

ARTICULOS

**Estilo atribucional y depresión:  
conclusiones y aspectos relevantes**

**Attributional style and depression:  
conclusions and relevant aspects**

PILAR SANJUÁN SUÁREZ (\*)

RESUMEN

*En este artículo se realiza una revisión cualitativa de los estudios que analizan la relación existente entre estilo atributivo y depresión, realizados tanto desde el modelo reformulado de indefensión aprendida como desde la teoría de la desesperanza. Desde el modelo reformulado, se concluye que los individuos depresivos atribuyen a causas internas, estables y globales los sucesos negativos, y a causas externas, inestables y específicas los positivos, aunque esta última asociación es más débil que la primera. De acuerdo con la teoría de la desesperanza, se sugiere que poseer un estilo atributivo negativo (atribuir los sucesos negativos a causas internas, estables y globales) es un factor de vulnerabilidad para padecer una depresión cuando los sujetos se enfrentan a sucesos negativos en sus vidas. Asimismo se añaden algunas consideraciones sobre el papel de la incontrolabilidad y la autoestima.*

ABSTRACT

*This paper carries out a qualitative review of studies that analyze the relationship between attributional style and depression. The studies were analyzed both from the reformulated learned helplessness model and from the hopelessness theory. According to the first model, depressed individuals attribute negative events to internal, unstable and global causes, whereas they attribute positive events to external, stable and specific causes. The association is weaker for the positive events. The model of hopelessness suggests that having a negative attributional style involves vulnerability to suffer depres-*

(\*) Profesora-Tutora de Psicología de la Personalidad de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Educación a Distancia en el Centro Asociado de Madrid.

*sion when the individual is facing negative life events. Further considerations are added concerning the roles of uncontrollability and self-esteem.*

**PALABRAS CLAVE**

*Depresión, Estilo atributivo, Indefensión, Teoría de la desesperanza, Vulnerabilidad.*

**KEY WORDS**

*Depression, Attributional style, Helplessness, Hopelessness theory, Vulnerability.*

## INTRODUCCIÓN

Seligman (1975) realizó una serie de investigaciones, en las que exponía a los perros experimentales a choques eléctricos inescapables o inevitables. Posteriormente, los sometía a una tarea de escape-evitación en la que tenían que aprender a saltar de un compartimiento a otro de la caja de salto, para escapar de la estimulación aversiva. Los resultados obtenidos indicaron que los perros mostraban graves deterioros en el aprendizaje de las nuevas conductas. En concreto, no hacían nada para evitar los choques y los aguantaban pasivamente. Seligman comparó el estado en el que los perros entraban con el estado depresivo en los humanos.

En función de estas investigaciones formuló la teoría de la indefensión aprendida, que defiende que la percepción de no contingencia entre la respuesta y las consecuencias provoca el desarrollo de la expectativa de que en el futuro tampoco habrá contingencia, lo que llevaría aparejado el desarrollo de indefensión. Ésta se caracteriza por tres déficits: **motivacional**, o retardo de respuestas voluntarias; **cognitivo**, o dificultad para efectuar aprendizajes; y **emocional**, relativo a los síntomas comunes de depresión.

Abramson, Seligman y Teasdale (1978) formularon años más tarde lo que se conoce como el modelo reformulado de indefensión aprendida

para resolver las inadecuaciones que la teoría original presentaba cuando se aplicaba a humanos. En síntesis, cuando a sujetos humanos se les somete a situaciones de incontrolabilidad (anagramas irresolubles o ruidos de los que no pueden escapar): a) la teoría no explicaba por qué en algunos sujetos se producían efectos opuestos a los encontrados en los perros, es decir, aumentaban su tasa de respuestas, mientras que otros sí entraban en indefensión (disminución de la tasa de respuesta); b) adicionalmente la teoría original tampoco explica el hecho de que los depresivos se culpen a sí mismos por la ocurrencia de los eventos negativos, especialmente cuando aquellos eventos están claramente fuera de su control; c) finalmente, la teoría no predecía la cronicidad y generalidad de los síntomas depresivos (Burns y Seligman, 1991).

Estos autores propusieron un proceso atribucional como paso previo a la formación de la expectativa de incontrolabilidad y del desarrollo de los síntomas de indefensión. Específicamente, el modelo propone que cuando las personas son sometidas a experiencias de incontrolabilidad y las perciben como tal harán una atribución respecto de cuál es la causa de esa falta de control. Esta atribución se hace en función de tres dimensiones: **Internalidad-Externalidad** (según que se atribuya el resultado a una causa debida al propio sujeto o externa a

él), **Estabilidad-Inestabilidad** (creer o no que la causa se mantendrá en un futuro) y **Globalidad-Especificidad** (según se piense que la causa afectará a más áreas o sólo al área en cuestión). De acuerdo con estas dimensiones, atribuir la falta de control a causas internas producirá una disminución de autoestima (que puede o no ser un síntoma de depresión), mientras que atribuirlo a causas externas no; de la misma manera, atribuirlo a factores estables hará que la indefensión se mantenga a través del tiempo, y atribuirlo a factores globales generalizará la indefensión a otras áreas de la vida. Las dimensiones atribucionales más relevantes en el desarrollo de la depresión serían las de Estabilidad y Globalidad, puesto que serían las responsables del mantenimiento de los déficits (motivacional, cognitivo y emocional) en el tiempo y en distintas situaciones (Abramson, Alloy y Metalsky, 1989; Alloy, Abramson, Metalsky y Hartlage, 1988).

