

Acompañar a personas agresivas: Pautas de cuidado psicoespiritual

JULIAN CASTRO RENGIFO²²

Recibido: 21.08.2018 /Aprobado: 16.11.2018

Resumen

Este artículo tiene su origen en la triada neurótica de las masas que describió Viktor Frankl hace un poco menos de cuatro décadas, llamando especial interés en la depresión, la adicción y la agresión que eran cada vez más comunes entre la generación joven. La agresividad tiene notablemente un correlato cultural en sociedades como la nuestra. Ha sido investigada desde la academia, e incluso pueden encontrarse menciones desde las teorías sobre la violencia humana, una vez lograda, por cierto, la debida diferenciación entre la agresión y la violencia.

A claras luces la mirada de Frankl resulta interesante desde el punto de vista de la ubicación, e incluso de la jerarquía que establece entre el ser humano y la conducta agresiva, valiéndose para ello de la capacidad de oposición desafiante, presente en la dimensión espiritual, la cual es a su criterio una dimensión específicamente humana.

22 El autor es Magister en Psicología, docente universitario y psicoterapeuta. E-mail: rengifosoft@gmail.com



Este trabajo, fruto de una investigación exploratoria realizada por el autor, en formato de estudio de caso único, obtuvo resultados prometedores, luego de facilitar la movilización de una serie de recursos personales y la puesta en marcha de estrategias hacia la búsqueda del sentido de vida en un adulto de 40 años. El supuesto implícito es que la Psicoterapia Centrada en el Sentido - PSC aporta a la atención y la prevención de las conductas agresivas significativas muestras de efectividad.

Palabras clave: Agresividad, psicoterapia centrada en el sentido, desrestricción, círculo virtuoso del agresivo.

Abstract

This article has its origins in the neurotic triad of the masses that Viktor Frankl described a little less than four decades ago, calling special attention to depression, addiction and aggression that became increasingly common in younger generations. Aggression has a notorious cultural correlation in societies like ours. It has been researched academically and it is even possible to find citations in theories on human violence, once the distinction between aggression and violence has been established.

Clearly, Frankl's view is an interesting one from the perspective of location and even from the perspective of the hierarchy that it establishes between the human being and the aggressive behavior, making use of the capability of defiant opposition, present in the spiritual dimension, which is, on his opinion, a specifically human dimension.

This work, the result of an exploratory research carried out by the author, in a single-case study format, obtained promising results, after facilitating the mobilization of a series of personal resources and the implementation of strategies towards the search for the meaning of life in a 40-years-old adult. The implicit assumption is that a Meaning-Centered Psychotherapy based (MCP) contributes to the attention and prevention of aggressive behaviors meaningful signs of effectiveness.

Keywords: Aggressiveness, meaning-centered psychotherapy, derestrict, virtuous circle of the aggressive.

Introducción

El presente artículo nace de una propuesta de investigación cualitativa que desarrolló el autor como parte de su formación en el programa de Maestría en Psicología de la Universidad del Norte - Barranquilla. Se obtiene como producto un estudio de caso único en el campo de la psicoterapia, habiendo sido abordado un adulto de 40 años quien manifestara “problemas de agresividad”. Se encontraron resultados positivos luego de aplicar la Logoterapia, escuela psicoterapéutica que es considerada un recurso valioso para el asesoramiento y cuidado pastoral (Segura, H., 1999, p.138). El supuesto de este artículo es que la logoterapia de Viktor E. Frankl, hoy considerada una Psicoterapia Centrada en el Sentido, aporta a la atención y prevención de la conducta agresiva amplias muestras de efectividad.

En el desarrollo del artículo, el lector encontrará, en primera instancia, un encuadre clínico llevado a cabo con el consultante, seguido de una fundamentación teórico - conceptual acerca del tema; y finalmente, se entregan una serie de conclusiones en formato de *pautas de cuidado psicoespiritual* para considerar en el acompañamiento a personas agresivas.

Desarrollo

Encuadre Clínico y Hallazgos²³

Con el consultante José²⁴ se obtuvo como motivo de consulta los antecedentes de su conducta agresiva y la necesidad de restablecer relaciones positivas consigo mismo, los demás y su entorno. Los resultados del proceso psicoterapéutico de corte humanista – existencial con enfoque psicoespiritual arrojan avances considerables,

23 El lector notará terminología técnica en el encuadre clínico, para lo cual podrá remitirse al apartado de marco conceptual y encontrar descripción y ampliación de los conceptos específicos.

