

Pensar en el pasado: el pensamiento contrafactual en la depresión y victimización***Pensar sobre o passado: o pensamento contrafactual na depressão e na vitimização****Thinking about the past: counterfactual thinking in depression and victimization****Florencia Lúcia Coelho Justino¹****Patrícia Waltz Schelini²****Juliana Sarantopoulos Faccioli³****Alex Bacadini França⁴****Denise Casatti⁵****Emanuelle dos Passos Foresto⁶****Recibido: 14/09/2020****Aprobado: 28/11/2020****Publicado: 27/01/2021**

Este es un estudio cuantitativo, realizado en 2018 en dos ciudades del interior de São Paulo, SP, Brasil, con el objetivo de caracterizar contrafactuales de dos grupos de mujeres. El material utilizado en el método fue la Técnica de Evaluación del Pensamiento Contrafactual en Adultos, que incluye cinco historias para ser modificadas por las participantes. Participaron 18 mujeres con signos de depresión y 16 víctimas de violencia intrafamiliar. Los pensamientos producidos a partir de la primera pregunta del material se clasificaron como: Contrafactuales Espontáneos, comprendidos como elaboraciones que modificaban la trama; y Libres, conclusiones sobre la trama sin modificarla. Se denominaron Pensamientos Contrafactuales bajo Elección de Alternativa Predefinida las alternativas de modificación elegidas en la tercera pregunta del material. Se encontró una mayor frecuencia de contrafactuales espontáneos en el grupo de víctimas. Los pensamientos de los dos grupos fueron en su mayoría ascendentes, sustractivos, autorreferentes y relacionados con las categorías acción y obligación. Los pensamientos contrafactuales bajo elección de alternativa fueron similares entre los grupos.

Descriptores: Pensamiento; Depresión; Violencia.

Esta é uma pesquisa quantitativa, realizada em 2018 em duas cidades do interior de São Paulo, com o objetivo de caracterizar contrafactos de dois grupos de mulheres. O material utilizado no método foi a Técnica de Avaliação do Pensamento Contrafactual em Adultos, que inclui cinco histórias a serem modificadas pelas participantes. Participaram 18 mulheres com indicativos de depressão e 16 vítimas de violência intrafamiliar. Pensamentos produzidos a partir da primeira questão do material foram classificados como: Contrafactuais Espontâneos, entendidos como elaborações que modificavam o enredo; e Livres, constatações sobre o enredo sem modificá-lo. Foram denominados Pensamentos Contrafactuais sob Escolha de Alternativa Pré-Definida as alternativas de modificação escolhidas na terceira questão do material. Constatou-se frequência maior de contrafactuais espontâneos no grupo de vitimizadas. Os pensamentos dos dois grupos foram, em maioria, ascendentes, subtrativos, autorreferentes e relativos às categorias ação e obrigação. Os pensamentos contrafactuais sob escolha de alternativa foram similares entre os grupos.

Decritores: Pensamento; Depressão; Violência.

This is a quantitative research. It was carried out in 2018 in two cities in the interior of the state of São Paulo, SP, Brazil. It aimed to characterize counterfeits from two groups of women. The material used in the method was the Counterfactual Thought Assessment Technique in Adults, which includes five stories to be modified by the participants. 18 women with indications of depression and 16 victims of domestic violence participated. Thoughts produced from the first question of the material were classified as: Spontaneous Counterfactuals, consisting of elaborations that modified the plot; and Free, conclusions drawn from the plot without modifying it. Counterfactual Thoughts under Choice of Predefined Alternative were the modification alternatives chosen in the third question of the material. A higher frequency of spontaneous counterfactuals was found in the victimized group. The thoughts of the two groups were mostly upward, subtractive, self-referential and related to the categories of action and obligation. Counterfactual thoughts under choice of alternative were similar between groups.

Descriptors: Thinking; Depression; Violence.

1. Psicóloga. Especialista en Psicología Clínica Conductual. Maestra y Doctora en Psicología. Instituto de Terapia por Contingências de Reforçamento, Campinas, SP, Brasil. ORCID: 0000-0001-7244-7993 E-mail: florencajustino@gmail.com

2. Psicóloga. Maestra y Doctora en Psicología. Profesora Asociada de la Universidade Federal de São Carlos (UFSCAR), São Carlos, SP, Brasil. ORCID: 0000-0002-7326-7086 E-mail: patriciaws01@gmail.com

3. Psicóloga. Maestra y Doctora en Psicología. São Carlos, SP, Brasil. ORCID: 0000-0002-7702-5316 E-mail: jusfaccioli@gmail.com

4. Publicista. Especialista en Gestión Estratégica de Negocios. Maestro y Doctor en Psicología. Estudiante de Investigación Posdoctoral en Métodos Cuantitativos Aplicados a la Psicología por la UFSCAR, São Carlos, SP, Brasil. ORCID: 0000-0001-9602-9294 E-mail: alex.tonante@gmail.com

5. Periodista. Maestra en Ciencias de la Comunicación. Estudiante de Doctorado en Psicología en la UFSCAR, São Carlos, SP, Brasil. ORCID: 0000-0001-5947-6917 E-mail: denisereport@gmail.com

6. Psicóloga. Estudiante de Maestría en Psicología de la UFSCAR, São Carlos, SP, Brasil. ORCID: 0000-0002-0028-6921 E-mail: manuforesto@gmail.com

INTRODUCCIÓN

La cognición humana permite hacer inferencias sobre eventos y situaciones sin experimentarlos directamente. Pensar en las experiencias hace que los acontecimientos importantes en el curso de la vida tengan sentido cuando se reevalúan y reconsideran¹.

Al considerar alternativas a la realidad con un enfoque en lo que ya ha sucedido, se hace referencia al pensamiento contrafactual (*counterfactual thinking*). La traducción literal de la expresión inglesa *counterfactual thinking* podría ser pensamiento contrario a los hechos.

Los pensamientos contrafactuales son cogniciones o elaboraciones alternativas a los eventos pasados que tratan de producir resultados diferentes de los que realmente ocurrieron²⁻⁴. Las cogniciones acerca de los eventos pasados se activan cuando se experimentan emociones negativas y se relacionan, por ejemplo, con la violación de expectativas y motivaciones, y con el fracaso en el logro de objetivos⁵.

Para construir una elaboración contrafactual, es necesario recordar los elementos clave de las experiencias y algunos de ellos deben recombinarse para poder construir un nuevo escenario imaginado. Pensar contrafactualmente implica considerar eventos opuestos de manera simultánea, buscar un camino apropiado para cambiar una acción pasada y predecir cómo el cambio en esta acción podrá afectar a otros aspectos del evento considerado. Todo este proceso requiere un control ejecutivo adicional más allá de un simple replanteamiento del pasado⁶.

Las consecuencias de todo este procesamiento soportan los comportamientos adaptativos y tienen los siguientes efectos: un procesamiento expansivo y creativo; aprendizaje a partir de la consideración de experiencias pasadas y la formación de intenciones para comportamientos futuros^{4,6}; un soporte para la planificación futura¹; expresión de emociones y atribuciones sociales que son centrales para el manejo y la regulación del comportamiento social del individuo. Así pues, el pensamiento contrafactual es un aspecto fundamental de la cognición, dada su asociación con una serie de procesos, y se establece su relevancia para una serie de fenómenos de desarrollo y salud⁴.

