

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

# Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, [www.reprorecht.nl](http://www.reprorecht.nl)) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, [www.cedar.nl/pro](http://www.cedar.nl/pro)).

*No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.*

[info@boomamsterdam.nl](mailto:info@boomamsterdam.nl)  
[www.boomuitgeversamsterdam.nl](http://www.boomuitgeversamsterdam.nl)

## Repetitief negatief denken en psychische klachten bij kinderen en adolescenten

*Lea Rood<sup>1</sup>, Jeffrey Roelofs<sup>1</sup>, & Patricia Bijttebier<sup>2</sup>*

### SAMENVATTING

In deze bijdrage wordt de empirische ondersteuning voor de rol van verschillende vormen van repetitief negatief denken (te weten piekeren, emotiegericht rumineren en stressreactief rumineren) in de ontwikkeling van depressieve klachten bij jongeren samengevat. Resultaten laten zien dat alle vormen van negatief denken sterk samenhangen met depressieve klachten bij jongeren van 10 tot 18 jaar. Wanneer echter rekening wordt gehouden met initiële depressieve klachten is de invloed van negatief denken op depressieve klachten bescheiden, wat vragen oproept over de aard van de relatie tussen negatief denken en depressie. Het geringe aantal experimentele studies tot dusver uitgevoerd wijzen in de richting van een causale relatie tussen negatief denken en depressie bij jongeren. Naast het veranderen van de negatieve inhoud van gedachten is het veranderen van het denkproces een belangrijk aandachtspunt voor de behandeling van stemmingsklachten bij jongeren. In plaats van proberen negatieve denkprocessen een halt toe te roepen, zouden interventies zich kunnen richten op het veranderen van een abstracte verwerkingstijl in een concrete verwerkingstijl.

### INLEIDING

Jongeren die te kampen hebben met angst of depressie hebben ook vaak last van negatieve gedachten. Deze negatieve gedachten hebben de neiging om voortdurend de kop op te steken en kunnen jongeren echt tot last zijn. Er bestaan een aantal verschillende vormen van negatief denken. Piekeren is misschien de meest bekende vorm van negatief denken. Piekeren doen we

*1* Departement Clinical Psychological Science, Universiteit Maastricht. Postbus 616, 6200 MD Maastricht, Nederland. Tel.: +31(0)43-3881607, Fax: +31(0)43-3884155.

*2* Psychologisch Instituut, KU Leuven. Tiensestraat 102 - bus 3720, 3000 Leuven, België. Tel.: +32(0)16-325989, Fax: +32(0)16-325916. [Patricia.Bijttebier@ppw.kuleuven.be](mailto:Patricia.Bijttebier@ppw.kuleuven.be)  
Correspondentie naar: [Jeffrey.Roelofs@maastrichtuniversity.nl](mailto:Jeffrey.Roelofs@maastrichtuniversity.nl)

allemaal. Angstige mensen hebben de neiging om in extreme mate te piekeren en deze vorm van negatief denken richt zich op mogelijke dreiging en onzekerheid in de toekomst (Borkovec, Robinson, Pruzinsky & DePree, 1983). Rumineren is een andere vorm van negatief denken. Depressieve mensen hebben de neiging om te blijven malen over allerlei zaken die vooral in het heden en verleden spelen. Het kan bijvoorbeeld gaan om rumineren over stressvolle gebeurtenissen (stressreactief rumineren) maar ook om rumineren over de sombere stemming waarin men zit (emotiegericht rumineren). Dit literatuuroverzicht beoogt de bestaande empirische ondersteuning voor de rol van rumineren en piekeren in relatie tot symptomen van psychopathologie (in het bijzonder depressie) bij jongeren samen te vatten. De theoretische achtergrond van deze verschillende vormen van negatief denken wordt kort belicht. De vraag in hoeverre het zinvol is om verschillende vormen van negatief denken te onderscheiden wordt bediscussieerd in de slotparagraaf (zie Ehring & Watkins, 2008; Watkins, 2008).

#### **EMPIRISCHE ONDERSTEUNING VOOR DE ROL VAN NEGATIEF DENKEN IN DE ONTWIKKELING VAN PSYCHOPATHOLOGIE**

In wat volgt zal eerst de theoretische achtergrond en empirische ondersteuning met betrekking tot de rol van emotiegericht rumineren in relatie tot depressieve klachten besproken worden. Vervolgens komt de rol van stressreactief rumineren aan bod en tenslotte staat piekeren centraal.

