

**UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

PSICOTERAPIA GESTALT Y AGRESIVIDAD EN ADOLESCENTES: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA  
TESIS DE GRADO

**ROCIO DEL ROSARIO CIFUENTES MALDONADO**  
CARNET 15383-16

QUETZALTENANGO, ENERO DE 2021  
CAMPUS DE QUETZALTENANGO

**UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

PSICOTERAPIA GESTALT Y AGRESIVIDAD EN ADOLESCENTES: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

TESIS DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE  
HUMANIDADES

POR

**ROCIO DEL ROSARIO CIFUENTES MALDONADO**

PREVIO A CONFERÍRSELE

EL TÍTULO DE PSICÓLOGA CLÍNICA EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADA

QUETZALTENANGO, ENERO DE 2021  
CAMPUS DE QUETZALTENANGO

## **AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**

RECTOR: P. MARCO TULLIO MARTÍNEZ SALAZAR, S. J.  
VICERRECTORA ACADÉMICA: MGTR. LESBIA CAROLINA ROCA RUANO  
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: LIC. JOSÉ ALEJANDRO ARÉVALO ALBUREZ  
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: MGTR. MYNOR RODOLFO PINTO SOLÍS  
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: MGTR. JOSÉ FEDERICO LINARES MARTÍNEZ  
SECRETARIO GENERAL: DR. LARRY AMILCAR ANDRADE - ABULARACH

## **AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES**

DECANO: DR. JUAN PABLO ESCOBAR GALO  
SECRETARIA: MGTR. ANA ISABEL LUCAS CORADO DE MARTÍNEZ

## **NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN**

LIC. ROSA VIRGINIA ALEMÁN RODAS

## **REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN**

MGTR. LESVIA MARITZA RODRÍGUEZ PANIAGUA

## **AUTORIDADES DEL CAMPUS DE QUETZALTENANGO**

DIRECTOR DE CAMPUS:	P. MYNOR RODOLFO PINTO SOLIS, S.J.
SUBDIRECTORA ACADÉMICA:	MGTR. NIVIA DEL ROSARIO CALDERÓN
SUBDIRECTORA DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA:	MGTR. MAGALY MARIA SAENZ GUTIERREZ
SUBDIRECTOR ADMINISTRATIVO:	MGTR. ALBERTO AXT RODRÍGUEZ
SUBDIRECTOR DE GESTIÓN GENERAL:	MGTR. CÉSAR RICARDO BARRERA LÓPEZ

Quetzaltenango, 06 de noviembre de 2020.

Ingeniera  
Nivia Calderón  
Subdirectora Académica  
Universidad Rafael Landívar  
Campus Quetzaltenango

Estimada Inga. Calderón:

Por este medio hago de su conocimiento que he revisado la tesis titulada: **PSICOTERAPIA GESTALT Y AGRESIVIDAD EN ADOLESCENTES: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA**, elaborada por la estudiante Rocio del Rosario Cifuentes Maldonado, quien se identifica con carné No. 1538316, de la carrera de Licenciatura en Psicología Clínica; la cual considero cumple con los lineamientos requeridos por la universidad.

Por lo anteriormente expuesto emito dictamen favorable, para que dicho trabajo continúe el trámite administrativo previo a la defensa del mismo.

Sin otro particular me suscribo.

Atentamente,

Licenciada  
**Rosa Virginia Alemán Rodas**  
Psicóloga Clínica  
Terapeuta del Lenguaje y Audición  
Colegiado No. 3071



Licda. Rosa Virginia Alemán Rodas

Colegiado activo No. 3071



Universidad  
Rafael Landívar  
Tradicón Jesuita en Guatemala

FACULTAD DE HUMANIDADES  
No. 054267-2021

### Orden de Impresión

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado de la estudiante ROCIO DEL ROSARIO CIFUENTES MALDONADO, Carnet. 15383-16 en la carrera LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA, del Campus de Quetzaltenango, que consta en el Acta No. 052880-2021 de fecha 21 de enero de 2021, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

PSICOTERAPIA GESTALT Y AGRESIVIDAD EN ADOLESCENTES: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

Previo a conferírsele el título de PSICÓLOGA CLÍNICA en el grado académico de LICENCIADA.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 27 días del mes de enero del año 2021.

 Universidad  
Rafael Landívar  
Tradicón Jesuita en Guatemala  
Facultad de Humanidades  
Secretaría de Facultad

MGTR. ANA ISABEL LUCAS CORADO DE MARTÍNEZ, SECRETARIA  
HUMANIDADES  
Universidad Rafael Landívar

## **Agradecimientos**

- A Dios:** Por permitirme llegar a la culminación de esta etapa estudiantil, por no dejarme caer, por darme fuerzas para continuar y por ayudarme a nunca perder la Fe.
- A la Virgen del Rosario:** Por ser una guía, un ejemplo y sobre todo por protegerme y guiarme durante todos estos años, Gracias Madre mía.
- A mis padres:** Fredy y Natividad porque cada triunfo es cosecha de su apoyo económico, moral y emocional, porque con su amor incondicional me han demostrado que todo en la vida se puede lograr, porque han tenido las palabras adecuadas en todo momento para tener la motivación necesaria. Los amo.
- A mi abuelita:** Juana Maldonado por todo el apoyo y cariño que me ha dado a lo largo de la vida, por ser esa luz en momentos de oscuridad. La quiero.
- A mis hermanos:** Fredy, Rodrigo, Brayam por todos los momentos compartidos, por llenarme de felicidad y por ser un ejemplo en todo momento. Los quiero.
- A mis cuñadas y sobrinos:** Por formar parte de mi vida, por compartir momentos llenos de felicidad y enseñarme día con día cosas nuevas.
- A mis catedráticos:** Por ser la fuente de sabiduría, por compartir sus conocimientos y apoyarme en este proceso, en especial a las Licenciadas: Gabriela Lemus, Flor de María Barrios y Cilinia Vásquez Sosa. Las aprecio mucho.

**A mi amiga:**

Alejandra Velásquez porque su amistad fue un apoyo indispensable en estos años de estudio, por compartir conmigo este triunfo y por todos aquellos momentos compartidos que hoy son grandes recuerdos. La quiero.

## ÍNDICE

	<b>Pág.</b>
Resumen	
<b>I.INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>1</b>
Psicoterapia Gestalt .....	7
1.1.2 Definición .....	7
1.1.3 Antecedentes de la psicoterapia Gestalt .....	7
1.1.4 Objetivo de la terapia Gestalt .....	9
1.1.5 Proceso para la autenticidad del yo .....	10
1.1.6 Ciclo Gestáltico .....	13
1.1.7 Técnicas gestálticas aplicadas a los niños y adolescentes .....	14
1.2 Agresividad .....	18
1.2.1 Definición .....	18
1.2.2 Origen de la agresividad .....	18
1.2.3 Tipos de agresividad .....	20
1.2.4 Causas de la agresividad .....	22
1.2.5 Estilos de expresión de la agresividad .....	24
1.2.6 Diagnóstico de los trastornos de agresividad .....	27
1.2.7 Tratamiento para la agresividad .....	30
<b>II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	<b>34</b>
2.1. Objetivos .....	35
2.1.1. Objetivo general .....	35
2.1.2. Objetivos específicos .....	35
2.2 Variables o elementos de estudio .....	35
2.3 Definición de variables .....	35
2.3.1 Definición conceptual de las variables o elementos de estudio .....	35
2.5 Alcances y limites .....	36
2.6 Aportes .....	36
<b>III. MATERIAL Y MÉTODO</b> .....	<b>38</b>
3.1. Sujetos .....	38

3.3. Procedimiento .....	38
3.4. Tipo de investigación, diseño y metodología .....	39
<b>IV. ANÁLISIS Y RESULTADOS .....</b>	<b>41</b>
<b>V. DISCUSIÓN .....</b>	<b>43</b>
<b>VI. CONCLUSIONES .....</b>	<b>53</b>
<b>VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>55</b>

## **Resumen**

La psicoterapia Gestalt se caracteriza por desarrollar el potencial de cada ser humano, ya que sostiene que la mente se encarga de configurar los elementos que se forman por medio de la percepción y de la experiencia de la vida, y la agresividad hace referencia a un conjunto de patrones de actividad que pueden manifestarse con intensidad variable, donde se incluye desde la pelea física hasta los gestos o expresiones verbales que aparecen en el curso de cualquier negociación; el objetivo de la investigación fue: describir la efectividad reportada en la literatura científica sobre la terapia Gestalt como tratamiento para la agresividad en adolescentes, el estudio se fundamentó en la revisión sistemática de la literatura relacionada con la efectividad de la psicoterapia Gestalt y agresividad en adolescentes, comprendidos en las edades 12 a 18 años de sexo femenino y masculino; pertenecientes a diferentes países del mundo como: China, España, México y Guatemala., la investigación es de tipo exploratoria, diseño revisión sistemática y enfoque descriptivo. Luego del trabajo de investigación se concluye que los hallazgos en la literatura científica en relación con la terapia Gestalt permiten obtener datos, investigaciones e información que permite verificar los distintos contextos en los cuales es aplicable esta terapia psicológica en relación con la conducta agresiva en la cual se determina la efectividad de la terapia Gestalt como tratamiento para la agresividad en adolescentes.

Palabras clave: agresividad, Gestalt, adolescentes

## I. INTRODUCCIÓN

La terapia gestáltica y la agresividad son dos elementos que actualmente toman relevancia en el ámbito clínico, al ser la Gestalt una herramienta indispensable creada por Fritz Perls que menciona el desarrollo del ámbito terapéutico de diversas afecciones clínicamente significativas de las cuales se enfoca en el aquí y ahora de forma holística en la persona al evaluar la situación actual, se encarga de constituir las partes que se encuentran inestables; por lo que el objetivo es que el individuo alcance a tener un funcionamiento óptimo y libre, y que viva en condiciones adecuadas para relacionarse con las personas que le rodean, se considera que la terapia incluye diversos factores que facilitan la resolución de asuntos inconclusos que al no abordarse pueden ocasionar conflictos a nivel emocional, por esa razón se considera a la conciencia como punto clave que fomenta la implementación de la autoayuda al ser un medio facilitador que promueve el bienestar emocional; mientras que la agresividad representa un problema de tipo psicológico donde se agrede de forma verbal, física o mental, al atentar la integridad del individuo, puede darse en diversos momentos y contextos.

Los métodos y las técnicas de la psicoterapia Gestalt hacen que este tipo de terapia tenga mucha aplicación a favor del sistema conductual, lo que permite un buen manejo de la conducta agresiva, ya que esta es una respuesta particular que genera una alteración ante un estímulo interno o externo del ser humano; los problemas que se derivan de estas reacciones generan destrucción o violencia por lo que la Gestalt permite la orientación del sistema y estructura del pensamiento, donde se tiene como objetivo llegar a la modificación de la conducta.

A diario, se observa en el contexto educativo, las distintas actitudes positivas y negativas; es preciso resaltar que, en los últimos años, los adolescentes demuestran comportamientos agresivos, sin embargo, en la psicología se ha visto como un tema de relevancia social inevitable; las reacciones frente a esta problemática han llevado a la desesperación, ya que ha sido difícil encontrar una solución descifrada. Una de las dificultades que enfrentan los orientadores en las escuelas es por qué los adolescentes a menudo infringen las normas y piensan que un comportamiento agresivo los lleva a obtener lo que desean.

Por consiguiente, la presente investigación tiene como objetivo principal describir los hallazgos reportados en la literatura científica de la terapia Gestalt y agresividad.

López (2019) en la tesis titulada terapia Gestalt y acoso escolar con estudiantes de nivel básico, de la Universidad Rafael Landívar, campus de Quetzaltenango, donde el objetivo fue determinar la influencia de la terapia Gestalt sobre el índice general de acoso que presentan los estudiantes de primero básico secciones A y B del colegio privado Mixto San Francisco de Asís de la cabecera departamental de Quetzaltenango, el estudio se realizó con 35 estudiantes de nivel básico, hombres y mujeres de nacionalidad guatemalteca que oscilan entre los 11 y 16 años. La investigación fue de tipo cuantitativo y diseño pre experimental; se utilizó el cuestionario Ave para niños y adolescentes, que brinda indicios generales de acoso e intensidad, bloqueo social y escalas clínicas de daño emocional; con el reflejo de los datos se comprobó la influencia de la terapia Gestalt sobre el índice general de acoso que presentan los estudiantes de primero básico secciones A y B a través de la disminución del acoso global por lo cual se aceptó la hipótesis de investigación al verificarse los resultados obtenidos por una diferencia de 7.97%. Por lo que se recomienda la aplicación de la terapia Gestalt para disminuir el acoso escolar como herramienta funcional, ya que reduce de forma significativa el nivel de acoso escolar que pueda presentarse en los estudiantes.

Manrique y Pineda (2018) en la tesis titulada la depresión y la psicoterapia Gestalt grupal en adolescentes de la Universidad San Carlos de Guatemala, campus de Guatemala, donde el objetivo fue aportar conocimiento sobre la efectividad de la psicoterapia Gestalt grupal en el abordaje de depresión en adolescentes guatemaltecos; la muestra que se utilizó fue de forma no aleatoria con 250 estudiantes comprendidos en las edades de 13 a 17 años. La investigación se basó en un enfoque mixto, donde se utilizó un método cuali-cuantitativo y diseño pre experimental, se utilizó el inventario de depresión de Burns (IDB) que mide los puntajes de la depresión y los clasifica en bajo, moderado y grave; con el reflejo de los datos se comprobó la efectividad del tratamiento de la depresión, donde se utilizó la psicoterapia Gestalt grupal en adolescentes de 13 a 17 años, donde disminuyeron los síntomas ubicados en los rangos de moderado y grave al inicio del tratamiento, hasta los rangos de no existente, limite y leve al completar el proceso psicoterapéutico. Por lo que se recomienda promover en la Escuela de Ciencias Psicológicas, de la Universidad de San Carlos

de Guatemala la aplicación de la psicoterapia Gestalt grupal en adolescentes de 13 a 17 años, para el tratamiento de la depresión, donde se considera la efectividad mostrada en esta investigación.

Cab, *et al.* (2015) en el artículo titulado Taller para fortalecer la autoestima y prevenir el consumo problemático de bebidas alcohólicas por medio de la terapia Gestalt en estudiantes, que aparece en la revista electrónica Fundación Dialnet, volumen 14. II, paginas 75 – 84, explican que el objetivo del estudio fue diseñar e implementar un taller con enfoque Gestalt, para fortalecer la autoestima y prevenir el consumo problemático de bebidas alcohólicas en estudiantes universitarios de una institución de educación superior, se trabajó con una muestra significativa de siete estudiantes de 17 y 24 años, la característica común fue pertenecer a una institución de educación superior, en las instalaciones de la Institución de Educación Superior (IES) de México; la investigación fue de tipo cuantitativo y diseño pre-experimental, el instrumento utilizado fue el test de autoestima de Carrión y psicoterapia Gestalt. Con el reflejo de los datos se concluye que la intervención favoreció a la toma de decisiones más responsables con respecto al consumo de bebidas alcohólicas y se recomendó fortalecer los recursos personales para afrontar situaciones de riesgo.

