



VNiVERSiDAD D SALAMANCA

CAMPUS DE EXCELENCIA INTERNACIONAL

Facultad de Psicología
Grado en Psicología
Curso Académico: 2020/2021

Trabajo Fin de Grado

Sobrecogimiento: Revisión de los métodos cualitativos empleados en su estudio.

Autora:
Raquel Paramio Sanz

Tutora:
Ana Rosa Delgado González

Declaración de autoría

Dña. Raquel Paramio Sanz, con DNI 02771483Y, matriculada en el Grado en Psicología de la Universidad de Salamanca.

Declaro que he redactado el trabajo “Sobrecogimiento: Revisión de los métodos cualitativos empleados en su estudio” para la asignatura de Trabajo Fin de Grado en el curso académico 2020/2021 de forma autónoma, con la ayuda de las fuentes bibliográficas citadas en la bibliografía, y que he identificado como tales todas las partes tomadas de las fuentes indicadas, textualmente o conforme a su sentido.

En Salamanca, a 9 de julio de 2021.

Fdo.: Raquel Paramio Sanz

Índice

1. Introducción	5
1.1. La experiencia de sobrecogimiento	5
1.2. Estímulos que provocan sobrecogimiento	7
1.3. Efecto de las experiencias de sobrecogimiento	8
1.4. Métodos cualitativos	10
1.5. Objetivo del trabajo	14
2. Metodología	15
2.1. Materiales	15
2.2. Procedimiento	15
2.3. Análisis de datos	17
3. Resultados y discusión	17
4. Conclusión	23
5. Bibliografía	25
5.1. Bibliografía artículos seleccionados	27
6. Anexos	30
6.1. Anexo 1: Tabla características de los artículos	30

Índice de Figuras y Tablas

Figura 1. Diagrama de flujo del proceso de búsqueda y selección de artículos	16
Tabla 1. Método de análisis en función de la técnica de recogida de datos	19
Tabla 2. Método de análisis en función de la técnica de control de calidad	20
Tabla 3. Método de análisis de datos en función del foco del estudio	22
Anexo 1. Tabla características de los artículos.	29

Resumen

El sobrecogimiento es una emoción intensa vinculada generalmente con estímulos inmensos y que generan una necesidad de acomodación. La investigación relacionada con esta emoción ha sido creciente en los últimos años y los resultados arrojados relacionan el sobrecogimiento con aspectos como mejoras en el estado de la persona y la salud mental y con comportamientos positivos. A pesar del incremento en la investigación, hay muchos aspectos que desentrañar en relación con esta emoción. El objetivo del presente trabajo es realizar una revisión de los métodos cualitativos empleados para estudiar la experiencia de sobrecogimiento, ya que se considera que el empleo de estos puede resultar beneficioso para conocer a fondo la experiencia subjetiva de esta emoción. Para ello, se realizó en primer lugar, una búsqueda empleando diversas palabras clave y a continuación, una selección de artículos en dos fases: lectura de resúmenes y lectura de textos completos, de la que se obtuvo una muestra final de 20 artículos. El análisis se realizó creando categorías en torno a cuatro parámetros fundamentales: método de análisis, técnica de recogida de datos, técnica de control de calidad y foco del estudio. Este análisis puso de manifiesto la preponderancia de una serie de métodos (análisis temático), técnicas (entrevista semiestructurada, revisión de pares) y focos (naturaleza) sobre otros. A la luz de estos resultados, se discute la necesidad de una mayor variabilidad en los trabajos y de una mayor cantidad de estudios cualitativos enfocados directamente en la experiencia subjetiva de sobrecogimiento para aumentar el conocimiento de dicha emoción.

Palabras clave: sobrecogimiento, cualitativo, métodos de análisis, técnicas, foco

1 INTRODUCCIÓN

1.1 La experiencia de sobrecogimiento

El sobrecogimiento (*awe* en inglés) es una emoción intensa provocada por la percepción de algo grandioso, sublime o extremadamente poderoso (Carrasco et al., 2018). Desde el punto de vista de la psicología, una de primeras aproximaciones conceptuales acerca del sobrecogimiento es la planteada por Keltner y Haidt (2003) (aunque ya se había tratado en algunas ocasiones, se le había prestado menos atención que a otras emociones como el miedo o la tristeza). Los autores proponen que esta emoción presenta dos componentes principales: la inmensidad y la necesidad de acomodación

Por un lado, la inmensidad hace referencia a cualquier cosa experimentada como más grande que el “yo” o que el propio marco de referencia. Normalmente, suele asociarse a una cuestión de tamaño físico, pero puede implicar también tamaño social, cuando se asocia a cuestiones como fama, autoridad o prestigio. Por otro lado, la necesidad de acomodación se refiere al proceso piagetiano de ajuste de las estructuras mentales cuando estas no pueden asimilar una experiencia nueva (Keltner y Haidt, 2003). Se ha observado que los individuos predispuestos a experimentar sobrecogimiento suelen sentirse más cómodos revisando sus estructuras mentales o reconociendo que sus estas no son adecuadas para la ocasión que están viviendo (Shiota, Keltner y Mossman, 2007).

Keltner y Haidt (2003) plantean que además de los componentes fundamentales, hay una serie de características adicionales que pueden ir asociadas las experiencias de sobrecogimiento: amenaza, belleza, habilidad, virtud y causalidad supernatural, y que caracterizan la naturaleza y valencia de estas vivencias.

Además, la experiencia de sobrecogimiento se ha asociado con un aumento del sentido de que el “yo” forma parte de algo más grande (Shiota et al., 2007), con otras emociones como sorpresa, admiración y elevación (Keltner y Haidt, 2003) y con una sensación de “pequeño yo” (Piff et al., 2015). El “pequeño yo” denota la experiencia de disminución e insignificancia del “yo” frente a la experiencia sobrecogedora. Se ha visto también que la humildad espiritual (caracterizada por una referencia al universo o a lo sagrado), es predictora del sobrecogimiento (Weger y Wagemann, 2018).

Otras aproximaciones plantean una imagen alternativa de esta emoción. Desde estos planteamientos, el sobrecogimiento estaría más cerca de una experiencia compleja (como una experiencia autotranscendental) que de una emoción convencional y, por tanto, debería abordarse más como una experiencia que como una emoción estándar (Chirico et al., 2017).

En general, el sobrecogimiento se ha estudiado como una emoción con valencia positiva (Chen y Mongrain, 2018), pero las conceptualizaciones acerca de la valencia de esta emoción varían en función de los estudios y los autores. Shiota y cols. (2007) obtuvieron únicamente relatos de experiencias positivas al pedir a sus participantes que hablasen de vivencias de sobrecogimiento, por lo que plantearon que el sobrecogimiento positivo y el horror negativo son fundamentalmente diferentes, siendo el sobrecogimiento intrínsecamente positivo.

Otros trabajos sugieren la existencia de dos polos (uno positivo y otro negativo) dentro de esta emoción. El sobrecogimiento negativo se manifestaría al percibirse una amenaza personal y podría surgir cuando las personas están expuestas a estímulos vastos y amenazantes, como catástrofes naturales (Gordon et al., 2017). En esta línea, Keltner y Haidt (2003), plantean que el sobrecogimiento negativo incluiría además de sus componentes fundamentales (inmensidad y necesidad de acomodación), una percepción de amenaza, mientras que el positivo se asociaría a una percepción de belleza. Estos autores también proponen que si la acomodación no se logra se produce sobrecogimiento negativo, mientras que cuando sí se consigue se siente el lado positivo de la emoción.

Guan y cols. (2019) corroboraron la idea de las dos caras del sobrecogimiento ya que al mostrar a sus participantes imágenes de desastres naturales y de fenómenos como auroras boreales, observaron que ambos tipos de imágenes generaban la misma intensidad de sobrecogimiento, provocando las primeras, además, miedo y ansiedad. En este mismo estudio, se observó también que las experiencias de sobrecogimiento positivo y negativo se asociaban a estructuras neuroanatómicas distintas. El sobrecogimiento positivo correlacionaba con el volumen de materia gris del precuneus (Guan et al., 2019). Previamente, se ha vinculado esta área con la experiencia humana de autorreflexión (Kjaer, Nowak y Lou, 2002) y con las puntuaciones subjetivas de felicidad (Sato et al., 2015). Se sugiere por tanto, que mayor materia gris en el

precuneus puede asociarse con mayores niveles de felicidad, satisfacción y emociones positivas. Esta correlación puede reflejar una relación entre el sobrecogimiento positivo, la autoconsciencia y una mayor satisfacción hacia la vida (Guan et al., 2019).

