

«SE QUE LOS DEMÁS PIENSAN MAL DE MÍ»: SESGOS DEL PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN EN LA FOBIA SOCIAL

Julie A. Sposari, Maree J. Abbott y Ronald M. Rapee
Macquarie University, Sydney, Australia

Resumen

El temor a la evaluación negativa por parte de los demás se considera la característica principal en el inicio y desarrollo de la fobia social y, de forma más general, de la ansiedad social. Hasta la fecha, los modelos cognitivos de la ansiedad social proponen que varios sesgos del procesamiento de la información son responsables del malestar y temor excesivos experimentados por la gente en situaciones sociales que puede tener como resultado un aumento de la evitación de las interacciones sociales. El presente artículo proporciona un resumen integrador de los pruebas teóricas y empíricas de los sesgos del procesamiento de la información con respecto a la atención, interpretación, procesamiento rumiador antes y después de la actuación social, así como de los sesgos de memoria en la fobia social. Incluso con una notable abundancia de la literatura, el área de los sesgos cognitivos en la fobia social necesita más atención de la investigación dadas las inconsistencias y los intrincadas complejidades de algunos componentes del procesamiento de la información y su función en situaciones sociales del mundo real.

PALABRAS CLAVE: *Fobia social, ansiedad social, sesgos del procesamiento de la información, temor a la evaluación negativa.*

Abstract

A fear of negative evaluation from others is considered a core feature in the onset and development of social phobia, and social anxiety more generally. To date, cognitive models of social anxiety propose that several information processing biases are responsible for excessive fear and distress experienced by people in social situations which can then result in increased avoidance of social encounters. The following paper provides an integrative summary of theoretical and empirical evidence of information processing biases of attention, interpretation, ruminative processing before and after social performance, as well as memory bias in social phobia. Even with an already existing abundance of literature, the area of

cognitive biases in social phobia warrants greater research attention given the inconsistencies and intricate complexities for some components of information processing, and their function in real world social situations.

KEY WORDS: *Social phobia, social anxiety, information-processing biases, fear of negative evaluation.*

Introducción

Todas las miradas se dirigen hacia tí. Vas a contar una historia sobre una experiencia divertida a un grupo de espectadores agrupados a tu alrededor en una fiesta. Recorres rápidamente con la mirada las caras que están dirigidas hacia tí y empiezan a salir las palabras de tu boca. Una cara sonríe y asiente, vivamente interesada; otra parece en blanco y bosteza en tu dirección. ¿Qué significa esto? Conforme intentas continuar con la historia, un vacío de silencio recorre el grupo. ¿Por qué este silencio? Tu atención se detiene en las sensaciones nerviosas de tu estómago. Tu corazón late rápidamente cuando tu boca repite dos veces la misma frase y tus mejillas se ruborizan. Tu mente se queda en blanco y hay una pausa de silencio lo suficientemente larga para oír las cigarras cantando en el jardín. Con voz trémula y las palmas sudorosas, consigues terminar con gracia la historia y una sensación de alivio recorre tu cuerpo cuando otra voz retoma la conversación. Una pausa afortunada. *En tu camino de vuelta a casa empiezas a reflexionar de forma obsesiva sobre lo sucedido en la fiesta y tienes una sensación de ridículo cuando realizas un análisis fotograma a fotograma del mar de caras en blanco que parecían mirarte fijamente. Tienen que haber pensado ¡qué historia tan tonta la que conté! El fantasma que se encuentra en tu cabeza te recuerda que nadie parecía deseoso de hablar contigo después del incidente y entonces hiciste un pacto de no ser nunca más el centro de la atención. Te horroriza ver esas caras otra vez por el temor de que sepan el tipo de sujeto fracasado que eres. Sinténdote sin valía, intentas arrojar fuera de tu cabeza los pensamientos sobre la fiesta.*

Para muchos de nosotros, la sensación de ansiedad en una reunión social no es una experiencia infrecuente o desconocida. No obstante, para unos pocos, el malestar emocional experimentado antes, durante y después de estas situaciones sociales es tan intenso y suficientemente deteriorante que tienen que buscar tratamiento. La fobia social es el más frecuente de los trastornos de ansiedad y el tercer trastorno psicológico más común en la población según un estudio epidemiológico —el *National Comorbidity Survey* (Kessler *et al.*, 1994). Los estudios epidemiológicos y comunitarios han informado que entre el 3 y el 16% de los adultos satisfacen los criterios para la fobia social en algún momento de sus vidas (APA, 1994; Hidalgo, Barnett y Davidson, 2001; Kessler *et al.*, 1994; Pomerantz, 2002). No es infrecuente diagnosticar fobia social en la temprana infancia (Beidel, Turner y Morris, 1999). Si es tratada, la preocupación sobre la amenaza social puede mantenerse a lo largo de toda la vida (Keller, 2003). La fobia social tiene una elevada comorbilidad con otros trastornos de ansiedad, trastornos del estado de ánimo y abuso de sustancias psicoactivas (Ruiter, Ruken, Garssen, Schaik y Kraaimaat, 1989; Schneider, Johnson,

Hornig, Liebowitz y Weissman, 1992; Wittchen y Fehm, 2001). La característica fundamental de la fobia social es un temor a la evaluación negativa por los demás (APA, 1994), que se considera un «constructo... esencialmente cognitivo» (Eltling y Hope, 1995, p. 232). Por consiguiente, de esto se deriva que el tener en cuenta los procesos cognitivos es crucial en cualquier explicación cabal de su fenomenología. Los modelos cognitivos más recientes proporcionan las explicaciones más amplias y empíricamente validadas de la etiología y mantenimiento de la fobia social y asigna un papel central a los sesgos del procesamiento de la información (Rapee y Heimberg 1997; Clark y Wells, 1995). Estos dos modelos proporcionan descripciones detalladas del papel de los sesgos del procesamiento de la información en la fobia social y, de forma más general, en la ansiedad social.

Modelos de procesamiento de la información en la fobia social

Rapee y Heimberg (1997) proponen que los individuos socialmente ansiosos centran y comparten simultáneamente sus recursos atencionales en dos direcciones. En primer lugar, se centran en una representación mental de su conducta y apariencia externa y, en segundo lugar, en los indicadores externos de la evaluación negativa. La representación mental de sí mismo es la imagen que el individuo cree que muestra a los demás. La representación no es necesariamente un reflejo de la percepción de sí mismo que tiene el individuo; por el contrario, es una representación interna de cómo cree que la audiencia le ve en un momento determinado. Esta distinción conceptual es bastante consistente con modelos anteriores de la ansiedad social que distinguen entre «conciencia privada de uno mismo» —el darse cuenta de los propios sentimientos y pensamientos, y la «conciencia pública de uno mismo»— el darse cuenta de sí mismo como objeto social (Buss, 1980; Fenigstein, 1979; Fenigstein, Scheier y Buss, 1975). Sin embargo, la representación mental es más probable que sea una imagen distorsionada, sujeta a cambiar y fluctuar rápidamente dependiendo de los estímulos que le llegan de la memoria a largo plazo (p.ej., experiencias sociales pasadas o imágenes propias reales provenientes de espejos o fotografías), así como la percepción e interpretación del individuo de sus señales *internas* y *externas*. Las señales internas proporcionan a la persona información propioceptiva y somática sobre la expresión facial, ruborizarse, sudar o temblar. Estas señales pueden estar sujetas a la distorsión o mala interpretación, como, por ejemplo, el caso de un individuo que cree que los demás perciben que se está ruborizando sobre la base de que siente calor en sus mejillas y que es probable que lo evalúen negativamente. Las señales externas pueden constituir indicadores verbales y no verbales de la evaluación por parte de una audiencia.

Según Rapee y Heimberg (1997), las capacidades atencionales de los individuos socialmente ansiosos se dirigen también a vigilar y detectar los indicadores *negativos* de la evaluación en el ambiente social. Los modelos de otros trastornos de ansiedad, como el pánico y la agorafobia (p.ej., Beck, Emery y Greenberg, 1985; MacLeod y Mathews, 1988; McNally, 1994; Rapee, 1991) han enfatizado también el papel de la dirección sesgada de la atención hacia señales relacionadas con la

amenaza en el desarrollo y mantenimiento de la ansiedad. Los modelos etiológicos, por ejemplo, han subrayado la importancia funcional de la detección rápida y pre-programada para proteger al organismo del daño potencial (Ohman, 1996; Trower y Gilbert, 1989). Aún así, a diferencia de otros trastornos de ansiedad y fobias donde es improbable que ocurra lo que se teme (p.ej., asfixia de un agorafóbico), el individuo socialmente ansioso aumenta, de forma paradójica, la probabilidad de parecer menos habilidoso socialmente como consecuencia de la preocupación por la evaluación negativa. Esta preocupación aumenta aún más los síntomas fisiológicos y las conductas de evitación (Beck *et al.*, 1985). Como se ha señalado previamente, los indicadores externos de la evaluación negativa por parte de una audiencia pueden incluir retroalimentación no verbal a través de la expresión facial y del comportamiento (p.ej., fruncir el ceño o bostezar significando aburrimiento y distracción) o de la expresión verbal de la crítica. Al igual que Beck *et al.* (1985), Rapee y Heimberg (1997) alegan que el individuo socialmente ansioso prestará más atención a, e incluso exagerará, las características propias que probablemente provoquen la crítica o el ridículo (p.ej., ruborizarse, temblar).

