

La preocupación: factor perturbador en la toma de decisiones¹ (*Worry: disturbing factor in decision making*)

Francisco Augusto Laca Arocena
Roberto Montes Delgado
Julio César Verdugo Lucero
Isaac Uribe Alvarado²

Resumen

La *preocupación* es un proceso cognitivo anticipatorio de las posibles consecuencias de una situación, que más allá de su función adaptativa de alerta y balance de recursos propios de afrontamiento a las situaciones, afecta a los procesos de toma de decisiones. Las primeras investigaciones sobre la preocupación se centraron en las causas más habituales de la misma y su frecuencia; más recientemente se pasó a investigar las explicaciones que las personas se dan para justificar altos niveles de preocupación pese a los elevados costes que les supone. Es desde esta segunda perspectiva que se analiza la preocupación y su relación con los

¹ La correspondencia referente a este capítulo deberá dirigirse al Dr. Francisco Augusto Laca Arocena, Facultad de Psicología, Universidad de Colima. Av. Universidad 333, col. Las Víboras, C.P. 28040. Colima. Correo e.: <francisco_laca@uacol.mx>.

² Los autores están adscritos a la Universidad de Colima.

patrones de decisión en una muestra mexicana (N 116, 66 H, 50 M). Se comparan, finalmente, las puntuaciones de la muestra mexicana en los patrones de decisión con las de miembros de otras culturas (anglosajonas y asiáticas).

Palabras clave: preocupación, toma de decisiones, conflicto de decisión, patrones de decisión.

Abstract

Worry is a cognitive process anticipating the possible consequences of a situation that affects decision-making processes beyond its adaptive function of alertness and balance of own resources to cope with situations. Early research on worry focuses on its most common causes and frequency. More recently, it has been studied the explanations that people give to justify elevated levels of worry despite the high costs involved. From this second perspective, in this study, we analyze worry and its relationship with decision-making patterns in a Mexican sample (N = 116; 66 males, 50 females). We also compare the scores of the Mexican sample in decision-making patterns with those of the members of other cultures (Anglo-Saxon and Asian).

Keywords worry: decision making, decisional conflict, decision patterns.

Introducción

Tomar decisiones, elegir una opción rechazando otras posibles, es una actividad cotidiana en todas las personas. Estamos decidiendo continuamente y no podemos dejar de hacerlo. Por otra parte, la preocupación es una emoción común en todos nosotros. Con mayor o menor intensidad, según diferencias individuales, todos experimentamos, con relativa frecuencia, ese síndrome de ansiedad, rumiación y perspectivas catastrofistas que etiquetamos como *preocupación*, y que constituye el síntoma básico de los llamados «trastornos de ansiedad» (Wells y Carter, 1999). Con frecuencia, ambas experiencias, preocuparse y tener que decidir –más específicamente preocuparse por tener que de-

cidir-, se presentan estrechamente relacionadas, la primera como anticipación de los efectos negativos que pudieran tener las segundas.

Además de las habituales fuentes individuales de preocupación, nuevas fuentes colectivas han surgido en los dos últimos años. La humanidad ha tenido que afrontar la mayor pandemia desde la gripe de 1918; con mayor o menor rigor, todos los países han tenido que confinar a sus poblaciones durante meses, provocando la mayor caída de la economía desde la gran depresión de los años treinta. Cuando parecía superada la ola dura de la pandemia y las economías iniciaban su recuperación, la guerra en el este de Europa colocó nuevamente a la economía mundial en una crisis de desabasto de energía y alimentos, provocando una preocupante inflación en la mayoría de los países. Por todo ello, atravesamos una época fértil en motivos para la preocupación y en dificultades para tomar decisiones.