Ya en este primer trabajo (Abramson et al., 1978) apuntaron que existiría un estilo atribucional depresivo, es decir, una tendencia a explicar los resultados negativos mediante causas internas, estables y globales, en diferentes situaciones y a través del tiempo, y que los sujetos con esta tendencia tendrían una mayor probabilidad de desarrollar una depresión cuando les ocurrieran sucesos negativos en sus vidas. En un estudio que realizaron al año siguiente (Seligman, Abramson,

Semmel y Baeyer, 1979) comprobaron la relación predicha entre estilo atribucional y depresión, ante eventos negativos. Aunque la teoría no hace predicciones explícitas para los resultados positivos, se cree que el hecho de que se atribuyan a factores externos, inestables y específicos podría incrementar la vulnerabilidad a la depresión.

El propósito de este trabajo es hacer una revisión cualitativa de las investigaciones que se han dedicado a estudiar la relación entre estilo atributivo y depresión, desde la aparición del primer estudio de Seligman y sus colaboradores en el año 1979 hasta los publicados en 1997. Asimismo se pretende presentar la transformación de la teoría desde su primera aproximación atributiva o teoría reformulada de indefensión aprendida, hasta su posterior evolución como teoría de la desesperanza.

De un modo didáctico, se podría decir que existen dos grandes bloques o líneas de investigación, la primera, que se ha desarrollado desde el contexto teórico del modelo reformulado de indefensión, se ha centrado en comprobar que los sujetos depresivos poseen el citado estilo para explicar las causas de los sucesos de sus vidas. La segunda, y más actual, se ha generado a partir de algunas modificaciones que se han hecho al modelo anterior y que se conoce como teoría de la desesperanza (Abramson et al., 1989; Alloy et al., 1988;), se ha ocupado y se ocupa

en demostrar que tal estilo atribucional es verdaderamente un factor de predisposición para el desarrollo de depresión. Paso a continuación a describir separadamente las distintas aportaciones de estas dos grandes líneas de trabajo.

## DEPRESIÓN Y ESTILO ATRIBUTIVO

Esta línea de trabajo se ha encaminado a comprobar que los sujetos depresivos muestran un estilo atributivo peculiar consistente, tal como ya se ha apuntado, en explicar los sucesos negativos mediante causas internas, estables y globales, y los eventos positivos por causas externas, inestables y específicas. La mayoría de las investigaciones realizadas son de naturaleza correlacional, limitándose a describir la relación entre el estilo atributivo, medido generalmente con el *Cuestionario de Estilo Atribucional (Attributional Style Questionnaire; ASQ)*, Peterson et al., 1982; su traducción española puede verse en Palomares y Sanjuán, 1995) o con el *Cuestionario de Estilo Atribucional Ampliado (Expanded Attributional Style Questionnaire; E-ASQ)* de Peterson y Villanova (1988), y alguna medida de estado de ánimo depresivo, generalmente el *Inventario de Depresión de Beck (BDI)*, Beck, Ward, Mendelson, Mock y Erbaugh, 1961).

La mayor parte de los estudios reali-

zados han comprobado la relación predicha por el modelo. Así, muchas investigaciones, utilizando muestras de estudiantes, han encontrado una correlación positiva significativa entre la medida de depresión y las atribuciones dadas a los eventos negativos del ASQ (Alloy, Peterson, Abramson y Seligman, 1984; Brewin y Furnham, 1987; Crittenden y Lamug, 1988; Crocker, Alloy y Kayne, 1988; Furnham y Brewin, 1988; Golin, Sweeney y Shaeffer, 1981; Love, 1988; McCormick y Taber, 1988; Martin, Buckhalt, Pipes, Nivens y Katz, 1987; Peterson, Schwartz y Seligman, 1981; Pinto y Francis, 1993; Sanjuán y Palomares, 1998; Seligman et al., 1979) o a las del E-ASQ (Brown y Silberschatz, 1989; Ahrens y Haaga, 1993; Haaga et al., 1995).

Cuando se toman en consideración los eventos positivos, lo primero que se observa es que muchas investigaciones no los evalúan (por ejemplo todas las que utilizan el E-ASQ, pues este instrumento sólo evalúa eventos negativos), y posteriormente que, si bien, el patrón de resultados es más inconsistente, son bastantes los estudios que obtienen resultados en la dirección predicha (Ahrens y Haaga, 1993; Brewin y Furnham, 1987; Burn y Seligman, 1989; Crittenden y Lamug, 1988; Crocker et al., 1988; Haaga et al., 1995; Martin et al., 1987; Pinto y Francis, 1993; Priebe y Stieglitz, 1990; Seligman et al., 1979; Suraskv y Fish, 1985), aunque otros,

sin embargo, no (Furnham y Brewin, 1988; Love, 1988; Seligman et al., 1979).

Las teorías atribucionales de la depresión han sido estudiadas en menos ocasiones con poblaciones clínicas, pero al igual que en los estudios llevados a cabo con sujetos sin psicopatología, los resultados sugieren que los pacientes depresivos atribuyen los eventos negativos a causas internas estables y globales en mayor medida que los sujetos normales (Brown y Silberschatz, 1989; Heimberg, Vermilyea, Dodge, Becker y Barlow, 1987; Heimberg et al., 1989; Johnson, Petzel y Munic, 1986; Raps, Peterson, Reinhard, Abramson y Seligman, 1982; Tracy, Bauwens, Martin, Pardo y Mendlewicz, 1992); aunque algunos estudios no han encontrado diferencias entre ambos grupos de sujetos (Hamilton y Abramson, 1983; Miller, Klee y Norman, 1982).