Según el modelo de Clark y Wells (1995), los individuos socialmente fóbicos desviarán la atención de la situación social y se concentrarán en sí mismos. Al igual que Rapee y Heimberg (1997), se propone que estos individuos utilizan entonces la información interna (p.ej., sensaciones de ansiedad, imágenes distorsionadas de su apariencia) para llegar a conclusiones falsas sobre la forma en que piensan que se presentan ante los demás. Quizás la principal diferencia entre ambos modelos en su propuesta sobre la atención es que Clark y Wells (1995) proponen que los individuos socialmente ansiosos reducirán el procesamiento de señales externas y evitarán, potencialmente, los signos de evaluación proveniente de los demás. Rapee y Heimberg (1997) no parecen diferenciar el peso del reparto de la atención entre la representación mental (de las señales internas) y los signos de evaluación por parte de los demás (señales externas). Sugieren que se pone tanta atención en vigilar la retroalimentación social potencialmente amenazante, así como en aspectos provocadores de amenaza de la representación mental, que dejan pocos recursos para afrontar la tarea que tienen ante ellos y predicen que la actuación en la tarea se deteriorará.

Los modelos del procesamiento de la información predicen que los individuos con ansiedad social pueden interpretar también indicadores ambiguos de una manera negativa (p.ej., véase Beck *et al.*, 1985; Eysenck, 1992; Foa, Franklin, Perry y Herbert, 1996; Poulton y Andrews, 1994; Rapee y Heimberg, 1997). Clark y Wells (1995) alegan que los individuos con fobia social tienen suposiciones problemáticas sobre sí mismos y su mundo social, como «soy despreciable» o «la gente pensará que soy torpe/incompetente/tonto». Estas suposiciones sirven para facilitar que la gente socialmente ansiosa interprete las situaciones sociales ambiguas de forma negativa. Estas interpretaciones sesgadas negativamente son consistentes generalmente con las suposiciones problemáticas internas. De esta forma, pueden distorsionar las señales externas para encajar y confirmar una representación mental sesgada negativamente (Rapee y Heimberg, 1997). Así, las reacciones sociales positivas serían cognitivamente disonantes con las expectativas inheren-

tes de evaluación negativa y, por consiguiente, el individuo socialmente fóbico les dará menos peso. Ambos modelos cognitivos proponen que la gente socialmente ansiosa realizará una serie de estrategias cognitivas y conductuales en un intento de ayudar a minimizar el malestar o la posibilidad de los resultados temidos en una situación social. Esto puede entrañar intentos deliberados o encubiertos para evitar la situación o realizar comportamientos de seguridad antes o durante la situación. Un ejemplo es un individuo que ensaya o memoriza lo que le gustaría idealmente decir en una conversación para evitar parecer tonto. Clark y McManus (2002) han alegado que si no ocurre el resultado social temido, es probable que la persona socialmente ansiosa atribuya un resultado positivo a la eficacia de un comportamiento de seguridad (p.ej., el ensayo), no a su propia capacidad. De este forma, los comportamientos de seguridad podrían servir para mantener las creencias negativas, porque las pruebas que las cuestionan no se tienen en cuenta y, por lo tanto, se mantiene la ansiedad social.

Según Rapee y Heimberg (1997), un individuo compara al mismo tiempo la representación mental con un *patrón* de evaluación. Un patrón que la persona cree que la audiencia espera como actuación satisfactoria. Si el individuo cree e interpreta que la *evaluación* de su actuación por la audiencia no alcanza este patrón, hará la predicción de una elevada probabilidad y un alto coste de la evaluación negativa proveniente de la audiencia. Cuanto mayor sea el déficit de la actuación *percibida* con respecto al patrón esperado, mayor será la experiencia de ansiedad. Clark y Wells (1995) sugieren también que los individuos socialmente fóbicos realizarán un procesamiento de la información negativamente sesgado como anticipación al acontecimiento social. De forma selectiva, recogen información negativa sobre ellos mismos, las actuaciones sociales pasadas y utilizan esta información para elaborar predicciones negativas sobre futuras interacciones sociales como amenazantes. Según el modelo de Clark y Wells, los individuos socialmente fóbicos elaboran los acontecimientos sociales como «post mórtem», incluyendo tanto sensaciones de ansiedad como cogniciones negativas relacionadas con la percepción de sí mismos. Clark y Wells alegan que el contenido cognitivo y el afecto asociado de la rumiación post-acontecimiento para los individuos socialmente fóbicos están guiados por los pensamientos y los sentimientos que fueron procesados durante el mismo acontecimiento social o de actuación. En otras palabras, si los individuos socialmente fóbicos creen que los demás les perciben como tontos e incompetentes durante una charla, entonces el contenido de las rumiaciones que siguen a su charla incluirían pensamientos indicativos de la creencia de que han sido evaluados negativamente, tales como «parecía tonto» y «todos piensan que soy un fracasado». Además, Clark y Wells sugieren también que el proceso de la rumiación post-acontecimiento puede provocar recuerdos de fracasos sociales (según percepción del sujeto) pasados. Estos recuerdos pueden jugar también un papel en el mantenimiento y refuerzo de afectos y cogniciones negativos asociados con la fobia social.

En resumen, los modelos cognitivos de la fobia social proponen varios sesgos del procesamiento de la información que se cree favorecen y mantienen la ansiedad social y aumentan la probabilidad de evitación de las situaciones sociales. Los modelos cognitivos han propuesto que estos sesgos de la atención y la interpreta-

ción provienen de pensamientos y creencias erróneos sobre uno mismo y los demás, que conducen a su vez a otros sesgos del procesamiento de la información en la rumiación, pre- y post-acontecimiento, sobre los acontecimientos sociales y los sesgos de la memoria. Los comportamientos de seguridad pueden servir entonces para amplificar el miedo y la evitación de las situaciones sociales. Hoy día existe abundante investigación empírica que evalúa estas hipótesis basadas en el procesamiento de la información.

Revisión empírica sobre los sesgos del procesamiento de la información en la fobia social

Atención excesiva sobre sí mismo

Los modelos cognitivos plantean que los individuos socialmente ansiosos experimentan una mayor ansiedad en las situaciones sociales porque prestan una excesiva atención a una inherente representación mental negativa de cómo aparecen ante los demás. Las pruebas del papel de la atención centrada en uno mismo muestran generalmente que los participantes socialmente ansiosos informan experimentar una mayor atención hacia sí mismos durante la interacción social, lo que puede deteriorar su capacidad para procesar la información sobre la tarea o la conversación en la que están inmersos (p.ej., Cheek y Melchior, 1990; Hope, Heimberg, y Klein, 1990a; Melchior y Cheek, 1990). Más específicamente, varios estudios han encontrado que el aumento de la atención centrada en uno mismo da como resultado un aumento del pensamiento negativo, menos cogniciones positivas y más atribuciones hacia uno mismo de fracaso social (p.ej., Burgio, Merluzzi y Pryor, 1986; Carver y Scheier, 1978; Duval y Wickland, 1973; Fenigstein, 1979). Desde una posición alternativa, Woody, Chambless y Glass (1997) informan de una disminución de la atención centrada en uno mismo durante el tratamiento de la fobia social. En un estudio que analizaba los efectos causales de la atención centrada en uno mismo sobre la ansiedad social, Woody (1996) pidió a parejas de individuos (paciente A y B), diagnosticados con fobia social, que diesen charlas ante una audiencia de 4 personas. Se manipuló la atención para obtener niveles cada vez mayores de atención hacia uno mismo. En el primer ensayo, se pidió al paciente A que se quedara de pie en silencio, mientras que el paciente B presentaba una charla sobre sus propios pensamientos, sentimientos y sensaciones físicas; en el segundo, el paciente B presentaba una charla similar sobre el paciente A. Las condiciones manipuladas experimentalmente incluían un *papel pasivo* (el paciente A en el ensayo 1) y un *papel de orador* (el paciente B en ambos ensayos), así como dos condiciones del centro de la charla: *atención centrada en uno mismo* (el paciente B en el ensayo 1) y *atención centrada en el otro* (el paciente B en el ensayo 2). Por medio de este procedimiento, Woody encontró que mayores niveles de atención centrada en uno mismo tenían como resultado una mayor ansiedad de anticipación y una apariencia más ansiosa, pero no tenía efectos sobre las medidas de presentación de la charla.