La relación entre la modernidad y la ambivalencia que señalaba Bauman (2007) a finales del siglo pasado –entendiendo por *ambivalencia* la posibilidad de referir un suceso a más de una categoría al mismo tiempo– dificulta la clasificación de lo que nos acontece; por tanto, se acrecenta, también, la dificultad de tomar decisiones entre posibles soluciones que se contradicen. Esta complejidad no ha hecho sino aumentar con la conjunción, a nivel mundial, de las mencionadas crisis sanitarias y económicas. La calidad de las decisiones depende, en gran parte, de la información previa, y esta nunca había sido tan ambigua y contradictoria, tan ambivalente en expresión de Bauman como en el tiempo presente. Se insiste mucho en el discurso académico, pero, aparentemente, no tanto en la práctica cotidiana ni en la necesidad de superar los compartimentos en los que la psicología se ha venido encerrando a sí misma.

La preocupación, con sus correlatos de la ansiedad y el estrés, se ha considerado, tradicionalmente, un tópico reservado a la clínica. La toma de decisiones se ha visto como algo propio de la psicología organizacional y la psicoeconomía; pensemos en el Premio Nobel de Economía en 2002, el psicólogo Kahneman, y sus trabajos sobre los sesgos en la decisión. Sean cuales fueran las subdisciplinas en las que la psicología se divide académicamente, la experiencia real de cada uno de nosotros es que, cuando debemos tomar decisiones y elegir, nos preocupamos, y esta preocupación menoscaba nuestra confianza y eficacia al afrontar decisiones. Tener que decidir y preocuparse por las consecuencias de tales decisiones son vivencias simultáneas que se influyen recíprocamente. Por ello sostenemos la pertinencia de acercarnos al estudio de

la relación entre ambas variables. Con base en lo anterior, el propósito del capítulo es presentar la preocupación como un factor que menoscaba la eficacia de las decisiones que tomamos.

Perspectivas de la preocupación

La *preocupación* es un proceso cognitivo anticipatorio: las personas anticipan posibles resultados de eventos futuros susceptibles de afectarles negativamente. Es un proceso que implica pensamientos e imágenes generadoras de temor ante la perspectiva de consecuencias negativas, e incluso traumáticas, que al individuo le parecen posibles (Matthews y Funke, 2006). Estas consecuencias son pensadas de manera repetida sin ser resueltas, y sobre ellas el pensamiento vuelve de forma continua; hay, por tanto, una superposición entre preocupación y rumiación (Watkins, 2004). Siendo de naturaleza primordialmente anticipatoria, rumiando sobre las probabilidades de amenazas futuras, quienes vivan más focalizados en el presente serán menos susceptibles a la preocupación.

Desde la perspectiva clínica, la preocupación se considera relevante por su asociación con el estrés y la ansiedad. La alarma ante la percepción de unas demandas que debe afrontar provoca, en el individuo, la autoevaluación de si posee o no recursos para afrontarlas. En el ámbito de los estudios sobre el estrés, este balance entre demandas del entorno y recursos personales se conoce como «modelo transaccional» (Lazarus y Folkman, 1984). Hasta aquí, la preocupación tendría una función adaptativa: alertar al individuo, provocando, en él, procesos de comparación entre amenazas de una situación y recursos propios para afrontarlas. Los estados de alerta son adaptativos cuando responden a desafíos reales de una situación; por el contrario, se tornan disfuncionales cuando, por un sesgo de atención selectiva a buscar continuamente información amenazante, el sujeto permanece de manera innecesaria en frecuentes estados de alerta (MacLeod y Rutherford, 2004), pudiendo, en algunos casos, hablarse de «una búsqueda voluntaria de amenazas» (Matthews y Harley, 1996). La preocupación excesiva es una característica común en varias patologías, particularmente en el trastorno de ansiedad generalizada (Wells y Carter, 1999).

Más allá de cierto umbral de preocupación necesaria para actuar ante una situación, la preocupación excesiva provocará efectos disfuncionales, interfi-

riendo con varios procesos cognitivos (Zeidner, 1998), los cuales son necesarios para la ejecución eficaz de tareas, por ejemplo, en la toma de decisiones, que es objeto de este estudio. Diversos autores distinguen entre «rasgo de preocupación» y «estado de preocupación». El primero remite a una predisposición habitual a mantenerse preocupado, incluso en ausencia de situaciones que parezcan justificar tal preocupación; el segundo alude a experiencias puntuales de preocupación ante una situación específica próxima. Esta distinción entre rasgo y estado proviene de estudios sobre medición de la ansiedad (Eysenck, 1992; Spielberger, Goursh y Lushene, 2008). Se estima que los rasgos y estados están interrelacionados desde la perspectiva transaccional; en el caso de la preocupación, el estado sería generado por la interacción del rasgo previo en el individuo con estresores de su situación (Matthews, Deary y White-man, 2003). Así, el rasgo predispone y aumenta la frecuencia e intensidad de los estados de preocupación.