##### *Emotiegericht rumineren*

Emotiegericht rumineren is een specifieke vorm van rumineren die een belangrijke rol speelt in de 'Response Styles' Theorie van Nolen-Hoeksema (RST; 1987; 1991). Emotiegericht rumineren wordt gedefinieerd als herhaaldelijk en persistent denken over depressieve gevoelens, en over de oorzaken, implicaties en gevolgen ervan, en kan beschouwd worden als een stabiele stijl van reageren op depressieve gevoelens (Nolen-Hoeksema, 1987; 1991). Het volgende illustreert de inhoud van dit denkproces. Iemand die merkt dat hij niet goed in zijn vel zit, kan zich herhaaldelijk gaan afvragen wat de reden(en) is (zijn) dat hij zich somber voelt of blijft voelen. Daarnaast kan hij gaan nadenken over de gevolgen ('Wat als ik mij zo blijf voelen?') en implicaties ('Ligt het misschien aan mijn persoonlijkheid dat ik mij zo voel? Wat zegt dit over mij?'). De RST biedt een verklaring voor geslachtsverschillen in depressie (Nolen-Hoeksema & Girgus, 1994). De RST stelt dat meisjes meer geneigd zijn om te rumineren dan jongens wanneer zij zich neerslachtig voelen, en dat emotiegericht rumineren leidt tot een verergering en instandhouding van depressieve gevoelens. Samengevat stelt Nolen-Hoeksema (1987; 1991) dus dat meisjes kwetsbaarder zouden kunnen zijn voor het ontwikkelen van depressieve

klachten dan jongens, omdat meisjes meer dan jongens geneigd zijn om te rumineren als zij zich neerslachtig voelen.

Deze theorie is getoetst in een heel aantal studies in bevolkingssteekproeven van jongeren, de meeste in het leeftijdsbereik van 10 tot 18 jaar. Uit een meta-analyse blijkt dat meisjes inderdaad een sterkere neiging hebben tot emotiegericht rumineren dan jongens (Rood, Roelofs, Bögels, Nolen-Hoeksema & Schouten, 2009). Dit geslachtsverschil in rumineren blijkt sterker te zijn in adolescenten (12 tot 18 jaar) vergeleken met kinderen (10 tot 12 jaar). Hiernaast laten de studies overtuigend zien dat emotiegericht rumineren niet alleen behoorlijk sterk samenhangt met depressieve klachten op hetzelfde tijds punt, maar ook voorspellend is voor depressieve klachten weken tot zelfs maanden later. De samenhang tussen rumineren en depressieve klachten blijkt sterker voor adolescenten dan voor kinderen. Wanneer gecontroleerd wordt voor het initiële niveau van depressieve klachten dan is de invloed van emotiegericht rumineren op depressie op een later tijds punt echter zeer bescheiden te noemen. Dit kan erop wijzen dat initiële depressieve klachten de relatie tussen rumineren en depressieve klachten over tijd vrijwel volledig verklaren. Leeftijd lijkt geen verklaring te kunnen bieden voor de bescheiden effecten, daar niet is bevonden dat het verband sterker wordt gedurende de adolescentie (Rood, Roelofs, Bögels, Schepers & Arntz, ingediend).

De bevinding uit de meta-analyse dat de invloed van rumineren sterk afneemt wanneer gecontroleerd wordt voor initiële depressieve klachten roept enkele belangrijke vragen op. Onderzoek bij volwassenen laat wel zien dat rumineren een significante voorspeller is van depressieve klachten over de tijd wanneer gecontroleerd wordt voor initiële depressieve klachten (zie Nolen-Hoeksema, Wisco & Lybomirsky, 2008). Het is mogelijk dat rumineren een minder sterke voorspeller is van depressieve klachten over de tijd bij jongeren omdat rumineren nog geen stabiele responsstijl is in de midden adolescentie (Hankin, 2008).

Een andere verklaring voor de bescheiden effecten van rumineren op depressieve klachten gevonden in prospectieve studies is dat emotiegericht rumineren veeleer het effect van stressoren op daaropvolgende depressieve klachten versterkt, dan dat emotiegericht rumineren op zichzelf tot depressieve klachten leidt. Deze verklaring wordt echter niet eenduidig ondersteund (Abela, Parkinson, Stolorow & Starrs, 2009; Hankin, 2009; Rood et al., ingediend; Schwartz & Koenig, 1996).

Het is ook mogelijk dat de intervals (van weken tot maanden) te groot zijn om een significant effect te meten van rumineren op depressieve klachten over de tijd. Daarnaast ligt het toetsen van wederkerige verbanden tussen emotiegericht rumineren en depressieve klachten voor de hand gezien de hypothesen van de RST. Volgens de RST zou emotiegericht rumineren een reeds bestaande neerslachtige stemming moeten verergeren of in stand

houden, en zou dus eigenlijk getoetst moeten worden of emotiegericht rumineren het effect van initiële depressieve gevoelens op depressieve gevoelens over tijd verergert. Studies bij volwassenen (Moberly & Watkins, 2008; Nolen-Hoeksema, Larson & Grayson, 1999), evenals bij adolescente meisjes (Nolen-Hoeksema, Stice, Wade & Bohon, 2007) hebben aangetoond dat de mate van emotiegericht rumineren niet alleen het niveau van depressieve klachten in de tijd voorspelt, maar dat het niveau van depressieve klachten ook de mate van rumineren in de tijd voorspelt.

