



Escritos de Psicología

2005, 7: 44-58

REVISIÓN
44

AUTOCONCIENCIA SELF- CONSCIOUSNESS

José Antonio Jiménez Rodríguez

Universidad de Málaga

e-mail: jajimenez@uma.es

Resumen Este trabajo trata de la autoconciencia objetiva o autoatención. Antes de entrar en su exposición, se ubica en contexto histórico y temático, para su mejor conocimiento y comprensión. Después, se presenta la primera teoría que se formula sobre la autoconciencia objetiva (Duval y Wicklund, 1972, Wicklund, 1975, 1978) y se tratan unos conceptos elementales que ayudan a entenderla. A continuación se expondrán las teorías más relevantes que cabe agrupar bajo el nombre genérico de autoconciencia, no en toda su extensión, sino atendiendo en mayor medida a lo que tienen de innovador o complementario respecto a la formulación original.

Abstract This work presents the objective self-consciousness (or self-focus or self-awareness). Before beginning with their exposition, it is located in historical and thematic context, for its best knowledge and understanding. Then, the first theory is presented, that of the objective self-consciousness (Duval and Wicklund, 1972, Wicklund, 1975, 1978). Next, some elementary concepts are exposed that help to understand it. Finally, the most outstanding theories under the generic name of self-consciousness will be exposed, not in all their extension, but standing out what they have of innovative or complementary regarding the original formulation.

Palabras clave Autoconciencia, autoenfoco, autorregulación, autoconcepto.

Key words Self-consciousness, self-focus, self-regulation, self-concept.

1 INTRODUCCIÓN

1.1 *Notas históricas*

El concepto de autoconciencia no es nuevo ni en filosofía (piénsese por ejemplo, en Descartes, quien consideró que se llega al conocimiento de la propia existencia mediante el pensamiento, como denota su ya tópica sentencia "cogito ergo sum", pienso, luego existo), ni en psicología, como podría parecer dada su escasa mención en las distintas áreas de esta disciplina. Ya era aludido dicho concepto en la división que hacía James (1890) del sí mismo en material, social, y espiritual, al introducirlo como una característica de éste último.

También en el autoconcepto de la psicología fenomenológica puede detectarse a la autoconciencia. Por ejemplo, Rogers (1951) considera que el yo llega a ser un concepto formado desde el material bruto de los perceptos, a través del pensamiento reflexivo (el autoconcepto "... puede conceptuarse como una configuración organizada de percepciones del yo", p.136).

Sin embargo, la metodología de estudio de lo que luego, con Duval y Wicklund, se denominará autoconciencia objetiva, surge con Wolff (1932; cf. Wicklund y Gollwitzer, 1987). Este autor publica varios estudios en los que induce a dirigir la atención de los sujetos sobre aspectos físicos de ellos mismos. Miraban fotos de sus manos, examinaban sus perfiles, y oían sus voces grabadas. El interés de Wolff no estaba en el fenómeno que nos ocupa, sino que se centraba en la exactitud y habilidad de los sujetos para reconocer sus manos, perfiles, y voces, entre las de otros sujetos. Resultó interesante un fenómeno de aparente evitación: los sujetos tenían dificultades para reconocer los estímulos relacionados con su propia persona. Por ejemplo, mostraban mayor reconocimiento de las voces ajenas que de las propias (10% de reconocimiento de la voz propia frente al 37% de las de otros). Este hallazgo le hace pensar a Wolff que el reconocimiento de la propia voz activa un estado afectivo que lleva a cierto rehusamiento para reconocer el actual sonido como propio.

Duval y Wicklund (1972) extienden esta observación un paso más y consideran a la inducción de la autoconciencia como generadora de conjuntos enteros de estados psicológicos desagradables. Un aspecto central de esta línea de razonamiento es que oír la propia voz, ver la propia imagen en el espejo o encontrarse a uno mismo desamparado fuera de un grupo, puede llevar a la persona a focalizar en una faceta del "self" más lejana (Wicklund, 1991). Aquí es donde empieza la teorización de la autoconciencia objetiva de Duval y Wicklund (1972), que está en la base de las diferentes teorías de la autoconciencia que surgen posteriormente y que se aplican a

explicar diferentes fenómenos psicológicos (más y menos salutógenos).

1.2 *Contexto temático*

El tema que se presenta en este trabajo se suele teorizar e investigar en Psicología de la Personalidad, disciplina básica del área de conocimiento Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico. No obstante, no está exenta de miradas desde otras atalayas básicas o sociales de Psicología.

El tema que se aborda se localiza en un espacio temático de los más característicos, y acaso de los más definitorios de la psicología de la personalidad, como es el ámbito de los fenómenos comportamentales referidos al propio sujeto de la conducta, comportamientos que surgen y acaban en el propio agente, donde éste es actor y receptor del comportamiento en cuestión, y que forman parte del sistema de self o sí mismo.

En el contexto de estos procesos comportamentales, este trabajo demarca un tema básico de personalidad que pasa por ser uno de los que (acaso el que más) caracterizan las diferencias entre el ser humano y otras especies animales, como es la autorreflexión. Pues bien, esta contribución se sitúa en la autoconciencia, que es una dimensión o aspecto básico de dicha capacidad de auto-comportamiento, y que está vinculada con la formación o (re)construcción de sí mismo, mediante la orientación de dicha autoconciencia sobre la memoria autobiográfica. Tema de gran relevancia actual, como demuestra, entre otras contribuciones, el libro monográfico publicado en 2004 denominado *The self and Memory* (Beike, Lampinen y Behrend).

También resulta importante la autoatención porque está vinculada con el inicio mismo de la formación del autoconcepto, tanto 6685 si contemplamos ésta desde la perspectiva de los procesos de "auto" o de experiencia directa de sí mismo (autoobservación, autoexperiencia, autocontraste), cuanto si lo hacemos desde el punto de vista de la interiorización de la perspectiva de "otros" (el yo "a través del espejo de la mirada del otro", que se plantea desde el interaccionismo simbólico)

A continuación se van a exponer y explicar los modelos más relevantes que teorizan sobre el tema: el original ("teoría de la autoconciencia objetiva", de Duval y Wicklund) en mayor detalle que los posteriores. Las restantes teorías ("modelo de autorregulación" de Carver y Scheier y "teoría del manejo del terror" de Greenberg y otros) no se exponen en toda su extensión, sino que se enfatiza de ellas lo que aportan a la teoría original. Y esto se hace así porque parece que estas otras lo que hacen en realidad es desarrollar aspectos que estaban implícitos en la teoría original, o articular de modo más ordenado

los diferentes principios teóricos. Por tanto, en rigor, son aportaciones que enriquecen al modelo original, pero que no lo invalidan.

2 TEORÍA DE LA AUTOCONCIENCIA OBJETIVA

2.1 Introducción

Duval y Wicklund (1972) desarrollan la "teoría de la autoconciencia objetiva", para explicar diversos fenómenos comportamentales que afectan a diferentes áreas de la psicología (personalidad, social, clínica...). El concepto de autoconciencia objetiva es central en la teoría, y lo definen los autores como un estado en que el sujeto se toma a sí mismo como objeto de atención. Por ello, en 1975, Wicklund considera que este término que da nombre a la teoría puede sustituirse por "atención autofocalizada". De hecho, los diferentes autores utilizan indistintamente autoconciencia, autoatención, autofocalización, y autoenfoco como sinónimos.

Plantean en su teoría Duval y Wicklund que la persona autofocalizada suele encontrar discrepancias en sí misma, en el área que constituya el foco de atención, entre su yo real y su yo ideal. Por ejemplo, si la atención se dirige al ámbito de los éxitos académicos, deportivos o de cualquier ámbito encuentra discrepancias entre los logros alcanzados y las aspiraciones.

También proponen que la atención focalizada en una discrepancia entre los aspectos autorreferidos indicados produce afectos negativos, los cuales serán proporcionales a la magnitud de la discrepancia. Este afecto negativo es un tema central en la teoría, su aspecto motivacional, y se retomará con mayor detalle más adelante.

