



VALORACIÓN DE SITUACIONES ESTRESANTES Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES DEL INTERIOR EN TRANSICIÓN DE ETAPA ESCOLAR

Autor: Dr. Bulacio, Juan Manuel*

Co-Autores: Lic. Vieyra María Carmen; Lic. Mongiello Esteban; Lic. Wallace Valeria y Tenreiro Agostina.

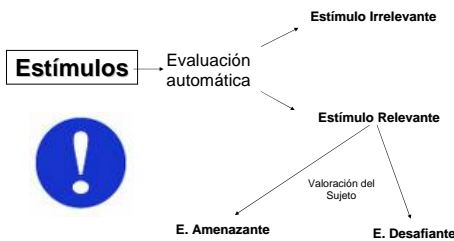
Institución: Fundación de Investigación en Ciencias Cognitivas Aplicadas (ICCAp)

www.fundacioniccap.org.ar / info@fundacioniccap.org.ar

La transición de la vida escolar a la vida adulta genera incertidumbre en los adolescentes



La forma en que este cambio es valorado por el individuo, determina si es vivido como amenazante o desafiante.



La nueva etapa por comenzar será percibida como peligrosa o no, según la atribución de significados que el individuo le haya otorgado



La valoración de la situación – transición de la etapa escolar a la vida adulta-, dependerá de dos evaluaciones:

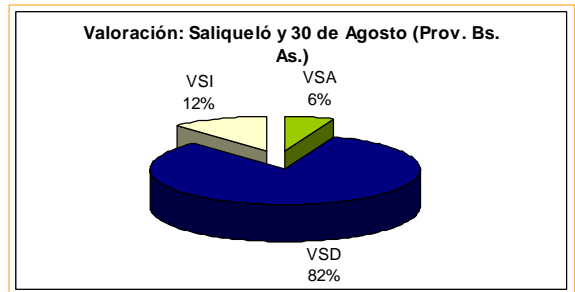
EVALUACIÓN

- 1 Características de la **SITUACIÓN**
- 2 **RECURSOS PERSONALES** que se poseen para afrontar la situación

Bibliografía:

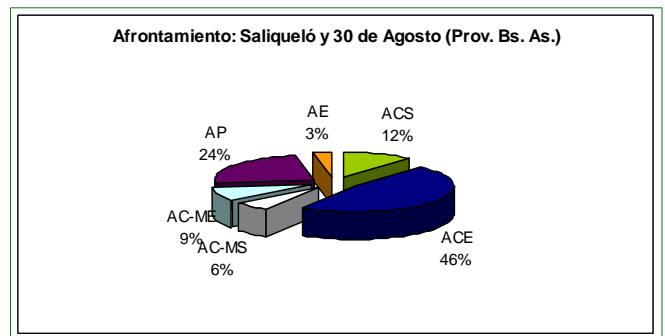
- (1) Bulacio, J.M. (2004). *Ansiedad, estrés y práctica clínica: Un enfoque moderno humanista e integral*. Bs. As. AKADIA.
- (2) Bulacio, J.M. (2006) *Factores inespecíficos en la psicoterapia*. Bs. As. AKADIA
- (3) Kaplan H., Sadock B. y Grebb J., (1997). *Sinopsis de Psiquiatría (Ciencias de la conducta. Psiquiatría clínica)*. Buenos Aires: Médica Panamericana.

Se puede observar que el 82 % de los alumnos encuestados (de 34 alumnos) tiene a **Valorar** la situación de transición como desafiante. Tienen a pensar que se trata de una situación en la que se pueden hacer muchas cosas y que se deben esforzar para conseguir un resultado positivo.



VSA: Valoración Situación Amenazante
VSD: Valoración Situación Desafío
VSI: Valoración Situación Irrelevante

En cuanto a sus **estrategias de afrontamiento** se puede ver que tienen a utilizar en un 46 % estilos de afrontamiento cognitivos emocionales, es decir recursos que apuntan a focalizar los pensamientos en las cosas que se pueden hacer y no en los miedos.



ACS: Afrontamiento Cognitivo Situación
ACE: Afrontamiento Cognitivo Emoción
ACMS: Afrontamiento Conductual Motor Situación
ACME: Afrontamiento Conductual Motor Emoción
AP: Afrontamiento Pasivo
AE: Afrontamiento Evitativo

CONCLUSIÓN:

Evaluando el modo de valoración de las situaciones estresantes y las estrategias de afrontamiento podremos ver con qué recursos cuentan los adolescentes con respecto al cambio de etapa y fomentar de esta manera el desarrollo de otros recursos para lograr una adecuada adaptación.

