

Cómo los sesgos cognitivos alteran la percepción de la realidad en el contexto de un reencuentro.

TRABAJO DE FIN DE GRADO

Dirigido por: Santiago Mora Parada

Realizado por: Rabea Chelli Amiri

Grado de Psicología



**UNIVERSITAT
ROVIRA I VIRGILI**

Tarragona, 2025

Resumen

Este estudio analiza cómo los sesgos cognitivos —específicamente el sesgo de confirmación, la interpretación negativa y la negatividad— influyen en la percepción de los reencuentros. Se administraron tres instrumentos estandarizados (AOT-E, ASSQ, LOT-R) y un cuestionario ad hoc (TR) a 42 estudiantes universitarios y participantes del programa Erasmus, todos mediante un diseño correlacional. Los resultados mostraron niveles bajos a moderados de los tres sesgos, así como la ausencia de diferencias significativas entre géneros. A pesar de ello, el análisis de correlación de Spearman confirmó que los tres sesgos están significativamente asociados con una percepción negativa del reencuentro, lo que respalda la hipótesis central del estudio y ayuda a comprender cómo las distorsiones cognitivas condicionan la experiencia de eventos interpersonales emocionalmente intensos.

Palabras clave: sesgo cognitivos, percepción, reencuentro, sesgo de confirmación, sesgo de interpretación negativa, sesgo de negatividad, psicología cognitiva.

Abstract

This study analyses how cognitive biases—specifically confirmation bias, negative interpretation, and negativity—influence the perception of reunions. Three standardized instruments (AOT-E, ASSQ, LOT-R) and an ad hoc questionnaire (TR) were administered to 42 university students and Erasmus program participants, all through a correlational design. The results showed low-to-moderate levels of the three biases, as well as the absence of significant differences between genders. Despite this, the Spearman correlation analysis confirmed that the three biases are significantly associated with a negative perception of the reunion, thus supporting the study's central hypothesis and helping to understand how cognitive distortions condition the experience of emotionally intense interpersonal events.

Keywords: cognitive biases, perception, reunion, confirmation bias, negative interpretation bias, negativity bias, cognitive psychology.

Índice

1.	Marco teórico	5
1.1.	Percepción	5
1.1.1.	Concepto de percepción	5
1.1.2.	Proceso perceptivo	5
1.1.3.	Percepción distorsionada.	7
1.2.	Sesgos cognitivos	8
1.2.1.	Concepto de sesgo cognitivo.	8
1.2.2.	Sesgo cognitivos en la interpretación negativa de la realidad social.	9
1.3.	Reencuentros	11
1.3.1.	Concepto de reencuentro.	11
1.3.2.	Concepto de reencuentro social.	11
1.3.3.	El reencuentro influido por los sesgos cognitivos.	12
1.4.	El efecto cascada en los sesgos cognitivos durante el reencuentro.	14
2.	Objetivos	15
2.1.	Objetivos específicos	15
2.2.	Hipótesis	16
3.	Material y método	17
3.1.	Diseño del estudio	17
3.2.	Participantes	17
3.3.	Instrumentos	17
3.3.1.	Sesgo de confirmación.	17
3.3.2.	Sesgo de interpretación negativa.	18
3.3.3.	Sesgo de negatividad	19
3.3.4.	Evaluación de los sesgos en el contexto del reencuentro.	20
3.4.	Aspectos éticos	21
3.5.	Procedimiento	22
3.6.	Análisis de datos	22
3.7.	Resultados	23
3.8.	Discusión y conclusiones	28
3.8.1.	Discusión de los resultados	28

3.8.2.	Conclusiones	33
4.	Anexos	35
5.	Bibliografía	38

1. Marco teórico

1.1. Percepción

1.1.1. Concepto de percepción

Una de las principales disciplinas que ha investigado y atribuido al estudio de la percepción es la Psicología, y en este campo la percepción se define como: proceso cognitivo de la conciencia que consiste en reconocer, interpretar y dar sentido o significado a la información para poder elaborar juicios sobre las sensaciones obtenidas del ambiente físico y social, en los que intervienen también procesos psíquicos (Vargas Melgarejo, L. M., 2014). En otras palabras, la percepción es un proceso fundamental que permite a los individuos interpretar y dotar de significado a la información del entorno.

La percepción es una parte esencial de la conciencia que está compuesta de hechos inmediatos de la experiencia, y estos influyen en la forma en que los individuos experimentan la realidad. Este proceso depende de la actividad de receptores sensoriales, los cuales se activan gracias a estímulos del mundo físico; a pesar de esto, la percepción no es simplemente una sensación, sino que va más allá, implica un procesamiento, organización e interpretación de la información (Carterette & Friedman, 1982).

De esta forma, el significado que las personas atribuyen a los estímulos no depende únicamente de las características físicas propias de estas consideraciones, sino también del contexto, la experiencia previa y los factores cognitivos propios de la persona.

1.1.2. Proceso perceptivo

La percepción no constituye una recepción pasiva de estímulos, sino que implica una actividad constructiva por parte del sujeto. Desde una perspectiva etimológica, el término perceptio proviene del latín *por* (a través de) y *capi* (coger, tomar, apoderarse), lo que sugiere que, cuando percibimos, discriminamos, atendemos o damos atención a una porción del mundo, nos aproximamos a un objeto y en cierto modo, nos apropiamos.

Entonces, la percepción se define como un proceso activo mediante el cual las personas seleccionan, organizan e interpretan la información del entorno. Así, los individuos transforman las consideraciones sensoriales en representaciones significativas que les permiten elaborar juicios en torno a las sensaciones obtenidas del ambiente físico y social (Vargas Melgarejo, L. M., 2014).

Según Corraliza (1987), el proceso perceptivo se divide en tres fases fundamentales; (1) fase de reconocimiento y selección de la información, (2) fase de nivel de organización de la información y (3) fase de nivel de interpretación de la información. A continuación, se describen cada una:

Fase 1 – Reconocimiento y selección de la información

En primer lugar, se produce un proceso de reconocimiento y selección de la información determinado por las variables biográficas del sujeto y la disposición de las características ambientales del espacio. El entorno proporciona gran cantidad de estímulos a la vez, siendo el sistema cognitivo el encargado de filtrar los que son más relevantes. El sujeto fija su atención en una serie de propiedades físicas y, a partir de éstas, reconstruye el conjunto de estímulos significativos. En este nivel influyen factores como la atención, expectativas, intereses, etc. (Corraliza, 1987).

Fase 2 – Organización de la información

En segundo lugar, la percepción implica una organización de dicha información. Los estímulos no se perciben de forma aislada, sino que se agrupan en patrones o estructuras coherentes que facilitan su interpretación, almacenamiento y, por tanto, su recuperación en la memoria. Esta conclusión se debe en gran medida a las aportaciones de la psicología de la Gestalt, que puso en manifiesto que las personas tienden a estructurar la información de manera significativa.

Fase 3 – Interpretación de la información

Por último, el proceso de interpretación, que consiste en atribuir significado a la información percibida del entorno. Esta fase está influida por factores cognitivos y emocionales, tales como experiencias previas, conocimientos adquiridos, expectativas o estado emocional del individuo. También se relaciona con la necesidad humana de inferir información más allá de los datos disponibles para

anticiparse a eventos futuros y reducir la incertidumbre en la interacción con el entorno.

Como consecuencia de ese proceso, podemos concluir que la percepción no es completamente objetiva. Durante todo el proceso, se ve influida por factores cognitivos, emocionales y contextuales (como las expectativas, experiencias o estado emocional del individuo). Y, por tanto, diferentes personas pueden interpretar de manera diferente una misma situación, hablamos entonces de interpretaciones sesgadas o distorsionadas de la realidad; errores de la naturaleza subjetiva situados en el acto perceptivo.

1.1.3. Percepción distorsionada.

Hasta aquí hemos concluido que la experiencia perceptiva no siempre coincide con la realidad objetiva.

Por ello, la percepción puede verse influida por procesos que generan errores, ilusiones o interpretaciones incorrectas de los estímulos, dando lugar a lo que se conoce como percepción distorsionada.

Cuando hablamos de este concepto, el énfasis no es cómo captamos el mundo, sino porque nuestra interpretación de la realidad puede diferir de lo que objetivamente existe. Aunque la percepción es un mecanismo que permite organizar e interpretar los estímulos del entorno, este proceso está sujeto a errores sistemáticos que dependen de factores internos y externos al individuo.

Entre los factores internos destacan la experiencia previa, los conocimientos, las expectativas, las emociones y el estado de ánimo, que influyen en cómo se procesa la información sensorial y en la interpretación que se hace de los estímulos. Entre los factores externos se incluyen el contexto, la complejidad de los estímulos y las condiciones ambientales, que pueden alterar la forma en que los estímulos son interpretados (Starbuck, 1976; Bourgeois, 1985).

Todos estos factores, tanto internos como externos, demuestran que a medida que las personas interactúan con su entorno modifican progresivamente la forma de interpretar los estímulos (Hayek, 2004).

Estas distorsiones perceptivas se manifiestan de formas diferentes: ilusiones, errores de interpretación, categorizaciones incorrectas o atribuciones inexactas.

Por ejemplo, un estímulo neutro puede adquirir significado sólo después de ser asociado con experiencias previas, convirtiéndose en un estímulo acondicionado que activa respuestas específicas. Por ejemplo, una persona que haya vivido una situación social negativa es más fácil que posteriormente tienda a interpretar gestos ambiguos como señales de rechazo o negativas, aunque objetivamente no exista esa intención. Este fenómeno evidencia cómo las experiencias previas influyen en la interpretación perceptiva de la realidad (Matute, 2019).