En un estudio bibliográfico⁷ que abarca el período comprendido entre 2005 y 2015, se observó que se utilizan diferentes técnicas para evaluar el pensamiento contrafactual. De los 99 artículos recuperados, 11 eran artículos teóricos y no mencionaron métodos para evaluar el pensamiento contrafactual. Los 88 artículos restantes se dividieron en ocho técnicas para evaluar este tipo de cognición, que son escenarios hipotéticos (43 artículos), relatos autobiográficos (21 artículos), rendimiento en tarea (12 artículos), lista de pensamientos (cinco artículos), *Spontaneous CT Test* (tres artículos), *Counterfactual Thinking for Negative Events Scale* - CTNES (un artículo), transcripción y noticia (un artículo cada). Sólo un artículo no mencionó la forma de evaluación del pensamiento contrafactual. Se observó que las técnicas se utilizan de manera combinada, es decir, que se utiliza más de un tipo de evaluación.

Las principales formas de evaluar el pensamiento contrafactual son: enumerar los pensamientos a partir de un evento negativo; pedir a los participantes que piensen en cómo los sucesos podrían ser diferentes; *pensar en voz alta* como forma de detectar pensamientos contrafactuales; el uso de escenarios, combinado con la evaluación de los sentimientos de los personajes o combinado con una evaluación emocional, y la lectura de historias mientras se responde a escalas de tipo Likert o escalas diferenciales semánticas que acceden a las respuestas emocionales⁸.

Aunque estas formas de evaluación son útiles, existen limitaciones. El uso de preguntas abiertas para evocar pensamientos contrafactuales y el proceso de codificación de los datos puede ser muy laborioso y agotador. Y aunque este método produce datos sobre el número y el tipo de pensamientos contrafactuales, no proporciona informaciones sobre la frecuencia de cada pensamiento. La información sobre la frecuencia de cada tipo de pensamiento es importante, porque las personas pueden desarrollar los mismos tipos de pensamiento, pero

pueden experimentar resultados diferentes dependiendo de la frecuencia de las elaboraciones. Las preguntas abiertas evocan un pequeño número de elaboraciones contrafactuales⁸.

El uso de escenarios artificiales e hipotéticos, como la presentación de historias, también evoca pensamientos contrafactuales y ha sido el método más frecuente para evaluar este tipo de cognición. El uso de escenarios minimiza la influencia de las variables que intervienen durante la elaboración de los pensamientos contrafactuales⁹.

Se observa que en el contexto internacional se está tratando de elaborar materiales para acceder al pensamiento contrafactual. Por otra parte, hay poca investigación sobre el tema del pensamiento contrafactual a nivel nacional, pero se han dado los primeros pasos.

El desarrollo de la Técnica de Evaluación del Pensamiento Contrafactual en Adultos¹⁰⁻¹² representa uno de esos pasos. La técnica consta de cinco historias de las que los participantes deberían: informar de los pensamientos que se les ocurrieron mientras se leía la historia (Pregunta 1), elaborar modificaciones a la historia a partir de una solicitud explícita para la consideración de los pensamientos contrafactuales (Pregunta 2), y elegir una alternativa de modificación a la historia a partir de una alternativa predefinida (Pregunta 3)¹⁰⁻¹².

Las historias fueron compuestas por informes que contenían elementos que permitirían elaborar modificaciones basadas en lo que los personajes experimentaban. Las dos primeras fueron adaptadas de la literatura⁹, y contenían situaciones difíciles y finales negativos, y las tres últimas fueron adaptadas de noticias de periódicos y revistas también con descripciones de situaciones difíciles, pero en finales positivos¹².

Las preguntas propuestas después de la lectura de las historias tenían proposiciones específicas. La primera pregunta trataba de acceder libremente a los pensamientos evocados, comprobando si se habían producido pensamientos contrafactuales (PC) sin solicitud explícita; y la segunda pedía explícitamente modificaciones basadas en la trama de la historia y permitía el acceso a los PC^{10,12}.

La tercera pregunta, que se refería a la elección de alternativas, tenía por objeto verificar cuál sería el contenido de la modificación/elaboración contrafactual, de modo que cada una de las preguntas permitiera un tipo de clasificación de los pensamientos contrafactuales, que son el pensamiento contrafactual espontáneo, el pensamiento contrafactual dirigido y el pensamiento contrafactual bajo elección de alternativa predefinida^{10,12}.

Se ha añadido una modificación a la *Técnica de Evaluación del Pensamiento Contrafactual en Adultos*: los participantes deberían informar de una experiencia personal y concebir alternativas de modificación para estos eventos antes de responder a las historias de los componentes de la Técnica¹³. Los temas de los relatos personales variaron, siendo los más frecuentes las relaciones afectivas y las situaciones académicas. Los datos obtenidos sugieren una tendencia de los participantes con signos de depresión a elaborar más pensamientos contrafactuales a partir de los relatos personales. Así, los diferentes tipos de actividades para acceder a las elaboraciones contrafactuales proporcionan diferentes frecuencias de pensamientos contrafactuales y diferentes contenidos, destacando los relatos personales¹³.

Un metaanálisis sobre pensamientos contrafactuales ascendentes y depresión sugirió que el tipo de medida utilizada para acceder al pensamiento contrafactual merece ser tomado en consideración, ya que es un importante moderador de las elaboraciones contrafactuales. Los estudios que utilizan escalas de autoinforme han producido un efecto de mayor tamaño que los que utilizaron la lista de pensamientos¹⁴.

Teniendo en cuenta los diferentes métodos de evaluación del pensamiento contrafactual, el presente estudio tuvo por objeto caracterizar las elaboraciones contrafactuales de dos grupos de mujeres con indicios de depresión y de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar.

MÉTODO

Este un estudio cuantitativo, realizado en 2018 en dos ciudades del interior de São Paulo: Campinas y São Carlos. Participaron mujeres con indicadores de depresión (grupo DEP) y mujeres víctimas de violencia intrafamiliar (grupo VIT).

Se adoptaron los siguientes criterios de inclusión: para el grupo DEP, síntomas indicativos de depresión y para el grupo VIT, la ocurrencia de al menos un episodio de violencia intrafamiliar, independientemente del tipo o la gravedad de la violencia. Todas las participantes asistieron a instituciones de atención psicológica en el interior del estado de São Paulo.

Todas las participantes respondieron a los Inventarios Beck de Ansiedad (BAI) y Depresión (BDI), que se utilizaron para evaluar los síntomas indicativos de ansiedad y depresión, tanto con pruebas de validez y exactitud como con las normas brasileñas. El BAI consiste en 21 elementos que presentan información descriptiva de los síntomas de la ansiedad. Todos los elementos son evaluados por el participante en referencia a sí mismo, considerando la gravedad y la frecuencia de cada elemento en una escala de 0 a 3 puntos. El BAI consta de 21 elementos que se refieren a los síntomas de la depresión, y el participante debe obtener entre 0 y 3 puntos debido a la frecuencia de aparición de los síntomas.

La evaluación del pensamiento contrafactual se llevó a cabo mediante la Técnica para Evaluación del Pensamiento Contrafactual en Adultos¹². Para elaborar la técnica se utilizaron cinco historias, tres adaptadas de periódicos y revistas¹⁶⁻¹⁸ y dos de escenarios hipotéticos adaptados de producciones de la zona^{9,15}, ya que la riqueza de detalles en las narraciones podría permitir algunas posibilidades de modificación. Las cinco historias se presentan en los cuadros 1 a 5.

