

# ULOGA POZITIVNIH UVERENJA O RUMINIRANJU U DEPRESIVNIM I RUMINATIVNIM REAKCIJAMA

Igor Krnetić<sup>1</sup>

Tatjana Vukosavljević-Gvozden<sup>2</sup>

Borjanka Batinić<sup>3</sup>

- 1 Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet, Univerzitet u Banja Luci, Banja Luka, Bosna i Hercegovina
- 2 Odeljenje za psihologiju, Filozofski fakultet, Univerzitet u Beogradu, Beograd, Srbija
- 3 Odeljenje za psihologiju, Filozofski fakultet, Univerzitet u Beogradu, Klinika za psihijatriju, Klinički centar Srbije, Beograd, Srbija

## Kratak sadržaj

**Uvod:** Ruminiranje, kao repetitivno negativno razmišljanje, privuklo je veliku teorijsku i empirijsku zainteresovanost i uključeno je u nekoliko teorijskih objašnjenja depresije u kognitivno-bihejvioralnom pristupu. Prethodna istraživanja ukazala su, takođe, na značajne odnose između metakognicije, ruminacije i depresije.

**Cilj rada:** Po prvi put na srpskom govornom području sprovedeno je istraživanje s ciljem otkrivanja odnosa između pozitivnih uverenja o ruminiranju i negativnih životnih događaja (nezavisne varijable) i depresivnih i ruminativnih reakcija (zavisne varijable). Postavljene su sledeće hipoteze: 1. ruminativne i depresivne reakcije pozitivno koreliraju, 2. pozitivna uverenja o ruminiranju pozitivno utiču na ruminiranje; 3. pozitivna uverenja o ruminiranju pozitivno utiču na depresivne reakcije kada se dese negativni životni događaji.

**Metod rada:** U istraživanju je korišćena prospektiva paradigma u kojoj je uzorak studenata (N=123, AS=20,7 godina) ispitivan sa 4 upitnika u dva vremena sa razmakom od 10 sedmica. U uzorak su ušli ispitanici koji su u vremenu prvog testiranja imali različit nivo pozitivnih uverenja o ruminiranju, ali jednako nizak nivo depresivnih i ruminativnih reakcija (čime smo eliminisali uticaj ovih reakcija na rezultate u vremenu drugog testiranja).

**Rezultati:** Istraživanjem je utvrđena visoka pozitivna korelacija između depresivnih i ruminativnih reakcija u vremenu drugog testiranja, takođe je statistički značajan efekat pozitivnih uverenja o ruminiranju na ruminativne reakcije, kada se kontroliše broj negativnih životnih događaja, kao i efekat interakcije pozitivnih uverenja o ruminiranju i negativnih životnih događaja na depresivne reakcije.

**Zaključak:** Sve tri hipoteze su potvrđene a rezultati su diskutovani u svetlu savremenih nalaza u kognitivno-bihejvioralnom pristupu sa naglaskom na modelu Samoregulatorne izvršne funkcije (S-REF).

**Gljučne reči:** depresija, ruminacija, metakognicija, kognitivni procesi

## UVOD

U kognitivno-bihejvioralnom pristupu, koji je iznedrio veliki broj istraživanja depresije, ruminiranje je pobudilo veliku teorijsku i empirijsku zainteresovanost u poslednjih petnaestak godina. Depresivno ruminiranje, grubo definisano kao ponavljano negativno razmišljanje, predstavlja ključnu kognitivnu crtu disforije i major depresivnog poremećaja. Preciznije definicije [1] ukazuju da su ruminativna razmišljanja: 1. povezana sa onim što je prethodilo ili sa samom prirodom negativnog raspoloženja, 2. nisu usmerene prema cilju i ne motivišu osobu da pravi planove u pravcu akcija koje bi dovele do rešenja problema i 3. ne dele se sa drugima - osoba koja ruminira zadržava ruminiranje za sebe. Neki od tipičnih primera ruminiranja su: „Zašto sam ja takav gubitnik?“, „Moje raspoženje je loše?“, „Zašto se ponašam ovako negativno?“, „Ne mogu ništa da rešim?“ itd. Ruminiranje se javlja, dakle, kao reakcija na trenutna osećanja tuge („ruminiranje povodom tuge“) i na negativne zaključke povodom stresnih životnih događaja („stres-reaktivno ruminiranje“) [2].

