

DISCREPANCIAS ENTRE LAS REPRESENTACIONES DE UNO MISMO: SU PAPEL EN LA ANSIEDAD SOCIAL Y LA DEPRESION

M.L. Sánchez Bernardos

J. Sanz Fernández

M.D. Avia

Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos.
Facultad de Psicología. UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID.

RESUMEN

Desde marcos teóricos muy distintos se ha defendido una relación entre la falta de correspondencia entre las diversas concepciones que los individuos tienen de sí mismos y estados emocionales de carácter negativo. La hipótesis de la especificidad ha propuesto una relación lineal entre tipos de discrepancia y tipos de estados emocionales. En la línea de nuestros estudios previos (Avia y Sánchez Bernardos, 1989; Sánchez Bernardos y Sanz Fernández, 1990), el presente trabajo reexamina las relaciones específicas entre representaciones de sí mismo y estados emocionales utilizando una versión modificada del Rep-Test para permitir que los sujetos generen sus propios constructos significativos y poder analizar con mayor precisión distintos ámbitos de discrepancia con especial atención a las situaciones de ansiedad social. A diferencia de los resultados obtenidos por los autores de la "Teoría de la Discrepancia", marco general en el que se ha desarrollado la hipótesis de la especificidad, y a diferencia también de nuestros propios resultados obtenidos previamente, los datos del presente estudio no parecen apoyar la existencia de una relación específica entre representaciones de uno mismo y estados emocionales.

Palabras Clave: *Discrepancia, representaciones de uno mismo, ansiedad, depresión.*

SUMMARY

The relationship between discrepancies among mental self-representations and negative emotional states has been sustained from different theoretical frameworks. This relationship has been conceptualized as linear by the specificity hypothesis. In the line of our previous research (Avia & Sánchez Bernardos, 1989; Sánchez Bernardos & Sanz Fernández, 1990), the present paper reexamines the specific relations between mental self-representations and emotional states using a Rep-Test modified version which allows subjects to generate their own significant constructs and, at the same time, it permits more fine-grained analysis of different domains; especial emphasis is made in social anxiety. Unlike results obtained within the "Theory of Discrepancy" framework in which the specificity hypothesis has been developed, and also unlike our previous research data, present results do not offer any support to the existence of specific relationships between mental self-representations and emotional states.

Key Words: *Discrepancy, mental self-representations, anxiety, depression.*

INTRODUCCION

Repetidamente, tanto en psicología social, como en psicología de la personalidad y en psicología clínica, se ha reconocido que los conflictos internos generan estados afectivos negativos. En concreto, se ha sugerido que la falta de compatibilidad entre diferentes áreas del autoconcepto da lugar a la aparición de estados de malestar psicológico (Allport, 1955; Festinger, 1957). Así, la insatisfacción, el descontento, etc., se han considerado sentimientos asociados a la falta de correspondencia entre el concepto que el individuo tiene de sí mismo (yo real) y su yo ideal (James, 1890; Cooley, 1902; Rogers, 1961). La reducción de la discrepancia Yo Real-Yo Ideal ha sido un índice del ajuste psicológico obtenido durante la terapia en la fenomenología de Rogers. La teoría psicoanalítica (p. ej., Freud, 1923), por su parte, afirmaba que la culpa, el miedo o la ansiedad eran sentimientos consecuentes una vez que el individuo violaba sus propios criterios morales o los de la sociedad.

Si bien una larga tradición en la literatura parece consistente con la idea de relacionar la falta de coincidencia entre diversos aspectos de sí mismo y la presencia de estados afectivos negativos, lo que falta es relacionar aspectos

específicos cognitivos con tipos específicos de consecuencias (Higgins, 1987). A lo largo de los últimos años la llamada "Teoría de la Discrepancia entre autoconceptos" (Higgins, Klein y Strauman, 1985) viene proponiéndose como una posible vía de solución a este estado de cosas.