Asefo (como se citó en Gerardo, 2013) en el artículo Tipo de relaciones familiares y adolescentes que se autolesionan una visión Gestalt que se encuentra disponible vía electrónica a través del blog Sociedad internacional de autolesión del mes de enero comenta, que es preciso conocer la relación que existe entre la clase de vínculos familiares y el adolescente que se autolesiona para brindar el apoyo necesario dentro de los contextos familiares, educativos y terapéuticos que pudieron descubrirse por medio de la tesis sobre la cual se fundamenta dicho artículo, estudio que se realizó en Veracruz, México, con 14 jóvenes de secundaria que se autolesionan, en donde se obtuvieron los siguientes resultados: se logra detectar una disminución de 0.09 en tres de los jóvenes y 0.11 en diez de los sujetos de estudio, por lo que se concluye que la terapia Gestalt es funcional para la intervención de conductas que causan deterioro físico, emocional y se recomienda abordar especialmente el tema de la retroflexión, el enfoque holístico para brindar un medio de bienestar bioenergética con el cuerpo en el manejo de las emociones de los adolescentes.

Peña (2011) en la tesis titulada técnicas de terapia Gestalt para disminuir la agresividad en adolescentes con alto riesgo de introducirse en grupos juveniles delictivos, de la Universidad Rafael Landívar campus de Central, donde el objetivo fue establecer si las técnicas de terapia Gestalt disminuyen la agresividad en adolescentes con alto riesgo de introducirse en grupos juveniles delictivos, la muestra que se utilizó fue solo un grupo conformado por 12 adolescentes comprendidos en las edades de 15 a 17 años. La investigación fue de tipo cuantitativo y diseño pre experimental; se utilizó el Inventario de Hostilidad (BDHI) de Buss – Durkee, que mide los niveles de agresividad; con el reflejo de los datos según los resultados obtenidos en la preprueba y la postprueba en los niveles de agresividad, de los 12 sujetos 11 disminuyeron en los punteos luego de la aplicación del programa propuesto de técnicas de terapia Gestalt y uno mostró un aumento en el mismo. Por lo que se concluye que los adolescentes con alto riesgo de introducirse en grupos juveniles delictivos presentan altos niveles de agresividad según la prueba utilizada para fines de esta investigación. Por lo que se recomienda brindar a los jóvenes adolescentes pertenecientes a esta primera fase, un acompañamiento psicológico en ambas aplicaciones, tanto grupal como individual, ya que esto puede ayudar en gran medida a contrarrestar los efectos y el impacto que el contexto en que se desarrollan los jóvenes tiene sobre ellos y los niveles de agresividad.

Pérez (2019) en la tesis titulada Rasgos temperamentales y agresividad en estudiantes, de la Universidad Rafael Landívar, campus de Quetzaltenango; donde el objetivo fue establecer la relación entre rasgos temperamentales y agresividad en estudiantes de nivel básico del Instituto guatemalteco de Educación Radiofónica IGER, de la cabecera departamental de Quetzaltenango; la muestra que se utilizó fue de 49 sujetos de ambos sexos, comprendidos entre 16 a 26 años de edad, de distintas religiones, estatus económicos y grupos étnicos. La investigación fue de tipo cuantitativo y de diseño descriptivo correccional; se utilizaron las pruebas psicométricas de Inventario de Rasgos Temperamentales (IRT) el cual explora las siguientes siete áreas. (A) Activo, (V) Vigoroso, (I) Impulsivo, (D) Dominante, (E) Estable, (S) Sociable y (R) Reflexivo y se evaluó agresividad a través del test INAS- 87; con el reflejo de los datos, se concluye que no existe relación estadísticamente significativa entre los rasgos temperamentales y agresividad en los estudiantes de nivel Básico del Instituto Guatemalteco de Educación Radiofónica de Guatemala,

por lo que se afirma que el temperamento no influye en la agresividad que pudieran presentar los sujetos de la investigación. Por lo que se motiva a los estudiantes investigados, para que se informen a profundidad, sobre los rasgos temperamentales y la agresividad, con el fin de que conozcan, las características personales que presentan en cada una de las áreas evaluadas, así como las manifestaciones de agresividad en un nivel bajo.

Mejía (2019) en la tesis titulada Terapia cognitivo conductual y agresividad, de la Universidad Rafael Landívar, Campus de Quetzaltenango; donde el objetivo fue determinar la influencia de la terapia cognitiva conductual en la agresividad de los adolescentes de 4° y 5° bachillerato en ciencias y letras del centro educativo Fe y Alegría No. 49 del municipio de Santa María Chiquimula departamento de Totonicapán; la muestra fue de 20 alumnos con edades comprendidas entre los 16 y 18 años de ambos sexos, la mayoría del área rural, perteneciente a la cultura indígena k'iche' español, la investigación fue de tipo cuantitativo y diseños pre experimental; se utilizó la prueba psicométrica test INAS- 87, con el reflejo de estos datos se concluye, que la terapia cognitivo conductual tiene incidencia en el nivel de la agresividad. Por lo que se recomienda utilizar la terapia cognitivo conductual como una herramienta importante y factible en el abordaje de los comportamientos agresivos que presentan los individuos.

Santos (2019) en la tesis titulada Agresividad y control, de la Universidad Rafael Landívar, Campus de Quetzaltenango; donde el objetivo fue establecer el nivel de agresividad y control en los jóvenes de la fundación “futuro de los niños” que oscilan entre las edades de 14 a 18 años, del municipio de Salcajá, Quetzaltenango; la muestra fue de 42 adolescentes residentes de la fundación “Futuro de los niños” comprendidos entre las edades de 14 a 18 años de ambos géneros, provenientes del área rural y urbana; la investigación fue de tipo cuantitativo y diseño descriptivo; se utilizaron las pruebas psicométricas test INAS- 87 y el cuestionario de personalidad CEP que está formado por las iniciales de los términos de control, extraversión y paranoidismo, además incluye dos escalas auxiliares: sinceridad y numero de dudas; por lo que con el reflejo de los datos se determina que la media aritmética de agresividad de los evaluados corresponde a 46 lo que indica que se encuentra en un nivel medio, mientras que en control la media es de 34 que también

los coloca en un nivel medio. Por lo que se recomienda a los encargados de la Fundación “Futuro de los niños” que acogen niños y adolescentes institucionalizados, que informen y desarrollen herramientas cognitivas que mejoren la gestión emocional en los jóvenes mediante actividades prácticas de promoción de la salud mental.

Redondo, Rangel y Luzardo (2016) en el artículo titulado Conducta agresiva en una muestra de estudiantes de tres colegios de la ciudad de Bucaramanga, Colombia de la revista electrónica Encuentros, del mes de junio, indican que se realizó una investigación que tuvo como objetivo analizar la prevalencia de la conducta agresiva en adolescentes estudiantes de tres colegios de la ciudad de Bucaramanga. La investigación tuvo un enfoque descriptivo donde el instrumento utilizado fue el Inventario de habilidades sociales para adolescentes (TISS). Los estudiantes incluidos en el estudio fueron 816 y están comprendidos entre las edades de 11 a 17 años; los resultados muestran que la prevalencia de la conducta agresiva fue del 16.3%. Además, la prevalencia de chicos agresivos fue sustancialmente superior a la de chicas en todas las edades y los cursos académicos analizados. El estudio concluye con la importancia de tomar acción sobre la problemática de la agresividad y las diferentes manifestaciones en el medio escolar.

Mestre, *et.al.* (2012) en el artículo titulado Emociones, estilos de afrontamiento y agresividad en la adolescencia que aparece en la revista en línea Universidad de psicología de Bogotá Colombia, del mes de febrero, exponen que el estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre las estrategias de afrontamiento y las emociones con la conducta agresiva. La muestra constó de 1557 niños y niñas, entre las edades de 12 y 15 años escolarizados. Se utilizaron para el estudio la Escala de agresividad física y verbal (AFV), Escala de inestabilidad emocional (IE), índice de empatía para niños y adolescentes y Escala de afrontamiento para adolescentes. Los resultados mostraron diferencias significativas en función de la edad en algunas de las variables, se confirmó la relación entre el afrontamiento y la agresividad; el estudio concluye con la necesidad de intervenir precozmente a través de programas que desarrollen la empatía, los mecanismos de afrontamiento, el autocontrol y en definitiva la capacidad para afrontar situaciones problemáticas y de riesgo.

## **1.1 Psicoterapia Gestalt**

### **1.1.2 Definición**

Salama (2012) define a la psicoterapia gestáltica como el eslabón de encuentro de la corriente humanista ante las configuraciones mentales y conductuales que prioriza el auto apoyo al ser humano, por medio de la optimización de nuevas estructuras que faciliten la expresión emocional, fue Fritz Perls quien introdujo el termino de motivación en la percepción de la teoría gestáltica que tuvo como resultado una psicoterapia con enfoque holístico al dejar de ser únicamente una teoría psicológica, en este abordaje se pueden cerrar ciclos inconclusos que se centran en el aquí y ahora de la persona, que integra uno de los principios esenciales de la terapia. Se enfatiza la situación dentro del contexto actual por medio de la utilización de herramientas vivenciales y de diálogo, por ello es reconocida por las múltiples modalidades de intervención tanto individual como grupal.

Baumgardner (2015) establece que la psicoterapia Gestalt es una terapia existencial, que busca resolver los problemas no aceptados, de los cuales no se responsabiliza el sujeto. Se encarga de suministrar una situación en específico, en donde se convierte como un catalizador que le facilitará a la persona tener una percepción de lo que ocurre en ese momento, lo cual hace que se sienta frustrado, por lo que la terapia Gestalt ayuda a la persona a resolver las necesidades y restaurar las partes perdidas de la personalidad, a través de ella pueda recuperarse, las experiencias y los funcionamientos rechazados, reconocerlos para actuar como se debe.

### **1.1.3 Antecedentes de la psicoterapia Gestalt**

Latner (2013) indica que la psicoterapia Gestalt es una corriente de la psicología moderna, surgida en Alemania a principios del siglo XX, en la ciudad Nueva York con los mayores exponentes Fritz y Laura Perls, también estuvieron involucrados Goodman, Hefferline; ellos apoyaron a que se fundara el instituto de Cleveland, el cual estuvo dirigido por Laura Perls, Paul Goodman y Paul

Weist, este procedimiento se considera como la matriz creativa de la Gestalt. Se pueden distinguir tres escuelas de Gestalt, por la forma del abordaje de la terapia, que son; la primera es la escuela de la Mente suscitada en Boston, la segunda es del Corazón originada en Cleveland y la última, La escuela de las emociones nacida en California, Estados Unidos.

Dos universidades fueron las que obtuvieron los primeros resultados experimentales; en sí nadie sabe cómo funciona, pero sólo basta entenderlo para darse cuenta del todo y no solamente de las partes. Por una parte, estaba la escuela de Graz en donde se propuso la teoría de la producción, que considera la cualidad Gestalt, es decir, la forma o todo, como el producto de un acto perceptivo y, por otro lado, la escuela de Berlín demostró que la Gestalt viene dada de forma inmediata; no es producto de la percepción, sino es ésta la que es producto de la Gestalt. Esta teoría fue demostrada con el movimiento aparente.

Fueron Max Wertheimer, Wolfgang Köhler y Kurt Koffka quienes desarrollaron el programa de investigación de la Gestalt a principios de la década de 1910, donde se abordó el movimiento aparente y dio lugar a la teoría del Fenómeno phi que consiste en una ilusión óptica del cerebro que hace percibir movimientos continuos en donde hay una sucesión de imágenes a sí mismo indica que la psicoterapia Gestalt trata de poner a prueba las creencias del individuo, este debe diferenciar, que realmente se acopla a sí mismo y se deshaga de lo que no se encuentre en sintonía, lo cual quiere decir ajeno del yo; las dificultades no resueltas desde la infancia son lo que crean que la persona crezca con angustia, por no haber asimilado las situaciones en el momento, lo cual hace que el individuo sea infeliz y pueda llegar a provocar sufrimiento a las personas que lo rodean, los individuos crecen con la capacidad de discriminar, lo que hace que la persona ponga límites y separe lo propio de lo otro. Gestalt ayuda a la persona a que pueda cerrar ciclos inconclusos vividos durante el trascurso de la vida.

#### **1.1.4 Objetivo de la terapia Gestalt**

Carabelli (2013) indica que la meta central se enfoca en la facilitación y agudeza de la conciencia, es decir, el conocimiento inmediato percibido mediante todos los sentidos y emociones subyacentes que provienen del exterior e interior del sujeto, que es proporcionado por el terapeuta al consultante para la clausura de todos aquellos asuntos inconclusos y los bloqueos que le impidan avanzar de forma significativa, da origen a la verdadera esencia, existencia de la persona, para lograr el aprendizaje del apoyo propio e independencia afectiva por medio de herramientas para facilitar la expresión emocional, al no buscar una adaptación social sino un acompañamiento que facilite el encuentro de sí mismo para una vida más plena, congruente a lo que representa la persona y puede llegar a ser, se destacan dos objetivos principales que complementan la meta terapéutica, los cuales se muestran a continuación:

- Inmediato, se enfocan en la finalización del contenido que se refleja como apremiante ante la percepción del terapeuta, reciben también el nombre de mediatos, esto representa un interés significativo para el avance y expresión emocional.
- A largo plazo: la utilidad que representan se refleja en el incremento ideológico pleno y auténtico para que el consultante favorezca el bienestar personal al mejorar así las habilidades de afrontamiento y valoración propia.

La metodología de la Terapia Gestalt se apoya en un conjunto de técnicas que se realizan a través de una sesión terapéutica, donde se busca atender las necesidades personales de cada individuo. La terapia gestáltica es única en el sentido de que es la escuela que, con mayor grado, es un sistema construido a través del entendimiento intuitivo más que sobre la teoría. Pone énfasis en la actitud saludable que adquiere el terapeuta y transmite al paciente, en donde se pueden producir cambios resultados reales, en donde es capaz de detectar la actitud exacta, reforzarla, enseñarla y motivarla al cambio ya que se conoce por sí mismo.

Con esto, se pretende que la persona sea consciente de cómo impacta y es impactada por su entorno, al hacer más consciente su manera ver, así como la vivencia de ello, con lo que se puede discernir qué son respuestas fijadas del pasado, que al día de hoy ya no tienen sentido, en donde se descubren nuevas maneras reacciones y comportamientos que le sean más útiles, aprendiendo a adaptarse y ajustarse a cada situación. El objetivo de la terapia Gestalt es ayudar al paciente en su problemática, donde busca hacer consciente de cómo ha llegado hasta el punto en el que se encuentra y cómo aprender a reaccionar de diferente manera ante las situaciones de la vida, busca generar la capacidad de elegir que opción quiere tomar para afrontar las situaciones, ampliar el campo de posibilidades. Gracias a esto, la persona puede llegar a conocer las capacidades y recobrar las habilidades perdidas.

### **1.1.5 Proceso para la autenticidad del yo**

Martín (2011) expresa que todo ser humano cuenta con seis capas que cubren la autenticidad del ser humano las cuales son llamadas también estratos del self; se encuentran ordenadas de las más externa hasta la más interna, por ende, las externas son las más artificiales de la personalidad, este término fue establecido por Fritz Perls en 1893 lo dio a conocer como estratos del yo y a continuación, se mencionarán y definirán.