Osobe sklone ruminiranju mogu videti ovaj način mišljenja kao instrument postizanja ciljeva, ali se ne podrazumeva da se njim to uvek postiže. Rezultati jedne od značajnih eksperimentalnih studija ukazuju da iako disforične osobe veruju da ruminiranjem postižu uvid u sebe i svoje probleme, one zapravo dolaze do loših rešenja problema i bivaju manje spremne da se uključe u prijatne aktivnosti [3]. Slično tome, veliki broj drugih studija ukazuje da je ruminiranje povezano sa različitim negativnim posledicama. Na primer, utvrđeno je da ruminiranje održava i povećava depresivno raspoloženje [4, 5] i da predviđa povišene nivoe depresivnih simptoma [6], kao i epizode

major depresije [7]. Dodatno, ruminiranje smanjuje kapacitet osobe da upravlja sopstvenim životom [8]. Ruminiranje je takođe povezano sa iskrivljenim interpretacijama životnih događaja, pesimizmom u vezi s pozitivnim događajima u budućnosti i nalaženjem loših rešenja za interpersonalne probleme [9].

Ruminiranje je uključeno u nekoliko teorijskih objašnjenja depresije [10-13]. Model samoregulativne izvršne funkcije objašnjava mehanizme obrade informacija koji iniciraju i održavaju ruminiranje i posledice ovog stila mišljenja [13]. U ovom modelu, negativno mišljenje u formi ruminacije ili brige predstavlja strategiju izlaženja na kraj sa problemima koja ima kontraproduktivne efekte u vidu produžavanja emocionalnih poremećaja. Ključna teza jeste da metakognitivna uverenja koja emocionalno vulnerabilne osobe imaju o ruminiranju igraju značajnu ulogu u ruminiranju.

Rezultati jednog od inicijalnog testiranja ove teze ukazuju da su svi pacijenti sa rekurentnim major depresivnim poremećajem imali pozitivna i negativna uverenja o ruminiranju [14]. Pozitivna uverenja reflektovala su teme povezane s ruminiranjem kao strategijom prevladavanja problema (npr. „Potrebno mi je da razmišljam o svojim problemima da bih našao odgovor na svoju depresiju“). Negativna uverenja reflektovala su teme povezane s nekontrolabilnošću i opasnošću od ruminiranja (npr. „Razmišljanje o mojim problemima je izvan moje kontrole“) i interpersonalnima posledicama ruminiranja (npr. „Ljudi će me odbaciti ako toliko razmišljam“). Druge studije takođe su dale empirijsku podršku odnosu između metakognicije, ruminacije i depresije [2, 15, 16]. Pozitivna uverenja o prednostima ruminiranja motivišu osobu ruminira, a kada je ruminiranje aktivirano osoba procenjuje ovaj proces kao nekontrolabilan i štetan ta-

ko da su brojni „začarani krugovi“ meta-kognicije, ruminiranja i depresije odgovorni za održavanje i ponavljanje depresivnih iskustava. Iako se ovaj model smatra obećavajućim za razumevanje depresije i depresivnih relapsa potrebna su dodatna istraživanja da bi se utvrdila uloga pozitivnih uverenja o ruminiranju [17].

## CILJ RADA

U istraživanju je korištena prospektivna paradigma s ciljem otkrivanja odnosa između pozitivnih uverenja o ruminiranju i negativnih životnih događaja (nezavisne varijable) i depresivnih i ruminativnih reakcija (zavisne varijable). Na osnovu dosadašnjih nalaza postavljene su sledeće hipoteze:

1. ruminativne i depresivne reakcije pozitivno koreliraju;
2. pozitivna uverenja o ruminiranju pozitivno utiču na ruminiranje;
3. pozitivna uverenja o ruminiranju pozitivno utiču na depresivne reakcije kada se dese negativni životni događaji.

## METOD RADA

### Uzorak

Uzorak spada u tip prigodnog uzorka, a u vremenu prvog merenja sačinjavalo ga je 411 studenata Univerziteta u Banja Luci. Nakon merenja isključeni su ispitanici koji su na Bekovom inventaru depresivnosti [18] imali skor veći od 9, pošto takvi skorovi predstavljaju indikator blagog depresivnog poremećaja, kao i ispitanici koji su na Skali ruminativnih reakcija [19] imali skor iznad medijane celokupnog uzorka, a koja je iznosila 41. Postupak određivanja kritičkog eliminacionog skora na osnovu medijane, kada ne postoje standardni kritički skorovi za razvrstavanje ispitanika, korišten je i u

drugim prospektivnim istraživanjima [20] u kojima su ovakvim postupkom eliminisani uticaji varijabli sa prvog merenja na nivo tih varijabli u vremenu drugog merenja.

