

ANEXO

ANEXO 1. INVENTARIO DE ADAPTACION DE CONDUCTA

Autores: María Victoria De la Cruz y Agustín Cordero (2008)

NOMBRE:

EDAD:

NIVEL EDUCATIVO:

FECHA:

CUADERNILLO

Aplicable para personas mayores de 18 años.

En las páginas siguientes encontrarás una serie de frases a las que deseamos que contestes con sinceridad y sin pensarlo demasiado, como si respondiera espontáneamente a las preguntas de un amigo. En caso de que no algún ítem no corresponda a tu realidad, pásala por alto o adáptala a tu situación particular.

MARCA EN LA HOJA DE RESPUESTA:

En cada frase podrás MARCAR la respuesta SI - NO, de acuerdo con tu opinión o tu manera de actuar utilizando una “X”, si tienes duda o estás en un término medio ¿podrás elegir la interrogante?, pero lo mejor es que te decidas entre el SI –o el NO.

Trabaja tan de prisa como puedas, sin detenerte demasiado en cada frase y contesta a todas ellas. Si te equivocas de fila o de casilla tacha la marca y señala tu nueva respuesta.

¿TE OCURRE LO QUE DICEN ESTAS FRASES?			
1.Suelo tener mala suerte en todo.	Sí	???	No
2.Me equivoco muchas veces en lo que hago.	Sí	???	No
3.Encuentro pocas ocasiones de demostrar lo que valgo.	Sí	???	No
4.Si fracaso en algo una vez, es difícil que vuelva a intentarlo.	Sí	???	No
5.Hablando sinceramente, el futuro me da miedo	Sí	???	No
6.Envidia a los que son más inteligentes que yo	Sí	???	No

7.Estoy satisfecho con mi estatura	Sí	???	No
8.Si eres hombre prefieres ser una mujer. Si eres mujer prefieres ser un hombre	Sí	???	No
9.Mis padres me trataban como si fuera un niño pequeño, incluso cuando ya no lo era.	Sí	???	No
10 Me distancio de los demás.	Sí	???	No
11En mi familia me exigen mucho más que a los demás.	Sí	???	No
12 Me siento satisfecho con los padres que tengo (o tuve)	Sí	???	No
13 Alguna vez me avergoncé al decir la ocupación de mis padres.	Sí	???	No
14 Me gustaba oír como hablaba mi padre con los demás.	Sí	???	No
15. Mis padres dieron importancia a las cosas que hacía.	Sí	???	No
16. Me siento satisfecho de pertenecer a mi familiar	Sí	???	No
17 Cuando mis padres me llamaban la atención, casi siempre tenían razón.	Sí	???	No
18 La mayor parte de las veces, mis padres me retaban por algo que les sucedía a ellos, no por algo que yo haya hecho.	Sí	???	No
19 Mis padres me retaban sin motivo.	Sí	???	No
20 Sufría por no poder conseguir llevar a casa mejores notas.	Sí	???	No
¿ESTAS DE ACUERDO CON LO QUE DICEN ESTAS FRASES?			
21 Leo con detenimiento las cosas subrayando los puntos más importantes.	Sí	???	No
22 Subrayo las palabras cuyo significado no sé, o no entiendo.	Sí	???	No
23 Buscó en el diccionario el significado de las palabras que no entiendo.	Sí	???	No
24 Cuando estudiaba repetía varias veces hasta recitarlo de memoria.	Sí	???	No
25 Trataba de memorizar todo lo que estudiaba.	Sí	???	No
26 Me limitaba a dar una leída general a todo lo que tenía que estudiar.	Sí	???	No
27 En el colegio estudiaba solo para los exámenes.	Sí	???	No
28 En el colegio estudiaba por lo menos dos horas diarias.	Sí	???	No
29 En el colegio estudiaba para los exámenes recién en el salón de clase.	Sí	???	No
30 En el colegio me ponía a estudiar el mismo día del examen.	Sí	???	No
31 En el colegio esperaba a que se fije la fecha de un examen para ponerme a estudiar.	Sí	???	No

¿TE OCURRE LO QUE DICEN ESTAS FRASES?			
En las discusiones casi siempre tengo yo la razón.	Sí	???	No
En el colegio los profesores me juzgaban mal.	Sí	???	No
En el colegio pensaba que en vez de matemática, se debería estudiar cursos como teatro, música, etc.	Sí	???	No
Mis padres se comportaban de forma poco educada.	Sí	???	No
Me gusta ayudar a los demás en sus problemas, aunque me cause molestias hacerlo.	Sí	???	No
Tengo más éxitos que mis amigos de mi edad en las relaciones con las personas del sexo opuesto.	Sí	???	No
Entablo conversación con cualquier persona fácilmente.	Sí	???	No
Me gusta que me consideren una persona con la que hay que contar siempre.	Sí	???	No
Siento que formo parte de la sociedad.	Sí	???	No
Tengo amigos en todas partes.	Sí	???	No
A menudo me siento realmente fracasado.	Sí	???	No
Si volviera a vivir, haría muchas cosas de manera distinta a como las he hecho.	Sí	???	No
Con frecuencia me siento incapaz de seguir estudiando o trabajando sin saber por qué.	Sí	???	No
Muchas veces me digo a mí mismo: ¡Que tonto he sido! -después de haber hecho un favor o prometido algo.	Sí	???	No
Muchas veces pienso que la gente no me considera una persona, sino un número o un individuo más.	Sí	???	No
Mis compañeros de grupo me hacen caso siempre.	Sí	???	No
Tenía problemas en casa porque mis padres eran demasiado exigentes con los horarios.	Sí	???	No
Alguna vez he pensado en irme de casa cuando vivía con mis papás.	Sí	???	No
50.Me intranquiliza lo que opinen de mí los demás.	Sí	???	No