En cuanto al sobrecogimiento negativo, se observó una correlación de esta emoción con el volumen de materia gris de la ínsula y del giro temporal superior (Guan et al., 2019). Previamente, se ha indicado que la ínsula está implicada en la interocepción (Paulus and Stein, 2006), la incertidumbre relacionada con la toma de decisiones (Critchley et al., 2001), en aspectos evaluativos, experienciales o expresivos de emociones como miedo, disgusto o tristeza (Phan et al., 2002) y en la ansiedad (Paulus and Stein, 2006). En cuando al giro temporal superior, se ha visto que está asociado con la empatía (Perry et al., 2012), la percepción y comprensión de los estados emocionales de otros. Teniendo en cuenta los resultados, se plantea que la ínsula y el giro temporal superior, juegan un rol clave en la experiencia de sobrecogimiento negativo, la primera en la valoración de emociones relacionadas con la amenaza, y el segundo en relación con las situaciones de amenaza a otros (Guan et al., 2019).

Por lo que señalan estos estudios, el sobrecogimiento parece una emoción compleja que puede manifestarse de forma positiva, asociándose a sentimientos de felicidad, autoconsciencia y belleza y de forma negativa, relacionándose con sensación de amenaza, miedo y ansiedad, pero también con empatía y comprensión de los sentimientos de los demás.

1.2 Estímulos que provocan sobrecogimiento.

En cuando a los eventos susceptibles de provocar sobrecogimiento, Keltner y Haidt (2003) proponen tres categorías para su clasificación: estímulos sociales (como un líder poderoso o un dios), estímulos físicos (un tornado, una catedral, ciertos tipos de música, unas vistas grandiosas...) y estímulos cognitivos (como una gran teoría). Todos ellos comparten un aspecto central: son percibidos como inmensos dentro del marco de referencia habitual del observador (Shiota et al., 2007). Carrasco y cols. (2018) observan que el elemento más mencionado por los participantes en relación con estos estímulos es la grandiosidad de la naturaleza, lo que sustenta la idea de la inmensidad (riqueza perceptual, grandeza en un amplio sentido), como un factor principal en el surgimiento del sobrecogimiento.

Sin embargo, esta idea no es compartida por todos los autores. Weger y Wagerman (2018) plantean que el sobrecogimiento también puede producirse en ausencia de inmensidad, incluso ante objetos pequeño y triviales. Esta propuesta surge tras la observación de que incluso un objeto minúsculo como una pasa era susceptible de desencadenar sobrecogimiento y asombro. Además, los autores proponen que cualquier sujeto, objeto o fenómeno puede inspirar sobrecogimiento, y que la cuestión principal no es si es inmenso en sí mismo, sino si el observador puede enmarcarlo de tal manera que se vuelva significativo.

Tener en cuenta los estímulos evocadores de esta emoción es importante para los estudios que tratan de suscitara. Se ha planteado que la realidad virtual ofrece ciertas ventajas a la hora de evocar sobrecogimiento en el laboratorio (Chirico y Gaglioli, 2018), ya que permite simular experiencias de sobrecogimiento en un entorno controlado (Chirico et al., 2016), diseñar una amplia gama de experiencias (Chirico et al., 2017), desencadenar esta emoción incluso a una elevada intensidad y manipular los componentes de inmensidad y necesidad de acomodación por separado (Chirico et al., 2018) entre otras cosas.

Sin embargo, este enfoque cuenta con algunos opositores. Schneider (2020) plantea que el mejor contexto para provocar sobrecogimiento es el medio natural, y que la experiencia provocada en el laboratorio es esencialmente diferente a la que ocurre ante un entorno natural. Esto no implica que la investigación deba circunscribirse a estos ámbitos, emplear ambos contextos puede permitir a más personas beneficiarse de la experiencia (Chirico y Gaglioli, 2018) y además, brindará resultados más enriquecedores en la investigación.

1.3 Efectos de las experiencias de sobrecogimiento

Otro aspecto importante a tener en cuenta, son los efectos que pueden tener las experiencias de sobrecogimiento. Los primeros abordajes de dichos efectos se encuentran en escritos religiosos y espirituales (Keltner y Haidt, 2003). Sin embargo, además de estas primeras apariciones, estos potenciales efectos han sido estudiados recientemente desde otras disciplinas como la psicología.

Varios trabajos se han centrado en las posibles consecuencias de las experiencias de sobrecogimiento sobre las conductas prosociales (Piff et al, 2015; Zelenski y Desrochers, 2021). Piff y cols (2015) observaron que los individuos con mayor

tendencia a experimentar sobrecogimiento mostraban mayor generosidad, y que su inducción se asociaba con un mayor respaldo a decisiones éticas y valores prosociales y a un incremento en la generosidad hacia desconocidos. También se ha visto que experimentar esta emoción disminuye la agresividad y la motivación agresiva, incluso en mayor medida que otras emociones positivas como la felicidad (Yang et al., 2016).

En esta línea, una serie de trabajos han puesto el foco en el efecto de las emociones autotranscendentes (compasión, gratitud y sobrecogimiento) en los comportamientos medioambientales. Estas emociones se caracterizan por desplazar la atención fuera del “yo” y fomentar motivaciones y comportamientos prosociales, impulsando así conexiones más estrechas entre las personas. Dentro de las emociones autotranscendentes, el sobrecogimiento parece ser la relacionada más fuertemente con comportamientos proambientales (Zelenski y Desrochers, 2021). Por ejemplo, la manipulación de esta emoción se ha relacionado con incrementos en las intenciones de realizar comportamientos ecológicos (como reciclar o tomar duchas más cortas) (Yang et al., 2018) y medioambientales (como la compra de productos respetuosos con el medio ambiente y el apoyo a la política medioambiental) (Bethelmy y Corraliza, 2019), y con una mayor voluntad de autosacrificio para proteger el medio ambiente (algo que otras emociones positivas como la felicidad no consiguen) (Zhao et al., 2018).

Tratando de discernir por qué el sobrecogimiento provoca estos comportamientos, se ha propuesto que la sensación de “pequeño yo” mediaría la relación entre ambos (Piff et al., 2015). Sin embargo, Yang (2016) encontró que el sentido de “pequeño yo” mediaba significativamente la relación entre el sobrecogimiento y el comportamiento agresivo y prosocial, pero no la relación del primero con la motivación agresiva ni prosocial. Por lo que parece, que el sentimiento del “pequeño yo” sea un mediador es algo que no está claro y que merece más estudio.

Otra línea de investigación ha tratado de dilucidar los efectos de las emociones positivas en la salud mental. En relación al sobrecogimiento, la evidencia no es muy abundante pero los descubrimientos resultan prometedores. En su revisión, Chirico y Gaglioli (2021) concluyen que la evocación del sobrecogimiento podría ser una potencial intervención terapéutica integradora para contrastar la depresión, ya que la evidencia muestra que incluso una inducción experimental de la emoción tiene

beneficios para la salud mental, algunos de los cuales contrarrestan componentes específicos de la depresión.

Para explicar los efectos, los autores proponen un modelo denominado *Matrioshka*, en el que relacionan diferentes hallazgos sobre efectos del sobrecogimiento con síntomas y efectos de la depresión a diferentes niveles (cambios eléctricos, psicológicos inmediatos, neuroendocrinos/psicológicos y existenciales). Por ejemplo, a nivel de cambios eléctricos, en la depresión se ha visto un aumento en la actividad de la DMN (Default Mode Network), contraria a la reducción en la activación provocada por el sobrecogimiento; a nivel de cambios psicológicos el aumento en el enfoque en uno mismo sería contrarrestado por el mayor enfoque atencional asociado con el sobrecogimiento y a nivel existencial el incremento de la satisfacción y significado de la vida, del bienestar y de los sentimientos de conexión con los demás, asociados al sobrecogimiento contribuiría a paliar la desesperanza que caracteriza a la depresión (Chirico y Gaglioli, 2021).

Como muestran todos estos estudios, el sobrecogimiento parece tener un gran potencial a la hora de desencadenar comportamientos positivos en las personas y beneficios a nivel interno (además de los beneficios en la depresión, ya se ha señalado que esta emoción se asocia también a mayor satisfacción con la vida y felicidad). Aún es necesaria más investigación para poder conocer a fondo las implicaciones de las vivencias que estamos tratando, pero no parecen ser algo que haya que pasar por alto ya que los resultados encontrados hasta la fecha resultan prometedores.