- Falso, se representa lo que no se es, la persona actúa de una forma distinta en cada situación y momento, el individuo crea una fachada, es lo que las demás personas ven y oculta lo que es, manipular a las personas, actuar a la conveniencia para no quedar mal con las personas que lo observan. El individuo esconde en secreto los temores, heridas, dolor, tristeza e incluso la desesperación, todo aquello que no se desea mostrar de la personalidad y evitar que los demás lo pueda observar, la persona renuncia a vivir para sí misma, rechazar partes suyas, y adopta otras que no corresponden. El sujeto se aparta cada vez más de la identidad propia y se convierte en aquello que no es.
- Fóbico, la persona niega ser como es, y trata de ser tal como el ideal dicta, se puede llegar a alcanzar alienación, y se crea una distorsión de la percepción; en este estrato los seres humanos

tienen guardado los pensamientos de “no debo”, “no debo sentir”, “no debo hacer”, “no debo ser de tal manera”, entre otros, este estrato para los psicoanalistas es el superyó, lo cual este siempre indica lo que se debe hacer, donde se toma como base las normas, prohibiciones, y demás reglas que se aprendieron en la niñez y sirven para evitar situaciones que crean angustia.

- Del como si, dentro de este estrato se produce la sensación de no estar vivo, el individuo siente que no es el mismo, se siente como un objeto manipulable, este crea una sensación de estar atascado, sentir que no se puede retroceder o avanzar, el individuo experimenta el estrato impasse, no sonríe, no gesticula, ni muestra diferencias visibles en el rostro, algunos individuos permanecen en contacto con el mal humor ante la vida e infelices, también afecta a las personas que están al alrededor.
- Implosivo, en este estrato la persona se focaliza sólo en sí misma, lo que provoca que la energía se detenga, que el individuo crea que está entre la espada y la pared, siente que no hay ninguna salida, en este punto se paraliza y se estanca la energía ya que hace que la persona no encuentre sentido a la vida, es como si se viera el mundo en blanco y negro, causa una represión afectiva, la persona se muestra indiferente en todos los ámbitos, como la capacidad de sentir emoción, y falta de sentimientos. La persona siente dificultades para vivir o actuar plenamente.
- Explosivo, es la energía atascada, inmovilizada; al romper barreras, hace que se empiece a movilizar la energía y se prosiga el ciclo gestáltico, la persona experimenta una sensación de libertad, el cuerpo se llena de toda la energía, la cual estaba estancada, la persona empieza a experimentar grandeza donde se puede llegar a manejar poder o plenitud. El estrato de explosión cuenta con cuatro formas diferentes de producirse, que son la alegría, orgasmos, ira o rabia, aflicción o llanto, al momento que la energía se moviliza dependerá de que tan grande ha sido el bloqueo, de igual manera será la explosión, si es muy grande, y profunda a si serán los cambios ante el mundo.
- El yo verdadero, esta es la última capa en donde el ser humano actúa de manera sincera, es decir, que consiste en la franca actuación del humano, quiere decir que el actuar se da de forma

plena, en donde se llega a ejecutar acciones y expresiones de forma auténtica de los sentimientos, pensamientos con base a los eventos de la vida diaria.

A continuación, los proceso para la autenticidad del yo

**Tabla Núm. 1**  
**Proceso para la autenticidad del yo**

<b>Proceso</b>	<b>Definición</b>
Falso	La persona actúa de una forma distinta en cada situación o momento, el individuo crea una fachada, es lo que las demás personas ven y oculta lo que verdaderamente es.
Fóbico	La persona niega ser como es, y trata de ser tal como el ideal dicta, se puede llegar a alcanzar alienación, y se crea una distorsión de la percepción.
Del como si	El ser humano siente que no es el mismo, se siente como un objeto manipulable, este crea una sensación de estar atascado, y sentir que no se puede retroceder o avanzar.
Implosivo	La persona cree que está entre la espada y la pared, siente que no hay ninguna salida, en este punto se paraliza, y se estanca la energía.
Explosivo	La persona experimenta una sensación de libertad, el cuerpo se llena de toda la energía, la cual estaba estancada, y empieza a experimentar grandeza donde se puede llegar a manejar poder y plenitud.

El yo verdadero	Esta es la última capa en donde el ser humano actúa de manera sincera, quiere decir que el actuar se da de forma plena, en donde se realizan acciones y expresiones de forma auténtica.
-----------------	---

Fuente: elaboración propia con base en Martín (2011), p.31

### 1.1.6 Ciclo gestáltico

Salama (2012) establece que el ciclo de la experiencia es derivado de los conductistas, y que los primeros gestaltistas lo tomaron con un octograma; es un modelo tomado del conductismo por algunos terapeutas Gestálticos e incorporado al funcionamiento holístico del organismo, si el ciclo no se completa, la necesidad queda insatisfecha, y la situación inconclusa pendiente atrapa a la persona cada vez más; a continuación, se representan las diferentes fases que contiene el ciclo gestáltico, por donde se moviliza la energía necesaria, para satisfacer la necesidad precedente. Se definirá cada una de ellas que corresponde al ciclo, el cual está constituido por siete que son:

- Reposo, parte de un punto, al cual se le puede llamar indiferencia creativa que representa el equilibrio, el punto de inicio de un nuevo ciclo de la experiencia, se asume el estado de vacío fértil, el cual todas las potencialidades emergen para crear una nueva Gestalt, tanto la necesidad fisiológica y psicológica tiene el mismo valor, por lo que el inicio de una fase se conecta a tales necesidades, y se selecciona la más fuerte.
- Sensación, en esta fase se determina e identifica la zona interna al sentir físicamente algo que aún no se conoce, en el nacimiento de una nueva necesidad, la cual provoca tensión que aún no es consciente, aunque esté presente, pero se incorpora la parte emocional de la tercera fase después de haber pasado la energía.
- Formación de la figura, ya se tiene claro la figura de la necesidad y se hace consciente la sensación, en esta fase el organismo diferencia lo que necesita satisfacer y se localiza en la zona de la fantasía.

- Movilización de la energía, en esta fase se integra la energía indispensable (energetizar), para satisfacer la necesidad demanda, y se potencializa la energía, dándole camino a la acción, pero debe de haber diferentes alternativas en esta zona intermedia.
- Acción, ocurre el paso de la activación de la movilización del organismo hacia el objeto racional, quiere decir que se actúa y se pone en contacto con la zona externa.
- Pre contacto, esta fase se identifica al objeto racional, para ponerse en contacto, el organismo establece la fuente para satisfacer y dirigir la energía hacia el objeto, lo cual se convierte un contacto parcial.
- Contacto, como el nombre lo indica, se establece con el objeto de satisfacer y se tiene unión con el mismo, se obtiene el placer en el organismo porque la necesidad se satisface.
- Post contacto, se empieza a desergentizar lo cual da paso hacia el reposo junto con el proceso de asimilación y alienación de la experiencia. En esta etapa la persona está consciente para poder iniciar un nuevo ciclo.

Al finalizar la etapa anterior se obtiene un equilibrio momentáneo, que también se nombra indiferenciación creativa, y el organismo se prepara, para encontrarse listo e iniciar a satisfacer una nueva experiencia o ciclo gestáltico.

### **1.1.7 Técnicas gestálticas aplicadas en adolescentes**

Cornejo (2012) explica que existen diversas técnicas con una amplia forma de aplicación que no están limitadas a una sola población, buscan obtener un anclaje emocional por medio de varios materiales y componentes como el arte para evaluar diversos rasgos que pueden manifestarse a través del juego en varios casos, fomentar un ambiente seguro para la expresión emocional. Una de las herramientas más utilizadas por la autora es la implementación de Segismundo el cual es otra forma de representación del oso Perls, puede usarse de muchas maneras, en diversos casos completarse con la implementación de música para conducir el juego, de esta forma los niños y

adolescentes realizan una proyección directa del mundo interior. A continuación, se presentan otras técnicas importantes para el abordaje terapéutico:

- La línea de la vida, se le pide al adolescente que pueda enfocarse desde la niñez hasta el momento actual que se forja por medio de folios y materiales que se le facilitarán, de forma que pueda asociar, colores, emociones, sentimientos a través de los cuales trace una línea a su elección de cualquier tipo, donde hacer saber que se dispone del tiempo que desea, así como los cambios de color que decida utilizar. Al finalizar se realizan preguntas como medio de asociación libre mediante los colores, figuras o sucesos que complementen su autobiografía, de esta manera se podrán analizar tanto emociones y sucesos como incongruencias que puedan presentarse.
- Caja de palabras, se colocan papeles en los que se escriben diversas palabras de todo tipo, de las que se retoma una historia con el título que se designa al final de la redacción, la narración no debe ser menor ni mayor a una hoja completa, se trabaja con adolescentes, todos colaboran en la creación y subrayan la palabra que escogen al azar, al inicio el tema es libre sin embargo a medida que el ejercicio transcurre en una segunda ocasión se utiliza la misma metodología con la variante de las consignas a escoger y describir una narración sobre algún suceso de la vida, lo que la persona desearía que ocurriera, que refleje un momento triste, divertido, difícil, el peor momento, angustioso; de forma que se obtenga material tanto de la vivencia, como las emociones de la percepción y recursos de la persona ante los sucesos presenciados.
- Representa el mundo interior, utiliza materiales como aerosoles de lata, papel, marcadores de color plata y dorado; al sujeto se le designa la creación del propio mundo que corresponda a la manera de sentir todo lo que en la persona habita al utilizar los materiales administrados. Puede hacerse una variante a través de la cual se le pide representar de forma gráfica lo que considera que necesita al iniciar la sesión, se le proporcionan recortes y revistas. Se implementa de igual forma para trabajar las relaciones con otros al graficar el estado, suceso o situación emocional, por ejemplo, un día no tan positivo en el colegio, una discusión con los padres.
- La pared de las denuncias, al adolescente se le facilitan diferentes folios de papel, cartulinas de modo que tenga diverso material para trabajar con la consigna de tener la oportunidad de

escribir en el folio que simboliza una pared y todas aquellas denuncias que se deben realizar con lo que se está o no de acuerdo de la sociedad, escuela, familia, de sí mismos; después de realizar las denuncias se entabla un diálogo de cada una con el objetivo de lograr la expresión.

- Consignas, en esta técnica los adolescentes trabajaran en hojas en blanco en donde durante las sesiones se le pedirá que pueda colocar lo siguiente: puede escoger doce palabras y escribir una narración de algo que le sucedió en la vida, con este ejemplo se le va pedir que escoja doce palabras y que las relacione con sucesos, eventos o deseos que quiera para la vida, en algún punto del trabajo se le puede dejar la libertad al adolescente que pueda decidir sobre que escribir o sobre qué hablar. Para esta técnica se debe tener en cuenta que el tiempo mínimo de relación terapéutica es de seis meses.

Carrabelli (2013) menciona que las técnicas gestálticas en adolescentes son de mucha importancia, ya que ayudan a que en este período de vida de transición y cambio la persona pueda llegar a tener un buen manejo y control de las emociones y esto se pueda ver de manifiesto en las áreas en las que se desenvuelve. A continuación, se presentan las técnicas más importantes que se dan en un proceso terapéutico:

- Técnicas supresivas, son aquellas que se encargan de suprimir la acción evitada por el adolescente lo que le ayuda a tomar contacto con aquellos que se evita, por lo tanto, lo enfrenta con la situación de descubrimiento o con aquello que teme; es impredecible llegar a comprender que la evitación de una emoción o de un contacto es la forma defensiva primaria que se tiene para poder evitar el sufrimiento, cuando la intensidad emocional es más alta de lo que un ser humano puede llegar a tolerar existen dos reacciones que son: resolverlo de manera sana o de una forma neurótica.

Cuando el organismo cuenta con los recursos suficiente y sabe cómo resolver la situación logra encontrar el alivio de la intensidad emocional, en cambio, cuando no se sabe o no se cuenta con los recursos necesarios para resolver el aumento de la tensión emocional, se halla a una desconexión de la situación y esto pasa para tener un equilibrio y así superar de alguna forma la situación que genera conflicto. Por lo tanto, trabajar con técnicas supresivas es lograr que el

organismo del ser humano deje de evitar las situaciones de contacto que le ofrece la vida, para ello es necesario instrumentar a ese organismo para que pueda descubrir los nuevos recursos.

- Técnicas expresivas, son aquellas que buscan la expresión de los sentimientos y necesidades, para que la persona se ponga en contacto consigo misma y con el entorno que lo rodea, en donde se busca que el ser humano pueda darse cuenta de lo que siente y de lo que expresa. La aplicación de esta técnica en el enfoque gestáltico es contextualizada en el marco de transformación de la conciencia inmediata y esto se hace para que la persona sea más atenta a la respuesta que genera de las situaciones del entorno que son de importancia.

La expresión humana es espontánea y cultural, surge del cuerpo de una manera simple y espontánea en donde se manifiestan las emociones básicas como: alegría, tristeza, enojo y temor; sin embargo, las idealizaciones sociales como los hombres que no lloran son más fuertes inhiben la expresión de la tristeza, y eso es lo que pasa con la mayoría de emociones que se pueden llegar a manejar por los diferentes contextos sociales. La expresión emocional puede estar bloqueada en diferentes momentos y se debe atender esa necesidad de manera específica, ya que no es lo mismo una persona que está en estado de reposo a una persona que expresa.

- Técnicas de integración, la integración de dos aspectos de la personalidad conlleva a que en algunos momentos se lleve a reconocer solo a un aspecto al otro no; a medida que se integran la conciencia se expande, ya que donde hay un conflicto humano sucede entre dos partes de la misma persona que ignoran que pertenecen a dicho sistema y pugnan a ponerse entre sí; entonces integrar se resume a que es adquirir conciencia de parte, que cada una de ellas pertenece a un todo y que existen vínculos que interconectan a las partes de un sistema; se consideran seis caminos para la reconciliación que pueden ser útiles en diferentes situaciones y son: la danza corporal de los opuestos, actuación de roles, diálogo de los opuestos, cuento integrador, encuentro en las artes plásticas y la integración onírica.

## **1.2 Agresividad**

### **1.2.1 Definición**

Mingote (2013) describe que la agresividad es una acción al servicio de la competición social que van dirigidas a obtener consecuencias a favor en las interacciones conflictivas, que tiene como resultado, pérdidas o ganancias, victorias o derrotas, se toma repentinamente la acción sin medir las consecuencias de la misma, es preciso diferenciar entre violencia y agresividad, ya que es de fácil confusión, no es necesario causar lesiones físicas para conducirse de manera agresiva, con producir molestias o prejuicios ante los demás es suficiente, esta acción se puede ver incluida muy fácilmente en personas impulsivas, porque no cuentan con un dominio personal adecuado para una buena relación interpersonal.

Andreu (2010) refiere que la agresividad es un tipo de respuesta no planificada, que se deriva básicamente de la ira, ya que tiene motivación para causar daño o un tipo de lesión a las demás personas, actúan como resultado de alguna provocación y activa una emoción desagradable, hacen que la persona en un momento dado desemboque la agresividad por las mismas amenazas o actitudes negativas que recibe, se asocia al miedo, irritabilidad, hostilidad y provocación percibida, ya sea esta verdadera o imaginaria, puede ser una característica de un trastorno por comportamiento disruptivo, como el negativista desafiante e hiperactividad.

