

DESAFIANDO AL OLVIDO. EL PODER EN LA MEMORIA DE RECUERDOS AUTOBIOGRÁFICOS DE SUPERVIVENCIA: PROPUESTA DE ESTUDIO

TRABAJO DE FIN DE GRADO

Universidad de Salamanca, Facultad de Psicología

Grado en Psicología



**UNIVERSIDAD
DE SALAMANCA**

CAMPUS DE EXCELENCIA INTERNACIONAL

Autora: **Paula García Alonso**

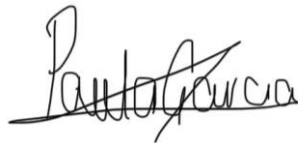
Tutora: **Dominika Zofia Wojcik**

Junio, 2023

DECLARACIÓN DE AUTORÍA:

Declaro que he redactado el trabajo “Desafiando al olvido. El poder en la memoria de recuerdos autobiográficos de supervivencia: propuesta de estudio” para la asignatura de Trabajo Fin de Grado en el curso académico 2022-2023 de forma autónoma, con la ayuda de las fuentes bibliográficas citadas en el apartado Referencias Bibliográficas y que he identificado como tales todas las partes tomadas de las fuentes indicadas, textualmente o parafraseando conforme a su sentido.

En Salamanca, a 20 de junio de 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Paula García Alonso', written in a cursive style.

Fdo.: Paula García Alonso

ÍNDICE DE CONTENIDOS

1.	INTRODUCCIÓN.....	7
1.1.	JUSTIFICACIÓN DEL TRABAJO.....	7
1.2.	FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	9
1.3.	OBJETIVO Y/O HIPÓTESIS	17
2.	METODOLOGÍA O PLAN DE TRABAJO	18
2.1.	PARTICIPANTES.....	18
2.2.	MATERIALES	19
2.3.	PROCEDIMIENTO.....	19
2.3.1.	Primera fase del estudio.....	20
2.3.2.	Segunda fase del estudio	21
2.4.	ANÁLISIS ESTADÍSTICO Y DISEÑO	22
3.	RESULTADOS	24
4.	DISCUSIÓN.....	24
5.	CONCLUSIONES Y PROSPECTIVA	26
6.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	29
7.	ANEXOS.....	33
7.1.	ANEXO A. Encuesta online sobre las condiciones psicológicas de los participantes.....	33
7.2.	ANEXO B. Enlace de acceso al diario	35

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Baremos del grado de relevancia para la supervivencia 23

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Cronograma 29

Figura 2. Encuesta 33

Figura 3. Encuesta 34

Figura 4. Sección 1 del diario 35

Figura 5. Sección 2 del diario 36

Figura 6. Sección 3 del diario 37

Figura 7. Sección 4 del diario 38

RESUMEN

Como resultado de procesos adaptativos y con el fin de salvaguardar la integridad de la persona, se ha demostrado que información relevante para la supervivencia se recuerda mejor que otra información, lo que se conoce como el efecto de procesamiento de la supervivencia. El presente estudio pretende indagar en esta cuestión desde una visión innovadora: a través de recuerdos autobiográficos relativos a la supervivencia sometidos a una prueba de olvido dirigido (OD) por medio del método del ítem. Para ello, se tratará de reclutar una muestra de alrededor de 100 estudiantes que deberán registrar eventos autobiográficos diariamente durante el periodo de un mes. Se plantea la utilización de un diario online como herramienta de recogida de eventos autobiográficos de dos tipos: relativos a la supervivencia y de carácter único/destacable; que posteriormente, los participantes deberán evaluar en función de su relevancia para la supervivencia, así como atribuirles un título que pasará a formar parte de la prueba de OD. Dicha prueba consistirá en la administración de una lista con los títulos que han sido proporcionados seguidos de la instrucción de olvidar o recordar. Como fin último, se pretendería comprobar las siguientes cuestiones: habrá un menor olvido de los eventos instruidos para recordar frente aquellos bajo la instrucción de olvidar; y, existirá un menor olvido de aquellos títulos procedentes de eventos autobiográficos relacionados con la supervivencia respecto a los eventos únicos/destacables, tanto bajo la instrucción de olvido como la de recuerdo.

Palabras clave: método del ítem, olvido dirigido, procesamiento de la supervivencia y recuerdos autobiográficos.

ABSTRACT

As a result of adaptive processes and to safeguard the integrity of the person, it has been shown that information relevant to survival has a greater rate of recall than other information, an advantage known as survival processing effect. The present study aims to investigate this from an innovative point of view: through autobiographical memories related to survival subjected to a directed forgetting (DO) test- item method. To this end, a sample of about 100 students will be recruited to record autobiographical events daily for a period of one month. An online diary will be used as a tool for collecting autobiographical events of two types: survival-related and unique/remarkable events, which the participants will then have to evaluate according to their relevance for survival, as well as to attribute a title to them that will become part of the OD test. This test will consist of the administration of a list of the titles that have been provided followed by the instruction to forget or remember. The following would be put at test: there will be less forgetting of the events instructed to be remember versus those under the instruction to forget; and there will be less forgetting of those titles coming from autobiographical events related to survival with respect to the unique/remarkable events, both under the instruction to forget and the instruction to remember.

Key words: autobiographical memories, directed forgetting, item method and survival processing.

1. INTRODUCCIÓN

1.1. JUSTIFICACIÓN DEL TRABAJO

En los últimos años la investigación relativa a la memoria ha tenido como objeto de estudio su capacidad adaptativa, la cual permite a los individuos entre otras cosas, poder sobrevivir. En función de esta idea, se considera que diferentes procesos cognitivos de la memoria habrían ido moldeándose en términos de adaptación al medio y de la propia supervivencia del individuo, de modo que dicha evolución se vería reflejada en la manera en la que cierto tipo de información resiste más o menos en ella (Nairne et al., 2007). Diversos estudios han demostrado que el procesamiento de información de diferente naturaleza que guarda relación con la supervivencia conlleva a una mejor recuperación que información carente de esta relación, lo que da lugar a un fenómeno de gran fuerza mnemotécnica: el procesamiento de supervivencia (Scofield et al., 2018).

Aunque el efecto del procesamiento de la supervivencia ha sido ampliamente estudiado, aún existen caminos inexplorados o con necesidad de más investigación que aportarían datos nuevos al entendimiento de este fenómeno. Debido a ello, es fundamental indagar en su estudio y expandirlo más allá de lo tradicionalmente utilizado. En consonancia con la perspectiva de ampliar los límites en el estudio de este tema y siguiendo con la línea metodológica empleada en Parker et al. (2021), se trabajará con paradigmas clásicos de estudio de la memoria como es el paradigma del OD para poder examinar el fenómeno de la supervivencia. Sobre todo, se pretende cubrir una de las líneas de investigación propuestas en dicho estudio, en la que se plantea el estudio del procesamiento de la supervivencia mediante la aplicación del OD a través el método del ítem. Según Parker et al. (2021), la utilización del método del ítem podría aportar datos diferentes a los ya expuestos en investigaciones en las que se ha aplicado el método de la lista, ya que, la manera de codificar la información difiere en cada uno de estos métodos, lo que podría afectar en un aumento o disminución en el efecto del procesamiento de la supervivencia. Para analizar el efecto de este procesamiento, se realizará una comparación con

recuerdos desprovistos de esta conexión pero que sean de carácter destacable/único para el individuo.

Se pretende explorar si el efecto del procesamiento de la supervivencia se generaliza a recuerdos reales y complejos de la vida cotidiana de las personas. En consecuencia, se propone el estudio del procesamiento de la supervivencia en recuerdos autobiográficos sometidos a una prueba de OD, teniendo de base investigaciones como la de Joslyn y Oakes (2005) y la de Parker et al. (2021), anteriormente mencionada.

Son diferentes los puntos de interés que puede aportar la propuesta de investigación que se plantea en este documento. En primer lugar, la importancia de poder contribuir al ámbito científico y de investigación, pudiendo aportar más datos de interés a la literatura sobre este tema. Pese a que en alguna investigación si se han utilizado tareas autobiográficas como parte de procedimientos de control para el estudio del procesamiento de la supervivencia (por ejemplo, Nairne et al., 2019), en este trabajo se expone una metodología diferente que implica el uso de recuerdos autobiográficos como medio de evocar un procesamiento de este tipo, algo novedoso hasta ahora en el estudio de este fenómeno. Además, se contribuye a explorar cómo se comportan en términos de retención y resistencia al olvido estímulos de este tipo codificados en relación con la supervivencia habiendo sido sometidos a una tarea de OD. Actualmente en el estudio del procesamiento de la supervivencia no se ha utilizado una tarea de OD mediante el método del ítem, por lo que esta investigación sería pionera en el estudio de este efecto a través de esta metodología.