La conclusión que se desprende, a la vista de los numerosos resultados, así como de las revisiones cualitativas y metaanálisis cuantitativos (Peterson, Raps y Villanova, 1985; Peterson y Seligman, 1984; Robins, 1988; Sweeney, Anderson y Bailey, 1986), es que los sujetos depresivos tienden a atribuir los sucesos negativos a causas internas, estables y globales. En cuanto a los sucesos positivos, los resultados no son tan claros, aunque apuntan a que hay una tendencia entre

estos sujetos a atribuirlos a causas externas, inestables y específicas. Además, y en general, este patrón de resultados se mantiene independientemente de la muestra utilizada (estudiantes versus pacientes), las características del evento al que se atribuye la causa (real versus hipotético) y de los métodos de evaluación de la depresión y la atribución (cuestionarios de atribución, generalmente el ASQ, versus cuestiones atribucionales referidas a las causas: capacidad, esfuerzo, facilidad y suerte).

#### **ESTILO ATRIBUTIVO COMO FACTOR DE VULNERABILIDAD A LA DEPRESIÓN**

Los estudios anteriores, si bien han dejado muy claro que los sujetos depresivos tienen un estilo atributivo negativo, no han podido demostrar lo que desde un principio se postulaba, es decir, que esta forma de pensar es un factor que predispone a la depresión. Todas las investigaciones mencionadas son de naturaleza transversal y utilizan metodología correlacional, y en el mejor de los casos, si han seleccionado a los sujetos, lo han hecho en función del estado de ánimo y no por el estilo atributivo, por lo cual no se puede saber si el estilo es la causa de la depresión o la consecuencia o cicatriz de la misma, tal como sugieren algunos autores.

Aproximadamente a finales de los

años 80, Abramson y su equipo introdujeron algunas variaciones en el modelo reformulado de indefensión aprendida al que comienzan a denominar teoría de la desesperanza (Abramson et al. 1989; Alloy et al., 1988), y es desde estos supuestos desde donde se empiezan a realizar estudios para probar la hipótesis de la vulnerabilidad. Estos estudios se realizan desde lo que se llama **paradigma de conductas de alto riesgo**, que consiste básicamente en utilizar diseños longitudinales en los que se selecciona a los sujetos por poseer o no el citado estilo depresógeno (y no por la presencia o ausencia de depresión como en los estudios anteriores) y estudiar la incidencia, duración y severidad de la depresión o de los síntomas depresivos, en diversos períodos temporales.

Antes de presentar las conclusiones de los trabajos realizados bajo este paradigma, voy a detenerme brevemente en la teoría de la desesperanza para explicar algunos de sus conceptos más relevantes.

Los autores defienden la existencia de factores **próximos y distantes**, según que ocurran inmediatamente antes del episodio depresivo o más lejanos en el tiempo respectivamente. Por otro lado, también distinguen entre factores **necesarios, suficientes y contributivos**. Los factores necesarios deben estar presentes para que se produzcan los síntomas, pero no son suficientes para que aparezcan. Los

suficientes aseguran la manifestación de los síntomas cuando están presentes. Los contributivos sirven para incrementar la probabilidad de aparición de los síntomas, pero no son necesarios ni suficientes.

La causa **próxima y suficiente** para que aparezcan los síntomas es, lo que los autores denominan **desesperanza**, que sería *la expectativa de que un resultado altamente deseado no ocurrirá, o que un resultado altamente aversivo ocurrirá, junto con la expectativa de que no hay respuesta en el repertorio de uno para cambiar estas probabilidades* (expectativa de incontrolabilidad o indefensión).

Una causa **distante y contributiva** conforma el componente de **diatesis-estrés** (el término diátesis hace referencia a una predisposición a contraer una enfermedad determinada) de la teoría, haciendo referencia al **estilo atribucional depresógeno (diatesis) en interacción con la ocurrencia de sucesos estresantes**. Exactamente, proponen que tener un estilo depresógeno en un dominio particular (por ej, en la relaciones interpersonales) implicaría una vulnerabilidad específica a la depresión (por desesperanza) cuando el sujeto se enfrente con eventos negativos en el mismo dominio (por ej., rechazo social).

Por último, las causas **próximas y contributivas** serían las **atribuciones causales** realizadas para un suceso negativo particular y el **grado de**

**importancia** que se le da a dicho suceso.

La teoría también propone que, en lo referente a las atribuciones, hay que tener en cuenta las aportaciones de la psicología social, así, algunos autores (Kelley, 1967; McArthur, 1972) han apuntado que las atribuciones causales dependen en parte de la información situacional. De esta manera, la gente tiende a atribuir un evento al factor o factores con el que covaría, y por ello se predice que se harán atribuciones **internas, estables y globales** cuando la información situacional sugiere que el evento es: **bajo en consenso** (el resultado obtenido no coincide con el de los demás), **alto en consistencia** (el sujeto en cuestión obtiene siempre este mismo resultado) y **bajo en distintividad** (el sujeto obtiene este resultado en otras áreas). Todo esto quiere decir, que hay algunas atribuciones más plausibles que otras en algunas situaciones particulares. Hay también otros factores que pueden guiar los procesos de atribución que también tienen un peso importante, como puede ser el **proteger o aumentar la autoestima, o el que un cierto factor causal sobresalga sobre los demás** (por ej., la evidencia de dificultad o facilidad, o la suerte cuando se trata de un juego de azar).