Inicialmente, la investigación se centró en las causas y la frecuencia: por qué causas se preocupa la gente y con qué frecuencia en cada caso. Actualmente, se exploran los mecanismos cognitivos que los individuos utilizan como razones para sus preocupaciones y su justificación, pese al elevado coste emocional y práctico que les supone. Consecuentemente, con estos diferentes enfoques de la investigación, las escalas de preocupación tradicionales, como el Penn State Worry Questionnaire (PSWQ) que preguntaba por la presencia o ausencia de preocupaciones y la frecuencia de estas (por ejemplo: muchas situaciones hacen que me preocupe; una vez que comienzo a preocuparme, no puedo detenerme PSWQ). De acuerdo con Freeston *et al.* (1994), la investigación actual se interesa más por las justificaciones que se dan a sí mismas las personas para preocuparse (por ejemplo: si me preocupo, puedo encontrar una forma mejor de hacer las cosas; me preocupo para intentar tener un mayor control sobre mi vida).

Quienes se perciben a sí mismos sufriendo frecuentes estados de preocupación sostienen la creencia de que preocuparse puede tener utilidad, lo que contribuye a prevenir eventos negativos (Brown, O'Leary y Barlow, 1993). Algunos estudios contradicen tal creencia. La predisposición a detectar frecuentemente amenazas en eventos ambiguos mantiene a la gente en estado de hipervigilancia (Matthews, 1990), que como veremos al abordar la toma de decisiones, se trata de un patrón muy inadaptado que precipita decisiones sin tiempo a recabar y evaluar información (Mann, Burnett, Redford y Ford, 1997).

Evaluaremos esta dimensión de la preocupación con una escala descrita en el apartado del método que distingue dos factores en las vivencias de preocuparse:

1. Un primer factor compuesto por reactivos relacionados, con la creencia de que la mera preocupación impide o, al menos, minimiza la probabilidad de eventos negativos; una vivencia pasiva de la preocupación sin disposición a la acción.
2. Un segundo factor compuesto por reactivos relacionados con la creencia de que preocuparse facilita hallar soluciones eficaces; una vivencia proactiva de la preocupación estimulando a la acción.

En su validación del instrumento en lengua española, González, Bethencourt, Fumero y Fernández (2006) denominan al primer factor «preocuparse como estrategia negativa de afrontamiento» (PRENA), donde preocuparse es un medio para distraerse del temor por las situaciones preocupantes. Por otro lado, denominan al segundo factor «preocuparse como perfeccionismo positivo» (PREPP), donde la preocupación tiene un rol activo en busca de controlar la situación y facilitar la resolución de conflictos.

Según Bauman (2007), la experiencia de preocuparse va ligada a la percepción de los riesgos asociados a una situación. Los riesgos son aquellos peligros cuya probabilidad de ocurrencia e intensidad creemos poder calcular, por ejemplo, las primas de riesgo que calculan las compañías de seguros para cubrir una actividad. Con frecuencia, muchos riesgos no son fácilmente calculables, por tanto, la categoría de riesgo expresa el hecho de tener que tratar con la incertidumbre (Beck, 2008). Tener que tomar decisiones en escenarios de incertidumbre pone en relevancia la cuestión de hasta qué punto somos (o no) eficaces en procesar información y decidir (Laca, 2012). Finalmente, la preocupación lleva a la cuestión de la decisión.