En segundo lugar y en consonancia con la idea anterior, la comprensión de cómo funciona nuestra memoria ha sido durante un gran periodo de tiempo el punto de mira de muchos investigadores. Como ya se ha expuesto, se pretende aportar datos sobre la resistencia al olvido de recuerdos autobiográficos relevantes para la supervivencia, a su vez, se entiende que una comprensión más definida sobre este fenómeno puede resultar beneficiosa de cara a el entendimiento y tratamiento de algunos trastornos psicológicos y, por lo tanto, tener repercusiones a nivel social. Tareas de OD mediante el método

del ítem ya han sido aplicadas en algunos estudios a población clínica (McNally, 2005). Se considera que, siguiendo con líneas de investigaciones ya abiertas, la realización del presente estudio podría tener implicaciones a la hora de abrir nuevos horizontes en la investigación clínica en los que, por medio de tareas de OD con eventos autobiográficos que precisen del procesamiento de la supervivencia, se consigan nuevas explicaciones y matices a diferentes condiciones patológicas. Algunos autores atribuyen el olvido de recuerdos autobiográficos a procesos voluntarios que afectan a como recordamos algunos u olvidamos otros (por ejemplo, Joslyn & Oakes, 2005), dando esta explicación incluso para el olvido de recuerdos traumáticos (Anderson & Green, 2001, citado en Joslyn & Oakes, 2005). Por lo tanto, una metodología similar a la planteada en esta propuesta podría contribuir al entendimiento del trasfondo de recuerdos autobiográficos propios de sucesos relevantes para la supervivencia de uno mismo que aparecen en forma de flashbacks en el trastorno por estrés postraumático o TEPT (véase el siguiente metaanálisis sobre la implicación de este tipo de recuerdos en el TEPT, Moltrasio et al., 2021).

1.2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Perspectiva funcional-evolutiva del procesamiento de la supervivencia

Investigaciones recientes sobre la memoria se centran en su naturaleza adaptativa. La psicología evolutiva defiende que nuestros procesos cognitivos han ido cambiando como medida de adaptación a las circunstancias de supervivencia. Se considera que la memoria no ha quedado excluida y que, la capacidad de olvidar y recordar ha evolucionado en función de procesos de selección natural e información relativa a la supervivencia. De esta manera y siguiendo con la perspectiva funcional-evolutiva propuesta por Nairne y colaboradores en 2007, podemos afirmar que aquellos eventos o información que para el individuo guarde algún tipo de relación con la supervivencia se retendrá durante un mayor tiempo en la memoria. Este efecto se conoce actualmente como el procesamiento de la supervivencia.

Uno de los estudios pioneros de este fenómeno lo llevaron a cabo Nairne et al. quienes en 2007 realizaron una investigación que trataba de explorar el

efecto de este procesamiento desde el punto de vista evolutivo. Tras la valoración de relevancia de algunas palabras por parte de los participantes para un contexto de supervivencia concreto: perdidos en una pradera en un lugar extraño; y, después de una tarea distractoria, se evaluó el recuerdo de las palabras valoradas mediante una prueba de recuerdo libre. Se produjo un mayor recuerdo de las palabras que habían calificado como relevantes para la supervivencia en la valoración inicial, pudiéndose confirmar la existencia de dicho efecto.

Este tipo de procesamiento puede estar a su vez determinado por procesos básicos de aprendizaje que nos permitieron, mediante asociaciones de tipo pavloviano, mejorar la capacidad de resolver problemas de relevancia para la propia supervivencia como una forma de adaptación. Estos pueden ser: necesidad de apareamiento, búsqueda de alimentos o reconocimiento de posibles depredadores (Nairne et al., 2019; Nairne & Pandeira, 2008).

Algunas investigaciones verifican que la visión adaptativa de la memoria favorece el procesamiento de la supervivencia. Por ejemplo, los estímulos animados (ej.: personas o animales) se recuerdan mejor que los estímulos inanimados (ej.: cuchillo o agua) debido a que se interpreta que estos pueden estar relacionados con posibles depredadores o parejas para la reproducción (Bonin et al., 2014); se encuentra un mayor recuerdo de estímulos que se conoce que están en mal estado o contaminados que de aquellos en ausencia de esta característica debido a que los primeros se asocian con la enfermedad, lo que puede conllevar a la muerte y, por consiguiente, a no sobrevivir (Fernandes et al., 2017); y, por su parte, Nairne et al. (2011), obtuvieron en su investigación datos que confirman la resistencia en la memoria de lugares donde existe más facilidad de encontrar alimentos o animales que pudieran ser cazados, fundamentándolo en que la búsqueda de alimentos es un pilar importante para la supervivencia.

Puede que uno de los factores determinantes para la supervivencia sea el escenario en el que la persona se encuentre, ya que debe ser percibido en términos de relevancia para la supervivencia, para que se pueda codificar la

información en función a ella. La mayor parte de los investigadores de este fenómeno han tratado de exponer a sus participantes a escenarios fijos y concretos que se conoce que tienen una clara relación con la supervivencia, por ejemplo: praderas en lugares extraños (véase en Burns et al., 2011; Nairne et al., 2007; Nairne et al., 2008; Parker et al., 2021). En 2019, Nairne y sus colaboradores demostraron que la codificación de un recuerdo basado en la supervivencia mejora su posterior recuerdo sin importar que el escenario en el que se ha producido dicho recuerdo sea un escenario fijo que guarde relación directa con la supervivencia. En añadido, otras investigaciones centradas en el efecto de este tipo de procesamiento en diferentes escenarios también han encontrado un beneficio al codificar información relacionada con la supervivencia en diferentes contextos no relevantes para la evolución humana (ej.: el espacio exterior) o escenarios más modernos (ej.: una plaga zombi) (Kostic et al., 2012; Soderstrom & McCabe, 2011).

Hipótesis de la elaboración del procesamiento de la supervivencia

Y bien, ¿es el efecto del procesamiento de la supervivencia aplicable a todo tipo de información? En la literatura actual acerca este fenómeno se exponen algunas excepciones en las que el efecto de este procesamiento no aparece. Savine et al. (2011) pusieron a prueba el procesamiento de la supervivencia con caras humanas, por consiguiente, a los participantes se les situaba bajo un contexto de supervivencia en el que iban a estar acompañados de otra persona. A continuación, les exponían diferentes caras y debían calificarlas en función de si consideraban que serían personas dispuestas a aportar ayuda o no dentro de tal contexto. Los resultados de este estudio no muestran una mejor retención de aquellas caras calificadas como útiles dentro del contexto de supervivencia. El efecto del procesamiento de la supervivencia tampoco aparece en condiciones de doble tarea en las que se requiera mantener y actualizar varios elementos en la memoria de trabajo (Kroneisen et al., 2016) o en tareas de memoria implícita (Tse & Altarriba, 2010).

Estos hechos sobre que el efecto del procesamiento de la supervivencia no se dé bajo todas las condiciones, es decir, la carencia de generalidad a todo

tipo de escenarios o tareas provocó que algunos investigadores planteasen explicaciones alternativas a la funcional-evolutiva propuesta por Nairne et al. (2007). De este modo, emerge una nueva explicación que se basa en la posibilidad de que la resistencia en la memoria de información relativa a la supervivencia radique en la cantidad de elaboración de dicha información por parte del sujeto. Esta explicación se conoce como la hipótesis de la elaboración del procesamiento de la supervivencia, la cual se plantea desde el marco de la profundidad del procesamiento (Craik & Lockhart, 1972): la información procesada de una manera más exhaustiva y estableciendo conexiones con características o asociaciones únicas, aumentan la posibilidad del recuerdo futuro de dicha información.

