DOSSIER

la agresividad

PERE JOAN DUQUE

Psicólogo, psicomotricista y técnico en expresión

La agresividad llevada a su extremo, la violencia, es uno de los problemas más urgentes de la humanidad. El mecanismo a través del que se perpetúa la violencia es muy complejo y difícil de contrarrestar. No entraré en su análisis, pero sí quiero destacar dos de sus elementos básicos: la desatención de las necesidades del niño y la imitación de modelos. Desde el ámbito de la educación, la ayuda y la terapia, podemos trabajar en un sentido contrario al de ese círculo vicioso.

El objeto de este artículo es reflexionar sobre la agresividad como necesidad humana y sobre cómo se enfoca habitualmente el problema, al tiempo que pensar alternativas de intervención que permitan su evolución.

Introducción

La intervención con la agresividad tanto si nos situamos en un nivel educativo como de ayuda o terapéutico se puede sintetizar en: permitir que se exprese para dejar que evolucione hacia formas más viables desde el punto de vista de la comunicación y la socialización. Esto no es nada fácil y choca a menudo con un sistema educativo basado en la represión, el cual genera por sí mismo mucha agresividad.

Lapierre y Aucouturier (1985) definen la agresividad como "(...) la resultante de un conflicto entre el deseo de afirmación por la acción y los obstáculos y vetos que encuentra dicha afirmación". Los autores diferencian entre los obstáculos, que son limitaciones objetivas externas que se aprende a superar, esquivar o aceptar y los vetos o prohibiciones, que implican una interiorización y que sólo pueden superarse a través de la transgresión, que conlleva culpa y angustia.

Podemos decir que la agresividad que se enfrenta a los obstáculos está mas ligada a lo biológico, a nuestra naturaleza animal, mientras que la agresividad que se enfrenta a los vetos está más mediatizada por lo cultural. Considero que, en su origen, se trata del mismo impulso de autoafirmación, pero en el ser humano, como ser social, se ve alterado por una educación que lo puede convertir en una fuerza creativa y constructiva, o negativa y devastadora.

Pero, ¿hay una agresividad natural y sana? ¿Qué papel juega la educación?

Si entendemos por agresividad aquel impulso que nos lleva a autoafirmarnos como individuos o como grupo, a defender nuestros intereses y a diferenciarnos de los otros, esa tendencia tiene su opuesta: la que nos impulsa a fundirnos con otro, a pertenecer a un grupo y a sentirnos parte de algo superior. En la naturaleza, esas dos fuerzas están equilibradas. En términos evolucionistas, ambas son características adaptativas. Aunque Darwin puso el acento en la primera, los estudios recientes demuestran que tan necesarias son las conductas agresivas y competitivas como las colaboradoras para la supervivencia del individuo y del grupo.

Con relación a la agresividad, los animales muestran la justa para establecer un equilibrio. La

especie humana, por el contrario, muestra un grave desequilibrio. Somos una especie que puede llevar la agresividad hasta el extremo, exterminando pueblos, culturas y destruyendo incluso nuestro propio hábitat. Parece ser que comer la manzana del árbol de la ciencia conlleva creerse el rey de la creación, con derecho a explotar a los otros y al mismo planeta que nos sustenta hasta agotarlo.

Hay en el niño una agresividad sana y animal que se manifiesta antes de la aparición del lenguaje. Esa energía natural y sana se debe preservar, pues es el origen de su futura capacidad de enfrentarse a los problemas, a superar las dificultades. Esto quiere decir que los límites que se pongan deben dejar opciones para que esa agresividad se libere y se desarrolle.

Con el lenguaje, la conciencia de sí y la importancia del ego personal, la agresividad se torna mediatizada y aparece la crueldad, en este caso debe acompañarse en el sufrimiento que genera, sin juzgar, pero facilitando la toma de conciencia y el diálogo, y teniendo siempre presente que somos sus modelos.

Existe una gran ambigüedad en el tratamiento de la agresividad por parte del mundo del adulto. Por un lado, se le dice al niño que no agreda: no muerdas, no pegues, no... Luego se le dice que se defienda si le pegan. Está de moda organizar jornadas, días mundiales, años por la paz. Luego, en los medios de comunicación, en el mejor de los casos, los adultos se muestran duros y violentos. ¿En qué quedamos, pues?

Al niño se le está diciendo que sea tolerante, comprensivo y pacífico y, por otra parte, está viendo un mundo adulto lleno de odio, violencia e intolerancia. Desde luego, si queremos un mundo menos violento, la solución no está en reprimir, sino en aceptar; aceptar para permitir evolucionar desde lo primario hacia lo simbólico y reglado.

El mito de la bella y la bestia nos ofrece una metáfora muy elocuente. La bestia se transforma en un hermoso príncipe cuando alguien le da su amor. Esa es la primera condición: la relación significativa.

¿Qué principios facilitan la evolución de la agresividad?