51. Cuando tengo que hablar ante los demás paso mal rato, aunque sepa bien lo que tengo que decir.	Sí	???	No
52. Mis padres solucionaban correctamente los asuntos familiares.	Sí	???	No
53. En general, estuve de acuerdo con la forma de actuar de mis padres.	Sí	???	No
54. Mis padres eran demasiado severos conmigo.	Sí	???	No
55. Mis padres eran muy exigentes.	Sí	???	No
56. Mi familia limitaba demasiado mis actividades.	Sí	???	No
57. Mis padres reñían mucho entre ellos.	Sí	???	No
58. El ambiente en mi casa era desagradable o triste.	Sí	???	No
59. Mis padres trataban mejor a mis hermanos que a mí.	Sí	???	No
60. Mis padres exigían mejores notas de las que podía conseguir.	Sí	???	No
61. Mis padres me daban poca libertad.	Sí	???	No
¿ESTÁS DE ACUERDO CON ESTAS FRASES?			
62. Cuando estaba en el colegio daba las respuestas en los exámenes casi como estaban en el libro.	Sí	???	No
63. Cuando estaba en el colegio daba las respuestas en los exámenes según cómo lo había comprendido.	Sí	???	No
64. Cuando estaba en el colegio le daba más importancia al orden y presentación de los trabajos que al contenido.	Sí	???	No
65. Cuando estaba en el colegio en mi casa, me faltaba tiempo para terminar con mis tareas y las terminaba en el colegio, preguntando a mis amigos.	Sí	???	No
66. Cuando estaba en el colegio pedía ayuda a mis padres u otras personas y dejaba que me resuelvan todo o gran parte de la tarea.	Sí	???	No
67. Cuando estaba en el colegio daba las respuestas en los exámenes casi como estaban en el dejaba para último momento la ejecución de las tareas por eso no las concluía dentro del tiempo fijado.	Sí	???	No
68. Generalmente empiezo a resolver una tarea, me canso y paso a otra.	Sí	???	No
69. Cuando no puedo resolver una tarea me da rabia o mucha cólera y ya no lo hago.	Sí	???	No

70. Cuando tengo varias tareas empiezo por la más difícil y luego voy pasando a las más fáciles.	Sí	???	No
71. Cuando estaba en el colegio me distraía durante las clases pensando en lo que haría a la salida	Sí	???	No
72. Cuando estaba en el colegio durante las clases me dormía o prefería no entrar a la clase.	Sí	???	No
¿TE GUSTA LO EXPRESADO EN ESTAS FRASES?			
73.Estar donde haya mucha gente reunida.	Sí	???	No
74.Participar en las actividades de grupo organizados.	Sí	???	No
75.Hacer excursiones en solitario.	Sí	???	No
76.Participar en discusiones.	Sí	???	No
77.Asistir a fiestas con mucha gente.	Sí	???	No
78.Ser el centro de atención en las reuniones.	Sí	???	No
79.Organizar juegos en grupo.	Sí	???	No
80.Recibir muchas invitaciones.	Sí	???	No
81.Ser el que habla en nombre del grupo.	Sí	???	No
82.Que la gente con la que me encuentro sean más amigos.	Sí	???	No
¿TE SUCEDE LO EXPRESADO EN ESTAS FRASES?			
83.Te consideras poco importante	Sí	???	No
84.Eres poco popular entre los amigos.	Sí	???	No
85.Eres demasiado tímido(a)	Sí	???	No
86.Te molesta no ser más guapo y atractivo.	Sí	???	No
87.Te fastidia pertenecer a una familia más pobre que la de otros compañeros o amigos.	Sí	???	No
88.Estár enfermo más veces que otros.	Sí	???	No
89.Estar de acuerdo con que hay cumplir las normas de convivencia	Sí	???	No
90.Eres poco ingenioso y brillante en la conversación	Sí	???	No
91.Tienes poca voluntad para cumplir lo que te propones	Sí	???	No
92.Te molesta que los demás se fijen en ti.	Sí	???	No
¿TE OCURRE LO QUE DICE ESTAS FRASES?			

