Rumination mentale et traitement



by KellyB, CC0 Public domain, via Flickr

Notre réponse du 23/04/2018

Vous nous avez adressé la demande suivante : rumination mentale et traitement
Comme l'indique notre charte , nous ne traitons pas les questions d'ordre médical. En effet, le réseau Eurêkoi, composé de bibliothécaires, ne dispose pas des compétences dans ce domaine. Par ailleurs, ce sont des questions délicates qui doivent être appréciées de visu par un médecin.
Voici néanmoins quelques articles proposés en ligne dans des revues de qualité qui vous donneront des informations sur la rumination mentale et le traitement possible.

– Dans la revue *Sciences Humaines,* le professeur de psychologie belge Olivier Luminet a écrit un article intitulé « **Rumination mentale et tourments intérieurs** ». En fin de celui-ci, il apporte des éléments sur le traitement de celles-ci.
Lien : https://www.scienceshumaines.com/ruminations-mentales-et-tourments-interieurs_fr_14539.html

– Sur le site de *Psychologie Magazine,* une question d'une

personne souffrant de rumination mentale et la réponse du psychiatre Christophe André
Lien : http://www.psychologies.com/Moi/Se-connaitre/Comportement/Reponses-d-expert/Je-souffre-de-ruminations-mentales

– « **Surmonter les ruminations psychologiques** « : une vidéo d'une conférence donnée par Cécile Baeyens, maître de conférences au laboratoire interuniversitaire de psychologie de Grenoble, donnée à la bibliothèque de Grenoble en 2015
Lien : https://cinevod.bm-grenoble.fr/video/EPEW5-surmonter-les-ruminations-psychologiques

Cordialement,

Eurêkoi – Bibliothèque Publique d'Information