La teoría supone dos líneas vertebradoras de lo que en términos generales se denomina "autoconcepto": los "aspectos del self" y los "puntos de vista" (esto es, la perspectiva del propio sujeto y la perspectiva de cómo los otros significativos ven al sujeto, según el sujeto mismo). Los aspectos del self hacen referencia a los tres contenidos básicos de la representación auto-referente: el self "real" o conjunto de atributos que el sujeto considera propios de sí mismo, el self "ideal" o conjunto de características que idealmente al sujeto le gustaría poseer (incorpora, por tanto, aspiraciones, metas, etc.) y el self "que debería tener" o representaciones de atributos relacionados con reglas, obligaciones, deberes, etc., tanto desde la perspectiva del propio sujeto, como desde la perspectiva de otro tal como el sujeto se lo representa. La combinación de los aspectos del self con las dos perspectivas da lugar a seis posibles resultados, de los cuales el "yo real desde el punto de vista del propio sujeto" y el "yo real desde el punto de vista del otro" constituyen lo que tradicionalmente se denomina "autoconcepto".

La discrepancia puede aparecer entre cualquiera de los pares posibles y el tipo de predicción es diferente en cada caso. La hipótesis clave de la teoría es la de la especificidad, esto es, distintos tipos de discrepancia dan lugar a estados emocionales diferentes; de manera más concreta, la predicción ha sido la asociación de la discrepancia Real-Ideal con estados depresivos y de la discrepancia Real-Debería con estados ansiosos.

En un estudio previo (Sánchez Bernardos y Sanz Fernández, 1990) se encontró una relación estadísticamente significativa, en términos de correlaciones parciales entre la discrepancia Real-Ideal y depresión, por un lado, -resultados que venía a confirmar los resultados de Higgins y cols.-, y entre la discrepancia Ideal-Social (este último hace referencia a cómo cree el sujeto que le ven los demás) y ansiedad, por otro, -lo que señalaba una nueva dirección prometedora a la que los teóricos de la discrepancia no habían prestado atención alguna.

El objetivo del presente estudio es rastrear más de cerca los resultados obtenidos por nosotros previamente empleando para ello un instrumento de evaluación que permita analizar de manera más pormenorizada las distintas áreas en las que se ponen en juego las representaciones de uno mismo. Hemos propuesto que estas discrepancias podrían aparecer más claramente: (a) si se permite al sujeto generar por sí mismo los constructos en los que ha de valorarse -frente a la versión cerrada del trabajo anterior-, y (b) si se tienen en cuenta áreas específicas, por ejemplo, situaciones sociales.

METODO

Sujetos

En el presente estudio participaron 108 alumnos de cuarto curso de Psicología de edades comprendidas entre 20 y 38 años (edad media 22.2 años). La evaluación se llevó a cabo en grupos de 20-25 sujetos. Los sujetos rellenaron, en primer lugar, el instrumento de evaluación de las discrepancias entre auto-representaciones y, una semana más tarde, las escalas de evaluación de estados emocionales.

Medidas

1. *Índices de discrepancia*

A diferencia de un estudio previo (Sánchez Bernardos y Sanz Fernández, 1990) en el que se utilizó un Diferencial Semántico como medida de las discrepancias, en el presente trabajo las posibles discrepancias entre representaciones de uno mismo se evaluaron con el Self-Grid (Sanz, 1989), una modificación del Rep-Grid (Kelly, 1955), para permitir a los sujetos elicitar sus propios constructos relevantes en las diferentes áreas de interés. El Self-Rep y el Diferencial Semántico comparten "suficientes semejanzas, tanto teóricas como en operaciones de medida, como para permitir estudios comparativos" (Osgood, Suci y Tannenbaum, 1971, pág. 218). La tarea del sujeto consiste en escribir: (a) siete características de él mismo tanto positivas como negativas, (b) tres características que le gustaría tener y (c) tres características que posee a los ojos de otros. A continuación, el sujeto escribiría los opuestos de estos constructos. Las instrucciones del Self-Grid insisten en que estas características o constructos no se solapen entre sí.