Así pues, el planteamiento propuesto bajo la mira de esta perspectiva es que en contextos de supervivencia se potencia el procesamiento distintivo y la codificación más elaborativa debido a que en el momento que se le presentan a los participantes ciertas palabras/objetos que deben valorar en función de su relevancia para la supervivencia, pueden estar centrándose en valorar los usos potenciales y/o características que puede llegar a ofrecer dicho elemento en un contexto concreto. Debido a ello, se estaría produciendo un procesamiento en mayor profundidad que, según esta teoría, aumentaría las probabilidades de que esa información vuelva a nuestra memoria en un futuro. Por lo tanto, el efecto del procesamiento de la supervivencia no se vería explicado al completo por la perspectiva propuesta por Nairne et al. en 2007, si no por la cantidad de elaboración que se ha llevado a cabo con la información (Kroneisen & Erdfelder, 2011). Algunos estudios han aportado respaldo a favor de la hipótesis elaborativa, un ejemplo es el estudio de Nouchi (2013) el cual en base a los datos que obtuvo, puntualizó que la hipótesis que explicaba mejor el efecto del procesamiento de la supervivencia sería la hipótesis de la elaboración.

Nairne y Pandeirada (2016) ofrecen una discusión acerca de estas dos explicaciones, aportando respaldo a la hipótesis funcional-evolutiva. Consideran que los procesos que se llevan a cabo en nuestra memoria están de alguna manera relacionados, actuando en colaboración unos con otros. De esta manera, en un primer lugar se daría el procesamiento de la supervivencia y

debido a su importancia adaptativa, otro tipo de procesos comenzarían a tener un papel en la codificación de la información como, por ejemplo, la elaboración.

Actualmente, aún existen interrogantes que provocan debate sobre la explicación que subyace al efecto del procesamiento de la supervivencia. Sin embargo, teniendo en cuenta los estudios e investigaciones que han sido publicadas hasta la fecha la perspectiva funcional-evolutiva propuesta por Nairne et al. (2007) ha ganado cierto reconocimiento científico como el marco teórico principal que encuadra este efecto (Scofield et al., 2018).

Otros factores: el papel de las emociones y la autorreferencia

Algunos investigadores han tratado de profundizar en el estudio del papel de la excitación emocional en contextos de supervivencia, con el fin de indagar si estos factores fortalecen el efecto del procesamiento de supervivencia o si es la propia excitación que supone tal contexto la causante de dicho efecto.

Por ejemplo, Kang et al. (2008) quienes expusieron a sus participantes a dos contextos potenciadores de excitación: contexto de supervivencia y contexto de atraco a un banco. Resistieron más en la memoria los contextos de supervivencia, lo cual indica que la excitación emocional no es un factor determinante del mejor recuerdo de la información de esta índole. Por otro lado, Nairne y sus colaboradores (2007) tampoco encontraron una correlación entre la emocionalidad y el efecto del procesamiento de la supervivencia, pero si una correlación fuerte entre la emocionalidad y el recuerdo general.

En añadido, algunos autores han asumido que aspectos autorreferenciales mejoran la codificación y la recuperación futura de la información (Nairne et al., 2007). La autorreferencia se basa en la tendencia a un peor olvido de la información relacionada con la propia persona, debido a la relevancia para su propia seguridad, identidad o autoconcepto (Nairne et al., 2019). De esta manera, al valorar la relevancia de diferente información en función de la propia supervivencia, se puede estar dando un procesamiento desde la autorreferencia que este participando en una mayor retención de dicha información (Burns et al., 2011), ya que existen pocas cosas que estén más

intrínsecamente ligadas a uno mismo que la propia supervivencia (Burns et al., 2012).

Diferentes estudios han demostrado la superioridad del procesamiento de la supervivencia frente al procesamiento autorreferencial (Nairne et al., 2019; Nairne et al., 2008; Nairne et al., 2007). Por su parte Klein (2012), tras la realización de varios experimentos determinó que, pese a la evidencia de la eficacia del procesamiento de la supervivencia en la retención de información frente a otro tipo de procesamientos, afirma que no se puede restar importancia a aspectos autorreferentes en la codificación de la supervivencia.

Concluyendo, en base a las investigaciones actuales, el papel de los factores emocionales y autorreferenciales en el procesamiento de la supervivencia es incierto y aún requiere de más investigación.

Paradigma del OD

Las investigaciones sobre la memoria y más concretamente sobre el olvido, se han centrado en el uso del paradigma del OD como medio para poder arrojar luz sobre qué tipo de estímulos, eventos o recuerdos perduran más en la memoria. A pesar de la gran cantidad de información que la memoria es capaz de almacenar, existe un alto porcentaje de situaciones, acontecimientos o información que acabaremos olvidando. En algunos casos el olvido está relacionado con aquello que preferimos no recordar ya que hay una motivación para no hacerlo, provocando que dicha información se vuelva inaccesible, esto se conoce como olvido motivado (Anderson & Green, 2001). La memoria está sujeta a una serie de mecanismos como la inhibición cognitiva, cuya función radica en, por un lado, favorecer el recuerdo selectivo de información relevante para la realización de una tarea (Marsh et al., 2012); y, por otro lado, ayudar a mantener nuestra propia identidad o sentido del yo (Wojcik et al., 2020).

En el OD se trata de una tarea basada en ignorar de manera intencionada cierta información que ha sido codificada anteriormente debido a una instrucción concreta (Parker et al., 2021), que pone de manifiesto el olvido motivado y la inhibición cognitiva. Actualmente hay dos versiones o métodos de aplicación de

este paradigma: el método de la lista y el método del ítem. Dado el interés del presente trabajo, nos centraremos en el método del ítem.

La aplicación del OD utilizando el método del ítem se basa en entregar a los participantes una única lista de ítems o elementos cada uno de ellos seguido de la instrucción de olvidar o recordar. Posteriormente y tras una tarea distractoria, los participantes son sometidos a una prueba de recuerdo libre, evaluando el olvido de todos los elementos de la lista, los que debían recordar y los sometidos a la instrucción de olvidar. Como resultado y debido a el uso de las instrucciones de olvidar y recordar, se encuentra un mayor olvido de aquellos ítems seguidos de la instrucción de olvidar frente a los instruidos para recordar. Algunas investigaciones que aportan evidencia del efecto de tareas de OD realizadas a través del método de ítem son las de Lee y Hsu (2013) y Otani et al. (2012).

Actualmente, hay debate acerca del por qué se producen los efectos del OD mediante el método del ítem. La explicación más aceptada es que se consigue un peor recuerdo de los ítems sujetos a la instrucción de olvidar debido a que se ensayan en menor medida que los ítems a recordar, lo que provocaría una menor codificación de la información y por lo tanto un mayor olvido (Allen & Vokey, 1998; Basden et al., 1993).

Novedad del presente estudio

El olvido lejos de ser un simple error de la memoria es, ante todo, una muestra de la capacidad adaptativa de esta, por lo que es lógico que eventos que puedan ser relevantes para la supervivencia del propio individuo sean aquellos que más se resistan a ser olvidados. Se ha demostrado que el procesamiento para la supervivencia se trata de un fenómeno robusto que produce una clara ventaja en la memoria: un aumento de la resistencia al olvido en información de esta naturaleza.

El procesamiento de la supervivencia se ha estudiado usando diferentes procedimientos, siendo el más repetido el uso de metodologías similares a la utilizada por Nairne et al. (2007). Investigaciones más recientes como la de

Parker et al. (2021) han tratado de abordar esta cuestión utilizando procedimientos basados en el uso del paradigma del OD, ampliamente utilizado en el estudio de la memoria. Para ello, a través del método de la lista comprobaron si el procesamiento de la supervivencia mantenía sus beneficios cuando se aplicaba una tarea de OD. Los resultados mostraron un mejor recuerdo de las palabras relacionadas con la supervivencia en la lista que debía recordarse, mientras que también mostraron un mayor olvido de ellas en la lista que debía olvidarse. Explican la existencia de un mayor olvido en base a la adaptación, ya que este procesamiento requiere de recuerdos actuales relevantes para la supervivencia y al presentar la señal de que deben ser olvidados, quedan obsoletos, produciéndose un mayor olvido de ellos.

Joslyn y Oakes (2005) utilizaron una metodología innovadora para estudiar la resistencia al olvido de recuerdos autobiográficos, concretamente, sometieron estos eventos a una prueba de OD mediante el método de la lista. El procedimiento que llevaron a cabo para registrar dichos eventos se basaba en la utilización del método del diario, donde los participantes debían registrar eventos únicos durante dos semanas, la reacción emocional que ha supuesto para ellos dichos sucesos y un breve título para cada uno. Para poder evaluar el olvido se utilizaron los títulos propuestos por los participantes en una prueba de OD a través del método de la lista, donde a la mitad de los participantes les pedían que olvidasen los títulos de los eventos descritos durante la primera semana y que recordasen aquellos relativos a la segunda semana; y, a la otra mitad, se les pidió que recordaran los títulos de los eventos de ambas semanas. Obtuvieron los resultados esperados tras una prueba de OD: aquellos participantes que tenían la instrucción de olvidar los eventos de la primera semana habían tenido un mayor olvido en comparación con el grupo de participantes que debían recordar los eventos de la primera semana.