Nakon ovog eliminacionog postupka uzorak je iznosio 208 ispitanika. Cilj ovakvog postupka bio je da proizvedemo grupe koje imaju različit nivo pozitivnih uverenja o ruminiranju, ali jednako nizak nivo depresivnih i ruminativnih reakcija, čime smo eliminisali uticaj depresivnih i ruminativnih reakcija u prvom merenju na nivo tih reakcija u drugom merenju. Rezultati na Skali pozitivnih uverenja o ruminiranju za ispitanike sa niskim ( $AS=21.21$ ) i visokim ( $AS=28.46$ ) nivoom pozitivnih uverenja o ruminiranju, bili su statistički značajno različiti [ $t(121) = -13,827$ ;  $p < 0.01$ ]. U isto vreme nije bilo statistički značajnih razlika na Bekovom inventaru depresivnosti između ispitanika sa niskim ( $AS=3.97$ ) i visokim ( $AS=3.36$ ) nivoom pozitivnih uverenja o ruminiranju [ $t(112,85) = 1,251$ ;  $nz$ ], kao ni na Skali ruminativnih reakcija između ispitanika sa niskim ( $AS=34.27$ ) i visokim ( $AS=35.22$ ) nivoom pozitivnih uverenja o ruminiranju [ $t(107,34) = -1,133$ ;  $nz$ ].

Osipanje uzorka tokom drugog merenja iznosilo je 85 tako da je konačni uzorak istraživanja činilo 123 ispitanika (36 muškaraca i 87 žena, uzrasta od 18 do 28 godina,  $AS=20,7$ ).

### Instrumenti

U istraživanju su korišćena četiri upitnika koja pokazuju dobre metrijske karakteristike i koja se, stoga, široko primenjuju:

1. *Skala pozitivnih uverenja o ruminiranju* [15]. Skala se sastoji od 10 stavki koja procenjuje pozitivna metakognitivna uverenja o dobitima i prednostima ruminiranja. Tvrdnje se ocenjuju na četvorostepenoj skali. Autori [2]

navode da skala ima visoku unutrašnju konzistentnost ( $\alpha=0.89$ ) i test-retest pouzdanost ( $r=0.85$ ). U našem istraživanju pouzdanost je bila prihvatljiva ( $\alpha=0.75$ ).

2. *Skala ruminativnih reakcija, subskala Upitnika stilova reakcija* [19]. Skala se sastoji od 22 stavke koje opisuju reakcije na depresivno raspoloženje u vidu fokusiranja na sebe, svoje simptome ili moguće uzroke i posledice takvog raspoloženja. Tvrdnje se ocenjuju na četvorostepenoj skali. U brojnim istraživanjima potvrđena je visoka unutrašnja konzistentnost (koeficijent alfa kreće se od 0.89 do 0.92) [2]. U našem istraživanju pouzdanost je bila visoka ( $\alpha=0.93$ ).
3. *Bekov inventar depresivnosti* [18]. Inventar se sastoji od 21 tvrdnje koje se tiču simptoma depresije u poslednje dve sedmice. Tvrdnje se ocenjuju na četvorostepenoj skali prema intenzitetu izraženosti simptoma. Unutrašnja konzistentnost skale prilično je visoka - u pregledu više od

25 studija, alfa koeficijenti kretali su se od 0,73 do 0.95 [21]. U našem istraživanju pouzdanost je bila zadovoljavajuća ( $\alpha=0.81$ ). Iako je ovaj inventar pouzdana i validna mera depresivnih simptoma, sama za sebe nije dovoljna za dijagnozu depresije. Zbog toga se na normalnom uzorku koristi kao mera depresivnih reakcija koji ukazuju na *emocionalno stanje disforije*, a ne dijagnostičku kategoriju depresivni poremećaj [22].

4. *Upitnik negativnih životnih događaja* [23] meri izloženost negativnim životnim događajima u poslednje dve sedmice. Originalna verzija modifikovana je više puta, a poslednja verzija obuhvata nekoliko kategorija događaja: rad, porodica, prijatelji, partner itd koje ispitanik ocenjuje na četvorostepenoj skali, određujući koliko puta mu se desio navedeni događaj. U našem istraživanju pouzdanost je bila zadovoljavajuća ( $\alpha=0,83$ ). Za potrebe ovog istraživanja upitnik je sadržavao i tvrdnje koje se odnose na školovanje.