Una vez estudiadas las percepciones y sus características, este estudio se centra en aquellos casos en los que el proceso de percepción es alterado y se producen como consecuencia estas distorsiones perceptivas. Esto ocurre cuando, durante alguna de las fases que componen el proceso perceptivo, se produce algún tipo de desviación sistemática en la interpretación de la información y toma de decisiones (Barón & Zapata Rotundo, 2018).

Esto último mencionado sobre desviaciones sistemáticas hace referencia a limitaciones sistemáticas en la percepción que constituyen la base sobre la que operan los sesgos cognitivos.

1.2. Sesgos cognitivos

1.2.1. Concepto de sesgo cognitivo.

‘¿Qué pensarías si te demuestran que no puedes fiarte de tus sentidos, ya que mucho de lo que ve y sientes es una construcción de tu mente?’ Es la pregunta con la que Helena Matute comienza su libro, ‘Nuestra mente nos engaña’ (Matute, 2019) con la que trata de hacer reflexionar a los lectores sobre los conocimientos que poseen. Explica que, aunque la mente humana no es totalmente precisa, nos permite una gran rapidez mental, flexibilidad, intuición y adaptación. Estas ventajas conllevan un precio; la posibilidad de caer en fallos sistemáticos que no dependan de nuestra inteligencia ni personalidad. Esto hace referencia a lo que conocemos como sesgo cognitivo (Tversky & Kahneman, 1974).

Los sesgos cognitivos son efectos psicológicos en los que producen una desviación en el procesamiento de lo percibido (Tversky & Kahneman, 1974). Estos aparecen cuando las personas no tenemos acceso a la información

necesaria para interpretar la realidad de forma objetiva y caemos en la necesidad de poner fin a la incertidumbre. Estos sesgos cognitivos se manifiestan a través de heurísticos o atajos mentales, que permiten tomar decisiones rápidamente y acabar con esta incertidumbre, aunque aumenten los errores sistemáticos (Matute, 2019; Kahneman, 2011).

Estos sesgos no son aleatorios, sino que son predecibles y relativamente estables. Forman parte del normal funcionamiento de la cognición humana y su función adaptativa ha sido clave para la supervivencia y anticipación de riesgos, aunque también pueden comportar consecuencias negativas, especialmente en contextos sociales (Kahneman, 2011).

Fomentar el pensamiento crítico, la reflexión y la conciencia de nuestras limitaciones perspectivas permite minimizar los impactos negativos de dichas distorsiones sin perder las ventajas adaptativas que la mente humana ofrece; por eso, comprender los sesgos cognitivos y sus efectos sobre la percepción y el juicio es fundamental.

1.2.2. Sesgo cognitivos en la interpretación negativa de la realidad social.

En el ámbito de la percepción interpersonal y social, pueden activarse determinados sesgos cognitivos que influyen en la interpretación de conductas, favoreciendo en muchos casos una visión negativa de la interacción social.

Entre los principales sesgos implicados destacamos; el sesgo de confirmación, el sesgo de interpretación negativa y el sesgo de negatividad.

El **sesgo de confirmación** se refiere a la tendencia a aceptar los detalles que confirman una creencia propia, ignorando desproporcionadamente las alternativas que no calzan con nuestras expectativas, por lo que es un error sistemático del razonamiento inductivo que refleja la tendencia de las personas a buscar, recordar y favorecer información (Wason, 1960).

El estudio realizado por Peter Wason mediante su tarea de selección (Wason, 1960), demostró de forma contundente la preferencia por la verificación directa sobre la falsación, ya que participantes en esta tarea trataban de generar ejemplos que confirmaran su hipótesis inicial, en vez de intentar refutarla. Esta investigación impulsa muchas más que no se limitaron a tareas abstractas

de razonamiento lógico, sino que demostraron que también influía profundamente en la interacción social y la formación de impresiones.

La información congruente con los esquemas previos tiende a ser mejor recordada que aquella que los contradice, tal y como se ha demostrado en investigaciones sobre memoria y formación de impresiones (Stangor, McMillan, 1992). Las expectativas actúan como marcos de referencia que guían la codificación de la información social, todo esto ocurre a la vez que los estados emocionales modulan la accesibilidad de récords congruentes, reforzando la tendencia a interpretar la realidad de forma confirmatoria a lo que queremos pensar (Kunda, 1990).

En segundo lugar, el **sesgo de interpretación negativa** consiste en procesar los estímulos ambiguos dando preferencia al significado negativo sobre el neutro, o incluso sobre el positivo (MacLeod & Cohen, 1993). Este sesgo, a diferencia de los demás, actúa como un 'filtro de ambigüedad' en el que, ante la falta de claridad en una interacción social, el individuo llena los vacíos informativos con la opción más perjudicial para su autoconcepto. (Clark, DM, & Wells, A., 1995)

La memoria reconstructiva actúa como una herramienta que busca dar coherencia al yo actual; las personas tienden a remodelar sobre recuerdos para que encajen con lo que saben o crean en el presente. Nuestras emociones también desempeñan un papel crítico en este proceso; las experiencias emocionales traumáticas pueden generar recuerdos persistentes que se convierten en 'auto definitorios', teniendo permanentemente la percepción que el sujeto tiene de su pasado y futuro. Esta distorsión está reforzada porque el sistema de memoria suele almacenar la esencia (*gist*) de una experiencia en vez de los detalles exactos. Al carecer de detalles específicos, el cerebro recurre a la 'atribución errónea', integrando información ambigua o externa que resulte coherente con este sentimiento general, lo que acaba consolidando una versión del pasado que, aunque sea inexacta, protege la estabilidad de nuestra identidad (Schacter et al., 2003).

Por último, el **sesgo de negatividad**; tendencia a dar mayor importancia a aspectos negativos de un determinado evento, persona o situación. Este sesgo

tiene una estrecha relación con el procesamiento de la información social y la formación de impresiones. (Montagud Rubio, 2026)

En un análisis sobre la primacía de lo negativo; los seres humanos estamos evolutivamente programados en dar más peso a señales negativas que positivas. Esto se manifiesta de distintas formas en la vida cotidiana y el juicio social; formación de impresiones haciendo que sea mucho más complicado revertir una primera impresión negativa que positiva, los acontecimientos traumáticos o críticas se procesan con mayor intensidad y se recuerdan con mayor calidad, captamos los estímulos negativos automática y rápidamente... (Baumeister et al., 2001)

Hay que entender la forma en que las personas interpretan, organizan y recuerdan información relativa a otros individuos, para profundizar en su aplicación en el ámbito de la percepción interpersonal. Por eso, es tan importante hablar de como factores como; la experiencia, las emociones, las expectativas o la memoria afectan a que estos sesgos se mantengan y se refuercen.

1.3. Reencuentros

1.3.1. Concepto de reencuentro.

Un reencuentro es el resultado de reencontrar o reencontrarse (encontrar nuevamente, recuperar algo que se hallaba perdido). Puede tratarse de algo físico (material) o simbólico, de acuerdo al contexto. (Porto & Gardey, 2024)

1.3.2. Concepto de reencuentro social.

Desde una perspectiva psicológica, los reencuentros sociales no son únicamente eventos objetivos, sino situaciones de interacción social en las que se activan representaciones mentales previas, esquemas cognitivos y recuerdos autobiográficos asociados a la persona o experiencia compartida (Conway & Pleydell-Pearce, 2000) (Neisser, 1982)

Es decir, el reencuentro implica un proceso de reconstrucción cognitiva en el que el individuo no interactúa únicamente con la persona presente, sino también con la representación mental previamente construida, la cual está influida por la memoria, experiencias pasadas, recuerdos, emociones y expectativas generadas durante la separación. (Conway & Pleydell-Pearce, 2000)

Los reencuentros pueden clasificarse en función del grado de intimidad, vínculo emocional y la historia compartida (Reis & Shaver, 2018). Por eso, diferenciamos de forma general en dos tipos de reencuentros; los afectivos y los neutros. Los afectivos son aquellos que conllevan un peso emocional e implican reencontrarse con relaciones cercanas como; pareja, amistad, familia, etc... Mientras que los neutros son aquellos que se tienen con personas de baja intimidad, que no conllevan un fuerte impacto (Conway & Pleydell-Pearce, 2000).

1.3.3.El reencuentro influido por los sesgos cognitivos

Aquellos reencuentros afectivos comparten la activación de procesos cognitivos y emocionales que influyen en la interpretación de la interacción social, y esta activación está guiada por las expectativas, la memoria, la evaluación social, y más importante, los sesgos cognitivos. (Fiske, Susan T., 1993)

Así, la interpretación de los reencuentros no depende únicamente de las características objetivas de la situación, sino que es una reconstrucción cognitiva de la experiencia basada en la información disponible y modulada por las experiencias previas, expectativas generadas y esquemas cognitivos del individuo. En este proceso, los sesgos cognitivos tienen un papel relevante al influir en la forma en que esta información es seleccionada, organizada e interpretada.

Por eso, el reencuentro se convierte en un escenario crítico en el que los sesgos cognitivos seleccionados en esta investigación operan de forma sistemática, distorsionando la percepción de la interacción en tiempo real.

1.3.3.1. El sesgo de confirmación como ancla del pasado

Las personas contamos con esquemas cognitivos previos y expectativas que se van consolidando (Conway & Pleydell-Pearce, 2000). El sesgo de confirmación actúa como un filtro selectivo desde la fase 1 del proceso perceptivo; Reconocimiento y selección (Corraliza, 1987). Si un individuo asiste al reencuentro con la creencia preexistente de que el vínculo se ha deteriorado o que ya no importa a la persona, su sistema cognitivo dirigirá su atención de forma selectiva a aquellos estímulos que validen esta hipótesis (Wason, 1960).