Son abundantes las variables que se han estudiado en su relación con la autoconciencia objetiva, o por decirlo con más precisión, como efectos de la operación de autoevaluación. Entre ellas, destacan la autoestima (v.g., Ickes, Wicklund y Ferris, 1973, Jiménez, 1999, 2001), culpa, expectativas, evitación/huida (p.ej., Pyszczynski y Greenberg, 1985), el rendimiento en diversas tareas (p.ej., Strack, Blaney, Ganellen, y Coyne, 1985; Kurosawa y Harakiewicz, 1995; Jiménez, 2001), depresión (Greenberg y Pyszczynski, 1986), disfunciones sexuales (específicamente, la impotencia masculina) (Beck, Barlow, y Sakheim, 1983), obesidad (Polovy, Herman, Hackett, y Kuleshnyk, 1986), bulimia (Striegel-Moore, Silberstein, y Rodin, 1993), estrés (Wells y Matthews, 1994), distrés (Ingram, Johnson, Bernet, Dombeck, y Rowe, 1992), hipocondría (Pyszczynski, Greenberg, Solomon, y Hamilton, 1991), diversos trastornos de ansiedad, afectos en general (Ingram, 1990, Ingram, Johnson, Bernet, Dombeck y Rowe, 1992; Wells,

1985), alcoholismo (Hull, Young, y Jouriles, 1986).

Además de con estas y otras variables, de marcado carácter patológico, también se ha estudiado la relación de la autoconciencia con variables no problemáticas, evidenciando con ello sus efectos positivos. Estas relaciones son menos conocidas y estudiadas que las anteriores, quizás por las mismas razones que se estudian menos a las variables características de la personalidad "normal", o "sana". No obstante, y a título de ejemplo, se pueden resaltar entre los efectos positivos de la autoconciencia, la ayuda a otros (Duval, Duval, y Neely, 1979), independencia (Froming, Walker, y Lopyan, 1982), efecto "civilizador" (Wicklund, 1978), mas honestidad, cooperación, trabajo y conciencia de los propios sentimientos (Wicklund y Frey, 1980), más precisión en los informes de la propia conducta (Scheier, Buss, y Buss, 1978), menos sugestionables (Scheier, Carver, y Gibbons, 1981).

A continuación se describirán conceptos básicos de la teoría para, así, explicar qué es el estado de atención autofocalizada, cómo opera, qué lo produce. Además se incluye aquí el concepto de autoconciencia como rasgo, pues, aunque no procede de Duval y Wicklund, resulta de interés por su amplia aceptación y utilidad.

2.2 Conceptos básicos

a) Atención dicotómica y grado de autoconciencia

Duval y Wicklund plantean que la atención de una persona, en cualquier momento que se considere, está dirigida completamente o bien hacia el "self" o bien por entero sobre eventos externos al sujeto. No contemplan la posibilidad de que se produzca un estado de atención dividida entre el sí mismo y el entorno. No obstante, como la atención puede oscilar rápidamente entre "self" y no "self", estos autores hablan de "incremento" o "decremento" en la autoconciencia objetiva, de modo que un incremento indica aumento en el tiempo empleado en autoenfocarse. Por tanto, cuando hablan de grado de autofocalización están aludiendo a incremento o decremento del tiempo en que el sujeto dirige la atención sobre sí mismo.

b) Dirección de la atención

La teoría considera que la dirección de la atención consciente está determinada por la complejidad de los estímulos que inciden en el sujeto, los cuales se pueden dividir en dos categorías: los que inducen en la persona su "estatus" de objeto, y los que valen para orientar la atención fuera de sí. La autoconciencia objetiva se mini-

miza en la medida en que las distracciones y actividades necesarias de la existencia, típicas del quehacer cotidiano, demandan atención, haciendo que ésta no se centre en el sujeto. No obstante, durante los momentos de autofocalización, la atención vuelve sobre el aspecto más saliente, más en relieve, y respecto al que el sujeto experimenta discrepancias o diferencias (entre el estado actual de ese aspecto y el deseado o "ideal").

c) *Estímulos de autoenfoque*

Los estímulos que evocan en el sujeto su estatus de objeto, aquellos que orientan o atraen su atención sobre él, incrementan la autoconciencia objetiva, mientras que cualquier otro estímulo tenderá a orientar la atención hacia el exterior. Teóricamente, cualquier símbolo o imagen de la propia persona provoca un cambio de su foco atencional hacia el interior. Experimentalmente se utilizan espejos (Buss y Scheier, 1976; Carver, 1975; Carver y Scheier, 1978; Duval y Wicklund, 1972; Ickes, Wicklund y Ferris, 1973; Wicklund y Duval, 1971; Jiménez, 1997, 2001), la propia voz grabada (Duval y Wicklund, 1972; Ickes et al., 1973), imágenes de televisión en circuito cerrado (Duval y Wicklund, 1972; Wicklund y Duval, 1971), con preferencia sobre otros procedimientos. No obstante, como inductores de autofocalización también vale escribir narraciones sobre sí mismo, los propios recuerdos, o que alguien nos pregunte sobre algún pensamiento, o sentimiento, o estado propio.

d) *Estímulos distractores*

Además de los estímulos inductores de autoenfoque, también los distractores juegan un papel importante, tanto en el grado de autoconciencia objetiva, como en determinar la dirección de la atención. Así, los estímulos que desvían la atención consciente fuera del sujeto juegan el rol de distraer, desviar la atención hacia el exterior (por ejemplo, sonidos, señales que chocan con los sentidos y demandan atención inmediata,...), incidiendo así en el grado de autoconciencia objetiva.

e) *Papel de los estímulos*

¿Qué papel juegan los estímulos? ¿Qué le ocurre al foco de atención cuando el sujeto tropieza con un estímulo de autoenfoque, por ejemplo, un espejo? El espejo es más que un estimulador de la atención hacia la cara de uno; tan pronto como la cara, u otro reflejo autorreferido, recibe atención, ésta se extiende a cualquier

otra dimensión autorrelacionada que en ese momento sea la más saliente o esté más en relieve.

f) *Desindividuación*

El último de los factores que puede codeterminar el grado de autoenfoque del sujeto es la desindividuación. Ésta se produce cuando el sujeto tiene dificultades para discriminarse a sí mismo respecto al entorno inmediato como un objeto. Hay un sentido real en el que estos entornos eliminan la unicidad o estatus del individuo como objeto; así, en ejemplos como las concentraciones de los grupos "ultras" en los estadios de fútbol ("Frente Boquerón", "Ultra Sur", "Brigadas Amarillas", "Periquitos", etc.), o manifestaciones políticas de grupos de extrema derecha (p.ej., las recientes manifestaciones y agresiones al ministro de defensa Bono, ocurridas en la manifestación contra la violencia terrorista en febrero de 2005, o las manifestaciones ante la retirada de la figura ecuestre del dictador Franco, en marzo de 2005), cada miembro es virtualmente indiscriminable del grupo como un todo, cultural y/o físicamente. Hay sentidos un poco más simbólicos en los que también se produce desindividuación, y las personas muestran una conducta bastante homogénea, como son los mítines políticos, las actividades deportivas (tanto los espectadores, como los deportistas, en caso de deportes de equipo), las procesiones de semana santa, etc. La homogeneidad puede estar en el comportamiento y en el aspecto físico, en unos casos, o sólo en el comportamiento, en otros.

g) *Autoconciencia estado y rasgo*

Hasta aquí la autoconciencia se está considerando como estado inducido por estímulos, situacionales o externos, que orientan la atención del sujeto sobre sí mismo. Sin embargo, desde 1975 se baraja un concepto de autoconciencia como rasgo, al tiempo que se desarrolla una escala, la "Self-Consciousness-Scale" (Fenigstein, Scheier, y Buss, 1975), para evaluar las diferencias individuales en la tendencia a autofocalizar la atención; escala que ha sido reformulada posteriormente por Scheier y Carver (1985).

Carver y Scheier (1981) integran en su teoría de autorregulación una concepción de la autofocalización entendida como estado y a la vez como disposición, donde, además de emplear manipulaciones experimentales, también la conceptúan como rasgo multidimensional. En su perfil de rasgo, la autoconciencia es la disposición o tendencia de los sujetos para estar autofocalizados en aspectos del "self" tanto privados (conciencia de pensamientos, sentimientos...) como públicos

(conciencia de sí mismo como objeto social, apariencia, presentación ante los demás...).