Ten slotte zouden de bescheiden effectmaten zouden erop kunnen wijzen dat emotiegericht rumineren een fenomeen is dat optreedt wanneer men zich neerslachtig voelt, maar dat verder geen sterk effect heeft op de verdere ontwikkeling van neerslachtigheid tot depressie. De vraag ligt dan voor de hand of emotiegericht rumineren niet veeleer een symptoom van depressieve klachten is dan een kwetsbaarheidfactor. Om deze reden is de RST ook experimenteel getoetst. Een aantal studies bij volwassenen heeft laten zien dat emotiegericht rumineren een sombere stemming verergert, en het probleemoplossend vermogen vermindert (zie Nolen-Hoeksema et al., 2008). Op dit moment bestaat er slechts één studie waarin emotiegericht rumineren experimenteel gemanipuleerd is bij jongeren. Park, Goodyer, and Teasdale (2004) hebben aangetoond dat emotiegericht rumineren een geïnduceerde sombere stemming verergert bij zowel depressieve als niet-depressieve ('gezonde') adolescenten. Dit wijst op een causale relatie tussen rumineren en een depressieve stemming.

Emotiegericht rumineren blijkt overigens niet specifiek gerelateerd te zijn aan depressie, maar ook sterk samen te hangen met andersoortige psychische klachten, voornamelijk angstklachten (Muris, Fokke & Kwik, 2007; Muris, Roelofs, Meesters & Boomsma, 2004; Roelofs et al., 2009; Rood, Roelofs, Bögels & Alloy, 2010; Schwartz & Koenig, 1996), zelfs als gecontroleerd wordt voor depressieve klachten (Muris et al., 2004; 2007; Rood et al., 2010).

*Emotiegericht rumineren nader bekeken: 'brooding' en 'reflective pondering'* Treynor, Gonzalez en Nolen-Hoeksema (2003) hebben voorgesteld dat emotiegericht rumineren uit twee componenten bestaat, namelijk een maladaptieve component gericht op symptomen en onbereikte doelen ('brooding'), en een minder schadelijke component gericht op analyse van en inzicht in oorzakelijke verbanden en emoties, persoonlijkheid en omstandigheden ('reflective pondering' of 'reflection'). In navolging van de studies naar deze vormen van rumineren onder volwassenen zijn een aantal studies onder jongeren gedaan naar de invloed van deze twee vormen van emotiegericht rumineren op de ontwikkeling van depressieve klachten. Studies laten geen eenduidig beeld zien: twee studies bevestigen het bestaan van deze twee specifieke vormen van emotiegericht rumineren in een steekproef van adolescenten in de leeftijd tussen 9 en 15 jaar (Burwell & Shirk, 2007; Verstraeten, Vasey, Raes & Bijttebier,

2010). Echter, uit een andere studie onder jongeren in de leeftijd van 10 tot 18 jaar (Rood et al., 2010) bleek dat deze twee vormen niet konden worden teruggevonden. De studie van Burwell en Shirk (2007) laat zien dat brooding een significante voorspeller is van depressieve klachten over de tijd in de fasen van de vroege en midden adolescentie. Een andere studie laat zien dat reflectie negatief gerelateerd is aan depressieve klachten één jaar later, althans vanaf de leeftijd van 10/11 jaar (Verstraeten et al., 2010), wat zou betekenen dat reflectie een beschermende rol zou kunnen hebben in de ontwikkeling van depressie naarmate de adolescentie vordert.

De invloed van de twee specifieke vormen van emotiegericht rumineren lijkt niet specifiek te zijn voor depressieve klachten, daar zij (voornamelijk brooding) ook samenhangen met boulimie en middelenmisbruik in adolescente jongeren, zelfs als gecontroleerd wordt voor depressieve klachten (Nolen-Hoeksema et al., 2007; Willem, Bijttebier, Claes & Raes, 2011). Hiernaast zijn er aanwijzingen dat de beschermende rol van reflecteren met betrekking tot depressieve klachten en drugconsumptie alleen geldt voor jongens (Verstraeten et al., 2010; Willem et al., 2011).