### **1.2.2 Origen de la agresividad**

Benítez y Justicia (como se citaron en Estrada, 2015) explican que la familia es el primer ambiente o referente del infante, para conocer las pautas de comportamiento y desenvolvimiento social, es por ello que el tipo de crianza del niño juega un papel esencial en la conducta de adulto, además, el hecho de ser hijo de padres antisociales o víctimas de maltrato, abuso, o métodos de crianza

violentos, genera una mayor propensión al reflejar agresividad, violencia o aislamiento lo que les genera no encajar en la sociedad y optar por la delincuencia.

Desde pequeños los niños aprenden de los progenitores que la conducta agresiva es una forma correcta de liberar el estrés e incluso la frustración que llegaron a experimentar, además cuando los padres son negligentes y usan los golpes como castigo, llevan al niño a ser más propensos a desarrollar de adulto conductas agresivas como una manera de defenderse del entorno o incluso como un modelo repetitivo de conducta que según el aprendizaje es una expresión emocional correcta. A continuación, se da una explicación de los orígenes de la agresividad.

- **Psico biología de la agresividad:** en todas las especies se presenta la reacción de agresión, aunque con algunas diferencias en cuanto a la forma de manifestarla y experimentarla, tal es el caso del ser humano que presenta conductas y acciones impulsivas, las cuales desde el punto de vista de la biología se relaciona con la sexualidad y seducción, que se manifiestan como resultado de componentes bioquímicos que influyen en las conductas. En esta misma línea se ha encontrado que los sujetos con alta predisposición agresiva manejan dificultad para comunicarse o expresar empatía, lo cual causa consecuencias graves para la salud, como un alto nivel de irritación, es producto de una respuesta puramente defensiva ante la amenaza o incluso como respuesta a situaciones comprendidas como ofensa.

Las aminas cerebrales y agresividad a nivel cerebral aún no se tiene el dato exacto del mecanismo que produce la conducta de combatividad, sin embargo, gracias a estudios se conoce que la hormona testosterona y el neurotransmisor serotonina juegan un papel primordial en este tipo de respuestas, enfocadas en causar daño; además estudios realizados con monos brindaron el dato que la serotonina no inhibe y tampoco genera agresión, más ejerce control en conductas de riesgo, por lo que al no producir las potencias de la predisposición a manifestar agresión y conductas de riesgo, en esta misma línea se puede conocer como el uso de Prozac que es un inhibidor de los receptores

de serotonina, disminuye esta conducta. Sin embargo, este solo causa efecto en aquellas personas que manifiestan esta reacción de manera ocasional.

### **1.2.3 Tipos de agresividad**

Muñoz (2011) establece que reconocer la tipología es muy importante para identificar las causas y factores que intervienen en el proceso agresivo, conocer la tipificación también influye para conocer los estímulos internos y externos que en algún momento pueden generarla, si bien es cierto que ésta tiene como fin el hecho de atacar el bienestar de otra persona en diferentes áreas, este fin puede tener consecuencias mucho más fatales para la víctima según el tipo que se llegue a ejercer, entre las que menciona están; la física, verbal, impulsiva, psicológica, reactiva, proactiva, instrumental, que continuación se definen.

- Física, se define como la respuesta de una persona como estrategia de afrontamiento ante las amenazas que le llegan del exterior, lo cual lo lleva a la destrucción o lesiones que se dirigen a otros sujetos o las reacciones se tornan violentas fuera del control emocional. La agresión física, lleva consigo el acto intencional de herir o humillar a la persona. Ante una agresión física siempre habrá un contacto físico, aunque en muchos casos suelen tener efectos psicológicos, una agresión física, generalmente es seguida por una agresión verbal, hay casos en que las agresiones físicas se dan con el consentimiento de las personas, especialmente cuando se da dentro de aquellas denominadas masoquistas, que son quienes piden sean golpeadas; a este tipo se le conoce con el nombre de agresión física consensuada.
- Verbal, es la imposición con términos inapropiados para defender los propios derechos, con imponencia y fuerza, dicen todo lo que piensan de manera sentimental o ideológica, sea de forma inmediata o mediata; algunas formas que se conocen para agredir verbalmente son: la insinuación verbal, parodia o sátira, burla, menosprecio, humillación, escarnio, injuria y otras más. En todas se manifiestan acciones verbales que repercuten en el agraviado o agraviados, a

pesar de que esta agresión casi no deja huellas visibles, el maltrato verbal es más común de lo que se considera, porque en muchas ocasiones va tan sutilmente que las personas que son agredidas de esa forma no lo notan, o es porque se acostumbran al trato que da la persona agresora; pero, aunque la persona deje pasarlo desapercibidamente, siempre impacta y causa depresión, angustia y en otros casos desorientación, especialmente si ocurre reiteradamente, la persona puede creerse todo lo que se le dice continuamente, sobre todo si existen antecedentes en el historial de las experiencias vividas.

- Impulsiva, la agresión impulsiva es la que carece de comunicación y se da por un descontrol en los impulsos y esto está relacionado con la deficiencia del lóbulo frontal del cerebro, agregada a la ira y la hostilidad que provoca agitación y deficiencias verbales, mismas que están relacionadas con el lóbulo temporal y parietal. Como la agresión impulsiva va relacionada a la ira y la hostilidad puede alterar los procesos de información, que se caracteriza por no sentir remordimiento alguno después de un acto emocional negativo cometido; los actos antisociales de un psicópata se notan porque reincide en robos, huidas nocturnas del hogar, juntas con personas inadecuadas, pelean demasiado, mantienen relaciones sexuales de manera indiscriminada, consumo y el abuso de drogas entre otros.
- Instrumental, este tipo de agresión lleva un fin y es el de no agresión, esto hace que la persona no lo sienta ni sufra, pero le sirve al agresor para lograr otro objetivo, puede ser una ganancia económica, o material, es decir, apropiarse de bienes ajenos por medio de la coacción. Agresión que también suele llamarse hostil, puesto que van dirigidas a objetivos específicos, únicamente se identifican por los fines a quien se dirigen.
- Reactiva, es la respuesta por impulso a provocaciones percibidas, esta puede ser verdadera o irreal, está vinculada a las familias autoritarias, a la pobreza, al abandono de carencias en el proceso educativo. La agresión reactiva que surge como una forma de defenderse ante la agresión percibida o real, tiene dinámicas sociales, cognitivas y emocionales, este tipo de

agresión se usa como una forma para conseguir el objetivo pensado sin ninguna provocación; la agresión reactiva y la instrumental, aunque suenan distintas, tienen orígenes distintos y predicen un comportamiento violento, pero diferentes. De esta forma se puede disminuir el avance de la violencia en los niños y adolescentes, aunque la violencia común esté presente en el entorno de cada quien.

- Proactiva, dentro de este tipo de agresión surge la intención de provocar acciones o amenazas percibidas para resolver algún problema o en otros casos ganar conflictos en beneficio del agresor; esta agresión no influye la emoción explosiva, al contrario, el agresor planifica la propia conducta a seguir, al igual que en la agresión reactiva, dentro de la familia le dan prioridad a la agresión para resolver problemas y así obtener objetivos personales, también se da en ambientes pobres y es conducida por un propósito que se tiene en mente y que va más allá de solamente lastimar a la víctima, tiende a ser calculada.

#### **1.2.4 Causas de la agresividad**

Suárez y López (2013) establece que, para poder comprender mejor los factores causantes de la agresividad, es importante concebir al ser humano como esencia (alma, conciencia, emociones, sentimientos), como ser orgánico (compuestos de átomos, órganos, tejidos), y como ser social, inmerso en un tipo de vida organizado, según su idioma, costumbres, tradiciones y como todo en el conjunto puede significar y tener gran relevancia en la conducta de un individuo. A continuación, se presentan algunos factores y de qué manera afectan la conducta:

- Factores orgánicos, en el cuerpo del individuo hay una sucesión de mecanismos y sistemas encargados de coordinar la conducta: endocrino y nervioso. El primero produce hormonas, las cuales activan mecanismos cerebrales que provocan cambios corporales, estos fenómenos pueden ser apreciados de forma evidente en aquellos que experimentan emociones como rabia, excitación y miedo.

- Factores físicos, dependientes del entorno de la persona, es decir, de manera simplificada se consideran las condiciones de vida, tipo de alimentación, accesos y recursos, una enfermedad específica o algunas inconformidades con el medio en el que se desenvuelve, todo ello estimula el aumento de conductas agresivas.
- Factores culturales, son aquellos modelos a los que un individuo ha sido expuesto. Es indiscutible que algunas culturas juegan un papel primordial en el desarrollo y perfiles de comportamientos. En los últimos años, la necesidad de ser aceptado socialmente, es primordial en la esencia para el adolescente, marcar diferencias y originalidad entre lo que hace, a fin de crear una cultura propia para saber quién es y espera ser. Sin embargo, motivado por emprender cambios en el modelo de vida, muchas veces se opta por adoptar conductas agresivas para lograr los ideales o simplemente motivados por la frustración que provoca en modelos a los que el individuo ha sido expuesto, así como los procesos de reforzamiento a los que es sometido.
- Factores sociales, el ser humano es un ser social, por tanto, la sociedad en general juega un rol importante en las distintas formas de vida; todos necesitan ser aceptados o sentirse involucrados de un grupo, pero por si alguna razón se llegara a experimentar sentimientos de rechazo, aislamiento o inhibición social, esto se convertiría en sufrimiento que será externado a través de violencia, daño y rechazo hacia los demás. Por tanto, se deduce que la violencia o las conductas agresivas son el resultado de la conjugación completa de múltiples factores que difiere una cultura y que la interacción dentro del contexto social en múltiples ocasiones interfiere en los comportamientos.
- Factores familiares, la educación de los padres es un factor indispensable para el desarrollo de vida. Las interacciones entre padres e hijos forman la conducta agresiva mediante los resultados esenciales a las actitudes, los ambientes tensos de convivencia, puede inducir a la práctica de conductas agresivas. Por tanto, resulta preciso que los adolescentes interactúen con

los demás de forma positiva para aprender a relacionarse y no imitar modelos de conducta que sean nocivos, violentos y poco acorde.

Muntane (2012) comenta que los neurotransmisores, así como las hormonas son secreciones del organismo que se encargan de actuar como mensajeros químicos en todo el sistema nervioso; las hormonas son secreciones que se relacionan con la sexualidad, pero hay evidencias científicas de que las hormonas también tienen un papel importante en la conducta agresiva, en particular en las hormonas masculinas, así mismo se ha comprobado que la castración reducía la agresividad en los hombres. Tanto en hombre como en mujeres se observa que la agresividad está más latente cuando en ambos sexos la testosterona y la serotonina están en un nivel elevado.

Si se analiza la secreción de andrógenos u hormonas masculinas tempranamente en el desarrollo del feto, se puede ver que modifica el cerebro del mismo, ya que hace que los circuitos neuronales que controlan la conducta sexual masculina se haga más sensible a la testosterona. Si una mujer gestante es sometida a factores que le provoquen estrés esto hará que ella presente mayores niveles de testosterona que le incitan a la agresividad; se ha comprobado que su descendencia tendrá una menor secreción prenatal de andrógenos donde la futura mamá los necesitará para sí misma.

### **1.2.5 Estilos de expresión de la agresividad**

Sinay (2012) expone que en el momento en que el ser humano no es capaz de canalizar la energía destinada al logro de objetivos, que aporta la agresividad, esta se convierte en violencia por la característica destructiva. Para el autor lo que determina las diferencias en la expresión de sentimientos entre hombres y mujeres es que el sexo masculino posee un cuerpo con mayor masa, el sistema glandular segrega testosterona y la formación que reciben los prepara en distintos aspectos a ser proveedores, luchadores o competidores, lo que los separa de la sensibilidad necesaria para expresar dicha emoción de forma adecuada. Lo habitual es que los varones obtengan

más permiso para mostrarse molestos que tristes o deprimidos. Por otro lado, comenta que a las mujeres se les reprime más por expresar la agresividad por la preocupación de ser clasificadas como “machonas”, debido a eso optassun por utilizar recursos como la culpa y la vergüenza, que ayudan a empatar dicha desventaja, además utilizan con mayor frecuencia la violencia emocional para resolver conflictos.

La forma o estilo para expresar la violencia es determinada por dos elementos que se combinan, el primero son los factores socio-culturales que suelen determinar las conductas apropiadas y más aceptadas para expresarla, estas son en su mayoría las que han sido reforzadas por padres y amigos, dicho reforzamiento predispone la probabilidad de que aparezca la conducta en el futuro al presentarse uno de los desencadenantes, los individuos que crecen en familias conflictivas poseen ese tipo de reforzadores, la segunda son los aprendizajes personales del individuo basados en la historia social y relación con otros, el aprendizaje por observación se genera no solo en relaciones con personas adultas, sino también la interacción con los medios de entretenimiento como el cine, libros con personajes altamente conflictivos, videojuegos y relatos contados. A continuación, se presentan cuatro importantes estilos de expresión de la agresividad.

- Agresividad contenida: para algunas personas expresar la ira es inadecuado, por eso evitan y restringen dichas conductas, son inexpresivos lo que puede representar dificultades a largo plazo pues la furia suprimida puede dispararse de manera incontrolable, son seres humanos conscientes de las reacciones agresivas, lo que puede motivar a buscar alternativas para expresarla.
- Expresión de la agresividad: las personas con este tipo de expresión poseen actitudes pasivo-agresivas, se resisten de forma pasiva a los cambios o solicitudes de niveles esperados de trabajo, no asumen responsabilidades o ignoran de forma deliberada las solicitudes dentro de las relaciones sociales o emocionales, no se enfrentan al blanco directo con el b enojo por lo contrario recurren a la destrucción, sabotaje o ataques verbales indirectos o anónimos. Una

característica particular de este tipo de expresión es alterar las relaciones sociales o de trabajo de manera deliberada, la difusión de información falsa, las críticas y chismes suelen tener consecuencias devastadoras.

- **Expresión manifiesta:** las personas con este estilo de expresión muy probablemente observaron dicha conducta dentro del núcleo familiar, es por eso que pueden llegar a considerarlo completamente normal y aceptable, estas personas entablan sus relaciones sociales o emocionales desde la expresión abierta del coraje de manera verbal, física y corporal, mediante el lenguaje acelerado, verbalizaciones largas y en mayor número, utilizan el sarcasmo, los gritos, los gestos y movimientos bruscos. Este tipo de expresión se caracteriza por la duración, la poca o nula confrontación directa y la intención de resolver el problema acabada la expresión. Las personas con un alto nivel de agresividad son más propensas a utilizar los golpes o destruir la propiedad, así como también experimentar mayor aumento de la conducta al ingerir alcohol o drogas.
- **Control de la agresividad:** se caracteriza por un amplio conocimiento por parte de la persona de las reacciones agresivas que tiene hacia ciertos estímulos, la persona busca controlar la expresión manifiesta lo que conduce a un estado de continua vigilancia para asegurar que no se produzca, dichos esfuerzos que conducen a la persona a un estado pasivo que prolonga la frustración y el resentimiento, esto dificulta la pronta resolución de problemas, el perdón y la aceptación; minimizar las reacciones o suprimirlas lleva al individuo a la posible aparición de episodios de provocación ya que se reduce la habilidad de enfrentarse al blanco de la agresión de forma asertiva, las personas que tienen un alto nivel de control tienen más probabilidades de padecer enfermedades médicas.