Gestos de silencio, respuestas breves, situaciones ambiguas que podrían ser neutras, positivas o negativas y bromas son interpretados, codificados y almacenados en la memoria como pruebas de lo que creía inicialmente el individuo, ignorando o minimizando cualquier otro indicador de cariño para ser incongruente con el esquema previo.

1.3.3.2. El sesgo de interpretación negativa y la resolución de la ambigüedad.

Los reencuentros incluyen mucha información y conducta ambigua. Aquí es donde el sesgo de interpretación negativa interviene como filtro que actúa contra la ambigüedad en la Fase 3; Interpretación de la información (Corraliza, 1987).

Ante la falta de objetividad, el individuo opta por llenar la incertidumbre con la opción más perjudicial para la relación o el propio autoconcepto (Clark, DM, & Wells, A., 1995). Al activarse la memoria reconstructiva, se remodela el significado de las interacciones según el sesgo actual, provocando que aquellos estímulos neutros sean percibidos como señales de desecho, desinterés, etc. (Schacter et al., 2003).

1.3.3.3. El sesgo de negatividad

El sesgo de negatividad altera la percepción del reencuentro, haciendo que comentarios o actos desahogados opaquen completamente los positivos (Baumeister et al., 2001). Para comprender y evaluar la presencia de este sesgo, llamamos al constructo del optimismo disposicional.

El optimismo es aquella expectativa generalizada de obtener resultados positivos en el futuro (Scheier & Carver, 1985), y actúa como un factor modulador y protector frente a distorsiones cognitivas. Entonces, un individuo con bajos niveles de optimismo presenta una mayor vulnerabilidad al sesgo de arranque (alguien que no tiene expectativas a su favor, cuyo sistema de alerta evolutivo se intensifica y procesa críticas con una gravedad desproporcional). Cuanto menos optimismo, mayor será el impacto del sesgo de negatividad, dificultando la posibilidad de vivir hechos buenos durante el reencuentro (Montagus Rubio, 2026).

1.4. El efecto cascada en los sesgos cognitivos durante el reencuentro.

El reencuentro afectivo es un fenómeno psicológico donde el pasado, el presente y el futuro colisionan. Los sesgos cognitivos no operan de forma aislada, sino en cascada; el sesgo de confirmación busca la evidencia, mientras que el de interpretación negativa traduce la ambigüedad como amenaza y finalmente, el de negatividad amplifica el malestar.

2. Objetivos

Dado que la interpretación de la realidad es un proceso subjetivo que está influido por esquemas mentales previos, es necesario y beneficioso comprender cómo los sesgos cognitivos pueden influir en la percepción de eventos interpersonales complejos, como sería el fenómeno del reencuentro.

Este estudio tiene como objetivo principal analizar si la presencia de sesgos – específicamente el sesgo de confirmación, sesgo de interpretación negativa y el sesgo de negatividad – condiciona al individuo a tener una percepción negativa de la realidad en términos de eventos interpersonales complejos y de peso emocional, como sería un reencuentro.

Al profundizar en esta temática, se espera no solo aportar evidencia sobre el efecto de los sesgos negativos, sino también generar mayor conciencia sobre la importancia de ser conscientes sobre ellos, contribuyendo así a una mayor estabilidad y bienestar psicológico

2.1. Objetivos específicos

Estos objetivos permiten abordar el fenómeno de una percepción negativa en situaciones de peso emocional, como lo son los reencuentros, buscando el papel crucial de los sesgos cognitivos; confirmación, interpretación negativa y negatividad. Para ello, hay una serie de objetivos específicos;

O1 – Caracterizar el perfil de vulnerabilidad cognitiva de los participantes.

Identificar la presencia y prevalencia de sesgos cognitivos de confirmación, interpretación negativa y negatividad en personas mayores de 18 años. Evaluación mediante instrumentos estandarizados.

O2 – Estudiar posibles diferencias de género.

Mediante pruebas estadísticas, determinar si hombres o mujeres presentan más sesgo o si no hay diferencias significativas entre ambos grupos.

O3 – Determinar si la presencia de sesgos cognitivos tiene relación con una percepción errónea del reencuentro.

Determinar el grado de asociación entre la presencia de distorsiones cognitivas y la percepción errónea (negativa) en un reencuentro.

2.2. Hipótesis

Derivado del papel determinante de los sesgos cognitivos en el procesamiento de la información y la configuración de las vivencias emocionales, se plantea la necesidad de analizar empíricamente su relación con la percepción del reencuentro. Investigaciones previas en el ámbito de la psicología cognitiva demuestran que las distorsiones cognitivas actúan como factores de vulnerabilidad, intensificando una interpretación de eventos ambiguos de forma pesimista, aún más el ajuste psicológico. Por ello, se propone la siguiente hipótesis:

H1 – Se espera encontrar un perfil de vulnerabilidad cognitiva moderado en la muestra evaluada; gracias a que la muestra evaluada consiste en personas que forman parte del grupo de estudiantes Erasmus, es decir, que aumenta la probabilidad de haber presenciado reencuentros.

H2 – Se espera una mayor presencia de percepción sesgada por parte del género femenino.

H3 – Se espera que la presencia de los tres sesgos cognitivos – confirmación, interpretación negativa y negatividad – se asocie a una percepción negativa en un reencuentro, donde se tiende a la; (1) focalización de la atención exclusiva a señales que confirmen los temores, (2) tendencia a pensar negativamente y en contra de la propia persona ante información ambigua, y finalmente, (3) dar más peso a las señales negativas, casi ignorando las positivas.

3. Material y método

3.1. Diseño del estudio

El presente estudio se enmarca en un diseño no experimental de tipo transversal y correlacional, basado en la recogida de datos mediante un cuestionario auto informado administrado de forma online a una muestra anónima de participantes.

El instrumento utilizado está compuesto por tres pruebas destinadas a evaluar los distintos sesgos cognitivos de interés (sesgo de confirmación, sesgo de interpretación negativa y sesgo de negatividad), junto con un cuestionario elaborado ad hoc para este estudio, orientado a evaluar la interpretación de los reencuentros.

La variable dependiente entonces, es la interpretación del reencuentro, entendida como la valoración cognitiva y emocional que realiza el individuo sobre la interacción (percepción de rechazo o negativa).

Las variables independientes son los sesgos cognitivos evaluados a través de los diferentes instrumentos.

3.2. Participantes

La muestra consistió en 42 adultos mayores de 18 años, de los cuales 30 eran mujeres y 12 hombres ($M = 23,19$; $DT = 5,28$) de los cuales, 71,43% eran mujeres. Los criterios de inclusión fueron tener más de 18 años y aceptar voluntariamente participar en el cuestionario. Se utilizó un muestreo de conveniencia.

Los participantes respondieron de forma voluntaria y anónima a un cuestionario de autoinforme administrado mediante la plataforma Google Forms.

3.3. Instrumentos

Se usaron tres cuestionarios validados para evaluar los diferentes sesgos cognitivos de interés:

3.3.1. Sesgo de confirmación.

Para evaluar la presencia y medir el sesgo de confirmación se ha utilizado el Actively Open-minded Thinking about Evidence (AOT-E) desarrollado

por Pennycook, Cheyne, Koehler y Fugelsang (2020). En esta investigación se ha utilizado la versión validada de (Bonafé-Pontes et al., 2025)

La escala total consta de ocho ítems y la pregunta principal es: 'Indique con qué frecuencia actúa o piensa de las siguientes formas'. Estos ocho ítems están relacionados con el concepto de mutabilidad de las creencias en cuatro subescalas: pensamiento activamente abierto (AOT), identificación de creencias, dogmatismo y valores de apertura. Sus estudios de validación mostraron que la escala AOT-E presenta una evidencia aceptable de confiabilidad (alfa de Cronbach = .77), junto a una validez predictiva, convergente y discriminante. Desde su publicación, la escala AOT-E ha sido utilizada por muchos investigadores en múltiples contextos: política, desinformación del COVID-19, edad...

Los ítems de la escala son lineales y permiten seis alternativas de respuesta donde 1 es 'Totalmente en desacuerdo' y 6 es 'Totalmente de acuerdo'. Para poder evaluar los resultados se tuvieron que revertir los ítems: 3,4,5,7 y 8; donde un 6 se convertía en 1, un 5 se convertía en 2 y un 3 se convertía en 4; a partir de ahí, calcular la puntuación total sumando los valores de cada ítem. A mayor puntuación, mayor disposición a revisar propias creencias en respuesta a la evidencia, más presencia de sesgo de confirmación.

3.3.2. Sesgo de interpretación negativa.

Ambiguous Social Scenarios Questionnaire basado en los trabajos de Murphy et al. (2010).

La escala evalúa dos dominios: sesgo de interpretación positivo y sesgo de interpretación negativa.

Este estudio se diseñó con la intención de evaluar sesgos de interpretación positivos y negativos, mediante la evaluación de interpretaciones de situaciones sociales ambiguas; es de especial importancia recalcar la ambigüedad, ya que las señales sociales suelen ser ambiguas y por ende, fáciles de distorsionar (Kuckertz y Amir, 2014). El Cuestionario de Escenarios Ambiguos (ASQ; Barret et al., 1996) evalúa el sesgo de interpretación general, pero si es cierto que las respuestas en esta escala no permiten la presencia de ambas; la puntuación total refleja el sesgo de interpretación negativa/amenaza (o la ausencia de

este), más que representar tendencias hacia/en contra del sesgo de interpretación positiva.