Los modelos cognitivos enfatizan el papel de la percepción de la persona sobre su imagen pública: lo que cree que se ve desde la perspectiva de una audiencia. Sin embargo, puede que los estudios que investigan la atención centrada en uno mismo no diferencien conceptualmente entre aspectos *públicos* y *privados* de uno mismo (vease también Spurr y Stopa, 2002). Cuando la conciencia pública de sí mismo es similar al constructo de la representación mental de uno mismo tal como le ven los demás (según el planteamiento de Rapee y Heimberg, 1997), existe una gran cantidad de pruebas que apoyan una relación positiva entre la conciencia pública de uno mismo y la ansiedad social y esta relación es mayor, generalmente, que la encontrada entre la conciencia privada de uno mismo y la ansiedad social (Bögels, Albers y de Jong, 1996; Buss, 1980; Hope y Heimberg, 1988; Smith, Ingram y Brehm, 1983). Como apoyo adicional de la idea de que la propia imagen pública juega un importante papel en el desarrollo de la ansiedad, Wells, Clark y Ahmad (1998) encontraron que era más probable que los individuos con fobia social adoptasen el punto de vista de un observador en las imágenes que recordaban interacciones sociales anteriores comparados con participantes sin fobia social. Aunque parece claro que los individuos socialmente fóbicos muestran una atención centrada en sí mismos excesiva, los dos modelos cognitivos difieren en sus predicciones con respecto a los sesgos de la atención selectivos de la amenaza. Según Rapee y Heimberg (1997), los individuos socialmente ansiosos muestran una dedicación *preferencial* de los recursos atencionales hacia la amenaza social. Por el contrario, Clark y Wells (1995) plantean que el centro de la atención se dirige no hacia la retroalimentación externa real sino hacia señales internas negativas (p.ej., sensaciones de ansiedad, percepciones negativas sobre uno mismo) y que éstas son directamente observables y es probable que sean evaluadas negativamente por los demás. De hecho, Clark y Wells (1995) alegan que la ansiedad social está asociada con una evitación deliberada de señales sociales externas para minimizar el malestar.

Atención selectiva hacia la amenaza

Los estudios que emplean la tarea de Stroop modificada han encontrado de forma consistente que, comparados con participantes no ansiosos, los participantes socialmente ansiosos son más lentos a la hora de nombrar palabras de evaluación negativa (p.ej., «fracasado») que palabras de evaluación positiva (p.ej., «admirado»), de amenaza física (p.ej., «mareado») y neutras (Amir *et al.*, 1996; Hope, Rapee, Heimberg y Dombeck, 1990b; Maidenberg, Chen, Craske, Bohn y Bystritsky, 1996; Mattia, Heimberg y Hope, 1993; McNeil *et al.*, 1995). En la tarea emocional de Stroop se considera que el nombrar un color de forma más lenta es indicativo de una captura más potente de la atención por parte de su significado real. Además, Mattia *et al.* (1993) mostraron una disminución de las latencias a la hora de nombrar el color en palabras de amenaza social después del tratamiento de la fobia social. Parece que estos estudios han encontrado pruebas consistentes de que los individuos socialmente ansiosos tienen un mayor sesgo de la atención

hacia señales sociales negativas que los individuos no ansiosos. Supuestamente, la atención selectiva o la evitación de señales negativas no pueden distinguirse claramente sin una tarea que plantee alguna forma de competencia entre las prioridades de procesamiento atencional (Mathews y MacLeod, 1987; Mathews, 1990). Una importante limitación de la tarea de Stroop modificada es que no puede provocar rivalidad en la atención visual, ya que la atención se dirige hacia un lugar en el espacio. Por lo tanto, otros factores distintos a la captura de la atención podrían explicar también la alteración de la actuación a la hora de nombrar colores (p.ej., *desviar* la atención de las palabras con amenaza social). De aquí que otros estudios hayan empleado paradigmas que presentan estímulos visuales que compiten por la atención del individuo.

La tarea visual de detección de marcadores (puntos o letras) ha proporcionado un medio útil y algo más claro de investigar los sesgos de la atención (MacLeod, Mathews y Tata, 1986). En esta tarea, generada a través de un ordenador, aparecen, con igual probabilidad, parejas de palabras neutrales y de amenaza en dos lugares de la pantalla que compiten entre sí: una en la mitad superior y otra en la mitad inferior. Inmediatamente después de la presentación de estas palabras, aparece un estímulo en forma de punto en uno de estos lugares y la tarea del participante consiste en detectar rápidamente su posición. Las latencias de detección más rápidas para la detección de los marcadores que reemplazan la localización espacial de las palabras de amenaza sugiere una mayor atención visual para estas palabras (MacLeod *et al.*, 1986). En apoyo de un sesgo preatencional y automático para las señales amenazantes, Mogg y Bradley (2002) utilizaron una tarea visual de marcadores modificada para demostrar que los individuos socialmente ansiosos orientan la atención hacia caras de amenaza (de enfado) bajo condiciones de percepción restringida. En esta tarea, la restricción de la percepción de parejas de caras (p.ej., alegre y neutral, amenaza y neutral) se realizó por la presentación de un par de máscaras inmediatamente después de cada pareja de caras (un intervalo de 17 ms. en la presentación). Al contrario del modelo propuesto por Clark y Wells (1995), Mogg y Bradley (2002) han sugerido que una elevada ansiedad y evitación sociales se relacionan con una atención selectiva automática hacia señales de amenaza. Las pruebas de la investigación sobre el procesamiento atencional estratégico o controlado para las señales de amenaza se han vuelto quizás menos consistentes conforme aumentaba el volumen de investigación. Algunos estudios que medían los procesos atencionales muestran pruebas de una vigilancia preferencial hacia las señales sociales de amenaza entre los individuos socialmente ansiosos, mientras que otros presentan pruebas de evitación de esas señales.

Asmundson y Stein (1994) observaron que, comparados con los participantes no ansiosos, aquellos que padecían fobia social tenían mayores latencias de detección para marcadores que aparecían en posiciones de palabras de amenaza social que cuando aparecían en posiciones de palabras neutras. Sin embargo, sin la inclusión de palabras estímulo positivas (p.ej., «amistoso») no se puede descartar la posibilidad de que la carga emocional de las palabras atraiga la atención del individuo, en vez hacerlo el contenido de la amenaza *per se* (Elting y Hope, 1995; Martin,

Williams y Clark, 1991). En vez de palabras, Bradley *et al.* (1997) emplearon una versión gráfica de la tarea de detección de marcadores que incluía expresiones faciales de amenaza, alegría y neutras. Curiosamente, estos investigadores no encontraron pruebas de que los participantes con una elevada ansiedad social tuvieran sesgos atencionales dirigidos hacia las caras de amenaza. Por el contrario, la investigación ha mostrado pruebas que sugieren que los individuos socialmente ansiosos prefieren evitar el prestar atención a las caras negativas o amenazantes, tal como lo indican la detección más lenta de los marcadores (Mansell, Clark, Ehlers y Chen, 1999). En consonancia con la explicación de Clark y Wells (1995), la investigación ha mostrado también que los individuos con fobia y ansiedad social suelen mostrar evitación de las caras, independientemente de si las expresiones faciales son positivas o negativas, pero sólo bajo condiciones de amenaza social, como la anticipación de una charla que tienen que dar próximamente (Chen, Ehlers, Clark y Mansell, 2002). Además, la investigación reciente sugiere que este proceso puede generalizarse a cualquier expresión facial, incluyendo una en blanco, de modo que los individuos con elevada ansiedad encuentran amenazante cualquier cara de un adulto.

Sin embargo, hallazgos contradictorios prestan también apoyo al modelo de Rapee y Heimberg (1997), que plantea una dedicación preferente de los recursos atencionales hacia las señales sociales negativas. Sposari y Rapee (2003a, datos sin publicar) incorporaron exactamente el mismo paradigma de la letra-marcador para las caras que el de Mansell *et al.* (1999) con una muestra clínica de participantes y encontraron pruebas que sugieren que, comparados con participantes control, los individuos diagnosticados con fobia social generalizada están más *vigilantes* ante las caras, independientemente de la expresión facial. En un segundo estudio, Sposari y Rapee (2003b, datos sin publicar) replicaron sus propios hallazgos, encontrando pruebas de la vigilancia hacia las caras entre los participantes clínicos. Curiosamente, en un tercer intento por replicar los hallazgos de Mansell *et al.* (1999), Sposari y Rapee (2003b) incorporaron instrucciones de amenaza social más potentes referidas a una charla próxima frente a tres personas. Bajo esas condiciones de amenaza social, estos investigadores fueron capaces de demostrar que los individuos diagnosticados con fobia social generalizada manifiestan una *evitación* de todas las caras, independientemente de su expresión, comparados con los participantes control. Tomado en conjunto con los hallazgos de Mansell *et al.* (1999) y los de Chen *et al.* (2002), estos datos implican que los mayores niveles de amenaza social incluidos en las instrucciones de la tarea pueden tener un impacto sobre el procesamiento atencional de las señales de amenaza social. Se necesita más investigación para averiguar si esto es, de hecho, el caso de un estudio que manipula al menos dos niveles de amenaza de la tarea en la misma investigación. Otros paradigmas de la investigación que emplean señales sociales más reales, y en algunos casos más amenazantes (p.ej., fotos de caras, una audiencia en vivo), han producido hallazgos que sugieren que los individuos con una elevada ansiedad social suelen mostrar vigilancia hacia las señales sociales negativas.