### 1.2.6 Diagnóstico de los trastornos de agresividad

ÁPA (2014) en el manual diagnóstico y estadístico de trastornos mentales DSM –V explica que los trastornos disruptivos, del control de los impulsos y de la conducta, engloba problemas de autocontrol del comportamiento y las emociones, así como trastornos que violan los derechos de otras personas, con conductas enfocadas en causar daño. Por lo que hace énfasis en dos tipos de autocontrol, el deficiente que trae como resultado la agresión causada por el poco control de emociones como la ira. Se habla también de control deficiente de impulsos enfocados en causar algún daño, en el que al realizar la acción conlleva a calmar la tensión interna y como dato de interés se explica que estos trastornos tienden a aparecer con mayor frecuencia en la infancia y adolescencia.

- a) Trastorno negativista desafiante, que es caracterizado por enfado, irritabilidad , discusiones y actitud desafiante o vengativa que dura un período de seis meses en el que se manifiestan por lo menos cuatro de los indicios siguientes, pérdida de la calma, enfado o resentimiento, discuten con la autoridad o con los adultos, molestan a los demás deliberadamente y culpan a otros del mal comportamiento, de modo que las características principales son enfadarse, irritabilidad conjunta con discusiones, actitud desafiante o de venganza que justifica su comportamiento como causa de las circunstancias. Se pueden manifestar en el desarrollo de la adolescencia, e incluye factores de riesgo temperamental, ambiental y genético.
  
- b) Trastorno explosivo intermitente, las características esenciales en este trastorno son arrebatos recurrentes que reflejan la falta de control de impulsos de agresividad, acompañado de agresión verbal, física en contra de la propiedad, animales u otros individuos, así como berrinches que causan daño o destrucción, los cuales no son premeditados y surgen como producto de la ira. Perjudican el desempeño laboral, las relaciones interpersonales, y se presentan a la menor provocación donde se puede prolongar por un período aproximado de 30 minutos. Para su diagnóstico es necesario que la persona lo haya manifestado un período de 12 meses.

- c) Trastorno de conducta, al abordar este trastorno se hace énfasis a una serie repetida y recurrente de acciones en donde se agreden los derechos de otros. Así como las pautas y medidas establecidas, en las que se presentan acciones enfocadas en agredir a otra persona o animal. Sea habla también que en este trastorno se ha practicado conductas de crueldad física en contra de otro ser humano, o animal, así como acosar, amenazar e incluso, intimidar o llegar a la violación sexual. Por otra parte, se tiene la característica de iniciar problemas y hacer uso de objetos de todo tipo con la intención de causar daños serios. Para su diagnóstico se tiene que haber manifestado en un período de doce meses además se indica que se puede especificar de inicio infantil, adolescente y no especificado ya que su desarrollo es frecuente en la infancia y adolescencia, además con mayor frecuencia en varones.

Existen tres subtipos del trastorno de la conducta y se divide en, el trastorno de la conducta de inicio infantil, trastorno por déficit de atención/ hiperactividad y trastorno de inicio no especificado; estos se pueden presentar de manera leve, moderada o grave, se logran establecer por la edad de inicio del trastorno.

- d) Trastorno de personalidad antisocial, respecto a este trastorno se puede hacer mención que están íntimamente ligado a las características de los antes mencionados. Además, se encuentra otra sub - clasificación como la cleptomanía, piromanía entre otros.
- Cleptomanía, en esta se manifiesta un cierto tipo de comportamiento en el que se encuentra a todas aquellas personas que tienen dificultad para controlar el impulso de robar objetos que no necesita. Además, al llevar a cabo el robo experimentan cierta tensión la cual les proporciona una sensación de alivio y gratificación al impulso, según los datos estadísticos es más común en mujeres que en hombres, tiende a desarrollarse en la infancia, adolescencia, edad adulta.

- Piromanía, en este se encuentra la provocación de incendios con toda la intención de causar daño en varias ocasiones, se habla también que los responsables de tal conducta experimentan tensión, excitación, placer o gratificación al llevar a cabo esta acción, se suele manifestar más en hombres con deficiencia en las habilidades sociales y dificultad de aprendizaje.
- Trastornos disruptivos del control de los impulsos y de la conducta, son aquellos que manifiestan conductas en donde se maneja un bajo autocontrol del comportamiento y de las emociones, se caracteriza por tener conductas que violan los derechos de los demás; llevan al ser humano a tener situaciones significativas frente a las normas o conductas de autoridad.

**Tabla Núm. 2**  
**Diagnóstico de los trastornos de agresividad**

<b>Trastorno</b>	<b>Características</b>
Trastorno negativista desafiante	Caracterizado por enfado, irritabilidad, discusiones y actitud desafiante o vengativa que dura un período de seis meses en el que se manifiestan por lo menos cuatro de los indicios siguientes, pérdida de la calma, enfado o resentimiento, discuten con la autoridad o con los adultos, molestan a los demás deliberadamente y culpan a otros del mal comportamiento.
Trastorno explosivo intermitente	Las características esenciales en este trastorno son arrebatos recurrentes que reflejan la falta de control de impulsos de agresividad, acompañado de agresión verbal, física en contra de la propiedad, animales u otros individuos.
Trastorno de conducta	Se caracteriza hacer énfasis a una serie repetida y recurrente de acciones en la que se violan los

	derechos de otros. Así como las pautas y medidas establecidas, en las que se presentan acciones enfocadas en agredir a otra persona o animal.
Trastorno de personalidad antisocial	Cleptomanía, en esta se manifiesta un cierto tipo de comportamiento en el que se encuentra a todas aquellas personas que tiene dificultada para controlar el impulso de robar objetos que no necesita.  Piromanía, en este se encuentra la provocación de incendios con toda la intención de causar daño en varias ocasiones.
Trastornos disruptivos del control de los impulsos y de la conducta	Son aquellos que manifiestan conductas en donde se maneja un bajo autocontrol del comportamiento y de las emociones, se caracteriza por tener conductas que violan los derechos de los demás; llevan al ser humano a tener situaciones significativas frente a las normas o conductas de autoridad.

Fuente elaboración propia con base en APA (2014), pp. 243 - 250.

### 1.2.7 Tratamiento para la agresividad

Soler y Raurich (2015) explican que para evitar conductas o comportamientos agresivos se debe empezar por la prevención del entorno donde se desenvuelve el adolescente, emplear la extinción de respuestas agresivas y reforzar las conductas que no son compatibles con la agresión, en donde el primer foco de atención es la familia tener un ambiente agradable que muestre tranquilidad; no es correcto mencionar que es una persona agresiva pues se refuerza la conducta. Se debe quitar los sobrenombres como, por ejemplo, “el agresivo, el gritón o el peleonero” porque el inconsciente percibe y programa el mensaje, luego la forma en que reaccionará agresivamente si se siente

amenazado por alguna situación, si la persona es agresiva la situación emocional que perciba es un problema, por lo tanto, será atendido de inmediato. Al erradicar la agresividad se creería perder la calidad de vida de cada ser humano, ya que por naturaleza se actúa de manera agresiva, el problema surge al momento de descargar la agresividad sobre otra persona para destruir las pertenencias o causar daños físicos.

Juul (2012) enfatiza que una forma efectiva para controlar la agresividad en los adolescentes es la empatía, resalta que los adolescentes deben experimentarla por medio de los padres, lo cual les ayudará a expresar las propias emociones en ambientes cómodos y sin prejuicios, eso favorece que el adolescente comprenda que todos experimentan en algún momento de la vida agresividad, pero no significa que tiene que dañar a los demás. El aprendizaje no se da a través del intelecto, sino mediante las experiencias que vivencian durante la niñez. Al actuar de manera empática se empiezan a minimizar las conductas agresivas, aunque no permita la erradicación completa de las mismas, pero con paciencia y constancia se lograrán cambios significativos para la sociedad, la familia y los propios adolescentes, por consiguiente, se mencionan y explican las siguientes técnicas para el control de la agresividad:

- Entrenamiento en manejo del nivel de activación física (relajación): muchas investigaciones apoyan los beneficios que brinda el entrenamiento en relajación y los efectos de la misma como parte integrante de los programas para el manejo de la agresividad, ya que una de las habilidades que adquiere el paciente es la concentración, el reconocer lo que pasa en el propio cuerpo además de contribuir a la mejoría en áreas del funcionamiento cognitivo y motriz de la persona; algunos autores han dado seguimiento a estudiantes que han aprendido a relajarse y los hallazgos son que mostraron una mejoría en cuanto a las calificaciones académicas a lo largo de un período de dos años, los jóvenes empezaron a obtener promedios más elevados, el nivel de activación y atención les ayudó a la resolución de problemas de una manera más eficaz.

La relajación es una respuesta de forma física, puede darse en todas las personas y a cualquier edad, pues puede aplicarse en muchos contextos y en la mayoría de casos, al desarrollar la

relajación son liberados neurotransmisores al cerebro y hacen que se contrarreste la activación a la respuesta de ataque o fuga, pues se le enseña a la persona o paciente a respirar lentamente y a regular la respiración con ello la alteración y el ritmo cardiaco decrecen. Una de las técnicas más frecuente y por ser fácil y rápida de trabajar es la relajación progresiva esta es una estrategia consciente de autocontrol que se realiza de manera voluntaria y enseña al paciente a relajarse poco a poco que envuelve la tensión y distensión de diferentes músculos del cuerpo para lograr una relajación de todo el cuerpo; el tipo de relajación puede practicarse por sí sola sin estar en una situación amenazante o estresante para desarrollar la capacidad de afrontamiento a situaciones amenazantes y así obtener la disminución de la reactividad del cuerpo y empezar a disfrutar de consecuencias positivas también en la salud de la persona.

- Evitar y huir, en algunos casos el afrontamiento no es beneficioso, a veces es necesario alentar a la persona para que evite problemática y así evitar que se desencadene la agresividad, si ésta ya existe es necesario abandonar la situación, si los pacientes pueden evitar o huir esto va a funcionar por un rato y logrará que las tensiones se calmen para abordar el conflicto más adelante.
- Respuesta de ataque o fuga, estrategia que busca proteger de personas agresivas, la respuesta de atacar o huir ha estado a lo largo de la vida del ser humano como una forma de adaptación para asegurar la supervivencia física. En una persona agresiva las señales son evidentes pues enrojece, grita, muestra inclinación hacia adelante, y si la supervivencia física está en peligro la respuesta de ataque o fuga libera adrenalina y otras hormonas, la vigilancia se incrementa y el organismo se vigoriza brinda fuerza y empuje ya sea para resguardar la vida que sería la fuga o arriesgar la seguridad.
- Tiempo fuera, es una técnica psicológica de modificación del comportamiento, que busca eliminar conductas indeseables; es recomendable para algunos pacientes que notan agresividad, ya que la técnica consiste en aplicar un entrenamiento de omisión (retirar un estímulo agradable) al privar al sujeto de la oportunidad de obtener un reforzador, aislándolo

durante un período de tiempo que será de 5 y 20 minutos en adultos, o un 1 minuto por cada 19 años de vida en niños, sin exceder los 10 minutos, para evitar que encuentre reforzadores alternativos. Debe ser aplicado después de realizada la conducta que se desea eliminar, por lo tanto, es cada vez que el individuo denote alguna acción agresiva.

- Revisión del desencadenante, se tiene que brindar la oportunidad a la persona de describir algunos acontecimientos en los cuales haya mostrado agresividad, a medida que se describen los hechos puede ser muy probable que las personas vuelvan a sentir malestar de agresividad se nota en el tono de voz o tensión muscular de manos y enrojecimiento de rostro, pero esta ocasión la persona notará y tomará conciencia de cuál fue el detonante y que actitudes vinieron después que dan inicio a la agresividad de esta manera se permite a la persona la oportunidad de decidir cómo manejar esta situación. De acuerdo con las opiniones más antiguas, le permitirá al paciente realizar una especie de expresión catártica de la agresividad.

Se habla que la agresividad bien comunicada es constructiva y que la agresividad que ha perdido la función comunicativa es destructiva, hará que ese comportamiento no se salga de los límites es necesario que los adultos estén dispuestos y capaces para entender a los adolescentes en los procesos de desarrollo y evolución que afrontan, pero si aún bajo las pautas se sale de control la conducta se puede disminuir mediante técnicas prácticas y fáciles de aplicar por los padres, cuidadores o encargados que se dieron a explicar con anterioridad.

En conclusión, psicoterapia Gestalt es una herramienta psicológica, que en la actualidad ha tomado relevancia dentro del campo de psicología, que ofrece diferentes beneficios, como el resolver los conflictos y hacer consciente a la persona, que esta integre los diferentes aspectos de la personalidad y por otro lado la agresividad es la tendencia a reaccionar de forma violenta ante una situación dada, es por ello que los dos temas son de mucha importancia en la actualidad para poder realizar un estudio en adolescentes.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La terapia Gestalt y la agresividad son temas que hoy se utilizan por diversos profesionales de la salud mental y el campo pedagógico debido a que la psicoterapia logra un anclaje emocional en la posible detección temprana de la agresividad que puede presentarse en los alumnos, además de que la misma repercute de forma significativa en el estilo de vida ya que las secuelas de la violencia psicológica y física dejan huella en la existencia de la persona como lo es la seguridad, autoconfianza, adaptación e incluso en el desarrollo de las habilidades sociales lo cual es indispensable no solo en la vida adulta sino en las diferentes etapas del desarrollo.

Es importante el análisis de ambas variables al mostrar actualmente un amplio enfoque y trabajo en adolescentes que presentan diversas patologías y circunstancias ambientales que afectan el bienestar emocional desde una panorámica holística y auto reguladora, la agresividad es uno de los grandes obstáculos en la integración de pares por el maltrato físico y psicológico que los adolescentes sufren comúnmente en diversas áreas de la vida y eso muestra diversas repercusiones en las víctimas que en algún momento de la vida llegan a sufrir agresividad.

Gíataz (2018) argumenta que en la actualidad el número de adolescentes que son agresivos ha aumentado de manera significativa, puesto que, en esta etapa tan compleja el adolescente sufre de variaciones físicas, emocionales y psicológicas, es por ello que tanto a nivel nacional e internacional, los habitantes sufren día con día comportamientos violentos y agresivos, al ser producto del contexto en el que viven. Desde la niñez, los adolescentes son testigos del proceder de los padres y problemas existentes de la sociedad, al fomentar comportamientos violentos en el individuo, al estar vinculado con el medio social en el que se desarrollan, ya que, un mal manejo de las emociones puede generar en ellos conductas agresivas, al establecer una mala relación con el entorno familiar y social. Es importante conocer el manejo de las emociones, puesto que se busca determinar si las conductas agresivas pueden estar relacionadas en la toma de decisiones, al ser desencadenadas por el contexto social; a razón de lo anterior, surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la efectividad reportada en la literatura científica sobre la terapia Gestalt como tratamiento para la agresividad en adolescentes?