Dado que el presente trabajo forma parte de una investigación más amplia, de todos los elementos que se le proporcionan al sujeto, para los objetivos presentes se seleccionaron dos elementos relacionados con el ámbito social: "Yo tal como soy con un desconocido" y "Yo tal como soy en una cita con una persona del sexo opuesto", tanto en lo que respecta al "Yo Real", como al "Yo Ideal", "Yo Social" y "Yo que debería tener".

A partir de estas dos situaciones sociales, se elaboró un índice compuesto para cada uno de los posibles "yoes". En primer lugar, se obtuvo una correlación de Pearson producto-momento entre pares de áreas (p. ej., Real-Ideal) para cada una de las dos situaciones sociales. En segundo lugar, estas correlaciones se transformaron en valores Z_r de Fisher. Dado que el rango de estos valores era de -0.3 a 0.3, se llevó a cabo una transformación lineal $(3-z/6)$ con el fin de obtener un índice de discrepancia comprendido entre 0 y 1, donde 0 equivale a ausencia de discrepancia

o, lo que es igual, coincidencia entre representaciones de sí mismo (p. ej., coincidencia Real-Ideal) y 1 equivale a la máxima discrepancia posible. Por último, se obtuvo la media de las dos situaciones para cada uno de los pares del self. Los índices de discrepancia representan, por tanto, la falta de correspondencia entre aspectos del self en situaciones sociales.

2. Estados emocionales

Para estimar la presencia y gravedad de síntomas depresivos se empleó el Inventario de Depresión de Beck (BDI: Beck, Rush, Shaw y Emery, 1979), autoinforme de 21 ítems que cuenta con niveles aceptables de fiabilidad y validez en muestras universitarias (Beck, Steer y Garbin, 1988).

Por lo que respecta a la ansiedad social, se empleó la Escala de Evitación y Ansiedad Social (SAD: Watson y Friend, 1969).

RESULTADOS

La Tabla 1 muestra los datos descriptivos de la muestra: medias y desviaciones típicas de edad y de los resultados obtenidos en las escalas que evalúan estados emocionales.

TABLA 1. DATOS DESCRIPTIVOS DE LA MUESTRA

	Edad	BDI	SAD
Media	22	6.49	7.83
D.T.	1.89	6.07	5.40

En la Tabla 2 pueden verse las medias y desviaciones típicas de los distintos índices de discrepancia calculados tal y como se ha expuesto en el apartado de método. El dato más destacable de dicha tabla es que la discrepancia menor es la que corresponde al par Ideal-Debería. El resto de las correlaciones son bastante semejantes entre sí.

La Tabla 3 muestra las correlaciones entre índices de discrepancia y medidas emocionales, tanto correlaciones de orden cero como correlaciones parciales. Los resultados señalan una correlación parcial estadísticamente significativa entre la

discrepancia Real-Ideal y ansiedad social ($r_{xx} = .21, p < .05$), pero no entre este índice y depresión, como se había hipotetizado y obtenido en un estudio previo (Sánchez Bernardos y Sanz Fernández, 1990).

TABLA 2. INDICES DE DISCREPANCIA

	Real- Ideal	Real- Debería	Real- Social	Ideal- Debería	Ideal- Social	Debería- Social
Media	.43	.44	.38	.29	.43	.43
D.T.	.07	.07	.07	.10	.08	.08

Por otra parte, ni la relación entre la discrepancia Ideal-Social y ansiedad social, ni la relación entre la discrepancia Real-Debería y ansiedad social alcanzan niveles de significación estadística en términos de correlaciones parciales.

TABLA 3. CORRELACIONES DE ORDEN CERO Y CORRELACIONES PARCIALES (ENTRE PARENTESIS)

	Real- Ideal	Real- Debería	Real- Social	Ideal- Debería	Ideal- Social	Debería- Social
BDI	.18* (-.01)	.12 (-.05)	.07	-.08	.20+ (.15)	.17
SAD	.33+++ (.21)+	.27++ (.01)	.08	.00	.15 (-.14)	.15

(*) $p < .05$ (una cola)

(+) $p < .05$; (++) $p < .01$; (+++) $p < .001$ (dos colas)

Por último, la matriz de correlaciones entre los distintos índices de discrepancia se muestra en la Tabla 4. En dicha tabla puede verse que los conceptos de self ideal y self "que debería tener" no parecen ser conceptos muy diferentes entre si, idea que aparecía ya en la Tabla 2.