1.4 Métodos cualitativos

Dentro de la psicología los métodos de investigación imperantes son los denominados métodos cuantitativos (de los que se derivan la mayoría de los resultados comentados en el apartado anterior). Pero estos no son los únicos, los métodos cualitativos ofrecen un enfoque diferente que puede ser de gran utilidad a la hora de abordar los fenómenos psicológicos (en este caso concreto, la experiencia de sobrecogimiento). El enfoque principal de estos métodos es la experiencia subjetiva de las personas y los recursos con los que cuentan para dar sentido al mundo (Breakwell, Smith, y Wright, 2012). Su objetivo es revelar los significados que dan a ciertos acontecimientos, sentimientos... El uso del enfoque cualitativo permite obtener datos más profundos, con mayores matices y contradicciones, indagar en los significados

personales para generar teorías de forma inductiva y otorgan libertad a los participantes para describir sus propias experiencias, empleando su propio lenguaje (Pistrang y Barker, 2012).

Una buena forma de entender lo que los caracteriza es mediante el siguiente ejemplo. Imaginemos una investigación sobre el estado de ánimo. Mientras que el enfoque cuantitativo emplearía una escala que daría como resultado una serie de puntuaciones se compararían entre grupos, en una investigación cualitativa se preguntaría a los participantes algo como “¿Cómo te estás sintiendo ahora mismo?”, y analizaría los testimonios (Pistrang y Barker, 2012).

En la base de estos métodos se encuentra, por un lado, la investigación naturalista, que considera que el objetivo último de la investigación es explorar y comprender el fenómeno en cuestión en lugar de probar hipótesis o predicciones. En las investigaciones cualitativas no se testan hipótesis ni se hacen predicciones y los investigadores mantienen una actitud abierta en relación a los temas investigados. Los diseños son más flexibles y abiertos y no son prescriptivos. Por otro lado, la investigación cualitativa se asienta sobre el construccionismo, que propone que no existe realidad objetiva más allá del pensamiento humano. Las personas realizamos nuestras propias construcciones, que no pueden ser verificadas independientemente porque no hay realidad con la que verificarlas (Pistrang y Barker, 2012).

En relación con los métodos de recogida de datos, las investigaciones cualitativas se sirven de diversas fuentes. La primera de ellas es la entrevista. Las entrevistas pueden tener diferentes grados de estructuración (completa vs parcialmente estructuradas) en función del formato de las preguntas (Breakwell et al., 2012). La entrevista semiestructurada individual es la más empleada en investigaciones cualitativas (Pistrang y Barker, 2012). En esta entrevista se cuenta con una serie de temas a tratar, pero las preguntas precisas y el orden no están fijados. El entrevistador sigue una guía flexible, lo que da pie a respuestas abiertas por parte de los participantes. (Pistrang y Barker, 2012; Breakwell et al., 2012).

También se emplean métodos observacionales, considerados tanto un método en sí mismos como integrados en otras formas de investigación. Mediante su utilización se pueden revelar aspectos como qué hace la gente, cómo lo hacen y cómo esto está influenciado e influye en su contexto social (Breakwell et al., 2012). En la observación

participante el observador está presente, normalmente por largos periodos de tiempo, en el lugar de estudio. Otra forma de observación es grabar directamente conversaciones naturales (Pistrang y Barker, 2012).

En ocasiones se utilizan también técnicas de autorregistro, como diarios o métodos narrativos. Los primeros implican estrategias de recogida de datos (grabaciones, escritos, fotografías o vídeos) en las que se proporciona información ligada a un marco temporal, y los segundos emplean narraciones, relatos en los que el individuo habla sobre sí mismo o sobre eventos que ha experimentado y en los que aporta además descripciones, explicaciones o interpretaciones (Breakwell et al., 2012). Finalmente, una última posibilidad es utilizar textos escritos de forma natural, como blogs o artículos de prensa (Pistrang y Barker, 2012).

Un aspecto importante en la investigación es el control de calidad de los estudios. La evaluación de la validez, entendida desde la perspectiva cualitativa como la credibilidad de las conclusiones, explicaciones y/o interpretaciones de un estudio, es fundamental. Las principales amenazas a la validez en la investigación cualitativa, entendidas como explicaciones alternativas de los datos, son el sesgo del investigador (teorías o creencias que puedan influir en la interpretación de los datos) y la reactividad (influencia del investigador en los participantes, escenario de investigación...). En la investigación cualitativa, estas amenazas son abordadas una vez iniciada la investigación (en contraposición a como se abordan en investigaciones cuantitativas) (Maxwell, 2012).

La investigación cualitativa no trata de eliminar estos aspectos, sino de tomar conciencia de su existencia y abordarlos para obtener datos fiables. Para ello, se cuenta con una serie de métodos, algunos de los cuales se exponen a continuación: (1) realizar una intervención intensiva a largo plazo; (2) obtener datos ricos lo suficientemente detallados y completos sobre los eventos específicos; (3) validación de los participantes (member checking), que consiste en solicitar sistemáticamente feedback a las personas que se está estudiando, lo que reduce en gran medida las posibles malinterpretaciones de los datos; (4) intervención (aunque algunos autores la consideren inconsistente con los enfoques cualitativos puede resultar útil en algunas ocasiones); (5) buscar evidencia discrepante y datos negativos (se parte del principio de que hay que tener en cuenta tanto los datos que apoyan las conclusiones como los que no, para evaluar si es mejor

mantenerlas o modificarlas); (6) triangulación (que implica recoger información en un rango diverso de individuos, escenarios y empleando diversos métodos); (7) empleo de datos numéricos (para explicitar ciertas conclusiones); (8) comparación (empleada en métodos cuantitativos pero también en algunos cualitativos) (Maxwell, 2012); (9) auditorías externas, que suponen contar con un consultor externo, el auditor, que no tiene ninguna relación con el estudio y que evalúa la exactitud tanto del proceso, como del producto de la investigación (si los resultados, las interpretaciones y las conclusiones están respaldados por los datos); (10) clarificar el sesgo del investigador desde el principio para que el lector lo tenga en cuenta y (11) la revisión por pares o el “debriefing”, que proporcionan una comprobación externa del proceso de investigación. Los pares actúan como "abogado del diablo" haciendo preguntas sobre los métodos, los significados y las interpretaciones. Este revisor puede ser un compañero (Creswell y Poth, 2016).

Finalmente, en relación con los métodos de análisis de la investigación cualitativa, encontramos una gran variedad enfoques y metodologías. En primer lugar, el enfoque de análisis temático cuyo objetivo es identificar temas o ideas en el material estudiado y dentro del que encontramos métodos como el análisis fenomenológico interpretativo y la teoría enraizada.

La premisa que hay detrás del análisis fenomenológico interpretativo es que los individuos están activamente implicados en la interpretación de los eventos, objetos y personas en sus vidas, y que esta interpretación se centra en “dar sentido”. El foco por tanto del análisis fenomenológico es como los individuos dan sentido a su experiencia vivida. Es un método descriptivo, porque se centra en como las cosas aparecen y deja a las cosas hablar por sí mismas, e interpretativo, porque reconoce que no hay algo así como un fenómeno no interpretado. Una característica de este análisis es su compromiso con un análisis idiográfico, centrándose en lo individual y no en lo universal. Se enfatiza un enfoque inductivo abierto en la recogida de datos y en el análisis. El método de recogida de datos en este tipo de análisis es la entrevista semiestructurada (Breakwell et al., 2012).

La teoría enraizada es uno de los primeros enfoques sistemáticos de la investigación cualitativa. Este término tiene dos significados interrelacionados en la literatura. En primer lugar, se refiere a un tipo de teoría; específicamente uno puede

hablar de teoría enraizada cuando la teoría ha sido generada desde una inspección cercana y un análisis de un corpus de datos complejos. Por otro lado, se refiere a un método de análisis; concretamente los procedimientos propuestos por primera vez por Glaser y Strauss (1967) para lograr el objetivo final, generar una teoría basada en los datos, es decir, que exista un vínculo claro entre la teoría y las observaciones en las que se basa (Breakwell et al., 2012).

Otro método muy empleado en investigación cualitativa es el análisis narrativo. Los enfoques narrativos se centran en el desarrollo de acontecimientos o experiencias a lo largo del tiempo (la cronología está en primer plano). El término "análisis narrativo" abarca una serie de enfoques, con el denominador común de que el objeto de estudio es la narración, y no la persona. La atención puede centrarse en los aspectos literarios de la narración, como su estructura argumental, sus temas predominantes, su coherencia interna o su contexto social (Pistrang y Barker, 2012).