La autoconciencia privada se la propone como un análogo disposicional de la inducción situacional de autoenfoque (Fenigstein et al., 1975; Fenigstein, 1987). Teóricamente, las personas que puntúan alto en este rasgo (i.e., que están crónicamente autoenfocadas) se comportarán de modo parecido a como lo hacen aquellas en quienes se induce la autoconciencia situacionalmente. Por ejemplo, hay más acuerdo entre sus autoinformes sobre la propia conducta y su conducta real (Gibbons, 1990b; Scheier, Buss, y Buss, 1978), son menos sugestionables, tienen sentimientos más intensos, más claridad sobre los sentimientos, más desarrollo del autoconcepto (Gibbons, 1990b; Scheier, Carver y Gibbons, 1981). Dicho con brevedad y en palabras de Gibbons (1990b), tanto los que tienen autoconciencia privada alta como los que situacionalmente son inducidos a la autoconciencia parecen estar especialmente preocupados con lo que se puede considerar el "self interno". Además, las relaciones antes indicadas entre autoconciencia objetiva y las variables señaladas parecen extensivas a la autoconciencia privada, de manera que ambos deberían tener la misma relación con dichos fenómenos comportamentales (Buss y Scheier, 1976; Carver y Scheier, 1987; Jiménez, 2001; Scheier, 1976; Scheier y Carver, 1977; Wicklund, 1978).

Carver y Scheier (1987) consideran que las manipulaciones experimentales de la autoconciencia también han distinguido conceptualmente componentes privados (atención autofocalizada) y públicos (atención externa), de modo que la distinción no quedaría sólo en la disposición (o "rasgo") autoconsciente. Plantean estos autores que estímulos como el espejo o la propia voz producen una mayor conciencia sobre los aspectos privados del "self", mientras que manipulaciones como la presencia del público o una cámara de televisión producen un aumento de la conciencia sobre sus aspectos públicos. Por su parte, Wicklund y Gollwitzer (1987) no aceptan esta distinción entre los aspectos públicos y privados de la autoconciencia, cuando ésta es inducida situacionalmente, y piensan que tanto la televisión como una audiencia producen mayor autoconciencia sobre los aspectos privados. Así pues, hay una controversia sobre la distinción privado-público del concepto de autoconciencia (Carver y Scheier, 1985, 1987; Gibbons, 1990a; Gollwitzer y Wicklund, 1987; Wicklund y Gollwitzer, 1987), respecto a la que no hay conclusiones definitivas, especialmente sobre su equivalencia en las manipulaciones donde se induce la autofocalización situacionalmente (Kurosawa y Harackiewicz, 1995); polémica de la que dejamos constancia sin terciar en

ella, por no constituir un objetivo del presente trabajo. Por tanto, y en resumen, en la autoconciencia entendida como estado no parece prosperar la distinción entre aspectos públicos y privados.

b) Teoría motivacional

En otro orden, la teoría de la autoconciencia objetiva es una teoría motivacional (y se puede considerar que también lo es de la emoción), y Duval y Wicklund asumen que se producen afectos negativos siempre que se fije la atención en una dimensión intraself. Razonan esta idea asumiendo que la persona objetivamente autoconsciente encuentra limitaciones en sí misma, en cualquier dimensión autorrelacionada que constituya el foco de atención. Inicialmente proponen que las discrepancias entre los logros (o estados actuales) y las aspiraciones son negativas en general (virtualmente en todas las personas y en todos los rasgos), y como consecuencia postulan que la atención autofocalizada es aversiva para la persona. Estas ideas se apoyan en evidencias indirectas, pues suponen que si la autoatención produce un decremento de la autoestima (como así se demuestra (cf., Ickes, Wicklund, y Ferris, 1973) y más adelante se detalla), o si los sujetos tienden a huir de los estímulos de autoenfoque (más adelante, en "huida de la autoconciencia objetiva", se describe), ha de ser aversiva.

i) Valencia de las discrepancias

Duval y Wicklund (1972) piensan que la atención autofocalizada es invariablemente aversiva. Pero Wicklund (1975) considera que la autoconciencia objetiva puede ser ocasionalmente un estado deseable, un estado en el que la persona se siente favorable hacia sí misma. Por ejemplo, una experiencia de éxito reciente y potente es suficiente para transformar la autoconciencia objetiva en un estado deseable. De este modo, si una persona se encuentra con un éxito inequívoco en una dimensión y se valora a sí misma en ella, la valoración es más positiva cuando la hace en presencia de un estímulo de autoenfoque (en el apartado "autoexaltación" se aportan evidencias empíricas que sustentan esta idea).

Por ello, y en este punto, Wicklund introduce una pequeña revisión de la teoría. Postula que una experiencia de éxito puede exceder las aspiraciones o estándares de una persona y, aunque las aspiraciones pueden incrementarse, habrá por lo menos un momento fugaz durante el que la persona posea una discrepancia positiva. Aquí se piensa que prevalecerá un afecto positivo en la medida en que la atención consciente esté orientada hacia tal discrepancia y, análogamente a lo que se postu-

laba para la discrepancia negativa, se presume que el afecto positivo se incrementa con la magnitud de la discrepancia positiva.

Wicklund (1975) propone un principio teórico para anticipar si una discrepancia será negativa o positiva. Considera que es razonable asumir que virtualmente todas las discrepancias son negativas. No obstante, una experiencia de éxito reciente puede generarla positiva; pero también es probable que el impacto del éxito disminuya con el tiempo. Esto es debido a que las aspiraciones se elevan y sobrepasan los éxitos recién obtenidos, recreando discrepancias negativas.

j) Efectos de los afectos negativos

En 1972, Duval y Wicklund plantearon que el efecto resultante de los afectos negativos sería 1) evitación de los estímulos de autoenfoque, o 2) reducción de la discrepancia, sin especificar cuál de ellos se da primero. Wicklund (1975) en su reexamen considera que estas dos reacciones (evitación y reducción) se producen en un orden de preferencia. Esto se debe a que el afecto negativo se postula como la fuerza motivacional, y se preferirá lo que elimine tal afecto más rápidamente. Aunque un desvío de la atención autofocalizada elimina el afecto negativo, lo hace temporalmente. Así, la reacción inmediata a la autoconciencia objetiva será la huida del estímulo de autoenfoque y/o esfuerzos para distraerse. Si la eliminación de la autoconciencia objetiva es imposible la respuesta alternativa de reducción de afectos implica la disminución de la discrepancia, que normalmente provoca esfuerzos por ajustar un rasgo o conducta a un estándar o aspiración. De modo general, esta reducción implica eliminar discrepancias internas, o cualquier contradicción o limitación intraself.

k) Autoevaluación

Se sugiere que la reacción inicial a la irrupción de la autoconciencia objetiva es la *autoevaluación*, en virtud de la cual se incrementará el conocimiento de la discrepancia, debido a la atención autofocalizada. Cuando esta discrepancia es negativa el resultado de la autoevaluación es desfavorable, mientras que cuando es positiva se postula lo contrario: la irrupción de la autoconciencia crea una autoevaluación favorable elevada ante la discrepancia positiva que se ha puesto de relieve. En el primer caso se habla de autocrítica, o autoestima baja, y en el segundo de autoexaltación, o elevada autoestima.

Cuando la diferencia es negativa, los efectos procedentes de la atención autofocalizada (evitación, huida, reducción de la discrepancia) están motivados por la

reacción afectiva de la persona ante su grado de integridad, bondad, o consistencia interna.

l) Autocrítica

La base para la autocrítica (o autoestima baja) está en la discrepancia negativa (que se produce en la medida en que el foco de atención está dirigido hacia sí) entre la conducta del sujeto y el estándar. La autocrítica puede quedar caracterizada como la admisión de la diferencia negativa entre la conducta del sujeto, o el aspecto de que se trate, y el estándar. Así, cuando la conducta de la persona, o dimensión sobre la que recae la atención, es inferior respecto de como idealmente le gustaría que fuese, se produce la autocrítica. Para que la persona admita la discrepancia negativa, ésta debe de medirse inmediatamente al autoenfoque, sin que medie tiempo desde éste, y tiene que ser muy resistente al cambio (Wicklund, 1975).

m) Autoexaltación

En este apartado se describe un principio teórico mencionado antes, y que es incorporado a la teoría por Wicklund (1975) ante las evidencias empíricas que lo apuntaban (v. Ickes et al. 1973; Carver, cf. Wicklund, 1975; Duval y Wicklund, 1973). Se trata del concepto de discrepancia positiva y el consecuente autoengrandecimiento que acompañará a la atención autofocalizada. Cuando la conducta de la persona, o el "self" real, supera sus aspiraciones, la resultante discrepancia positiva, y la atención autofocalizada, producirán un afecto positivo. Este afecto está acompañado por un incremento en la captación de la discrepancia; y definido operacionalmente esto significa que bajo autoconciencia objetiva se inflan las autoevaluaciones. De este modo, la autoexaltación bajo dicha autoconciencia tiene efectos positivos sobre un conjunto de variables, en el que destaca la autoestima.