La escala total cuenta con 6 ítems, siendo una versión modificada del ASQ original (Barret et al., 1996; G. Butter y Mathews, 1983) que incluye seis escenarios ambiguos que pueden interpretarse como amenazantes o no amenazantes. Se les pide a los participantes que elijan entre dos alternativas de elección forzada de amenaza/no amenaza sobre lo que probablemente pensarían acerca de cada situación. Esta escala no incluye calificación independiente para cada dominio, ya que busca reflejar el nivel de sesgo de interpretación negativa de los participantes.

Los estudios de validación mostraron que la escala ASSQ presenta una evidencia buena de confiabilidad (alfa de Cronbach = .72-.8) situándose en el mismo lugar el dominio positivo que el negativo ($\alpha = .72$), junto a validez convergente y discriminante.

Los ítems de la escala son lineales y permiten cinco alternativas de respuesta donde 1 es 'No pensaría eso en absoluto' y 5 es 'Pensaría eso inmediatamente'. Cada ítem incluye una interpretación positiva 'Están siendo amigables' y otra negativa 'Te están criticando'.

3.3.3. Sesgo de negatividad

Test de Orientación de Vida (LOT-R) desarrollado originalmente por Scheier, Carver & Bridges (1994) y validado por Otero-López et al. (1998).

El optimismo desde la perspectiva de Christopher (2000), el optimismo nos hace percibir que sucederán más eventos buenos que malos, mientras que el pesimismo es lo contrario, tendemos a percibir que sucederán más eventos malos que buenos. A estos conceptos los tomamos como rasgos de personalidad, es decir, rasgos estables de la personalidad. Por ello, en este test evaluamos el optimismo disposicional; en otras palabras; el rasgo estable de optimismo que presentan los participantes.

Para estudiar el sesgo de negatividad, se ha tenido en cuenta que los factores de optimismo y pesimismo son contrarios, implicando que una puntuación baja

en este test evidenciaría una tendencia al pesimismo, altas expectativas a resultados negativos; el sesgo de negatividad (Scheier et al., 1994).

La escala adaptada al castellano consta de 10 ítems en escala Likert donde 1 significa 'Totalmente en desacuerdo' y 5 significa 'Totalmente de acuerdo'. Seis ítems median la dimensión del optimismo disposicional, mientras que los otros cuatro ítems servían de relleno para hacer menos evidente lo que se estaba midiendo. De esos seis ítems, tres están redactados en sentido positivo y los otros tres en negativo. En este test, los estudios de validación adecuada (Alfa de Cronbach = .72). Además, gracias a diferentes evaluaciones se puede concluir que el ajuste al modelo de Scheier et al. (1944) está bastante logrado.

3.3.4. Evaluación de los sesgos en el contexto del reencuentro.

Finalmente, para poder evaluar como afectaban los sesgos en el reencuentro, se elaboró e incluyó un cuestionario ad hoc (RC) con el objetivo de evaluar la interpretación de los reencuentros sociales.

Para poder hacerlo; se elaboró un cuestionario de 8 ítems con tres opciones de respuesta donde cada opción representaba una interpretación diferente: negativa, positiva o neutra. Cada opción negativa guardaba una estrecha relación con alguno de los sesgos evaluados, para poder establecer una conexión entre las respuestas.

Mediante la ayuda de diferentes y numerosos artículos y estudios, se ha podido explicar cada situación o hecho profundamente, para concretar dos puntos claves e importantes del estudio:

- 1- Poder relacionar las respuestas con los diferentes sesgos estudiados.
- 2- Estudiar las situaciones en los que tendemos a distorsionar la ambigüedad.

La investigación de Liberman y Shaw (*Expectativas en relaciones interpersonales*, 2020) nos sugiere que los humanos tendemos a esperar que nuestros amigos deben mostrar lealtad y apoyo explícito (Liberman & Shaw, 2020). Eso se relaciona con interpretaciones hechas en el cuestionario donde se 'viola' dicha lealtad con la intención de ver, si aquellas personas con dichos

sesgos cognitivos tienden a percibir dicha violación de manera positiva, neutra o en la dirección que espera el estudio; negativamente.

En cuanto al estudio realizado por Vassilopoulos y Banerjee (*Social interaction anxiety and the discounting of positive interpersonal events, 2010*), habla de cómo personas con ansiedad social minimizan los aspectos positivos; pero lo interesante de este estudio es como destaca la importancia de diferenciar dicha invalidación de la evidencia positiva con la presencia de un sesgo; el de negatividad. En el cuestionario, algunas de las respuestas están escritas con ese tono de 'invalidación de lo positivo' como, por ejemplo: un grupo que se ríe y esta relajado tras mucho tiempo sin verse, el participante contesta 'No parece que me hayan echado tanto de menos' está directamente pasando por alto que el grupo está bien y cómodo (expresado como relajado).

El estudio de Amir et. Al (2005) expresa aquella incapacidad que tienen las personas para generar interpretaciones positivas de situaciones ambiguas, y la tendencia innata a generar las más amenazantes (Amir et al., 2005). Esta información se relaciona directamente con el cuestionario ad hoc creado, donde las situaciones objetivamente neutrales son procesadas como peligro o amenaza, por ejemplo: mirar el móvil un momento, momentos de silencio y más situaciones.

Además de estos estudios, muchos otros ayudan a reforzar el hecho de que el cuestionario ad hoc no mide una preocupación o un error, sino diferentes distorsiones sistemáticas en el procesamiento de la información, relacionándose así con los sesgos cognitivos de interés.

3.4. Aspectos éticos

El estudio se llevó a cabo de acuerdo a los principios éticos recogidos en Tarragona. Todas las personas participantes aceptaron voluntariamente participar, mediante un consentimiento informado previo, y se les garantizo el anonimato y confidencialidad de los datos.

Se tomó la decisión de no comunicar a los participantes que se encontraban en un proceso de investigación y a los tipos de cuestionarios a los que tenían que contestar para no influir en las respuestas naturales.

3.5. Procedimiento

El procedimiento llevado a cabo fue exactamente el mismo para cada uno de los participantes. Nada más acceder al cuestionario, creado mediante Microsoft Forms, encontraban la hoja de información, el consentimiento informado y los instrumentos de recogida de los datos, y se recalcó que podían abandonar el estudio en cualquier momento sin ningún tipo de consecuencia. Asimismo, en caso de que tuvieran alguna duda sobre el estudio, se facilitó una dirección de correo electrónico para formular cualquier tipo de duda o queja.

El cuestionario se difundió vía WhatsApp entre diferentes grupos de interés para el estudio con posibilidad de haber vivido una situación de reencuentro, como grupos universitarios y de Erasmus. La participación fue anónima y voluntaria, y el tiempo estimado de respuesta era de 7 a 10 minutos.

3.6. Análisis de datos

El análisis de los datos se llevó a cabo con el programa JASP impulsado por Love et al. (2019) su última versión, 0.96.0 (*JASP - A Fresh Way To Do Statistics*, 2026b). Primero se realizó un T-Test para la comparación de resultados por género, sustituyendo el T-Test por la prueba U de Mann-Whitney. A continuación, al comprobar mediante la prueba de Shapiro-Wilk que los datos no cumplían el supuesto de normalidad, se optó por un enfoque no paramétrico. Se utilizó entonces, el coeficiente de correlación de Spearman. Se aplicaron los criterios habituales de significación estadística ($p < .05$).

3.7. Resultados

Lo primero que se llevó a cabo fue la estructuración de los datos demográficos de los participantes; recogiendo el consentimiento informado, la mayoría de edad y el género.

Tabla 1

Características descriptivas de la muestra

Variable	Categoría	n	%	M (SD)
Consentimiento informado	Sí	42	100,0	-
Mayoría de edad	Sí	42	100,0	23,19 (5,28)
Género	Mujer	30	71,43	-
	Hombre	12	28,57	-

Nota: n=Tamaño de la muestra; M (SD): media aritmética y desviación típica.

La muestra estuvo formada por 42 participantes, los cuales el 100% aceptaron el consentimiento de participación en el estudio y también declararon tener más de 18 años, siendo la edad media de los participantes de 23,19 años (DT = 5,28). En cuanto al género, la muestra estuvo compuesta por un 71,43% de mujeres y un 28,57% de hombres.

Una vez aclarados los datos demográficos de los participantes, se llevaron a cabo diferentes pruebas para poder analizar el perfil de vulnerabilidad cognitiva y la posible diferencia entre géneros.