Hay otros métodos de análisis encuadrados en los enfoques cualitativos basados en el lenguaje o enfoques discursivos, cuyo objetivo es examinar de cerca el lenguaje, no como una indicación de lo que el hablante o el escritor podría estar pensando o sintiendo, sino para comprender qué reglas sociales subyacentes rigen su producción o para qué parece haberse utilizado el lenguaje (Pistrang y Barker, 2012).

Finalmente, hay que mencionar también el enfoque etnográfico (que engloba una variedad de métodos). Su característica común es que el investigador "entra en el campo" (en los estudios clásicos de antropología cultural o la sociología urbana, los investigadores viven durante meses o años en las comunidades que estudian) para comprender la organización social de un grupo o cultura y suele desarrollar un compromiso profundo y sostenido con los participantes. El enfoque del estudio puede variar: amplio (todo un sistema cultural), a mediano (una sola organización como un hospital o una escuela), o pequeño (unos pocos individuos de una banda juvenil). La principal herramienta de investigación es la observación participante, registrada a través de las notas de campo, aunque también se pueden usar otros métodos como entrevistas (Pistrang y Barker, 2012).

1.5 Objetivo del trabajo

En relación con el sobrecogimiento, la mayoría de los estudios encontrados emplean una metodología cuantitativa. Este tipo de metodología proporciona resultados

muy prometedores respecto a esta emoción, pero no la abarca en su totalidad. Teniendo en cuenta la complejidad y el potencial impacto que pueden generar las experiencias de esta emoción, sería conveniente emplear además un enfoque cualitativo para estudiar en profundidad la experiencia subjetiva de sobrecogimiento y lo que esta implica. Ya algunos autores como Schneider (2017), han señalado la importancia de emplear ambos tipos de enfoques para el estudio de esta emoción.

Por tanto, el objetivo del presente trabajo es realizar una revisión de los métodos cualitativos empleados para estudiar la experiencia subjetiva de sobrecogimiento.

2 MÉTODO

2.1 Materiales

En la primera fase, se trabajó con 155 resúmenes obtenidos de las bases de datos Scopus, Web of Science y Psycarticles. En la segunda fase, se revisaron 35 textos completos, para finalmente, seleccionar 20 de los mismos para el trabajo.

2.2 Procedimiento

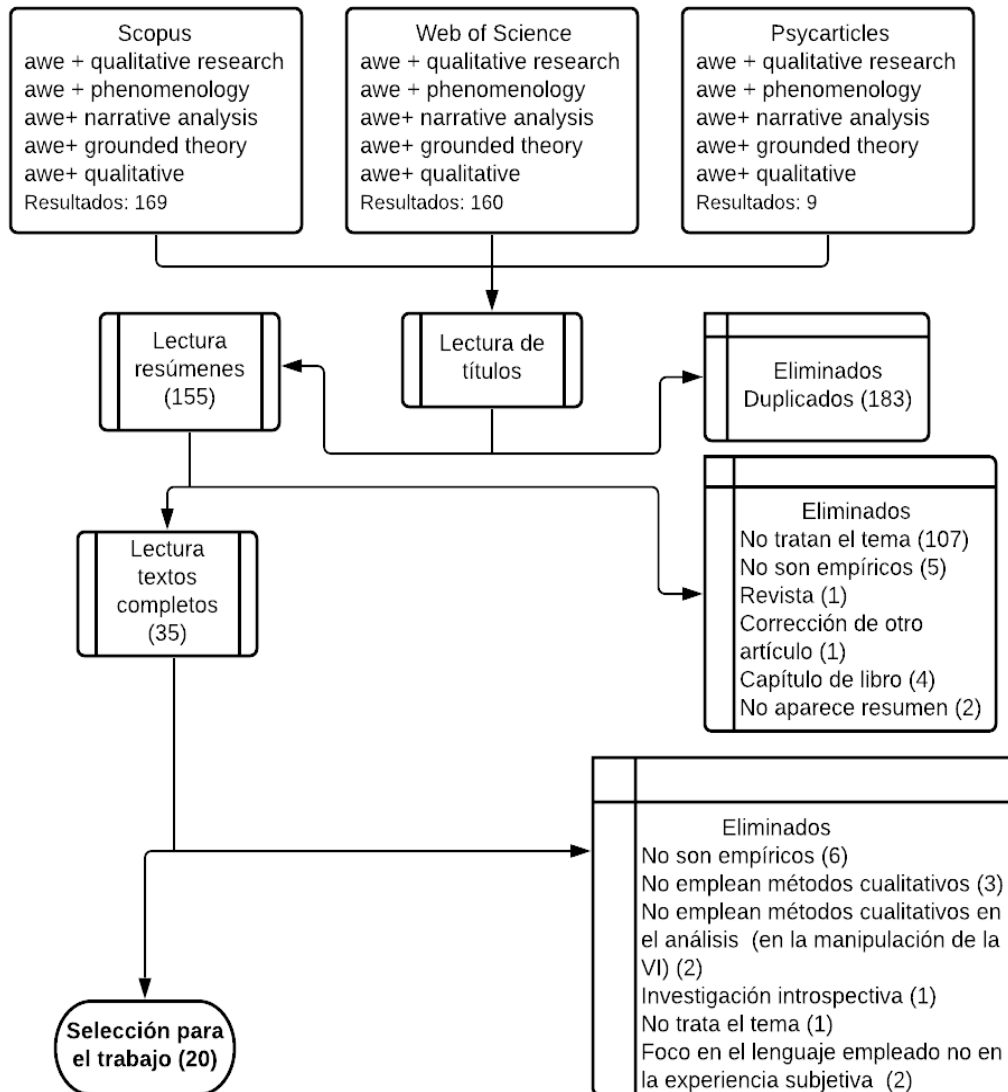
La búsqueda se realizó entre los días 23 y 24 de abril de 2021. Las palabras clave empleadas para la búsqueda fueron: *awe*, *phenomenology*, *narrative*, *analysis*, *grounded theory*, *qualitative* y *research*. Se realizaron las siguientes combinaciones: (a) *awe* y *qualitative*, (b) *awe* y *qualitative research*, (c) *awe* y *grounded theory*, (d) *awe* y *narrative analysis* y (e) *awe* y *phenomenology*. En el proceso de búsqueda no se filtró por fecha ni por tipo de publicación.

Los 20 artículos seleccionados para el trabajo se escogieron tras seguir los siguientes pasos: (a) eliminar de los 338 artículos que surgieron en la búsqueda todos aquellos que se encontraban duplicados, (b) descartar aquellos resúmenes que no eran empíricos, que no abordaban de ningún modo la experiencia subjetiva de sobrecogimiento, que no se referían artículos o que no contaban con resumen disponible (a pesar de que algunos de estos aspectos se habían abordado en la revisión de resúmenes, al abordar los textos concretos se encontró que muchos no cumplían con las características necesarias) y finalmente, (c) eliminar aquellos textos completos que no encajaban con los objetivos del estudio por diversos motivos: porque no eran empíricos, no empleaban métodos cualitativos, los empleaban pero no en el análisis o no abordaban de ningún modo la experiencia subjetiva de sobrecogimiento. En la figura 1

se encuentra resumido el proceso de selección, categorización y eliminación de los resultados hallados en la búsqueda.

Figura 1

Diagrama de flujo del proceso de búsqueda y selección de artículos.



Tras este proceso, se escogieron una serie de artículos que cumplen con los siguientes criterios: (a) son artículos empíricos, (b) tratan el tema de la experiencia subjetiva de sobrecogimiento y (c) emplean metodología cualitativa en su análisis. Debido a la dificultad a la hora de encontrar artículos que con estas categorías que aborden la experiencia de sobrecogimiento como foco de su estudio, se tomó la decisión de escoger tanto aquellos artículos que pusieran su foco en dicha experiencia como los

que tratasen otros aspectos pero hicieran hincapié en la importancia subjetiva de esta experiencia en relación con su foco de estudio (por ejemplo si al abordar las experiencias en la naturaleza, el sobrecogimiento aparece como una de las emociones experimentadas por los participantes).

2.3 Análisis de datos

El análisis de los textos se realizó mediante la creación de categorías exhaustivas y excluyentes en 4 parámetros de interés: recogida de datos, método de análisis, control de calidad y foco. También se analizó el abordaje que se hacía del sobrecogimiento (si se abordaba de forma directa o indirecta).

3 RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El análisis de los métodos de los 20 artículos escogidos para el trabajo se centró en 4 parámetros fundamentales: método de análisis, técnicas de recogida de datos, técnicas empleadas para evaluar la calidad y foco del estudio. A estos se añadió el análisis del enfoque que realizaban los estudios respecto del sobrecogimiento.

