

# Olvido inducido por la recuperación con experiencias emocionales positivas y negativas

ELVIRA GARCÍA-BAJOS Y MALEN MIGUELES

Universidad del País Vasco



## Resumen

Investigaciones recientes muestran que recordar puede causar olvido de material relacionado. Este fenómeno denominado olvido inducido por la recuperación enfatiza los procesos inhibitorios de la memoria en situaciones de competición. Este experimento amplía el paradigma del olvido inducido por la recuperación a la memoria de experiencias emocionales positivas y negativas vividas por otras personas. En la fase de estudio, para manipular la competición, los participantes recibieron experiencias de dos personajes: positivas de ambos, negativas de ambos, positivas del personaje de repaso y negativas del de línea base, o al contrario. En la fase de práctica recuperaron mediante recuerdo con clave la mitad de las experiencias de un personaje. Y en la fase final trataron de recordar las experiencias de ambos personajes. Los resultados mostraron facilitación para las experiencias practicadas e inhibición de las experiencias no practicadas respecto a la línea base, pero solo cuando los personajes tenían experiencias de la misma naturaleza, anulándose la inhibición cuando tenían experiencias de naturaleza distinta. La competición entre experiencias y procesos de integración durante la fase de estudio pueden explicar estos efectos.

Palabras clave: olvido inducido por la recuperación, experiencias emocionales, inhibición.

## Retrieval-induced forgetting of positive and negative emotional experiences

### Abstract

Recent research has shown that the act of remembering can prompt forgetting of related material. This phenomenon, known as retrieval-induced forgetting, emphasizes the memory's inhibitory processes in competitive situations. This experiment extends the retrieval-induced forgetting paradigm to positive and negative emotional experiences had by other people. In the study phase, to manipulate competition, participants were given experiences of two characters: positive of both, negative of both, positive of the practiced character and negative of the baseline character, or vice versa. In the practice phase they retrieved half of the experiences of one of the characters using cued recall. In the final phase they tried to recall the experiences of both characters. The results showed facilitation for practiced experiences and inhibition for non-practiced experiences when compared to the baseline, but only when the characters' experiences were of the same nature. Inhibition was eliminated when their experiences were of a different nature. Competition between experiences and integration processes during the study phase may explain these effects.

Keywords: Retrieval-induced forgetting, emotional experiences, inhibition.

### Introducción

Cotidianamente sufrimos la experiencia de olvidar información, pero es erróneo pensar que el olvido sea una característica negativa de nuestro sistema de memoria. Es más, en muchas ocasiones, gracias al olvido podemos recordar la información que necesitamos (Anderson, Bjork y Bjork, 1994; Anderson y Spellman, 1995; Bjork, 1989; Bjork, Bjork y Anderson, 1998). Cuando queremos recordar el título de la canción que estamos escuchando, dónde hemos aparcado el coche o el teléfono de un conocido, debemos impedir o inhibir la recuperación de alternativas que compiten por entrar en la conciencia al compartir las mismas claves de recuperación que la información que queremos recordar. Es decir, el acto de recordar confía en el proceso de selección, en la habilidad de la mente para recuperar justo la información que satisface nuestras necesidades y objetivos. Para explorar el olvido promovido por procesos inhibitorios se han usado procedimientos experimentales que intentan generar olvido en el laboratorio. El más ampliamente utilizado es el *paradigma del olvido inducido por la recuperación* (Anderson *et al.*, 1994), donde el simple acto de recordar puede producir olvido. Recuperar selectivamente parte de un material aprendido genera la inhibición de memorias relacionadas que compiten por acceder al recuerdo.

El paradigma desarrollado para investigar el olvido inducido por la recuperación en el laboratorio (Anderson *et al.*, 1994) sigue cuatro fases: estudio, práctica de recuperación, tarea distractora y prueba de recuerdo final. En la fase de estudio los participantes reciben una lista de pares categoría-ejemplar y se les pide que los memoricen (p.e., fruta-naranja, bebida-ginebra). A continuación practican la recuperación de la mitad de los ejemplares estudiados de la mitad de las categorías, aportándoles claves para facilitar el recuerdo (p.e., fruta-na\_\_\_). Y después de una tarea distractora, sin relación con el material, los participantes reciben los nombres de las categorías (p.e., frutas, bebidas) y se les pide que recuerden todos los ejemplares presentados en la fase de estudio. Se valora el recuerdo de tres tipos de elementos derivados de las condiciones de la práctica de recuperación: ejemplares practicados (p.e., naranja; elementos Rp+), ejemplares no practicados de las categorías practicadas (p.e., manzana; elementos Rp-) y ejemplares no practicados de las categorías no practicadas (p.e., ginebra; elementos Nrp), que sirven de línea base. Este paradigma permite estudiar dos fenómenos: la facilitación del recuerdo de los elementos practicados (Rp+ > Nrp) y la inhibición de los elementos no practicados de la misma categoría (Rp- < Nrp). La lógica que subyace en este procedimiento es la siguiente: si la recuperación de un elemento inhibe el recuerdo de elementos relacionados, los participantes deberían tener mayor dificultad para recordar los elementos no practicados (Rp-) de la misma categoría que los practicados, que para recordar los elementos no practicados (Nrp) de las categorías que no reciben práctica de recuperación. Y éste es el resultado que se ha obtenido en estudios previos (véanse Anderson *et al.*, 1994; Anderson y Neely, 1996; Bjork *et al.*, 1998): el mero hecho de recordar (práctica de recuperación) inhibe la recuperación de elementos relacionados.

Para que se produzca inhibición la práctica de recuperación debe ser efectiva. Implica la recuperación activa de parte de los elementos del grupo o categoría. En general se utilizan tres ensayos de práctica, pero incluso con un único ensayo de práctica de recuperación se obtiene el efecto (Macrae y MacLeod, 1999). Sin embargo, volver a presentar los elementos estudiados (Ciranni y Shimamura, 1999) o presentar los ejemplares para recuperar el nombre de la categoría (p.e., fr\_\_\_-naranja) (Anderson, Bjork y Bjork, 2000) no es suficiente. Otro factor relevante para la aparición del olvido temporal es la fuerza de los ejemplares. Elementos con alta frecuencia de producción reciben mayor supresión que los de

Agradecimientos: Esta investigación ha sido subvencionada mediante el proyecto BSO2003-00646 / PSCE del Ministerio de Ciencia y Tecnología. Agradecemos a dos revisores anónimos sus valiosos comentarios y sugerencias a la primera versión de este artículo.

Correspondencia con las autoras: Elvira García-Bajos. Facultad de Psicología. Universidad del País Vasco. Avda. Tolosa, 70. 20018 San Sebastián. E-mail: elvira.garcia@ehu.es