**Tabela 1. Korelacije pozitivnih uverenja o ruminiranju u T1 i depresivnih i ruminativnih reakcija u T2.**  
**Table. 1 The correlations of positive beliefs about rumination in T1 and depressive and ruminative reactions in T2**

	PUR	DR	RR
PUR			
DR	0,311**		
RR	0,464**	0,678**	

\*\* Korelacije značajne na 0.01 nivou

PUR – pozitivna uverenja o ruminiranju (positive beliefs about rumination),

DR – depresivne reakcije (depressive reactions),

RR – ruminativne reakcije (ruminative reactions)

## Postupak istraživanja

Učesnici su popunjavali upitnike za vreme redovnih predavanja i vežbi na matičnom fakultetu. Bili su zamoljeni da navedu šifru koju će zapamtiti, kako bismo mogli uporediti rezultate prvog i drugog testiranja. Rečeno im je da istraživanje ima za cilj da proveri vezu između razmišljanja i depresije. Prvo ispitivanje (u daljem tekstu "T1") obuhvatalo je popunjavanje testovnog materijala koji su činili: 1. Upitnik pozitivnih uverenja o ruminiranju; 2. Bekov inventar depresije; 3. Skala ruminativnih reakcija; 4. lista demografskih podataka (pol, starost, fakultet). Drugo ispitivanje (u daljem tekstu "T2") bilo je izvedeno 10 sedmica nakon prvog testiranja i obuhvatalo je popunjavanje testovnog materijala koji su

činili: 1. Bekov inventar depresije; 2. Skala ruminativnih reakcija; 3. Upitnik negativnih životnih događaja.

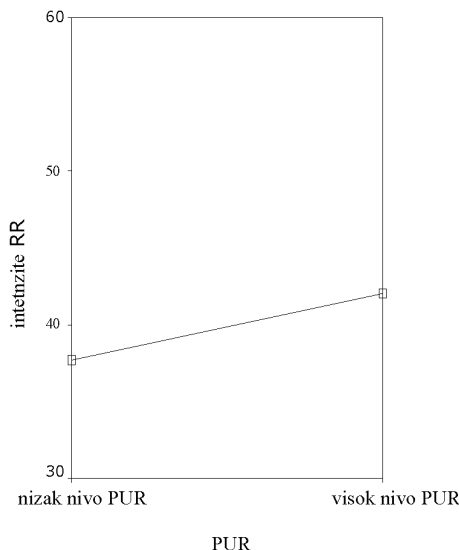
Analiza podataka vršena je pomoću programa "SPSS 11.0 for Windows". Za analizu podataka korišćeni su analiza pouzdanosti, korelaciona analiza i univarijatna analiza varijanse (ANOVA).

## REZULTATI

Korelaciona analiza potvrdila je hipotezu da postoji visoka pozitivna korelacija [ $r=0,678$ ;  $p<0,01$ ] između depresivnih i ruminativnih reakcija u T2 koja je prikazana u Tabeli 1. Pored toga, može se videti da postoji niska pozitivna korelacija između pozitivnih uverenja o ruminiranju u T1 i depre-

**Grafik 1. Efekat nivoa pozitivnih uverenja o ruminiranju u T1 na intenzitet ruminativnih reakcija u T2.**

**Graph 1. The effect of level of positive beliefs about rumination in T1 on the intensity of ruminative reactions in T2**



PUR – pozitivna uverenja o ruminacijama (positive beliefs about rumination),  
RR- ruminativne reakcije (ruminative reactions)

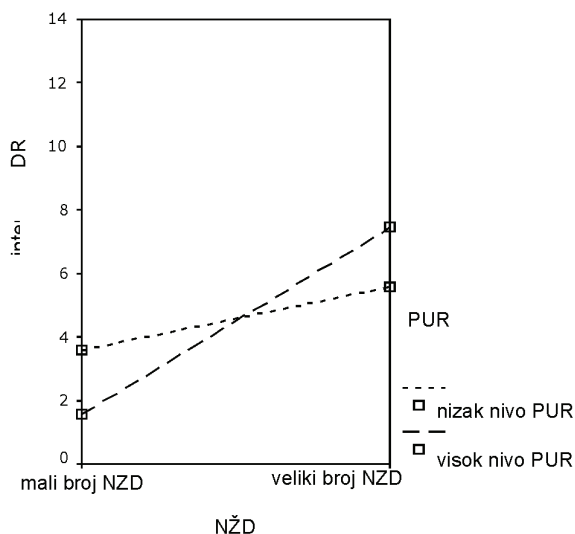
sivnih reakcija u T2, kao i srednja pozitivna korelacija između pozitivnih uverenja o ruminiranju u T1 i ruminativnih reakcija u T2. Korelacije su statistički značajne na nivou 0,01.