#### *Algemene conclusie emotiegericht rumineren*

Samenvattend lijkt emotiegericht rumineren samen te hangen met depressieve klachten maar ook met angstklachten en naar binnen gerichte impulsgerelateerde problematiek (zoals boulimie en middelenmisbruik). Waar reflectie pondering voor jongens op termijn een beschermende factor lijkt te zijn in de ontwikkeling van depressieve klachten en middelenmisbruik, zou het voor meisjes een in stand houdende factor kunnen zijn.

#### *Stressreactief rumineren*

Alloy et al. (2000; Robinson & Alloy, 2003) hebben de *rST* uitgebreid met het begrip *stressreactief rumineren* met als doel ook het ontstaan van depressieve klachten te verklaren. Stressreactief rumineren wordt gedefinieerd als negatief denken over de negatieve attributies en gevolgtrekkingen naar aanleiding van een stressvolle gebeurtenis. Met negatieve attributies en gevolgtrekkingen worden de neigingen bedoeld om (1) oorzaken van een negatieve gebeurtenis als stabiel en globaal te zien, en (2) negatieve conclusies te trekken over de gevolgen van de gebeurtenis en de implicaties van de gebeurtenis voor het zelfbeeld. Het volgende illustreert de inhoud van dit denkproces. Iemand kan gaan malen over de gedachte aan zijn eigen schuld aan de gebeurtenis en aan de stabiliteit of globale aard van de oorzaken (bijv. 'Dit gebeurt mij altijd'), aan de rampzalige gevolgen van de gebeurtenis, de implicaties voor het zelfbeeld ('Ligt het aan mijn persoonlijkheid dat dit gebeurt? Wat zegt dit over mij dat dit mij gebeurt?'). Het idee is dat waar emotiegericht rumineren een reactie is op een neerslachtige stemming, stressreactief rumineren vooraf zou kunnen gaan aan een dergelijke stemming. Robinson en Alloy (2003) introduceren ver-

volgens het theoretisch model, waarin verondersteld wordt dat de invloed van negatieve attributies en gevolgtrekkingen op depressie verergert, wanneer men een sterke neiging heeft om over deze negatieve attributies en gevolgtrekkingen te rumineren.

Een recente studie bij jongeren van 10 tot 18 jaar toont aan dat stressreactief rumineren statistisch gezien onderscheiden kan worden van emotiegericht rumineren en piekeren (Rood et al., 2010). Verder hangt stressreactief rumineren sterk samen met klachten van depressie en angst, ook als gecontroleerd wordt voor andere variabelen, zoals emotiegericht rumineren en piekeren (Rood et al., 2010), en negatief cognitieve stijl en stressoren (Rood, Roelofs, Bögels & Meesters, 2011). Stressreactief rumineren is een bescheiden maar significante voorspeller van depressieve klachten een jaar later (Rood et al., ingediend). Opvallend is dat dit verband even sterk is over het gehele onderzochte leeftijdsbereik (10 tot 18 jaar). Stressreactief rumineren blijkt de invloed van negatieve cognitieve stijl of stressoren op depressieve klachten niet te verergeren bij jongeren van 10 tot 18 jaar (Rood et al., 2011; Rood et al., ingediend).

Stressreactief rumineren is nog niet experimenteel onderzocht, omdat het lastig is om het exacte fenomeen van stressreactief rumineren te induceren. Met het induceren van een ruminatieve focus op negatieve attributies en gevolgtrekkingen loopt de onderzoeker het risico dat de uitkomst van de manipulatie wordt bepaald door de inductie van negatieve (depressieve) inhoud, in plaats van door het proces van het herkauwen van deze negatieve attributies en gevolgtrekkingen. Een oplossing is het weglaten van deze negatieve inhoud, en een ruminatieve focus te induceren op oorzaken, gevolgen en implicaties van een stressvolle gebeurtenis. Een dergelijke studie is uitgevoerd onder schoolgaande adolescenten van 13 tot 16 jaar (Rood, Roelofs, Bögels & Arntz, 2011). Deze studie heeft uitgewezen dat rumineren over de oorzaken, implicaties en gevolgen van een stressvolle gebeurtenis leidt tot een minder goed herstel van negatief affect naar aanleiding van het denken aan de gebeurtenis, vergeleken met het denken over positieve aspecten ("positive reappraisal") van de stressvolle gebeurtenis. Het effect van rumineren op de stemming verschilde echter niet significant van het effect van acceptatie en afstand nemen. De minder grote afname in negatieve stemming na rumineren ten opzichte van positieve reappraisal zou erop kunnen duiden dat de stemming minder goed herstelt door het rumineren naar aanleiding van een stressvolle gebeurtenis, waardoor uiteindelijk een depressieve stemming kan ontstaan. De bevinding dat het effect van rumineren niet anders is dan andere strategieën als mindfulness-acceptatie en afstand nemen zou echter ook kunnen betekenen dat een ruminatief denkproces gericht op de oorzaken, implicaties en gevolgen van stressvolle gebeurtenissen niet per se heel schadelijk is voor niet-depressieve jongeren. Dit resultaat wijst op de noodzaak om te onderzoeken welke eigenschappen precies verantwoordelijk zijn voor een succesvolle uitkomst van een negatief denkproces bij jongeren die nog niet depressief zijn.

