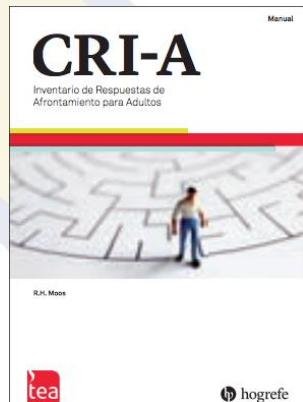




# **CRI-A Inventario de Respuestas de Afrontamiento – Adultos.**

*Autor: R.H. Moos*



**Aplicación:** Individual o Colectiva.

**Tiempo:** 10 a 15 Minutos en el formato de cuestionario y entre 15 y 30 Minutos en el formato de entrevista estructurada.

**Edad:** Adultos

**No. de Ítems:** 48

**Sistema de Corrección:** Autocorregible

## **Identificación de las Estrategias de Afrontamiento Empleadas por Adultos Ante Problemas y Situaciones Estresantes.**

Está compuesta de dos partes. En la **primera** de ellas el sujeto debe describir el problema más importante o la situación más difícil que haya vivido en los últimos 12 meses. La **segunda** está dividida en 8 escalas o estrategias de afrontamiento que se resumen a continuación:

**Análisis Lógico (AL):** Intentos cognitivos para prepararse mentalmente para el estresor y sus consecuencias.

**Reevaluación Positiva (RP):** Intentos cognitivos para reestructurar un problema de forma positiva a la vez que se acepta la realidad de la situación.

**Búsqueda de Guía y Soporte (BG):** Intentos conductuales para buscar información, guía o soporte.



**Solución de Problemas (SP):** Intentos conductuales para emprender acciones que lleven a solución directa del problema.

**Evitación Cognitiva (EC):** Intentos cognitivos para evitar pensar de forma realista sobre el problema.

**Aceptación o Resignación (AR):** Intentos cognitivos para aceptar el problema.

**Búsqueda de Recompensas Alternativas (BR):** Intentos conductuales para implicarse en actividades sustitutivas y crear nuevas frentes de satisfacción.

**Descarga Emocional (DE):** Intentos conductuales para reducir la tensión mediante la expresión de sentimientos negativos.

Las cuatro primeras estrategias se consideran de aproximación al problema y a las cuatro últimas de evitación del problema. Asimismo, las dos primeras estrategias de cada bloque suponen de una manera de afrontar los problemas por la vía cognitiva y las dos últimas suponen un afrontamiento de tipo conductual.

#### **EL JUEGO COMPLETO INCLUYE:**

**1 manual técnico**

**25 ejemplares auto corregibles**