

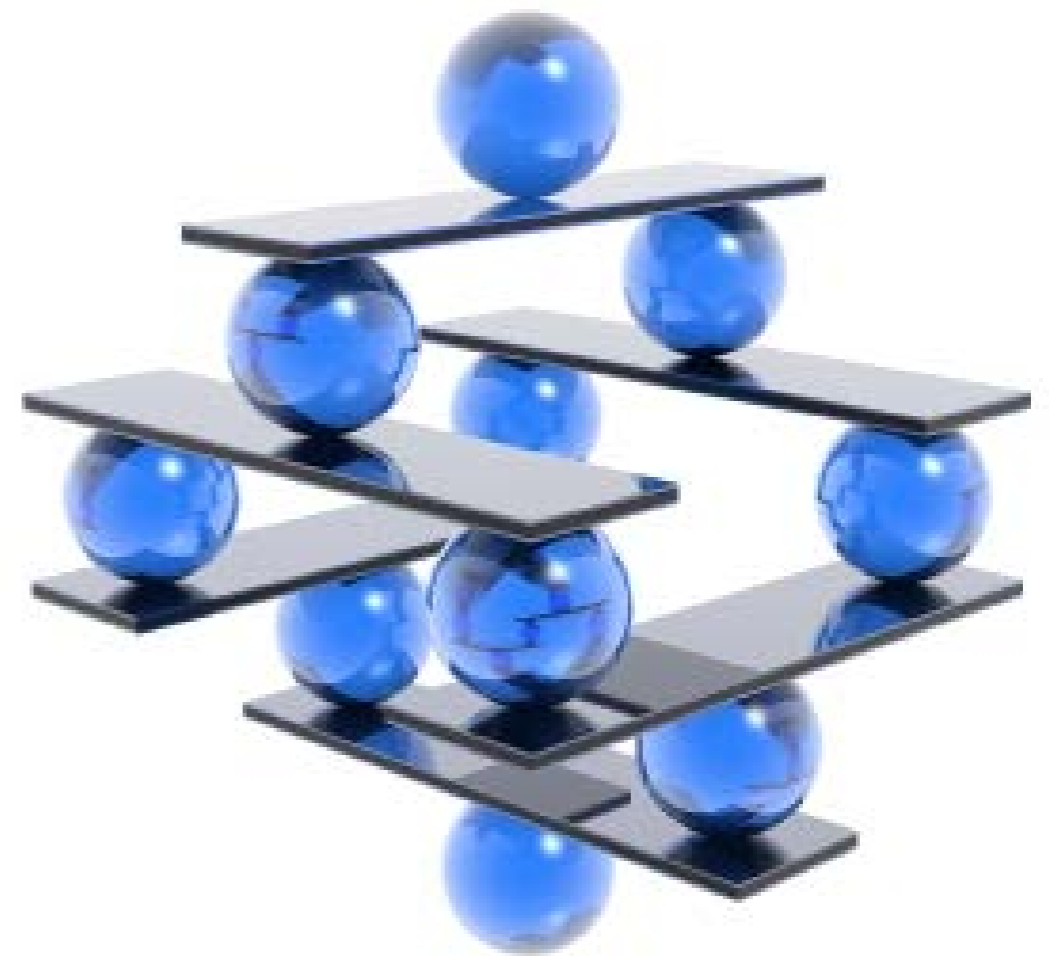


# Estabilidad emocional de los tripulantes

# Definición

Es la habilidad de la persona para mantenerse equilibrada.

Brinda la capacidad a las personas a ser menos vulnerables a problemas de depresión y ansiedad cuando se encuentran con situaciones estresantes.



# Prevalencia en el tiempo

Aunque el grado de estabilidad emocional de una persona suele mantenerse constante a lo largo del tiempo, no es raro que haya etapas de mayor o menor estabilidad, en función de las experiencias vividas y el estrés al que una persona se encuentre sometida, dará en él cambios de comportamiento o actitud.

# Características comportamentales

- La persona con una baja estabilidad emocional tolera muy mal la frustración o el estrés.
- No es capaz de funcionar bien cuando las condiciones de su vida no son totalmente satisfactorias o ante los reveses, dificultades, imprevistos o frustraciones de la vida diaria.
- Reacciona con inestabilidad e intensas emociones negativas, como ansiedad, tristeza, ira, culpa, etc.
- Es una persona inmadura, preocupada, impulsiva, descuidada, impaciente, ansiosa, de poca confianza.

# Rasgos subordinados

- Ansiedad
- Hostilidad
- Depresión
- Ansiedad social
- Impulsividad
- Vulnerabilidad en estrés



# Clasificación de los trastornos

Grupo A (trastornos raros o excéntricos)

Grupo B (trastornos dramáticos, emocionales o erráticos)

Grupo C (trastornos ansiosos o temerosos)



# Grupo A

## Grupo A

Trastorno paranoide de la personalidad.

Trastorno esquizoide.

Trastorno esquizotípico.

Este grupo de trastornos se caracteriza por un patrón penetrante de cognición (por ej. sospecha), expresión (por ej. lenguaje extraño) relación con otros (por ej. aislamiento)

Conductas anormales.



# Grupo B



Grupo B (trastornos dramáticos, emocionales o erráticos)

Trastorno antisocial de la personalidad, personalidad antisocial.

Trastorno límite de la personalidad, personalidad límite o Borderline.

Trastorno histriónico de la personalidad, personalidad histriónica.

Trastorno narcisista de la personalidad, personalidad narcisista.

Estos trastornos se caracterizan por un patrón penetrante de violación de las normas sociales (por ej. comportamiento criminal), comportamiento impulsivo, emotividad excesiva y grandiosidad. Presenta con frecuencia acting-out (exteriorización de sus rasgos), llevando a rabietas, comportamiento auto-abusivo y arranques de rabia.



# Grupo C



Grupo C (trastornos ansiosos o temerosos)

Trastorno de la personalidad por evitación, personalidad fóbica o evitativa.  
Trastorno de la personalidad por dependencia, personalidad dependiente.  
Trastorno obsesivo-compulsivo de la personalidad, trastorno anancástico de la personalidad o personalidad obsesiva-compulsiva.

Este grupo se caracteriza por un patrón penetrante de temores anormales, incluyendo relaciones sociales, separación y necesidad de control.

# Una personalidad sana



Adaptativa.

Flexible.

Funcionamiento autónomo y competente en diferentes áreas de la vida.

Habilidad para establecer relaciones interpersonales satisfactorias.

Capacidad para conseguir metas propias, con el consiguiente sentimiento de satisfacción subjetiva.

# Trabajo por turnos



# Ausencias familiares y sociales



# Momentos cruciales



# Vidas paralelas



# Medidas de control o de acompañamiento

Si las medidas van a tender a mas frecuentes evaluaciones y pruebas para constatar la estabilidad emocional y sicológica de los tripulantes, es impotente tener claro que vamos a hacer con las personas que no estén en el estándar que se establezca





*Muchas Gracias*