Figura 1

Diferencias en la frecuencia de las variables de sesgo según el género

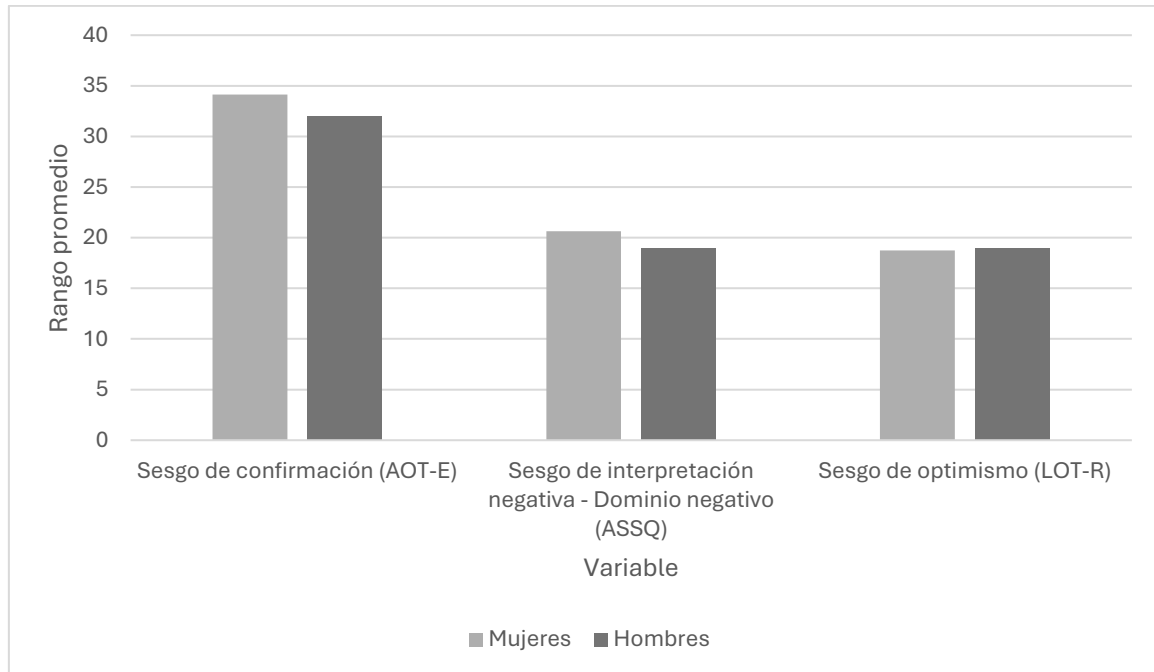


Tabla 2

Comparación de medianas entre grupos (U Mann-Whitney)

Variable		Mujer MDN (RIQ)	Hombre MDN (RIQ)	U	p
Sesgo de confirmación (AOT-E)		36.00 (11,50)	34.50 (10.50)	202.5	.539
Sesgo de interpretación negativa (ASSQ)		19.50 (4,50)	17.00 (3.75)	168.5	.187
Sesgo de optimismo (LOT-R)		20.00 (5.50)	19.50 (3.25)	182.0	.967

Como se puede observar en la Tabla 2, tras aplicar la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney, los resultados permiten concluir tampoco diferencias significativas en función del género en ninguna de las variables estudiadas, ya que, en ambos casos, el valor de la significancia fue superior al umbral establecido: AOT-E ($W = 202.5$; $p = .539$), ASSQ ($W = 168,5$; $p = .187$) y LOT-R ($W = 182$; $p = .967$). Estos datos sugieren que la predisposición a los sesgos cognitivos en el contexto de los reencuentros se manifiesta de forma similar tanto en hombre como en mujeres, dentro de la muestra analizada.

Entonces, ambos géneros presentan niveles similares en los diferentes sesgos cognitivos: confirmación, interpretación negativa y negatividad.

Tras estudiar que no había diferencias significativas entre hombres y mujeres, procedemos al estudio de la correlación entre las puntuaciones en los test de sesgos cognitivos y el cuestionario sobre los reencuentros.

Se pasó a analizar la relación entre el cuestionario diseñado (TR) y el resto de los instrumentos mediante el coeficiente de correlación de Spearman (ρ). Se optó por esta prueba no paramétrica debido a que la prueba de Shapiro-Wilk indicó que las variables no seguían una distribución normal bivariada ($p < 0.05$).

Tabla 3

Relación entre las variables de sesgo y la percepción del reencuentro

Variable	c	p
Sesgo de confirmación	.406	.008
Sesgo de interpretación negativa – Dominio negativo	-.638	<.001
Sesgo de optimismo	.389	.011

Nota: ρ =Coeficiente de correlación; p=Significación bilateral.

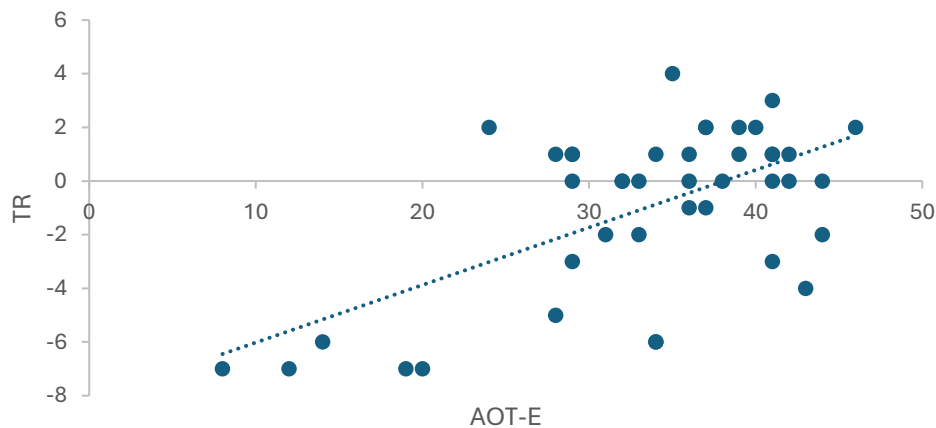
El análisis correlacional permitió examinar la relación entre las tres variables de interés con el cuestionario sobre la percepción del reencuentro.

La información presentada en la Tabla 3 nos indica que cada sesgo se correlaciona en diferente dirección con el cuestionario ad hoc sobre la percepción del reencuentro (TR). Y se puede concluir que cada correlación es significativa debido a los valores de p (AOT-E; $p < 0.01$, Dominio negativo ASSQ; $p < .001$, LOT-R; $p < 0.05$)

Partiendo de ese punto, en cuanto al objetivo principal del estudio, se analizaron las correlaciones entre los diversos sesgos y la percepción en el reencuentro. Los resultados revelan asociaciones significativas entre las variables, a pesar de no ser todas en la dirección teórica esperada:

Figura 2

Correlación de Spearman entre AOT-E y TR

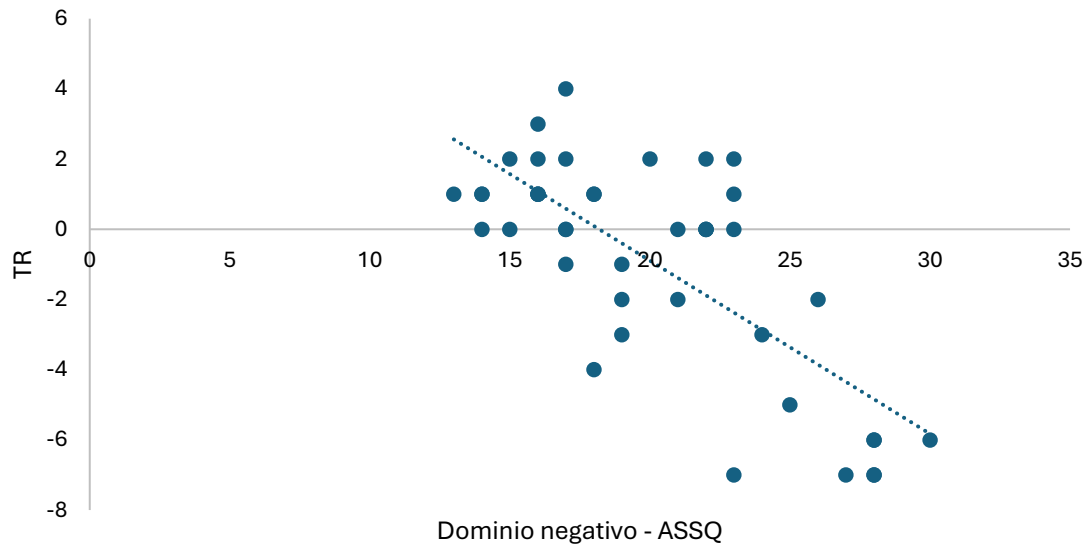


En primer lugar, en la Figura 2, se halló una correlación positiva y significativa entre una percepción negativa en el reencuentro (TR) y la presencia del sesgo de confirmación (AOT-E), con un coeficiente de **.406 ($p < 0.01$)**.

Figura 3

Correlación de Spearman entre el dominio negativo del ASSQ y TR

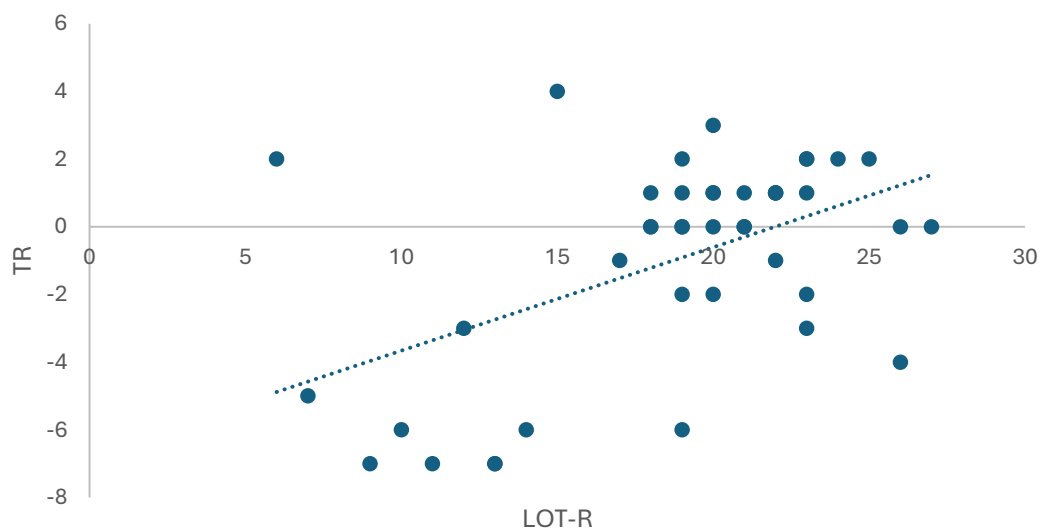
Punt. negativa vs. Total R



En segundo lugar, en la Figura 3, encontramos una correlación negativa fuerte entre la percepción negativa en el reencuentro (TR) y la presencia del sesgo de interpretación negativa, calculado mediante el dominio negativo de la prueba (ASSQ) con un coeficiente de **-0.638 ($p < .001$)**.