En función de lo anterior, los autores defienden la siguiente secuencia de acontecimientos: cuando ocurre

un evento negativo (o ausencia de positivos) en función de la información de la situación y del estilo atributivo del sujeto, éste hará algunas inferencias (en el modelo se enfatizan las inferencias más que la ocurrencia en sí de los eventos) sobre las causas, sobre las consecuencias y sobre sí mismo (valía, habilidad, personalidad, deseabilidad), que dan lugar a la desesperanza, y ésta a la depresión. Hay, además, otras condiciones que pueden contribuir al desarrollo de la desesperanza como la falta de apoyo social, factores genéticos de predisposición, o de desarrollo (por ej., persona criada sin madre). También hay que indicar que personas sin este estilo depresógeno pueden desarrollar depresión cuando se enfrentan con algún evento suficientemente importante (estar en un campo de concentración, o vivir una guerra) o con muchos eventos menores o crónicos (discusiones constantes con la pareja).

El mantenimiento o duración del episodio depresivo estaría en relación con la fortaleza de la expectativa de desesperanza. Generalmente a más estabilidad, más desesperanza y por lo tanto más duradera es la depresión. También está influido por las consecuencias de la depresión, por las atribuciones hechas sobre la causa de la misma depresión y por las características que el sujeto infiere de sí mismo, dado que está deprimido.

De los muchos estudios que se han llevado a cabo desde este marco teóri-

co con la finalidad de probar que el estilo atributivo es un factor de predisposición para padecer depresión, la mayoría han verificado las predicciones de la teoría (Alloy y Clements, 1991, cfr. Alloy, Lipman y Abramson, 1992; Alloy, Kayne, Romer y Crocker, 1992, cfr. Metalsky, Joiner, Hardin y Abramson, 1993; Alloy, Lipman y Abramson, 1992; Cutrona, 1983; Dixon y Ahrens, 1992; Follete y Jacobson, 1987; Hilsman y Garber, 1995; Husley, 1989; Johnson y Miller, 1990; Metalsky, Abramson, Seligman, Semmel y Peterson, 1982; Metalsky, Halberstadt y Abramson, 1987; Metalsky, Joiner, Hardin y Abramson, 1993; Needles y Abramson, 1990; Nolen-Hoeksema, Girgus y Seligman, 1986; Peterson y Seligman, 1984; Sack y Bugental, 1987) mientras que muy pocos son los que no lo han hecho (Barnett y Gotlib, 1988; Hammen, Adrian e Hiroto, 1988; Lewinsohn, Steinmetz, Larson y Franklin, 1981).

Algunos de los estudios que apoyan la hipótesis de la vulnerabilidad son epidemiológicos, como el perteneciente al Proyecto Temple-Wisconsin de Vulnerabilidad Cognitiva a la Depresión (CVD) de Alloy y Abramson (1990, cfr. Alloy et al., 1992) en el que se utilizó un diseño prospectivo, en el que seleccionaron a sujetos sin ningún tipo de trastorno ni sintomatología depresiva, en función de que poseyeran o no el estilo atribucional depresógeno. Los autores evalua-

ron frecuentemente en un período de dos años la ocurrencia de eventos negativos, cogniciones mediacionales (pensamientos automáticos y desesperanza) y episodios de depresión o trastornos de ansiedad y sus conclusiones apoyaron la propuesta del estilo atributivo como factor de vulnerabilidad a la depresión. Con las mismas condiciones, en un estudio longitudinal retrospectivo (Alloy et al., 1992), también de 2 dos años de duración, concluyeron igualmente que los sujetos con estilo atributivo depresógeno habían padecido más episodios de depresión mayor, así como más incremento de sintomatología depresiva, que los sujetos sin el citado estilo, además la gravedad de los episodios y los síntomas era mayor en aquellos sujetos.

Tal como se ha comentado anteriormente, la teoría predice que el estilo depresógeno es un factor necesario pero no suficiente, y que es la interacción de dicho estilo con la ocurrencia de estrés lo que propiciaría el desarrollo de un episodio depresivo, por ello, algunas investigaciones se han dirigido a probar la existencia de dicha interacción. Como es muy difícil someter a sujetos humanos a eventos negativos suficientemente importantes, muchas investigaciones se han llevado a cabo en situaciones naturales, utilizándose principalmente muestras de estudiantes y sus exámenes parciales como sucesos estresantes de considerable importancia (Follete

y Jacobson, 1987; Hilsman y Garber, 1995; Hunsley, 1989; Metalsky et al., 1982; Metalsky et al., 1987; Metalsky et al., 1993). Estos experimentos "naturales" han podido concluir que el estilo atributivo negativo (tendencia a explicar los sucesos negativos por causas internas, estables y globales) predice un aumento del estado de ánimo depresivo en los estudiantes que fracasan en los exámenes pero no en los que tienen éxito.

Estudios con niños (Dixon y Ahrens, 1992; Hilsman y Garber, 1995; Nolen-Hoeksema et al., 1986), prisioneros (Peterson y Seligman, 1984) y mujeres después del parto (Cutrona, 1983) también han demostrado la interacción entre estilo atributivo negativo y sucesos vitales estresantes en la predicción del estado de ánimo depresivo.

Para paliar la posible falta de control que tiene la investigación en condiciones naturales, también se han hecho estudios en el laboratorio, así por ejemplo, Sacks y Bugental (1987) comprobaron que el estilo depresógeno interactuaba con un fracaso de tipo social para predecir el estado de ánimo depresivo siguiente.

A la vista de los resultados obtenidos en los distintos tipos de investigaciones (longitudinales, situaciones naturales y de laboratorio), parece que se confirma la hipótesis de partida, es decir, la tendencia a explicar los sucesos negativos mediante causas

internas, estables y globales, puede ser un factor de riesgo para padecer depresión. Sin embargo, aunque pocos, tal como se ha podido ver, existen algunos resultados discrepantes que deberían ser explicados, por lo cual parece necesario seguir profundizando en esta interesante línea de trabajo. Así, por ejemplo, alguno de los aspectos que requieren mayor atención, sería examinar si existen diferencias entre los distintos tipos de sucesos negativos (por ejemplo entre situaciones de logro e interpersonales o entre situaciones de pérdida o amenaza) o si la frecuencia y cantidad de eventos puede interactuar con el estilo explicativo para producir diferentes resultados.