### *Piekeren*

Piekeren wordt gedefinieerd als een ketting van negatieve, oncontroleerbare gedachten over dreigingen en onzekerheden (Borkovec et al., 1983) en is een hoofdkenmerk van gegeneraliseerde angst (American Psychiatric Association, 2000). Van piekeren wordt verondersteld dat het fungeert als cognitief vermijdingsmechanisme: door veel in woorden te denken worden confronterende en meer bedreigende beelden verdrongen, waardoor ervaringen die angst oproepen niet goed doorgewerkt kunnen worden, wat angst weer in stand houdt (Borkovec, Ray & Stöber, 1998). In mildere vorm kan piekeren ook een probleemoplossende strategie zijn (Borkovec et al., 1983). Piekeren is sterk gerelateerd bevonden aan angst- en depressieve klachten bij jongeren (Muris et al., 2004; Rood et al., 2010; Verstraeten, Bijttebier, Vasey & Raes, 2011).

## **DISCUSSIE**

### *Samenvatting en conclusie*

Dit artikel beoogt een overzicht te geven van de rol van negatief denken in de ontwikkeling en instandhouding van psychische klachten onder jongeren. Negatieve denkprocessen, waaronder rumineren en piekeren, worden gekenmerkt door het terugkeren, de herhaling en improductiviteit van de gedachten (Ehring & Watkins, 2008). Waar emotiegericht rumineren vooral een rol zou spelen in de instandhouding en verergering van een depressieve stemming, zou het onderzoeken van stressreactief rumineren in jongeren kunnen bijdragen aan kennis over het ontstaan van depressie bij jongeren.

Bevindingen tot nu toe laten zien dat meisjes meer rumineren over depressieve gevoelens dan jongens, zoals verondersteld door Nolen-Hoeksema (1987). Zowel emotiegericht als stressreactief rumineren voorspellen depressieve klachten zelfs over de periode van één jaar in bevolkingssteekproeven, wat zou kunnen betekenen dat rumineren een belangrijke variabele is om rekening mee te houden in het onderzoek naar de ontwikkeling en preventie van depressie bij jeugdigen. Stressreactief en emotiegericht rumineren lijken de invloed van stressoren op het ontwikkelen van depressieve klachten niet te verergeren. Het model van Alloy et al. (2000; 2003), waarin stressreactief rumineren de invloed van een negatief cognitieve stijl op depressie verergert, is mogelijk niet van toepassing in een bevolkingssteekproef van jongeren, en zou getoetst moeten worden bij kwetsbare jongeren met depressiediagnoses als uitkomstmaat. Samengevat kan gesteld worden dat vragenlijststudies overtuigend aantonen dat de verschillende vormen van negatief denken alle sterk gerelateerd zijn aan depressieve klachten bij jongeren, maar dat deze bevindingen geen uitsluitsel geven over de richting van het effect. De bescheiden effecten van beide vormen van rumineren roepen vragen op over de (causale) aard van de relatie tussen negatief denken en depressieve klachten (d.w.z., of negatief denken een symptoom van of kwetsbaarheidfactor voor



depressie is). De paar experimentele studies tot nu toe wijzen de richting op van een causaal verband tussen rumineren en een depressieve stemming. Wederkerigheid van relaties zou de bescheiden effecten van rumineren op depressieve klachten mede kunnen verklaren.

*Beperkingen en suggesties voor verder onderzoek en behandeling*

Het onderzoek naar de relatie tussen negatief denken en depressie kent hoofdzakelijk de volgende beperkingen. Ten eerste zijn de gevonden effecten van rumineren op depressieve klachten zijn zeer bescheiden, waardoor de praktische relevantie van de bevindingen in twijfel kan worden getrokken. Ten tweede roepen de resultaten tot dusverre vragen op over de causale aard van de relatie tussen negatief denken en de ontwikkeling van depressieve klachten, die nader zou moeten worden onderzocht met behulp van experimentele manipulatie-/interventiestudies en dagboekstudies. De mate van rumineren en depressieve klachten zouden elkaar veel directer, dus meer op korte dan op lange termijn, kunnen beïnvloeden.