93. Mis padres se interesaban por mis cosas.	Sí	???	No
94. Mis padres te dejaban decidir libremente	Sí	???	No
95. Admiro las cualidades de las demás personas de mi familia.	Sí	???	No
96. Estoy seguro que mis padres me tenían (tienen) un gran cariño.	Sí	???	No
97. Mis padres me ayudaron a realizarme en la vida.	Sí	???	No
98. Mis padres me permitían elegir libremente a mis amigos	Sí	???	No
99. Estoy convencido que mi familia aprueba lo que hago.	Sí	???	No
100. Me siento unido a mi familia.	Sí	???	No
101. Creo que a pesar de todo lo que se diga, los padres entienden bien a sus hijos.	Sí	???	No
102. Mi padre me parece un ejemplo a imitar	Sí	???	No
103. En el colegio estudiaba momentos antes del examen.	Sí	???	No
104. En el colegio hacía trampa (“chanchullo”).	Sí	???	No
105. En el colegio confiaba en mi buena suerte, por eso solo estudiaba aquellos temas que suponía que el profesor preguntaría.	Sí	???	No
106. Cuando tenía dos o más exámenes el mismo día empezaba a estudiar por el tema más difícil y luego el más fácil.	Sí	???	No
107. Me presentaba a rendir mis exámenes sin haber estudiado todo el contenido.	Sí	???	No
108. Durante el examen se me confundían los temas y se me olvidaba lo que estudié	Sí	???	No
109. Cuando no entendía algo levantaba la mano y preguntaba al profesor	Sí	???	No
110. En el colegio estaba más atento a las bromas de mis compañeros que a la clase.	Sí	???	No
111. En el colegio me casaba rápidamente con las labores y me ponía a hacer otras cosas.	Sí	???	No
112. Cuando no entendía un tema mi mente se ponía a pensar soñando despierto.	Sí	???	No
113. Mis imaginaciones o fantasías me distraían durante las clases.	Sí	???	No
114. En el colegio formabas parte de un grupo de amigos	Sí	???	No

115. En el colegio eras uno de los chicos (as) más populares.	Sí	???	No
116. Te gusta organizar los planes y actividades de tu grupo.	Sí	???	No
117. Te gustaría participar en paseos y fiestas con mucha gente.	Sí	???	No
118. Organizas reuniones con cualquier pretexto	Sí	???	No
119. En las fiestas te unes al grupo más animado.	Sí	???	No
120. Cuando vas de viaje entablas conversación fácilmente con las personas que van a tu lado.	Sí	???	No
121. Te gusta estar solo mucho tiempo.	Sí	???	No
122. Prefieres quedarte en tu cuarto leyendo u oyendo música a reunirte con tu familia a ver televisión y comentar cosas.	Sí	???	No
123. Te molesta no tener libertad y medios para vivir de otra forma	Sí	???	No

VERIFICA SI TIENE MARCADO TODO TUS RESPUESTAS.

ANEXO 2. ESCALA DE IMPULSIVIDAD DE BARRAT (BIS-11)

Autor: Barratt, E. S. (1994); Adaptación hispana de: Oquendo MA, Baca-García E, Graver R, Morales M, Montalban V, Mann JJ. (2001)

NOMBRE:

EDAD:

NIVEL EDUCATIVO:

FECHA:

	Raramente o nunca (0)	Ocasionalmente (1)	A menudo (3)	Siempre o casi Siempre (4)
1. Planifico mis tareas con cuidado				
2. Hago las cosas sin pensarlas				
3. Casi nunca me tomo las cosas a pecho (no me perturbo fácilmente)				
4. Mis pensamientos pueden tener gran velocidad (mis pensamientos van muy rápido en mi mente)				
5. Planifico mis viajes (actividades) con antelación				
6. Soy una persona con autocontrol				

7. Me concentro con facilidad (se me hace fácil concentrarme)				
8. Ahorro con regularidad				
9. Se me hace difícil estar quieto/a por largos períodos de tiempo				
10. Pienso las cosas cuidadosamente				
11. Planifico para tener un trabajo fijo (me esfuerzo por asegurarme de que tendré dinero para pagar mis gastos)				
12. Digo las cosas sin pensarlas				
13. Me gusta pensar sobre problemas complicados (me gusta pensar sobre problemas complejos)				
14. Cambio de trabajo frecuentemente (no me quedo en el mismo trabajo por largos períodos de tiempo)				
15. Actúo impulsivamente				
16. Me aburro con facilidad tratando de resolver problemas en mi				

mente (me aburre pensar en algo por demasiado tiempo)				
17. Visito al médico y al dentista con regularidad				
18. Hago las cosas en el momento en que se me ocurren				
19. Soy una persona que piensa sin distraerse (puedo enfocar mi mente en una sola cosa por mucho tiempo)				
20. Cambio de vivienda a menudo (me mudo con frecuencia o no me gusta vivir en el mismo sitio por mucho tiempo)				
21. Compro cosas impulsivamente				
22. Termino lo que empiezo				
23. Camino y me muevo con rapidez				
24. Resuelvo los problemas experimentando (resuelvo los problemas tratando una posible solución y viendo si funciona)				

25. Gasto en efectivo o a crédito más de lo que gano (gasto más de lo que gano)				
26. Hablo rápido				
27. Tengo pensamientos extraños cuando estoy pensando (a veces tengo pensamientos irrelevantes cuando pienso)				
28. Me interesa más el presente que el futuro				
29. Me siento inquieto/a en clases o charlas (me siento inquieto/a si tengo que oír a alguien hablar demasiado tiempo)				
30. Planifico para el futuro (me interesa más el futuro que el presente)				

ANEXO 3. ESCALA DE AFRONTAMIENTO EMOCIONAL

Autor: Stanton et al. (1994)

Sexo: Hombre () Mujer ()

Edad:

Fecha: . . .