TABLA 4. MATRIZ DE CORRELACIONES ENTRE LOS INDICES DE DISCREPANCIA

	Real- Debería	Real- Social	Ideal- Debería	Ideal- Social	Debería- Social
Real-Ideal	.81	.25	.00	.67	.60
Real-Debería		.04	.09	.57	.61
Real-Social			.02	.20	.11
Ideal-Debería				.26	.34
Ideal-Social					.86

DISCUSION

Casi todas las teorías que habitualmente se manejan proponen que las emociones asociadas con los estados negativos surgen de la discrepancia entre el autoconcepto y algún tipo de criterio. Esta es una semejanza básica entre teorías; la diferencia radica en la conceptualización que cada una de ellas hace de dicho criterio. En la teoría psicoanalítica de S. Freud, la falta de correspondencia entre el "yo" y la conciencia moral es el origen de sentimientos relacionados con la culpa. Esta conceptualización es cercana al área del self que en la teoría de la discrepancia se denomina el "self que debería tener". Otro grupo de teorías, en cambio, insisten en el papel primordial que desempeña la incongruencia entre yo "real" e "ideal" (Rogers, 1961).

Mientras que el primer grupo de teorías (es decir, aquellas cuyo criterio de la contrastación está relacionado con metas, objetivos) encajan en la teoría de la discrepancia en el aspecto del self "que debería tener" y, según esta, están relacionadas con la ansiedad; el segundo grupo (esto es, aquellas para las que el criterio se sitúa en el self "ideal") está recogido en esta teoría en el área de lo ideal y asociado con la depresión.

La idea que más claramente parece desprenderse de nuestros datos es que la discrepancia Real-Ideal está relacionada con el desajuste psicológico, noción siempre presente en la literatura clínica. Lo que ya no resulta tan evidente es con qué tipo de desajuste está relacionada esta falta de correspondencia, ya que los resultados obtenidos en el presente trabajo muestran que no existe relación entre la discrepancia Real-Ideal y depresión, por un lado, ni entre la discrepancia Social-Ideal y ansiedad social, por otro. Es decir, si bien de un modo genérico se ha confirmado el supuesto del que partía nuestro trabajo, no se ha podido confirmar ninguna de las expectativas derivadas de la hipótesis de la especificidad.

Dado que estos resultados no coinciden ni con los resultados del autor de la teoría, ni con los obtenidos por nosotros previamente (Sánchez Bernardos y Sanz Fernández, 1990), es posible plantear dos explicaciones. En primer lugar, los diferentes métodos empleados en nuestro estudio previo y éste podrían haber determinado que la varianza debida al método haya oscurecido la varianza debida al rasgo: en el estudio previo se proporcionaban al sujeto los elementos descriptivos, y su tarea consistía en evaluar la adecuación de dichos elementos a sí mismo en una escala tipo Likert que iba de 0 a 9 ("muy escasamente descriptivo de mí mismo"- "totalmente descriptivo de mí mismo"); sin embargo, en el presente estudio el sujeto generó por sí mismo los constructos, mientras que la escala empleada iba de -6 a 6. Quizá estas diferencias, que teóricamente se pensó que ayudarían a precisar más los resultados esperados, hayan sido decisivas en la falta de confirmación de las hipótesis planteadas. De hecho, es conocida la tendencia de los sujetos a restringir el rango de la variable que controlan (Tudela, 1985): en tareas como la del Self-Rep, en la que es el propio sujeto quien genera el estímulo, tendería a evitar adjudicarse posiciones extremas en la escala, y este efecto de "regresión a la media" no estaría presente, sin embargo, en tareas como la del Diferencial Semántico en la que se le proporcionan los constructos. EL resultado de este comportamiento diferencial en los dos tipos de tareas podría ser responsable, en cierta medida, de las diferencias encontradas entre ambos métodos, ya que la posibilidad de encontrar discrepancias disminuye cuando los juicios de los sujetos se restringen a un estrecho rango de puntuaciones. Es interesante que un resultado análogo parece desprenderse del interesante trabajo de Mervielde dentro del marco de referencia de la teoría de los constructos personales (Mervielde, 1990).