Hay una laguna de la que la teoría de la autoconciencia objetiva no se ocupa con rigor. Esta es la duración de la discrepancia positiva. Durkheim (1897; cf. Wicklund, 1975) respondería a esta cuestión diciendo que la persona no tiene límites en sus apetitos de bienestar, confort, lujo, y otros aspectos no fisiológicos. Más recientemente, desde la motivación de logro se enfatiza que los deseos y aspiraciones del hombre raramente están dentro de lo que es alcanzable con certeza. Una conclusión coherente con estas ideas parece apuntar a que la discrepancia positiva es necesariamente un fenómeno pasajero; y si se espera lo suficiente antes de llevar la atención del sujeto sobre la experiencia de éxito, el

autoengrandecimiento puede deslizarse en autocrítica, ya que las aspiraciones se elevan otra vez más allá de lo obtenido (Wicklund, 1975).

n) Efectos de las discrepancias

Adicionalmente a la reacción inicial de autoevaluación, pueden darse dos cursos de acción ante la atención autofocalizada: el primero tiene que ver con la respuesta de evitación o aproximación. Así, si la discrepancia en el enfoque es positiva, la persona aceptará el estímulo que le lleva a la autoconciencia, y tiende a buscar circunstancias de autoenfoque; mientras que si la discrepancia es negativa habrá una evitación activa del estímulo, incluidos esfuerzos por distraerse. La segunda reacción consiste en intentar reducir la discrepancia, y sólo se produce cuando hay diferencias negativas y una autoconciencia objetiva inescapable.

ñ) Huida de la autoconciencia objetiva

Teóricamente se predice que la autoconciencia objetiva pondrá en marcha esfuerzos para evitar este estado (salvo en los raros casos de discrepancia positiva). La reacción inicial, la autocrítica, sólo durará en la medida en que el sujeto continúe con la atención autofocalizada. Análogamente, la reducción de discrepancias (que se verá más adelante) pierde vigor si el sujeto con autoconciencia objetiva puede salir fácilmente de ese estado. Son diversos los modos en que se produce este fenómeno de huida/evitación: evitación directa, física de los estímulos que provocan autoconciencia objetiva, aversión al estímulo de autoenfoque, distraerse centrandó la atención en estímulos del entorno (ruidos, figuras, formas, gestos...), hábitos nerviosos, focalizar sobre actividades motoras

o) Eliminación de la discrepancia

Desde la teoría se predice que focalizar la atención sobre una discrepancia, cuando la evitación es imposible -y si se pueden alterar las conductas, actitudes, o rasgos-, lleva a intentar una reducción de ésta. Este cambio será en la dirección de un estándar personal de lo correcto. Incluso cuando los estándares no son muy evidentes, la teoría predice una reducción de la discrepancia intraself (Duval y Wicklund, 1972; Wicklund, 1975).

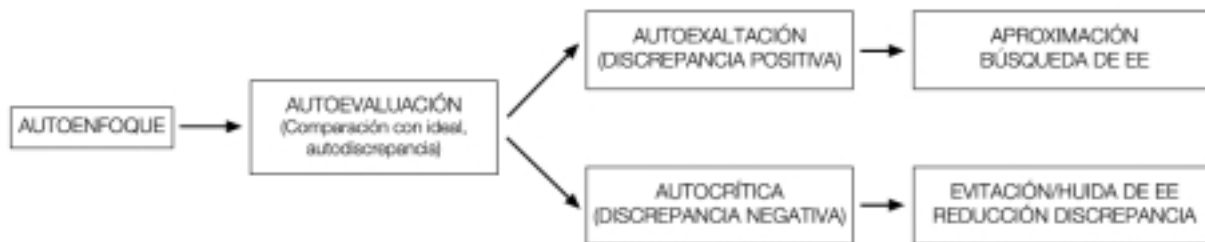
p) Resumen

En resumen, cabe describir la teoría de la autoconciencia objetiva del siguiente modo: se considera a la atención consciente como *dicotomizada*, con la propiedad de estar dirigida bien hacia el "self", bien hacia el entorno. La *dirección* de la atención está guiada por eventos que fuerzan la atención hacia el interior (como reflejos del "self"), y eventos que atraen la atención hacia el exterior (como estímulos distractores fuera de la persona). La persona bajo autoconciencia objetiva experimenta *afectos* positivos o negativos, dependiendo de si la atención está dirigida hacia una discrepancia negativa o positiva. La *magnitud* o *grado* del afecto es una función de la proporción de atención focalizada en la discrepancia y del "tamaño" de la discrepancia (véase Figura 1).

3. APORTACIONES DESDE OTRAS TEORÍAS

A continuación se resumen las aportaciones hechas desde varios modelos teóricos.

FIGURA 1
REPRESENTACIÓN ESQUEMÁTICA DEL MODELO DE DUVAL Y WICKLUND

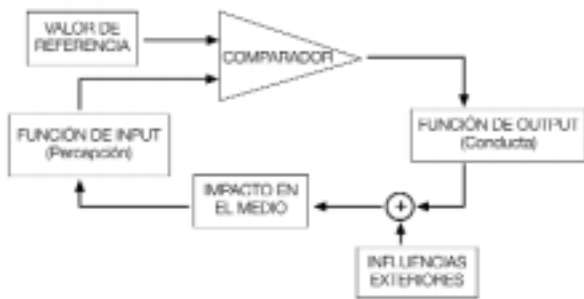


3.1 Aportaciones desde la teoría de la Autorregulación

Carver y Scheier (Carver, 1979; Carver y Scheier, 1981, 1982, 1990, 1996; Scheier y Carver, 1988) desarrollan su modelo de la autorregulación, integrando la teoría de la autoconciencia de Duval y Wicklund con el sistema cibernético de autorregulación de Powers (1973,1978) y otros (v.g., Smith y Smith, 1966), quienes habían tomado varios conceptos de Miller Galanter y Pribram (1960). Suscriben el modelo de autoconciencia original, añadiendo varios conceptos, y modificando otros. El concepto central del sistema de autorregulación es un bucle de feedback (ver Figura 2), en que el sujeto valora las discrepancias entre el estándar o valor de referencia y un estímulo perceptivo de cualquier tipo, o estado actual (por tanto, consideran el autoenfoque como parte de este lazo de feedback). La detección de la

REVISIÓN
51

FIGURA 2
REPRESENTACIÓN ESQUEMÁTICA DE UN BUCLE DE FEEDBACK.
UNIDAD BÁSICA DE CONTROL CIBERNÉTICO



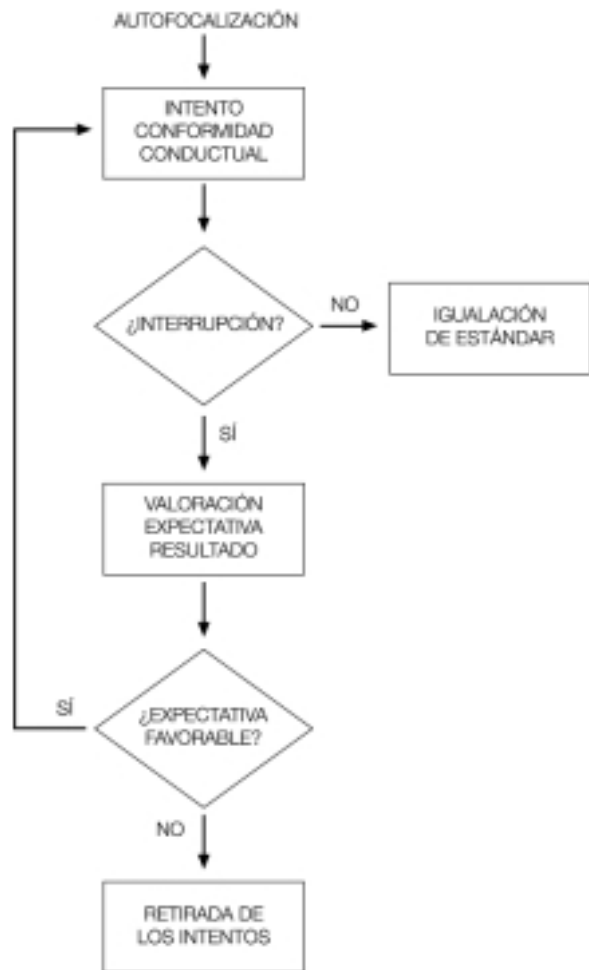
Fuente: Carver y Scheier (1990).

discrepancia pone en marcha de modo inmediato conductas para eliminar la brecha, no en reacción ante los afectos negativos (esta teoría es de procesamiento de la información, no motivacional), sino de modo "desapasionado", como una propiedad inherente al sistema.