Por otro lado, Barnier et al. (2007) realizaron un total de 6 experimentos basados en explorar el efecto que tiene una prueba de OD por el método de la lista en recuerdos autobiográficos, pudiendo corroborar que se encuentran los resultados clásicos del OD con este tipo de información, un mayor olvido de la lista sometida a la instrucción de olvidar.

Sin embargo, en el presente trabajo se plantea una nueva metodología para el estudio del efecto del procesamiento de la supervivencia que se centra en el uso del OD con recuerdos autobiográficos codificados teniendo en cuenta su relevancia para la supervivencia. Debido a su relevancia personal los recuerdos autobiográficos se caracterizan por ser más memorables y tener una mayor resistencia al olvido, a pesar de ello, tampoco están exentos de acabar siendo olvidados (Joslyn & Oakes, 2005). Se ha estudiado la recuperación de este tipo de recuerdos con el método de las palabras clave, basado en evocar recuerdos asociados a diferentes palabras (Ditta & Storm, 2015; Wojcik et al., 2020); y el método del diario (Joslyn & Oakes, 2005). Como novedad, en este documento se plantea su estudio desde la perspectiva del procesamiento de la supervivencia basándose en investigaciones como la de Joslyn & Oakes (2005) y Parker et al. (2021).

Además, se plantea el uso de un diario como herramienta de recogida de eventos autobiográficos, al igual que en Joslyn y Oakes (2005), siendo un método que hasta el momento no ha sido utilizado con respecto al estudio del procesamiento de la supervivencia. En añadido, la prueba de memoria o prueba de OD se realizará mediante el método del ítem, con motivo de cubrir una de las líneas de investigación propuestas por Parker et al. (2021), ya que actualmente para el estudio del procesamiento de la supervivencia se ha utilizado mayoritariamente el método de la lista, quedando gran ausencia de datos en lo que respecta al efecto que pueda tener el uso del método del ítem. Así pues, se intenta abordar si se produciría el efecto propio de este procesamiento, esperando que se obtenga una mayor resistencia al olvido de información autobiográfica relacionada con la supervivencia en una prueba de OD.

1.3. OBJETIVO Y/O HIPÓTESIS

La siguiente propuesta de investigación se plantea teniendo como objetivo general aportar más datos a literatura sobre el procesamiento de la supervivencia. Más concretamente, se centra en estudiar este fenómeno mediante el paradigma del OD utilizando el método del ítem con recuerdos autobiográficos. Son escasos los autores que en sus investigaciones han tratado de estudiar el efecto de este procesamiento usando eventos autobiográficos

percibidos como relevantes para la supervivencia, así como el uso del OD, y en especial, del método del ítem como medio para motivar el olvido.

Por un lado, Joslyn y Oakes en 2005, recogieron mediante el método del diario eventos autobiográficos que, tras ser sometidos a la aplicación de una prueba de OD por medio del método de la lista, encontraron una menor tasa de olvido de los recuerdos que estaban bajo la instrucción de olvido que de aquellos bajo la instrucción de recuerdo. Por otro lado, Parker et al. (2021) utilizaron una prueba de OD utilizando también el método de la lista para el estudio del efecto del procesamiento de la supervivencia, encontrando una mayor retención en la memoria de la información relativa a la misma.

Con la finalidad de complementar las investigaciones de Parker et al. (2021) y de Joslyn y Oakes (2005) y teniendo estas mismas de base, se plantea el presente estudio con el fin de indagar el efecto del procesamiento de la supervivencia en eventos autobiográficos. Para ello, se utilizará la prueba de OD a través del método del ítem con títulos procedentes de eventos autobiográficos, relativos a la supervivencia y eventos calificados como destacables/únicos del día. Estos segundos eventos actuarán a modo de recuerdos control con los que comparar el efecto que el procesamiento de la supervivencia ha supuesto. Al igual que en Joselyn y Oakes (2005), los eventos serán recogidos mediante el método del diario. Se pretende comprobar las siguientes cuestiones: existirá una mayor resistencia al olvido de los títulos procedentes de eventos autobiográficos relacionados con la supervivencia que de eventos destacables/únicos, tanto en condiciones de instrucción de olvido como en aquellas de recuerdo, habiéndose producido el efecto del procesamiento de la supervivencia; y, los títulos sometidos a la instrucción de recuerdo sufrirán menos olvido que los instruidos para olvidar, provocado por los efectos de la tarea de OD.

2. METODOLOGÍA O PLAN DE TRABAJO

2.1. PARTICIPANTES

Para la realización de este estudio se pretende obtener el triple de la muestra utilizada por Joslyn y Oakes (2005), con el fin de garantizar la obtención de resultados de interés. De esta manera se tratará de reclutar en torno a 100

estudiantes procedentes de la Facultad de Psicología de la Universidad de Salamanca, entidad colaboradora en la presente investigación.

Respecto a la selección de los participantes, se tendrán en cuenta como criterios de inclusión que (1) sean mayores de edad y (2) tengan una buena capacidad de comprensión y fluidez verbal en español. Se excluirán de la investigación a aquellas personas que reporten en una encuesta previa ([Anexo A](#)) alguna dificultad/condición psicológica o el consumo de medicación que puedan tener alguna relación con el deterioro de la memoria y, por lo tanto, que afecte al correcto desempeño de la prueba (para más información véase: Barrera, 2006; Montenegro et al., 2013; Rodríguez-Cano et al., 2011; Thierrier, 2001).

2.2. MATERIALES

Al igual que en la investigación realizada por Joslyn y Oakes (2005), la recogida de recuerdos autobiográficos se realizará mediante el método del diario (véase en el [Anexo B](#)).

Tras la recogida de datos, la información proporcionada se utilizará en una prueba de OD por medio del método del ítem, la cual se administrará presencialmente en forma de cuadernillos. Para ello, se les proporcionará a los participantes una lista en papel con estos en orden aleatorizado seguidos de la instrucción de “olvidar” o “recordar”.

2.3. PROCEDIMIENTO

El procedimiento propuesto requerirá la aprobación del Comité de Bioética de la Universidad de Salamanca. Asimismo, los participantes deberán otorgar de manera explícita su consentimiento para participar en el estudio, de acuerdo con los principios establecidos en la Declaración de Helsinki (Asociación Médica Mundial, 2013).

Antes de comenzar el estudio, los participantes deberán complementar una encuesta sobre su estado psicológico actual y su consumo de medicamentos

con la finalidad de excluir a aquellos que presenten condiciones o dificultades que puedan afectar a un desempeño adecuado a lo largo del estudio.

El presente estudio se va a dividir en dos fases. La primera de ellas está relacionada con la recogida de eventos autobiográficos de dos tipos: (1) aquellos que perciban que están ligados con la supervivencia y (2) eventos considerados como relevantes y/o únicos de su día. En cuanto a la segunda fase, se tratará de una prueba típica e individualizada de OD por medio del método ítem en el que se utilizarán los títulos de los eventos proporcionados por los participantes.

2.3.1. Primera fase del estudio

El método del diario: recogida de eventos autobiográficos

Tal y como se menciona anteriormente, la recogida de eventos autobiográficos se realizará por medio del método del diario (Joslyn & Oakes, 2005), aunque en este caso y debido a la facilidad de distribución, así como de respuesta por parte de los sujetos, el diario se corresponderá con un formulario en formato online realizado mediante FormulariosGoogle. Se enviará a cada participante un enlace de acceso al formulario vía e-mail, el cual deberán completar diariamente durante un periodo de un mes. Además, al final de cada día, se les enviará un recordatorio por el mismo medio con la intención de que recuerden rellenar el formulario.

El formulario consta, en primer lugar, de una sección que actúa a modo de consentimiento informado, donde se exponen las instrucciones y requisitos para poder participar en el estudio; una segunda sección dedicada a que aporten la fecha de entrada en el formulario, además de un código de usuario único que garantizará el anonimato del participante; y, la última parte del formulario correspondería al diario per se, donde los participantes registrarán la información solicitada.