A partir de las cinco historias, las participantes debían: enumerar los pensamientos que se habían producido al leer la historia (pregunta 1), enumerar los pensamientos elaborados al solicitar que se hicieran modificaciones para alterar el resultado de cada una de las tramas (pregunta 2), y elegir una de las cinco alternativas de modificación predefinidas para cada una de las cinco historias. Las tramas de la historia contenían elementos que hacían posible cambiar diferentes aspectos que podían producir resultados diferentes a los de la narración. La Tabla 1 presenta las clasificaciones generales de las elaboraciones producidas a partir de cada una de las preguntas.

Los pensamientos contrafactuales espontáneos se entendieron en este estudio como elaboraciones resultantes de la pregunta: *Mientras leía la historia, ¿se le ocurrió algún pensamiento sobre lo que estaba leyendo? Si es así, escríbelos*, presentada en la Técnica de Evaluación del Pensamiento Contrafactual.

Cuadro 1. HISTORIA 1 - La tentación

Una gran amiga tuya, que es un poco tímida con los chicos, te invita a ir con ella y un chico, João, a una fiesta. Como siempre, aceptas la invitación. Últimamente, tu amiga y João han pasado mucho tiempo juntos, pero esta fue la primera vez que acordaron salir por la noche. Antes de que salgan, tu amiga te dice que está locamente enamorada de él.

Durante la fiesta, notas que João es muy atractivo y, además, está interesado en ti, y esto te complace mucho. Al final de la noche, sin pensarlo, le das tu número de teléfono. Cuando llega el fin de semana, João llama y te invita a cenar. Terminas aceptando la invitación. Justo antes de que te fueras de casa, tu amiga te llama y te dice llorando que João evitó hablar con ella toda la semana y canceló la ida al cine que habían organizado antes de la fiesta porque tenía mucho que hacer. (Adaptada de Juhos C, Quelhas AC, Senos J. 2003)⁹.

Cuadro 2. HISTORIA 2 - De camino a casa

Al salir del trabajo, en su camino habitual, Daniel llega a casa muy tarde debido a una serie de acontecimientos que suceden en su camino. Primero, encuentra un árbol muy grande que se había caído y bloqueó la calle que llevaba a su casa.

Viendo la calle bloqueada, Daniel decide cambiar de camino y dobla la esquina para escapar del tráfico. Al cambiar de ruta, Daniel se encuentra con un amigo que va a un bar y decide parar para tomar una cerveza. Después de 20 minutos, Daniel regresa al camino de casa. Cuando finalmente se va a casa, se sorprende por un ataque de asma y tiene que parar más tiempo hasta que pueda respirar normalmente de nuevo. Cuando llega a casa, encuentra a su hija desesperada y dice que su esposa fue llevada al hospital por los vecinos porque había sufrido un ataque al corazón hace unos minutos. (Adaptada de McCloy y Byrne R. 2000)¹⁵.

Cuadro 3. HISTORIA 3 - El dilema de la montaña

Hasta el cuarto día de escalada Luiz y Marcos estaban bien. Los colegas estaban atados entre sí por una cuerda, que, en caso de caída, podía ayudar a salvar la vida de su compañero. Después de enfrentarse a avalanchas, ventiscas, frío intenso y caída de la temperatura corporal en los dos primeros días, el tercer día de escalada amaneció con buen tiempo y consiguieron llegar a la cima de la montaña.

Todo lo que quedaba era bajar y en uno o dos días estarían de vuelta en el campamento. A medida que descendían, nubes comenzaron a acercarse rápidamente, era una enorme avalancha que se acercaba. Todo lo que podían ver era un blanco interminable y en menos de una hora estaban perdidos. Se hizo de noche, y el plan de bajar el mismo día no funcionó.

Cuando trataron de bajar de nuevo, Luiz cayó y el impacto le rompió la pierna. Marcos tenía que dejar atrás a su amigo, o morirían juntos, pero se quedó e intentó salvar a su amigo. Se sentó en un agujero en la nieve mientras esperaba que Luiz bajara por la cuerda. Y de cuerda en cuerda continuaron su descenso.

Fue entonces cuando Luiz, sin darse cuenta, cayó en un acantilado, en una gigantesca grieta que condujo a un abismo. Quedó atrapado por la cuerda que estaba atada a Marcos y, en un intento de salvarse, intentó subir por la cuerda que lo sostenía, pero no pudo. Marcos empezaba a desesperarse desde arriba, pensaba que si Luiz caía, caería junto con él. Se quedó más de una hora sin saber qué hacer, temiendo que fuera arrastrado por su amigo. Fue entonces que Marcos decidió cortar la cuerda, dejando que Luiz cayera al abismo y, como pensaba que su amigo estaba muerto, se fue.

Luiz había sobrevivido, pero con su pierna rota era imposible subir a la cuerda. Así que tomó una valiente decisión: se adentró más en la grieta, con la esperanza de encontrar otra salida. Allí encontró una especie de rampa, que conducía a otra salida. Al salir, Luiz vio las huellas dejadas por Marcos y comenzó un viaje de casi 3 días, arrastrándose hasta el campamento, deshidratado, sin comida y con la piel quemada por el sol y el hielo.

Cuando llegó al campamento, Marcos todavía estaba allí. Después de 2 años y 6 cirugías, volvió a escalar y nunca se detuvo. (Adaptado de Miranda, 2012)¹⁶.

Cuadro 4. HISTORIA 4 – Renacimiento para vivir

“Fue lo mejor que podría suceder”, dice Lauro todo el tiempo. No se refiere a los premios que lo hicieron poseedor de un récord en el ciclismo, sino al cáncer que descubrió cuando tenía 25 años. El cáncer en sus testículos llegó a su pulmón y cerebro y lo obligó a retirarse del deporte que ya era parte de su rutina. Las posibilidades de recuperación eran del 50% y las posibilidades de volver a ser un atleta eran cero. Fue entonces cuando se aferró a una idea: “el dolor que siento es pasajero. Puede ser un minuto, una hora, un día, un año y, al final, terminará y dará paso a otra cosa. Pero, si me rindo, durará para siempre”.

Su cuerpo ya era una máquina - mientras que los mejores corredores de maratón pueden usar un promedio de 70 mililitros de oxígeno por segundo por cada kilo de masa corporal, Lauro usaba 85. Pero un atleta no es pura genética, sobrevivir le trajo lo que le faltaba: disciplina y obstinación.

Dos años después, Lauro demostró que no suele desanimarse ante los desafíos y volvió a pedalear. Sólo tomó un año más para ganar los 6630 kilómetros de la Vuelta de la Francia, la principal prueba de ciclismo del mundo. De 2000 a 2005 se convirtió en el principal ganador de esta competición.

Durante esos años, otro fantasma se cernió sobre su vida, además del cáncer ya vencido, un excolega afirmó que él usaba la hormona del crecimiento, testosterona y una droga que mejora el transporte de oxígeno. Sin embargo, las pruebas dieron negativo e incluso después de las acusaciones de dopaje, Lauro participó en la corrida más importante de Francia, ganando el premio por siete veces consecutivas.