También consideran que la conducta para reducir las discrepancias lleva a una valoración de la probabilidad (o expectativa) de que dicha discrepancia sea reducida (Figura 3). Si la probabilidad de reducir la discrepancia es alta, el sujeto continua intentando eliminarla, pero si es baja abandona el bucle de feedback, se desconecta de las metas, y desvía la atención del sistema de autorreferencia.

Esta perspectiva autorreguladora la adaptan a la explicación de los afectos en general (Carver y Scheier, 1991) del siguiente modo. Consideran que las personas están continuamente estableciendo metas, estándares, intenciones para ellos mismos, que usan como puntos de referencia. Conforme las personas actúan, autoatentivamente monitorizan sus acciones respecto a esos valores de referencia. Cuando es necesario, hacen ajustes para que sus conductas estén más acordes con las acciones deseadas.

FIGURA 3
DESCRIPCIÓN DEL DIAGRAMA DE FLUJO DEL PROCESO DE VALORACIÓN DE EXPECTATIVA Y RESPUESTA CONDUCTUAL QUE SIGUE CUANDO SE ENCUENTRAN IMPEDIMENTOS EN UN INTENTO DE REDUCCIÓN DE DISCREPANCIAS



FUENTE: Carver y Scheier (1982).

Esta reducción de discrepancia es básica para la autorregulación mediante el control de feedback. Normalmente, este proceso se realiza sin dificultad, pero ocasionalmente surgen problemas en el flujo de autorregulación. Problemas que unas veces resultan de impedimentos ambientales, y otras proceden de conflictos entre valores de referencia alternativos. Carver y Scheier contemplan la alteración afectiva como reflejo de la existencia de tal conflicto. La ansiedad surge cuando las personas se encuentran a sí mismas en situaciones donde el intento de comportarse de acuerdo con un valor de referencia amenaza con aumentar las discrepancias con respecto a otro de estos valores, como la seguridad física, la aceptación por parte de otras personas, confort personal o integración holística de la persona. Esta activación emocional le sirve al sujeto como señal de peligro, una señal que le podría llevar a considerar un cambio en las prioridades conductuales.

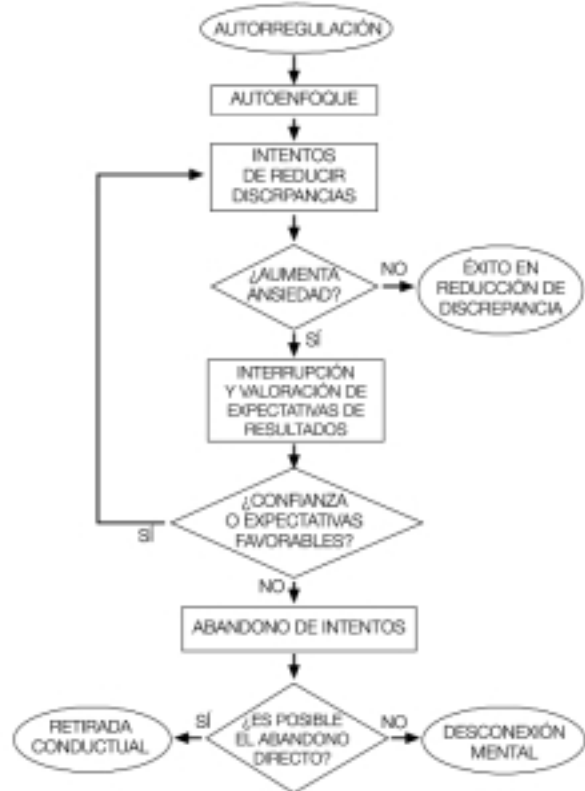
Para estos autores la variable crítica es la expectativa (favorable o desfavorable) del sujeto de ser capaz de afrontar la ansiedad experimentada y de completar la acción que está intentando (Figura 4). La persona con expectativas favorables de afrontar, que tiene la suficiente confianza de completar la acción, responde a la alteración emocional con esfuerzos renovados; de modo que cuando la atención de este sujeto se autoenfoca, se incrementa la persistencia e incluso el rendimiento.

El sujeto con serias dudas de ser capaz de afrontar, que tiene las expectativas de un mal resultado, tiende a no persistir en la tarea ante la ansiedad, y es probable que se desconecte. Desvinculación que resulta en una retirada física del contexto conductual. A veces se expresa más sutilmente, como desconexión de los esfuerzos para alcanzar la meta, o retirada mental. Estas respuestas pueden resultar en un deterioro de las actuaciones cuando se autodirige la atención.

Este modelo agrupa en tres niveles o dimensiones la estructura del autoconcepto: experiencial, comportamental, y global-evaluativo. Estas dimensiones existen en estructura jerarquizada, y en cada instancia el punto de comparación (estándar, en términos de Duval y Wicklund) es diferente. El nivel, y por tanto, el punto de comparación, que está en relieve depende primeramente de factores situacionales. Además, el nivel del foco determina el tipo de respuesta que se produce.

a) Nivel experiencial. Si el humor, los estados de activación o algún aspecto corporal del self sobresalen cuando el sujeto es autoconsciente, la atención se focaliza en esa dimensión. Esto lleva a una conciencia de ese humor o activación elevada (Scheier et al., 1982), que fortalece el vínculo entre el afecto y las conductas relacionadas, tales como respuestas tras las provocaciones, o evita-

FIGURA 4
DIAGRAMA DE FLUJO DE LAS DIVERSAS CONSECUENCIAS QUE PUEDEN SEGUIRSE DEL INTENTO DE IGUALAR LA PROPIA CONDUCTA CON UN ESTÁNDAR DE COMPARACIÓN EN SITUACIÓN PROVOCADORA DE ANSIEDAD



Fuente: Carver y Scheier (1991).

ción/huida de estímulos temibles. Por tanto, cuando una respuesta autonómica está implicada, en la medida en que permanezca elevada, atraerá la atención y se retrasarán o no se producirán conductas basadas en los estándares.

b) Nivel conductual. Cuando el sujeto no está distraído psicológicamente, y hay que actuar o dar una respuesta de algún tipo, la autoevaluación se centra en los estándares o valores comportamentales pertinentes (Duval y Wicklund, 1972). Estos estándares le sirven al sujeto de referencias para saber qué conductas son apropiadas y cuáles no. El resultado normal es un fortalecimiento de la relación entre el estándar interno y la conducta. Si el estándar evocado por la situación implica algún tipo de ejecución (p. ej., un examen, habilidad

para resistir la tentación, valentía, ...) entonces el proceso de autovaloración incluirá una evaluación de la habilidad para obtener ese estándar (Carver y Scheier, 1981). Las bajas expectativas de alcanzarlos van seguidas de afectos negativos (exacerbados por el autoenfoque); las altas expectativas se asocian con alta determinación y optimismo.

c) Global-evaluativo. Si la situación no demanda una respuesta conductual determinada, o los intentos de responder a los estándares han tendido éxito o han fracasado, el autoenfoque elicitaba una valoración global del self a un nivel más abstracto (p. ej. ¿estoy haciéndolo suficientemente bien de acuerdo con estos estándares?). El punto de comparación en este nivel, y sólo en éste, es el self ideal. En consecuencia, es probable que se produzcan intentos para incrementar conductas, para reducir discrepancias percibidas con respecto al self ideal. Por ejemplo, el padre que reprende en exceso verbalmente al hijo puede cambiar esa conducta, o quizás puede apaciguar al self prometiéndose hacerlo mejor en el futuro. Si no hay una solución de algún tipo, es probable que se abandone con apremio el autoenfoque. Las reacciones a esta valoración reflejan normalmente autoestima. Así, quienes sean más autocríticos encontrarán aversivo este estado, mientras que quienes tengan autoestima elevada no lo encontrarán así (Shibutani, 1961). Si no hay un estándar de conducta implicado, no es probable que se produzca respuesta comportamental inmediata, salvo la evitación.