Nivel educativo (años de estudio): . . .

INSTRUCCIONES: Por favor lea cada enunciado señalado abajo e indique que tan frecuentemente usted realizó cada enunciado, respondiendo de acuerdo a su ruptura amorosa más reciente. Si nunca ha pasado por un rompimiento, por favor imagine cómo reaccionaría. Al responder, utilice las siguientes alternativas:

A	Usualmente no hacía esto
B	Lo hacía ocasionalmente
C	Lo hacía con frecuencia
D	Lo hacía con mucha frecuencia

1	Dejaba salir mis sentimientos.	A	B	C	D
2	Encontraba el modo de expresar mis emociones.	A	B	C	D
3	Me daba cuenta que mis sentimientos eran válidos e importantes.	A	B	C	D
4	Me tomaba el tiempo para descifrar lo que realmente estaba sintiendo.	A	B	C	D
5	Exploraba mis sentimientos para tener un mejor entendimiento de los mismos.	A	B	C	D
6	Me permitía a mí mismo expresar mis emociones.	A	B	C	D
7	Reconocía mis emociones.	A	B	C	D
8	Encontraba un modo de entender mis emociones de mejor manera.	A	B	C	D
9	Exploraba mis emociones.	A	B	C	D
10	Expresaba los sentimientos que sentía.	A	B	C	D

11	Miraba detenidamente a las razones que provocaban mis sentimientos.	A	B	C	D
12	Permitía que mis sentimientos salgan libremente.	A	B	C	D
13	Expresaba mis sentimientos abiertamente	A	B	C	D
14	Me tomaba mi tiempo para expresar mis emociones.	A	B	C	D
15	Me esforzaba por entender mis sentimientos.	A	B	C	D
16	Me sentía libre de expresar mis sentimientos.	A	B	C	D
17	Era objetivo en el análisis de mis emociones.	A	B	C	D
18	Les comunicaba a los demás las emociones que sentía.	A	B	C	D
19	Me daba cuenta de cómo mis emociones iban cambiando siguiendo un proceso.	A	B	C	D
20	Hablaba conmigo mismo y verbalizaba las emociones que sentía.	A	B	C	D

ÍTEMS POR DIMENSIONES:

Procesamiento emocional:

3	Me daba cuenta que mis sentimientos eran válidos e importantes.
4	Me tomaba el tiempo para descifrar lo que realmente estaba sintiendo.
5	Exploraba mis sentimientos para tener un mejor entendimiento de los mismos.
7	Reconocía mis emociones.
8	Encontraba un modo de entender mis emociones de mejor manera.
9	Exploraba mis emociones.
11	Miraba detenidamente a las razones que provocaban mis sentimientos.
15	Me esforzaba por entender mis sentimientos.
17	Era objetivo en el análisis de mis emociones.
19	Me daba cuenta de cómo mis emociones iban cambiando siguiendo un proceso.

Expresión emocional:

1	Dejaba salir mis sentimientos.
2	Encontraba el modo de expresar mis emociones.
6	Me permitía a mí mismo expresar mis emociones.
10	Expresaba los sentimientos que sentía.
12	Permitía que mis sentimientos salgan libremente.
13	Expresaba mis sentimientos abiertamente
14	Me tomaba mi tiempo para expresar mis emociones.
16	Me sentía libre de expresar mis sentimientos.
18	Les comunicaba a los demás las emociones que sentía.
20	Hablaba conmigo mismo y verbalizaba las emociones que sentía.

EVALUACIÓN

Transformar los valores literales a numéricos:

A	Usualmente no hacía esto	1
B	Lo hacía ocasionalmente	2
C	Lo hacía con frecuencia	3
D	Lo hacía con mucha frecuencia	4

Realizar la sumatoria por dimensiones y de manera global y expresarlos de manera escalar:

Procesamiento emocional		Expresión emocional		Afrontamiento emocional	
Bajo procesamiento emocional.	10 - 20	Baja expresión emocional.	10 - 20	Bajo afrontamiento emocional.	10 - 34
Moderado procesamiento emocional.	21 - 30	Moderada expresión emocional.	21 - 30	Moderado afrontamiento emocional.	35 - 58

Elevado procesamiento emocional.	31 - 40	Elevada expresión emocional.	31 - 40	Elevado afrontamiento emocional.	59 - 80
----------------------------------	---------	------------------------------	---------	----------------------------------	---------

Fuente: Stanton, A. L., Danoff-Burg, S., Cameron, C. L., y Ellis, A. P. (1994).

ANEXO 4. CUESTIONARIO SOBRE RESPUESTA A SITUACIONES PROBLEMA CRI.

Coping Response Inventory/CRI (Moos, 1993, 1988).

Este cuestionario contiene preguntas sobre cómo se enfrenta a los problemas que ocurren en su vida. Por favor, piense sobre el problema más importante que haya pasado en los últimos doce meses (por ejemplo: problemas con un pariente y amigo, la enfermedad o muerte de un pariente o amigo, un accidente, una enfermedad, problemas económicos o en el trabajo...)