Igualmente, se defiende que sería interesante analizar algunos factores, como el papel de la controlabilidad, que siendo central en la teoría ha ido perdiendo protagonismo, aunque existen razones para pensar que juega un rol importante en el desarrollo de la depresión; o el, también importante, papel de la autoestima, como factor coadyuvante. Paso a continuación, a analizar por separado y más pormenorizadamente los factores comentados.

## **ALGUNAS CONSIDERACIONES**

### **Autoestima**

Si bien hay muchas depresiones

que se acompañan de baja autoestima, como ya se indicó, la baja autoestima no es un síntoma necesario para que aparezca una depresión. Sin embargo, hay alguna evidencia de que la baja autoestima puede ser un factor coadyuvante en el desarrollo de una depresión, por lo cual me voy a detener un poco más en este tema.

Conviene aclarar aquí, que la autoestima disminuirá cuando el resultado negativo se atribuya a causas internas, estables y globales. Sólo por atribuirlo a causas internas no se deriva la baja de autoestima, como mantenían los autores en el año 78 (Crocker et al., 1988). Esta afirmación está basada en muchos estudios que muestran que las atribuciones internas no son *per se* inadaptadas, y en algunos casos pueden ser muy adecuadas, así, por ejemplo, atribuir el fracaso a falta de esfuerzo, puede hacer que se incremente éste en un intento futuro. Después de una atribución al esfuerzo que es una causa interna pero inestable, no es probable que disminuya la autoestima (ni tampoco que se de depresión). El vínculo entre atribuciones internas, estables y globales y baja autoestima está basado en trabajos de la psicología social que muestran que la autoestima está influenciada por la comparación con otros (cuando otros lo logran). La baja autoestima también podría ocurrir si los sujetos infieren características negativas sobre ellos mismos y las perciben como no cambiables (estables).

Aunque se mantenga la autoestima intacta, la depresión puede aparecer si se hacen atribuciones externas, pero estables, así, por ejemplo ante el hecho negativo de no tener trabajo se puede alegar que es debido a la situación económica precaria por la que atraviesa el país (atribución externa que dejaría la autoestima intacta), pero se puede presentar depresión si se cree que esta situación se va mantener mucho tiempo (estabilidad) y va a afectar a otras áreas de la vida además de la estrictamente laboral, como son las relaciones familiares y de amigos, la vida social, etc. (globalidad).

Aclarados estos aspectos, paso a centrarme en la autoestima como factor coadyuvante en la aparición de sintomatología depresiva. Así, el estudio de Metalsky et al. (1993), encontró que los síntomas depresivos que se producían después de un examen parcial se predecían por la interacción conjunta de estilo atribucional depresógeno, fracaso y baja autoestima, es decir, que se potencia la sintomatología depresiva cuando los estudiantes tienen un estilo atributivo negativo, fracasan y tienen baja autoestima (pero no cuando tienen éxito aunque tengan baja autoestima, ni cuando fracasan si tienen alta autoestima, ni cuando fracasan y tienen baja autoestima si tienen un estilo atributivo positivo). Estos autores sugieren que si estos resultados se corroboran en posteriores estudios se podrían integrar, añadiendo la baja autoestima

como un factor de vulnerabilidad adicional, que en combinación con la diatesis atribucional y el estrés podría culminar en desesperanza y, por tanto, en síntomas depresivos.

### **Efecto de la incontrolabilidad**

Tal como se ha expuesto anteriormente, la teoría de la indefensión aprendida predice que cuando los sujetos son expuestos a experiencias de incontrolabilidad (ausencia de relación entre la conducta y el resultado obtenido) presentan después una serie de déficits emocionales, conductuales y cognitivos, muy parecidos a los síntomas de la depresión y que se conocen como indefensión. La expectativa de incontrolabilidad, que formalmente ocupaba un rol central tanto en la teoría original como en la reformulación posterior, gradualmente se ha reemplazado por el constructo de valencia del evento (negativo), es decir, que en la actualidad se vinculan con la depresión las atribuciones realizadas para los eventos negativos, y no, como en un principio, las atribuciones hechas ante un evento percibido como fuera de control.

Los eventos negativos, utilizados como sinónimos de incontrolabilidad, no siempre son incontrolables. Así, puede haber eventos negativos que se pueden ver como controlables, por ejemplo, cuando alguien después de tener un accidente comenta que podría haberlo evitado si hubiera tenido cuidado. El juicio de control podría

interactuar con otras atribuciones causales para predecir la depresión. Por ejemplo, si un estudiante suspende un examen, y este resultado negativo se atribuye a una causa personal (interna) incontrolable como la falta de capacidad, se podría predecir depresión, tal como señala el modelo reformulado, sin embargo, si el evento se atribuye a una causa personal (interna) pero controlable, como el bajo esfuerzo realizado, podrá pensar que cambiando los hábitos de estudio podría mejorar su resultado en una ocasión posterior, por lo cual la depresión no aparecería.