Considera Gibbons (1990a) que a menudo llega a sobresalir más de una dimensión del self al mismo tiempo. En estos casos, los niveles más bajos en la estructura jerárquica (primero el nivel experiencial, y después el comportamental) predominan en términos de foco atencional. También es posible que ni los aspectos experienciales ni los conductuales del self sobresalgan en una situación dada; entonces la atención se focaliza inmediatamente en una valoración global del self "vis a vis" del ideal. Este es básicamente el proceso planteado por Duval y Wicklund (1972). En otras palabras, una persona autoconsciente puede focalizar en un nivel (p.ej., un estado emocional, en el nivel experiencial) y no considerar nunca componentes de otro nivel (p. ej., estándares de comportamiento, a nivel conductual). Del mismo modo que la atención puede oscilar desde el medio ambiente hasta el self (en los dos sentidos), también puede cambiar desde cualquiera de los niveles a otro, y puede ocurrir rápidamente. No obstante, como plantea Wicklund (1980), las personas rara vez permanecen autoenfocadas durante largo tiempo, pues el autoenfoque prolongado llevará a descubrir defectos

personales, causando incomodidad e intentos de distracción en el medio.

En resumen, este modelo agrega al original el bucle de feedback, la valoración de las expectativas, y también una organización jerárquica de los estándares o valores de referencia, desde más elementales hasta más globales. Difieren en el mecanismo de reducción de la discrepancia (desapasionada, para Carver y Scheier, frente a resultado de los afectos negativos, y si no puede huir, para Duval y Wicklund), y en los afectos (consecuencia de la interrupción de los intentos de reducir discrepancias, y sobre todo de unas expectativas negativas de eliminar éstas, según Carver y Scheier; resultado de la discrepancias negativas, en el modelo original).

3.2 *Aportaciones desde la teoría del manejo del terror*

Desde la teoría del manejo del terror (p.ej., Greenberg, Pyszczynski, y Solomon, 1986; Pyszczynski, Greenberg, Solomon, y Hamilton, 1991) se considera que los modelos anteriores no explican adecuadamente por qué la autoconciencia afecta a la ansiedad, a la autoestima, etc., y proponen un modelo que no difiere sustancialmente de los anteriores, sino que proporciona una explicación distinta (acaso complementaria).

a) Curso de la autoconciencia

Los autores plantean (de acuerdo con Becker, 1962, 1973, 1975, cf., Pyszczynski et al., 1991) que el éxito en la adaptación del ser humano se debe a la evolución de un conjunto de habilidades intelectuales altamente sofisticadas, que le hacen diferente del resto de criaturas vivas. Las habilidades de pensar en términos de causa y efecto, de proyectarse en el futuro e imaginar acontecimientos que todavía no le han ocurrido, y la más importante, reflexionar sobre sí mismo como objeto de atención, en su conjunto, proporcionan a la conducta del ser humano una gran flexibilidad y adaptabilidad (pues le liberan de los patrones de respuesta fijos, instintivos, y le capacitan para adaptar la conducta al medio constantemente cambiante). Estas mismas habilidades, ahora bajo etiquetas de motivación, expectativas y autofocalización de la atención, juegan un rol fundamental en diversas teorías contemporáneas (p. ej., "teoría atribucional de la motivación y la emoción humanas" de Weiner, 1986; "expectativas de lugar de control" de Rotter, 1954; "teoría de la autoconciencia objetiva" de Duval y Wicklund, 1972).

Por desgracia, estas habilidades sólo humanas también generan problemas únicamente humanos. Inevitablemente llegamos a ser conscientes del potencial para el dolor, lesiones, etc., continuamente presente, de la dureza de la existencia, de la vulnerabilidad, y en definitiva, de la inevitabilidad y gratuidad de la muerte. Esta conciencia de vulnerabilidad y mortalidad originan el "caldo de cultivo" para el terror paralizante: la conciencia de que lo único cierto en la vida es que uno puede morir en cualquier momento provoca un sufrimiento irresistible en cualquier animal con instinto de conservación. Justamente cuando somos autoconscientes es cuando nuestra vulnerabilidad y soledad se ponen especialmente de relieve. Sin medios para manejar el abrumador terror creado por este estado de autoatención, la vida sería difícil.

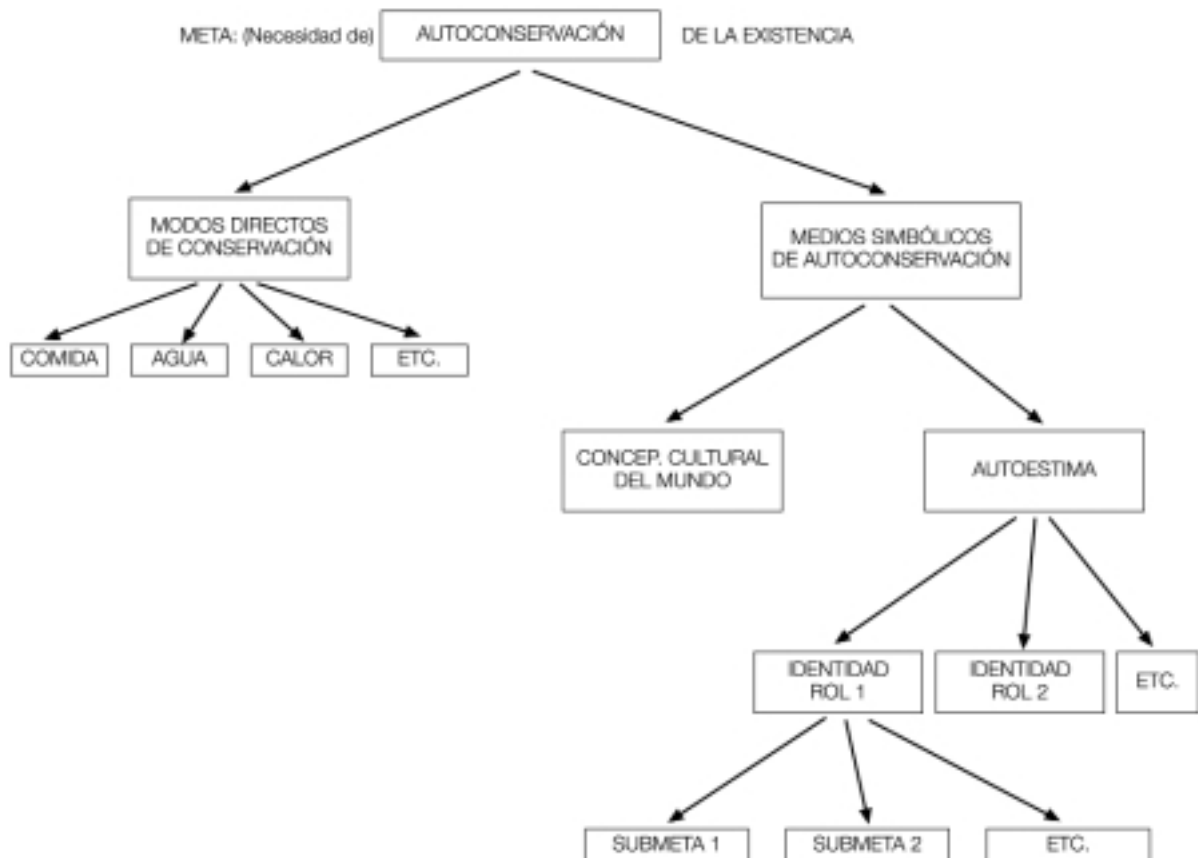
No obstante, las mismas habilidades que dan lugar al terror también proporcionan soluciones únicas, ya que

llevan a desarrollar medios para negar la vulnerabilidad y mortalidad simbólicamente, creando una concepción cultural del mundo, que proporciona una base para la autovaloración (positiva o negativa).

b) Medios simbólicos de autoconservación (amortiguador cultural de la ansiedad)

Desde esta teoría se considera que una cultura, cada cultura, es una concepción simbólica de la realidad compartida. Las culturas cumplen la función de minimizar la ansiedad que resulta de la conciencia de vulnerabilidad y mortalidad humana dotando al mundo de sentido, orden, estabilidad, y permanencia; y proporcionando al sujeto alguna esperanza de evitar, mediante sus actos, la experiencia aversiva, y finalmente, trascender a la muerte. Por tanto, el concepto cultural del mundo consiste en unas creencias sobre la

FIGURA 5
MODOS DIRECTOS Y SIMBÓLICOS DE AUTOCONSERVACIÓN



realidad, por una parte, y un conjunto de estándares de valor que derivan de esas creencias, por otra. Cuando uno cumple con esos estándares, adquiere autoestima y la protección prometida por la cultura (véase Figura 5).