En primer lugar, en relación al método de análisis los artículos se clasificaron en las siguientes categorías: análisis de contenido o temático, análisis narrativo, teoría enraizada, análisis fenomenológico, otros y finalmente, no específica (donde se incluyó un artículo que decía que empleaba un método cualitativo pero no especificaba cual). El tipo de método de análisis más empleado es el análisis temático o de contenido, utilizado en la mitad de la muestra (10 artículos), por tanto, se observa como la mayoría de los trabajos se enfocan en identificar temas en los testimonios de los participantes sobre un aspecto concreto. En muchos de estos estudios, el sobrecogimiento hacía su aparición como uno de los temas fundamentales (como en el estudio de Moffat y cols (2009) en el que uno de los temas es “sobrecogimiento por el mundo natural”). Otros métodos han sido empleados en menor medida: la teoría enraizada en 3 artículos, el análisis narrativo únicamente en un trabajo de la muestra y finalmente, el análisis fenomenológico en 2 estudios. El uso de este último para el estudio del sobrecogimiento ya ha sido defendido previamente por Schneider (2020).

Dentro de la categoría “otros” se incluyeron tres artículos: el de Graziosi y Yaden, (2021) en el que no se emplea un método de análisis específico, simplemente se pedía a los investigadores que determinasen si una serie de narraciones correspondían

con experiencias sobrecogedoras o no, el de Von Wallpach y cols. (2020) que emplea un método de comparación constante y el de Bell (2019) que emplea un análisis inductivo en profundidad. En otro de los trabajos no se especifica el método de análisis utilizado, únicamente se señala que se trata de una investigación cualitativa (Narahawarin et al., 2019). Esto supone un impedimento para la comprensión del enfoque del estudio y de cara a otros aspectos como la replicabilidad del mismo.

Los métodos de análisis empleados son uno de los factores más interesantes a tener en cuenta en una revisión de este estilo, ya que marcan el enfoque de la investigación y determinan otros factores como, por ejemplo, la técnica de recogida de datos escogida. Por eso es interesante representar las combinaciones de los métodos de análisis con otros parámetros para observar las tendencias que se dan.

En cuanto a los métodos de recogida de datos, los artículos se clasificaron de la siguiente forma: entrevista semiestructurada, varios (para aquellos que emplearon varias técnicas de recogida de datos), preguntas abiertas incluidas en cuestionarios (estas preguntas eran la única fuente de datos cualitativos en estos trabajos) y otros.

La técnica más empleada fue la entrevista semiestructurada, utilizada en 14 artículos, en 12 de ellos como única técnica y en 2 combinada con otras, Bell (2019) llevó a cabo un diario de campo para poder obtener más información y McIntosh y Wright (2017) utilizaron un web blog para conseguir testimonios de más personas. Además de estos 2, en el estudio de Narahawarin y cols (2019) también se emplearon diversas técnicas de recogida de datos: observación, toma de notas y capturas de pantalla de redes sociales. Las preguntas incluidas en cuestionarios fueron empleadas en 2 trabajos (Schellekens et al., 2020; Harpel y Hertzog, J, 2010). Estos dos estudios combinaban tanto métodos cuantitativos como cualitativos, siendo la única fuente de datos de los últimos, estas preguntas abiertas en las que se pedía a los participantes que contasen una experiencia sobre algún aspecto de relevancia para la investigación. Finalmente, dentro de los clasificados como “otros” se incluyen un grupo de discusión (Torskenæs et al., 2015), una técnica de observación participante (Hallam et al., 2019) y narraciones (Graziosi y Yaden, 2021).

Como se puede observar, a pesar de la variabilidad en las técnicas encontradas hay una clara diferencia en la frecuencia de uso de algunas de ellas. La entrevista es de lejos la técnica más empleada. Esto concuerda con la afirmación ya comentada de

Pistrang y Barker (2012) que señalaban que la entrevista semiestructurada es la técnica más empleada en investigaciones cualitativas. Además, es importante resaltar que 3 de los estudios de la muestra combinaban diversas técnicas de recogida de datos. La combinación de varias técnicas resulta muy interesante ya que puede permitir tanto obtener más información de los mismos participantes, como conseguir más muestra, con la que no puede utilizarse el método principal. Está claro que la entrevista es la técnica estrella de la investigación cualitativa, pero hay otras muchas técnicas muy interesantes que no deben descartarse y que pueden brindar resultados también muy enriquecedores.

En la tabla 1 se encuentra una combinación de las técnicas de recogida de datos y los métodos de análisis. Como se puede observar en la tabla lo más prevalente son estudios que empleen como método de análisis el análisis temático y como técnica de recogida de datos la entrevista semiestructurada.

Tabla 1

Frecuencia del Método de Análisis en función de la Técnica de Recogida de Datos.

Método de análisis	Recogida de datos				Total
	E.S.	Varios	P.C	Otro	
A.T/C	6	1	2	1	10
A.N.	1	0	0	0	1
A.F.	2	0	0	0	2
T. E.	2	0	0	1	3
Otros	1	1	0	1	3
N. E.	0	1	0	0	1
Total	12	3	2	3	20

Nota: Recogida de datos: E.S. = entrevista semiestructurada, P.C.= preguntas abiertas en cuestionarios. Método de análisis: A.T/C= análisis temático/ de contenido, A.N.= análisis narrativo, A.F.= análisis fenomenológico, T.E. = teoría enraizada, N.E.= no específica.

En relación con las técnicas empleadas para evaluar la calidad de los artículos, se realizó la siguiente clasificación: revisión de pares o auditoría externa (se decidió unificar estas técnicas en la misma categoría por la similitud en su procedimiento, ambas implican una revisión externa que asegure la validez de las conclusiones), “member checking”, triangulación, varias (para aquellos trabajos que emplean más de una técnica), otros y no se especifica (para los artículos donde no se nombra ninguna técnica). El tipo de técnica más empleado fue la revisión de pares o auditoría externa (en 6), seguida por estudios que empleaban varios métodos (3) y finalmente, por el

“member checking” y la triangulación, empleados en 2 artículos cada uno. En el apartado denominado “otros” se incluye un trabajo que emplea análisis negativo de casos (McIntosh y Wright, 2017). Respecto a los trabajos que utilizan varios métodos de control de calidad, en el estudio de Coleman (2014) se emplea un registro de diario y corroboración por un investigador independiente, en el de Schmidt y Little (2007) un registro de diario continuo y “member checking” y en el trabajo de Schellekens (2020), se emplea un diario reflexivo, la técnica de triangulación, la revisión de pares y además se documentaron todas las reuniones de los investigadores. Es necesario resaltar que varios estudios no emplean técnicas para evaluar la validez de sus resultados. En la presente revisión 6 de los 20 estudios, no mencionaban ningún tipo de técnica (Moffat et al., 2009; Narahawarin et al., 2019; Harpel y Hertzog, 2010; Torskenæs et al., 2015; Bell, 2019; Aquino et al., 2018). Como Maxwell (2012) señala, la validez de los resultados se relaciona con la credibilidad de las conclusiones e interpretaciones de un estudio, por tanto, la ausencia de estas técnicas supone un impedimento en la confiabilidad de los resultados e implica un trabajo de menor calidad. Es necesario que la validez sea un aspecto a tener en cuenta en las investigaciones, ya que sin ella las conclusiones pierden credibilidad.

En la tabla 2 se encuentra una combinación de las técnicas de evaluación de la calidad y los métodos de análisis.

Tabla 2

Frecuencia del Método de Análisis en función de la Técnica de Control de Calidad.

Método de análisis	Control de calidad						Total
	M.C.	R.P./A.E.	Triangulación	Otros	Varios	N.E.	
A.T./C	2	3	1	1	1	2	10
A.N.	0	0	0	0	0	1	1
A.F.	0	0	1	0	1	0	2
T.E.	0	1	0	0	1	1	3
Otros	0	2	0	0	0	1	3
N.E.	0	0	0	0	0	1	1
Total	2	6	2	1	3	6	20

Nota: Control de calidad: M.C. = “member checking”, R.P/A.E. = revisión de pares/auditoría externa, N.E. = no especifica.

En este caso se observa una gran variabilidad, sin haber una tendencia dominante. En varios casos no se especifica si se ha empleado alguna técnica para asegurar la validez del estudio. Esto se observa en todos los tipos de análisis excepto en

el fenomenológico. Lo que predomina es el análisis temático en el que se emplea revisión de pares (con una frecuencia de 3, que no dista mucho de las frecuencias de otras combinaciones).