En segundo lugar, la relación que establece Higgins entre discrepancias y estados emocionales puede que sea demasiado específica para dar cuenta de la aparición de síntomas. La hipótesis de la especificidad constituye una pieza clave en el marco de la investigación, ya que presupone necesariamente la existencia de elementos distintos, o representaciones mentales diferenciadas, de cuyo mal acoplamiento pudiera seguirse cada una de las distintas manifestaciones emocio-

nales. De hecho, Lazarus (1984) ha señalado cómo este enfoque ayuda a comprender las variaciones -tanto intraindividuales como interindividuales- que tienen lugar tanto con respecto a la intensidad como con respecto a la cualidad de las emociones que experimentan los individuos. Esta hipótesis, por muy atractiva que pueda resultar, puede haber sido demasiado ambiciosa respecto a la posibilidad de hallar correspondencias entre representaciones mentales y cualidades emocionales. Es más, la distinción entre las áreas del self que la teoría propone puede no ser tan nítida como parece a primera vista. Como se desprende de nuestros datos, las representaciones englobadas bajo el rótulo de yo "ideal" y yo "que debería tener" podrían ser, hasta cierto punto, redundantes, esto es, podrían tener un patrón muy similar, de lo que se deduce que no cabría esperar que aparecieran patrones emocionales diferenciados a partir de uno u otro aspecto.

Conviene señalar, no obstante, algunos datos que, a pesar de los resultados obtenidos en el presente trabajo, han apuntado la importancia de discrepancias específicas entre representaciones de sí mismo en diversos campos. La discrepancia Real-Ideal parece relacionada con depresión tanto en la teoría de Higgins como en nuestros propios datos previos, que señalaban, además, una relación novedosa -en la medida en que no estaba contemplada en la Teoría de la discrepancia- entre la discrepancia Ideal-Social y ansiedad (Sánchez Bernardos y Sanz Fernández, 1990). Otros datos más indirectos indican que la discrepancia Real-Ideal parece constituir un índice de la estrategia conocida como "pesimismo estratégico" (Norem y Cantor, 1986; Cantor y Norem, 1989), especialmente en situaciones de logro.

Por lo que respecta a la discrepancia Ideal-Social, Avia y Sánchez Bernardos (1989) encontraron que los sujetos bajos en auto-observación (Snyder, 1974, 1979) mostraban mayores discrepancias que los individuos altos en auto-observación entre cómo les gustaría ser y el modo en que creen que otros les ven (yo Ideal-yo Social), resultado que para las autoras podría estar señalando la escasa habilidad social de estos individuos para traducir en términos de conducta las representaciones de sí mismo deseadas o posibles. Dicha discrepancia era mayor cuanto menor era la puntuación en auto-observación; además, tanto la variable auto-observación como la discrepancia Ideal-Social aparecían en este trabajo formando parte de un factor caracterizado por la ansiedad, apoyando así la interpretación anterior.

En suma, nuestros datos no confirman la hipótesis de la especificidad sobre las discrepancias entre aspectos del yo y la presencia de emociones de ansiedad y depresión, aunque vuelven a poner de manifiesto que, al menos ciertos tipos de discrepancia repercuten negativamente en el ajuste psicológico. Investigaciones posteriores podrán aclarar si este resultado es debido a diferencias metodológicas con estudios previos o apuntan a una limitación conceptual en la hipótesis de la especificidad.