El concepto cultural del mundo capacita al sujeto para manejar el terror proporcionando un contexto en el que se puede concebir valioso y significativo. Este sentido de valor, que los autores refieren como autoestima, proporciona un amortiguador para la ansiedad que puede causar la autoconciencia. Desde aquí, la autoestima se adquiere, tras internalizar una concepción de la realidad y los estándares de valor que son parte de esa concepción, cumpliendo con estos estándares. Las personas están motivadas a mantener un alto nivel de autoestima, ya que ésta proporciona un "colchón" contra la ansiedad que resulta de su conciencia de vulnerabilidad y mortalidad. Salomon, Greenberg, y Pyszczynski (1991) aportan diversos estudios donde se constata la relación de la autoestima con diversos problemas de ansiedad, y que apoyan la hipótesis de que la autoestima cumple la función de amortiguar la ansiedad. Por su parte Rosenblatt, Greenberg, Solomon, Pyszczynski, y Lyon (1989) realizan una serie de experimentos que dan soporte empírico a la idea de que el concepto cultural del mundo cumple una función de menguar (o "parapetarnos" contra) la ansiedad.

Por tanto, el punto de vista de la teoría del manejo del terror sobre los procesos de autoconciencia, podemos resumirlo como sigue. La autoconciencia es un prerrequisito para experimentar el terror existencial. Cuando el sujeto es autoconsciente, es cuando se pone de relieve su vulnerabilidad. Este potencial para la ansiedad se contrarresta mediante la autoestima, que se logra cumpliendo con los estándares culturales de valor. Estándares que están organizados jerárquicamente, y que se van desarrollando en el proceso educativo, al ir adquiriendo pautas de conducta en todos los ámbitos de funcionamiento.

Este modelo considera que la diferencia entre la ansiedad (terror) circunscrita (fobias, hipocondría, somatizaciones, trastornos obsesivo-compulsivos, etc.), y la que ellos denominan ansiedad existencial (quizás semejante a la ansiedad generalizada) está en el nivel de la jerarquía donde se localice la discrepancia cuando el sujeto es autoconsciente. Así, en la ansiedad circunscrita la diferencia se sitúa en niveles bajos de la jerarquía, mientras que se sitúa en niveles elevados de ésta en la ansiedad existencial (Pyszczynski et al., 1991).

CONCLUSIÓN

En este artículo se han expuesto la teoría básica sobre la autoconciencia objetiva (Duval y Wicklund), y las modificaciones más importantes que se le han realizado desde modelos afines. En síntesis, y tomadas conjuntamente todas las aportaciones, esta teoría puede describirse del siguiente modo. Se considera que la persona dispone de un conjunto de habilidades mentales específicamente humanas, entre las cuales resalta la capacidad de reflexionar sobre sí mismo como un objeto de atención. Esta capacidad de autorreflexión o autofocalización atencional posibilita el acceso a los esquemas de información autorreferidos (o estándares organizados jerárquicamente), los cuales llevan a una autoevaluación respecto a ellos. Esta evaluación pone al descubierto la conciencia de las discrepancias, normalmente negativas, entre el self y los estándares o ideales, produciendo de este modo afectos negativos, ansiedad (o terror existencial según Greenberg et al.), directamente (Duval y Wicklund, Greenberg y otros), o de modo indirecto y como consecuencia de unas bajas expectativas de eliminar dichas discrepancias (Carver y Scheier). En este punto, el sujeto, bien evita o huye de la situación de autoconciencia, o bien tiende a eliminar las discrepancias. En uno y otro caso, disminuyen los afectos negativos.

REFERENCIAS

- Beck, J. G., Barlow, D. H., y Sakheim, D. K. (1983). The Effects of Attentional Focus and Partner Arousal on Sexual Responding in Functional and Dysfunctional Men. *Behaviour Research and Therapy*, 21(1), 1-8.
- Becker, E. (1962). *The birth and death of meaning*. New York: Free Press.
- Becker, E. (1973). *The denial of death*. New York: Free Press.
- Becker, E. (1975). *Escape form evil*. New York: Free Press.
- Buss, D. M., y Scheier, M. F. (1976). Self-Consciousness, Self-Awareness, and Self-Attribution. *Journal of Research in Personality*, 10, 463-468.
- Beike, D.R., Lampinen, J.M. y Behrend, D.A. (2004). *The self and memory*. New York: Psychology Press.
- Carver, C. S. (1975). Physical Aggression as a Function of Objective Self-Awareness and Attitudes toward Punishment. *Journal of Experimental Social Psychology*, 11, 510-519
- Carver, C. S. (1979). A Cybernetic Model of Self-Attention Processes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 103-114.

- chology, 373 (8), 1251-1281.
- 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(3), 324-332.
- Carver, C. S., y Scheier, M. F. (1981). *Attention and self-regulation: A control theory approach to human behavior*. New York y Berlin: Springer-Berlag.
- Carver, C. S., y Scheier, M. F. (1991). A Control-Process Perspective on Anxiety. En R. Schwarzer y R.A. Wicklund (eds), *Anxiety and Self-Focused Attention*. New York: Harwood Academic Publishers.
- Carver, C. S., y Scheier, M. F. (1982). Control Theory: A Useful Conceptual Framework for Personality - Social, Clinical, and Health Psychology. *Psychological Bulletin*, 92(1), 111-135.
- Carver, C. S., y Scheier, M. F. (1985). Aspects of Self, and the Control of Behaviour. En B.R. Schlenker (Ed), *The Self and Social Life* (pp. 146-174). New York: McGraw-Hill.
- Carver, C. S., y Scheier, M. F. (1987). The Blind Men and the Elephant: Selective Examination of the Public-Private Literature Gives Rise to a Faulty Perception. *Journal of Personality*, 55(3), 525-541.
- Carver, C. S., y Scheier, M. F. (1990). Origins and Functions of Positive and Negative Affect: A Control-Process View. *Psychological Review*, 97(1), 19-35.
- Carver, C. S., y Scheier, M. F. (1996). Self-regulation. En C.S. Carver y M.F. Scheier (Eds), *Perspectives on personality* 9733 (3ª ed.,). Needham Heights, Mass: Allyn y Bacon.
- Cooley, C. H. (1902). *Human nature and the social order*. New York: Scribners.
- Dickstein, L.S., Wang, N., y Whitaker, A. (1981). Private self-consciousness and trait-anxiety. *Psychological Reports*, 489733 , 518.
- Duval, S., Duval, V. H., Y Neely, R. (1979). Self-Focus, Felt Responsibility, and Helping Behaviour. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(10), 1769-1778.
- Duval, S., y Wicklund, R. A. (1972). *A Theory of Objective Self-Awareness*. New York: Academic Press.
- Duval, S., y Wicklund, R. A. (1973). Effects og Objective Self-Awareness on Attribution of Causality. *Journal of Experimental Social Psychology*, 9, 17-31.
- Fenigstein, A. (1987). On the Nature of Public and Private Self-Consciousness. *Journal of Personality*, 55(3), 543-554.
- 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.
- Fierro, A. (1996). El conocimiento de sí mismo. A. Fierro (Ed), *Manual de Psicología de la Personalidad*. Barcelona: Paidós.
- Froming, W. J., Walker, G. R., y Lopyan, K. J. (1982). Public and Private Self-Awareness: When Personal Attitudes Conflict with Societal Expectations. *Journal of Experimental Social Psychology*, 18, 476-487.
- Gibbons, F. X. (1990a). Self-Attention and Behaviour: A Review and Theoretical Update. *Advances in Experimental Social Psychology*, 23, 249-303.
- Gibbons, F. X. (1990b). The Impact of Focus of Attention and Affect on Social Behaviour. En W. R. CROZIER (Ed), *Shyness and Embarrassment*. New York: Cambridge University Press.
- Gollwitzer, P. M., y Wicklund, R. A. (1987). Fusing Apples and Oranges: A Rejoinder to Carver and Scheier and to Fenigstein. *Journal of Personality*, 55(3), 555-561.
- Greenberg, J., y Pyszczynski, T. (1986). Persistent High Self-Focus After Failure and Low Self-Focus After Success: The Depressive Self-Focusing Style. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(5), 1039-1044.
- Greenberg, J., Pyszczynski, T., y Solomon, S. (1986). The causes and consequences of the need for self-esteem: A terror management theory. En R. F. Baumeister (Ed), *Public and private self* (pp. 198-212). New York: Springer.
- Hull, J. G., y Levy, A. S. (1979). The Organizational Functions of the Self: An Alternative to the Duval and Wicklund Model of Self-Awareness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(5), 756-768.
- Hull, J. G., Young, R. D., y Jouriles, E. (1986). Applications of the Self-Awareness Model of Alcohol Consumption: Predicting Patterns of Use and Abuse. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(4), 790-796.
- Ickes, W. J., Wicklund, R. A., y Ferris, C. R. (1973). Objective Self Awareness and Self Esteem. *Journal of Experimental Social Psychology*, 9, 202-219.
- Ingram, R. E. (1990). Self-Focused Attention in Clinical Disorders: Review and a Conceptual Model. *Psychological Bulletin*, 107 (2), 156-176.
- Ingram, R. E., Johnson, B. R., Bernet, C. Z., Dombeck, M., y Rowe, M. K. (1992). Vulnerability to Distress: Cognitive and Emotional Reactivity in Chronically Self-Focused Individuals. *3 Cognitive Therapy and Research*, 16(4), 451-472.
- James, W. (1890). *The principles of psychology*. New York: Holt.
- James, W. (1910). *Psychology: The briefer course*. New York: Holt.