En cada entrada al diario, el sujeto deberá describir detalladamente dos eventos que les haya ocurrido a lo largo del día. Uno de ellos deberá ser de relevancia para la supervivencia, entendiendo esta como la conservación de la vida, como pueden ser la falta de recursos, exposición a acontecimientos

peligrosos, enfermedades, búsqueda de alimentos etc., que puedan afectar de manera directa o indirecta a su propia existencia; y el otro evento, deberá ser un suceso percibido por el participante como destacable, único, poco común o que resalte en su día. En todo momento y al igual que en Joslyn y Oakes (2015) se aconseja a los participantes que seleccionen eventos que no formen parte de su rutina diaria como pueden ser ir a clase o al trabajo.

En añadido, el sujeto deberá valorar el grado de relevancia que percibe que tiene el evento descrito con la supervivencia en una escala tipo Likert del 1 (nada/poco) al 7 (mucho/bastante).

Finalmente, cada participante deberá elaborar un título breve de un máximo de 5 palabras para cada evento que haya descrito. De esta manera, se irán recopilando los títulos propuestos por cada uno de ellos durante un mes, quedando un total de 56 títulos por participante, 28 de ellos en relación con la supervivencia y otros 28 recogidos como parte de eventos destacables/únicos que se utilizarán en la segunda fase del estudio.

2.3.2. Segunda fase del estudio

Una vez concluida la primera fase y tras haber transcurrido una semana desde su finalización, se les pedirá que acudan a una de las salas de laboratorio ubicadas en la planta baja de la Facultad de Psicología de la Universidad de Salamanca para realizar la segunda parte del estudio.

Prueba de OD mediante el método del ítem

La prueba de memoria se trata de una prueba de OD mediante el método ítem utilizando los títulos que han sido proporcionados en la primera fase. Para ello, se les administrará a los participantes una lista personalizada en la que se incluyan los títulos que han sido propuestos por ellos mismos para cada condición. Estos estarán seguidos de la instrucción de “olvidar” o “recordar”.

El orden de los títulos en la lista estará aleatorizado asegurando que haya la misma cantidad de títulos procedentes de eventos relevantes para la supervivencia que de eventos destacables/únicos bajo cada condición (olvidar o

recordar). Además, se procurará que tanto los títulos seguidos de las directrices de olvido como aquellos seguidos de las de recuerdo aparezcan intercalados a lo largo de la lista.

Prueba de recuerdo libre

Después de haberles presentado la lista, se aplicará una tarea distractoria que consistirá en un ejercicio clásico (no verbal) de búsqueda de diferencias entre dos imágenes aparentemente iguales.

Finalmente, como parte final del estudio, se evaluará mediante una prueba de recuerdo libre todos los títulos presentados en la lista, incluyendo aquellos que iban seguidos de la instrucción de olvidar.

2.4. ANÁLISIS ESTADÍSTICO Y DISEÑO

Los datos estadísticos se analizarán mediante el uso de la herramienta estadística IBM SPSS Statistics. Para ello, se tomará un nivel de significación de $\alpha = .05$ para poder considerar la existencia de diferencias significativas.

Con el fin de poder evaluar la recuperación en la tarea de recuerdo libre de los títulos utilizados en la tarea de OD se llevará a cabo una puntuación flexible de estos. De esta manera, se asignará 1 punto por cada título que guarde concordancia en cuanto a estructura con el título que debía de ser recuperado. En el caso de los títulos que no guarden ningún tipo de similitud con el título que debía recordarse, se les asignara una puntuación de 0 puntos.

Los datos obtenidos de la valoración de los eventos en función de una escala del 1 (poco/nada) al 7 (mucho/bastante) de relevancia para la supervivencia, se interpretarán de manera que puntuaciones comprendidas entre 0 y 3 corresponderán a una baja relevancia para la supervivencia, mientras que puntuaciones entre 4 y 7, corresponderán a una alta supervivencia. En la Tabla 1 se recogen estos baremos mencionados para el grado de relevancia para la supervivencia de los eventos autobiográficos propuestos. Se espera que aproximadamente la mitad de los recuerdos sean considerados de alta

relevancia para la supervivencia, lo que indicaría una proporción parecida entre recuerdos de alta y baja supervivencia.

Tabla 1.

Baremos del grado de relevancia para la supervivencia

Puntuaciones en la escala tipo Likert	Relevancia para la supervivencia
0-3	Baja Relevancia
4-7	Alta Relevancia

En primera instancia, se llevarán a cabo los análisis descriptivos con el fin de comparar el olvido en la prueba de recuerdo libre de los títulos bajo cada instrucción (olvidar y recordar). Se predice que se obtendrá una media mayor para aquellos títulos seguidos de la instrucción de recuerdo.

El interés principal reside en el efecto de la interacción entre el tipo de instrucción y el valor para la supervivencia de los títulos, de este modo, se procederá a realizar un análisis de varianza ANOVA de 2 (instrucción: recordar ítem vs. olvidar ítem) x 2 (valor para la supervivencia: alto vs. bajo). Se esperaría un efecto principal para el tipo de instrucción ($p < .05$) y un efecto principal para el valor de la supervivencia ($p < .05$). En añadido, se prevería la obtención de una interacción entre el tipo de instrucción y el valor para la supervivencia ($p < .05$).

Para poder explorar más en profundidad esta interacción, se llevaría a cabo una prueba t para muestras relacionadas con el objetivo de comparar la recuperación de títulos entre las instrucciones de recuerdo y olvido para cada nivel de relevancia para la supervivencia (alto/bajo). Se esperan diferencias significativas ($p < .05$) en las comparaciones mencionadas.

3. RESULTADOS

En primer lugar, al tratarse de una tarea de OD, se espera que la media de los títulos bajo la instrucción de recuerdo sea mayor a la media de los instruidos para olvidar, por lo que aparecerían los efectos propios de la aplicación de una prueba de OD. De esta manera, se predice que los resultados en la prueba de recuerdo libre mostrarían un menor olvido y por lo tanto un mayor número de títulos recuperados bajo la instrucción de recordar.

Se predice que el efecto principal para el tipo de instrucción indicará una diferencia en cuanto al grado de olvido entre las condiciones de olvidar y recordar. Por otro lado, el efecto principal significativo para el valor de la supervivencia mostraría la existencia de diferencias en cuanto al recuerdo de los ítems entre las condiciones de bajo y alto valor para la supervivencia.

En relación con la interacción entre las instrucciones y la relevancia para la supervivencia, se espera que el efecto que tiene una variable (valor para la supervivencia), depende en cierto modo de la otra variable (tipo de instrucción). En añadido, estos datos podrían indicar a su vez la existencia de un peor olvido de los ítems de alta supervivencia independientemente de la instrucción a la que hayan sido sometidos.

4. DISCUSIÓN

Los objetivos de ampliar los datos acerca del procesamiento de la supervivencia en la literatura actual y, sobre todo, estudiarlo en base a la utilización de recuerdos autobiográficos relevantes para la supervivencia sometidos a una prueba de OD, ha motivado a la realización de esta propuesta de investigación. Se pretende poder esclarecer las siguientes cuestiones: existirá una disminución en el olvido de los títulos de la condición recordar en comparación con los que se encuentran bajo instrucciones de olvidar; y, habrá, en términos generales, un menor olvido de eventos autobiográficos relevantes para la supervivencia en comparación con aquellos que no tienen esta relación.

Se esperan resultados que garanticen, el efecto clásico que produce una tarea de OD en términos de olvido. De esta manera, aquellos ítems (en este

caso, títulos) seguidos de la instrucción de recordar resistirían más al olvido que aquellos bajo instrucciones de olvidar (véanse estos mismos resultados en Lee & Hsu, 2013; Otani et al., 2012). La obtención de estos resultados se explicaría en base a que, en el proceso de aprendizaje de la lista, los títulos seguidos de la instrucción de olvido no se ensayan de la misma manera que los títulos instruidos para recordar, por lo que se produce una menor codificación de estos y son más sensibles a ser olvidados (Allen & Vokey, 1998; Basden et al., 1993).

Por otro lado, se esperaría encontrar una mayor resistencia en la memoria de eventos relacionados con la supervivencia que de eventos calificados como destacables/únicos. Ya que ambos comparten la característica de ser eventos autobiográficos, tienen la peculiaridad de ser de por sí, eventos resistentes en la memoria (Baddeley, 2010), pese a ello, investigaciones como la de Joslyn y Oakes (2005) han demostrado que eventos de este tipo sufren el efecto típico de tareas de OD al igual que otro tipo de información. En base a esta idea, se plantea que, aunque efectos del OD se produzcan, los eventos autobiográficos relativos a la supervivencia y por lo tanto, codificados bajo el procesamiento de la supervivencia, resistirán más tanto en bajo la instrucción de olvido como en la de recuerdo.