Kad je reč o hipotezi da pozitivna uverenja o ruminiranju u T1 pozitivno utiču na ruminativne reakcije u T2 utvrđen je statistički značajan [F(1)= 6,094; p<0,05] osnovni efekat nezavisne varijable pozitivnih uverenja o ruminiranju na zavisnu varijablu ruminativne reakcije, kada se kontroliše broj negativnih životnih događaja. Time je ova hipoteza potvrđena. Ispitanici sa visokim nivoom pozitivnih uverenja u T1 ispoljili su viši nivo ruminativnih reakcija u T2 u odnosu na ispita-

nike koji su u T1 ispoljili nizak nivo pozitivnih uverenja o ruminiranju, bez obzira na broj negativnih životnih događaja. Rezultati su prikazani Grafikom 1.

Da bismo proverili hipotezu da pozitivna uverenja o ruminiranju pozitivno utiču na depresivne reakcije analizirali smo uticaj interakcije pozitivnih uverenja o ruminiranju i negativnih životnih događaja na depresivne reakcije i utvrdili da je ovaj uticaj statistički značajan [F(1)=5,903; p<0,05]. Ovim je potvrđena hipoteza da pozitivna uverenja o ruminiranju pozitivno utiču na depresivne reakcije kada se dese negativni životni događaji. Rezultati su prikazani Grafikom 2.

**Grafik 2. Efekat interakcije negativnih životnih događaja tokom prethodne dve sedmice i nivoa pozitivnih uverenja o ruminiranju u T1 na intenzitet depresivnih reakcija u T2.**  
**Graph 2. The interaction effect between negative life events during previous two weeks and level of positive beliefs about rumination in T1 on the intensity of depressive reactions in T2**



PUR- pozitivna uverenja o ruminacijama (positive beliefs about rumination),  
 DR – depresivne reakcija (depressive reactions),  
 NŽD – negativni životni događaji (negative life events)

## DISKUSIJA

Kao što vidimo, potvrđene su sve tri hipoteze koje smo postavili. Utvrdili smo, najpre, da postoji visoka pozitivna korelacija između depresivnih i ruminativnih reakcija, što je u skladu sa rezultatima velikog broja prethodnih studija [2, 4, 5, 8, 9, 24, 25]. Ruminiranje je povezano sa produženim i izraženijim negativnim afektom, greškama u mišljenju, sniženom motivacijom, blokiranjem instrumentalnog ponašanja, sniženom koncentracijom, slabim rešavanjem problema, povećanjem stresa i problema itd. [2, 5, 25].

Iako je povezanost između ruminiranja i depresije utvrđena, uzročna struktura te povezanosti i dalje se smatra složenom i nedovoljno ispitanom. Pomenimo bar neke nalaze. Ruminiranje vodi u klinički značajne depresivne epizode pošto inicijalni intenzitet ruminiranja predstavlja prediktor pojave depresivnih epizoda tokom narednih 18 meseci, čak i kada su kontrolisani ostali kognitivni faktori rizika, te je povezano sa ozbiljnošću prospektivnih depresivnih epizoda [26]. Slično tome, inicijalni nivo ruminiranja predstavlja prediktor i za pojavu velikih depresivnih epizoda u toku godinu dana, čak i kada je kontrolisana inicijalna depresivna simptomatologija [27]. Interesantno je pomenuti da je veza između ruminacija i depresije kod depresivnih osoba posredovana negativnim uverenjima o ruminiranju dok je kod normalnih osoba (studentski uzorak) direktna [16]. Ruminiranje, takođe, produžava i intenzivira depresiju [4, 11, 27]. Uporno i ponavljajuće ruminiranje usmerava pažnju na negativne misli i emocije i zaokuplja resurse pažnje i time sprečava nove, pozitivne ili korektivne informacije da budu procesirane, pojačavajući i održavajući depresiju [17]. Postoje, međutim, i mnoga druga objašnjenja odnosa između

depresije i ruminiranja – na primer, moguće je da je depresija uzrok ruminiranju ili da ruminiranje i depresija imaju recipročan uzročni efekat pri čemu jedno pojačava drugo [28].