- Jiménez, J.A. (1997). Ansiedad-estrés como efecto de la autoconciencia. En M. Hombrados (Ed.), *Estrés y salud*. Valencia: Promolibro.
- Jiménez, J.A. (1999). Autoconciencia, personalidad sana y sistema autorreferente. *Anales de Psicología*, 15, 169-177
- Jiménez, J.A. (2001). Influencia de la autoconciencia estado y rasgo sobre la autoestima. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 54, 5-16
- Kurosawa, K., y Harackiewicz, J. M. (1995). Test Anxiety, Self-Awareness, and Cognitive Interference: A Process Analysis. *Journal of Personality*, 63(4), 931-951.
- Mead, G. H. (1934). *Mind, self, and society*. Chicago: University of Chicago Press.
- Miller, G. A., Galanter, E., y Pribram, K. H. (1960). *Plans and the structure of behavior*. New York: Holt, Rinehart y Winston.
- Polivy, J., Herman, C. P., Hackett, R., y Kuleshnyk, I. (1986). The effects of Self-Attention and Public Attention on Eating in Restrained and Unrestrained Subjects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(6), 1252-1250
- Powers, W. T. (1973). *Behaviour: The control of perception*. Chicago: Aldine.
- Powers, W. T. (1978). Quantitative analysis of purposive systems: Some spadework at the foundations of scientific psychology. *Psychological Review*, 85, 417-435.
- Pyszczynski, T., y Greenberg, J. (1985). Depression and Preference for Self-Focusing Stimuli After Success and Failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49(4), 1066-1075.
- Pyszczynski, T., Greenberg, J., Solomon, S., y Hamilton, J. (1991). A terror management analysis of self-awareness and anxiety: The hierarchy of terror. En R. Schwarzer y R. A. Wicklund. New York: Harwood Academic Publishers.
- Rogers, C. R. (1951). *Client Centred Therapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rosenblatt, A., Greenberg, J., Solomon, S., Pyszczynski, T., y Lyon, D. (1989). Evidence For Terror Management Theory: I. The Effects of Mortality Salience on Reactions to Those Who Violate or Uphold Cultural Values. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(4), 681-690.
- Rotter, J. B. (1954). *Social learning and clinical psychology*. New York: Prentice Hall.
- Scheier, M. F. (1976). Self-Awareness, Self-Consciousness, and Angry Aggression. *Journal of Personality*, 44, 627-644.
- Scheier, M. F., Buss, A. H., Y Buss, D. M. (1978). Self-Consciousness, Self-Report of Aggressiveness, and Aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 12, 133-140.
- Scheier, M. F., Y Carver, C. S. (1977). Self-Focused Attention and the Experience of Emotion: Attraction, Repulsion, Elation, and Depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 625-636
- Scheier, C. F., y Carver, C. S. (1985). The Self-Consciousness Scale: A Revised Version for Use with General Populations. *Journal of Applied Social Psychology*, 15(8), 687-699.
- Scheier, M. F., y Carver, C. S. (1988). A Model of Behavioral Self-Regulation: Translating Intention into Action. *Advances in Experimental Social Psychology*, 21, 303-346.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., y Gibbons, F. X. (1979). Self-Directed Attention, Awareness of Bodily States, and Suggestibility. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(9), 1576-1588.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., y Matthews, K. A. (1982). Attentional factors in the perception of bodily states. En J. Cacioppo y R. Petty (Eds), *Social psychology*. New York: Guilford Press.
- Shibutani, T. (1961). *Social and personality: An interactionist approach to social psychology*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Smith, K.U., y Smith, M.F. (1966). *Cybernetic principles of learning and educational design*. New York: Holt, Rinehart, y Winston.
- Solomon, S., Greenberg, J., y Pyszczynski, T. (1991). A Terror Management Theory of Social Behaviour: The Psychological Functions of Self-Esteem and Cultural Worldviews. *Advances in Experimental Social Psychology*, 24, 93-159.
- Strack, S., Blaney, P. H., Ganellen, R. J., y Coyne, J. C. (1985). Pessimistic Self-Preoccupation, Performance Deficits, and Depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49(4), 1076-1085.
- Strigel-Moore, R., Silberstein, L. R., y Rodin, J. (1993). The Social Self in Bulimia Nervosa: Public Self-Consciousness, Social Anxiety, and Perceived Fraudulence. *Journal of Abnormal Psychology*, 102(2), 297-303.
- Weiner, B. (1986). *And attributional theory of motivation and emotion*. New York: Springer-Verlag.
- Wells, A. (1985). Relationship between private self-consciousness and anxiety scores in threatening situations. *Psychological Reports*, 57, 1063-1066.
- Wells, A. (1991). Effects of dispositional self-focus, appraisal and attention instructions on responses to a threatening stimulus. *Anxiety Research*, 3, 291-301.
- Wells, A., y Matthews, G. (1994). Self-Consciousness

- and Cognitive Failures as Predictors of Coping in Stressful Episodes. *Cognition and Emotion*, 8(3), pp. 279-295.
- Wicklund, R. A. (1991). Introduction. En R. A. Schwarzer y R. A. Wicklund *Anxiety and self-focused attention*. New York: Harwood Academic Publishers.
- Wicklund, R. A. (1980). Group contact and self-focused attention. En P. B. Paulus (Ed), *Psychology of group influence*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Wicklund, R. A. (1975). Objective Self-Awareness. *Advances in Experimental Social Psychology*, 8, 233-275.
- Wicklund, R. A. (1978). Three Years Later. En L. Berkowitz (Ed), *Cognitive Theories in Social Psychology*. New York: Academic Press.
- Wicklund, R. A., y Duval, S. (1971). Opinion Change and Performance Facilitation as a Result of Objective Self-Awareness. *Journal of Experimental Social Psychology*, 7, 319-342.
- Wicklund, R. A., y Frey, D. (1980). Self-Awareness Theory: When the Self Makes a Difference. En D.M. Wegner y R.R. Vallacher (Eds.), *The self in Social Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Wicklund, R. A., y Gollwitzer, P. M. (1987). The Fallacy of the Private-Public Self-Focus Distinction. *Journal of Personality*, 55(3), 491-523.
- Wolff, W. (1932). Selbstbeurteilung und Fremdbeurteilung im wissentlichen und unwissentlichen Versuch. *Psychologische Forschung*, 16, 251-328.