Veljaca y Rapee (1998) evaluaron la predicción de Rapee y Heimberg (1997) de que los individuos socialmente ansiosos mostraban una dedicación *preferente* de

la atención hacia la amenaza social en un interacción social más real. Participantes con baja y alta ansiedad social presentaron una charla improvisada de cinco minutos frente a un público de tres ayudantes del investigador. Se había entrenado a los ayudantes para que manifestaran aleatoriamente un número igual de comportamientos positivos (p.ej., «sonreír») y negativos (p.ej., «bostezar») durante la charla. Mientras hablaban, se requería que los participantes detectasen estas reacciones de evaluación en la audiencia presionando un botón (de dos) en un aparato de detección que mantenían en la mano: uno de los botones para las reacciones positivas y el otro para las negativas. Veljaca y Rapee (1998) observaron que los participantes con una elevada ansiedad social manifestaban mayor precisión en la detección de las reacciones negativas de la audiencia, mientras que los participantes con baja ansiedad social mostraban una mayor precisión para detectar reacciones positivas. Respaldao el modelo de Rapee y Heimberg (1997), Veljaca y Rapee (1998) concluyeron que los individuos con elevada ansiedad social funcionaban claramente mejor a la hora de detectar señales sociales negativas porque dedicaban de modo *preferente* sus recursos atencionales a la detección de la amenaza.

Gilboa-Schechtman, Foa y Amir (1999) adoptaron una tarea de ordenador muy diferente para investigar los sesgos atencionales en la fobia social. Se presentaron a los participantes fotografías de una cara «objetivo» de enfado, alegre, neutral o de asco entre una multitud de 12 caras distractoras. A todos se les pidió tomar una decisión sobre la presencia o ausencia de una cara discrepante entre las 12 restantes con tanta rapidez y precisión como les fuera posible, apretando un botón, entre dos, que decía la «misma» (las caras eran idénticas) o «diferente» (una de las caras era discrepante). Utilizando este paradigma de la cara-entre-la-multitud, Gilboa-Schechtman *et al.* (1999) encontraron que los participantes socialmente fóbicos mostraban un sesgo atencional mayor hacia las caras enfadadas que hacia las caras alegres en una multitud de caras neutrales, cuando se comparaba con participantes control no ansiosos. Este muestra cierto apoyo a la idea de que la gente socialmente ansiosa tienen un sesgo atencional mayor hacia los estímulos de amenaza relevantes para las situaciones sociales. Los individuos socialmente fóbicos mostraron también una mayor distracción cuando se les presentaban caras alegres y enfadadas que cuando eran neutrales, lo que podría sugerir también una sensibilidad general a la expresión emocional.

Sin embargo, Chen *et al.* (2002) han sugerido que los paradigmas metodológicos utilizados por Gilboa-Schechtman *et al.* (1999) y por Veljaca y Rapee (1998) no permiten a los participantes dedicar su atención libremente, porque ambas tareas requieren la exploración y la detección posterior de los estímulos (caras y comportamientos de la audiencia). Chen *et al.* (2002) han alegado que el paradigma visual de los marcadores constituye un medio mejor de examinar el libre procesamiento de estímulos sociales amenazantes y no amenazantes, porque no se requiere que los participantes detecten estos estímulos, sino que se les pide que detecten la localización de un marcador (punto o letra) que reemplaza aleatoriamente la posición de esos estímulos.

Los hallazgos contradictorios de los estudios que muestran vigilancia y evitación de las señales de amenaza social podrían reasignarse a una hipótesis de vigilancia-

evitación. Para explicarlo, varios investigadores han sugerido que, después de un breve periodo de atención sesgada hacia las señales faciales negativas, los individuos socialmente ansiosos evitan de forma estratégica esas señales para amortiguar su malestar (Mogg, Mathews y Weinman, 1987; Williams, Watts, MacLeod y Mathews, 1988). Sin embargo, las pruebas de la investigación tienen que demostrar todavía que la vigilancia y la evitación tienen lugar de una manera secuencial en los niveles automático y estratégico del procesamiento emocional (p.ej., véase Bradley, Mogg, Falla y Hamilton, 1998).

En un intento más directo de comprender el procesamiento visual de las expresiones faciales en la fobia social, Horley, Williams, Gonsalvez y Gordon (en prensa) emplearon un equipo para el rastreo de la mirada con el fin de vigilar la forma de exploración visual de las expresiones faciales. Incorporaron una técnica de reflejo por infrarrojos de la córnea para registrar las exploraciones visuales de caras neutras, alegres y tristes fotografiadas entre los participantes con fobia social y los controles. Se presentaban las caras a los participantes cada una durante 10 segundos, a lo que le seguía un intervalo de 15 segundos entre cada estímulo. Horley *et al.* (en prensa) encontraron que los participantes con fobia social mostraban lo que se denominó una «estrategia de hiperexploración» para procesar las caras, especialmente para caras tristes y neutras, comparadas con expresiones positivas. La hiperexploración venía indicada por una falta de fijaciones en número y duración y un aumento importante en la duración de la exploración en bruto. Comparados con los participantes no ansiosos, los fóbicos sociales no sólo mostraban una exploración excesiva de los rasgos no básicos de la cara (p.ej., la raya del pelo, la barbilla o la mejilla), sino que manifestaban también una mayor evitación de los rasgos faciales importantes (ojos, nariz, boca), con especial evitación de los ojos en las caras de tristeza. Desafortunadamente, las expresiones faciales de enfado no se incluyeron en el estudio y estas observaciones no se pueden generalizar a las expresiones faciales amenazantes. Sin embargo, los resultados de esta medida más directa y, quizás, más precisa de la atención visual sugiere que la atención hacia la expresión facial parece más complicada que el simple prestar o desviar la atención de la misma. Pero nos ha ayudado a especificar el procesamiento diferencial de los rasgos faciales, de modo que, en las expresiones faciales negativas, lo que más se evitan son los ojos, quizás porque constituyen el rasgo más amenazante de la cara de una persona.

En resumen, la investigación proporciona pruebas complejas que no sólo respaldan la idea de la atención selectiva *hacia* las señales amenazantes (p.ej., palabras, reacciones de la audiencia, caras), sino también la evitación estratégica *apartándose* de las señales faciales (no sólo de las expresiones de amenaza). Las inconsistencias de estos hallazgos puede ser, en parte, un producto de los distintos paradigmas adoptados en cada estudio, así como los diferentes estímulos sociales utilizados, desde palabras hasta escenarios sociales reales. Se necesitan más investigaciones para aclarar lo que parecen ser hallazgos opuestos, utilizando quizás más de una metodología o paradigma con la misma muestra, con métodos más controlados de analizar el impacto de las instrucciones de amenaza social sobre los sesgos del procesamiento atencional. Como mucho, los resultados actuales sugieren la necesidad de una explicación teórica más detallada de los mecanismos atencionales que sub-

yacen a la ansiedad social. Un modelo actualizado de la fobia social podría explicar el procesamiento atencional a los niveles automático y estratégico de las cogniciones así como el papel de la naturaleza y grado de amenaza social asociada con las señales (p.ej., desde palabras a fotos pasando por una audiencia real). Finalmente, los modelos cognitivos tienen que explicar todavía la relación entre la atención centrada internamente (en uno mismo) y externamente en la fobia social. Es probable que los dos lugares de la atención (uno mismo y el otro) no sean mutuamente independientes entre sí. Además, algunas de las inconsistencias empíricas actuales podrían explicarse también por una probable relación entre centrarse en uno mismo, con una representación mental negativa del sí mismo tal como lo ven los demás, y la atención selectiva de las señales externas de amenaza.