En 2005 decidió retirarse para dedicarse a sus 5 hijos - 3 por inseminación artificial, con semen congelado antes de la quimioterapia y dos que vinieron de forma natural, aunque esto se considera raro en los que hacen este tipo de tratamiento. En 2009, a la edad de 37 años, compitió en la vuelta de la Francia de nuevo, ocupando el tercer lugar. Sólo en 2011, a casi 40 años, decidió retirarse para siempre, feliz con la forma en que su carrera comenzó y terminó. (Adaptada de Miranda, 2012)¹⁷.

Cuadro 5. HISTORIA 5 - Teléfono móvil y ascensor salvaron a un auxiliar de obras un colapso en Río

“Fue este teléfono el que me salvó”, dijo el auxiliar de obras Alexandre, mostrando el celular que sonó tan pronto como salió del hospital, después de ser dado de alta.

Alexandre es uno de los sobrevivientes del colapso de tres edificios en el centro de Río de Janeiro. “Cuando miré por la ventana, empecé a ver el yeso cayendo. Lo primero en lo que pensé fue en entrar en el ascensor”, dijo el joven, que trabajaba en una obra en el noveno piso del edificio. “Cuando entré, el ascensor se estrelló. Todo lo que pensaba era en mi familia y en que moriría”, dice.

Desde el interior del ascensor, Alexandre dice que llamaba a un amigo, que estaba fuera del edificio. “Cada diez minutos hablaba con él”, recuerda. “Hasta que él me puso a hablar con uno de los bomberos”, dice. El auxiliar de obras tardó dos horas en ser rescatado, sin un solo rasguño.

“Los bomberos gritaban: ‘¿Hay alguien ahí?’ y yo decía, desde el interior del ascensor, ‘¡Estoy aquí!’”, dice. Cuando se escuchó la respuesta de Alexandre, los bomberos trabajaron aún más duro para sacarlo. “Cuando me encontraron, cortaron un hierro en la parte superior del ascensor. Es diferente usar el conducto del cable del ascensor como salida, pero yo, que soy delgado, pulo salir por allí”, recuerda. “Cuando me agarraron, me dieron una máscara para que pudiera respirar mejor. Estaba tranquilo”, añade.

Alexandre dijo que no olió gas en ningún momento durante el tiempo que participó en la construcción del 9º piso. “Tampoco escuché ninguna explosión, sólo el ruido del edificio cayendo”, añadió. “Es difícil explicar lo que pasó”, dijo. “Le pedí mucho a Dios. Recé mucho. Tengo cuatro hijos y mi esposa, y ahora sólo quiero abrazarlos. Además de mi cumpleaños, ahora tengo que celebrar el día de ayer, cuando volví a nacer”, concluyó con una sonrisa. (Adaptada de Tabak, 2012)¹⁸.

Tabla 1. Clasificaciones del Pensamiento Contrafactual a partir de preguntas de la Técnica de Evaluación del Pensamiento Contrafactual en Adultos.

Pregunta	Clasificación del pensamiento
1) Mientras leía la historia, ¿se le ocurrió algún pensamiento sobre lo que estaba leyendo?	Pensamiento contrafactual espontáneo Pensamiento contrafactual dirigido
2) Imagina si esta situación te ocurriera a ti. La gente después de pasar por situaciones como estas, a menudo tiene pensamientos sobre cómo las cosas podrían haber sucedido de otra manera. Piensa en lo que podría haber sido diferente para que la historia tenga un final diferente. Si pudieras cambiar algo en esa situación, ¿qué cambiarías?	
3) Si te pones en el lugar de la narradora, ¿qué alternativa sería la más semejante a lo que cambiarías? Elija sólo una alternativa	Pensamiento contrafactual bajo elección de alternativa predefinida

Fuente: Faccioli & Schelini¹⁰, p.208.

Para este trabajo, se analizaron la primera y tercera preguntas de la Técnica de Evaluación del Pensamiento Contrafactual en Adultos. Los pensamientos o elaboraciones producidos a partir de la primera pregunta del material se clasificaron de dos maneras: las elaboraciones que presentaban modificaciones de aspectos de la trama que producían resultados diferentes se clasificaron como *Pensamientos Contrafactuales Espontáneos (PCe)*.

Las elaboraciones que presentaban hallazgos sobre aspectos de la trama y no describían modificaciones se clasificaban como *Pensamientos Libres*. Las alternativas de modificación elegidas por cada uno de los participantes en la tercera pregunta del material se denominaron *Pensamiento Contrafactual bajo Elección de Alternativa Predefinida*. Las alternativas elaboradas por las autoras describían diferentes tipos de modificaciones para cada una de las tramas de la historia¹².

Los PCe se clasificaron también, según su contenido, en subtipos: dirección de comparación (ascendente y descendente), estructura (aditiva, sustractiva y sustitutiva), objetivo de modificación (auto y heterorreferente) y el contenido basado en las líneas de falla de la realidad (acción/inacción, tiempo, evento inusual, obligación)¹².

En la tercera pregunta de la Técnica de Evaluación del Pensamiento Contrafactual en Adultos se pidió a los participantes que eligieran una de las cinco alternativas predefinidas para modificar aspectos de la trama. Para estos datos se tuvieron en cuenta las frecuencias de cada alternativa predefinida.

La elección de la alternativa resultante de esta cuestión material se clasificó como *Pensamiento Contrafactual bajo elección de alternativa predefinida*. Los pensamientos contrafactuales bajo elección de alternativa predefinida se refieren a las elecciones de los participantes de alternativas elaboradas y se refieren a las categorías indicadas como más frecuentemente modificables^{2,3}.

Para la clasificación de los pensamientos contrafactuales espontáneos se tuvieron en cuenta las dimensiones de categorización descritas: dirección de la comparación (ascendente o descendente); estructura (aditiva, sustractiva o sustitutiva); objetivo de la modificación o, como lo denomina Faccioli¹³ - referencia (autorreferente o heterorreferente) y aspectos de la realidad (acción/inacción, obligación, tiempo y acontecimiento inusual).

Tras clasificar y contabilizar las frecuencias de las elaboraciones contrafactuales para cada una de las cinco tramas por grupo y contabilizar las frecuencias de cada alternativa predefinida, se realizó la prueba de normalidad de los datos de Kolmorov-Sminorv (KS) para cada una de las variables.

El criterio para la normalidad de los datos fue que los valores de significación fueran superiores a 0,05, para todas las variables probadas se obtuvieron valores menos que 0,05, lo que indicaba que los datos no presentaban una distribución normal. Así, la prueba no

paramétrica de Mann-Whitney se utilizó para comparar los PC de los grupos. También se tuvieron en cuenta los criterios de Cohen para el tamaño del efecto¹⁹.

Tras la aprobación del proyecto de investigación por el Comité de Ética de la Investigación en Seres Humanos (CAAE 0176.0.135.00-11 y CAAE 04658812.7.0000.5504), se estableció contacto con las responsables técnicas de dos instituciones de atención psicológica. La primera era una unidad de salud escolar y la segunda un centro de atención a mujeres víctimas de violencia.

Las responsables técnicas de cada una de las instituciones, previa autorización de las participantes, hicieron indicaciones sobre posibles participantes. Con las indicaciones en mano, se hizo un contacto con cada una de las indicadas para programar la recogida de datos. Las entrevistas se realizaron de forma individual y duraron un promedio de una hora.