Brevemente describa el problema en el espacio que hay previsto a continuación. Si no tiene experiencia en un gran problema, relate un problema menor al que se haya tenido que enfrentar.

Descripción del problema: ...

...

...

...

...

...

Lea cada pregunta detenidamente e indica con qué frecuencia usted reacción de esa forma en relación con el problema descrito.

- Marque con una aspa “N” si su respuesta es NO, Nunca.
- Marque con una aspa “CN” si su respuesta es SÍ, Casi nunca.
- Marque con una aspa “AM” si su respuesta es SÍ, A menudo.

- Marque con una aspa “S” si su respuesta es SÍ, Siempre.

1. ¿Pensó diferentes maneras de resolver el problema?	N	CN	AM	S
2. ¿Se decía cosas a usted mismo para sentirse mejor?	N	CN	AM	S
3. ¿Habló con su pareja y otros familiares sobre el problema?	N	CN	AM	S
4. ¿Hizo un plan de acción y lo siguió?	N	CN	AM	S
5. ¿Intentó olvidar todo el problema?	N	CN	AM	S
6. ¿Sentía que el tiempo cambiaría las cosas y lo único que tenía que hacer era esperar?	N	CN	AM	S
7. ¿Intentó ayudar a otros a solucionar un problema similar?	N	CN	AM	S
8. ¿Se enfadó con otras personas cuándo se sentía triste o deprimido?	N	CN	AM	S
9. ¿Intentó alejarse de la situación para ser más objetivo?	N	CN	AM	S
10. ¿Se recordaba a sí mismo cómo podían empeorar las cosas?	N	CN	AM	S
11. ¿Habló con algún amigo sobre el problema?	N	CN	AM	S
12. ¿Sabía lo que había que hacer e intentó solucionar las cosas?	N	CN	AM	S
13. ¿Intentó no pensar en el problema?	N	CN	AM	S
14. ¿Se daba cuenta de que no tenía control sobre el problema?	N	CN	AM	S
15. ¿Se involucró en nuevas actividades?	N	CN	AM	S
16. ¿Se aventuró e hizo algo arriesgado?	N	CN	AM	S

17. ¿Pensó en lo que podría hacer o decir?	N	CN	AM	S
18. ¿Intentó ver el lado bueno de la situación?	N	CN	AM	S
19. ¿Habló con un profesional? (médico, psicólogo, cura...)	N	CN	AM	S
20. ¿Decidió lo que quería hacer e intentó realmente conseguirlo?	N	CN	AM	S
21. ¿Soñaba e imaginaba lugares mejores que en el que estaba?	N	CN	AM	S
22. ¿Pensó que al final sería la suerte o el destino el que decidiría al final el resultado?	N	CN	AM	S
23. ¿Intento hacer nuevos amigos?	N	CN	AM	S
24. En general, ¿se mantuvo alejado de la gente?	N	CN	AM	S
25. ¿Intentó anticipar cómo saldrían las cosas?	N	CN	AM	S
26. ¿Pensaba que estaba mucho mejor que otras personas con problemas similares?	N	CN	AM	S
27. ¿Buscó ayuda en personas o grupos con el mismo tipo de problema?	N	CN	AM	S
28. ¿Intentó al menos dos maneras diferentes de resolver el problema?	N	CN	AM	S
29. ¿Trató de no pensar en la situación, aunque sabía que lo tendría que hacer en algún momento?	N	CN	AM	S
30. ¿Lo aceptó, no podía hacer nada?	N	CN	AM	S
31. ¿Leía con más frecuencia de lo habitual para distraerse?	N	CN	AM	S
32. ¿Gritó para liberar tensión?	N	CN	AM	S
33. ¿Intentó encontrar algún significado personal a la situación?	N	CN	AM	S

34. ¿Intentó convencerse de que las cosas podrían ir mejor?	N	CN	AM	S
35. ¿Intentó ir más allá de la situación?	N	CN	AM	S
36. ¿Intentó aprender a hacer cosas nuevas por sí mismo?	N	CN	AM	S
37. ¿Deseó que el problema se solucionase o que de alguna manera aprendiera a vivir con él?	N	CN	AM	S
38. ¿Esperaba el peor resultado posible?	N	CN	AM	S
39. ¿Pasaba más tiempo del habitual en actividades recreativas?	N	CN	AM	S
40. ¿Lloró para descargar sus sentimientos?	N	CN	AM	S
41. ¿Intentó anticipar las nuevas preguntas que le podían surgir?	N	CN	AM	S
42. ¿Pensó sobre cómo ese acontecimiento podría cambiar su vida en una nueva dirección?	N	CN	AM	S
43. ¿Rezó con devoción e intensidad?	N	CN	AM	S
44. ¿Se enfrentó al problema globalmente, aunque fuera paso a paso?	N	CN	AM	S
45. ¿Intentó negar la gravedad del problema?	N	CN	AM	S
46. ¿Perdió la esperanza de que las cosas volvieran a ser igual que antes?	N	CN	AM	S
47. ¿Acudió al trabajo o a otras actividades que le ayudaron a enfrentarse al problema?	N	CN	AM	S
48. ¿Hizo algo que pensaba que no valía de nada, pero al menos estaba haciendo algo?	N	CN	AM	S