BIBLIOGRAFIA

- ALLPORT, G. (1955).- *Becoming*, Yale University Press, New Haven.
- AVIA, M.D. y SANCHEZ BERNARDOS, M.L. (1989).- Self-monitoring and cognitive dimensions for self-evaluation. *First European Congress of Psychology*, Amsterdam.
- BECK, A.T., RUSH, A.J., SHAW, R.F. y EMERT, G. (1979).- *Cognitive therapy of depression*, Guilford, Nueva York.
- BECK, A.T., STEER, R.A. y GARBIN, M.G. (1988).- Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: Twenty five years of evaluation. *Clinical Psychology Review*, 8, 77-100.
- CANTOR, N. y NOREM, J.K. (1989).- Defensive pessimism and stress and coping. *Social Cognition*, 7, 92-112.
- COOLEY, C.H. (1902).- *Human nature and the social order*, Scribner, Nueva York.
- FESTINGER, L. (1957).- *A theory of cognitive dissonance*, Stanford University Press, Stanford.
- FREUD, S. (1923).- El yo y el ello. En *Obras Completas*, Biblioteca Nueva, Madrid, (3ª ed., 1973).
- HIGGINS, E.T. (1987).- Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319-340.
- HIGGINS, E.T., BOND, R.N., KLEIN, R. y STRAUMAN, T. (1986).- Self-discrepancies and emotional vulnerability: How magnitude, accessibility and type of discrepancy influence affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1-15.
- HIGGINS, E.T., KLEIN, R. y STRAUMAN, T. (1985).- Self-concept discrepancy theory: A psychological model for distinguish among different aspects of depression and anxiety. *Social Cognition*, 3, 51-76.
- HIGGINS, E.T., KLEIN, R. y STRAUMAN, T. (1987).- Self-discrepancies: Distinguish among self states, self-state conflict and emotional vulnerabilities. En K. YARDLEY y T. HONESS (eds.).- *Self and Identity*, Wiley, Nueva York.
- JAMES, W. (1890).- *Principles of Psychology*, Holt, Nueva York, (Trad. cast.: F.C.E., 1990).
- KELLY, G. (1955).- *The psychology of personal constructs*, Academic Press, Nueva York.
- LAZARUS, R.S. (1984).- On the primacy of cognition. *American Psychologist*, 39, 124-129.
- MERVIELDE, I. (1990).- Which personality language: Mine or Ours?. *Fifth European Conference on Personality*, Roma.

- NOREM, J. y CANTOR, N. (1986).- Defensive pessimism: "harnessing" anxiety as motivation. **Journal of Personality and Social Psychology**, **51**, 1208-1217.
- OSGOOD, Ch., SUCI, G. y TANNENBAUM, L. (1971).- **The measurement of meaning**, University of Illinois Press, Urbana, Ill., (Trad. cast.: Gredos, 1976).
- ROGERS, C. (1961).- **On becoming a person**, Houghton Mifflin, Boston.
- SANCHEZ BERNARDOS, M.L. y SANZ FERNANDEZ, J. (1990).- Autoconceptos y estados emocionales: Una aproximación empírica. **II Congreso del Colegio Oficial de Psicólogos**, Valencia.
- SANZ FERNANDEZ, J. (1989).- Manual del Delf-Rep. Manuscrito no publicado. Facultad de Psicología. Universidad Complutense de Madrid.
- SNYDER, N. (1974).- The self-monitoring of expressive behavior. **Journal of Personality and Social Psychology**, **30**, 526-537.
- SNYDER, M. (1979).- Self-monitoring processes. En L. BERKOWITZ (ed.).- **Advances in experimental social psychology**, Vol. 12, Academic Press, Nueva York.
- STRAUMAN, T. y HIGGINS, E.T. (1988).- Self-discrepancies as predictors of vulnerability to distinct syndromes of chronic emotional distress. **Journal of Personality and Social Psychology**, **56**, 685-707.
- TUDELA, P. (1985).- **Psicología Experimental**, (2ª ed.), UNED, Madrid.
- WATSON, D. y FRIEND, L. (1969).- Measurement of social-evaluative anxiety. **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, **33**, 448-457.