Este análisis es similar a la distinción que hace Janoff-Bulman (1979, 1982) entre culpa caracteriológica y culpa conductual ante sucesos traumáticos. Esta autora estudia a personas que han sido víctimas de actos violentos y encuentra que la culpa consecuente puede ser de dos tipos, caracteriológica o conductual. En ambos casos los sujetos hacen atribuciones internas, pero en el primero lo atribuyen al carácter (“Esto me ha ocurrido por la clase de persona que soy”), es decir, una causa interna y estable o no modificable, o no controlable; mientras que en el segundo la atribución es inestable (“Esto me ha ocurrido porque no he tenido cuidado y debería haberlo tenido”), es decir, modificable o controlable. Algunos estudios han encontrado que la culpa caracteriológica está asociada positivamente a depresión, mientras que la conductual lo hace negativamente (Anderson y Jennings, 1980;

Janoff-Bulman, 1979, 1982; Peterson et al., 1981; Stoltz y Galassi, 1989).

Otras investigaciones han informado resultados comparables con constructos que parecen conceptualmente muy similares. Por ejemplo, se ha encontrado que la depresión está positivamente relacionada con atribuciones internas y estables para eventos negativos, pero inversamente con atribuciones internas pero inestables (Zautra, Guenther y Chartier, 1985); positivamente relacionada a atribuciones internas, estables y globales para eventos negativos incontrolables, pero inversamente relacionada cuando se hacen estas mismas atribuciones pero se considera el suceso controlable (Brown y Siegel, 1988); positivamente relacionada a atribuciones a la capacidad o un rasgo de personalidad ante sucesos negativos, pero inversamente relacionada cuando se explica el suceso negativo con la estrategia o el esfuerzo (Anderson, Horowitz y French, 1983).

De lo dicho se deduce que hay razón para suponer que las atribuciones de controlabilidad moderan la relación entre depresión y estilo atributivo negativo, es decir, se podría prever que el estilo atributivo negativo (interno-estable-global) se relacionaría con depresión sólo cuando además se hicieran atribuciones de incontrolabilidad, por lo que parece, no sólo interesante sino también necesario, volver a introducir la incontrolabilidad en las investigacio-

nes futuras sobre estilo atributivo y depresión, con el fin de aclarar las relaciones existentes.

Adicionalmente, a la vista de las investigaciones, la incontrolabilidad se puede explicar tanto por factores externos al sujeto, como por causas internas y estables; así, en el estudio de Brown y Siegel (1988) se encuentran atribuciones internas y estables consideradas como controlables, mientras que otras no, lo que sugiere que estos conceptos no se solapan entre sí.

## CONCLUSIONES

Para finalizar y a modo de síntesis se podría decir que, por un lado, los sujetos depresivos o con estado de ánimo depresivo presentan un estilo atributivo consistente en explicar los sucesos negativos mediante causas internas, estables y globales, mientras que los resultados positivos los atribuyen a causas externas, inestables y específicas. Por otro lado, a la vista de los resultados, parece bastante claro que el poseer un estilo atributivo negativo (atribuir los sucesos negativos a causas internas, estables y globales) parece ser un factor de vulnerabilidad para padecer depresión.

Sin embargo, resulta necesario, a la vista de los resultados, seguir investigando en un campo que tiene grandes implicaciones clínicas, con el fin de aclarar ciertos interrogantes que aún

quedan por resolver. Así, sería interesante, tal como se ha señalado previamente, examinar si existen diferencias entre los distintos tipos de sucesos negativos (relacionados con el logro, la filiación, la salud, etc.), si la frecuencia de los eventos interactúa con el estilo explicativo para producir resultados distintos, o si la ocurrencia de sucesos positivos tiene alguna incidencia sobre la desesperanza y, por ende, en la remisión de los síntomas depresivos (Needles y Abramson, 1990), así como el papel de la autoestima como factor coadyuvante.

Mención especial merece el estudio de la controlabilidad, pues tal como se desprende tiene un papel relevante y serían sólo los sucesos considerados fuera de todo control personal los que estarían altamente asociados con la depresión. El reintegrar este protagonismo a la incontabilidad, implicaría en primer término elaborar un instrumento de medida apropiado, ya que el utilizado para la evaluación del estilo atributivo (ASQ) no analiza esta dimensión, pues tal como se señaló, evalúa las dimensiones de Internalidad, Estabilidad y Globalidad.

Para finalizar, y con respecto a este último punto, habría que añadir que, los estudios que analizan las atribuciones pidiendo a los sujetos que expongan las causas directas (por ej., capacidad, esfuerzo, dificultad o suerte, entre otras), realizan una inducción sobre la dimensionalidad de las

causas que puede estar sesgada (Pérez García y Sanjuán, en prensa), pues la evidencia indica que, por ejemplo, la capacidad se percibe como una causa controlable, mientras que a nivel teórico-racional se la entiende como incontrollable, y la suerte suele ser considerada por los sujetos, como un rasgo interno y estable, aunque la teoría apunta a su carácter externo e inestable. Se podría sugerir, por tanto, que las investigaciones que analicen de esta forma las atribuciones tengan en cuenta estos posibles sesgos.



## REFERENCIAS

- Abramson, L.Y.; Seligman, M.E.P. & Teasdale, D.C. (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology, 87*, (1), 49-74.
- Abramson, L.Y.; Alloy, L. B. & Metalsky, G.I. (1989). Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological Review, 96*, 358-372.
- Ahrens, A.H. & Haaga, D.A.F. (1993). The specificity of attributional style and expectations to positive and negative affectivity, depression and anxiety. *Cognitive Therapy and Research, 17*, 83-98.
- Alloy, L.B.; Abramson, L.Y.; Metalsky, G. I. & Hartlage, S. (1988). The hopelessness theory of depression: attributional aspects. *British Journal of Clinical Psychology, 27*, 5-21.
- Alloy, L.B.; Lipman, A.J. & Abramson, L.Y. (1992). Attributional style as a vulnerability factor for depression: Validation by past history of mood disorders. *Cognitive Therapy and Research, 16*, 391-407.
- Alloy, L.B.; Peterson, C.; Abramson, L.Y. & Seligman, M.E.P. (1984). Attributional style and the generality of learned helplessness. *Journal of Personality and Social Psychology, 46*, (3), 681-687.
- Anderson, C. A.; Horowitz, L. M. & French, R.D. (1983). Attributional style of lonely and depressed people. *Journal of Personality and Social*

*Psychology*, 45, 127-136.