Extrapolando estas reflexiones a la práctica con los niños, podemos decir que los principios para hacer evolucionar la agresividad en el niño son:

- Establecer una relación afectiva en la que el niño se sienta incondicionalmente aceptado y estimado aunque sea agresivo y un transgresor empedernido. Sin este contexto, los límites se viven de forma muy agresiva.

- Crear situaciones para que la agresividad pueda expresarse y evolucionar en un contexto de seguridad y de placer, desde el impulso primario hacia formas más evolucionadas de oposición. Estas situaciones se componen de un alto grado de libertad para expresarse acompañado de unos límites muy claros.

Si reprimimos la agresividad, esa energía se queda dentro, se culpabiliza, produciendo tensiones y trastornos somáticos que pueden empezar por síntomas leves y acabar en enfermedades graves.

Si se libera sin más, dañando a los otros, aparece la culpa y esa permisibilidad crea un medio inseguro para la mayor parte de los niños, apareciendo el miedo.

Estas dos opciones extremas no permiten evolucionar. La opción es la de frustrar pero sin reprimir, es decir, dando otras opciones cercanas al deseo.

D O S S I E R

Agresión, transgresión y culpa

Las normas están para saltárselas. Es cierto, pero incompleto. Tal vez podamos complementar esta idea con otra igualmente tópica y popular: nuestra libertad acaba donde empieza la de los demás. A veces, para conocer un límite hay que sobrepasarlo, pero no podemos quedarnos ahí. La transgresión, tan inevitable como necesaria, ha de llevarnos a la conciencia de los límites, de lo que significa sobrepasarlos y de sus consecuencias. Nuestra intervención debe basarse en sensibilizar, la culpa la debe generar la conciencia del niño como mecanismo de autorregulación, no nosotros desde una actitud moralista, desde un discurso sobre el bien y el mal.

Cuando la agresividad se culpabiliza excesivamente, se reprime. El niño se bloquea y deja de fluir, pierde su capacidad para el placer. Estos niños buenos, a menudo son bien considerados en la escuela porque no molestan. Pero tal vez de mayores puedan molestar, y mucho.

Desde la psicomotricidad y la expresión es necesario crear las condiciones para que se manifieste, en un contexto de seguridad. Para ello disponemos de dos grandes armas: el humor y la víctima simbólica, el adulto. Nunca he visto un niño sano que no disfrute destruyendo simbólicamente al adulto. Tal vez nos caigamos cuando el niño tropiece levemente con nosotros, poniendo cómicamente cara de espanto, o veamos al niño sonreír cuando otros nos acribillan a pelotazos, hasta que, en un momento dado, él también se anime. La forma depende del niño, de nosotros y de la situación. Lo que sí está claro es que, una vez dado ese pequeño gran paso, lo demás es más fácil. Después se ha de ir graduando la intensidad para que se desculpabilice progresivamente.

Cuando el niño manifiesta un exceso de agresividad, se requiere ciertas condiciones para permitir su evolución. Niños muy agresivos mezclados con otros que no lo son, es demasiado complicado, pues nos vemos obligados a desatender a unos o a otros. La situación óptima son grupos reducidos y una intervención de ayuda, es decir, establecer una estrecha e intensa relación en la que el niño pueda desarrollar su necesidad de destrucción.

Con relación a las agresiones entre los niños, el simple hecho de focalizar la atención en objetos, en el adulto, ya hace que disminuyan mucho las posibilidades. Pero también aprendemos a prevenirlas. Aún así, cuando se produzcan, no debemos tomar partido. Debemos atender a los dos: no podemos dejar al agredido con el dolor ni al agresor con la culpa. Tal y como dice Bert Helinger: "(...) el terapeuta debe tener a ambas partes en su corazón,... judíos y nazis, protestantes y católicos, republicanos y nacionales, perpetradores y víctimas, todos, y así puede trabajar, entonces está en sintonia con la gran alma". Tal vez una de las cosas mas difíciles de aprender cuando se trabaja con niños agresivos es a no tomar partido.

La agresividad a lo largo de la evolución

La globalidad (0-6) es la etapa de transición entre la agresividad primaria (real) a la secundaria (simbólica). En la segunda mitad de esta etapa, el niño tiene una gran necesidad de destruir simbólicamente al adulto. Sus juegos, que repite una y otra vez, pasan desde la aniquilación en diferentes versiones (morder, golpear, cortar, quemar, etc.) hasta formas mas indirectas y elaboradas que recuperan, por otra parte, elementos orales y anales (comer tus objetos, defecar en tus pertenencias...)

Estos juegos oscilan a menudo entre lo real (lanzarse contra el adulto o golpearlo) y lo simbólico. El adulto tiene un papel muy importante, ya que permite el diálogo y ayuda al autocontrol: los niños van aprendiendo a actuar con intensidad y sin hacer

D O S S I E R

daño. Entre ellos aún no pueden hacerlo, pues la omnipotencia les lleva al conflicto de forma inmediata.