En cuanto al foco del estudio, las categorías empleadas fueron las siguientes: naturaleza, espiritualidad, otras emociones y otros. La categoría “otros” incluye 6 artículos cuyos focos no tienen relación entre sí: diabetes, impacto de ultrasonidos, exposición “body worlds”, momentos de lujo, psicodélicos y comparación de diferentes experiencias de sobrecogimiento. Este último, tema se podría haber incluido en la categoría de naturaleza, ya que la comparación se realiza entre el sobrecogimiento provocado por la naturaleza y por las relaciones interpersonales, sin embargo, se decidió no incluirlo en esa categoría porque al tratarse de una comparación, se consideró que sus objetivos no iban en la línea de los estudios incluidos en la categoría “naturaleza”.

En relación con la frecuencia de cada uno de los temas, el foco predominante en los estudios es la naturaleza, presente en 8 de los 20 trabajos. Keltner y Haidt (2003) ya señalaron que quizás la experiencia más común de sobrecogimiento para los contemporáneos se daría en respuesta a estímulos naturales (además de objetos hechos por los humanos). Además, se ha observado que el sobrecogimiento se asocia con un incremento de la sensación de conexión con la naturaleza (Yang et al., 2018). Por ello no es de extrañar que una gran parte de los estudios de esta revisión pongan el foco en diversos aspectos relacionados con el medio natural, desde el canto de los pájaros en el estudio de Bell (2019), la observación de la fauna salvaje en el de McIntosh y Wright (2017), hasta el geoturismo en el trabajo de Aquino y cols (2018).

Otro tema que se ha repetido varias veces ha sido la espiritualidad, en 4 de los 20 artículos. En otros trabajos ya se ha relacionado el sobrecogimiento con la espiritualidad, y se ha conceptualizado como una emoción autotranscendente (Zelenski y Desrochers, 2021). Chen y Mongrain (2020) señalaban que el sobrecogimiento traía consigo beneficios espirituales y se ha vinculado también con un aumento en pensamientos autorrelevantes y sentimientos de conexión con otros (Nelson-Coffey et al., 2019), emociones contemplación y una mayor percepción del mundo exterior (Büssing et al., 2021). Esto concuerda con los estudios del presente trabajo donde el sobrecogimiento se ha asociado a experiencias espirituales durante el ocio (Little y Schmidt, 2006; Schmidt y Little, 2007) experiencias de gracia (Schellekens et al., 2020)

y con el significado de espiritualidad (Torskenæs et al., 2015). Finalmente, en la categoría de otras emociones se han incluido 2 estudios: uno de ellos que investiga la expresión de emociones empleando el término “pele” (Narahawarin et al., 2019) y otro que se centra en el rol de la emoción “kama muta” (ser tocado por amor) en la conexión con la naturaleza (Petersen y Martin, 2021).

Es interesante señalar que, dentro de diversos estudios los participantes revelaban una difícil asimilación de los estímulos que provocaban sobrecogimiento. Estas revelaciones apoyan el planteamiento de que la necesidad de acomodación es un componente esencial de las experiencias relacionadas con esta emoción (Keltner y Haidt, 2003, Shiota et al., 2007). Por ejemplo, en el estudio de Sullivan-Bolyai, Rosenberg y Bayard (2006) el sobrecogimiento iba asociado al shock ante el diagnóstico de diabetes y en el trabajo de Harpel y Hertzog (2010) se recogieron algunos testimonios como “sentí que estaba presenciando un milagro” cuando se hablaba del sobrecogimiento experimentado. En relación a los focos de los estudios, sería interesante que los trabajos que traten de abordar el sobrecogimiento exploren otras opciones como por ejemplo, la esencia de esta emoción cuando es provocada por estímulos de menor magnitud (como señalan Weger y Wagerman, 2018).

En la tabla 3 se encuentra una combinación de los focos de los estudios y los métodos de análisis

Tabla 3

Frecuencia de Método de Análisis de Datos en función del Foco del Estudio.

Método de análisis	Foco				Total
	Naturaleza	Espiritualidad	Otras emociones	Otros	
A.T/C.	5	1	1	3	10
A.N.	1	0	0	0	1
A.F.	0	2	0	0	2
T.E.	0	1	0	2	3
Otros	2	0	0	1	3
N.E.	0	0	1	0	1
Total	8	4	2	6	20

Como se observa en la tabla, la combinación predominante son los estudios que se enfocan en la naturaleza y que emplean un análisis temático (5 de ellos).

Finalmente, como se ha comentado previamente, se realizó una clasificación de los estudios en función del abordaje realizado en relación al sobrecogimiento. Los artículos se han clasificado de forma general en aquellos que trataban el sobrecogimiento directa e indirectamente (aquí se han incluido todos aquellos estudios en los que el sobrecogimiento surgía en los resultados y era un tema de interés, pero que no lo incluían dentro de su foco). De los 20 artículos que forman la muestra, únicamente 2 tratan de forma directa el sobrecogimiento, el estudio de Coleman (2014) y el de Graziosi y Yaden (2021), quedando 18 artículos que lo abordan de forma indirecta. Dentro de estos 18 estudios restantes, en algunos de ellos el sobrecogimiento surgía como uno de los temas esenciales (Hallam, et al. 2019; Moffat, B. M. et al. 2009; Sullivan-Bolyai et al., 2006), en otros aparecía como una de las emociones fundamentales sentidas por los participantes (McIntosh y Wright, 2017; Narahawarin et al., 2019; Schellekens et al., 2020; Brymer et al, 2020; Harpel y Hertzog, 2010; Petersen y Martin, 2021; Von Wallpach et al. 2020; Bell, 2019; Noorani et al., 2018; Schmidt y Little, 2007; Little y Schmidt, 2006; Aquino et al., 2018) y otros lo mencionan sin indagar mucho más (Jagger et al., 2012; Torskenæs et al. 2015). Si bien es cierto que todos hacen alguna aportación sobre esta emoción, únicamente los que la ponen en su foco realizan un abordaje más amplio de la misma. En el resto de los estudios, aunque se le otorgue cierta importancia, se suelen dejar cabos sueltos en relación en su aproximación ya que la abordan de una forma más superficial.

4 CONCLUSIÓN

A pesar de que la investigación sobre el sobrecogimiento es creciente, la mayoría de los estudios se caracterizan por una metodología cuantitativa. En el presente trabajo se pone en evidencia la escasez de estudios de enfoque cualitativo que aborden el sobrecogimiento de forma directa. A pesar de que esta emoción aparece en numerosos trabajos y relacionada con diversos temas, pocos son los que la ponen en su foco y a su vez emplean metodología cuantitativa. Por tanto, se considera necesario la combinación de los estudios cuantitativos, con la investigación cualitativa, ya que el enfoque que caracteriza a este tipo de investigación puede ofrecer cierta claridad de cara a comprender las experiencias de sobrecogimiento en su globalidad. Respecto del análisis de los diferentes parámetros podemos concluir varias cosas. En relación con el control de calidad de los estudios, es necesario aumentar la consciencia de los investigadores de la necesidad de emplear técnicas que evalúen la validez de sus

estudios, de cara a una mayor fiabilidad de sus conclusiones. En cuanto a las técnicas de recogida de datos, se confirma la preponderancia de la entrevista semiestructurada respecto a otras técnicas. Aunque esta técnica tenga claros beneficios, de ahí su uso en la mayoría de las investigaciones, no se deben descartar otras técnicas muy interesantes y también que proporcionan información de calidad (como podrían por ejemplo ser los diarios o las narraciones). En lo que respecta al análisis de datos, también sería interesante un mayor empleo de otras técnicas además del análisis temático (técnica empleada en la mitad de los estudios del presente trabajo). Finalmente, para acabar resaltar de nuevo la importancia del enfoque cualitativo a la hora de comprender la vivencia de cualquier emoción, y este caso del sobrecogimiento. No es que deba abandonarse el enfoque cuantitativo, sino que la combinación de ambos puede enriquecer mucho los resultados de las investigaciones. Es necesario dar más visibilidad a la metodología cualitativa y aumentar su empleo para poder comprender, en algún momento, una emoción tan compleja como lo es el sobrecogimiento.

