

Anexo 1

Tabla de contingencias para clasificar estilo de pensamiento, temporalidad, tema y ejemplo de pensamiento.

Estilo de pensamiento	Temporalidad	Tema	Pensamiento	Valencia
Compromiso cognitivo	Futuro	Crecimiento	Esperanza: a salir adelante para superar esta situación y que me sirva de experiencia	Positiva
			Si sobrevivo, seré invencible	Positiva
		Disfrutar presente	Pienso muy a menudo en disfrutar del presente de cada día, cada detalle y agradecer que tengo la oportunidad de vivirlo y llegar a mi futuro próximo que es el mañana y disfrutarlo de igual manera	Positiva
			Familia	¿Qué sigue? ¿Qué voy a hacer? ¿Y mis papás?
		Incertidumbre	¿Qué procede?	Negativa
			Si sobrevivo, seré invencible	Positiva
		Lucha	Pensamientos relacionados a posibles soluciones, tratamientos y avances científicos	Positiva
		Muerte	Si sobrevivo, seré invencible	Positiva
		Optimismo	Esperanza: a salir adelante para superar esta situación y que me sirva de experiencia	Positiva
		Religión	Le pido a Dios que me dé salud, Él siempre está, ha estado y estará con nosotros	Positiva
		Sentido	Me debo esforzar para estar sana nuevamente	Positiva
			Pienso muy a menudo en disfrutar del presente de cada día, cada detalle y agradecer que tengo la oportunidad de vivirlo y llegar a mi futuro próximo que es el mañana y disfrutarlo de igual manera	Positiva
		Valor vida	Aprendizaje: pienso en que puede servir esta situación para aprender y mejorar mi vida	Positiva
		Pasado	Aceptación	Efectivamente, al recibir el diagnóstico, me impresioné, después estuve en paz
Crecimiento	Tuve que tener cáncer para valorar la vida		Positiva	
Emoción	Efectivamente, al recibir el diagnóstico, me impresioné, después estuve en paz		Positiva	
Religión	Le pido a Dios que me dé salud, Él siempre está, ha estado y estará con nosotros		Positiva	

Estilo de pensamiento	Temporalidad	Tema	Pensamiento	Valencia
Compromiso cognitivo (cont.)	Presente	Aceptación	Aceptar el cambio en mi cuerpo	Positiva
			Aprende uno a vivir el día a día	Positiva
			Dios nos manda todo para nuestro bien	Positiva
			Estoy en las manos de Dios y estoy dispuesta a que se haga su voluntad	Positiva
		Agradecimiento	El amor de tu familia se hace notar con mucha fuerza, es algo muy bonito	Positiva
			Pienso muy a menudo en disfrutar del presente de cada día, cada detalle y agradecer que tengo la oportunidad de vivirlo y llegar a mi futuro próximo que es el mañana y disfrutarlo de igual manera	Positiva
		Cambio	Aceptar el cambio en mi cuerpo	Positiva
		Crecimiento	Actitud, fe y esperanza, pueden vibrar de cualquier enfermedad	Positiva
			Aprendizaje: pienso en que puede servir esta situación para aprender y mejorar mi vida	Positiva
		Disfrutar presente	Aprende uno a vivir el día a día	Positiva
			Pienso en mis hobbies, en lo que disfruto hacer y en proyectos que me gustaría realizar	Positiva
			Pienso muy a menudo en disfrutar del presente de cada día, cada detalle y agradecer que tengo la oportunidad de vivirlo y llegar a mi futuro próximo que es el mañana y disfrutarlo de igual manera	Positiva
			Tratar de disfrutar las cosas, aunque haya dolor o cansancio	Positiva
		Emoción	Actitud, fe y esperanza, pueden vibrar de cualquier enfermedad	Positiva
		Familia	El amor de tu familia se hace notar con mucha fuerza, es algo muy bonito	Positiva
		Lucha	Debo luchar	Positiva
			Me debo esforzar para estar sana nuevamente	Positiva
		Optimismo	Actitud, fe y esperanza, pueden vibrar de cualquier enfermedad	Positiva
			Me debo esforzar para estar sana nuevamente	Positiva
			Tratar de disfrutar las cosas, aunque haya dolor o cansancio	Positiva