Interpretación negativa de los acontecimientos y de las señales sociales

Varios estudios han investigado la tendencia de los individuos socialmente ansiosos a malinterpretar las situaciones sociales y extraer interpretaciones más negativas de los acontecimientos y las señales sociales, de nuevo a través de diferentes paradigmas (p.ej., Amir, Foa y Coles, 1998; Stopa y Clark, 2000; Wallace y Alden, 1997). Para analizar las interpretaciones de acontecimientos ambiguos, Amir *et al.* (1998) presentaron a los participantes acontecimientos sociales y no sociales ambiguos, seguidos por una interpretación alternativa positiva, negativa o neutra. Se requería también a los participantes que ordenasen las alternativas según la probabilidad en que las interpretaciones se produjesen en su propia cabeza y en las de una «persona normal» en situaciones similares. Amir *et al.* (1998) encontraron que los individuos con fobia social poseían una tendencia a interpretar los escenarios sociales ambiguos como escenarios negativos, pero sólo relevantes para ellos mismos. De una manera similar, Stopa y Clark (2000) encontraron que era más probable que los participantes con fobia social interpretasen los acontecimientos ambiguos de forma negativa y que respondiesen más probablemente a acontecimientos sociales negativos con consecuencias más catastróficas. Ambos estudios proporcionan apoyo para la hipótesis de que un sesgo interpretativo hacia los acontecimientos sociales negativos con referencia a uno mismo podrían contribuir al mantenimiento de la fobia social.

Desde otra posición, Mathews y Mackintosh (2000) intentaron determinar los efectos provocadores de ansiedad al inducir sesgos interpretativos. Entrenaron a una serie de participantes a interpretar la información ambigua de un modo amenazante o favorable y comparó estas dos condiciones con una línea base (es decir, sin inducción). Como predicen los modelos cognitivos, aquellos que fueron entrenados a interpretar la información de un modo amenazante experimentaron un aumento en el estado de ansiedad; aquellos que fueron entrenados a mantener un sesgo positivo experimentaron una disminución del estado de ansiedad comparados con la línea base. Estos hallazgos proporcionan pruebas que respaldan el papel causal del sesgo interpretativo en los niveles del estado de ansiedad en relación con situaciones sociales ambiguas.

De forma similar a los estudios que examinan los sesgos atencionales en la fobia social, aquellos que analizan los sesgos interpretativos han incorporado paradigmas que utilizan palabras e interacciones sociales o tareas de actuación reales. La investigación muestra que los individuos con fobia social poseen una tendencia a sobrestimar la probabilidad y los costes de los acontecimientos sociales negativos. Rapee y Lim (1992) instruyeron a individuos con fobia social y a participantes control a impartir una charla improvisada a una pequeña audiencia. Los sujetos que hablaban y los miembros de la audiencia rellenaron una medida de la actuación de hablar en público. Rapee y Lim (1992) encontraron que todos los participantes evaluaron su propia actuación peor que los observadores de sus charlas. Sin embargo, esta infraestimación de su actuación autoevaluada era más acusada en los participantes clínicos que en los controles. La discrepancia entre la actuación evaluada por los observadores y por el propio sujeto era sólo aparente para los aspectos globales de la charla y para las características no específicas. Estos hallazgos respaldan la idea de que la gente con elevada ansiedad social muestra un sesgo perceptivo o interpretativo (o los dos) infraestimando de forma significativa su propia actuación en una situación social. Un estudio similar de Wallace y Alden (1997) mostró que la gente con fobia social evaluó su propia capacidad peor que los individuos no clínicos, pero ambos grupos no se diferenciaron en sus evaluaciones de las expectativas de los demás hacia ellos. Estos resultados indican que la discrepancia entre la capacidad percibida por uno mismo y la propia percepción sobre las expectativas de los demás encontrada en la ansiedad social se debe a los sesgos en las percepciones sobre sí mismos en vez de deberse a las evaluaciones de los estándares de los demás.

En una tarea de charla-detección-de-la audiencia, Veljaca y Rapee (1998) llevaron a cabo un análisis de detección de señales para mostrar que los individuos con elevada ansiedad social no sólo eran más precisos en su identificación de retroalimentación negativa en una audiencia real, sino que manifestaban también un sesgo interpretativo para las señales negativas. En otras palabras, en momentos de incertidumbre sobre si habían observado un comportamiento positivo o negativo, era más probable que una persona con elevada ansiedad social interpretase el comportamiento como negativo comparada con un individuo con baja ansiedad. A diferencia de la investigación sobre los sesgos atencionales en la ansiedad social, la investigación tiene que explorar todavía los sesgos interpretativos de los estímulos no verbales, como las caras y las expresiones faciales. No está claro todavía si los individuos socialmente ansiosos perciben o interpretan realmente las expresiones faciales como más intensas y amenazantes que los individuos no ansiosos.

Sposari y Rapee (2003c, datos sin publicar) recientemente intentaron determinar si era más probable que los individuos diagnosticados con fobia social generalizada evaluaran caras fotografiadas con diferentes expresiones faciales con más carga amenazante que los sujetos control no ansiosos. A los participantes se les pidió que evaluaran el grado de amenaza asociada a caras de alegría, enfado y tristeza variando en la intensidad de los niveles de expresión (bajo, medio, alto). Una tendencia no significativa sugirió que los participantes clínicos evaluaron las caras de enfado con alta intensidad como más amenazantes que los participantes control, comparado con las diferencias de grupo para los niveles bajo y medio de intensidad

de las caras. Por otra parte, estos investigadores no encontraron otras pruebas de un sesgo interpretativo entre los participantes clínicos. De acuerdo con las instrucciones de la tarea utilizadas por Amir *et al.* (1998), Sposari y Rapee (2003c) han sugerido que los sesgos interpretativos hacia las caras fotografiadas pueden manifestarse cuando se pide a los participantes que se imaginen una interacción personal con el individuo fotografiado, de modo que se cree algún grado de realismo o de referencia hacia uno mismo. La suposición aquí es que los sesgos del procesamiento de la información son más potentes cuando se pide al individuo socialmente ansioso que al menos se imagine estar en una situación social real.

Igualmente sin responder se encuentra la cuestión de si las expresiones faciales que varían en ambigüedad (p.ej., intensidad) se malinterpretan por los individuos socialmente ansiosos. Aquí, la investigación futura debería explorar el impacto de la ambigüedad sobre la interpretación de las reacciones no verbales o de las expresiones faciales de los demás. Puede ser que conforme aumentan las expresiones no verbales de los demás, la ambigüedad disminuya porque las emociones son más fáciles de leer. Por otra parte, se pueden observar mayores diferencias entre grupos clínicos y no clínicos cuando se eleva la ambigüedad (expresiones faciales menos intensas), ya que la gente se apoya más en razones falsas para la reacción o expresión emocional de la otra persona (p.ej., «No les caigo bien» en vez de «Hoy deben estar cansados»). Sposari y Rapee (2003c) no encontraron ninguna prueba que apoyase esta última idea. Sin embargo, como hemos sugerido anteriormente, se pueden encontrar sesgos interpretativos, que varían dependiendo de la ambigüedad, si la situación se hiciera más real o más autorreferente.

En resumen, las pruebas de un sesgo interpretativo para las situaciones sociales sugiere que los individuos socialmente ansiosos se encuentran inclinados a conceder más explicaciones negativas para los resultados de las situaciones sociales. Es probable que estos sesgos del procesamiento de la información favorezcan puntos de vista negativos sobre la propia capacidad para funcionar en una situación social y para aumentar las expectativas de evaluación negativa por parte de los demás, aumentando de esta manera la evitación y el temor sociales. Se necesita más investigación para dilucidar la manera en que el comportamiento no verbal, como las caras o los gestos no verbales, puede ser malinterpretados por los individuos socialmente ansiosos. Al igual que en la literatura sobre el sesgo atencional, se necesita más investigación también para ayudar a comprender si el sesgo interpretativo en las señales no verbales tiene lugar específicamente para las expresiones negativas o para cualquier reacción emocional de los demás.

La rumiación antes y después de los acontecimientos de actuación

Los modelos cognitivos de la fobia social (p.ej., Clark y Wells, 1995; Rapee y Heimberg, 1997) han propuesto que los sesgos negativos del procesamiento de la información no sólo ocurren durante un acontecimiento social para los individuos socialmente ansiosos, sino que también tienen lugar como anticipación de un acontecimiento social o de actuación así como en las secuelas de dichos acontecimien-

tos. A este respecto, el malestar causado por la ansiedad social se extiende más allá de situaciones sociales específicas. Clark y Wells (1995) han propuesto que como anticipación de un acontecimiento social, las cogniciones de la gente socialmente ansiosa están dominadas por recuerdos de fracasos sociales pasados (percibidos como tales), imágenes negativas de la anticipación de su actuación así como de las expectativas de una pobre actuación y de rechazo social. Teniendo en cuenta la ambigüedad de las interacciones sociales, de modo que uno no puede saber con certeza si los otros le han rechazado, los individuos socialmente ansiosos saltan a una situación «post mórtem» de su actuación. Este análisis es similar a una revisión detallada de su actuación en la que buscan indicadores potenciales de desaprobación o rechazo social. Se alega que esta situación «post mórtem» está ensombrecida por los sentimientos y pensamientos negativos experimentados durante el mismo acontecimiento social, incluyendo fracasos sociales pasados (percibidos como tales) y es consistente con percepciones negativas sobre uno mismo y los sentimientos de inadecuación del individuo socialmente ansioso (Clark y Wells, 1995).