Figura 4

Correlación de Spearman entre el LOT-R y TR.



Finalmente, en la Figura 4, vemos una correlación positiva moderada entre la percepción negativa en el reencuentro (TR) y la presencia del sesgo de optimismo (LOT-R) con un coeficiente de **,389 ($p < 0.05$)**.

3.8. Discusión y conclusiones

3.8.1. Discusión de los resultados

En este estudio se propuso evaluar como la presencia de diferentes sesgos cognitivos – específicamente los de confirmación, interpretación negativa y negatividad- influye en la percepción de la realidad durante el fenómeno del reencuentro, determinando si dichas distorsiones favorecen una interpretación negativa de la experiencia. Para lograrlo, se plantearon diferentes objetivos específicos, con sus respectivas hipótesis:

El primer objetivo establecido fue caracterizar el perfil de vulnerabilidad cognitiva. Con esto, se hace referencia a poder estudiar la presencia de una percepción sesgada a través de diferentes herramientas estandarizadas en los participantes. Se esperaba encontrar un perfil de vulnerabilidad cognitiva moderada en la muestra evaluada. Tras aplicar cada herramienta las observaciones que hacemos son las siguientes:

Para el sesgo de confirmación, medido mediante el AOT-E, se buscaba encontrar una puntuación más alta, ya que indica una mayor presencia del sesgo de confirmación, tendiendo los participantes a focalizar su atención en aquellos estímulos que la confirmen, únicamente. Para ello recalcamos lo siguiente; la escala está compuesta por ocho ítems en formato Likert, donde una puntuación más indicaría un menor pensamiento abierto, es decir, presencia del sesgo de confirmación.

Al comprobar la muestra, vemos que la mediana se sitúa en torno a un valor ligeramente por encima de lo que sería el punto medio (neutro) de la escala utilizada; esto nos permite concluir que los participantes presentaban una tendencia baja al sesgo de confirmación.

En cuanto al sesgo de interpretación negativa, medido mediante el ASSQ, se buscaba encontrar una puntuación alta, indicando presencia del sesgo, es decir, la tendencia por parte de la muestra a interpretar situaciones sociales ambiguas como amenazantes.

Al comprobar la muestra, vemos que la mediana global se sitúa, tanto para hombres como para mujeres, en el punto neutro de la escala utilizada, concluyendo que en la muestra estudiada los participantes presentan una tendencia baja al sesgo de interpretación negativa, situándose las mujeres ligeramente por encima del punto medio y los hombres, por debajo. En conclusión, los participantes no tienden a interpretar las situaciones sociales ambiguas de forma negativa o amenazante, o, dicho de otra manera, presentan una tendencia baja al sesgo de interpretación negativa.

Finalmente, para el sesgo de negatividad se utilizó el Life Orientation Test – Revised. Se buscaba encontrar una puntuación baja ya que, esta prueba mide el optimismo, de forma que, para poder medir la tendencia a la negatividad (y, por ende, al sesgo negativo), se buscaban puntuaciones bajas, indicando una falta de optimismo (presencia de negatividad). Es importante recalcar que, en esta prueba, una puntuación más alta indica un mayor optimismo disposicional, es decir, menos sesgo de negatividad; por tanto, lo que buscamos encontrar es una baja puntuación de la muestra en esta prueba.

Al comprobar la muestra, la mediana se sitúa, tanto para hombres y mujeres, se sitúa ligeramente por encima de lo que sería el punto neutro de la prueba; es decir, en la muestra estudiada, los participantes presentaban una ligera tendencia hacia el optimismo disposicional. Para nuestra investigación se concluye que los participantes de la muestra no presentaban sesgo de negatividad.

En conclusión, el perfil de vulnerabilidad cognitiva de los participantes se caracteriza por una predisposición baja-moderada a los tres sesgos estudiados, siendo una muestra caracterizada por un perfil cognitivo optimista, poco propenso a los sesgos de confirmación e interpretación negativa.

Es importante tener en cuenta dicho perfil estudiado, ya que nos indica que los participantes no contaban con una alta vulnerabilidad cognitiva en los sesgos de interés. Los resultados muestran que una muestra compuesta mayoritariamente por estudiantes/estudiantes del programa Erasmus (sujetos que han presenciado distanciamientos y reencuentros), no tiene que, necesariamente mostrar un perfil de vulnerabilidad cognitiva moderado; rechazándose la

hipótesis. La hipótesis se basó en la creencia de que los adolescentes y la juventud se encuentran en un periodo de alta sensibilidad y reactividad emocional, cambios... Esto hace que aquellos jóvenes que han presenciado reencuentros y se encuentren en una edad caracterizada por la intensidad y lo afectivo, donde se siente mucho pero no se razona tanto, de ahí el interés y la hipótesis esperada sobre como aquellos jóvenes serían más propensos a presentar un perfil de vulnerabilidad cognitiva moderado. Esta hipótesis no se aceptó y podría ser a causa de que las características de los participantes de la muestra; estudiantes universitarios y estudiantes del programa Erasmus, pero no población clínica (Wan et al., 2015). Diversos estudios muestran que las poblaciones no clínicas generalmente muestran puntuaciones bajas en sesgos en comparación a las poblaciones clínicas (Sfärlea et al., 2020). La mayoría de los estudios que se encuentran sobre los sesgos cognitivos al final, acaban siendo aplicados a poblaciones clínicas que sufren de ansiedad, depresión, fobia social, etc (Gilboa-Schechtman et al., 2004).

En cuanto al segundo objetivo específico; estudiar posibles diferencias de género, donde se esperaba una mayor presencia de percepción sesgada por parte del género femenino.

Los resultados observados en la prueba U de Mann-Whitney indican que no existen diferencias significativas entre ambos géneros, en ninguna de las pruebas evaluadas. Esto concluye que: la predisposición a interpretar de manera negativa un reencuentro no está influido por el género (al menos en esta muestra).

De esta forma se concluye que, en la población general (mayoritariamente joven), ante eventos interpersonales de alto peso emocional, los sesgos operan independientemente al género; rechazándose la hipótesis. La hipótesis se apoyaba en estudios que encuentran diferencias en variables específicas, estudios donde se muestran que los según el género se destaca más en reflexión cognitiva, la sobre confianza, etc (Otero et al., 2024). Pero a pesar de esto, vemos que tanto en esta investigación como en diferentes evidencias científicas, no se encuentran diferencias grandes y generalizadas entre hombres y mujeres en la presencia de vulnerabilidad cognitiva, sesgos cognitivos o la percepción distorsionada (Gaillard et al., 2020).

Finalmente, el central y último objetivo de esta investigación consiste en determinar si la presencia de sesgos cognitivos guarda relación con una percepción negativa del reencuentro. Para este objetivo, se espera que la presencia de los tres sesgos cognitivos se asocie a una percepción negativa en un reencuentro, donde se tiende a la (1) focalización de la atención exclusiva a señales que confirmen los temores, (2) tendencia a pensar negativamente y en contra de la propia persona ante información ambigua, y finalmente, (3) dar más peso a las señales negativas, casi ignorando las positivas.

Para poder responder a la hipótesis central del estudio, se analizaron las correlaciones de Spearman entre las puntuaciones obtenidas en los tres instrumentos de sesgo (AOT-E, dominio negativo del ASSQ y LOT-R) y las puntuaciones derivadas del cuestionario ad hoc sobre la percepción del reencuentro (TR).

En primer lugar, se observó una correlación positiva y significativa entre el sesgo de confirmación y una percepción negativa sobre el reencuentro. Es crucial recordar que una puntuación baja en la prueba del sesgo de confirmación indica un mayor sesgo, las puntuaciones altas representan a aquellas personas capaces de cambiar de opinión, evitando el pasamiento dogmático. Por ello, a mayor presencia del sesgo de confirmación, mayor percepción negativa del reencuentro, apoyando la hipótesis planteada. Este fenómeno explica porque aquellas personas que tienden únicamente a confirmar lo que creen, no hacen caso a diferentes hechos que contradigan aquella creencia (Wason, 1960). Es decir, si una persona que presenta el sesgo de confirmación cree que se los demás piensan negativamente de él/ella, centrará su atención en las situaciones que le confirmen este hecho (Kunda, 1990).