Ten derde kan de negatieve inhoud van de vragenlijsten die emotiegericht en stressreactief rumineren meten (RRS en SRRS-C) problemen opleveren: het depressieniveau zou de manier waarop de lijsten ingevuld worden kunnen beïnvloeden, in de zin dat de neiging om te rumineren over depressieve gevoelens en negatieve attributies en gevolgtrekkingen overschat wordt als gevolg van de depressieve gevoelens. Een vragenlijst die het proces van repetitief, oncontroleerbaar en improductief denken zonder stoornisspecifieke inhoud in de formulering van de items, bijvoorbeeld de Perseverative Thinking Questionnaire (PTQ; Ehring et al., 2011; zie kort instrumenteel verderop in dit nummer), zou minder gevoelig kunnen zijn voor over-rapportage door een hoog depressieniveau. De PTQ is ontwikkeld vanuit het transdiagnostische gezichtspunt op repetitief denken, dat ervan uitgaat dat verschillende vormen van negatief denken een onderliggend repetitief, oncontroleerbaar en improductief denkproces delen dat verantwoordelijk is voor de ontwikkeling van allerlei klachten; en dat deze vormen van negatief denken alleen te onderscheiden zijn op inhoud zoals de focus op emoties versus stressvolle gebeurtenissen (Ehring & Watkins, 2008, zie eerder in dit nummer; Harvey, Watkins, Mansell & Shafraan, 2004). Theoretisch gezien is het echter zinvol om verschillende vormen van negatief denken te meten en te onderscheiden, omdat deze verschillende rollen zouden kunnen spelen in de ontwikkeling van depressieve klachten: emotiegericht in instandhouding en verergering, en stressreactief rumineren in het ontstaan van depressieve klachten (Alloy et al., 2000; Nolen-Hoeksema, 1987; 1991; Robinson & Alloy, 2003). Er zijn vanuit onderzoek in een bevolkingssteekproef van jongeren aanwijzingen dat stressreactief rumineren een grotere bijdrage levert aan de ontwikkeling van angst- en depressieve klachten dan emotiegericht rumineren (Rood et al., 2010). De meerwaarde van het onderzoeken van vormen van rumineren zou kunnen lig-

gen in de mogelijk verschillende functies van de denkprocessen. Vormen van negatief denken zouden manifestaties kunnen zijn van verschillende onderliggende psychologische problemen, en daarom verschillende functies kunnen hebben.

Zoals piekeren zou functioneren als een cognitief vermijdingsmechanisme (Borkovec et al., 1998), zou emotiegericht rumineren met haar introspectieve focus op gevoelens bijvoorbeeld kunnen functioneren als een vermijdingsstrategie waarbij men zich richt op de emoties naar aanleiding van stressoren, in plaats actief met de stressoren om te gaan. Onderzoek laat zien dat emotiegericht rumineren (brooding) leidt tot depressieve klachten onder meer via een onderdanige inter-persoonlijke stijl van subassertiviteit en zelfopoffering (Pearson, Watkins & Mullan, 2010). Stressreactief rumineren zou veeleer een manifestatie kunnen zijn van negatieve cognities en attitudes. De mogelijke verschillende rollen die emotiegericht en stressreactief rumineren spelen in het ontstaan en de instandhouding van depressieve klachten bij jongeren moeten dus onderzocht worden. Dit kan gebeuren met behulp van prospectieve studies met depressie als uitkomstmaat, gediagnosticeerd aan de hand van een klinisch interview. Gebrek aan ondersteuning voor verschillende rollen en functies zou pleiten voor onderzoek naar veeleer een algemene neiging tot negatief repetitief denken dan specifieke formuleringen (Ehring & Watkins, 2008; Ehring et al., 2011).

De uitkomsten van de studies naar brooding en reflectieve pondering (sub-componenten van emotiegericht rumineren) laten zien dat het belangrijk is om onderscheid te maken tussen maladaptief en adaptief gepieker en gemaal. Watkins et al. (Moberly & Watkins, 2006; Watkins & Moulds, 2007; Watkins & Teasdale, 2004) hebben gevonden bij volwassenen dat een concrete manier van verwerken van negatieve gevoelens en gebeurtenissen een gunstiger effect heeft op het psychisch welzijn dan een abstracte verwerkingstijl. Watkins et al. (2007) doen de aanbeveling om in plaats van proberen het denkproces een halt toe te roepen, het te veranderen door een abstracte (gegeneraliseerde, vage, analytische, multi-interpretabele) manier van verwerken concreter (situatiespecifiek, ondubbelzinnig, gedetailleerd) te maken. Er is nog geen onderzoek gedaan naar de invloed van concrete en abstracte verwerkingstijlen op de stemming bij jongeren. Het toetsen in hoeverre (kwetsbare) jongeren baat kunnen hebben bij een training of preventieve interventie gericht op het stimuleren van een concrete verwerkingstijl in reactie op stressvolle ervaringen zou interessant zijn voor theorie en praktijk. Daarom dient de invloed van concrete en abstracte verwerkingsstijlen op depressieve stemming onderzocht te worden bij jongeren met behulp van experimentele manipulatie studies en training- of interventiestudies.