De tal manera, en caso de la obtención de los resultados que se han planteado, se podría afirmar que, en cuanto al material autobiográfico, el efecto del procesamiento de la supervivencia y los efectos del OD se manifiestan, afirmando la veracidad de las hipótesis inicialmente planteadas.

Si tras la realización de esta propuesta no se obtuvieran los datos planteados, se podrían estar manifestando los mismos efectos que obtuvieron en Parker et al. (2021) con el uso del método de la lista, pero en este caso con el uso del método del ítem. Se podría explicar en base a que el uso de este método provoca un olvido mucho más controlado e intencionado por parte de los sujetos lo que podría llevarlos a que se hayan esforzado más en olvidar la información bajo la instrucción de olvido.

5. CONCLUSIONES Y PROSPECTIVA

Son muchas las pruebas empíricas que aportan evidencia a favor del efecto que produce en la memoria el procesamiento de la supervivencia. Se ha demostrado como el efecto de este procesamiento se replica con palabras evaluadas en función de su relevancia para la supervivencia (por ejemplo, Nairne et al., 2007), de distintos escenarios/contextos (Kostic et al., 2012; Nairne et al., 2019) o incluso según se perciba que ciertos elementos pudieran ser perjudiciales para la propia vida (Fernandes et al., 2017). Aunque también se encuentren investigaciones en las que no se ha dado el efecto positivo de este fenómeno (por ejemplo, Savine et al., 2011), en términos generales la mayor parte de los hallazgos actuales han demostrado la solidez de este procesamiento (Scofield et al., 2018).

En esta propuesta de investigación se plantea estudiar este fenómeno mediante una tarea de OD con otro tipo de estímulos: eventos autobiográficos. Este tipo de eventos son bastante resistentes en la memoria y difíciles de olvidar, ya que constituyen una parte de nosotros mismos y de nuestras relaciones con el medio, por lo que, gran cantidad de recuerdos autobiográficos conformar nuestra propia identidad (Baddeley, 2010). A pesar de su carácter memorable, a medida que pasa el tiempo muchos de ellos acaban por perderse en nuestra memoria a causa del olvido al igual que ocurre con listas de palabras o elementos similares.

Los resultados que pueden obtenerse podrían ser claves para la demostración de que el procesamiento de la supervivencia mantiene su efecto preservado y quizá se vea en aumento en eventos autobiográficos que guardan relevancia para la supervivencia, así como aportar pruebas empíricas de que procedimientos clásicos de memoria como el OD y en concreto, la realización de esta tarea a través el método del ítem, pueden utilizarse para el estudio del procesamiento de la supervivencia. Se considera que la realización de esta propuesta de estudio garantizará resultados de interés sobre el efecto en la memoria y la resistencia frente al olvido que presenta el procesamiento de la supervivencia. Además, se contribuiría a aportar en el ámbito de la investigación un mayor entendimiento sobre este fenómeno.

Posibles limitaciones

Primeramente, se pretende aumentar aproximadamente en tres veces el tamaño muestral utilizado por Joslyn y Oakes (2005). Pese a que, en la investigación de Parker et al. (2021) se realizó una tarea de OD basada en el estudio del procesamiento de la supervivencia y se utilizó una muestra de más de 100 participantes, el hecho de poder reclutar una muestra grande de participantes puede llegar a ser un problema.

Son diversos los motivos por los que en ocasiones no se consigue llegar a la muestra estimada, aunque en el caso de la propuesta expuesta en este trabajo se considera que el tiempo sería la principal. El estudio se desarrollaría durante un periodo de un mes, al que luego se añadiría el tiempo empleado en realizar la prueba de OD, lo que añadido a que la muestra estaría compuesta por estudiantes que en ocasiones no disponen de mucho tiempo, podría provocar que se mostrasen reticentes a participar, viéndose una disminución en la muestra. Esta limitación se podría ver resuelta gracias a la colaboración por parte del profesorado que podría dar incentivos a modo de bonificaciones en la nota de algunas asignaturas y de esta manera motivar la participación del alumnado, o incluso recurrir al reclutamiento de estudiantes procedentes de otras facultades de la Universidad de Salamanca.

En segundo lugar, el hecho de recoger eventos autobiográficos percibidos como relevantes para cada sujeto, aunque conlleva ventajas como la de personalizar la tarea a cada participante, también puede llegar a tener efectos negativos en cuanto a la obtención de datos de interés. Al igual que en Joslyn y Oakes (2005), es posible que algunos de los participantes olviden completar el diario o que la mayor parte de los títulos obtenidos provengan de eventos con baja relevancia para la supervivencia, no proporcionando los datos necesarios para que pueda llevarse a cabo el estudio. Se plantea como medida de prevención, el aumento en el número de participantes para garantizar la obtención de una muestra significativa ante la exclusión de participantes debido a que estos posibles inconvenientes se dieran.

Por último, un aspecto ya mencionado que limita esta propuesta de estudio sería el tiempo total de duración. Al realizar los diarios durante tanto tiempo, el investigador deberá manejar gran cantidad de datos para la realización de la prueba de OD lo cual puede ser tedioso. Para contrarrestar esta limitación, se plantea la utilización de herramientas informáticas que puedan aligerar este trabajo. Aun así, este problema no se considera de vital importancia para la realización del estudio.

Futuras líneas de investigación

Al tratarse de una novedad dentro del estudio de los entramados de la memoria y concretamente del procesamiento de la supervivencia, sería de interés que se realizarán más investigaciones donde se empleen recuerdos autobiográficos procesados desde la supervivencia para poder verificar si bajo otras condiciones u otros métodos de estudio se obtiene el efecto de este fenómeno con este tipo de información.

Se anima a que futuras investigación traten de estudiar el papel de factores emocionales en recuerdos autobiográficos relevantes para la supervivencia, ya que hasta ahora la implicación de valencia emocional en recuerdos autobiográficos tiene efectos inciertos (Joslyn & Oakes, 2005) y es posible que se obtengan resultados más concluyentes si se estudian desde la perspectiva de la supervivencia.

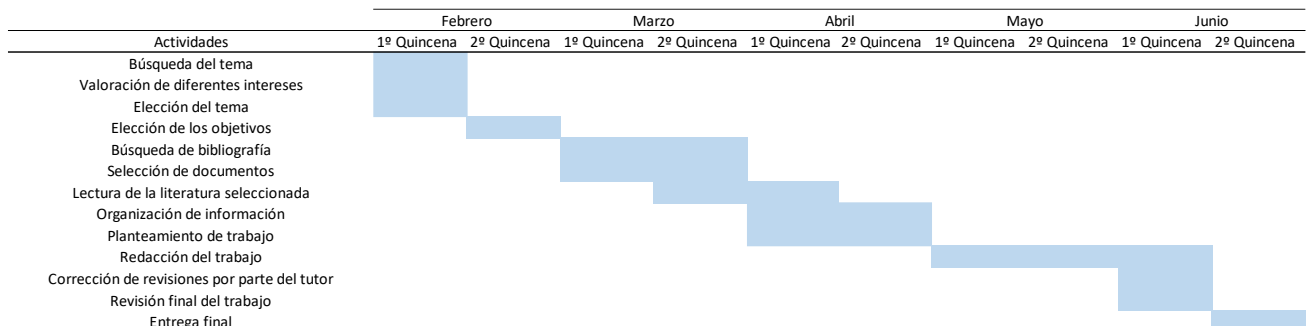
Incluso, sería de interés la futura reproducción de esta misma propuesta para poder contribuir a la crisis de replicabilidad actual que sufre la investigación en psicología y a su vez otorgar de mayor validez a los datos que se pudieran obtener en la realización de la presente propuesta (Centeno-Leyva et al., 2020).

Enlazando con una de las ideas mencionadas en el apartado de justificación del trabajo, podría ser de utilidad el estudio de recuerdos autobiográficos codificados mediante un procesamiento de la supervivencia a población clínica, pudiendo proporcionar datos que ofrezcan nuevos puntos de vista de cómo afectan los recuerdos autobiográficos procesados en términos de supervivencia al mantenimiento de diferentes patologías psicológicas.

A continuación, se muestra el cronograma del plan de trabajo:

Figura 1.