Se aclararon los objetivos de la investigación y luego se pidió a las participantes que leyeran y firmaran el Término de Consentimiento Libre e Informado. A continuación, se presentaron el BAI y el BDI, seguidos de la Técnica de Evaluación del Pensamiento Contrafactual en Adultos. Las tramas y preguntas fueron leídas en voz alta a las participantes y las respuestas fueron grabadas. La recogida de datos se realizó durante un período total de seis meses.

RESULTADOS

Características de las Participantes

Participaron 34 mujeres, 18 de ellas con indicadores de depresión (grupo DEP) y 16 de ellas víctimas de violencia intrafamiliar (grupo VIT). La edad media de las participantes fue de 38,5 años (SD=5,25).

Para el grupo DEP, la puntuación media obtenida en el BAI fue de 23,7 (SD=10,09, Mínimo=8, Máximo=44); y en el BID, la puntuación media obtenida fue de 25,9 (SD=9, Mínimo=16, Máximo=48). Los promedios de las puntuaciones obtenidas en ambas escalas caracterizaron niveles moderados de ansiedad y depresión, respectivamente. De las 18 participantes, ninguna obtuvo la puntuación mínima (0 a 11), tres obtuvieron puntuaciones moderadas (12 a 19), 13 obtuvieron puntuaciones moderadas (20 a 35) y dos obtuvieron puntuaciones graves (36 a 63).

Los promedios de las puntuaciones obtenidas por el grupo VIT fueron de 17,19 en el BAI (SD=4,45, Mínimo=1, Máximo=45) y 17 en el BDI (SD=7,7, Mínimo=3, Máximo=30), lo que sugiere niveles mínimos de ansiedad y depresión. Cuatro participantes obtuvieron puntuaciones mínimas, seis leves, seis moderadas y ninguna severa.

Pensamientos Contrafactuales Espontáneos

Los pensamientos contrafactuales espontáneos se refieren a las elaboraciones resultantes de la pregunta: *Mientras leía la historia, ¿se le ocurrió algún pensamiento sobre lo que estaba leyendo? Si es así, escríbelos*, la primera de la Técnica de Evaluación Pensamiento Contrafactual en Adultos. Las elaboraciones resultantes fueron analizadas y divididas en *Pensamiento Espontáneo* y *Pensamiento Contrafactual Espontáneo*.

- Pensamiento Espontáneo

Esta categoría incluyó elaboraciones que no describían los cambios en los aspectos de las tramas, describiendo sólo las conclusiones, reflexiones y comentarios sobre ellas.

El total de elaboraciones contrafactuales para la categoría *Pensamiento Espontáneo* fue: 35 para la Historia 1, 30 para la Historia 2, 28 para la Historia 3, 32 para la Historia 4, y 32 para la Historia 5, considerando que una misma participante podía elegir más de una historia.

- Pensamiento Contrafactual Espontáneo

Esta categoría incluyó elaboraciones que describían modificaciones en aspectos de las tramas, incluso sin solicitud explícita.

Los totales fueron 27 para la Historia 1, 12 para la Historia 2, 16 para la Historia 3, dos para la Historia 4, y siete para la Historia 5; observando que todas las historias de la Técnica de Evaluación del Pensamiento Contrafactual en Adultos permitían la elaboración de pensamientos contrafactuales.

Las frecuencias totales de los pensamientos contrafactuales espontáneos elaborados por el grupo VIT fueron 18 para la Historia 1, siete para la Historia 2, nueve para la Historia 3, uno para la Historia 4 y siete para la Historia 5. Para el grupo DEP (depresivas), el total de elaboraciones contrafactuales fue de nueve para la Historia 1, cinco para la Historia 2, siete para la Historia 3, uno para la Historia 4 y ningún para la Historia 5. Cabe señalar que el grupo VIT elaboró más pensamientos que el DEP en cuatro de las cinco historias que compusieron el material de acceso al pensamiento contrafactual.

La Tabla 2 muestra por grupos las frecuencias de pensamientos contrafactuales espontáneos para cada una de las categorías de clasificación.

Tabla 2. Pensamientos Contrafactuales Espontáneos por categorías de clasificación. Campinas y São Carlos, 2018.

	Historia 1		Historia 2		Historia 3		Historia 4		Historia 5	
	DEP	VIT								
Tipo de Pensamiento										
Espontáneo	21	14	20	10	18	10	17	15	19	13
Contrafactual	9	18	5	7	7	9	1	1	0	7
Dirección de la comparación										
Ascendente	9	17	5	7	7	8	0	0	0	2
Descendente	0	1	0	0	0	1	1	1	0	5
Estructura										
Aditiva	1	8	0	1	1	3	0	1	0	4
Sustractiva	8	10	5	6	6	6	1	0	0	1
Sustitutiva	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
Objetivo del cambio										
Autorreferente	9	18	5	5	7	9	1	1	0	5
Heterorreferente	0	0	0	2	0	0	0	0	0	2
Contenido de las alternativas										
Acción/inacción	9	17	5	6	7	9	1	1	0	7
Obligación	5	4	3	3	5	6	0	0	0	1
Tiempo	0	2	0	1	0	0	0	0	0	0
Evento inusual	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0

DEP: participantes con indicadores de depresión; VIT: participantes víctimas de violencia intrafamiliar

Los pensamientos contrafactuales espontáneos fueron en su mayoría ascendentes, sustraídos, autorreferentes y se referían en términos de contenido a la categoría acción seguida de la categoría obligación. Los valores de significación obtenidos para los conjuntos de datos de los grupos VIT y DEP fueron $p < 0,05$, rechazando la hipótesis de normalidad.

Se observaron diferencias estadísticamente significativas en la prueba de Mann-Whitney para las Historias 1 y 5, dos de las cinco historias. Para la Historia 1 las diferencias se encontraron en las dimensiones estructura y en una de las líneas de falla de la realidad.

La prueba U de Mann-Whitney reveló diferencias significativas entre los grupos VIT ($n = 16$) y DEP ($n = 18$) en la condición "Aditiva" ($U = 106$, $Z = -1,97$, $p = 0,048$), de la dimensión y estructura, siendo la mediana más alta para el grupo VIT. El tamaño del efecto ($r=0,33$) encontrado fue medio. También se encontraron diferencias entre los grupos para las líneas de falla de la realidad en la categoría *Evento Inusual* ($U=108$, $Z = -2,22$, $p = 0,026$) y el tamaño del efecto mediano ($r=0,38$). La mediana más alta de esta categoría también fue obtenida por el grupo VIT.

Para la Historia 5, se encontraron diferencias significativas entre los grupos VIT y DEP en los pensamientos contrafactuales espontáneos ($U=99$, $Z=-2,52$, $p=0,012$) con un tamaño de efecto ($r=0,43$) entre mediano y grande.

También se encontraron diferencias estadísticamente significativas a partir de la prueba U de Mann-Whitney para la categoría *Descendente* ($U=108$, $Z=-2,22$, $p=0,026$) con tamaño de efecto medio ($r=0,38$); para la categoría *Aditivo* ($U=108$, $Z=-2,22$, $p=0,026$) con tamaño de efecto medio ($r=0,38$).

En la categoría *Autorreferente* del aspecto objetivo de la modificación, la prueba de Mann-Whitney reveló una diferencia estadísticamente significativa entre los grupos DEP y VIT ($U=117$, $Z=-1,89$, $p=0,058$) con tamaño de efecto mediano ($r=0,32$). Para el aspecto del contenido relacionado con las líneas de falla en realidad se encontraron diferencias significativas para la categoría "Acción" ($U=99$, $Z=-2,52$, $p=0,012$) con tamaño de efecto de mediano a alto ($r=0,43$).

