (2000) Narrative Intelligence, Human Cognition and Social Agent Technology, Ed. Kerstin Dautenhahn, John Benjamins Publishing Company (pp.1-26.)
- Siegel, D.J. (1999) *The developing mind: how relationships and the brain interact to shape who we are*. New York, Guilford
- Singer, J. A. (2004) Narrative identity and meaning making across the adult lifespan: An introduction. *Journal of Personality*, 72, 437-459.
- Singer, J. A. & Rexhaj, B. (2006) Narrative coherence and psychotherapy: A

- commentary. *Journal of Constructivist Psychology*, 19, 209–217.
- Singer, J. A., Rexhaj, B., & Baddeley, J. L. (2007). Older, wiser, and happier? : Comparing older adults' and college students' self-defining memories. *Memory*, 15, 886-898
- Smith, G. D., Egger, M. (1998) Meta-analysis: Unresolved issues and future developments. *British Medical Journal*, 316, 221-225
- Smorti, A., McKeough, A., Ciucci, E., Pyryt, M., Wilson, N., Sanderson, A., et al. (2007). Narrative strategies of aggressive and non-aggressive children: A cross-cultural comparison. *Narrative Inquiry*, 17(2), 23–42.
- Smorti, A. (2003) *La psicologia culturale. Processi di sviluppo e comprensione sociale*. Roma: Carocci.
- \_\_\_\_\_ (2001) *El pensamiento narrativo. Construcción de historias desarrollo del conocimiento social*. Sevilla: Morgablum.
- Smorti, A., Del Buffa, O., Cipriani, V. & Pananti, B. (2004) *Narrative Organization and Information Schema*. Unpublished manuscript.
- Soliday, E., Garafolo, J. y Rogers, D. (2004) Expressive writing intervention for adolescents' somatic symptoms and mood. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 33 (4), 792-801
- Spence, D. (1984) *Narrative Truth and Historical Truth: Meaning and Interpretation in Psychoanalysis*, Nueva York, Norton paperback.
- Spera S. P., Buhrfeind E. D., Pennebaker J. W. (1994). Expressive writing and coping with job loss. *Academy of Management Journal*, 37, 722–733
- Stroebe, W. & Stroebe, M. (1987) *Bereavement and health*. New York: Cambridge University Press.
- Thoits, P. A. (1986) Multiple identities: Examining gender and marital status differences in distress. *American Sociological Review*, 51, 259-272.
- Thorne, A. (2000) Personal memory telling and personality development. *Personality and Social Psychology Review*, 4, 45-56.
- Van der Hart, O. & Brown, P. (1992) Abreaction re-evaluated. *Dissociation*, 5,4, 127-138.
- Van der Hart, O.& Spiegel, D. (1993) Hypnotic assessment and the treatment of trauma- induced psychoses: The early psychotherapy of H. Breukink and modern views. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 12, 3, 191-209.
- Van der Kolk, B.A., & Fisler, R. (1995) Dissociation and the fragmentary nature of traumatic memories: Background and experimental evidence. *Journal of Traumatic Stress*. 8, 505-525.

- Welch-Ross, M. K. (1997) Mother-child participation in conversations about the past: Relationship to preschoolers' theory of mind. *Developmental Psychology*, 33, 618–629.
- Weldon, M., & Bellinger, K. (1997). Collective memory: Collaborative and individual processes in remembering. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 23,5, 1160-1175.
- Wenner, J. (2004). Preschoolers' comprehension of goal structure in narratives. *Memory*, 12, 193-202.
- Wertsh, J. (1998) *La mente en acción*. Argentina: Aique Grupo Editor.
- Wrye, H. (1994) Narrative scripts: Composing a life with ambition and desire. *Amer. Jour. Psychoanal.*, 54, 2, 127–142