Por definición, la gente socialmente ansiosa experimenta ansiedad como anticipación de un acontecimiento social. La naturaleza precisa de este procesamiento anticipatorio ha recibido escasa atención empírica. La investigación reciente ha mostrado que es más probable que los individuos socialmente ansiosos rumien sobre los fracasos sociales pasados (percibidos como tales) como anticipación de una tarea social próxima (Hinrichsen y Clark, 1999, citado en Clark y McManus, 2002). Sin embargo, la investigación todavía tiene que abordar si estos individuos rumian sobre el fracaso social potencial como anticipación de una tarea social próxima.

Un número relativamente pequeño de estudios ha investigado el papel del procesamiento posterior al acontecimiento en el mantenimiento de la fobia social. Rachman, Gruter-Andrew y Shafran (2000) investigaron la prevalencia y las características de la rumiación después del acontecimiento en grupos de individuos con alta y baja ansiedad social. Rachman y colaboradores encontraron que los sujetos socialmente ansiosos habitualmente se dedican a la rumiación post-acontecimiento después de un acontecimiento social perturbador o provocador de ansiedad. Esta rumiación es recurrente e intrusa e interfiere con la concentración del individuo al capturar y mantener, supuestamente, el centro de atención. En una muestra no clínica, Abbott y Rapee (2003) encontraron que los mejores predictores de los niveles de rumiación después de un acontecimiento social eran el grado de ansiedad-estado experimentado durante la situación y los niveles de ansiedad-rasgo. De igual manera, otras investigaciones han mostrado correlaciones significativas entre la gravedad de los síntomas de ansiedad social y los niveles de procesamiento post-acontecimiento después de sucesos y situaciones sociales de evaluación negativa (Lundh y Sperling, 2002; Rachman *et al.*, 2000). La investigación de laboratorio con muestras no clínicas ha mostrado también que los individuos socialmente ansiosos realizan más rumiaciones negativas, de forma significativa, sobre su actuación el día después de la interacción social y después de una charla, comparados con sujetos con baja ansiedad social (Edwards, Rapee y Franklin, en prensa; Mellings y Alden, 2000).

Más recientemente, Abbott y Rapee (en prensa) han investigado la relación entre autoevaluaciones de la actuación, la gravedad de los síntomas y las rumiaciones después del acontecimiento en la fobia social y, además, midieron el efecto del tratamiento en estas variables. Un grupo de fóbicos sociales y otro grupo control de sujetos no ansiosos realizaron una charla improvisada y se les dijo que su actuación sería evaluada. Los participantes evaluaron su actuación inmediatamente después de la charla y una semana más tarde y, por otra parte, se evaluó también la frecuencia de la rumiación post-acontecimiento durante la semana posterior a la charla. El grupo socialmente fóbico realizó más rumiaciones negativas, de forma significativa, que los sujetos control y el grado de rumiación negativa sobre la actuación estaba asociado al nivel de ansiedad social y a las evaluaciones negativas sobre la actuación. Este último hallazgo es consistente con el modelo de Rapee y Heimberg (1997), que sugiere una conexión entre la representación mental negativa de uno mismo y la rumiación, y es también consistente con el modelo de Clark y Wells (1995), que plantea una relación directa entre las percepciones negativas de la actuación durante la tarea y la frecuencia de la rumiación negativa. Los resultados de Abbott y Rapee son consistentes con la perspectiva de que la rumiación post-acontecimiento está determinada por lo que ocurre en fases anteriores del procesamiento. Es decir, las situaciones sociales y de actuación que provocan autoevaluaciones más duras sobre la actuación dan como resultado más rumiaciones negativas, de modo que la rumiación negativa puede ser desencadenada por representaciones mentales negativas de uno mismo. Sin embargo, encontraron también que la rumiación negativa funciona reforzando la misma representación mental negativa. El grupo de sujetos socialmente fóbicos mantenía las evaluaciones negativas de su charla a lo largo de la semana, mientras que el grupo no clínico mostraba un aumento de la positividad sobre su actuación. Además, un reciente estudio ha mostrado una relación entre la rumiación negativa y el recuerdo de información negativa autorreferente el día posterior a la interacción social (Mellings y Alden, 2000). Tomado en conjunto, estos estudios sugieren que el recuerdo de aspectos negativos percibidos sobre la propia actuación y de fracasos sociales pasados puede reforzar una representación mental negativa. Sin embargo, tenemos que señalar que Edwards *et al.* (en prensa) no fueron capaces de mostrar una relación significativa entre un sesgo de recuerdos negativos y el grado de la rumiación negativa que seguía a una actuación.

En un aspecto más positivo, podemos decir que se ha demostrado que el tratamiento cognitivo-conductual mejora las percepciones de la actuación y reduce las rumiaciones negativas, aunque los niveles de rumiación negativa en el postratamiento seguían siendo más elevados que los de los sujetos control (Abbott y Rapee, en prensa). Estos resultados subrayan la importancia de la rumiación negativa a la hora de mantener una representación mental negativa de uno mismo y de inhibir las mejorías naturales en las percepciones sobre la actuación después de un acontecimiento social o de actuación. Sugieren también que puede que sea necesario abordar más directamente la rumiación negativa como parte de un enfoque general de tratamiento.

Sesgos de la memoria en la fobia social

Es básicamente una perogrullada en la investigación sobre ansiedad predecir que los individuos ansiosos mostrarán un sesgo de la memoria hacia la información amenazante con respecto a la información neutral. Después de todo, teniendo en cuenta los sesgos demostrados de la atención hacia la amenaza y la interpretación de información ambigua como amenazante, los individuos ansiosos tienen que almacenar un mayor grado de información de amenaza y, por lo tanto, deberían mostrar un acceso más fácil a este material. Igualmente, las historias anecdóticas clínicas han informado habitualmente de un acceso considerablemente más fácil de los individuos ansiosos a los recuerdos de las experiencias negativas. No obstante, a pesar de estas expectativas, las demostraciones empíricas de los sesgos de memoria en la ansiedad en general, y en la fobia social en particular, han sido extremadamente difíciles de encontrar (Coles y Heimberg, 2002).

En el caso de la fobia social, una serie de estudios han analizado el recuerdo de estímulos de amenaza, utilizando una variedad de estrategias, con resultados contradictorios. En general, la mayoría de los estudios no han conseguido demostrar un sesgo del recuerdo hacia la amenaza en gente con elevada ansiedad social (véase Coles y Heimberg, 2002; Heinrichs y Hofmann, 2001). Como ejemplo, Rapee y colaboradores (Rapee, McCallum, Melville, Ranenscroft y Rodney, 1994) llevaron a cabo cuatro estudios diferentes evaluando a la gente con alta y baja ansiedad en una serie de medidas de memoria, incluyendo el reconocimiento y recuerdo de listas de palabras (memoria explícita), terminación de palabras (memoria implícita), memoria autobiográfica y recuerdo de retroalimentación ambigua. En ningún caso se encontraron diferencias significativas entre grupos en la proporción del material negativo recordado.

En contraste con la mayoría de los estudios, unos pocos experimentos han mostrado pruebas de un sesgo de la memoria. Lundh y Öst (1996) pidieron a individuos fóbicos sociales y a sujetos no clínicos que puntuaran unas caras como aceptadoras o críticas. Luego se les pasó un test de reconocimiento de caras en el que la gente con fobia social reconoció una mayor proporción de caras críticas. Foa, Gilboa-Schechtman, Amir y Freshman (2000) han informado de resultados similares en un estudio (Estudio 2), aunque en otro estudio (Estudio 1) este efecto era dudoso. Curiosamente, estos autores encontraron un recuerdo significativamente mejor entre los fóbicos sociales con respecto a los controles para *todas* las caras, indicando un mayor procesamiento de cualquier tipo de expresión facial entre la gente con fobia social (véase sección anterior). En un estudio ampliamente citado, Lundh y Öst (1997) presentaron a individuos con fobia social y a sujetos no clínicos listas de palabras y una tarea de codificación de autorreferencias, seguida por pruebas de memoria implícita y explícita. Tanto la tarea de memoria explícita (recuerdo de estímulos) como la de memoria implícita (terminación de palabras) no fueron capaces de mostrar ninguna diferencia entre grupos, lo que indicaba que no había sesgos de memoria. Sin embargo, los autores llevaron a cabo una análisis post-hoc comparando subtipos de fobia social que mostraban un pequeño pero significativo sesgo de memoria implícita en el grupo de fobia no generalizada, pero no en el grupo de

la generalizada. Teniendo en cuenta que no existen teorías que predigan efectos de la memoria específica para un subtipo, especialmente para el subtipo no generalizado menos grave, y al hecho de que era un análisis post-hoc, estos resultados han de ser considerados con gran precaución. En otro estudio, Mansell y Clark (1999) pidieron a los participantes que codificasen palabras positivas y negativas en una de tres posibles maneras —autorreferencia pública (lo que otra persona piensa de tí), autorreferencia privada (lo que piensas de tí mismo) y referencia de otra persona (describir a otro individuo). A la mitad de los sujetos se les amenazó con una charla en público. Los individuos con una elevada ansiedad social recordaron más palabras negativas, pero sólo en la condición de autorreferencia pública y sólo cuando se les amenazaba con la charla. Finalmente, utilizando un nuevo paradigma, Amir, Foa y Coles (2000) hicieron que la gente calificara el volumen de un ruido blanco que acompañaba a frases antiguas y nuevas. Las gente con fobia social mostró una tendencia más fuerte a calificar el ruido que acompañaba a frases de amenaza escuchadas previamente con un volumen más bajo que los controles no clínicos, indicando una memoria implícita para la amenaza.