En segundo lugar, hallamos una correlación negativa fuerte y significativa entre el sesgo de interpretación y una percepción negativa en el reencuentro. Teniendo en cuenta que una puntuación alta en el ASSQ indica una mayor presencia de sesgo de interpretación negativo, y que una puntuación más alta en el cuestionario ad hoc sobre la percepción del reencuentro indica una percepción positiva de este, concluimos que las personas con mayor sesgo de interpretación negativa perciben los reencuentros de manera más negativa, apoyando la hipótesis planteada. Esta hipótesis se basa en diferentes

investigaciones que mostraban como las personas que interpretan eventos con un significado ambiguo o poco claro como amenazantes (señales de peligro, un resultado no deseado, crítica o rechazo) tienen más probabilidades de experimentar estas situaciones como negativas o desagradables y de mostrar un aumento posterior de la ansiedad (Kuckertz y Amir, 2014; Mathews y MacLeod, 2005). Esto se relaciona de manera en que, en un reencuentro, un evento interpersonal con tanto peso emocional donde, al ser más adolescentes los sentimientos y la intensidad son los que lideran la mente (Roeske et al., 2025), y que presenta tantas señales ambiguas, aquellas personas que presentan el sesgo de interpretación negativa colapsan, ante la ambigüedad tienen múltiples opciones; no pensar, pensar de forma neutra o positiva, pero siempre tienden a sentir que es la forma negativa; esto repercute en la percepción del reencuentro y ya no solo ahí, si no en la vida de la persona; no confiar, sentimientos de que nadie le quiere, se ríen de él/ella... (Haller et al., 2015).

En tercer lugar y último, encontramos una correlación positiva y significativa entre el sesgo del optimismo disposicional y una percepción negativa en el reencuentro. Es importante recalcar que una puntuación más alta en la prueba indica mayor optimismo disposicional, por lo que, en este estudio lo que interesa ver es que ocurre ante una puntuación negativa en esta (lo que indicaría presencia del sesgo de negatividad). Por lo tanto, una correlación positiva y significativa indica que los sujetos con mayor optimismo perciben el reencuentro de forma positiva; y viceversa, aquellos con menor optimismo disposicional (menor puntuación en LOT-R; mayor sesgo de negatividad), perciben el reencuentro de forma negativa, apoyando la hipótesis planteada.

En conclusión; podemos concluir que la presencia de los tres sesgos cognitivos de interés para este estudio – confirmación, interpretación negativa, negatividad – se asocia a una percepción negativa del reencuentro, siguiendo lo que explicaban las hipótesis iniciales de este trabajo; los participantes que presentan una mayor tendencia a confirmar sus creencias, aquellos que interpretan situaciones ambiguas como amenazantes y dan más peso a señales negativas, tienden a percibir un evento interpersonal con peso emocional, como lo es el reencuentro, de forma más negativa; es decir, se acepta la hipótesis planteada.

Esta hipótesis define como aquellas personas con una tendencia a darle más peso a las señales negativas que a las positivas – por ejemplo, ante cuatro sucesos buenos y uno malo, el sujeto tiende a darle más peso y significado al suceso malo, omitiendo o minimizando lo bueno que también ha sucedido – presentan, tras un evento interpersonal de peso emocional como el reencuentro, un recuerdo sesgado del suceso, recordándolo como un suceso traumático, donde han recibido críticas, recordando con mayor calidad únicamente esos hechos negativos (Baumeister et al., 2001).

En este estudio se propuso evaluar como la presencia de diferentes sesgos cognitivos – específicamente los de confirmación, interpretación negativa y negatividad- influye en la percepción de la realidad durante el fenómeno del reencuentro, determinando si dichas distorsiones favorecen una interpretación negativa de la experiencia. Para lograrlo, se plantearon diferentes objetivos

3.8.2. Conclusiones

El presente estudio tenía como objetivo principal analizar si la presencia de sesgos cognitivos – sesgo de confirmación, sesgo de interpretación negativa y sesgo de negatividad – se asocia y condiciona a una percepción negativa de la realidad en un evento interpersonal de peso emocional como lo es el reencuentro. A continuación, las conclusiones más relevantes de esta investigación son:

Los resultados del presente TFG indican que los participantes presentan niveles bajos-moderados de los tres sesgos estudiados, con una tendencia al optimismo disposicional. Es decir, el estudio se ha basado en una muestra mayoritariamente joven con baja vulnerabilidad cognitiva.

No hay diferencias significativas entre el género femenino y masculino en cuanto a la presencia de sesgos cognitivos. Es decir, la predisposición a los sesgos cognitivos en el contexto de los reencuentros se manifiesta de forma similar en ambos géneros.

Finalmente, los resultados confirman que la presencia de sesgos cognitivos se asocia a una percepción negativa del reencuentro. Específicamente;

La presencia del **sesgo de confirmación** se asocia a una percepción negativa del reencuentro.

La presencia del **sesgo de interpretación negativa** se asocia a una percepción negativa del reencuentro.

La presencia del **sesgo de negatividad** se asocia a una percepción negativa del reencuentro.

Por lo tanto, las dos primeras hipótesis del estudio quedan rechazadas: una muestra formada por estudiantes, estudiantes del programa Erasmus y básicamente jóvenes que potencialmente han vivido a lo largo de su vida reencuentros, no indica una mayor disposición a tener una percepción sesgada, es decir, vulnerabilidad cognitiva. Así como, no hay diferencias significativas entre géneros al hablar de percepción sesgada.

En cuanto a la hipótesis central del estudio, queda aceptada; las personas con mayor presencia de los sesgos – confirmación, interpretación negativa y negatividad – tienden a percibir un reencuentro de forma negativa.

Limitaciones del estudio

A lo largo del estudio, han ido saliendo limitaciones relevantes que han podido afectar a los resultados, entre ellas encontramos:

Muestra reducida y homogénea; contamos con 42 participantes, mayoritariamente mujeres. Esto limita la posibilidad de poder generalizar los resultados obtenidos.

Muestra con baja vulnerabilidad cognitiva: los sujetos estudiados presentaron niveles bajos a nivel global de percepción sesgada. Esto impide comparar grupos dicotómicos y aún más importante; estudiar los resultados en base a lo que queríamos; desde la percepción sesgada.

Cuestionario de reencuentro ad hoc (TR): las propiedades psicométricas no han sido validadas formalmente.

A lo largo de la investigación también han ido surgiendo ideas que ya eran imposibles de aplicar por lo avanzado que estaba el trabajo: haber puesto como criterio de inclusión haber vivido un reencuentro, haberlo relacionado con una variable como la autoestima de cada sujeto, etc.

4. Anexos

Cuestionario ad hoc: El Reencuentro

Imagina esto: Lleváis unos meses sin veros porque cada uno ha estado con sus líos. Quedáis en el bar de siempre. Llegas 10 minutos tarde y, al entrar, ves que ya están todos sentados en la mesa con sus bebidas servidas. Te acercas a ellos...

1. Cuando te acercas a la mesa, ves que se están riendo por algo que alguien acaba de contar. Tardan unos segundos en reaccionar para mirarte y saludarte.

- a) Hay tan buen ambiente y están tan relajados que da gusto unirse a la mesa; me contagian la risa.
- b) Simplemente están acabando de escuchar la historia antes de saludarme.
- c) No parece que me hayan echado tanto de menos.

2. Te sientas y durante un momento hay un silencio. Se miran entre ellos y uno te pregunta: «¿y qué tal todo?, ¿cómo te va la vida?»

- a) El silencio es algo normal después de acabar un tema de conversación; estarán esperando a que les cuente qué he estado haciendo.
- b) Se han quedado callados porque estaban hablando de algo que no quieren que sepa, o incluso porque estaban hablando mal de mí.
- c) Se han callado porque me quieren dar todo el protagonismo y tienen muchas ganas de saber todo lo que les tengo que contar.

3. Mientras empiezas a contar algo que te ha pasado últimamente, notas que dos de tus amigos agachan la cabeza para mirar el móvil a la vez y uno de ellos escribe algo rápido.

- a) Estarán hablando por privado de lo que estoy contando o de que les estoy aburriendo y riéndose de mí.
- b) Estarán avisando para que alguien más venga o apuntándose preguntas que tienen que hacerme para que no se les olvide.

c) Simplemente les ha llegado una notificación y la están mirando o quieren controlar la hora.

4. Estás contando experiencias que has tenido mientras has estado fuera y está siendo complicado terminarla ya que se van sumando temas y comentarios que te interrumpen varias veces.

a) Es lo normal en una conversación.

b) Demuestra que están atentos a mi historia.

c) No les interesa escucharme.

5. Mientras conversáis, notas muchas miradas entre ellos, risas y bromas internas que no conoces.

a) Saben que no me estoy enterando y aun así siguen. Seguro que ya no tenemos tanta relación.

b) En los meses que no nos hemos visto, es normal que esto pase. Tendré que preguntar por cada broma para integrarme.

c) Las están mencionando para que me vaya adaptando a ellas y así poder utilizarlas con ellos/as.

6. Constantemente están mencionando y explicando planes e historias pasadas en las que tú no estabas presente.

a) Como yo he tenido mi momento para explicarles mi vida de estos meses, ahora lo están haciendo ellos.

b) Lo hacen para que vea todo lo que me he perdido y me sienta aún más de lado.

c) Me parece genial que lo compartan; así me entero de qué han estado haciendo este tiempo y me siento más integrado/a en sus vidas ahora.

7. Al salir del bar, el grupo empieza a caminar y pasáis por unas calles más estrechas. Debido al espacio reducido, ellos/as avanzan en fila/parejas, mientras tú te quedas unos pasos por detrás.

- a) Soy la primera persona que se ha dado cuenta y he actuado acorde a la situación.
- b) Es un momento agradable en el que puedo ir más ancho/a; después sé que nos volveremos a recolocar.
- c) Se han cerrado en su grupo de siempre y yo soy la persona que se tiene que ir adaptando, como si fuera el último plato.

8. Al final de la noche, cuando todos se están despidiendo, notas que dos personas del grupo se dan un abrazo muy largo y efusivo, pero contigo se despiden con un gesto rápido de la mano.