Cronograma



6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Allen, S. W., & Vokey, J. R. (1998). Directed forgetting and rehearsal on direct and indirect memory tests. *Intentional forgetting: Interdisciplinary approaches*, 173-195.
- Anderson, M. C., & Green, C. (2001). Suppressing unwanted memories by executive control. *Nature*, 410(6826), 366-369. <https://doi-org.ezproxy.usal.es/10.1038/35066572>
- Baddeley, A., Eysenck, M. W., y Anderson, M. C. (2010). Memoria autobiográfica. En *Memoria* (pp. 349-380). Alianza Editorial.
- Barnier, A. J., 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(2), 301-322. <https://doi.org/10.1037/0096-3445.136.2.301>
- Barrera, A. (2006). Los trastornos cognitivos de la esquizofrenia. *Revista chilena de neuropsiquiatría*, 44(3), 215-221. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272006000300007>
- Basden, B. H., Basden, D. R., & Gargano, G. J. (1993). Directed forgetting in implicit and explicit memory tests: A comparison of methods. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 19(3), 603-616. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0278-7393.19.3.603>
- Bonin, P., Gelin, M., & Bugaiska, A. (2014). Animates are better remembered than inanimates: Further evidence from word and picture stimuli. *Memory & Cognition*, 42, 370-382.

- Burns, D. J., Burns, S. A., & Hwang, A. J. (2011). Adaptive memory: Determining the proximate mechanisms responsible for the memorial advantages of survival processing. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 37(1), 206–218. <https://doi.org/10.1037/a0021325>
- Craik, F. I., & Lockhart, R. S. (1972). Levels of processing: A framework for memory research. *Journal of verbal learning and verbal behavior*, 11(6), 671-684. [https://doi.org/10.1016/S0022-5371\(72\)80001-X](https://doi.org/10.1016/S0022-5371(72)80001-X)
- Centeno-Leyva, S. & Dominguez-Lara, S. (2020). La replicabilidad en la investigación psicológica: una reflexión. *Interacciones*, 6(3). <https://doi.org/10.24016/2020.v6n3.172>
- Ditta, A. S., & Storm, B. C. (2016). Thinking about the future can cause forgetting of the past. *Journal of Experimental Psychology*, 69(2), 339-350. <http://dx.doi.org/10.1080/17470218.2015.1026362>
- Fernandes, N. L., Pandeirada, J. N., Soares, S. C., & Nairne, J. S. (2017). Adaptive memory: The mnemonic value of contamination. *Evolution and Human Behavior*, 38(4), 451-460. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2017.04.003>
- Joslyn, S. L., & Oakes, M. A. (2005). Directed forgetting of autobiographical events. *Memory & cognition*, 33, 577-587. <https://doi.org/10.3758/BF03195312>
- Kang, S. H., McDermott, K. B., & Cohen, S. M. (2008). The mnemonic advantage of processing fitness-relevant information. *Memory & Cognition*, 36, 1151-1156. <https://doi.org/10.3758/MC.36.6.1151>
- Klein, S. B. (2012). A role for self-referential processing in tasks requiring participants to imagine survival on the savannah. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 38(5), 1234–1242. <https://doi.org/10.1037/a0027636>
- Kostic, B., McFarlan, C. C., & Cleary, A. M. (2012). Extensions of the survival advantage in memory: Examining the role of ancestral context and implied social isolation. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 38(4), 1091-1098. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0026974>
- Kroneisen, M., & Erdfelder, E. (2011). On the plasticity of the survival processing effect. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 37(6), 1553-1562. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0024493>

- Kroneisen, M., Rummel, J., & Erdfelder, E. (2016). What kind of processing is survival processing? Effects of different types of dual-task load on the survival processing effect. *Memory & Cognition*, *44*, 1228-1243. <https://doi.org/10.3758/s13421-016-0634-7>
- Lee, Y. S., & Hsu, Y. C. (2013). How do we forget negative events? The role of attentional, cognitive, and metacognitive control. *Cognition & emotion*, *27*(3), 401-415. <https://doi.org/10.1080/02699931.2012.713326>
- Moltrasio, J., Aguilar, V., & Rubinstein, W. Y. (2022). Alteraciones y sesgos de memoria en el Trastorno por estrés postraumático y Estrés Traumático Secundario: Una revisión sistemática. *Revista Argentina de Psicología*, *40*, 30-51.
- Marsh, J. E., Beaman, C. P., Hughes, R. W., & Jones, D. M. (2012). Inhibitory control in memory: Evidence for negative priming in free recall. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, *38*(5), 1377–1388. <https://doi-org.ezproxy.usal.es/10.1037/a0027849>
- McNally, R. J. (2005). Directed Forgetting Task in Clinical Research. In *Cognitive methods and their application to clinical research* (pp. 197-212). American Psychological Association. <https://doi-org.ezproxy.usal.es/10.1037/10870-012>
- Montenegro, M., Montejo, P., Claver-Martín, M. D., Reinoso, A. I., de Andrés-Montes, M. E., Garcia-Marin, A., ... & Huertas, E. (2013). Relationship between memory complaints and memory performance, mood and sociodemographic variables in young adults. *Revista de neurología*, *57*(9), 396-404.
- Nairne, J. S., Coverdale, M. E., & Pandeirada, J. N. S. (2019). Adaptive memory: The mnemonic power of survival-based generation. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, *45*(11), 1970–1982. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/xlm0000687>
- Nairne, J. S., & Pandeirada, J. N. (2016). Adaptive memory: The evolutionary significance of survival processing. *Perspectives on Psychological Science*, *11*(4), 496-511. <https://doi.org/10.1177/174569161663561>
- Nairne, J. S., Pandeirada, J. N., & Thompson, S. R. (2008). Adaptive memory: The comparative value of survival processing. *Psychological Science*, *19*(2), 176-180. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2008.02064.x>

- Nairne, J. S., Thompson, S. R., & Pandeirada, J. N. S. (2007). Adaptive memory: Survival processing enhances retention. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 33(2), 263–273. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0278-7393.33.2.263>
- Nouchi, R. U. (2013). Can the memory enhancement of the survival judgment task be explained by the elaboration hypothesis?: Evidence from a memory load paradigm. *Japanese Psychological Research*, 55(1), 58-71. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5884.2012.00531.x>
- Otani, H., Libkuman, T. M., Goernert, P. N., Kato, K., Migita, M., Freehafer, S. E., & Landow, M. P. (2012). Emotion, directed forgetting, and source memory. *British Journal of Psychology*, 103(3), 343-358. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.2011.02078.x>
- Parker, A., Parkin, A., & Dagnall, N. (2021). Effects of survival processing on list method directed forgetting. *Memory*, 29(5), 645–661. <https://doi-org.ezproxy.usal.es/10.1080/09658211.2021.1931338>
- Rodríguez-Cano, R. A., Rubio, M. J., Sánchez, I. C. M., & Palazón, M. D. (2011). Efectos del cannabis en una muestra universitaria: atención, memoria, creatividad y ansiedad. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 5(1), 123-132.
- Savine, A. C., Scullin, M. K., & Roediger, H. L. (2011). Survival processing of faces. *Memory & Cognition*, 39, 1359-1373. <https://doi.org/10.3758/s13421-011-0121-0>
- Soderstrom, N. C., & McCabe, D. P. (2011). Are survival processing memory advantages based on ancestral priorities?. *Psychonomic Bulletin & Review*, 18, 564-569. <https://doi.org/10.3758/s13423-011-0060-6>
- Thierer, D. E. (2001). Déficit de memoria producido por medicamentos. *Vertex*, 12, 272-275.
- Wojcik, D. Z., Díez, E., Canal-Bedia, R., Díez-Álamo, A. M., Yon-Hernández, J. A., y Fernández, A. (2020). Episodic future thinking-induced forgetting: Exploring memory inhibitory mechanism in adults with autism. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 79. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2020.101667>
- World Medical Association. (2013). World Medical Association Declaration of Helsinki: Ethical principles for medical research involving human subjects. *JAMA*, 310(20), 2191-2194. <https://doi.org/10.1001/jama.2013.281053>

7. ANEXOS

7.1. ANEXO A. Encuesta online sobre las condiciones psicológicas de los participantes

Figura 2.

Encuesta

Encuesta

Estimado participante:

Soy Paula García Alonso, estudiante de último curso del Grado de Psicología. Desde la Universidad de Salamanca y con motivo de poder ser seleccionado como participante en mi Trabajo de Fin de Grado, le invito a rellenar la presente encuesta. Su colaboración es de carácter totalmente voluntario, de esta manera, es libre de decidir si desea o no tomar parte en el estudio. Además, las respuestas obtenidas serán tratadas de manera confidencial y solo se utilizarán para fines de investigación.