Perspectivas de la toma de decisiones

En la literatura sobre el tema, los términos «decisión» y «elección» aparecen, con frecuencia, como sinónimos. Una *decisión* es elegir entre, al menos, dos alternativas posibles. Elegir implica rechazar; decidirse por un curso de acción

conlleva rechazar otras posibles acciones. Vacilar entre la elección y el rechazo aporta, al individuo, considerables niveles de estrés, particularmente cuando las consecuencias de la decisión parecen importantes. Retomando la conocida distinción en el ámbito del riesgo entre la aversión al riesgo y la búsqueda de este, algunos investigadores sobre la actitud hacia la toma de decisiones distinguen entre la aversión a tomar decisiones y la búsqueda de oportunidades para decidir como una característica diferenciada en los individuos (Beattie, Baron, Hershey y Spranca, 1994); los primeros evitarán o aplazarán (procrastinación) el tomar decisiones, los segundos buscarán oportunidades para decidir. Una justificación racional para la búsqueda de situaciones propicias a tomar decisiones es que esta actitud favorece la búsqueda de información adicional sobre las situaciones y sus alternativas de elección (Beattie *et al.*, 1994).

Janis y Mann (1977) propusieron un modelo descriptivo de la toma de decisiones sobre el supuesto de que la necesidad de tomar una decisión implica un conflicto. Este conflicto de decisión provoca estrés generado por dos intereses: por una parte, la preocupación por las pérdidas objetivas materiales que podrían resultar de la alternativa elegida; por otra parte, la preocupación por las pérdidas subjetivas o psicológicas que afecten al prestigio personal o profesional y a la autoestima (Janis y Mann, 1977). Se trata de un modelo de evaluación similar a otros modelos cognitivos, tales como el de Bandura (1977) o el de Lazarus y Folkman (1984). Estos modelos implican una doble evaluación: a) la evaluación de las demandas de un entorno específico y b) la autoevaluación de los recursos personales para responder a tales demandas. En el modelo de Janis y Mann (1977), el recurso más importante que afecta a la calidad del proceso de decisión es el tiempo disponible (Alzate, Laca y Valencia, 2004; Laca y Alzate, 2004). La presencia o ausencia de tres condiciones determina el patrón de decisión que sigan los individuos:

1. Conciencia de riesgos serios si no se hace nada.
2. Esperanza de encontrar una mejor alternativa a la situación presente.
3. La creencia de que haya tiempo suficiente para buscar información, evaluar la situación y elegir la mejor alternativa.

Los posibles cinco patrones de decisión resultantes son la adherencia no conflictiva a la situación sin decidir cambios, el cambio no conflictivo, la evitación defensiva, la hipervigilancia y la vigilancia. La *hipervigilancia* se descri-

be como el patrón menos adaptado para tomar decisiones, caracterizado por la indiferencia ante el problema sin búsqueda alguna de información, hasta que, presentada la crisis y bajo una fuerte presión de tiempo, se decide de manera impulsiva y precipitada. Tan solo la vigilancia es un patrón adaptativo para tomar decisiones, caracterizándose por la búsqueda sistemática de información, la consideración cuidadosa de las alternativas que parezcan viables y la toma de una decisión no apresurada.

En 1982, Mann presentó su Cuestionario de Toma de Decisiones Flinders para evaluar cuantitativamente la mayor o menor frecuencia en el uso de uno u otro patrón de tomar decisiones. En 1997, tras diversos análisis psicométricos, redujo los 31 ítems del Flinders a 22, denominando «Melbourne» a este nuevo instrumento que evalúa la frecuencia en la que el individuo utiliza cada uno de estos cuatro patrones: vigilancia, hipervigilancia, transferencia y aplazamiento o procrastinación. Describimos este instrumento en el apartado del método.

Método

Participantes

Participaron 116 personas cuyo rango de edad osciló entre los 19 y 43 años (50 mujeres y 66 hombres).

Muestra

Para determinar la muestra se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia.