- a) Mi despedida fue rápida simplemente porque ya estamos cansados y queremos irnos a dormir.
- b) Ellos han estrechado su relación durante el tiempo que yo no estuve; seguramente, cuando volvamos a vernos con más frecuencia, mi despedida será igual de cercana.
- c) Ese gesto rápido confirma que conmigo solo cumplen por educación, pero con los demás tienen un cariño que ya no sienten por mí.

Nota. Las opciones de respuesta corresponden a tres tipos de interpretación: (a) sesgo positivo/optimista, (b) interpretación neutra o ambigua, y (c) sesgo negativo/amenazante. La numeración de los ítems se ha adaptado para el anexo (ítems 1-8); en el cuestionario original administrado a los participantes corresponden a los ítems 14-21.

5. Bibliografía

- Amir, N., Beard, C., & Bower, E. (2005). Interpretation Bias and Social Anxiety. *Cognitive Therapy And Research*, 29(4), 433-443. <https://doi.org/10.1007/s10608-005-2834-5>
- Barón, L., & Rotundo, G. J. Z. (2018b). Los sesgos cognitivos: de la psicología cognitiva a la perspectiva cognitiva de la organización y su relación con los procesos de toma de decisiones gerenciales. *Ciencia y Sociedad*, 43(1), 31-48. <https://doi.org/10.22206/cys.2018.v43i1.pp31-48>
- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Finkenauer, C., & Vohs, K. D. (2001). Bad is Stronger than Good. *Review Of General Psychology*, 5(4), 323-370. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.5.4.323>
- Bonafé-Pontes, A., Bastos, R. C., & Pilati, R. (2025). Actively Open-Minded Thinking About Evidence (AOT-E) Scale: Adaptation and Evidence of Validity in a Brazilian Sample. *Judgment And Decision Making*, 20. <https://doi.org/10.1017/jdm.2024.37>
- Bourgeois, L. J. (1985). Strategic Goals, Perceived Uncertainty, and Economic Performance in Volatile Environments. *Academy Of Management Journal*, 28(3), 548-573. <https://doi.org/10.5465/256113>
- Carterette, E. C., & Friedman, M. P. (1982). *Handbook of perception* (Vols. 1-10). Stenning, K. (1979). The handbook of perception (book review). *Journal of Psycholinguistic Research*, 8(4), 407. Retrieved from <https://www.proquest.com/scholarly-journals/handbook-perception-book-review/docview/1300140587/se-2>
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A Cognitive Model of Social Phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, F. R. Schneier, R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social Phobia Diagnosis, Assessment, and Treatment* (pp. 69-93). New York Guilford Press. - References - Scientific Research Publishing. (s. f.). <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=192517>

- Conway, M. A., & Pleydell-Pearce, C. W. (2000). The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*, 107(2), 261-288. <https://doi.org/10.1037/0033-295x.107.2.261>
- Corraliza, J. A. (1987a). *La experiencia del ambiente: percepción y significado del medio construido*. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=557892>
- Dondero, Gisell. Las características ambientales que inciden sobre el individuo. TFG Universidad de Palermo. 2012.
- Gaillard, A., Fehring, D. J., & Rossell, S. L. (2020). A systematic review and meta-analysis of behavioural sex differences in executive control. *European Journal Of Neuroscience*, 53(2), 519-542. <https://doi.org/10.1111/ejn.14946>
- Gilboa-Schechtman, E., Presburger, G., Marom, S., & Hermesh, H. (2004). The effects of social anxiety and depression on the evaluation of facial crowds. *Behaviour Research And Therapy*, 43(4), 467-474. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2004.03.001>
- Haller, S. P., Raeder, S. M., Scerif, G., Kadosh, K. C., & Lau, J. Y. (2015b). Measuring online interpretations and attributions of social situations: Links with adolescent social anxiety. *Journal Of Behavior Therapy And Experimental Psychiatry*, 50, 250-256. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2015.09.009>
- Hayek, F. A. (2004). *Sensory order: an inquiry into the foundations of theoretical psychology* : Hayek, Friedrich A. <https://archive.org/details/sensoryordering00haye/page/n6/mode/1up>
- JASP - A Fresh Way to Do Statistics. (2026b, junio 5). JASP - Free And User-Friendly Statistical Software. <https://jasp-stats.org/>
- Kahneman, D. (2011): Thinking, Fast and Slow. *Statistical Papers*, 55(3), 915. <https://dn790002.ca.archive.org/0/items/DanielKahnemanThinkingFastAndSlow/Daniel%20Kahneman-Thinking%2C%20Fast%20and%20Slow%20%20.pdf>

- Kunda, Z. (1990). The case for motivated reasoning. *Psychological Bulletin*, 108(3), 480-498. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.108.3.480>
- Liberman, Z., & Shaw, A. (2020). Even his friend said he's bad: Children think personal alliances bias gossip. *Cognition*, 204, 104376. <https://doi.org/10.1016/j.cognition.2020.104376>
- MacLeod, C., & Cohen, I. L. (1993). Anxiety and the interpretation of ambiguity: A text comprehension study. *Journal Of Abnormal Psychology*, 102(2), 238-247. <https://doi.org/10.1037/0021-843x.102.2.238>
- Matute, H. (2018). *Nuestra mente nos engaña: sesgos y errores cognitivos que todos cometemos*. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=816904>
- Montagud Rubio, N. (2026, 3 enero). Sesgo de negatividad: qué es y cómo influye en nuestro pensamiento. *Psicología y Mente*. <https://psicologiaymente.com/psicologia/sesgo-negatividad>
- Neisser, U. (1982). *Memory observed: remembering in natural contexts*. <https://archive.org/details/memoryobservedre00neis/page/n4/mode/1up>
- Ortiz, M. S., Gómez-Pérez, D., Canoino, M., & Barrera-Herrera, A. (2016). Validación de la versión en Español de la Escala de Optimismo Disposicional (LOT-R) en una muestra Chilena de estudiantes universitarios. *Terapia Psicológica*, 34(1), 53-58. <https://doi.org/10.4067/s0718-48082016000100006>
- Otero, I., Martínez, A., Cuadrado, D., Lado, M., Moscoso, S., & Salgado, J. F. (2024). Sex Differences in Cognitive Reflection: A Meta-Analysis. *Journal Of Intelligence*, 12(4), 39. <https://doi.org/10.3390/jintelligence12040039>
- Porto, J. P., & Gardey, A. (2024, 16 febrero). *Reencuentro - Qué es, ejemplos, definición y concepto*. Definición.de. <https://definicion.de/reencuentro/>

- Redondo Cubero, A. (2020, 25 junio). *Sesgos cognitivos en la ciencia*.
Redondo Cubero | Revista Española de Física.
<https://revistadefisica.es/index.php/ref/article/view/2624>
- Reis, H. T., & Shaver, P. (2018). Intimacy as an interpersonal process. En
Intimacy as an interpersonal process (pp. 113-143).
<https://doi.org/10.4324/9780203732496-5>
- Roeske, J., Long, X., Perdue, M. V., Long, M., Geeraert, B., Ghasoub, M.,
Yeates, K. O., & Lebel, C. (2025). Sex differences in maturational timing
of amygdala and prefrontal cortex volumes and white matter tract
microstructure. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 74,
101568. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2025.101568>
- Schacter, D. L., Chiao, J. Y., & Mitchell, J. P. (2003b). The Seven Sins of
Memory. *Annals Of The New York Academy Of Sciences*, 1001(1), 226-
239. <https://doi.org/10.1196/annals.1279.012>
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism
from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A
reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal Of Personality And
Social Psychology*, 67(6), 1063-1078. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.6.1063>
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health:
Assessment and implications of generalized outcome expectancies.
Health Psychology, 4(3), 219-247. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.4.3.219>
- Sfärlea, A., Buhl, C., Loechner, J., Neumüller, J., Thomsen, L. A., Starman,
K., Salemink, E., Schulte-Körne, G., & Platt, B. (2020). "I Am a Total. .
.Loser" – The Role of Interpretation Biases in Youth Depression. *Journal
Of Abnormal Child Psychology*, 48(10), 1337-
1350. <https://doi.org/10.1007/s10802-020-00670-3>
- Stangor, C., y McMillan, D. (1992). Memory for expectancy-congruent and
expectancy-incongruent information: A review of the social and
developmental literatures. *Psychological Bulletin*, 111(1), 42-61.

<https://doi.org/10.1037/0033-2909.111.1.42> (Nota: Corregida la errata de tpeo "Strangor" del borrador).

Starbuck, W. H. (2006). Organizations and Their Environments. En *Organizations and their environments*. (pp. 69-93).

<https://doi.org/10.1093/oso/9780199288519.003.0002>

Vargs Melgarejo, L. M. (2014). Sobre el concepto de percepción. *Alteridades*, 8(16), 47-53.

<https://alteridades.izt.uam.mx/index.php/Alte/article/view/588>

Vassilopoulos, S. P., & Banerjee, R. (2010). Social Interaction Anxiety and the Discounting of Positive Interpersonal Events. *Behavioural And Cognitive Psychotherapy*, 38(5), 597-

609. <https://doi.org/10.1017/s1352465810000433>

Wan, C., Zhu, C., Sun, X., & So, S. (2015). Reasoning Biases and the Development of Non-clinical Persecutory Ideations: a Systematic Review. *European Psychiatry*, 30, 237. [https://doi.org/10.1016/s0924-9338\(15\)30192-9](https://doi.org/10.1016/s0924-9338(15)30192-9)

Wason, P. C. (1960). On the Failure to Eliminate Hypotheses in a Conceptual Task. *Quarterly Journal Of Experimental Psychology*, 12(3), 129-140.

<https://doi.org/10.1080/17470216008416717>