Los puntajes parciales de los 48 ítems se suman por áreas, obteniéndose un total máximo para cada estrategia, el cual se expresa según estas escalas (detallada y resumida):

Criterio de interpretación de puntajes del CRI-A. (Moos, 1988)

Rango del Puntaje T	Rango de Percentiles Equivalentes	Descripción
≤34	≤6	Considerablemente debajo del promedio
35 – 40	7 – 16	Muy debajo del promedio
41 – 45	17 – 33	Algo debajo del promedio
46 – 54	34 – 66	Dentro del promedio
55 – 59	67 – 83	Algo por encima del promedio
≥66	≥94	Considerablemente por encima del promedio

Grado de presencia de cada estrategia:

Frecuencia de uso de la estrategia:	Rango del puntaje T:	Rangos de percentiles:
Nunca	≤6	0 - 33
Casi nunca	7 - 10	34 - 56
A menudo	11 - 14	57 - 79
Casi siempre	15 - 18	80 - 100

No existe un puntaje total, sé debe identificar la estrategia predominante. Las estrategias pueden agruparse en dos grandes áreas:

Estrategias activas:

- 1.- Análisis lógico;
- 2.- Reevaluación positiva;
- 3.- Búsqueda de orientación y apoyo;

4.- Solución de problemas.

Estrategias pasivas o evitación del problema:

5.- Evitación cognitiva;

6.- Aceptación o resignación;

7.- Búsqueda de recompensas alternativas;

8.- Descarga emocional

ÍTEMS ORDENADOS POR ÁREAS:

ANÁLISIS LÓGICO;

1. ¿Pensó diferentes maneras de resolver el problema?

9. ¿Intentó alejarse de la situación para ser más objetivo?

17. ¿Pensó en lo que podría hacer o decir?

25. ¿Intentó anticipar cómo saldrían las cosas?

33. ¿Intentó encontrar algún significado personal a la situación?

41. ¿Intentó anticipar las nuevas preguntas que le podían surgir?

REEVALUACIÓN POSITIVA;

2. ¿Se decía cosas a usted mismo para sentirse mejor?

10. ¿Se recordaba a sí mismo cómo podían empeorar las cosas?

18. ¿Intentó ver el lado bueno de la situación?

26. ¿Pensaba que estaba mucho mejor que otras personas con problemas similares?

34. ¿Intentó convencerse de que las cosas podrían ir mejor?

42. ¿Pensó sobre cómo ese acontecimiento podría cambiar su vida en una nueva dirección?

BÚSQUEDA DE ORIENTACIÓN Y APOYO;

3. ¿Habló con su pareja y otros familiares sobre el problema?

11. ¿Habló con algún amigo sobre el problema?

19. ¿Habló con un profesional? (médico, psicólogo, cura...)

27. ¿Buscó ayuda en personas o grupos con el mismo tipo de problema?

35. ¿Intentó ir más allá de la situación?

43. ¿Rezó con devoción e intensidad?

SOLUCIÓN DE PROBLEMAS.

4. ¿Hizo un plan de acción y lo siguió?

12. ¿Sabía lo que había que hacer e intentó solucionar las cosas?

20. ¿Decidió lo que quería hacer e intentó realmente conseguirlo?

28. ¿Intentó al menos dos maneras diferentes de resolver el problema?

36. ¿Intentó aprender a hacer cosas nuevas por sí mismo?

44. ¿Se enfrentó al problema globalmente, aunque fuera paso a paso?

EVITACIÓN COGNITIVA;

5. ¿Intentó olvidar todo el problema?

13. ¿Intentó no pensar en el problema?

21. ¿Soñaba e imaginaba lugares mejores que en el que estaba?

29. ¿Trató de no pensar en la situación, aunque sabía que lo tendría que hacer en algún momento?

37. ¿Deseó que el problema se solucionase o que de alguna manera aprendiera a vivir con él?

45. ¿Intentó negar la gravedad del problema?

ACEPTACIÓN O RESIGNACIÓN;

6. ¿Sentía que el tiempo cambiaría las cosas y lo único que tenía que hacer era esperar?

14. ¿Se daba cuenta de que no tenía control sobre el problema?

22. ¿Pensó que al final sería la suerte o el destino el que decidiría al final el resultado?

30. ¿Lo aceptó, no podía hacer nada?

38. ¿Esperaba el peor resultado posible?

46. ¿Perdió la esperanza de que las cosas volvieran a ser igual que antes?

BÚSQUEDA DE RECOMPENSAS ALTERNATIVAS;

7. ¿Intentó ayudar a otros a solucionar un problema similar?

15. ¿Se involucró en nuevas actividades?

23. ¿Intentó hacer nuevos amigos?

31. ¿Leía con más frecuencia de lo habitual para distraerse?

39. ¿Pasaba más tiempo del habitual en actividades recreativas?

47. ¿Acudió al trabajo o a otras actividades que le ayudaron a enfrentarse al problema?

DESCARGA EMOCIONAL

8. ¿Se enfadó con otras personas cuándo se sentía triste o deprimido?

16. ¿Se aventuró e hizo algo arriesgado?