5 BIBLIOGRAFÍA

- Bethelmy, L. C. y Corraliza, J. A. (2019). Transcendence and sublime experience in nature: Awe and inspiring energy. *Frontiers in Psychology, 10*, 509. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00509>.
- Breakwell, G. M., Smith, J. A. y Wright, D. B. (2012). *Research Methods in Psychology*. Sage publications.
- Büssing, A., Rodrigues Recchia, D., Dienberg, T., Surzykiewicz, J. y Baumann, K. (2021). Awe/Gratitude as an experiential aspect of spirituality and its association to perceived positive changes during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychiatry, 12*, 385. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.642716>.
- Carrasco, J. J. P., Idigoras, O. C., Alfaro-Beracoechea, L., González-Burboa, A., Vera-Calzaretta, A., Levillain, P. C. y Rovira, D. P. (2018). Asombro maravillado, temor admirativo o respeto sobrecogido: Revisión teórica y Validación de una Escala de Asombro en Castellano. *Revista Latinoamericana de Psicología Positiva, 7*. <https://www.researchgate.net/publication/333783396>.
- Chen, S. K. y Mongrain, M. (2020). Awe and the Interconnected Self. *The Journal of Positive Psychology, 1-9*. <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1818808>.
- Chirico, A., Cipresso, P., Yaden, D. B., Biassoni, F., Riva, G. y Gaggioli, A. (2017). Effectiveness of immersive videos in inducing awe: An experimental study. *Scientific Reports, 7*(1), 1-11. <https://doi.org/10.1038/s41598-017-01242-0>.
- Chirico, A., y Gaggioli, A. (2018). Awe: “More than a feeling”. *The Humanistic Psychologist, 46*(3), 274–280. <https://doi.org/10.1037/hum0000098>.
- Chirico, A. y Gaggioli, A. (2021). The potential role of awe for depression: Reassembling the puzzle. *Frontiers in Psychology, 12*: 617715. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.617715>.
- Chirico, A., Ferrise, F., Cordella, L. y Gaggioli, A. (2018). Designing awe in virtual reality: An experimental study. *Frontiers in Psychology, 8*: 2351. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.02351>.
- Chirico, A., Yaden, D., Riva, G. y Gaggioli, A. (2016). The potential of virtual reality for the investigation of awe. *Frontiers in Psychology, 7*, 1766. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01766>.
- Creswell, J. W. y Poth, C. N. (2016). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Sage publications.
- Critchley, H. D., Mathias, C. J. y Dolan, R. J. (2001). Neural activity in the human brain relating to uncertainty and arousal during anticipation. *Neuron, 29*(2), 537-545. [https://doi.org/10.1016/s1053-8119\(01\)91735-5](https://doi.org/10.1016/s1053-8119(01)91735-5).

- Gordon, A. M., Stellar, J. E., Anderson, C. L., McNeil, G. D., Loew, D. y Keltner, D. (2017). The dark side of the sublime: Distinguishing a threat-based variant of awe. *Journal of Personality and Social Psychology*, *113*(2), 310. <https://doi.org/10.1037/pspp0000120>.
- Guan, F., Zhao, S., Chen, S., Lu, S., Chen, J. y Xiang, Y. (2019). The neural correlate difference between positive and negative awe. *Frontiers in Human Neuroscience*, *13*, 206. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2019.00206>.
- Keltner, D. y Haidt, J. (2003). Approaching awe, a moral, spiritual, and aesthetic emotion. *Cognition and Emotion*, *17*(2), 297-314. <https://doi.org/10.1080/02699930302297>.
- Kjaer, T. W., Nowak, M. y Lou, H. C. (2002). Reflective self-awareness and conscious states: PET evidence for a common midline parietofrontal core. *Neuroimage*, *17*(2), 1080-1086. <https://doi.org/10.1006/nimg.2002.1230>.
- Maxwell, J. A. (2012). *Qualitative research design: An interactive approach* (3ª ed, Vol. 41). Sage publications.
- Nelson-Coffey, S. K., Ruberton, P. M., Chancellor, J., Cornick, J. E., Blascovich, J. y Lyubomirsky, S. (2019). The proximal experience of awe. *PloS One*, *14*(5), e0216780. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0216780>.
- Paulus, M. P. y Stein, M. B. (2006). An insular view of anxiety. *Biological Psychiatry* *60*, 383–387 <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2006.03.042>.
- Perry, D., Hendler, T. y Shamay-Tsoory, S. G. (2012). Can we share the joy of others? Empathic neural responses to distress vs joy. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, *7*(8), 909-916. <https://doi.org/10.1093/scan/nsr073>.
- Piff, P. K., Dietze, P., Feinberg, M., Stancato, D. M. y Keltner, D. (2015). Awe, the small self, and prosocial behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, *108*(6), 883-899. <https://doi.org/10.1037/pspi0000018>.
- Pistrang, N. y Barker, C. (2012). Varieties of qualitative research; Apragmatic approach to selecting methods. En H. Cooper (Ed), *Handbook of Research Methods in Psychology* (Vol, 2, pp. 5-18). American Psychological Association.
- Phan, K. L., Wager, T., Taylor, S. F., y Liberzon, I. (2002). Functional neuroanatomy of emotion: a meta-analysis of emotion activation studies in PET and fMRI. *Neuroimage*, *16*(2), 331-348. <https://doi.org/10.1006/nimg.2002.1087>.
- Sato, W., Kochiyama, T., Uono, S., Kubota, Y., Sawada, R., Yoshimura, S. y Toichi, M. (2015). The structural neural substrate of subjective happiness. *Scientific reports*, *5*(1), 1-7. <https://doi.org/10.1038/srep16891>.

- Schneider, K. J. (2020). Awe: More than a lab experience—A rejoinder to “awe: ‘more than a feeling’” by Alice Chirico and Andrea Gaggioli. *The Humanistic Psychologist*, 48(1), 100-104. <https://doi.org/10.1037/hum0000140>.
- Schneider, K. (2017). The resurgence of awe in psychology: Promise, hope, and perils. *The Humanistic Psychologist*, 45(2), 103–108. <https://doi.org/10.1037/hum0000060>.
- Shiota, M. N., Keltner, D. y Mossman, A. (2007). The nature of awe: Elicitors, appraisals, and effects on self-concept. *Cognition and emotion*, 21(5), 944-963. <https://doi.org/10.1080/02699930600923668>.
- Weger, U. y Wagemann, J. (2021). Towards a conceptual clarification of awe and wonder. *Current Psychology*, 40(3), 1386-1401. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-0057-7>.
- Yang, Y., Hu, J., Jing, F. y Nguyen, B. (2018) From awe to ecological behavior: the mediating role of connectedness to nature. *Sustainability*, 10(7), 2477. <https://doi.org/10.3390/su1007247>.
- Yang, Y., Yang, Z., Bao, T., Liu, Y. y Passmore, H. A. (2016). Elicited awe decreases aggression. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 10(11), 1-13. <https://doi.org/10.1017/prp.2016.8>.
- Zelenski, J. M. y Desrochers, J. E. (2021). Can positive and self-transcendent emotions promote pro-environmental behavior? *Current Opinion in Psychology*. 42:31–35. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.02.009>.
- Zhao, H., Zhang, H., Xu, Y., Lu, J. y He, W. (2018). Relation between awe and environmentalism: The role of social dominance orientation. *Frontiers in Psychology*, 9, 2367. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02367>.

5.1 Bibliografía artículos seleccionados

- Aquino, R. S., Schänzel, H. A. y Hyde, K. F. (2018). Unearthing the geotourism experience: Geotourist perspectives at Mount Pinatubo, Philippines. *Tourist Studies*, 18(1), 41-62. <https://doi.org/10.1177/1468797617717465>.
- Bell, S. L. (2019). Nurturing sociality with birdlife in the context of life with sight impairment: A role for nonhuman charisma. *Social & Cultural Geography*. <https://doi.org/10.1080/14649365.2019.1667018>.
- Brymer, E., Crabtree, J. y King, R. (2020). Exploring perceptions of how nature recreation benefits mental wellbeing: a qualitative enquiry. *Annals of Leisure Research*. <https://doi.org/10.1080/11745398.2020.1778494>.
- Coleman, T. C. (2014). Positive emotion in nature as a precursor to learning. *International Journal of Education in Mathematics, Science and Technology*, 2(3), 175-190.