Uprkos još uvek otvorenim pitanjima o kauzalnim odnosima između ruminiranja i depresije, u savremenoj psihološkoj literaturi postoji generalno slaganje da je ruminiranje važno: 1. kao element kognitivne teorije negativnog afekta, 2. kao prediktor depresije i emocionalnih poremećaja u empirijskim studijama i 3. kao klinički simptom koji bi mogao zahtevati tretman [29].

Utvrdili smo, takođe, da osobe koje u manjoj meri pozitivno vrednuju ruminiranje manje ruminiraju u odnosu na osobe koje u većoj meri pozitivno vrednuju ruminiranje, i da to nije povezano sa brojem negativnih događaja koji im se desio. Drugim rečima, pozitivna uverenja o ruminiranju *sama po sebi* dovode do povećanja ruminiranja, bez obzira na spoljašnje negativne događaje. Čak i kada se ne dese negativni životni događaji, osoba koja pozitivno vrednuje ruminiranje ipak nalazi različite povode za ovaj vid razmišljanja kao što su, na primer, unutrašnje senzacije, sopstveno stanje, sećanja na različite prošle događaje ili zaključci u vezi s budućim događajima.

Rezultati našeg istraživanja ukazuju, takođe, da pozitivna uverenja o ruminiranju pozitivno utiču na depresivne reakcije kada se dese negativni životni događaji, što je u skladu sa rezultatima istraživanja povezanih s modelom samoregulatorne izvršne funkcije [2, 15, 16]. Drugim rečima, ispitanici koji su imali viši nivo pozitivnih uverenja o ruminiranju u trenutku prvog merenja ispoljavali su oscilacije u ispoljavanju depresivnih reakcija u drugom merenju u zavisnosti od broja negativnih životnih događaja koji im se desio u međuvremenu, pri čemu je nivo depresivnih reakcija bio veći

ukoliko im se prethodno desio veći broj negativnih životnih događaja.

Kao što je već pomenuto, model samo-regulatorne izvršne funkcije [13] ističe ulogu metakognitivnih uverenja u iniciranju i održavanju ruminativnih misli. Prema ovom modelu, ruminiranje je ishod metakognitivnih uverenja osobe koja specifikuju upotrebu ruminiranja kao strategiju za prevazilaženje i za samoregulaciju. Ova uverenja egzistiraju u obliku implicitnih planova koji vode samoegulatorno procesiranje, kao i u obliku eksplicitnih, deklarativnih uverenja koja su pristupačna verbalnom izveštavanju (npr. „Razmišljanje o prošlosti mi pomaže da sprečim buduće greške i neuspehe“ ili „Razmišljanje o lošim osećanjima mi pomaže da bolje shvatim uzroke svojih neuspeha“). Jednom aktivirane, samoregulatorne izvršne funkcije formiraju „začarani krug“ pošto ruminatorne aktivnosti imaju tendenciju da stvaraju maladaptivne obrasce interakcije sa spoljašnjim svetom. Dakle, prolazni poremećaji raspoloženja, povezani sa negativnom procenom životnih događaja, bivaju intenzivirani i pojačani jer osoba poseže za ruminacijama i ponašanjima koja je zadržavaju u stanju fokusiranom na emocije [30]. Tokom vremena, i sa repetitivnim aktiviranjem ovakvih konfiguracija, povećava se verovatnoća da će osoba razviti stabilnije obrasce ovakvih negativnih reakcija. Kognitivna restrukturacija pozitivnih uverenja o ruminiranju, koja igraju ulogu u razvoju depresivnih reakcija i major depresivnog poremećaja, može biti korisna za smanjivanje upotrebe ruminiranja kao strategije prevazilaženja depresije, a time može smanjiti i depresivnu simptomatologiju.

Umesto da besplodno, uporno i ponavljajuće razmišljaju o svom stanju i njegovim značenju i uzrocima, poželjno je da osobe upotrebljavaju zaključke dobijene razmišljanjem za rešavanje problema proizašlih iz negativnih događaja ili prihvatanje posledica negativnih događaja (korišćenjem alternativnih strategija prevazilaženja, a ne ruminiranjem).