Estos resultados son difíciles de integrar. Coles y Heimberg (2002) indican que probablemente influyan varios factores en la demostración de los sesgos de memoria. El primero es la naturaleza de la tarea de codificación. La mayoría de los estudios varían notablemente en el tipo de tarea de codificación que se emplea y existe alguna evidencia de que es más probable que ciertas tareas (p.ej., realizar una codificación «más profunda») produzcan efectos. En segundo lugar, la tarea de recuperación puede ser importante. De nuevo, los métodos para comprobar la memoria han variado notablemente con los distintos estudios y es probable que tareas diferentes sean influidas por distintos factores ajenos a la cuestión. Algunas tareas nuevas (como el paradigma del ruido blanco) están empezando a mostrarse prometedoras y puede que sea necesario utilizarlas más. Finalmente, es probable que la naturaleza de los estímulos constituya una consideración importante. Estímulos más «válidos ecológicamente», como las fotografías de caras, pueden tener un «éxito» mayor que los estímulos menos válidos, como las palabras. La lógica y la teoría sugieren que la gente con fobia social debería mostrar un sesgo de la memoria hacia la amenaza social. Sin embargo, los investigadores necesitan prestar mucha más atención a la metodología específica utilizada para comprobar esta hipótesis.

Conclusiones y tendencias futuras

Globalmente, la investigación empírica de los estilos de procesamiento de la información de los individuos con fobia social ha indicado que se caracterizan por un sesgo hacia la información socialmente amenazante (Clark y McManus, 2002; Heinrichs y Hofmann, 2001). Estas pruebas son algo más consistentes en las primeras etapas del procesamiento de la información, especialmente la dedicación de los recursos atencionales y la interpretación de la información, dándose una menor consistencia en las últimas, de recuperación. En general, estos hallazgos

son consistentes con los modelos psicológicos de la ansiedad social (Clark y Wells, 1995; Rapee y Heimberg, 1996), que alegan que estos sesgos del procesamiento de la información son básicos para el mantenimiento del trastorno. Sin embargo, los datos sobre el procesamiento de la información no son totalmente consistentes y, teniendo en cuenta el amplio efecto del «cajón archivador» en psicología, es probable que se hayan perdido muchos otros «fracasos» a la hora de mostrar un efecto. Hay muchas cosas que todavía no conocemos sobre la forma en que la gente con fobia social procesa la información social. En particular, no están claras las influencias específicas sobre varias etapas del procesamiento de la información en la fobia social y apenas existen investigaciones que hayan comprobado los hallazgos experimentales de laboratorio en el mundo real.

Se necesita desesperadamente investigación continuada y, especialmente, sistemática sobre el procesamiento de la información social en la fobia social. Esta investigación tendría notables implicaciones para la corrección y el desarrollo de nuestros modelos teóricos actuales. Algo que quizás sea más importante, teniendo en cuenta el papel central que los sesgos del procesamiento de la información juegan en nuestros modelos de mantenimiento, una mejor comprensión ayudará a mejorar la eficacia del tratamiento y, quizás, incluso a la prevención.

Referencias

- Abbott, M. J. y Rapee, R. M. (2003). Rumination following social threat, physical threat and depression-related events. Manuscript submitted for publication.
- Abbott, M. J. y Rapee, R. M. (en prensa). Post-event rumination and negative self-appraisal in social phobia before and after treatment. *Journal of Abnormal Psychology*.
- American Psychiatric Association (1994). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4ª edición) (DSM-IV). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Amir, N., Foa, E. B. y Coles, M. E. (1998). Automatic activation and strategic avoidance of threat-relevant information in social phobia. *Journal of Abnormal Psychology*, 107, 285-290.
- Amir, N., Foa, E. B. y Coles, M. E. (2000). Implicit memory bias for threat-relevant information in individuals with generalized social phobia. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 713-720.
- Amir, N., McNally, R. J., Riemann, B. C., Burns, J., Lorenz, M. y Mullen, J. T. (1996). Suppression of the emotional Stroop effect by increased anxiety in patients with social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 34, 945-948.
- Asmundson, G. J. G. y Stein, M. B. (1994). Selective processing of social threat in patients with generalised social phobia: Evaluation using a dot-probe paradigm. *Journal of Anxiety Disorders*, 8, 107-117.
- Beck, A. T., Emery, G. y Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. Nueva York: Basic Books.
- Beidel, D. C., Turner, S. M. y Morris, T. L. (1999). Psychopathology of childhood social phobia. *Journal of the American Academy of Child Adolescent Psychiatry*, 38, 643-650.
- Bögels, S. M., Alberts, M. y de Jong, P. J. (1996). Self-consciousness, self-focused attention, blushing propensity and fear of blushing. *Personality and Individual Differences*, 21, 573-581.

- Bradley, B. P., Mogg, K., Falla, S. J. y Hamilton, L. R. (1998). Attentional bias for threatening facial expressions in anxiety: Manipulation of stimulus duration. *Cognition and Emotion*, 12, 737-753.
- Bradley, B. P., Mogg, K., Millar, N., Bonham-Carter, C., Fergusson, E., Jenkins, J. y Parr, M. (1997). Attentional biases for emotional faces. *Cognition and Emotion*, 11, 25-42.
- Burgio, K. L., Merluzzi, T. V. y Pryor, J. B. (1986). Effects of performance expectancy and self-focused attention on social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 1216-1221.
- Buss, A. (1980). *Self-consciousness and social anxiety*. San Francisco: Freeman.
- Carver, C. S. y Scheier, M. F. (1978). Self-focusing effects of dispositional self-consciousness, mirror presence, and audience presence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 324-332.
- Cheek, J. M. y Melchior, L. A. (1990). Shyness, self-esteem, and self-consciousness. En H. Leitenberg (dir.), *Handbook of social and evaluation anxiety*. Nueva York: Plenum.
- Chen, Y., Ehlers, A., Clark, D.M. y Mansell, W. (2002). Patients with generalized social phobia direct their attention away from faces. *Behaviour Research and Therapy*, 40, 677-687.
- Clark, D. M. y McManus, F. (2002). Information processing in social phobia. *Biological Psychiatry*, 51, 92-100.
- Clark, D. M. y Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. En R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope y F. R. Schneier (dirs.), *Social phobia: Diagnosis, assessment and treatment* (pp. 69-93). Nueva York: Guilford.
- Coles, M. E. y Heimberg, R. G. (2002). Memory biases in the anxiety disorders: Current status. *Clinical Psychology Review*, 22, 587-627.
- Duval, S. y Wickland, R. A. (1973). Effects of objective self-awareness on attributions of causality. *Journal of Experimental Social Psychology*, 9, 17-31.
- Edwards, S. L., Rapee, R. M. y Franklin, J. (en prensa). Post-event rumination and recall bias for a social performance event in high and low socially anxious individuals. *Cognitive Therapy and Research*.
- Elting, D. T. y Hope, D. A. (1995). Cognitive assessment. En R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope y F. R. Schneier (dirs.), *Social phobia: Diagnosis, assessment and treatment* (pp. 232-258). Nueva York: Guilford.
- Eysenck, M. W. (1992). *Anxiety: The cognitive perspective*. Hove: Lawrence Erlbaum.
- Fenigstein, A. (1979). Self-consciousness, self-attention and social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 75-86.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F. y Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 522-527.
- Foa, E. B., Franklin, M. F., Perry, K. J. y Herbert, J. D. (1996). Cognitive biases in social phobia. *Journal of Abnormal Psychology*, 105, 433-439.
- Foa, E. B., Gilboa-Schechtman, E., Amir, N. y Freshman, M. (2000). Memory bias in generalized social phobia: Remembering negative emotional expressions. *Journal of Anxiety Disorders*, 14, 501-519.
- Gilboa-Schechtman, E., Foa, E. B., Amir, N. (1999). Attentional biases for facial expressions in social phobia: The face-in-the-crowd paradigm. *Cognition and Emotion*, 13, 305-318.
- Heinrichs, N. y Hofmann, S. G. (2001). Information processing in social phobia: A critical review. *Clinical Psychology Review*, 21, 751-770.
- Hidalgo, R. B., Barnett, S. D. y Davidson, J. R. T. (2001). Social anxiety disorder in review: Two decades of progress. *International Journal of Neuropsychopharmacology*, 4, 279-298.
- Hope, D. A. y Heimberg, R. G. (1988). Public and private self-consciousness and social phobia. *Journal of Personality Assessment*, 52, 626-639.