- *Pensamientos contrafactuales bajo la elección de alternativas predefinidas*

Los participantes deberían elegir una de las cinco alternativas después de leer cada historia: a) alternativa relativa a la modificación por acción/inacción, b) tiempo, c) obligación, d) evento inusual, y e) ninguno, cuando creían que ninguna de las modificaciones predefinidas se ajustaría a su propuesta de modificación. En el Cuadro 6 se presentan las alternativas para cada una de las historias con sus respectivas clasificaciones y en la Tabla 3 se resume la frecuencia de las elecciones de alternativas para cada una de las historias.

Tabla 3. Alternativas para cada uno de los grupos a partir de las cinco tramas. Campinas y São Carlos, 2018.

	Historia 1		Historia 2		Historia 3		Historia 4		Historia 5	
	DEP	VIT								
Acción/inacción	4	3	0	1	4	5	14	9	7	13
Obligación	9	7	11	14	0	0	0	0	0	0
Tiempo	3	2	3	0	12	8	1	1	3	0
Evento inusual	4	3	5	1	4	2	2	0	8	3
Ninguno	0	1	2	0	1	1	3	6	2	0

DEP: participantes con indicadores de depresión; VIT: participantes víctimas de violencia intrafamiliar.

Se observa que para la Historia 1, hubo una tendencia de ambos grupos a elegir el aspecto obligación seguido del aspecto acción/inacción. Para la Historia 2, la alternativa elegida con frecuencia por ambos grupos fue la que también hacía referencia a la obligación. Para la Historia 3, ambos grupos eligieron la alternativa cuyo contenido se caracterizaba por el aspecto tiempo. El aspecto de acción/inacción fue el más elegido para la Historia 4 seguido por la ausencia de elección de modificaciones y para la Historia 5 el aspecto de acción/inacción fue el más elegido seguido por el evento inusual.

Los datos obtenidos de la tercera pregunta de la Técnica de Evaluación del Pensamiento Contrafactual sugieren una tendencia de los grupos VIT y DEP a elegir alternativas con el mismo contenido. Aun así, en cuanto al contenido, sólo se observó una diferencia en la Historia 5, en el que el grupo DEP optó con mayor frecuencia por la categoría "Evento Inusual" y el grupo VIT por la categoría "Acción/Inacción".

La prueba U de Mann-Whitney reveló diferencias estadísticamente significativas entre los grupos VIT y DEP en dos de las cinco historias. Para la Historia 2, se encontraron diferencias significativas en la categoría "Obligación" ($U=98$, $Z=-2,01$, $p=0,044$) con tamaño del efecto ($r=0,34$). Para la Historia 5, se encontraron diferencias estadísticamente significativas en la categoría "Acción" ($U=83$, $Z=-2,46$, $p=0,014$) con tamaño de efecto ($r=0,42$) de mediano a grande. Los datos, junto con el análisis de las tramas de las historias, sugieren que algunas condiciones pueden ser más favorables para la elaboración de tipos específicos de pensamientos contrafactuales.

El Cuadro 6 presenta las alternativas contestadas en la perspectiva de las historias desde las preguntas y los pensamientos contrafactuales.

Tabla 6. Alternativas para cada una de las historias. Campinas y São Carlos, 2018.

Alternativas	Clasificación
Historia 1 - La Tentación	
a) Yo no habría ido a la fiesta, ni conocido a João. b) No le habría dado mi número de teléfono al colega de mi amiga. c) João me habría invitado a salir antes de que mi amiga me dijera que estaba enamorada de él. d) No habría salido con mi amiga, como siempre lo hice, y no habría conocido a João. e) Ninguna de las anteriores	Acción/Inacción Obligación Tiempo Evento inusual -----
Historia 2 - De camino a casa	
a) Daniel se iría una hora antes del trabajo. b) Daniel no se detendría para tomar cerveza y llegaría a casa a tiempo para llevar a su esposa al hospital. c) Daniel decidiría tomar una ruta diferente a la habitual ese día y no llegaría a casa tarde. d) Daniel no pararía su coche por su ataque de asma. e) Ninguna de las anteriores	Tiempo Obligación Evento inusual Acción/Inacción -----
Historia 3 - El dilema de la montaña	
a) Incluso cayendo en la grieta, Luiz no se rompería la pierna y llegaría más rápido al campamento. b) Marcos no cortarían la cuerda que lo unía a Luiz y terminaría cayendo junto con su amigo. c) Marcos no se quedaría para salvar a Luiz cuando se rompió la pierna y por eso Luiz no podría sobrevivir. d) La avalancha ocurriría el primer día y los dos amigos dejarían de subir. e) Ninguna de las anteriores	Evento inusual Acción/Inacción Obligación Tiempo -----
Historia 4 - Renacido para vivir	
a) El antiguo colega de Lauro no habría denunciado el dopaje y él no tendría que enfrentarse más a este problema en su vida. b) Al principio de su carrera Lauro descubriría el cáncer y no podría afrontar la enfermedad con tanta determinación. c) Las pruebas de dopaje habrían dado positivo y, desobedeciendo las órdenes del comité de deportes, Lauro seguiría corriendo. d) A diferencia de lo que sucedía en la vida de Lauro, él habría decidido renunciar al deporte y no habría participado en las corridas en Francia. e) Ninguna de las anteriores	Acción/Inacción Tiempo Obligación Evento inusual -----
Historia 5 - Teléfono móvil y ascensor salvaron a un auxiliar de obras un colapso en Río	
a) Alexandre llegaría al edificio 10 minutos después del colapso y no sufriría el accidente. b) Alguien habría visto, comprobado y corregido el error en la construcción y el colapso no se habría producido. c) Los bomberos, incluso oyendo los gritos que venían del ascensor, ignorarían la llamada de Alexandre. d) A pesar de los numerosos errores en la construcción, el edificio no colapsaría. e) Ninguna de las anteriores	Tiempo Acción/Inacción Obligación Evento inusual -----

DISCUSIÓN

La mayor frecuencia de elaboraciones contrafactuales espontáneas fue realizada por las mujeres victimizadas, resultado que está en consonancia con las conclusiones de otro estudio¹⁸, que observó una mayor frecuencia de esta elaboración en personas sin indicios de depresión. Sin embargo, cuando la consideración de alternativas contrafactuales hace referencia a situaciones negativas experimentadas por los propios individuos, se observa la tendencia de que los participantes con signos de depresión elaboren una mayor cantidad de pensamientos contrafactuales en comparación con los que no tienen signos de depresión.

En otro estudio⁴ se observó que la solicitud explícita de elaboración de este tipo de cognición facilita el acceso a alternativas contrafactuales, lo que sugiere que el pensamiento contrafactual espontáneo prevaleció en ambos grupos incluso sin la solicitud directa para su elaboración.

Los pensamientos contrafactuales espontáneos, que corroboraron otros trabajos, fueron en su mayoría ascendentes^{9,11,18} sustractivos, autorreferentes¹¹ e hicieron referencia, en cuanto al contenido, a la categoría acción seguida de la categoría obligación. Los pensamientos contrafactuales son cogniciones sobre acciones y causas^{2,3}. Esta afirmación justifica el predominio de la categoría acción/inacción al considerar el contenido de las alternativas contrafactuales.