Najvažnije ograničenje našeg istraživanja tiče se činjenice da uzorak nije uključivao klinički depresivne osobe. Namerno smo odabrali ispitanike koji nisu depresivni da bismo kontrolisali uticaj depresivnih i ruminativnih reakcija u vremenu prvog merenja na nivo tih reakcija u vremenu drugog merenja. Iako su ispitanici sa visokim pozitivnim uverenjima o ruminiranju, a kojima se desio veći broj negativnih životnih događaja, doživeli povećanje depresivnih reakcija, intenzitet tih reakcija nije dostigao nivo koji je povezan sa klinički značajnom depresijom. Uzimajući pri tome u obzir relativno kratak razmak između prvog i drugog merenja, možemo ipak reći da rezultati istraživanja sugerišu postojanje procesa o kojim smo prethodno diskutovali, a koji bi mogli biti važni za razumevanje razvoja ozbiljnijih formi depresivnog poremećaja i depresivnih ruminacija.

Osim sprovođenja istraživanja na kliničkom uzorku korisno bi bilo, takođe, da buduća istraživanja ispituju uticaj negativnih uverenja o ruminiranju koja, po modelu samo-regulatorne izvršne funkcije, posreduju u održavanju ili povećavanju ruminiranja i depresije kod osoba koje imaju pozitivna uverenja o ruminiranju a kojima se desio veći broj negativnih životnih događaja.



# THE ROLE OF POSITIVE BELIEFS ABOUT RUMINATION IN DEPRESSIVE AND RUMINATIVE REACTIONS

Igor Krnetić<sup>1</sup>  
Tatjana Vukosavljević-Gvozden<sup>2</sup>  
Borjanka Batinić<sup>3</sup>

- 1 Department of psychology, Faculty of Philosophy, University of Banja Luka, Banja Luka, Bosnia and Herzegovina
- 2 Department of psychology, Faculty of Philosophy, University of Belgrade, Belgrade, Serbia
- 3 Department of psychology, Faculty of Philosophy, Clinic of Psychiatry, Clinical Center of Serbia, Belgrade

## Summary

**Introduction:** Rumination, as a repetitive negative thinking, has attracted a considerable theoretic and empirical interest and was, consequently, included into several theoretical explanations of depression within the cognitive-behavioral approach. Previous research, as well, pointed out important relationships between meta-cognition, rumination and depression.

**Objective:** To conduct the first Serbian study of relationships between positive beliefs about rumination and negative life events (independent variables) and depressive and ruminative reactions (dependent variables). We hypothesized that: 1. ruminative and depressive reactions are positively correlated, 2. positive beliefs about rumination affect positively rumination, 3. positive beliefs about rumination affect positively depressive reactions when negative life events occur.

**Method:** A prospective study of a sample of students (N=123, average age=20,7 years) who were given four questionnaires in two time points, ten weeks apart. The sample comprised the participants who, by the time of the first testing, had different levels of positive beliefs about rumination but an equally low level of depressive and ruminative reactions (whereby we eliminated the influence of these reactions on the results of the second testing).

**Results:** There is a high positive correlation between depressive and ruminative reactions by the time of the second testing, also and a statistically significant correlation of positive beliefs about rumination on ruminative reactions, when the number of negative life events occurring in the ten-week period was controlled for. In this investigation a statistically significant interaction was confirmed between positive beliefs about rumination and negative life events on depressive reactions.

**Conclusion:** All our hypotheses were confirmed, and the results were discussed in the perspective of recent insights within the cognitive-behavioral approach, with a special emphasis on the Self-Regulatory Executive Function (S-REF) model.