Instrumentos

Cuestionario Melbourne de Toma de Decisiones (Mann *et al.*, 1997)³

Compuesto por 22 ítems que informan sobre cuatro patrones de toma de decisiones según el modelo de Janis y Mann (1977): vigilancia (6 ítems, por ejem-

3 Traducción y validación por parte de Alzate *et al.* (2004).

plo: «Me gusta considerar todas las alternativas»), hipervigilancia (5 ítems, por ejemplo: «Me siento como si estuviera bajo una tremenda presión de tiempo cuando tomo decisiones»), transferencia (6 ítems, por ejemplo: «Prefiero dejar las decisiones a otros») y aplazamiento (5 ítems, por ejemplo: «Aplazo tomar decisiones hasta que es demasiado tarde»). Cada ítem describe actitudes del sujeto al afrontar la necesidad de decidir; este responde con tres opciones: 0 («No es cierto en mi caso»), 1 («Es cierto algunas veces») y 2 («Es cierto en mi caso»). Alzate *et al.* (2004) reportaron confiabilidades de .65, .62, .78 y .71 en dichas escalas presentes en el análisis factorial confirmatorio de su traducción.

Cuestionario ¿Por qué se preocupa la gente? (Freeston, Rhéaume, Letarte, Dugas y Ladoucer, 1994)

Compuesto por 20 ítems repartidos en dos factores: factor 1, lo integran ítems referentes a la creencia de que preocuparse minimiza, por sí solo, la probabilidad de que ocurran eventos negativos (por ejemplo: «Si no me preocupo y sucediera lo peor, sería mi culpa»), implica una actitud pasiva a la preocupación; factor 2, compuesto por ítems que expresan la idea de que preocuparse es un medio positivo para encontrar soluciones (por ejemplo: «Si me preocupo, puedo encontrar una forma mejor de hacer las cosas), implica una actitud proactiva hacia la preocupación. Para evaluar la frecuencia con la que el individuo relaciona el texto con su actitud habitual se ofrecen cinco opciones desde 0 («Nunca») hasta 4 («Muy Frecuentemente»).

Resultados

Las medias en los seis factores del estudio se muestran en la tabla 1. La prueba de diferencia de medias no arrojó diferencias significativas por género.

Tabla 1. Puntuaciones del Cuestionario Melbourne de Toma de Decisiones y del Cuestionario ¿Por qué se preocupa la gente?

	<i>Hombres</i>	<i>Mujeres</i>
Preocupación 1	1.13	1.28
Preocupación 2	2.64	2.66
Vigilancia	10.27	9.52
Hipervigilancia	4.70	5.12
Transferencia	4.91	4.92
Aplazamiento	3.09	3.00

Nota: Medias por género en los dos factores de preocupación, los cuatro patrones de decisión y la autoestima como tomadores de decisiones (M 116, 66 H, 50 M).

Las correlaciones bivariadas entre los seis factores del estudio se muestran en la tabla 2. Los dos factores de la preocupación, pasiva y activa, presentan correlaciones muy significativas, positivas en unos casos y negativas en otros, con los patrones de decisión. Correlaciones muy significativas cuya relevancia para el objeto de esta investigación sobre los efectos de la preocupación en los patrones de decisión, se trata en el apartado de la discusión.

Tabla 2. Correlaciones bivariadas entre los seis factores de los Cuestionarios Melbourne de Toma de Decisiones y ¿Por qué se preocupa la gente?

	<i>Preocupa 1</i>	<i>Preocupa 2</i>	<i>Vigilancia</i>	<i>Hipervigilancia</i>	<i>Transferencia</i>	<i>Aplazamiento</i>
Preocupa 1	1	-.070 .600	-.340 ** .009	.455** .000	.295* .025	.386** .003
Preocupa 2		1	.153 .251	.106 .430	.054 .690	-.077 .564
Vigilancia			1	.035 .794	-.511** .000	-.180 .176
Hipervigilancia				1	.354** .006	.498** .000
Transferencia					1	.626** .000
Aplazamiento						1

Nota: Correlaciones bivariadas entre los seis factores del estudio.

Índices de significatividad: *.05 %, ** .01 %

En el caso de los cuatro patrones de decisión, sus puntuaciones se muestran en sus sumatorios totales sin promediar por el número de ítems, ello con el fin de facilitar la comparación con las medias en esos patrones en muestras de anglosajones (estadounidenses y australianos) y asiáticos (japoneses y taiwaneses) que Mann *et al.* (1997) presentaron en sus puntuaciones totales sin promediar (ver tabla 3).