Se observaron diferencias estadísticamente significativas en las Historias 1 y 5. Para la Historia 1, las diferencias se encontraron en la condición *Aditiva*, de la dimensión estructura, siendo la mediana más alta para el grupo de victimizadas. También se encontraron diferencias entre los grupos para las fallas de la realidad en la categoría de *Evento Inusual*, siendo la mediana más alta también obtenida por el grupo de victimizadas.

Para la Historia 5 se encontraron diferencias significativas entre los dos grupos. Es importante señalar que para la Historia 5, las participantes del grupo depresivas (DEP) no elaboraron pensamientos contrafactuales espontáneos, sólo pensamientos espontáneos como: *Un tipo con suerte. Los ángeles estaban con él.* (P17 - DEP); *El teléfono fue útil. Mantuvo la calma y tomó la iniciativa de llamar a alguien para pedir ayuda.* (P19 - DEP) y *Alexandre creyó que podía ser salvado.* (P20 - DEP).

Se observa que las elaboraciones presentaron una tendencia a los hallazgos, reflexiones e incluso informes de sentimientos de aprehensión en relación con las situaciones. Por lo tanto, ante una trama con un resultado positivo, las participantes del grupo DEP presentaron dificultades para proponer alternativas contrafactuales para diferentes aspectos de la trama, mostrando que los individuos con depresión presentan un patrón de creencias de que tienen poco control sobre los acontecimientos.

Por otra parte, ejemplos de las elaboraciones del grupo victimizadas (VIT) son: *Yo tomaría la escalera.* (P9 - VIT); *El edificio podría no haberse colapsado si los responsables hubieran notado algo malo antes.* (P14 - VIT); *Si yo hubiera entrado, sería difícil salir porque él era delgado y yo no.* (P15 - VIT). Se observa que las participantes del grupo VIT tomaron en consideración aspectos de la trama que podrían haber sido cambiados, aunque en algunas elaboraciones el resultado se cambió a uno peor de lo que realmente ocurrió.

También se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos en las categorías *Descendente*, *Aditivo* y *Autorreferente*. En cuanto al aspecto del contenido de las líneas de falla, en realidad se encontraron diferencias significativas para la categoría *Acción*. Los ejemplos de elaboraciones del grupo victimizadas (VIT) ilustran la dirección y la variedad de aspectos considerados, incluso la trama que tiene un resultado exitoso: *Yo no entraría en el ascensor. En desesperación, no sé lo que haría. Ni siquiera sé si saldría, porque él era delgado. Creo que perdería mi fuerza.* (P2); *Los bomberos me rescatarían más rápido* (P3); *No habría ido a trabajar ese día.* (P8).

Los pensamientos contrafactuales bajo la elección de alternativa predefinida en este estudio se refieren a las elecciones de los participantes de una de las cinco alternativas de las historias: alternativa representativa de acción/inacción, tiempo, obligación, evento inusual y ningún, cuando consideraron que ninguna de las modificaciones predefinidas se ajustaba a su propuesta de modificación.

En la Historia 1 hubo una tendencia de ambos grupos a elegir el aspecto de la obligación seguido del aspecto acción/inacción. En el caso de la Historia 2, la alternativa elegida a menudo por ambos grupos fue la de obligación. Para la Historia 3, ambos grupos eligieron la alternativa relacionada con el tiempo. El aspecto acción/inacción fue el más elegido para la Historia 4 seguido por la ausencia de elección de modificaciones y para la Historia 5 el aspecto acción/inacción fue el más elegido seguido por el evento inusual.

Los datos sugieren una tendencia de ambos grupos a elegir alternativas con el mismo contenido, con diferencia sólo en la Historia 5, en el que el grupo de depresivas optó más a menudo por la categoría *Evento Inusual* y el grupo victimizadas por la categoría

Acción/Inacción. Las alteraciones de los acontecimientos que salen de la rutina se relacionan indirectamente con alteraciones en aspectos heterorreferentes de la trama, es decir, con la alteración de aspectos que no están necesariamente bajo el control del propio individuo.

Cuando se consideran las representaciones mentales de lo que podría haber sido, las acciones se modifican fácilmente ya que *borrar* una acción de este tipo de representación mental requiere menos esfuerzo cognitivo que añadir otra a partir de varias posibilidades². Además, cuando se piensa en una acción, se tiene en cuenta la acción y la negación de esta acción, por lo tanto, una acción conduce a dobles posibilidades. Las alternativas contrafactuales se elaboran más fácilmente a partir de más de una posibilidad y no de una sola³.

Las alternativas contrafactuales tienden a imaginarse con mayor frecuencia para eventos y situaciones que están bajo el control de las personas. Sin embargo, a partir de los datos se observa que esta afirmación se aplicó sólo al grupo victimizadas y no al grupo depresivas. La dificultad del grupo depresivas para imaginar alternativas contrafactuales para los acontecimientos que están bajo su propio control refleja una característica relacionada con el cuadro de la depresión en la que los individuos experimentan sentimientos de desesperanza e impotencia ante las adversidades. La elección del contenido que va de la normalidad (evento inusual) a la modificación también sugiere el exceso de contemplación de los aspectos negativos por parte de las personas con signos de depresión a partir de situaciones vividas e imaginadas²⁰, además, las personas con signos de depresión tienen menos motivación para imaginar cómo se pueden mejorar las situaciones^{20,21}.

CONCLUSIÓN

Al clasificar los pensamientos contrafactuales espontáneos, los datos obtenidos sugieren que existe una tendencia a que los grupos consideren contenidos similares al consideraren alternativas contrafactuales. Por consiguiente, se observó que los pensamientos fueron en su mayor parte ascendentes, sustractivos, autorreferentes y hicieron referencia, en cuanto al contenido, a la categoría acción seguida de la categoría obligación.

Los pensamientos resultantes de la elección de alternativas predefinidas también mostraron una tendencia hacia contenidos similares entre los grupos con diferencias que se observan sólo en la Historia 5.

Cuando se considera la frecuencia de las elaboraciones, tanto la pregunta que dio lugar a pensamientos espontáneos como la pregunta que dio lugar a pensamientos bajo la elección de una alternativa predefinida permitieron la activación de pensamientos contrafactuales. El grupo de victimizadas presentó una mayor frecuencia de pensamientos contrafactuales espontáneos que el grupo depresivas, lo que sugiere que la depresión influye en el proceso cognitivo de considerar alternativas a los acontecimientos pasados.

Los métodos para evaluar el pensamiento contrafactual, aunque conducen a una variedad de resultados, se eligen en su mayoría entre los intereses del investigador. A pesar de la dificultad de generalizar los resultados en vista de su variedad, como es el caso en el presente estudio, se considera que estas investigaciones han permitido una primera mirada a este tipo de cogniciones en el contexto brasileño y pueden contribuir en gran medida al avance del área.

El pensamiento contrafactual puede ser una vía a partir de la que se pueden observar diferentes fenómenos psicológicos y cognitivos. Con ese fin, las limitaciones de este estudio, además del bajo número de participantes, podrían superarse en otras investigaciones, entre ellas las que incluyeran: el acceso al pensamiento contrafactual mediante otras técnicas, como escalas e informes personales, en las que el participante describiría una situación ocurrida y elaboraría los pensamientos contrafactuales; y la asociación entre la elaboración de contrafactuales y capacidades cognitivas como la de la memoria de trabajo.