**Key words:** *depression, rumination, meta-cognition, cognitive processes.*

## Literatura:

1. Conway M, Csank AR, Holm SL, Blake CK. On assessing individual differences in rumination on sadness. *J Pers Assess* 2000; 75:404-25.
2. Papageorgiou C, Wells A. Nature, functions, and beliefs about depressive rumination. In: Papageorgiou C, Wells A, editors. *Depressive rumination: nature, theory and treatment*. John Wiley & Sons Ltd; 2004. p 5-17.
3. Lyubomirsky S, Nolen-Hoeksema S. Self-perpetuating properties of dysphoric rumination. *J Pers Soc Psychol* 1993; 65:339-49.
4. Nolen-Hoeksema S, Morrow J. Effects of rumination and distraction on naturally occurring depressed mood. *Cognit Emot* 1993; 7:561-70.
5. Nolen-Hoeksema S., Parker LE, Larson J. Ruminative coping with depressed mood following loss. *J Pers Soc Psychol* 1994; 67:92-104.
6. Just N, Alloy LB. The response styles theory of depression: tests and an extension of the theory. *J Abnorm Psychol* 1997; 106:221-29.
7. Kuehner C, Weber I. Responses to depression in unipolar depressed patients: an investigation of Nolen-Hoeksema's response styles theory. *Psychol Med* 1999; 29:1323-33.
8. Nolen-Hoeksema S, Larson J, Grayson C. Explaining the gender difference in depressive symptoms. *J Pers Soc Psychol* 1999; 77:1061-72.
9. Lyubomirsky S, Nolen-Hoeksema S. Effects of self-focused rumination on negative thinking and interpersonal problem solving. *J Pers Soc Psychol* 1995; 69:176-90.
10. Ingram RE. Toward an information processing analysis of depression. *Cognit Ther Res* 1984; 8: 443-78.
11. Nolen-Hoeksema S. Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *J Abnorm Psychol* 1991; 100:569-82.
12. Teasdale JD, Barnard PJ. *Affect, cognition and change: re-modelling depressive thought*. Hove, UK: Erlbaum; 1993.
13. Wells A., Matthews G. *Attention and emotion: a clinical perspective*. Hove, UK: Erlbaum; 1994.
14. Papageorgiou C, Wells A. Metacognitive beliefs about rumination in recurrent major depression. *Cognit Behav Pract* 2001a; 8:160-64.
15. Papageorgiou C, Wells A. Positive beliefs about depressive rumination: development and preliminary validation of a self-report scale. *Behav Ther* 2001b; 32:13-26.
16. Papageorgiou C, Wells A. An empirical test of a clinical metacognitive model of rumination and depression. *Cognit Ther Res* 2003; 27:261-73.
17. Purdon C. *Psychological Treatment of Rumination*. In: Papageorgiou C, Wells A, editors. *Depressive rumination: nature, theory and treatment*. John Wiley & Sons Ltd, England; 2004. p.79-91.
18. Beck AT, Rush AJ, Shaw BF, Emery G. *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press; 1979.
19. Nolen-Hoeksema S, Morrow J. A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: the 1989 Loma Prieta earthquake. *J Pers Soc Psychol* 1991; 61:115-21.
20. Wenzlaff RM, Luxton DD. The role of thought suppression in depressive rumination. *Cognit Ther Res* 2003; 27:293-308.
21. Beck AT, Steer RA, Garbin MG. Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: twenty-five years of evaluation. *Clin Psychol Rev* 1988; 8:77-100.
22. Dykman BM, Johll M. Dysfunctional attitudes and vulnerability to depressive symptoms: a 14-week longitudinal study. *Cognit Ther Res* 1998; 22, 337-52.

23. Saxe LL, Abramson LY. The negative life events questionnaire: reliability and validity. Unpublished manuscript; 1987.
24. Nolen-Hoeksema S, McBride A, Larson J. Rumination and psychological distress among bereaved partners. *J Pers Soc Psychol* 1997; 72:855-62.
25. Spasojević J, Alloy LB. Rumination as a common mechanism relating depressive risk factors to depression. *Emotion* 2001; 1:25-37.
26. Spasojević J, Alloy LB, Abramson LY, MacCoon D, Robinson MS. In: Papageorgiou C, Wells A, editors. *Depressive rumination: nature, theory and treatment*. John Wiley & Sons Ltd, England; 2004. p 256-67.
27. Nolen-Hoeksema S. The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *J Abnorm Psychol* 2000; 109:504-11.
28. Arnow BA, Spangler D, Klein DN, Burns DD. Rumination and distraction among chronic depressives in treatment: a structural equation analysis. *Cognit Ther Res* 2004; 28:67-83.
29. Matthews G, Wells A. Rumination, depression, and metacognition: the S-REF model. In: Papageorgiou C, Wells A, editors. *Depressive rumination: nature, theory and treatment*. John Wiley & Sons Ltd; 2004. p 168-87.
30. Wells A, Papageorgiou C. Metacognitive therapy for depressive rumination. In: Papageorgiou C, Wells A, editors. *Depressive rumination: nature, theory and treatment*. John Wiley & Sons Ltd, England; 2004, p. 112-25.

---

Borjanka Batinić  
Klinika za psihijatriju  
Klinički Centar Srbije  
Pasterova 2, Beograd  
011-64-22-811,  
E mail: doubleb@eunet.rs