24. En general, ¿se mantuvo alejado de la gente?

32. ¿Gritó para liberar tensión?

40. ¿Lloró para descargar sus sentimientos?

48. ¿Hizo algo que pensaba que no valía de nada, pero al menos estaba haciendo algo?

ANEXO 5. CALCULOS ESTADISTICOS**VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS:****Cuadro 1****Sexo de personas que se dedican al contrabando**

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Hombres	64	80,0 %
Mujeres	16	20,0 %
Total	80	100,0 %

Cuadro 2**Edad de personas que se dedican al contrabando**

Edad	Frecuencia	Porcentaje
18 a 30 años	31	38,8 %
31-40 años	18	22,5 %
41-50 años	31	38,8 %
Total	80	100,0 %

Cuadro 3**Nivel educativo de personas que se dedican al contrabando**

Nivel educativo	Frecuencia	Porcentaje
Bachiller	48	60,0 %
Técnico	14	17,5 %
Profesional	18	22,5 %
Total	80	100,0 %

OBJETIVO ESPECÍFICO:

5. Indagar el grado de adaptación conductual de las personas que se dedican al contrabando.

Cuadro 4**Adaptación Conductual de personas que se dedican al contrabando**

Adaptación conductual	Frecuencia	Porcentaje
Muy desfavorable	7	8,8 %
Desfavorable	63	78,8 %
Favorable	8	10,0 %
Muy favorable	2	2,5 %
Total	80	100,0 %

Cuadro 5**Dimensiones de la Adaptación Conductual**

Dimensiones	Personal		Familiar		Educativa		Social	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Muy desfavorable	19	23,8%	10	12,5%	23	28,7%	19	23,8%
Desfavorable	35	43,8%	38	47,5%	37	46,3%	32	40,0%
Favorable	26	32,5%	31	38,8%	20	25,0%	28	35,0%
Muy favorable	0	0.0%	1	1,3%	0	0.0%	1	1,3%
Total	80	100,0%	80	100,0%	80	100,0%	80	100,0%

Cuadro 6**Adaptación Conductual Según El Sexo**

Sexo	Hombres		Mujeres		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Muy desfavorable	7	10,9%	0	0%	7	8,8%
Desfavorable	48	75,0%	15	93,8%	63	78,8%
Favorable	8	12,5%	0	0,0%	8	10,0%
Muy favorable	1	1,6%	1	6,3%	2	2,5%
Total	64	100,0%	16	100,0%	80	100,0%

Cuadro 7**Adaptación Conductual Según La Edad**

Edad	18 a 30 años		31 a 40 años		41 a 50 años		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Muy desfavorable	4	12,9%	1	5,6%	2	6,5%	7	8,8%
Desfavorable	22	71,0%	16	88,9%	25	80,6%	63	78,8%
Favorable	4	12,9%	1	5,6%	3	9,7%	8	10,0%
Muy favorable	1	3,2%	0	0,0%	1	3,2%	2	2,5%
Total	31	100,0%	18	100,0%	31	100,0%	80	100,0%

Cuadro 8
Adaptación Conductual Según El Nivel Educativo

Nivel Académico	Bachiller		Técnico		Profesional		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Muy desfavorable	6	12,5%	0	0,0%	1	5,6%	7	8,8%
Desfavorable	38	79,2%	10	71,4%	15	83,3%	63	78,8%
Favorable	2	4,2%	4	28,6%	2	11,1%	8	10,0%
Muy favorable	2	4,2%	0	0,0%	0	0,0%	2	2,5%
Total	48	100,0%	14	100,0%	18	100,0%	80	100,0%

OBJETIVO ESPECÍFICO:

6. Investigar la impulsividad de las personas que se dedican al contrabando.

Cuadro 9
La Impulsividad En Personas Que Se Dedican Al Contrabando

Impulsividad	Frecuencia	Porcentaje
Muy baja	5	6,3%
Baja	6	7,5%
Normal	24	30,0%
Alta	37	46,3%
Muy alta	8	10,0%
Total	80	100,0%

Cuadro 10
Dimensiones de la Impulsividad

Dimensiones	Impulsividad cognitiva		Impulsividad motora		Impulsividad no planeada	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Muy baja	4	5,0%	5	6,3%	5	6,3%
Baja	7	8,8%	10	12,5%	5	6,3%
Normal	23	28,7%	20	25,0%	18	22,5%
Alta	34	42,5%	41	51,2%	39	48,8%
Muy alta	12	15,0%	4	5,0%	13	16,3%
Total	80	100,0%	80	100,0%	80	100,0%

Cuadro 11
Impulsividad Según El Sexo

Sexo	Hombres		Mujeres		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Muy baja	4	6,3%	1	6,3%	5	6,3%
Baja	6	9,4%	0	0,0%	6	7,5%
Normal	19	29,7%	5	31,3%	24	30,0%
Alta	29	45,3%	8	50,0%	37	46,3%
Muy alta	6	9,4%	2	12,5%	8	10,0%
Total	64	100,0%	16	100,0%	80	100,0%