Tabla 3. Puntuaciones totales de los cuatro patrones de decisión de la muestra mexicana en comparación con la estadounidense, australiana, japonesa y taiwanesa.

Factores	México		EE. UU.		Australia		Japón		Taiwán	
	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Vigilancia	10.27	9.52	9.23	9.49	9.37	9.40	9.16	9.11	10.15	9.57
Hipervigilancia	4.70	5.12	4.48	4.95	3.64	4.25	5.06	5.49	4.67	4.57
Transferencia	4.91	4.92	4.22	4.93	3.93	4.00	5.13	5.42	5.72	5.53
Aplazamiento	3.09	3.00	3.52	3.63	2.73	3.04	5.41	5.17	4.51	4.32

Nota: Medias en los cuatro patrones de decisión en muestra mexicana (N 116, 66 H, 50 M) en comparativo con muestras anglosajonas y asiáticas (tomadas de Mann, Burnett, Radford y Ford, 1997).

Discusión

El factor Preocupación 1, que describe una actitud pasiva ante los eventos preocupantes, correlaciona, negativa y significativamente, con el patrón de vigilancia, único eficiente entre los cuatro patrones de decisión del modelo; de manera congruente, este ineficiente factor de preocupación correlaciona, significativa y positivamente, con los tres patrones ineficaces de tomar decisiones, hipervigilancia, transferencia y aplazamiento (tabla 2). Por el contrario, el factor Preocupación 2, que describe una actitud proactiva, donde la preocupación impulsa la búsqueda de información y de respuestas eficaces de afrontamiento, correlaciona, significativa y positivamente, con el patrón eficiente de vigilancia y, significativa y negativamente, con los tres patrones de decisión ineficaces (tabla 2). Entendemos que esto apoya la propuesta del presente estudio de que hay una correlación estrecha entre la forma en que un individuo

vive sus preocupaciones y su toma de decisiones. La vivencia pasiva de preocuparse –estancándose en la rumiación de amenazas y riesgos, y descuidando las posibles acciones– aboca a patrones ineficaces en la toma de decisiones. La vivencia proactiva de preocuparse –evaluando con realismo los riesgos posibles y buscando información relevante para su afrontamiento, manteniéndose en un eficiente estado de vigilancia– favorece la toma de decisiones eficaces en el afrontamiento del problema.

El patrón eficaz de vigilancia se mostró elevado en los varones de la muestra mexicana (tabla 1), tan solo los varones chinos de Taiwán alcanzaron una puntuación similar (tabla 3). En hipervigilancia, en lo que respecta al patrón más ineficaz, las mujeres mexicanas muestran una elevada puntuación, inferior tan solo a sus pares japonesas. La muestra australiana presenta las puntuaciones más bajas en los ineficaces patrones de hipervigilancia, transferencia y aplazamiento; por el contrario, la muestra japonesa presenta las puntuaciones más altas en los citados patrones. Exceptuando su elevada puntuación en vigilancia, en el resto de patrones, la muestra mexicana presenta puntuaciones similares a las de las otras culturas, con excepción de los japoneses. Podría cuestionarse en qué medida la muestra australiana presenta menor ineficacia en sus patrones de decisión, porque el cuestionario Melbourne es de creación australiana. Se trataría de un instrumento condicionado culturalmente, como inevitablemente lo son todos, y, en este caso, condicionado a valorar los criterios de eficiencia en la toma de decisiones desde la perspectiva de las culturas anglosajonas. Siendo esto cierto, tampoco podemos ignorar que, en el actual mundo globalizado, son precisamente los valores de eficacia en tiempo y calidad de los resultados –característicos de la cultura anglosajona– los que se han impuesto.

En su estudio intercultural, Mann *et al.* (1997) no presentaron participantes latinos, por tanto, no tenemos muestras de culturas relativamente próximas a la mexicana con las que establecer comparativos. Por nuestra parte, en estudios previos, utilizando el instrumento Melbourne con participantes mexicanos, encontramos la media en vigilancia algo inferior a la del presente estudio y en el resto de los patrones con puntuaciones similares (Laca, Mejía y Mayoral, 2011; Luna, Laca y Cedillo, 2012; Luna y Laca, 2014).