Naast het veranderen van de negatieve inhoud van gedachtes zou het veranderen van het denkproces (dus zorgen dat het piekeren en malen vermindert) een belangrijk aandachtspunt moeten zijn in de behandeling van stem-

mingsklachten bij jongeren. Het oncontroleerbare negatieve denkproces kan aangepakt worden door middel van mindfulness interventies (Williams, Teasdale, Segal & Kabat-Zinn, 2007).

#### SUMMARY

##### *Repetitive negative thinking and psychological complaints in youth*

The current paper reviews the empirical support for the role of types of repetitive thinking (i.e., worry, emotion-focused rumination, and stress-reactive rumination) in the development of depressive symptoms in youth. Results showed that all types of negative thinking are strongly related to depressive symptoms in youth aged 10 to 18 years. However, when controlling for initial depressive symptoms, the influence of negative thinking on depressive symptoms is modest. This finding raises questions on the nature of the relationship between negative thinking and depression. The few experimental studies so far point towards a causal relationship between negative thinking and depression in youth. Besides altering the negative content of thoughts, changing the process of thinking should be an important point of attention in the treatment of mood disorder symptoms in youth. Instead of trying to stop negative thinking processes, interventions could focus on altering an abstract processing style into a more concrete one.

*Keywords: depression, repetitive thinking, rumination, worry, youth*

#### LITERATUUR

- Abela, J.R.Z., Parkinson, C., Stolor, D., & Starrs, C. (2009). A test of the integration of the hopelessness and response styles theories of depression in middle adolescence. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 38, 354-364.
- Alloy, L., Abramson, L., Hogan, M., Whitehouse, W., Rose, D., Robinson, M., et al. (2000). The Temple-Wisconsin cognitive vulnerability to depression project: Lifetime history of axis I psychopathology in individuals at high and low cognitive risk for depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 403-418.
- American Psychiatric Association (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: APA.
- Borkovec, T.D., Ray, W.J., & Stöber, J. (1998). Worry: A cognitive phenomenon intimately linked to affective, physiological, and interpersonal behavioral processes. *Cognitive Therapy and Research*, 22, 561-576.
- Borkovec, T., Robinson, E., Pruzinsky, T., & DePree, J. (1983). Preliminary exploration of worry: Some characteristics and processes. *Behaviour Research and Therapy*, 21, 9-16.
- Burwell, R., & Shirk, S. (2007). Subtypes of rumination in adolescence: Associations between brooding, reflection, depressive symptoms, and coping. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 36, 56-65.
- Ehring, T. & Watkins, E.R. (2008). Repetitive negative thinking as a transdiagnostic process. *International Journal of Cognitive Therapy*, 1, 192-205.
- Ehring, T., Zetsche, U., Weidacker, K., Wahl, K., Schönfeld, S. & Ehlers, A. (2011). The Perseverative Thinking Questionnaire (PTQ): Validation of a content-independent meas-