Anderson, C. A. & Jennings, D. L. (1980). When experiences of failure promote expectations of success: The impact of attributing failure to ineffective strategies. *Journal of Personality*, 48, 393-407.

Barnett, P. A. & Gotlib, I.H. (1988). Psychosocial functioning and depression: Distinguishing among antecedents, concomitants, and consequences. *Psychological Bulletin*, 104, 97-126.

Beck, A.T.; Ward, C. H.; Mendelson, M.; Mock, J. & Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.

Brewin, C. R. & Furnham, A. (1987). Dependency, self-criticism and depressive attributional style. *British Journal of Clinical Psychology*, 26, 225-226.

Brown, J. D. & Siegel, J. M. (1988). Attributions for negative life events and depression: The role of perceived control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 316-322.

Brown, J. D. & Silberschatz, G. (1989). Dependency, Self-Criticism and depressive attributional style. *Journal of Abnormal Psychology*, 98, 187-188.

Burns, M. O. & Seligman, M.E.P. (1989). Explanatory style across the life span: Evidence for stability over 52 years. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 471-477.

Burns, M. O. & Seligman, M.E.P. (1991). Explanatory style, helplessness and depression. En C.R. Snyder y D.R. Forsyth (eds.), *Handbook of Social and Clinical Psychology*. New York: Pergamon Press.

Crittenden, K. S. & Lamug, C.B. (1988). Causal attribution and depression. A friendly refinement based on philippine data. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 19, 216-231.

Croker, J.; Alloy, L. B. & Kayne, N. T. (1988). Attributional style, depression, and perceptions of consensus for events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 840-846.

Cutrona, C. (1983). Causal attributions and perinatal depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 92, 161-172.

Dixon, J. F. & Ahrens, A. H. (1992). Stress and attributional style as predictors of self-reported depression in children. *Cognitive Therapy and Research*, 16, 623-634.

Follette, V. M. & Jacobson, N. S. (1987). Importance of attributions as a predictor of how people cope with failure. *Journal of Personality and*

*Social Psychology*, 52, 1205-1211.

Furnham, A. & Brewin, C. R. (1988). Social comparison and depression. *Journal of Genetic Psychology*, 149, 191-198.

Golin, S.; Sweeney, P. D. & Shaeffer, D.E. (1981). The causality of causal attributions in depression: A cross-lagged panel correlational analysis. *Journal of Abnormal Psychology*, 90, 14-22.

Haaga, D.A.F.; Ahrens, A. H.; Schulman, P.; Seligman, M.E.P.; DeRubeis, R.J. & Minarik, M. L. (1995). Metatraits and cognitive assessment: Application to attributional style and depressive symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, 19, 121-142.

Hamilton, E. W. & Abramson, L. Y. (1983). Cognitive patterns and major depressive disorder: A longitudinal study in a hospital setting. *Journal of Abnormal Psychology*, 92, 173-184.

Hammen, C.; Adrian, C. e Hiroto, D. (1988). A longitudinal test of the attributional vulnerability model in children at risk for depression. *British Journal of Clinical Psychology*, 27, 37-46.

Heimberg, R.G.; Klosko, J. S.; Dodge, C.S.; Shadick, R.; Becker, R. E. & Barlow, D. H. (1989). Anxiety disorders, depression, and attributional style: A further test of the specificity of depressive attributions. *Cognitive Therapy and Research*, 13, 21-36.

Heimberg, R. G.; Vermilyea, J. A.; Dodge, C.S.; Becker, R. E. & Barlow, D. H. (1987). Attributional style, depression, and anxiety: An evaluation of the specificity of depressive attributions. *Cognitive Therapy and Research*, 11, 537-550.

Hilsman, R. & Garber, J. (1995). A test the cognitive diathesis-stress model of depression in children: Academic stressors, attributional style, perceived competence, and control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2, 370-380.

Hunsley, J. (1989). Vulnerability to depressive mood: An examination of the temporal consistency of the reformulated learned helplessness model. *Cognitive Therapy and Research*, 13, 599-608.

Janoff-Bulman, R. (1979). Characteriological versus behavioral self-blame: Inquiries into depression and rape. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1798-1809.

Janoff-Bulman, R. (1982). Esteem and control bases of blame: "Adaptative" strategies for victims and observers. *Journal of Personality*, 50, 180-192.

Johnson, J. G. & Miller, S. M. (1990). Attributional, life-event, and affective predictors of onset of depression, anxiety, and negative attributional style. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 417-430.

Johnson, J. E.; Petzel, T. P. & Munic, D.