Esta evolución natural hacia el control por una parte, y hacia formas más complejas de simbolización no se ve en el niño agresivo, que sigue mostrando una agresividad más primaria. Además, le cuesta diferenciar la realidad y la ficción y, con frecuencia muerde o golpea demasiado fuerte.

Después de la globalidad, el niño está mucho mas diferenciado, ha perdido impulsividad y es capaz de interesarse por proyectos que requieren una planificación. Esta capacidad de parar su cuerpo de forma espontánea va unida a un pensamiento desligado de la realidad inmediata (operatividad). La motricidad pierde espontaneidad y se torna más cultural: los niños se interesan por el juego reglado. Adquieren la capacidad de someterse voluntariamente a una regla que regula el movimiento. El placer consiste entonces en controlar la propia impulsividad. Vigotski ha desarrollado especialmente esta idea.

El niño agresivo muestra, con frecuencia, características de la etapa anterior: sigue siendo impulsivo, con problemas para parar, para aceptar la regla y, en general, para desarrollar la pulsión agresiva hacia formas mas viables desde el punto de vista de la comunicación: actividad reglada, juegos, actividad expresiva, etc.

Para ayudar a estos niños, es muy importante que tenga un adulto dispuesto a jugar la agresividad con mucha intensidad. Que se pelee con ellos entre lo real y lo simbólico, entre la regla y la ausencia de reglas pero en un ambiente distendido y lúdico.

En esta edad debemos facilitar el acceso a situaciones sociales: actividades regladas y expresivas. El niño, más diferenciado, necesita también situaciones diferenciadas que cumplen objetivos complementarios. Las reglas le ayudan a autorregularse y canalizar la agresividad. Los juegos de lucha enfocados desde una perspectiva de arte marcial interno, es decir, no violento, son muy eficaces.

En estos juegos, les damos la oportunidad de liberar la agresividad sin peligro, al tiempo que les obligamos a escuchar al otro, pues la situación lo requiere. La atención del adulto no está en el hecho de ganar o perder, sino en la vivencia del niño y en sus acciones.

Las situaciones expresivas, como la expresión corporal y el juego dramático, permiten exteriorizar la conflictividad interna y desarrollar los deseos. Es decir, que la expresión simbólica de la agresividad sigue siendo importante en esta edad.

La necesidad de transgredir hace que, a menudo, no acepte la oferta del adulto, que se ve obligado a elaborar estrategias para hacer viable la actividad. Ésta es una de las grandes paradojas que se acentúa en la adolescencia: necesita del adulto y lo rechaza al mismo tiempo.

El grupo puede aumentar este efecto creándose una estructura tipo banda que se enfrenta al educador. Cuando esto sucede, cuesta mucho establecer la comunicación o desarticular esa situación. Es muy importante que, con estos grupos, haya más de un adulto para garantizar, de alguna forma, que la actividad continúe aunque uno o más de ellos estén dispuestos a cargárselo todo. Es una forma de evitar otra de las paradojas que nos encontramos: el niño que agrede tiene mayor atención del adulto.

A partir de la adolescencia, con el joven que tiene problemas con la agresividad, nos podemos plantear un trabajo a partir de las artes marciales de orden interno y también dentro del ámbito expresivo. La diferencia con la etapa anterior es la especificidad del trabajo y la posibilidad de recurrir a lenguajes más elaborados. El lenguaje cobra una importancia fundamental.

En estas edades, nos situamos en el binomio regla-conciencia. Las reglas nos permiten liberar la agresividad sin peligro, la percepción de lo que pasa fuera y dentro de nosotros nos permite irnos concienciando de aquello que nos traba y nos impide una forma de estar relajada y fluida. Es decir, la conciencia de los efectos de la agresividad y el miedo como elementos bloqueantes unido a un trabajo sobre el tono es lo que permitirá desarrollar esas emociones.

Síntesis

En cualquier nivel de intervención en el que nos situemos (educación, ayuda o terapia) y en cualquier edad, no podemos eludir el problema de la agresividad. Si la negamos, nuestra acción será castradora, inhibiendo la capacidad de luchar. Si la dejamos sin poner límites, la situación se convertirá en una tiranía infantil, un mundo inseguro y cruel.

La forma en que la agresividad puede evolucionar debe fundamentarse en la aceptación incondicional, base de una relación auténtica y en unos límites claros que seguricen y enmarquen la situación.

Con estas condiciones, la agresividad evoluciona desde sus formas mas primarias hacia otros tipos de comunicación más elaborados.

Enfrentar la agresividad es algo más que un objetivo de la *práctica psicomotriz*, los lenguajes expresivos y algunas líneas de trabajo marcial interno: es una cuenta pendiente que tiene la humanidad.

Bibliografía:

- Aucouturier, B. y Lapierre, A. (1985). *Simbología del movimiento*. Barcelona: Editorial Científico-médica.
- Helinger, B. *Imágenes que liberan*. Vídeo didáctico.
- Vigotski, L. S. *El juego y su función en el desarrollo psíquico del niño*. Cuadernos de Pedagogía nº 25.