Estilo de pensamiento	Temporalidad	Tema	Pensamiento	Valencia	
Compromiso cognitivo (cont.)	Presente (cont.)	Religión	Dios nos manda todo para nuestro bien	Positiva	
			Estoy en las manos de Dios y estoy dispuesta a que se haga su voluntad	Positiva	
			Vivir es un regalo de Dios, si me acerco a Él, todo es más fácil	Positiva	
	Sentido			Le pido a Dios que me dé salud, Él siempre está, ha estado y estará con nosotros	Positiva
				Tratar de disfrutar las cosas, aunque haya dolor o cansancio	Positiva
				Vivir es un regalo de Dios, si me acerco a él, todo es más fácil	Positiva
	Tratamiento			Pensamientos relacionados a posibles soluciones, tratamientos y avances científicos	Positiva
Valor vida			Pienso en mis hobbies, en lo que disfruto hacer y en proyectos que me gustaría realizar	Positiva	
Evitación	Futuro	Emoción	Ser conciente que puedo morir si no tiene éxito mi tratamiento	Negativa	
	Presente	Emoción	Cuando algún pensamiento negativo o triste pasa por mi mente, trato al máximo de cambiarlo por algún pensamiento positivo y me apoyo en la meditación, oración y música	Negativa	
		Optimismo	Cuando algún pensamiento negativo o triste pasa por mi mente, trato al máximo de cambiarlo por algún pensamiento positivo y me apoyo en la meditación, oración y música	Negativa	
			Me repito frases positivas como “todo saldrá bien”	Positiva	
Rumiación	Futuro	Cosas pendientes	¿Podré seguir corriendo?	Negativa	
		Familia	¿Cómo lo tomará mi familia y amigos?	Negativa	
			Familia: dejarla sola	Negativa	
			Miedo: A dejar a mis hijos solos si me llevo a morir, tengo muchas ganas de vivir	Negativa	
			No quiero dejar a mi familia	Positiva	
		Incertidumbre	¿Cómo lo tomará mi familia y amigos?	Negativa	
			¿Cómo me va a afectar después?	Negativa	
¿Me voy a morir?	Negativa				
	¿Moriré?	Negativa			

Estilo de pensamiento	Temporalidad	Tema	Pensamiento	Valencia		
Rumiación (cont.)	Futuro (cont.)	Incertidumbre (cont.)	¿Qué sigue? ¿Qué voy a hacer? ¿y mis papás?	Negativa		
			¿Tendré cura?	Negativa		
			¿Voy a quedar igual que siempre?	Negativa		
			Espero quedar bien	Positiva		
		Lucha	Miedo: A dejar a mis hijos solos si me llego a morir, tengo muchas ganas de vivir	Positiva		
		Muerte	¿Me voy a morir?	Negativa		
			¿Moriré?	Negativa		
			Me voy a morir	Negativa		
		Pasado	Autoindul- gencia	Miedo: A dejar a mis hijos solos si me llego a morir, tengo muchas ganas de vivir	Miedo: A dejar a mis hijos solos si me llego a morir, tengo muchas ganas de vivir	Negativa
					No quiero dejar a mi familia	Negativa
	No hice todo en la vida				Negativa	
	Causas			Nunca pensé que me iban a quitar todo el seno	Negativa	
				Previamente había leído un mensaje en inglés en el consultorio del doctor, y en mi mente estaba la palabra “ <i>storm</i> ”... <i>Now I am the storm</i>	Negativa	
	Causas			Tristeza, pues aunque estaba al pendiente, no lo pude detectar a tiempo (el cáncer)	Negativa	
				¿Por qué me dio cáncer?	Negativa	
	Culpa			Causas ¿Por qué me dio?	Negativa	
				¿Qué hice mal?	Negativa	
	Cosas pendientes			Tristeza, pues aunque estaba al pendiente, no lo pude detectar a tiempo (el cáncer)	Negativa	
				Debí haber sido mamá	Negativa	
	Familia			No hice todo en la vida	Negativa	
				Debí haber sido mamá	Negativa	
	Incertidumbre	Causas ¿Por qué me dio?	Negativa			
	Presente	Desde que me sentí la bolita, sabía que era algo malo. Cuando el doctor confirmó el diagnóstico, pensé “lo sabía”	Negativa			
Tratamiento	Nunca pensé que me iban a quitar todo el seno	Negativa				
Valor vida	Tuve que tener cáncer para valorar la vida	Positiva				

Estilo de pensamiento	Temporalidad	Tema	Pensamiento	Valencia
Rumiación (<i>cont.</i>)	Presente	Aceptación	Son cosas que pasan, no se sabe por qué, solo pasan	Positiva
		Autoindulgencia	¿Por qué a mí?	Negativa
		Causas	¿Por qué a mí?	Negativa
			Tristeza: preocupación, pienso ¿por qué a mí? si no fumo, no tomo y soy deportista	Negativa
		Culpa	Preocupación por mis familiares al saber que llevan una carga por mi culpa	Negativa
		Familia	Preocupación por mis familiares al saber que llevan una carga por mi culpa	Negativa
		Finanzas	¿El dinero?	Negativa
		Incertidumbre	Son cosas que pasan, no se sabe por qué, solo pasan	Negativa
			Tristeza: preocupación, pienso ¿por qué a mí? si no fumo, no tomo y soy deportista	Negativa
		Tristeza	Tristeza, pues aunque estaba al pendiente, no lo pude detectar a tiempo (el cáncer)	Negativa
			Tristeza: preocupación, pienso ¿por qué a mí? si no fumo, no tomo y soy deportista	Negativa
		Valor vida	Miedo: A dejar a mis hijos solos si me llego a morir, tengo muchas ganas de vivir	Positiva