- Hope, D. A., Heimberg, R. G. y Klein, J. F. (1990a). Social anxiety and the recall of interpersonal information. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 4, 185-195.
- Hope, D. A., Rapee, R. M., Heimberg, R. G. y Dombek, M. J. (1990b). Representations of the self in social phobia: Vulnerability to social threat. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 177-189.
- Horley, K., Williams, L. M., Gonsalvez, C., Gordon, E. (en prensa). Social phobics do not see eye to eye: A visual scanpath study of emotional expression processing. *Journal of Anxiety Disorders*.
- Keller, M. B. (2003). The lifelong course of social anxiety disorder: A clinical perspective. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 108, 85-94.
- Kessler, R. C., McGonagle, K. A., Zhao, S., Nelson, C. B., Hughes, M., Eshleman, S., Wittchen, H. y Kendler, K. S. (1994). Lifetime and 12-month prevalence of DSM-III-R psychiatric disorders in the United States: Results from the national comorbidity survey. *Archives of General Psychiatry*, 51, 8-19.
- Lovibond, P. y Rapee, R. (1993). The representation of feared outcomes. *Behaviour Research and Therapy*, 31, 595-608.
- Lundh, L. G. y Ost, L. G. (1996). Recognition bias for critical faces in social phobics. *Behaviour Research and Therapy*, 34, 787-794.
- Lundh, L. G. y Ost, L. G. (1997). Explicit and implicit memory bias in social phobia. The role of subdiagnostic type. *Behaviour Research and Therapy*, 35, 305-317.
- Lundh, L. y Sperling, M. (2002). Social anxiety and the post-event processing of socially distressing events. *Cognitive Behaviour Therapy*, 31, 129-134.
- MacLeod, C. y Mathews, A. (1988). Anxiety and the allocation of attention to threat. *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 40, 653-670.
- MacLeod, C., Mathews, A. y Tata, P. (1986). Attentional bias in emotional disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 95, 15-20.
- Maidenberg, E., Chen, E., Craske, M., Bohn, P. y Bystritsky, A. (1996). Specificity of attentional bias in panic disorder and social phobia. *Journal of Anxiety Disorders*, 10, 529-541.
- Mansell, W. y Clark, D. (1999). How do I appear to others? Social anxiety and processing of the observable self. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 419-434.
- Mansell, W., Clark, D., Ehlers, A. y Chen, Y. (1999). Social anxiety and attention away from emotional faces. *Cognition and Emotion*, 13, 637-890.
- Martin, M., Williams, R. M. y Clark, D. M. (1991). Does anxiety lead to selective processing of threat-related information? *Behaviour Research and Therapy*, 29, 147-160.
- Mathews, A. (1990). Why worry? The cognitive function of worry. *Behaviour Research and Therapy*, 28, 455-468.
- Mathews, A. y MacKintosh, B. (2000). Induced emotional interpretation bias and anxiety. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 602-615.
- Mathews, A. y MacLeod, C. (1987). An information-processing approach to anxiety. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 1, 24-30.
- Mattia, J. I., Heimberg, R. G. y Hope, D. A. (1993). The revised Stroop color-naming task in social phobics. *Behaviour Research and Therapy*, 31, 305-313.
- McNally, R. J. (1994). *Panic disorder: A critical analysis*. Nueva York: Guilford.
- McNeil, D. W., Ries, B. J., Taylor, L. J., Boone, M. L., Carter, L. E., Turk, C. L. y Lewin, M. R. (1995). Comparison of social phobia subtypes using Stroop tests. *Journal of Anxiety Disorders*, 9, 47-57.
- Melchior, L.A. y Cheek, J.M. (1990). Shyness and anxious self-preoccupation during a social interaction. *Journal of Social Behavior and Personality*, 5, 117-130.

- Mellings, T. M. B. y Alden, L. E. (2000). Cognitive processes in social anxiety: The effects of self-focus, rumination, and anticipatory processing. *Behaviour Research and Therapy*, *38*, 243-257.
- Mogg, K. y Bradley, B. P. (2002). Selective orienting of attention to masked threat faces in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, *40*, 1403-1414.
- Mogg, K., Mathews, A. y Weinman, J. (1987). Memory bias in clinical anxiety. *Journal of Abnormal Psychology*, *96*, 94-98.
- Ohman, A. (1996). Preferential preattentive processing of threat in anxiety: Preparedness and attentional biases. In R. M. Rapee (dir.), *Current controversies in the anxiety disorders* (pp. 253-290). Nueva York: Guilford.
- Orsillo, S. M. y Hammond, C. (2001). A brief overview and guide to assessment. En M. M. Antony y S. M. Orsillo. (dirs.), *Practitioner's guide to empirically based measures of anxiety*. AABT clinical assessment series. Nueva York: Klumer Academic/Plenum Publisher.
- Pomerantz, J. M. (2002). Is social phobia a serious medical disorder? *Drug Benefit Trends*, *14*, 5, 33.
- Poulton, R. G. y Andrews, G. (1994). Appraisal of danger and proximity in social phobics. *Behaviour Research and Therapy*, *32*, 639-642.
- Rachman, S., Gruter-Andrew, J. y Shafran, R. (2000). Post-event processing in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, *38*, 611-617.
- Rapee, R. M. (1991). Generalised anxiety disorder: A review of clinical features and theoretical concepts. *Clinical Psychology Review*, *101*, 419-440.
- Rapee, R. M. y Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioural model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, *35*, 741-756.
- Rapee, R. M. y Lim, L. (1992). Discrepancy between self and observer ratings of performance in social phobics. *Journal of Abnormal Psychology*, *101*, 728-731.
- Rapee, R. M., McCallum, S. L., Melville, L.F., Ravenscroft, H. y Rodney, J.M. (1994). Memory bias in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, *32*, 89-99.
- Ruiter, C., Ruken, H., Garssen, B., Schaik, A. y Kraaimaat, E. (1989). Comorbidity among the anxiety disorders. *Journal of Anxiety Disorders*, *3*, 357-368.
- Schneier, F. R., Johnson, J., Hornig, C. D., Liebowitz, M. R. y Weissman, M. M. (1992). Social phobia: Comorbidity and morbidity in an epidemiologic sample. *Archives of General Psychiatry*, *49*, 282-288.
- Smith, T., Ingram, R. y Brehm, S. (1983). Social anxiety, anxious self-preoccupation and the recall of self-relevant information. *Journal of Personality and Social Psychology*, *44*, 1276-1283.
- Sposari, J. A. y Rapee, R. M. (2003a). Social phobia: Attentional capture or avoidance of social threat cues? Manuscript in preparation.
- Sposari, J. A. y Rapee, R. M. (2003b). Do individuals with social phobia preferentially avoid facial stimuli in anxiety-provoking situations? A replication of Mansell et al. (1999). Manuscript in preparation.
- Sposari, J. A. y Rapee, R. M. (2003c). Attentional and interpretive biases for facial expressions in social phobia. Manuscript in preparation.
- Spurr, J. M. y Stopa, L. (2002). Self-focused attention in social phobia and social anxiety. *Clinical Psychology Review*, *22*, 947-975.
- Stopa, L. y Clark, D. M. (2000). Social phobia and interpretation of social events. *Behaviour Research and Therapy*, *38*, 273-283.
- Trower, P. y Gilbert, P. (1989). New theoretical conceptions of social anxiety and social phobia. *Clinical Psychology Review*, *9*, 19-35.
- Veljaca, K. y Rapee, R. M. (1998). Detection of negative and positive audience behaviours by socially anxious subjects. *Behaviour Research and Therapy*, *36*, 311-321.

- Wallace, S. T. y Alden, L. E. (1997). Social phobia and positive social events: The price of success. *Journal of Abnormal Psychology, 106*, 416-424.
- Wells, A., Clark, D. M. y Ahmad, S. (1998). How do I look with my minds eye: Perspective-taking in social phobic imagery. *Behaviour Research and Therapy, 36*, 631-634.
- Williams, J., Watts, F., MacLeod, C. y Mathews, A. (1988). *Cognitive psychology and emotional disorders*. Chichester: Wiley.
- Wittchen, H. y Fehm, L. (2001). Epidemiology, patterns of comorbidity, and associated disabilities of social phobia. *Psychiatric Clinics of North America, 24*, 617-641.
- Woody, S. R. (1996). Effects of focus of attention on anxiety levels and social performance of individuals with social phobia. *Journal of Abnormal Psychology, 105*, 61-69.
- Woody, S. R., Chambless, D. L. y Glass, C. R. (1997). Self-focused attention in the treatment of social phobia. *Behaviour Research and Therapy, 35*, 117-129.

