

VIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología  
XXIII Jornadas de Investigación XII Encuentro de Investigadores en Psicología  
del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos  
Aires, 2016.

# **Rumiación: revisión conceptual y aplicaciones en la clínica psicoterapéutica.**

De Rosa, Lorena, Rosales, Ma. Guadalupe y  
Keegan, Eduardo.

Cita:

De Rosa, Lorena, Rosales, Ma. Guadalupe y Keegan, Eduardo (2016).  
*Rumiación: revisión conceptual y aplicaciones en la clínica  
psicoterapéutica. VIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica  
Profesional en Psicología XXIII Jornadas de Investigación XII Encuentro  
de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología -  
Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-044/238>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eATh/VAM>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso  
abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su  
producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite:  
<https://www.aacademica.org>.*

# RUMIACIÓN: REVISIÓN CONCEPTUAL Y APLICACIONES EN LA CLÍNICA PSICOTERAPÉUTICA

De Rosa, Lorena; Rosales, Ma. Guadalupe; Keegan, Eduardo  
Universidad de Buenos Aires. Argentina

---

## RESUMEN

El interés por los modelos psicopatológicos transdiagnósticos ha crecido sostenidamente en los últimos años (Ehring y Watkins, 2008; McEvoy, Watson, Watkins y Nathan, 2013), cobrando relevancia la búsqueda de fenómenos que no serían específicos de trastornos particulares. En este sentido, se presentará una revisión bibliográfica sobre la Rumiación. Dicho proceso cognitivo es una estrategia de afrontamiento que refiere a formas de pensamiento repetitivo y pasivo sobre el malestar anímico que se estén experimentando, y sobre sus posibles causas y consecuencias (Nolen-Hoeksema, 2004). De acuerdo con la Teoría de Estilos de Respuesta, la Rumiación contribuye a la severidad y mantenimiento de diversos trastornos (Nolen-Hoeksema, 2000). Conforman un mecanismo cognitivo de regulación emocional disfuncional que mantiene e incrementa el malestar anímico. Se presentará la relevancia de dicho concepto en la bibliografía científica y los resultados que arrojan las distintas investigaciones a fin de demostrar el impacto que dicho mecanismo tiene en diversas problemáticas de la clínica psicológica (Edwards, Tang, Wright, Salkovskis, y Timberlake, 2011; McCracken, Barker, y Chilcot, 2014; Stroud, Thorn, Jensen, y Boothby, 2000). En esta exposición se vinculará dicho constructo con los temas que están siendo investigados por las autoras en sus tesis doctorales: Dolor Crónico y Autocrítica & Perfeccionismo.

## Palabras clave

Rumiación, Regulación emocional, Dolor Crónico, Autocrítica, Perfeccionismo

## ABSTRACT

### RUMINATION: CONCEPTUAL REVIEW AND APPLICATIONS ON THE PSYCHOTHERAPEUTIC CLINICAL

Interest in psychopathological transdiagnostic models has grown steadily in recent years (Ehring and Watkins, 2008; McEvoy, Watson, and Nathan Watkins, 2013), where become relevant finding non-specific phenomena to particular disorders. In this regard, a literature review on rumination will be presented. Such cognitive process is a coping strategy that refers to repetitive and passive thinking about one's disturbing mood, and their possible causes and consequences (Nolen-Hoeksema, 2004). According to the Response Styles Theory, rumination contributes to severity and maintenance of various disorders (Nolen-Hoeksema, 2000). Thus, rumination forms a dysfunctional cognitive emotional regulation mechanism which maintains and increases mental discomfort. The relevance of this concept in the scientific literature and the reported research findings will be shown to demonstrate the effect of this mechanism on several problems (Edwards, Tang, Wright, Salkovskis, and Timberlake, 2011 will be presented; McCracken, Barker, and Chilcot, 2014; Stroud, Thorn, Jensen, and Boothby, 2000). In this presentation this construct will be linked to the issues that are being investigated by the authors in their doctoral theses: Chronic Pain, and Self-criticism and Perfectionism.

## Key words

Rumination, Emotional Regulation, Chronic Pain, Self-criticism, Perfectionism

## BIBLIOGRAFÍA

- Edwards, M. J., Tang, N. K., Wright, A. M., Salkovskis, P. M., y Timberlake, C. M. (2011). Thinking about thinking about pain: a qualitative investigation of rumination in chronic pain. *Pain management*, 1(4), 311-323.
- Ehring, T., y Watkins, E. R. (2008). Repetitive negative thinking as a transdiagnostic process. *International Journal of Cognitive Therapy*, 1(3), 192-205.
- McCracken, L. M., Barker, E., y Chilcot, J. (2014). Decentering, rumination, cognitive defusion, and psychological flexibility in people with chronic pain. *Journal of behavioral medicine*, 37(6), 1215-1225.
- McEvoy, P. M., Watson, H., Watkins, E. R., y Nathan, P. (2013). The relationship between worry, rumination, and comorbidity: Evidence for repetitive negative thinking as a transdiagnostic construct. *Journal of affective disorders*, 151(1), 313-320.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of abnormal psychology*, 100(4), 569.
- Nolen-Hoeksema, S. (2000). The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *Journal of abnormal psychology*, 109(3), 504.
- Nolen-Hoeksema, S. (2004). The Response Styles Theory. En C. Papageorgiou y A. Wells (eds.), *Depressive Ruminations: Nature, theory and treatment* (pp. 107-123). West Sussex: Wiley y Sons.
- O'Connor, R., & Noyce, R. (2008) Personality and cognitive processes: Self-criticism and different types of rumination as predictors of suicidal ideation. *Behaviour Research and Therapy* 46, 392-401.
- Papageorgiou, C., y Wells, A. (2001). Metacognitive beliefs about rumination in recurrent major depression. *Cognitive and Behavioral Practice*, 8(2), 160-164.
- Sharp, T. J. (2001). Chronic pain: a reformulation of the cognitive-behavioural model. *Behaviour Research and Therapy*, 39, 787-800.
- Stroud, M. W.; Thorn, B. E.; Jensen, M. P. y Boothby, J. L. (2000). The relation between pain beliefs, negative thoughts, and psychosocial functioning in chronic pain patients. *Pain*, 84, 347-352.
- Turk, D. C. y Okifuji, A. (2002). Psychological factors in chronic pain: evolution and revolution. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70 (3), 678-690.
- Turner, J. A., Holtzman, S., y Mancl, L. (2007). Mediators, moderators, and predictors of therapeutic change in cognitive-behavioral therapy for chronic pain. *Pain*, 127(3), 276-286.
- Treynor, W., González, R., & Nolen-Hoeksema, S. (2003). Rumination reconsidered: A psychometric analysis. *Cognitive Therapy and Research*, 27, 247-259.
- Watkins, E. R. (2008). Constructive and unconstructive repetitive thought. *Psychological bulletin*, 134(2), 163.