Para cualquier información adicional o aclaración, en caso de ser necesaria, podrá contactar con:

- Paula García Alonso, paulagarcia00@usal.es

Muchas gracias por su colaboración.

paulagarcia00@usal.es [Cambiar de cuenta](#)

* Indica que la pregunta es obligatoria

Correo electrónico *

Registrar paulagarcia00@usal.es como el correo que se incluirá al enviar mi respuesta

¿Has sido diagnosticado/a o has experimentado alguna de las siguientes dificultades psicológicas? *

Depresión

Ansiedad

Trastorno de estrés postraumático (TEPT)

Problema de adicciones

Trastorno de déficit de atención e hiperactividad (TDAH)

Esquizofrenia u otros trastornos psicóticos

Otro

Ninguno de las anteriores

Figura 3.

Encuesta

En caso de haber marcado la casilla de "otros" en la pregunta anterior, por favor mención de que dificultad psicológica ha sido diagnosticado

Tu respuesta _____

¿Estás tomando actualmente algún medicamento como parte de un tratamiento psicológico? *

Antidepresivos

Ansiolíticos

Medicamentos para el TDAH

Antipsicóticos

Otros

No estoy tomando medicamentos como parte de un tratamiento psicológico

En caso de haber marcado la opción de "otros" en la pregunta anterior, por favor mencione qué medicamento consume

Tu respuesta _____

¿Has notado alguna dificultad en tu funcionamiento cognitivo en los últimos meses? *

Sí, he experimentado dificultades cognitivas notables

Sí, pero las dificultades cognitivas son leves

No, no he experimentado dificultades cognitivas

No estoy seguro/a

Si has experimentado dificultades cognitivas, ¿cuales han sido las más destacadas? *

Problemas de memoria

Dificultades de concentración

Dificultades para tomar decisiones

Disminución de la velocidad de procesamiento mental

Otros

No he experimentado dificultades cognitivas

En caso de haber marcado la opción de "otros" en la pregunta anterior, por favor especifique qué dificultad cognitiva ha experimentado

Tu respuesta _____

El enlace que permitirá acceder a la encuesta online será el siguiente:
https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdLKRp-i9nby9kQOa5rnIQocMZtJHaOGmyQdUXtZU17a-hA_g/viewform?usp=sf_link

7.2. ANEXO B. Enlace de acceso al diario

Figura 4.

Sección 1 del diario

Trabajo de Fin de Grado

Estimado participante:

Soy Paula García Alonso, estudiante de último curso del Grado de Psicología. Desde la Universidad de Salamanca le invito a participar en el presente estudio de investigación, proporcionando los datos necesarios para la realización del Trabajo de Fin de Grado. Para ello, será necesario que sea mayor de edad, tenga una buena comprensión y fluidez verbal del español y que complete el siguiente formulario diariamente durante un periodo de tres semanas.

Su colaboración es de carácter totalmente voluntario, de esta manera, es libre de decidir si desea o no tomar parte en el estudio. En caso de comprometerse a participar, deberá realizar lo que se le indique de la mejor manera posible y durante el tiempo indicado. Esta investigación cumple con lo acordado en la Declaración de Helsinki.

Además, la información que se obtendrá sobre los resultados de este estudio se tratará de manera estrictamente confidencial y anónima. El equipo investigador asume la responsabilidad en la protección de datos. Debido a esto, con la finalidad de asegurar su anonimato no se le pedirá ningún tipo de dato personal ni se registrará el correo con el que accede a este formulario.

Para cualquier información adicional o aclaración, en caso de ser necesaria, podrá contactar con:

- Paula García Alonso, paulagarcia00@usal.es

Es de vital importancia su participación, ya que contribuye al desarrollo del conocimiento científico dentro del campo de la Psicología. Muchas gracias por su colaboración.

paulagarcia00@usal.es [Cambiar de cuenta](#)

No compartido

* Indica que la pregunta es obligatoria

En caso de ofrecer su participación en este estudio, le rogamos que seleccione la * siguiente casilla:

He leído y acepto las condiciones y a participar voluntariamente en la investigación.

Figura 5.

Sección 2 del diario

DIARIO

A continuación se le pedirá que describa dos eventos únicos y memorables que haya experimentado en el día de hoy, intentando en medida de lo posible, describir uno que haya tenido cierta implicación para su supervivencia; y otro que considere que ha sido relevante en su día (bien positivo o negativo), y que por lo tanto, no pertenezca al conjunto de eventos que conforman su rutina diaria como podría ser ir a clase o hacer la cama por las mañanas.

Fecha *
Indique el día en el que han ocurrido los eventos que a continuación describirá (día en el que realiza el cuestionario).

Fecha
dd/mm/aaaa

Participante *
A continuación deberá crear un código de usuario con el fin de mantener el anonimato y asegurarnos de que siempre que acceda al cuestionario sea bajo el mismo código.

Deberá crearlo con los cuatro primeros dígitos de su DNI seguidos de su fecha de cumpleaños (dd/mm/aaaa). Aquí puede observar un ejemplo aclaratorio: Jaime (nombre ficticio) con DNI 40522057G, nacido el 18/07/1997, tendrá como código de usuario: 405218071997

Tu respuesta

Figura 6.

Sección 3 del diario

Evento de relevancia para la supervivencia

Deberá describir **detalladamente** un evento que le haya ocurrido en el día de hoy que considere que esta relacionado con la supervivencia. Posteriormente, deberá valorar el grado de relevancia que tiene para la misma. Por último, titule el evento con una frase de máximo 5 palabras.

Para que le resulte más sencillo identificar los eventos que pudieran tener relación con la supervivencia, le proporcionamos a continuación una descripción acerca de que es la supervivencia y un ejemplo sobre ella:

Se entiende por **supervivencia** la conservación de la vida, comprendida desde lo más simple, como puede ser la falta de recursos que puedan atentar de manera directa o indirecta contra la vida; a lo más complejo, como la superación de situaciones y/o acontecimientos peligrosos para la propia existencia. Algunos ejemplos pueden ser: incapacidad para poder alimentarse correctamente, falta de salud u hogar, accidentes, robos, etc.

Descripción general del evento *

Tu respuesta

Grado de relevancia para la supervivencia *

En una escala del 1 al 7, donde 1 es nada/poco y 7 es mucho/bastante, indica el grado de relevancia que ha tenido el evento para tu supervivencia.

A modo de recordatorio, se entiende por **supervivencia** la conservación de la vida, comprendida desde lo más simple, como puede ser la falta de recursos que puedan atentar de manera directa o indirecta contra la vida; a lo más complejo, como la superación de situaciones y/o acontecimientos peligrosos para la propia existencia. Algunos ejemplos pueden ser: incapacidad para poder alimentarse correctamente, falta de salud u hogar, accidentes, robos, etc.

1 2 3 4 5 6 7

Nada/poco Mucho/bastante

Título del evento *

Resume en un máximo de 5 palabras el evento descrito

Tu respuesta

Figura 7.

Sección 4 del diario

Evento destacable

Deberá describir **detalladamente** un evento que le haya ocurrido en el día de hoy que considere que es algo destacable. Posteriormente, deberá valorar el grado de relevancia que tiene para la supervivencia, como en el evento anterior. Por último, titule el evento con una frase de máximo 5 palabras.

Descripción general del evento *

Tu respuesta

Grado de relevancia para la supervivencia *

En una escala del 1 al 7, donde 1 es nada/poco y 7 es mucho/bastante, indica el grado de relevancia que ha tenido el evento para tu supervivencia.

Se entiende por **supervivencia** la conservación de la vida, comprendida desde lo más simple, como puede ser la falta de recursos que puedan atentar de manera directa o indirecta contra la vida; a lo más complejo, como la superación de situaciones y/o acontecimientos peligrosos para la propia existencia. Algunos ejemplos pueden ser: incapacidad para poder alimentarse correctamente, falta de salud u hogar, accidentes, robos, etc.

1 2 3 4 5 6 7

Nada/poco Mucho/bastante

Título del evento *

Resume en un máximo de 5 palabras el evento descrito

Tu respuesta

El enlace que permitirá acceder al diario online será el siguiente:
https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfeJIBQbolWxyZ6e1pUYK_fhJ2upB2Ejl0ktsu49Axy7WARNQ/viewform?usp=sf_link