- Graziosi, M. y Yaden, D. (2021). Interpersonal awe: Exploring the social domain of awe elicitors. *The Journal of Positive Psychology, 16*(2), 263-271. <https://doi.org/10.1080/17439760.2019.1689422>.
- Hallam, J., Gallagher, L. y Harvey, C. (2019). "We've been exploring and adventuring": An investigation into young people's engagement with a semiwild, disused space. *The Humanistic Psychologist*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/hum0000158>.
- Harpel, T. S. y Hertzog, J. (2010). "I thought my heart would burst": The role of ultrasound technology on expectant grandmotherhood. *Journal of Family Issues, 31*(2), 257-274. <https://doi.org/10.1177/0192513X09348491>.
- Jagger, S. L., Dubek, M. M. y Pedretti, E. (2012). 'It's a personal thing': Visitors' responses to Body Worlds. *Museum Management and Curatorship, 27*(4), 357-374. <https://doi.org/10.1080/09647775.2012.720185>.
- Little, D. E. y Schmidt, C. (2006). Self, wonder and God! The spiritual dimensions of travel experiences. *Tourism: An International Interdisciplinary Journal, 54*(2), 107-116. <https://hrcak.srce.hr/161460>.
- Moffat, B. M., Johnson, J. L. y Shoveller, J. A. (2009). A gateway to nature: Teenagers' narratives on smoking marijuana outdoors. *Journal of Environmental Psychology, 29*(1), 86-94. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2008.05.007>.
- McIntosh, D. y Wright, P. A. (2017). Emotional processing as an important part of the wildlife viewing experience. *Journal of Outdoor Recreation and Tourism, 18*, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.jort.2017.01.004>.
- Narahawarin, M. F., Winarsih, S., Bawawa, M. y Unde, A. A. (2019, October). Expression of emotion in term "pele" used in the interaction among merauke society. In *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science* (Vol. 343, No. 1, p. 012180). IOP Publishing.
- Noorani, T., Garcia-Romeu, A., Swift, T. C., Griffiths, R. R. y Johnson, M. W. (2018). Psychedelic therapy for smoking cessation: qualitative analysis of participant accounts. *Journal of Psychopharmacology, 32*(7), 756-769. <https://doi.org/10.1177/0269881118780612>.
- Petersen, E. y Martin, A. J. (2021). Kama Muta (\approx Being Moved) helps connect people in and to nature: A photo elicitation approach. *Ecopsychology, 13*(1), 37-47. <https://doi.org/10.1089/eco.2020.0032>.
- Pohl, S. L., Borrie, W. T. y Patterson, M. E. (2000). Women, wilderness, and everyday life: A documentation of the connection between wilderness recreation and women's everyday lives. *Journal of Leisure Research, 32*(4), 415-434. <https://doi.org/10.1080/00222216.2000.11949925>.

- Schellekens, T., Dillen, A. y Dezutter, J. (2020). Experiencing grace: A thematic network analysis of person-level narratives. *Open Theology*, 6(1), 360-373. <https://doi.org/10.1515/opth-2020-0108>.
- Schmidt, C. y Little, D. E. (2007). Qualitative insights into leisure as a spiritual experience. *Journal of Leisure Research*, 39(2), 222-247. <https://doi.org/10.1080/00222216.2007.11950106>.
- Sullivan-Bolyai, S., Rosenberg, R. y Bayard, M. (2006). Fathers' reflections on parenting young children with type 1 diabetes. *MCN: The American Journal of Maternal/Child Nursing*, 31(1), 24-31.
- Torskenæs, K. B., Kalfoss, M. H. y Sæteren, B. (2015). Meaning given to spirituality, religiousness and personal beliefs: Explored by a sample of a Norwegian population. *Journal of Clinical Nursing*, 24(23-24), 3355-3364. <https://doi.org/10.1111/jocn.12962>.
- Von Wallpach, S., Hemetsberger, A., Thomsen, T. U. y Belk, R. W. (2020). Moments of luxury—A qualitative account of the experiential essence of luxury. *Journal of Business Research*, 116, 491-502. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.10.060>.

6 ANEXOS

6.1 Anexo 1

Tabla de las características de los artículos.

Autor	Recogida de datos	Método de análisis	Control de calidad	Foco	Sobrecogimiento
Moffat, B. M. et al. (2009)	Entrevistas en profundidad → semiestructurada	Análisis narrativo Enfoque etnográfico	No	Experiencias fumando marihuana en la naturaleza	Uno de los temas: sobrecogimiento por el mundo natural
McIntosh, D. y Wright, P. A. (2017)	Entrevista semiestructurada Web blog	Análisis temático iterativo	Análisis negativo de casos	Observación de la fauna salvaje	Sobrecogimiento o experimentado en el post encuentro
Narahawari n, M. F. et al. (2019)	Observación Toma de notas Capturas de pantalla (redes sociales)	No se especifica cuál (solo método cualitativo)	No	Expresión de emociones empleando el término “pele”	Dentro de las emociones que se pueden expresar está el sobrecogimiento
Schellekens, T et al. (2020)	Pregunta abierta en cuestionario	Análisis temático	Diario reflexivo, triangulación, revisión de pares y documentar las reuniones	Experiencias de gracia	Sobrecogimiento al encontrar la gracia
Sullivan-Bolyai, S. et al. (2006)	E profundidad → semiestructurada	Análisis de contenido	Member checking	Experiencia de padres con hijos con diabetes	En el diagnóstico, temas: shock y sobrecogimiento
Brymer, E. et al. (2020)	Entrevista semiestructurada	Análisis temático	Revisión de pares	Experiencias en la naturaleza y beneficios en la salud mental	Sobrecogimiento evocado por la naturaleza, dentro del tema: sentido de perspectiva
Harpel, T. S., y Hertzog, J. (2010)	2 preguntas abiertas en cuestionario	Análisis de contenido	No	Impacto de ultrasonidos en el apego de suturas abuelas	Sobrecogimiento como una de las respuestas emocionales experimentadas
Jagger, S. L. et al. (2012)	Entrevista semiestructurada	Teoría enraizada	Revisión de pares	Exposición “body worlds”	Sobrecogimiento expresado por participantes en otros estudios similares, no en este
Petersen, E., y Martin, A. J. (2021)	Entrevista semiestructurada	Análisis temático	Revisión de pares	Rol de “kama muta” (ser tocado por amor)	Sobrecogimiento o acompaña a kama muta y al proceso de conectar con la naturaleza

Torskenæs, K. B. et al. (2015)	Grupos de discusión	Análisis de contenido desarrollado de la teoría enraizada	No	Significado de espiritualidad, religiosidad, creencias personales	Sentimientos de sobrecogimiento o hacia la dimensión espiritual
Von Wallpach, S. et al. (2020)	Entrevista semiestructurada	Otro: marco hermenéutico y comparación constante	Revisión de pares	Momentos de lujo	Sobrecogimiento o como uno de los temas al experimentar lujo
Bell, S. L. (2019)	Entrevistas en profundidad → semiestructurada Diario de campo	Análisis inductivos en profundidad	No	Encuentros con aves en personas con deficiencias visuales	El encuentro provocaba en algunos sobrecogimientos
Noorani, T. et al. (2018)	Entrevistas con algunas preguntas abiertas	Análisis temático	Triangulación	Tratamiento de adicción al tabaco con psicodélicos	Sobrecogimiento o como una de las características de las sesiones con psilocibina
Schmidt, C., y Little, D. E. (2007)	Entrevistas en profundidad	Investigación fenomenológica, proceso iterativo de fenomenología	Proceso de diario continuo Member checking Varios	Experiencias espirituales durante el ocio	Sobrecogimiento o experimentado por algunos participantes durante la experiencia
Little, D. E., y Schmidt, C. (2006)	Entrevistas desestructuradas en profundidad	Análisis fenomenológico	Triangulación	Experiencias espirituales durante el ocio	Entre las sensaciones de los participantes
Aquino, R. S. et al. (2018)	Entrevista semiestructurada	Análisis temático	No	Experiencias de geoturismo	Sobrecogimiento o ante el poder de la naturaleza y ante la capacidad humana de adaptación
Hallam, J. et al. (2019)	Método etnográfico videos, observación participante	Análisis temático	Revisión de pares	Conexión con la naturaleza y sensación de bienestar	En los temas: desarrollo de un sentido de sobrecogimiento y asombro
Pohl, S. L. et al. (2000)	Entrevista en profundidad → semiestructurada	Análisis de contenido	Member checking	Experiencia de mujeres en la naturaleza y su relación con cambios sociales en sus vidas	Características de los espacios naturales se menciona: sobrecogimiento y belleza naturales
Graziosi, M., y Yaden, D. (2021)	Narración sobre experiencias de sobrecogimiento	Otro: decidir si es o no una experiencia de sobrecogimiento	Auditoría externa	Diferencias sobrecogimiento o provocado por la naturaleza y por las relaciones interpersonales	Directamente. foco

Coleman, T. C. (2014)	3 entrevistas	Teoría enraizada	Registro de diario → conciencia de sesgos Corroboración de un investigador independiente	Experiencias de sobrecogimiento en la naturaleza.	Directamente. foco
-----------------------	---------------	------------------	---	---	--------------------