REFERÊNCIAS

1. Kray LJ, George LG, Liljenquist KA, Galinsky AD, Tetlock PE, Roese NJ. From what might have been to what must have been: counterfactual thinking creates meaning. *J Pers Soc Psychol.* [Internet]. 2010 [citado em 15 oct 2020]; 98(1):106-118. DOI: 10.1037/a0017905
2. Byrne, RMJ. *The rational imagination: how people create alternatives to reality.* Cambridge: MIT Press; 2005. 472p.
3. Byrne, RMJ. Counterfactual thought. *Annu Rev Psychol.* [Internet]. 2016 [citado em 15 oct 2020]; 67:135-57. DOI: 10.1146/annurev-psych-122414-033249
4. Roese NJ, Epstude K. The functional theory of counterfactual thinking: new evidence, new challenges, new insights [Internet]. In: Olson JM, editor. *Advances in experimental social psychology.* Amsterdam: Elsevier; 2017 [citado em 15 oct 2020]. v. 56, chap. 1, p. 1-79. DOI: 10.1016/bs.aesp.2017.02.001
5. Van Hoeck N, Watson PD, Barbey AK. Cognitive neuroscience of human counterfactual reasoning. *Front Hum Neurosci.* 2015 [citado em 15 oct 2020]; 9(420):1-18. DOI: 10.3389/fnhum.2015.00420
6. Van Hoeck N, Ma N, Ampe L, Baetens K, Vandekerckhove M, Van Overwalle F. Counterfactual thinking: an fMRI study on changing the past for a better future. *Soc Cogn Affect Neurosci.* 2013 [citado em 15 oct 2020]; 8(5):556-64. DOI: 10.1093/scan/nss031
7. Justino FLC, Schelini PW. Cognitiones sobre eventos passados: uma revisão da literatura. *Rev Colomb Psicol.* 2018 [citado em 15 oct 2020]; 27(2):103-116. DOI: 10.15446/rcp.v27n2.65585
8. Rye MS, Cahoon MB, Ali RS, Daftary T. Development and validation of the Counterfactual Thinking for Negative Events Scale. *J Pers Assess.* 2008 [citado em 15 oct 2020]; 90(3):261-9. DOI: 10.1080/00223890701884996
9. Juhos C, Quelhas AC, Senos J. Pensamento contrafactual na depressão. *Psychologica.* 2003; 32(1):199-215.
10. Faccioli JS, Schelini PW. A frequência de pensamentos contrafactuals em pessoas com e sem sinais indicativos de depressão. *Bol Psicol.* [Internet]. 2014 [citado em 11 nov 2020]; 63(139):201-16. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bolpsi/v63n139/v63n139a08.pdf>
11. Faccioli JS, Schelini PW. Styles of counterfactual thoughts in people with and without signs of depression. *Span J Psychol.* [Internet]. 2015 [citado em 15 oct 2020]; 18:1-11. DOI: 10.1017/sjp.2015.51
12. Faccioli JS, Justino FLC, Schelini PW. Elaboração de técnica para avaliar o pensamento. *Estud Pesqui Psicol.* [Internet]. 2015 [citado em 15 oct 2020]; 15(1):196-217. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/epp/v15n1/v15n1a12.pdf>
13. Faccioli, JS. Efeitos do pensar sobre o passado: pensamentos contrafactuals de estudantes universitários com e sem indicativos de depressão [Internet]. (dissertação). São Carlos: Universidade Federal de São Carlos; 2017 [citado em 15 oct 2020]. 166p. Disponível em: <https://repositorio.ufscar.br/handle/ufscar/9393>
14. Cunha, JA. *Manual da versão em português das Escalas Beck.* São Paulo: Casa do Psicólogo Livraria e Editora; 2001. 171p.
15. McCloy, R., Byrne RMJ. Counterfactual thinking about controllable events. *Mem Cognit.* [Internet]. 2000 [citado em 15 oct 2020]; 28:1071-8. https://www.researchgate.net/publication/225370266_Counterfactual_Thinking_about_Controllable_Events
16. Miranda M. Dilema da montanha. *Superinteressante* [Internet]. 2012 [citado em 07 oct 2020]. Ed Esp. Disponível em: <https://super.abril.com.br/historia/natureza-dilema-da-montanha/>
17. Miranda M. Renascido para viver. *Superinteressante* [Internet]. 2012 [citado em 07 oct 2020]. Ed Esp. Disponível em: <https://super.abril.com.br/historia/corpo-renascido-para-vencer/>

18. Tabak B. Celular e elevador salvaram ajudante de obras de desabamento no Rio. O Globo [Internet]. 2012 [citado en 07 dez 2019]. Disponible en: <http://g1.globo.com/rio-de-janeiro/noticia/2012/01/celular-e-elevador-salvaram-ajudante-de-obras-de-desabamento-no-rio.html>
19. Pallant J. SPSS survival manual: a step by step guide to data analysis using the SPSS program. 4th ed. New York: McGraw Hill; 2020. 380p.
20. Quelhas AC, Power M J, Juhos C, Senos J. Counterfactual thinking and functional differences in depression. Clin Psychol Psychother. [Internet]. 2008 [citado en 15 oct 2020]; 15(5):352-65. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19115454/>
21. Broomhall AG, Phillips WJ, Hine DW, Loi NM. Upward counterfactual thinking and depression: a meta-analysis. Clin Psychol Rev. [Internet]. 2017 [citado en 15 oct 2020]; 55:56-73. DOI: 10.1016/j.cpr.2017.04.010

CONTRIBUCIONES

Floreça Lúcia Coelho Justino se encargó de la concepción, recogida, análisis de datos y redacción. **Patrícia Waltz Schelini** trabajó en la concepción, análisis de datos, redacción y revisión. **Juliana Sarantopoulos Faccioli** participó en la concepción, la recogida de datos y la redacción. **Alex Bacadini França** y **Denise Casatti** colaboraron en el análisis de datos y la redacción. **Emanuelle dos Passos Foresto** contribuyó a la redacción.

Como citar este artículo (Vancouver)

Justino FLC, Schelini PW, Faccioli JS, França AB, Casatti D, Foresto EP. Pensar en el pasado: el pensamiento contrafactual en la depresión y victimización. REFACS [Internet]. 2021 [citado en *insertar el día, mes y año de acceso*]; 9(1):62-75. Disponible en: *insertar el link de acceso*. DOI: *insertar el link de DOI*

Como citar este artículo (ABNT)

JUSTINO, F. L. C.; SCHELINI, P. W.; FACCIOLI, J. S.; FRANÇA, A. B.; CASATTI, D.; FORESTO, E. dos P. Pensar en el pasado: el pensamiento contrafactual en la depresión y victimización. REFACS, Uberaba, MG, v. 9, n. 1, p. 62-75, 2021. DOI: *insertar el link de DOI*. Disponible en: *insertar el link de acceso*. Acceso en: *insertar el día, mes y año de acceso*.

Como citar este artículo (APA)

Justino, F.L.C., Schelini, P.W., Faccioli, J.S., França, A.B., Casatti, D., & Foresto, E.P. (2021). Pensar en el pasado: el pensamiento contrafactual en la depresión y victimización. REFACS, 9(1), 62-75. Recuperado en: *insertar el día, mes y año de acceso* de *insertar el link de acceso*. DOI: *insertar el link de DOI*.