Ante amenazas y retos, todos nos preocupamos, pero, con frecuencia, la preocupación no es proporcional a la probabilidad de la amenaza (Kahneman, 2021). La probabilidad de ocurrencia de un evento se exagera, generalmente, por encima de su probabilidad estadística real cuanto más dramático

sea el suceso. Un grave accidente aéreo –suceso estadísticamente muy improbable– extiende de manera desproporcionada el temor a volar en quienes tienen que hacerlo en los días siguientes. Eventos improbables son sobrestimados (Kahneman, 2021). Antes que los psicólogos, los matemáticos eran conscientes de la percepción tan limitada que la mayoría de la gente tiene calculando probabilidades (Paulos, 2019).

Siendo la preocupación un constructo multifactorial, en el que intervienen desde los niveles del estado de ansiedad y el bienestar subjetivo hasta los sesgos en los heurísticos para procesar información y elegir, son diversas las líneas de investigación posibles en este campo. Sugerimos investigar la relación entre los niveles de ansiedad y la preocupación, así como la relación entre los sesgos cognitivos en el procesamiento de la información y la preocupación.

El presente estudio tuvo, además de las limitaciones propias a los estudios en ciencias sociales –cuyas mediciones son necesariamente indirectas, y donde nuestra fuente de información son las respuestas subjetivas de los participantes–, la dificultad de relacionar una variable en principio intrapsíquica, como lo es la preocupación, con una variable conductual observable, como lo son los patrones de decisión o elección. Sin embargo, en este estudio no se preguntó por la frecuencia e intensidad de los estadios de preocupación, sino por las razones y/o justificaciones de preocuparse (por ejemplo: «Si me preocupo, puedo encontrar una forma mejor de hacer las cosas»), que constituyen cogniciones y/o verbalizaciones del individuo y no meras vivencias intrapsíquicas. Relacionando, por tanto, unas cogniciones sobre la preocupación personal con unos comportamientos, tales como aplazar (procrastinar), transferir a terceros la decisión o decidir prematuramente (*premature closure* en el modelo de Janis y Mann [1977]) las elecciones y decisiones a tomar.

Los autores del modelo de decisiones que soporta teóricamente el instrumento Melbourne d. m. q. (*decision making questionnaire*), utilizado en este estudio, describían la decisión como un conflicto (*decisional conflict* [Janis y Mann, 1977]): «Este conflicto de decisión alimenta un síndrome de estrés. Se simultanean en el individuo fuertes deseos de acabar cuanto antes con el dilema precipitando una decisión, cerrando prematuramente el conflicto, con deseos no menos intensos de evitar o, al menos, aplazar cualquier decisión» (Laca, 2004). Esta relación entre un instrumento para evaluar patrones de decisión, soportado por un modelo que describe tener que tomar decisiones como un

conflicto estresante y la vivencia de la preocupación, nos pareció congruente para los propósitos del presente estudio.