- (1986). An examination of the relative contribution of depression versus global psychopathology to depressive attributional style in a clinical population. *Journal of Social and Clinical Psychology, 4*, 107-113.
- Kelley, H. H. (1967). Attribution theory in social psychology. En D. Levine (ed.). *Nebraska Symposium on Motivation*, vol.15. Lincoln, NB: University of Nebraska Press.
- Love, A. W. (1988). Attributional style of depressed chronic low back patients. *Journal of Clinical Psychology, 44*, 317-321.
- Martin, M. V.; Buckhalt, J. A.; Pipes, R. B.; Nivens, M. K. & Katz, J. A. (1987). The effect of noncontingent feedback on attributional style. *Journal of Clinical Psychology, 43*, 456-462.
- McArthur, L. A. (1972). The how and what of why: Some determinants and consequences of causal attributions. *Journal of Personality and Social Psychology, 22*, 171-193.
- McCormick, R. A. & Taber, J. I. (1988). Attributional style in pathological gamblers in treatment. *Journal of Abnormal Psychology, 97*, 368-370.
- Metalsky, G. I.; Abramson, L. Y.; Seligman, M.E.P.; Semmel, A. & Peterson, C. (1982). Attributional styles and life events in the classroom: Vulnerability and invulnerability to depressive mood reactions. *Journal of Personality and Social Psychology, 43*, 612-617.
- Metalsky, G. I.; Halberstadt, L. J. & Abramson, L. Y. (1987). Vulnerability to depressive mood reactions: Toward a more powerful test of the diathesis-stress and causal mediation components of the reformulated theory of depression. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*, 386-393.
- Metalsky, G.I.; Joiner, T.E.; Hardin, T.S. & Abramson, L. Y. (1993). Depressive reactions to failure in a naturalistic setting: A test of the hopelessness and self-esteem theories of depression. *Journal of Abnormal Psychology, 102*, 101-109.
- Miller, I.W. III; Klee, S.H. & Norman, W. H. (1982). Depressed and nondepressed inpatients' cognitions of hypothetical events, experimental tasks, and stressful life events. *Journal of Abnormal Psychology, 91*, 78-81.
- Needles, D.J. & Abramson, L. Y. (1990). Positive life events, attributional style, and hopefulness: Testing a model of recovery from depression. *Journal of Abnormal Psychology, 99*, 156-165.
- Nolen-Hoeksema, S.; Girgus, J. S. & Seligman, M.E.P. (1986). Learned helplessness in children: A longitudinal study of depression, achievement, and explanatory style. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*, 435-442.
- Palomares, A. & Sanjuán, P. (1995). A Spanish version of Attributional Style Questionnaire. *IV European Congress of Psychology*. Atenas, 2-7 de Julio.
- Pérez García, A. M. & Sanjuán, P. (en prensa). Procesos atributivos: Análisis dimensional de los factores causales. *Boletín de Psicología*.
- Peterson, C.; Raps, C. S. & Villanova, P. (1985). Depression and attributions: Factors responsible for inconsistent results in the published literature. *Journal of Abnormal Psychology, 94*, 165-168.
- Peterson, C. & Seligman, M.E.P. (1984). Causal explanations as a risk factor for depression: Theory and evidence. *Psychological Review, 91*, 347-374.
- Peterson, C.; Semmel, A.; Baeyer, C.; Abramson, L. Y.; Metalsky, G.I. & Seligman, M.E.P. (1982). The Attributional Style Questionnaire. *Cognitive Therapy and Research, 6*, 287-300.
- Peterson, C.; Schwartz, S. M. & Seligman, M.E.P. (1981). Self-blame and depressive symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology, 41*, (2), 253-259.
- Peterson, C. & Villanova, P. (1988). An expanded attributional style questionnaire. *Journal of Abnormal Psychology, 97*, 87-89.
- Pinto, A. & Francis, S. (1993). Cognitive correlates of depressive symptoms in hospitalized adolescents. *Adolescence, 28*, 661-672.
- Priebe, S. & Stieglitz, R. D. (1990). External attributions and outcome in depressive in-patients. *British Journal of Clinical Psychology, 29*, 341-342.
- Raps, C. S.; Peterson, C.; Reinhard, K.E.; Abramson, L.Y. & Seligman, M.E.P. (1982). Attributional style among depressed patients. *Journal of Abnormal Psychology, 91*, 102-108.
- Robins, C. J. (1988). Attributions and depression: Why is the literature so inconsistent?. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*, 880-889.
- Sacks, C. H. & Bugental, D. B. (1987). Attributions as moderators of affective and behavioral responses to social failure. *Journal of Personality and Social Psychology, 53*, 939-947.
- Sanjuán, P. & Palomares, A. (1998). Análisis del estilo atribucional en estudiantes con estado de ánimo depresivo. *Estudios de Psicología, 61*, 25-33.
- Seligman, M.E.P. (1975). *Helplessness: On Depression, Development, and Death*. San Francisco: Freeman.
- Seligman, M.E.P.; Abramson, L. Y.; Semmel, A. & Baeyer, C. (1979). Depressive attributional style. *Journal of Abnormal Psychology, 88*, 242-247.

Stoltz, R. F. & Galassi, J. P. (1989). Internal attributions and types of depression in college students: The learned helplessness model revisited. *Journal of Counseling Psychology, 36*, 316-321.

Sweeney, P. D.; Anderson, K. & Bailey, S. (1986). Attributional style in depression: A meta-analytic review. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*, 974-991.

Surasky, J. L. & Fish, J. M. (1985). Cognitive distortion in depression: A comparative experimental analog test of the Beck and reformulated Seligman models. *Estudios de Psicología, 2*, 51-80.

Tracy, A.; Bauwens, F.; Martin, F.; Pardoën, D. & Mendlewicz, J. (1992). Attributional style and depression: A controlled comparison of remitted unipolar and bipolar patients. *British Journal of Clinical Psychology, 31*, 83-84.

Zautra, A. J.; Guenther, R. T. & Chartier, G.M. (1985). Attributions for real and hypothetical events: Their relation to self-esteem and depression. *Journal of Abnormal Psychology, 94*, 530-540.