## **2.1 Objetivos**

### **2.1.1 General**

Describir la efectividad reportada en la literatura científica sobre la terapia Gestalt como tratamiento para la agresividad en adolescentes

### **2.1.2 Objetivos específicos**

- Clasificar las técnicas de la psicoterapia Gestalt para el manejo de la agresividad.
- Identificar los tipos de conductas agresivas en los adolescentes según la revisión bibliográfica.
- Identificar las principales causas de la agresividad reportadas en la literatura científica.

## **2.2 Variables o elementos de estudio**

- Psicoterapia Gestalt
- Agresividad

## **2.3 Definición de variables**

### **2.3.1 Definición conceptual de las variables o elementos de estudio**

Psicoterapia Gestalt

Esquivel (2010) expresa que la psicoterapia Gestalt, tiene como principal finalidad resolver los conflictos y ambigüedades que provienen de la dificultad para integrar la personalidad, y que la persona haga consiente las sensaciones significativas que experimenta, tanto hacia sí misma, como el entorno, de tal manera que pueda responder plena y razonablemente a cualquier situación, por otro lado se caracteriza por la intención de favorecer el crecimiento y el potencial del ser humano, en donde se cree poder superar aquellos eventos negativos, así mismo liberarse de todo el conjunto de bloqueos que se tenga en la vida, también el individuo se pueda llegar a sentir en libertad y pueda crecer para autor realizarse.

## Agresividad

López y Vadillo (2013) definen que la agresividad es una disposición temperamental que forma parte del repertorio de características básicas de la personalidad de un sujeto ya sean internas o externas, esta disposición agresiva influye directamente en la conducta, se mantiene a lo largo de toda la vida, lo importante es que el individuo aprenda a direccionar los impulsos y mantener el equilibrio ante el contexto que lo rodea. El controlar la agresividad depende de la persona que tiene la voluntad de estar en equilibrio consigo mismo y con los demás.

### **2.4 Alcances y límites**

La investigación monográfica tuvo como alcances los enfoques científicos en el área de salud mental por medio de tesis, artículos, libros de investigación y monografías, las cuales atribuyen para establecer la efectividad de distintas técnicas de programas de intervención de la psicoterapia Gestalt y al mismo tiempo establecer los rasgos de agresividad en hombres y mujeres adolescentes a nivel nacional e internacional.

### **2.5 Aportes**

Uno de los principales aportes del presente estudio y los resultados que se obtendrán serán de ayuda a Guatemala para un buen manejo de las emociones y la agresividad en adolescentes, dan herramientas y técnicas que se pueden abordar para mejorar las habilidades de desarrollo conductual y personalidad a nivel social de los adolescentes.

A la Universidad Rafael Landívar al ser un trabajo de investigación que proporcionará nuevos conocimientos, a la Facultad de Humanidades porque brindará técnicas funcionales y accesibles para el manejo de la agresividad; este será un aporte a través de diferentes conocimientos

científicos en la psicoterapia Gestalt para darle un análisis profundo y usar posibles herramientas de abordaje psicoterapéutico en adolescentes que manejan agresividad.

### **III. MATERIAL Y MÉTODO**

#### **3.1 Sujetos**

Para llevar a cabo el presente estudio se utilizó bibliografía científica la cual está enfocada en los temas de psicoterapia Gestalt y agresividad en adolescentes, donde se cuenta con una población que estuvo conformada por adolescentes comprendidos en las edades 12 a 18 años de sexo femenino y masculino; con diferentes credos y posición socioeconómica, pertenecientes a diferentes países del mundo como: China, España, México y Guatemala.

#### **3.2 Procedimiento:**

Por medio de la investigación científica de la literatura, que permitan la operacionalización de variables y objetivos planteados, los pasos a seguir fueron:

- Selección de los temas: de acuerdo a los intereses del investigador.
- Elaboración y aprobación del sumario: dos temas fueron enviados, luego se escogió uno para dicha investigación.
- Aprobación del tema a investigar: mediante realización del perfil de investigación y aprobación de autoridades correspondientes.
- Investigación de antecedentes: por medio de consulta de revistas, boletines, tesis, la utilización de medios electrónicos, entre otros.
- Elaboración del índice: correspondiente a las dos variables de estudio.
- Realización del marco teórico: a través de lectura de libros, utilización del internet.
- Planteamiento del problema: dirigido según los estudios del marco teórico y problemática observada.

- Estructura y diseño de investigación monográfica.
- Búsqueda y revisión de la nueva literatura.
- Elaboración de material y método: elaboración del proceso de investigación temporalidad y documentos.
- Análisis de resultados: elaboración de rutas de investigación.
- Discusión: síntesis en función de la búsqueda y resultado de la teoría de antecedentes y marco teórico.
- Conclusiones: elaboradas en base a los objetivos de investigación.
- Elaboración de referencias: basadas en los lineamientos de las normas APA 2013 Sexta edición.
- Elaboración de resumen: basado en el proceso de investigación.

### **3.3 Tipo de investigación, diseño y metodología**

Tipo de investigación exploratoria, Achaerandio (2010) define a la investigación de tipo exploratoria como un análisis de orden sistemático y empírico que se encarga de estudiar la literatura científica de acuerdo a las variables de estudio; va a depender de la capacidad que tenga el investigador para la recolección de datos que contengan información científica y verídica sobre las variables de estudio, este tipo de investigación tiene tres características que son fundamentales para llevarse a cabo, que son los siguientes: respeta el fenómeno tal y como se produce, no trata de controlar las condiciones de las variables de estudio y se aplica a las ciencias sociales y humanas.

Diseño revisión sistemática, Hernández, Mendoza, Méndez y Cuevas (2017) definen el diseño de revisión analítica de la literatura como un proceso que consiste en consultar, detectar y obtener bibliografía científica y diferentes materiales que sean útiles por los objetivos planteados en la investigación; en donde se busca poder tener una recopilación y extracción de la información más importante y necesaria que ayude a enmarcar el problema de investigación; en este diseño la fuentes primarias o de referencias son: libros, antologías, artículos científicos, monografías, tesis, seminarios, documentales, páginas y sitios en internet, ya que contienen elementos fundamentales que serán de importancia para llevar a cabo el proceso de investigación.

Enfoque descriptivo, Baptista, Hernández y Fernández (2014) definen que el enfoque descriptivo es aquel que describe los hechos como son observados y analiza los resultados obtenidos; también busca evidenciar la conducta del individuo ante cualquier suceso del entorno natural o cualquier otro fenómeno que motive a la realización de algún estudio. El objetivo central es medir o recopilar información de las variables de estudio sin hacer algún tipo de relación entre éstas, en donde el investigador debe tener la idea exacta de lo que pretende medir y en quiénes o qué se recogerán los datos.

- Temporalidad de ejecución

Para llevar a cabo la investigación se utilizó bibliografía científica de psicoterapia Gestalt y agresividad en adolescentes con una temporalidad de 10 años (2010 al 2020).

- Documentos

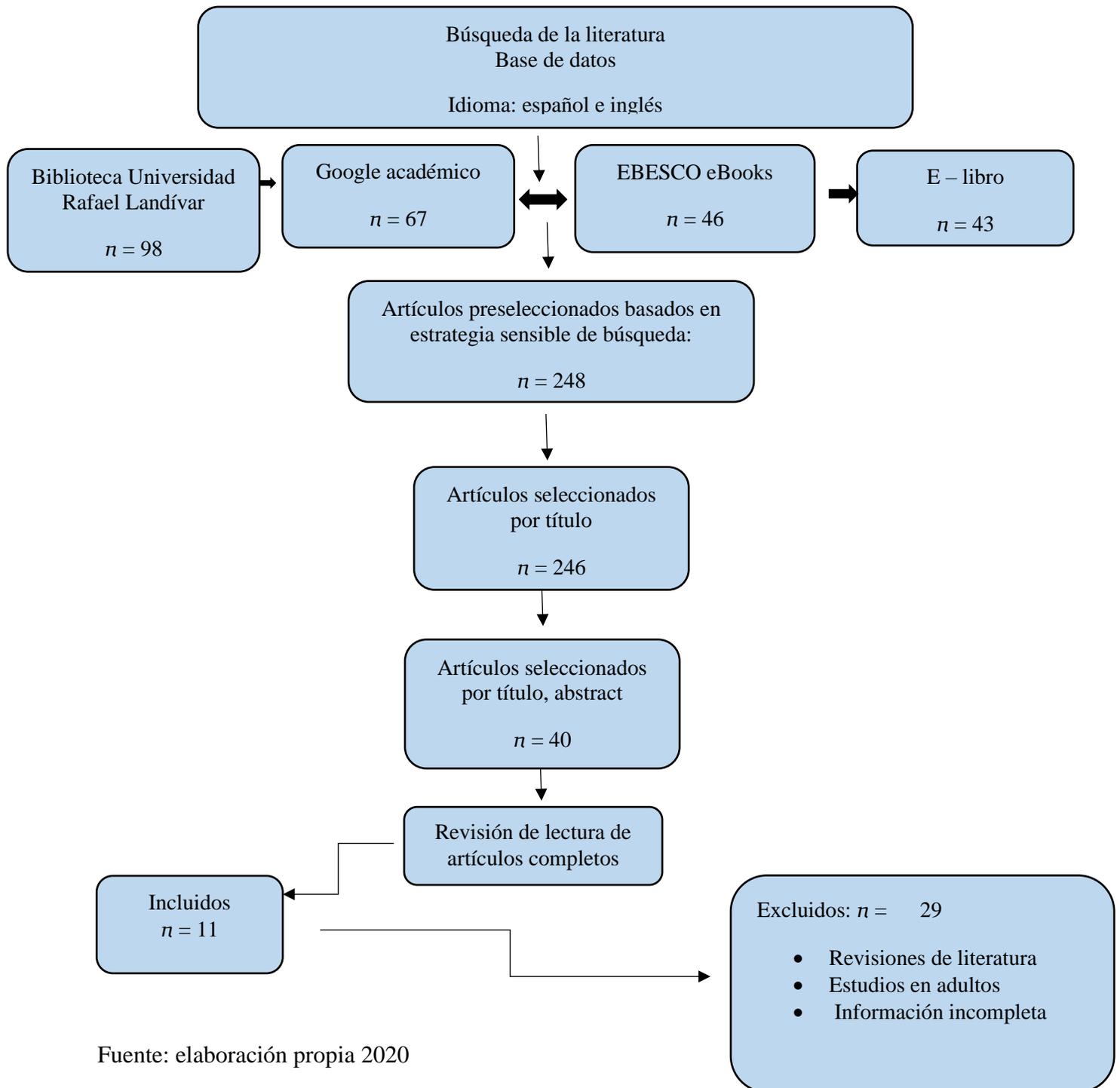
Para el efecto de la investigación se utilizaron tesis, artículos de origen nacional e internacional, libros físicos y digitales, todos con características de ser científicos los cuales responden a los objetivos de la investigación que es presentada.

## IV. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Figura núm. 1

Psicoterapia Gestalt

Ruta de investigación de los documentos

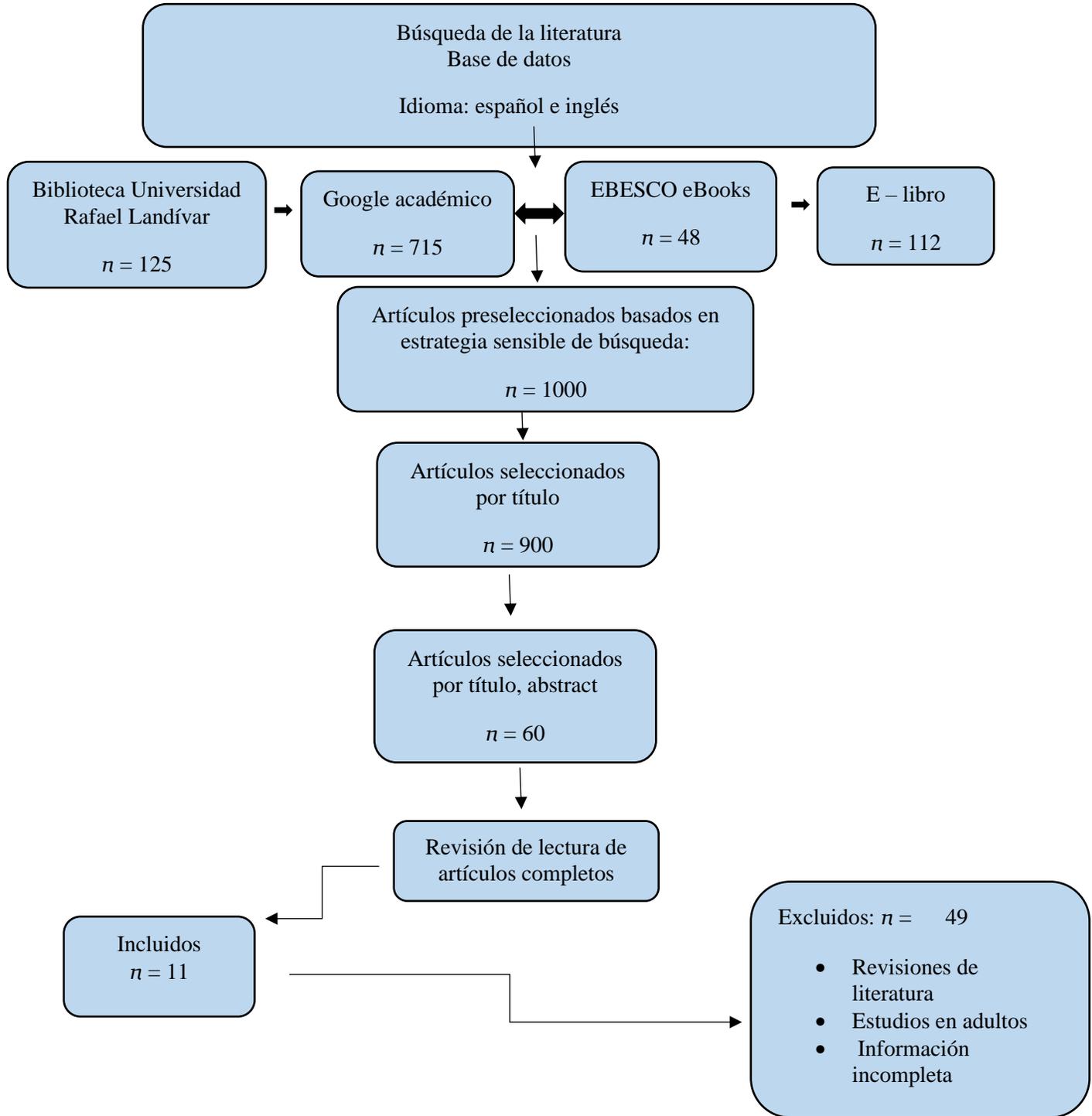


Fuente: elaboración propia 2020

**Figura núm. 2**

Agresividad

Ruta de investigación de los documentos



Fuente: elaboración propia 2020

## V. DISCUSIÓN

El estudio de psicoterapia Gestalt y agresividad en adolescentes, es una propuesta de trabajo psicoterapéutico a fin promover salud mental en los adolescentes; la adolescencia es una etapa de la vida de toda persona donde confluye la configuración de la identidad con la personalidad que ha de individualizar al menor de edad para integrarse a diversos grupos de interacción así como de experimentar espacios de libertad, práctica de valores, percepción de la cultura y la influencia de ella en la vida propia; a la vez se buscarán mecanismos de integración, adaptación, expresión entre otros aspectos en los cuales los elementos del carácter y de la personalidad han de ser manifiestos como sucede con la agresividad, que si bien es parte de la vida de cualquier persona en mayor o menor medida, es necesario contar con mecanismos de control de esta manifestación comportamental a fin de limitar la conducta bajo el autocontrol a la sensatez que debe formularse para las siguientes etapas de la vida.