Cuadro 12
Impulsividad Según La Edad

Edad	18 a 30		31 a 40		41 a 50		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Muy baja	2	6,5%	1	5,6%	2	6,5%	5	6,3%
Baja	3	9,7%	1	5,6%	2	6,5%	6	7,5%
Normal	8	25,8%	4	22,2%	12	38,7%	24	30,0%
Alta	15	48,4%	10	55,6%	12	38,7%	37	46,3%
Muy alta	3	9,7%	2	11,1%	3	9,7%	8	10,0%
Total	31	100,0%	18	100,0%	31	100,0%	80	100,0%

Cuadro 13
Impulsividad Según El Nivel Educativo

Nivel Educativo	Bachiller		Técnico		Profesional		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Muy baja	2	4,2%	2	14,3%	1	5,6%	5	6,3%
Baja	2	4,2%	2	14,3%	2	11,1%	6	7,5%
Normal	13	27,1%	7	50,0%	4	22,2%	24	30,0%
Alta	26	54,2%	3	21,4%	8	44,4%	37	46,3%
Muy alta	5	10,4%	0	0,0%	3	16,7%	8	10,0%
Total	48	100,0%	14	100,0%	18	100,0%	80	100,0%

OBJETIVO ESPECÍFICO:

7. Analizar el afrontamiento emocional de las personas que se dedican al contrabando.

Cuadro 14
Afrontamiento emocional

Afrontamiento emocional	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	13	16,3%
Medio	12	15,0%
Elevado	55	68,8%
Total	80	100,0%

Cuadro 15
Dimensiones de la Afrontamiento emocional

Dimensiones	Procesamiento Emocional		Expresión Emocional	
	Fr	%	Fr	%
Bajo	18	22,5%	15	18,8%
Medio	22	27,5%	27	33,8%
Elevado	40	50,0%	38	47,5%
Total	80	100,0%	80	100,0%

Cuadro 16**Afrontamiento emocional Según El Sexo**

Sexo	Hombres		Mujeres		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Muy baja	4	6,3%	1	6,3%	5	6,3%
Baja	6	9,4%	0	0,0%	6	7,5%
Normal	19	29,7%	5	31,3%	24	30,04%
Alta	29	45,3%	8	50,0%	37	46,3%
Muy alta	6	9,4%	2	12,5%	8	10,0%
Total	64	100,0%	16	100,0%	80	100,0%

Cuadro 17**Afrontamiento emocional Según La Edad**

Edad	18 a 30		31 a 40		41 a 50		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Muy baja	2	6,5%	1	5,6%	2	6,5%	5	6,3%
Baja	3	9,7%	1	5,6%	2	6,5%	6	7,5%
Normal	8	25,8%	4	22,2%	12	38,7%	24	30,0%
Alta	15	48,4%	10	55,6%	12	38,7%	37	46,3%
Muy alta	3	9,7%	2	11,1%	3	9,7%	8	10,0%
Total	31	100,0%	18	100,0%	31	100,0%	80	100,0%

Cuadro 18
Afrontamiento emocional Según El Nivel Educativo

Nivel Educativo	Bachiller		Técnico		Profesional		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Muy baja	2	4,2%	2	14,3%	1	5,6%	5	6,3%
Baja	2	4,2%	2	14,3%	2	11,1%	6	7,5%
Normal	13	27,1%	7	50,0%	4	22,2%	24	30,0%
Alta	26	54,2%	3	21,4%	8	44,4%	37	46,3%
Muy alta	5	10,4%	0	0,0%	3	16,7%	8	10,0%
Total	48	100,0%	14	100,0%	18	100,0%	80	100,0%

OBJETIVO ESPECÍFICO:

- 8. Determinar el tipo de respuesta predominante a una situación problemática en las personas que se dedican al contrabando.**

Cuadro 19

Respuesta Predominante a una situación problema en personas que se dedican al contrabando

[illegible]

Cuadro 20
Respuesta Predominante Según El Sexo

Sexo	Hombres		Mujeres		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Nunca	2	3,1%	2	12,5%	4	5,0%
Casi nunca	4	6,3%	1	6,3%	5	6,3%
A menudo	24	37,5%	10	62,5%	34	42,5%
Siempre	34	53,1%	3	18,8%	37	46,3%
Total	64	100,0%	16	100,0%	80	100,0%

Cuadro 21
Respuesta Predominante Según La Edad

Edad	18 a 30		31 a 40		41 a 50		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Nunca	3	9,7%	0	0,0%	1	3,2%	4	5,0%
Casi nunca	1	3,2%	3	16,7%	1	3,2%	5	6,3%
A menudo	13	41,9%	5	27,8%	16	51,6%	34	42,5%
Siempre	14	45,2%	10	55,6%	13	41,9%	37	46,3%
Total	31	100,0%	18	100,0%	31	100,0%	80	100,0%

Cuadro 22
Respuesta Predominante Según El Nivel Educativo

Nivel Educativo	Bachiller		Técnico		Profesional		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Nunca	3	6,3%	1	7,1%	0	0,0%	4	5,0%
Casi nunca	2	4,2%	1	7,1%	2	11,1%	5	6.3%
A menudo	22	45,8%	5	35,7%	7	38,9%	34	42,5%
Siempre	21	43,8%	7	50,0%	9	50,0%	37	46,3%
Total	48	100,0%	14	100,0%	18	100,0%	80	100,0%