

IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología  
XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología  
del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos  
Aires, 2017.

# Perfeccionismo y procesos rumiativos: reflection y brooding.

Galarregui, Marina, Miracco, Mariana, Arana, Fernan, De Rosa, Lorena,  
Partarrieu, Andres, Lago, Adriana, Tarruella, Cecilia, Sánchez,  
Emiliano, Kasangian, Laura Virginia, Sarno, María Del Milagro Laura y  
Keegan, Eduardo.

Cita:

Galarregui, Marina, Miracco, Mariana, Arana, Fernan, De Rosa, Lorena,  
Partarrieu, Andres, Lago, Adriana, Tarruella, Cecilia, Sánchez, Emiliano,  
Kasangian, Laura Virginia, Sarno, María Del Milagro Laura y Keegan,  
Eduardo (2017). *Perfeccionismo y procesos rumiativos: reflection y  
brooding. IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica  
Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro  
de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología -  
Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-067/336>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eRer/EUo>

*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>.*

# PERFECCIONISMO Y PROCESOS RUMIATIVOS: REFLECTION Y BROODING

Galarregui, Marina; Miracco, Mariana; Arana, Fernan; De Rosa, Lorena; Partarrieu, Andres; Lago, Adriana; Tarruella, Cecilia; Sánchez, Emiliano; Kasangian, Laura Virginia; Sarno, María Del Milagro Laura; Keegan, Eduardo

Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. Argentina

---

## RESUMEN

El perfeccionismo se define como la tendencia a establecer altos estándares de desempeño en combinación con una evaluación excesivamente crítica de los mismos y una creciente preocupación por cometer errores. El componente autoevaluativo del perfeccionismo refleja el aspecto desadaptativo del rasgo y se define como la discrepancia percibida entre el desempeño real y el ideal. Los procesos rumiativos son una estrategia de afrontamiento a estados de ánimo negativos que implican una re-elaboración y un análisis sistemático de situaciones pasadas. Existe evidencia que sugiere que la rumiación tiene un componente potencialmente adaptativo, reflection, siendo este un proceso reflexivo por el cual el individuo repasa los hechos acontecidos con la finalidad de emprender un curso de acción para resolver problemas. Por el contrario, existe otro componente, brooding, que implica un proceso rumiativo de valencia negativa, a través del cual el individuo permanece focalizado en la reiteración de pensamientos disfuncionales. Si bien se ha demostrado la relación entre perfeccionismo y rumiación, resulta relevante explorar la interacción entre estilos específicos de personalidad y estilos generales de respuesta. El objetivo de este estudio es evaluar la asociación entre las dimensiones del perfeccionismo y los componentes de la rumia en una muestra de estudiantes de psicología.

## Palabras clave

Perfeccionismo, Rumiación, Reflection, Brooding

## ABSTRACT

### PERFECTIONISM AND RUMINATIVE PROCESS: REFLECTION AND BROODING

Perfectionism is defined as the tendency to set oneself high standards, together with an excessively critical self-evaluation, and concern about making mistakes. The self-evaluative component of perfectionism reflects the maladaptive aspect of this trait, and is defined as the perceived discrepancy between actual and ideal performance. Rumination is a coping strategy for negative emotional states that involves a re-elaboration and systematic analysis of past situations. Evidence suggests that rumination has a potentially adaptive component (reflection), this being a reflective process by which the individual reconsiders past events with an aim to undertake a course of action for problem-solving. There is another component (brooding) that involves a negatively - valenced ruminative process by which the individual remains focused on the repetition of dysfunctional thoughts. Although the relationship between perfec-

tionism and rumination has been established, it is relevant to explore the interaction between specific personality styles and general response styles. The aim of this study is to assess the relationship between the dimensions of perfectionism and the components of rumination in a sample of university students of psychology.

## Key words

Perfectionism, Rumination, Reflection, Brooding

## BIBLIOGRAFÍA

- Arana, F. G., Keegan, E. G., & Rutzstein, G. (2009). Adaptación de una medida multidimensional de perfeccionismo: la Almost Perfect Scale-Revised (APS-R). Un estudio preliminar sobre sus propiedades psicométricas en una de estudiantes universitarios argentinos. *Evaluar*, 9, 35-53
- Blankstein, K.R. & Lumley, C.H. (2008). Multidimensional Perfectionism and Ruminative Brooding in Current Dysphoria, Anxiety, Worry, and Anger. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*. Volume 26, Issue 3, pp 168-193
- Brown, G. P.; Beck, A.T. (2002). Dysfunctional attitudes, perfectionism, and models of vulnerability to depression. En Flett, G. L. & Hewitt, P.L. (Eds), *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Cova, F., Rincón, P. & Melipillán, R. (2007). Rumiación y presencia de sintomatología ansiosa y depresiva en adolescentes. *Revista Mexicana de Psicología*, 24, 175-183.
- Davis, R.N. & Nolen-Hoeksema, S. (2000) Cognitive Inflexibility Among Ruminators and Nonruminators. *Cognitive Therapy and Research*, Vol. 24, No. 6, pp. 699-711
- Harris, P.W.; Pepper, C.M. & Maack, D.J. (2008). The relationship between maladaptive perfectionism and depressive symptoms: The mediating role of rumination. *Personality and Individual Differences*. Volume: 44, Issue: 1, pp 150-160.
- Hofmann, S. G., Sawyer, A. T., Fang, A., & Asnaani, A. (2012). Emotion dysregulation model of mood and anxiety disorders. *Depression and Anxiety*, 29, 409-416.
- Lyubomirsky, S., & Tkach, C. (2004). The consequences of dysphoric rumination. In Papageorgiou, C. & Wells, A. (Eds.), *Depressive rumination*. Chichester: Wiley.
- Mor, N. & Winquist, J. (2002) Self-focused attention and negative affect: a meta-analysis. *Psychological Bulletin* Publisher: American Psychological Association, Vol. 128, Issue: 4, pp 638-662
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination, *Perspectives on Psychological Science*, 3, 400-424.
- Olson, M.L. & Kwon, E.P. (2008). Brooding Perfectionism: Refining the Roles of Rumination and Perfectionism in the Etiology of Depression. *Cognitive Therapy and Research*. Volume 32, Issue 6, pp 788-802

Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001). The revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 130-145.

Trapnell, P. D., & Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(2), 284–304.

Treynor, W., Gonzalez, R., & Nolen-Hoeksema, S. (2003). Rumination re-considered: A psychometric analysis. *Cognitive Therapy and Research*, 27, 247–259.