El proceso de la identidad en la adolescencia es una manifestación conductual que de conformidad con las características individuales y los factores externos, la expresión de la conducta humana se valora de conformidad con las dificultades que se afrontan y la forma en que se hace a fin de lograr la autorrealización; es por ello que controlar la agresividad en esta etapa de la vida requiere de gestionar el malestar que implica esta manifestación conductual emocional; la psicoterapia gestalt ofrece estrategias para manejar y afrontar la agresividad, con fin de que el desarrollo individual sea coherente y adaptativo con mecanismos que determinan el valor de la comunicación, interacción social, relación intrapersonal lleve a manejar la tendencia a atacar como respuesta a la frustración o falta de adaptación de la expresión emotiva, comunicativa y corporal para afrontar y solucionar problemas que surgen de la interacción social.

La definición de las variables del estudio, orientan la dinámica de relación entre la propuesta terapéutica y la conducta a la cual se proponen técnicas de control, afrontamiento, manejo o adecuación del comportamiento agresivo en la adolescencia a fin de promover recursos que permitan salud mental, comportamiento adaptado y equilibrado dentro de un contexto específico.

Para describir la literatura que la ciencia ofrece en terapia Gestalt y agresividad, las investigaciones de los últimos diez años permiten evaluar el avance, aplicación y gestión de la terapia Gestalt a favor del control de la conducta agresiva en adolescentes.

Coca (2013) describe la correlación entre la biodanza y la psicoterapia gestáltica, para lo cual el fortalecimiento del autoconocimiento, la introversión y la dificultad expresiva en el lenguaje verbal y no verbal, la timidez y la falta de confianza en sí mismo hace que las personas deban fortalecer la expresión y manejo corporal y aportar al individuo a través de la actividad física elementos motrices adicionales a lo que el entrenamiento deportivo ofrece como el rendimiento, acondicionamiento físico y estética corporal.

Osorio (2013) expresa que la impulsividad en adolescentes se relaciona con la falta de juicio y toma de decisiones respecto a la consecuencia o aplazamiento de reforzadores de la conducta dentro de lo que destaca la agresividad. Las conductas impulsivas, explica, es una constante en la búsqueda de novedades en la vida cotidiana durante la etapa de la adolescencia. La agresividad es uno de los mecanismos de competición social, que se desarrolla la habilidad como parte del comportamiento humano donde las posibilidades de ganancias o pérdidas, victorias o derrotas son la dualidad de la conducta agresiva, en que se manifiesta el malestar de forma agresiva sobre todo en personas con elevada manifestación de impulsividad.

Jiménez (2014) expresa que la agresividad impulsiva como una respuesta no planificada, que es premeditada definida como un medio de obtener de un objeto diferente el daño de una persona, agresividad mixta es la combinación de las dos primeras; los niveles de agresividad emocional, cognitivo y conductual son atendibles a través de la terapia Gestalt propone como psicoterapia en adolescentes con alto riesgo.

Mientras Coca (2013) ofrece como técnica de afrontamiento de la agresividad en adolescentes la biodanza, es una técnica que se dirige propiamente a la expresión corporal, por lo que aduce este autor que su técnica es una forma de liberación de la energía que genera la agresividad y canalizarla a acciones que favorezcan la actividad del adolescente en espacios que le permitan mejorar la interacción social, sin embargo, Osorio asocia la agresividad en la etapa de la adolescencia a un comportamiento que es el resultado de la toma de decisiones y de la competitividad propia de los adolescentes en esta etapa de la vida, lo que se distingue de la propuesta de la técnica terapéutica de Coca es la falta de confianza y autoestima que ha de fortalecerse para reducir el malestar que produce la agresividad por lo que Osorio lo establece como la competitividad y toma de decisiones, la tercer postura y que resulta viable para el trabajo clínico en Guatemala en psicoterapia es la postura que ofrece Jiménez, puesto que al determinar la clase de agresividad que se manifiesta y los niveles de esa conducta agresiva es que el abordaje psicoterapéutico gestáltico será funcional, eficaz y ofrecerá al adolescente, alternativas de superar las condiciones que implica una conducta agresiva.

Para clasificar las técnicas de psicoterapia Gestalt para el manejo de la agresividad, existen distintas alternativas terapéuticas, sin embargo, se proponen las siguientes a fin de orientar estrategias puntuales y viables en el contexto guatemalteco:

Aranza (2019) comenta en relación a la psicoterapia Gestalt aplicada en adolescentes con manifestaciones de ansiedad social, destaca la técnica supresiva para dejar de hacer lo que produce el problema y establecer la experiencias que se encuentra oculta en esa conducta: las estrategias propuestas implican: no hablar acerca de un acercamiento a las experiencias vividas sin hablar específicamente de ellas e indica que si se habla directamente del problema el individuo racionalizara y no tomará conciencia del problema que se pretende resolver. Otra estrategia es descubrir los debimos: se pone en práctica el debo que se refiere mejor a un quiero, conducir la necesidad para que algo ocurra o se lleve a cabo, la finalidad es quitar el debo para desprender la sensación de obligación y desagrado que lleva a una persona a realizar muchas actividades cotidianas. La tercera estrategia propuesta es el manejo de autoestima.

Martin (2011) propone técnicas de psicoterapia gestáltica que toman forma de juegos que tienen en sí mismas la finalidad de tener consciencia de las emociones, sentimientos y conductas; las principales técnicas que propone: técnica del diálogo, de la silla vacía o de la silla caliente, con el fin de poner en contacto al adolescente con aquellas partes que niega o rechaza al a hora de proyectar en su entorno la capacidad empatía. La técnica denominada asuntos pendientes, hace referencia a aquellos sentimientos y emociones no resueltos y que no han sido expresados porque la persona no ha tenido la oportunidad de expresarse en un contexto donde tome consciencia de ellos. La técnica denominada me hago responsable, es una dinámica que implica el uso de percepciones y al mismo tiempo de los actos para evitar que culpabilice a las demás personas que se encuentren en un entorno por lo que sucede. La técnica del juego de las proyecciones, se le pide a la persona que represente a una persona poco digna de confianza y sirve para descubrir el conflicto interno de ese ámbito o rol que se asume. El juego de roles, consiste en una estrategia para la toma de consciencia de lo que ocurre ante los impulsos latentes o agresividad, el papel que se asume sirve para utilizar la energía bloqueada, como técnica puede utilizarse en forma individual y / o grupal.

Cabanelli (2014) propone las bases del entrenamiento gestáltico, en que destaca la actitud del gestaltista como la forma de estar en contacto con las demás personas y con el entorno para captar la atención y centralizar la misma para alcanzar una respuesta a través de las propias percepciones y respuestas motrices y reducir las distorsiones que normalmente construye el individuo en terapia; la actitud gestáltica es uno de los fundamentos de esta técnica terapéutica puesto que se abarcará la dimensión de la actitud a tal grado que la ausencia de ella es como un cuerpo sin espíritu. Otro elemento propuesto es la actitud ya que logra despertar a la consciencia a través de darse cuenta, el exponer las sensaciones, percepciones y el entorno en una situación desde la dimensión corporal es desplegar el pasado, suspender las fantasías y acentuar la realidad actual.

Aranza (2019) propone como técnica para el abordaje de la agresividad la técnica supresiva para dejar de hacer lo que produce el problema y establecer las experiencias, para alcanzar este objetivo terapéutico se requiere de no hablar acerca de las estrategias terapéuticas expresivas, el autor

propone en concreto: que expresar lo se reprime, reduce el miedo o silencio a enfrentar la necesidad hacia una expresión de satisfacción para expresar la vivencia objeto de análisis, esta alternativa terapéutica depende del grado de madurez del adolescente para practicar esta estrategia terapéutica a fin de controlar la agresividad; distinto a lo que propone Aranza (2019) a lo que indica Martín (2011) puesto que este autor indica que en la psicoterapia gestáltica tiene forma de juego ya que tienen en sí la misma finalidad de tener consciencia de las emociones, en donde estas se deben de controlar, dirigir y gestionar a fin de que la conducta agresiva no trascienda a niveles que sean graves en cuanto al resultado que provoquen, sin embargo, Cabanalli (2014), propone las bases del entrenamiento gestáltico las orienta en cuanto al trabajo del terapeuta como de la persona quien es atendida en control de agresividad, que es el criterio adoptado por la investigadora de este estudio, puesto que la experiencia clínica permite que el despertar de la conciencia a través de la técnica darse cuenta ya que expone las sensaciones, percepciones y el entorno de una situación desde la dimensión corporal y emocional, esto se da porque recurre a un proceso formativo en la psicoterapia y lograr los objetivos terapéuticos de la Gestalt como propuesta de control de la agresividad en adolescentes.

Identificar los tipos de conductas agresivas en los adolescentes es significativo en cuanto a la búsqueda de la identidad y configuración de la personalidad, puesto que a partir de estos dos elementos es que se forma un estilo de vida que será gratificante para el adolescente en la medida que pueda controlar esta manifestación conductual o sufrir las consecuencias que de esta conducta deriven.

Martínez *et.al.* (2017) a través de un estudio sobre la actividad física y conductas agresivas durante la etapa de la adolescencia establecen como mecanismos de verificación del análisis de acogimiento residencial, el cual hace referencia a las conductas agresivas denotará mayores niveles para la agresividad manifiesta de forma global. Dentro de las categorías de agresividad, el tipo puro y el reactivo serán los que muestren mayores valores medios. Los chicos en acogimiento residencial presentarán niveles de agresividad manifiesta más elevados que las chicas, mientras en estas reflejarán puntuaciones de agresión relacional más elevadas. Existirán más acosadores en los

varones y más víctimas en las féminas. Entre los tipos de práctica físico-deportiva, los deportes colectivos con contacto serán los más practicados. Los adolescentes que practiquen modalidades con contacto reflejarán conductas más agresivas.

Pacheco *et.al.* (2015) en el estudio sobre agresividad en adolescentes indican que los varones tienen mayor tendencia a la agresividad con una diferencia porcentual leve pero significativa en cuanto a la conducta antisocial, esto principalmente tiene relación con el sexo y la edad puesto que a pesar de las diferencias las conductas agresivas en la adolescencia entre género y edad, las mismas son pocas sin embargo, las comparaciones son el resultado de establecer estudios en centros educativos en donde la agresividad manifiesta como conducta antisocial para la aplicación de las medidas correctivas son las que llaman la atención en la etapa de la adolescencia, para lo cual se atiende la cultura, el sexo, la edad y la influencia del contexto en el que se desenvuelve el adolescente y manifiesta con mayor frecuencia la agresividad.

López (2014) expone la agresividad desde los componentes de la conducta: el primero es el cognitivo a través de las creencias, ideas, pensamientos y percepciones de que las personas se comportan de forma agresiva y es por esos procesos cognitivos que se les dificulta la comprensión de los problemas sociales, recibir la realidad, interactuar y elegir soluciones democráticas antes que las agresivas. El componente afectivo se vincula con afectos, sentimientos, emociones, valores y modelos de identificación por lo tanto la conducta agresiva es una lucha de poder y control del adolescente y es el origen de la hostilidad que se expresa para con los demás. El componente conductual en relación con las competencias, habilidades, destrezas y estrategias en donde los adolescentes buscan solucionar los conflictos que presentan o anticipan y la falta de imaginación y creatividad dificulta la perspectiva de afrontamiento de la agresividad.

Martínez *et.al* (2011) se limitan a la exposición de la necesidad de la expresión corporal para la comprensión y atención de las conductas agresivas, distinto a lo que proponen Pacheco *et.al* (2015) quienes hacen énfasis en la comprensión de la agresividad en el género y edad, en donde se llega

a las conclusiones de que se exterioriza la agresividad en la etapa de la adolescencia con frecuencia como parte de la adolescencia, por lo que esta hipótesis determina que la agresividad es una constante por la postura de López en relación al estudio de la conducta agresiva en el ámbito de la estructura de la personalidad al abarcar los componentes afectivos, cognitivo y volitivo ofrece una orientación de comprensión y atención integral de la conducta agresiva.

Para identificar las causas según la bibliografía científica de la agresividad en adolescentes se valoran las perspectivas científicas psicológicas apoyadas en otras ciencias y disciplinas científicas a fin de comprender la génesis de la agresividad para establecer las técnicas psicoterapéuticas efectivas en el caso concreto.

Migonte (2012) al analizar los factores que propician la conducta agresiva en niños de nivel primaria, indica que la biología evidencia la composición genética y la agresividad estudiada en gemelos idénticos y niños adoptados, la comparación de los resultados de la evaluación de la agresividad demuestra que la herencia biológica afecta la tendencia hacia la agresividad de forma independiente del ambiente social del individuo. Los psicológicos relacionados con la agresividad deben de implicar el estudio del temperamento como elemento en el que el sistema nervioso y la composición corporal aumentan las probabilidades de un tipo de reacción sobre otras; la frustración, como proceso en el que no alcanzar algo que se necesita genera sentimiento de frustración y precisa la agresión como mecanismos de consecución de metas por lo que el equilibrio entre este tipo de comportamiento es viable en la autorrealización; el coeficiente intelectual es un elemento útil para inhibir o potenciar la agresión, ya que los recursos empleados además de la carga emocional determina la agresividad y su intensidad, en que los niños emocionales y agresivos no tienen suficiente desarrollo intelectual. Sociocultural, este factor analizado desde el ámbito familiar es un aspecto relevante al momento de determinar el modelo de actitud, conducta o comportamiento que ha de manifestar en otros ambientes sociales, puesto que los patrones dentro del hogar de agresividad serán modelos de conducta a manifestar donde se ha fomentado la conducta agresiva, por lo que influirá en conductas hostiles. Los factores demográficos como el sexo, revela que los niños tienden a ser más agresivos que las niñas; la

agresividad se constituye como un patrón de conducta en relación con la edad, un niño agresivo en las primeras etapas de la vida, aumentará el índice de agresividad con cada etapa de desarrollo. El factor individual, derivado de la influencia de las estrategias de respuesta y lo que le produce tranquilidad aparente, la influencia de medios de comunicación y la promoción de la violencia y agresividad, son elementos que modelan la conducta y requieren de comunicación con los padres de familia para establecer estrategias de control de la conducta agresiva y de limitar los factores que estimulan este tipo de comportamiento.