- ure of repetitive negative thinking. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 42, 225-232.
- Hankin, B.L. (2008). Stability of cognitive vulnerabilities to depression: A short-term prospective multiwave study. *Journal of Abnormal Psychology*, 117, 324-333.
- Hankin, B.L. (2009). Development of sex differences in depressive and co-occurring anxious symptoms during adolescence: Descriptive trajectories and potential explanations in a multi-wave prospective study. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 38, 460-472.
- Harvey, A., Watkins, E., Mansell, W., & Shafran, R. (2004). *Cognitive behavioral processes across psychological disorders: A transdiagnostic approach to research and treatment*. Oxford: Oxford University Press.
- Moberly, N.J., & Watkins, E.R. (2006). Processing mode influences the relationship between trait rumination and emotional vulnerability. *Behavior Therapy*, 37, 281-291.
- Moberly, N.J., & Watkins, E.R. (2008). Ruminative self-focus and negative affect: An experience sampling study. *Journal of Abnormal Psychology*, 117, 314-323.
- Muris, P., Fokke, M., & Kwik, D. (2007). The ruminative response style in adolescents: An examination of its specific link to symptoms of depression. *Cognitive Therapy and Research*, 33, 21-32.
- Muris, P., Roelofs, J., Meesters, C., & Boomsma, P. (2004). Rumination and worry in non-clinical adolescents. *Cognitive Therapy and Research*, 28, 539-554.
- Nolen-Hoeksema, S. (1987). Sex differences in unipolar depression: Evidence and theory. *Psychological Bulletin*, 101, 259-282.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 569-582.
- Nolen-Hoeksema, S., & Girgus, J. (1994). The emergence of gender differences in depression during adolescence. *Psychological Bulletin*, 115, 424-443.
- Nolen-Hoeksema, S., Larson, J., & Grayson, C. (1999). Explaining the gender difference in depressive symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 1061-1072.
- Nolen-Hoeksema, S., Stice, E., Wade, E., & Bohon, C. (2007). Reciprocal relations between rumination and bulimic, substance abuse, and depressive symptoms in female adolescents. *Journal of Abnormal Psychology*, 116, 198-207.
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B.E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 3, 400-424.
- Park, R.J., Goodyer, I.M., & Teasdale, J.D. (2004). Effects of induced rumination and distraction on mood and overgeneral autobiographical memory in adolescent Major Depressive Disorder and controls. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45, 996-1006.
- Pearson, K.A., Watkins, E.R., & Mullan, E.G. (2010). Submissive interpersonal style mediates the effect of brooding on future depressive symptoms. *Behaviour Research and Therapy*, 48, 966-73.
- Robinson, M., & Alloy, L. (2003). Negative cognitive styles and stress-reactive rumination interact to predict depression: a prospective study. *Cognitive Therapy and Research*, 27, 275-292.
- Roelofs, J., Rood, L., Meesters, C., te Dorsthorst, V., Bögels, S., Alloy, L.B. & Nolen-Hoeksema, S. (2009). The influence of rumination and distraction on depressed and anxious mood: A prospective examination of the Response Styles Theory in children and adolescents. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 18, 635-642.
- Rood, L., Roelofs, J., Bögels, S.M., Schepers, J., & Arntz, A. (ingediend). *The interplay between cognitive vulnerability factors and stress in the prediction of depressive symptoms over time in youth*.
- Rood, L., Roelofs, J., Bögels, S.M., & Alloy, L.B. (2010). Dimensions of negative thinking and the relations with symptoms of depression and anxiety in children and adolescents. *Cognitive Therapy and Research*, 34, 333-342.
- Rood, L., Roelofs, J., Bögels, S.M., & Arntz, A. (2011). The effects of experimentally induced rumination, positive reappraisal, acceptance, and distancing when thinking about stressful events on affect states in adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*. DOI:10.1007/s10802-011-9544-0.

- Rood, L., Roelofs, J., Bögels, S.M., & Meesters, C. (2011). The moderating role of stress-reactive rumination in the relation between negative cognitive style and symptoms of hopelessness depression. *Journal of Youth and Adolescence*.
- Rood, L., Roelofs, J., Bögels, S.M., Nolen-Hoeksema, S., & Schouten, E. (2009). The influence of emotion-focused rumination and distraction on depressive symptoms in nonclinical youth: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 29, 607-616.
- Schwartz, J., & Koenig, L. (1996). Response styles and negative affect among adolescents. *Cognitive Therapy and Research*, 20, 13-36.
- Treynor, W., Gonzalez, R., & Nolen-Hoeksema, S. (2003). Rumination reconsidered: A psychometric analysis. *Cognitive Therapy and Research*, 27, 247-259.
- Verstraeten, K., Bijttebier, P., Vasey, M.W., & Raes, F. (2011). Specificity of worry and rumination in the development of anxiety and depressive symptoms in children. *British Journal of Clinical Psychology*, 50, 364-378.
- Verstraeten, K., Vasey, M.W., Raes, F., & Bijttebier, P. (2010). Brooding and reflection as components of rumination in late childhood. *Personality and Individual Differences*, 48, 367-372.
- Watkins, E. (2008). Constructive and unconstructive repetitive thoughts. *Psychological Bulletin*, 134, 163-206.
- Watkins, E., & Moulds, M. (2007). Reduced concreteness of rumination in depression: A pilot study. *Personality and Individual Differences*, 43, 1386-1395.
- Watkins, E., Scott, J., Wingrove, J., Rimes, K., Bathurst, N., Steiner, et al. (2007). Rumination-focused cognitive behaviour therapy for residual depression: A case series. *Behaviour Research and Therapy*, 45, 2144-2154.
- Watkins, E. R., & Teasdale, J. D. (2004). Adaptive and maladaptive self-focus in depression. *Journal of Affective Disorders*, 82, 1-8.
- Willem, L., Bijttebier, P., Claes, L., & Raes, F. (2011). Rumination subtypes in relation to problematic substance use in adolescence. *Personality and Individual Differences*, 50, 695-699.
- Williams, M., Teasdale, J. D., Segal, Z., & Kabat-Zinn, J. (2007). *The mindful way through depression: Freeing yourself from chronic unhappiness*. New York: The Guilford Press.