Referencias

- Alzate, R., Laca, F. A., y Valencia, J. F. (2004). Decision making patterns, conflict styles, and self-esteem. *Psicothema*, 16(1), 110-116.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioural change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Bauman, Z. (2007). Modernidad y ambivalencia. En Beriain, J. (Comp.), *Las consecuencias perversas de la modernidad* (73-119). Barcelona: Anthropos.
- Beattie, J., Baron, J., Hershey, J. C., y Spranca, M. D. (1994). Psychological determinants of decision attitude. *Journal of Behavioral Decision Making*, 7, 129-144.
- Beck, A. (2008). The evolution of the cognitive model of depression and its neurobiological correlates. *The American Journal of Psychiatry*, 165(8), 969-77. <<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2008.08050721>>.
- Brown, T. A., O'Leary, T. A., y Barlow, D. H. (1993). Generalized anxiety disorders. En Barlow, D. H. (Ed.), *Clinical handbook of psychological disorders* (pp. 137-189). Nueva York: Guilford Press.
- Eysenck, M. W. (1992). *Anxiety: The cognitive perspective*. Hillsdale: Erlbaum.
- Freeston, M.H., Rhèaume, J., Letarte, H., Dugas, M.J., y Ladouceur, R. (1994). Why do people worry? *Personality and Individual Differences*, 17, 791-802.
- González, M., Bethencourt, J. M., Fumero, A., y Fernández, A. (2006). Adaptación española del cuestionario «¿Por qué preocuparse?». *Psicothema*, 18, 330-338.
- Janis, I. L., y Mann, L. (1979). *Decision Making. A psychological analysis of conflict, choice, and commitment*. Nueva York: Free Press.
- Kahneman, D. (2021). *Pensar rápido, pensar despacio*. 16ª ed. Ciudad de México: Debate.
- Laca, F. A. (2012). Racionalidad limitada en la sociedad del riesgo mundial. *Revista de Economía Institucional*, 14(26), 121-135.
- Laca, F. A. (2004). *Elección de estrategias de afrontamiento del conflicto bajo presión de tiempo*. [Tesis doctoral]. Universidad del País Vasco UPV-EHU, Bilbao, España.

- Laca, F. A., y Alzate, R. (2004). Estrategias de conflicto y patrones de decisión bajo presión de tiempo. *Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades, SOCIOTAM, 14*(1), 11-32.
- Laca, F. A., Mejía, J. C., y Mayoral, E. (2011). Conflict communication, decision-making, and individualism in Mexican and Spanish university students. *Psychology Journal, 8*(1), 1-15.
- Lazarus, R., y Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Nueva York: Springer.
- Luna, A. C., Laca, F. A., y Cedillo, L. I. (2012). Toma de decisiones, estilos de comunicación en el conflicto y comunicación familiar en adolescentes bachilleres. *Enseñanza e Investigación en Psicología, 17*(2), 295-311.
- Luna, A. C., y Laca, F. A. (2014). Patrones de toma de decisiones y autoconfianza en adolescentes bachilleres. *Revista de Psicología, 32*(1), 40-65.
- MacLeod, C., y Rutherford, E. (2004). Information-processing approaches: Assessing the selective functioning of attention, interpretation, and retrieval. En Heimberg, R. G., Turk, C. L., y Mennin, D. S. (Ed), *Generalized anxiety disorders: Advances in research and practice* (pp. 109-142). Nueva York: Guilford Press.
- Mann, L., Burnett, P., Redford, M., y Ford, S. (1997). The Melbourne Decision Making Questionnaire: An instrument for measuring patterns for coping with decisional conflict. *Journal of Behavioral Decision Making, 10*, 1-19.
- Matthews, A. (1990). Why worry? The cognitive function of anxiety. *Behavior Research and Therapy, 28*, 455-468.
- Matthews, G., Deary, I. J., y Whiteman, M. C. (2003). *Personality traits*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Matthews, G., y Funke, G. J. (2006). Worry and information-processing. En Davey, G. C. L. , y Wells, A., *Worry and its psychological disorders: Theory, assessment, and treatment* (51-67). Hoboken: John Wiley & Sons Ltd.
- Matthews, G., y Harley, T. A. (1996). Connectionist models of emotional distress and attentional bias. *Cognition and Emotion, 10*, 561-600.
- Paulos, J. A. (2019). *La vida es matemática. Las ecuaciones que explican los avatares de nuestra biografía*. Barcelona: Tusquets.
- Spielberger, C. D., Goursch, R. L., y Lushene, R. E. (2008). *STAI cuestionario de ansiedad estado rasgo*. Séptima edición. Madrid: TEA.
- Watkins, E. (2004). Appraisals and strategies associated with rumination and worry. *Personality & Individual Differences, 37*, 679-694.

- Wells, A., y Carter, K. (1999). Preliminary tests of a cognitive model of generalized anxiety disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 585-594.
- Zeidner, M. (1998). *Test anxiety: The state of the art*. Nueva York/Londres: Plenum Press.