Murueta y Orozco (2015) expresan que muchas personas en distintas sociedades en donde la agresividad y la violencia son propios de la vida animal; los seres humanos a través de las conductas agresivas han utilizado este mecanismo para defenderse y constituido en un elemento de construir mucho de lo que ha logrado la humanidad; este enfoque es una manifestación del desarrollo histórico de la humanidad que en muchas etapas ha requerido de readaptación social, las conductas violentas en el hogar, en la escuela o en la sociedad en general ha implicado que el Estado intervenga en la creación de centros de readaptación social para aquellos quienes las conductas agresivas los sobrepasan, y es a través de las políticas públicas como la política pública criminal que las personas violentas encuentran límites severos para orientarles hacia el control de la conducta, sin embargo, el castigo que implica una sanción de tipo penal por las acciones violentas que son consideradas como delitos en el ámbito penal, requieren de programas de atención a este tipo de conducta, para que el proceso de resocialización cumpla efectivamente su propósito.

Muntanè (2012) comenta acerca de la psicobiología de la agresividad y la violencia y define que es una expresión conductual en la que el hombre como especie posee múltiples manifestaciones de este comportamiento, por lo que los estudios relacionados con el papel de las aminas cerebrales en la agresividad aun no revelan el papel bioquímico de la testosterona y de la serotonina en la agresividad, sin embargo en psicología experimental, se ha determinado que la agresividad animal ha demostrado que la serotonina y la actividad de las sinapsis serotoninérgicas tienden a inhibir la agresión, por este motivo algunos medios han utilizado fármacos serotoninérgicos para tratar la conducta violenta en seres humanos. Las hormonas y la conducta agresiva se analizan a través del

papel de los neurotransmisores cerebrales, como la serotonina, puesto que los neurotransmisores como las hormonas son secreciones que actúan como mensajeros químicos en el sistema nervioso e incluso la evidencia de las hormonas en la conducta agresiva particularmente en la conducta masculina es una evidencia de la relación de las hormonas con la conducta agresiva.

Mingote (2013) se limita a los factores genéticos y la trascendencia en el componente genético del individuo en la configuración de la agresividad; Murueta y Orozco (2015) proponen que es una respuesta de adaptación o readaptación como parte del proceso histórico del ser humano en el contexto en que busca la satisfacción de las necesidades y por otro lado Muntané (2012) manifiesta que es una resultante de las actividades cerebrales relacionadas con la serotonina y la actividad de las sinapsis serotoninérgicas por lo que el controlar estos dos factores neurológicos permitirá complementar con psicoterapia la conducta agresiva; lo que representa como propuesta personal, llevar a cabo el trabajo multidisciplinario para que la psicoterapia Gestalt encuentre respuesta en el contexto del paciente.

Los autores citados en cuanto a las técnicas terapéuticas gestálticas establecen que debe evidenciarse tanto el sistema de pensamiento a través de hacer consciencia de la conducta del individuo, como de manifestar las emociones a través de la expresión oral y corporal, puesto que estas son condiciones para lograr con efectividad el trabajo terapéutico psicológico; los principios que fundamentan la terapia Gestalt en cuanto a lo que se vive, percibe, siente en el momento como proceso es lo que requiere de técnicas que tomen en consideración los factores que influyen en la conformación de una conducta en particular, como lo es la conducta agresiva. Al comparar a los autores es más interesante la explicación de Muntané (2012) ya que se observa una amplia explicación de cómo los neurotransmisores y las hormonas tienen una gran influencia en el desarrollo de la conducta agresiva, en donde se toma en cuenta los factores biológicos y culturales que influyen en dicho comportamiento.

La terapia gestáltica requiere del profesional el dominio de las técnicas terapéuticas ante la conducta agresiva en adolescentes para que la efectividad del proceso psicoterapéutico favorezca

la conducta del individuo durante la adolescencia, ya que esta etapa es parte del proceso de definición de la personalidad y de determinación de la propia individualidad.

Al analizar la conducta agresiva en el medio se inclina por la explicación que dan los autores Murueta y Orozco (2015) ya que desde la perspectiva de estos se debe analizar los entornos donde la falta de tolerancia, falta de frustración, falta de estímulo del trabajo en equipo o en espacios de interacción sin control por parte de autoridades fortalece y estimula la conducta agresiva, sin embargo, este tipo de comportamiento es modificable, la psicología a través de los aportes de la ciencia o de otras áreas de conocimiento favorecerán al terapeuta gestáltico para que el individuo que forma parte del proceso gestáltico encuentre la forma de modificar la conducta hacia manifestaciones emocionales, mentales, del estado de ánimo y sean más constructivas ya que posee mecanismos de control de la agresividad en que este consciente de los resultados de un comportamiento agresivo y las consecuencias de este tipo de comportamiento; en Guatemala, la terapia gestáltica es una propuesta de trabajo clínico para contribuir con adolescentes, ya que ayuda a descubrir y definir la personalidad hacia una individualidad sana, adaptada, con proyección positiva y constructiva.

Las manifestaciones de conductas agresivas se dan a lo largo de la vida, sin embargo en la etapa de la adolescencia estas manifestaciones confluyen en el proceso de búsqueda de la identidad y autoafirmación de la personalidad, por lo que la conducta agresiva al manifestarse de manera inadecuada se debe de requerir atención psicoterapéutica, la terapia Gestalt se recomienda para que el adolescente aprenda a controlar la agresividad, sea consciente de las causas que la generan y a través del proceso terapéutico fortalezca la propia personalidad con herramientas de control mental, emocional y se adapte a los distintos contexto en los que se desarrolla.

## VI. CONCLUSIONES

- Los hallazgos en la literatura científica en relación con la terapia Gestalt permiten obtener datos, investigaciones e información que verifican los distintos contextos en los cuales es aplicable esta terapia psicológica en relación con la conducta agresiva en la cual se ha determinado la efectividad de la terapia Gestalt como tratamiento para la agresividad en adolescentes, ya que la causa de este tipo de comportamiento deriva de distintos factores o componentes como la edad, el sexo, el contexto, los valores, la expresión emocional, la estructura de la personalidad que en el caso de la etapa de la adolescencia se encuentra con el factor de la búsqueda y configuración de la identidad.
- Las técnicas psicoterapéuticas se clasifican de conformidad con el abordaje científico que permita comprender el origen de la conducta agresiva, es de esta manera que en el caso de la falta de autoestima o de seguridad las actividades físicas son recomendables; la práctica gestáltica para los casos en que la genética está involucrada es necesaria la multidisciplinariedad del área de salud para el trabajo del adolescente agresivo; por parte de la estructura de la personalidad el abordaje debe ser integral para atender el sistema de pensamiento y afrontamiento de la conducta agresiva en el adolescente.
- Los tipos de conductas agresivas en adolescentes según la información que la literatura psicológica ofrece, determina que deriva del origen cognitivo, afectivo o conductual propiamente, así como una manifestación psicogenética o del contexto en el cual el sexo y la edad en esta etapa magnifican la expresión agresiva; sin embargo, también la conducta agresiva es una expresión de un proceso de adaptación al medio social.
- Las causas en general se reducen a manifestaciones genéticas, mecanismos de autodefensa o de construcción y desarrollo de las habilidades, cualidades y competencias del individuo pese a que las conductas agresivas no son socialmente aceptables, son manifiestas y forman parte de la historia de la humanidad; las causas que se atribuyen a la genética y la estructura biológica

es lo que permiten comprender la función de la serotonina y de los neurotransmisores como parte de la conformación de la conducta agresiva.

## VII. REFERENCIAS

- Andreu, M. (2010). *Cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes*. Publicaciones de Psicología aplicada: TEA. Madrid.
- Achaerandio, L. (2010). *Iniciación a la práctica de la investigación*. (7ª. ed.). Guatemala: Universidad Rafael Landívar, Campus Central.
- Asociación Americana de Psicología (APA, 2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5ª. Ed.). Barcelona España: Médica Panamericana, S.A.
- Baptista, M. Hernández y R., Fernández, C. (2014). *Metodología de la investigación*. (6ª. ed.) México: Mc Graw Hill interamericana, S.A.
- Baumgardner, P. (2015). *Terapia Gestalt, teoría y práctica*, México, Ed. Pax México.
- Cab, et al. (2015). *Taller gestáltico para fortalecer la autoestima y prevenir el consumo problemático de bebidas alcohólicas en universitarios*. Dialnet. Edición electrónica. España. Recuperado <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5493092>.
- Carabelli, E. (2014). *Entrenamiento en Gestalt, manual para terapeutas y coordinadores sociales*. Argentina. Editorial del Nuevo extremo S.A.
- Coca, K. (2013). *Danzando con las emociones*. (Tesis de postgrado), Universidad Ardaya Simón Bolívar, Campus central, Ecuador, Ecuador. Recuperado de: <http://104.207.147.154:8080/bitstream/54000/1106/2/TS-79.pdf>.
- Cornejo, L. (2012) *El espacio común, nuevas aportaciones a la terapia gestáltica aplicada a la infancia y la adolescencia* (4ª ed.) España: Editorial Desclée de Brouwer. S. A. Recuperado de: <https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/47998?prev=as>.
- Estrada, M. (2015). *Acoso escolar: modelo agresivo origina acosadores*. Argentina: SB
- Esquivel, F. (2010). *Psicoterapia infantil con juego, casos clínicos* México, Ed. El Manual Moderno. Recuperado de <https://www.redalyc.org/jatsRepo/3953/395354225004/395354225004.pdf>

- Gerardo, L. (2013) Tipo de relaciones familiares y adolescentes que se autolesionan una visión *Gestalt*. *Sociedad internacional de autolesión*, edición electrónica. Recuperado: <http://www.autolesion.com/2014/01/24/tipo-de-relaciones-familiares-y-adolescentes-que-se-autolesionan-una-vision-gestalt-tesis-2013/>
- Giataz, K. (2018). *Agresividad y adaptación emocional*. (tesis de licenciatura), Universidad Rafael Landívar, Campus de Quetzaltenango, Guatemala. Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrkd/2018/05/22/Giataz-Karly.pdf>
- Giménez, E. (2014). *Como disminuir la agresividad en los niños*. Buenos Aires, Argentina. Editorial Paidós, SAICF.
- Hernández, R. Méndez, S. Mendoza, C y Cuevas, A. (2017). *Fundamentos de investigación*. Mexico: Mc Graw Hill interamericana, S.A.
- Juul, J. (2012). *Agresión ¿un nuevo y peligroso tabú?* Barcelona, España: Herber.
- Latner, J. (2013). *Fundamentos de la Gestalt*. (2ª ed.). México. Editorial ebooks Patagonia cuatro vientos. Recuperado de <https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/67779>
- López, J. (2019). *terapia Gestalt y acoso escolar*. (tesis de licenciatura), Universidad Rafael Landívar, Campus de Quetzaltenango, Guatemala. Recuperado de <http://bibliod.url.edu.gt/Tesis/wevg/2020/05/42/Lopez-Julia.pdf>
- López, L. y Vadillo, F. (2013). *Agresividad y violencia en epilepsia*. España: Club Universitario
- Martín, A. (2011). *Manual práctico de psicoterapia Gestalt*, España, (7ª ed.) Desclee de Brouwer. Recuperado de <https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/47794>
- Manrique, O., Pineda, M. (2018). *La depresión y la psicoterapia Gestalt grupal en adolescentes de 13 a 17 años* del instituto de educación básica por cooperativa de Villa hermosa durante el ciclo 2017. (Tesis de licenciatura) Universidad de San Carlos de Guatemala, Guatemala. Recuperado de [http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/13/13\\_3327.pdf](http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/13/13_3327.pdf).

- Mejía, M. (2019). *Terapia Cognitivo Conductual y Agresividad*. (tesis de licenciatura), Universidad Rafael Landívar , Campus de Quetzaltenango, Guatemala. Recuperado de <http://bibliod.url.edu.gt/Tesis/jrcd/2019/5/22/Mejia-Maria.pdf> Contenido de Tesis (PDF)
- Mestre, V., Samper, P., Tur-Porcar, A., Richaud de Minzi, C., y Mesurado, B. (2012). Emociones, estilos de afrontamiento y agresividad en la adolescencia. *Revista Universitas Psychologica*, Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá, Colombia. Recuperada de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64725418021>
- Mingote, R. (2013). *El malestar de los jóvenes*. Madrid: España Díaz de Santos
- Muñoz, J. (2011). *Agresión en el niño*. (2ª ed.) Oaxaca México: Trillas
- Muntané, M. (2012). *La maté porque era mía*. España, España: Díaz de Santos. Recuperado de: <https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/62846>
- Murueta, M. Orozco, M. (2015). *Psicología de la violencia causas, prevención y tratamiento*. (2ª ed.) México, México; Manual moderno. Recuperado de: [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=6echCQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT5&dq=causas+de+la+agresividad+&ots=C7\\_d3hyofC&sig=YYNA0yaMDVzAI6Zs1ZZPKBR\\_Sw#v=onepage&q=causas%20de%20la%20agresividad&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=6echCQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT5&dq=causas+de+la+agresividad+&ots=C7_d3hyofC&sig=YYNA0yaMDVzAI6Zs1ZZPKBR_Sw#v=onepage&q=causas%20de%20la%20agresividad&f=false)
- Osorio, R. (2013). *Impulsividad y agresividad en adolescentes*. España, España: Díaz de Santos. recuperado: <https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/62775>
- Peña, K. (2011). *Técnicas de terapia Gestalt para disminuir la agresividad en adolescentes con alto riesgo de introducirse en grupos juveniles delictivos*. (tesis de licenciatura), Universidad Rafael Landívar, Campus de Guatemala, Guatemala. Recuperado de <http://bibliod.url.edu.gt/Tesis/05/42/Pena-Kim/Pena-Kim.pdf>.
- Pérez, Y. (2019). *Rasgos temperamentales y Agresividad*. (tesis de licenciatura), Universidad Rafael Landívar, Campus de Quetzaltenango, Guatemala . Recuperado de <http://bibliod.url.edu.gt/Tesis/wevg/2020/05/42/Perez-Yosselin.pdf> Contenido de Tesis (PDF)

- Redondo, J, Rangel, K., Luzardo, M. (2016). Conducta agresiva en una muestra de estudiantes de tres colegios de la ciudad de Bucaramanga, Colombia. *Revista Encuentros*, Universidad Autónoma del Caribe. Colombia Recuperada de <http://ojs.uac.edu.co/index.php/encuentros/article/view/667>
- Salama. H. (2012). *Gestalt 2.0, Actualización en psicoterapia Gestalt*. Primera edición. México. Editorial Alfa omega
- Santos, R. (2019). *Agresividad y Control*. (tesis de licenciatura), Universidad Rafael Landívar , Campus de Quetzaltenango, Guatemala. Recuperado de <http://bibliod.url.edu.gt/Tesis/wevg/2020/05/42/Santos-Maria.pdf> Contenido de Tesis (PDF)
- Sinay, S. (2012). *Misterios masculinos*. Del Nuevo extremo. Buenos Aires, Argentina. Recuperado de <https://ebookcentral.proquest.com/lib/elibrorafaelandivarsp/reader.action?docID=3225994&query=misterios%2Bmasculinos>
- Soler, J. y Raurich, J. (2015). *Comunicación y atención primaria para los alumnos de medicina*, Barcelona: Universidad de Lleida.