24 Respetando el anonimato y confidencial del consultante en el desarrollo de la investigación, algunos datos de su identidad han sido reservados de tal forma que se cuide su derecho a la intimidad.



tratándose solo de seis (6) sesiones desarrolladas. Sitúa como referente cronológico para la aparición del síntoma la muerte de su señor padre, 30 años atrás, por lo cual, su pareja y su asesor espiritual le han recomendado la búsqueda de ayuda profesional.

El consultante refiere que anteriormente no ha acudido a ningún tipo de asesoramiento, y descarta algún tipo de ayuda espiritual. Al respecto afirma “la verdad, lo espiritual lo he hecho yo mismo, o sea, arrodillado pidiéndole perdón a Dios y luchando conmigo mismo. Pero definitivamente, hoy a mi edad me doy cuenta que realmente no lo puedo manejar y que necesito ayuda profesional. Aunque estudio teología y conozco los comportamientos, el Espíritu Santo y todas esas cuestiones, pero no lo he podido manejar”.

Los resultados del Test de Autorretrato de la Personalidad (Oldham y Morris, 1995) permiten inferir lo siguiente: Un tipo de personalidad con rasgos teatrales, cómodos y agresivos. Predomina, de acuerdo a la información recolectada en las sesiones con el consultante, características propias del trastorno de personalidad pasiva- agresiva. Igualmente, el estilo predominante del rasgo cómodo podría explicar su agresividad, en la medida en que experimenta con frecuencia el impulso agresivo, pero que en la expresión lo disimule o auto-dirija. Con respecto a los recursos espirituales, definidos según la Logoterapia, puede encontrarse en el consultante lo siguiente:

Autodistanciamiento:

- Autocomprensión: Se evidencia en “José” confusión en la coherencia e identidad personal. Si bien, desde los primeros momentos terapéuticos hay avance en esta área.

- Autorregulación: Se evidencia un nivel de desregulación significativo en lo relativo al malestar y defensividad, ocasionándole disestrés constante.

- Autoproyección: Aunque a “José” se le dificulta proyectarse en un futuro captando una versión mejorada de sí mismo, manifiesta desde la primera sesión motivación para el cambio.

Autotrascendencia:

- Diferenciación: A nivel de la pareja, se observa un grado importante de diferenciación que ha construido la relación y ha prevenido dificultades relacionales, a la vez que se encuentra una tendencia a la agresividad pasiva, direccionando el impulso agresivo hacia sí mismo.

- Afectación: “José” reporta necesidad de conectar con una gama más amplia de valores, y respuesta ante la pregunta: ¿por qué ser mejor como persona, por el deber concienzudo o la culpa, o porque conecta con valores más altos por los que se siente atraído?

- Entrega: Es parte de la motivación para el cambio, el deseo de salir de sí hacia algo que no es él mismo. En el relato de “José”, se deja entrever la captación de valores relacionados con los otros, dejándose tocar para realizar el sentido como un acto de salir de sí mismo y entregarse a las necesidades del otro.

Con respecto a las estrategias de afrontamiento puede decirse lo siguiente de “José”:

Pasividad incorrecta de primer nivel. Estas estrategias se manifiestan en forma de un trastorno alimentario (bulimia nerviosa) como forma de enfrentar las tensiones, producto del vacío existencial.

Pasividad incorrecta de segundo nivel. Manifestada en forma de trastorno de personalidad pasivo-agresiva (como puede apreciarse en el resultado del Test de Autorretrato) que le caracteriza como una persona que teme el ser agresivo para con los otros, de los cuales a su vez depende. Su conducta típica se caracteriza por una agresividad disimulada (pasiva), generalmente camuflada como una conducta de oposición que lleva consigo sentimientos agresivos. Esto se ve reflejado en los siguientes patrones:

- Eludir el cumplimiento de sus obligaciones aduciendo que “se me olvidó”.

- Dilatar las cosas que debe hacer, de modo que no se cumpla con los plazos establecidos.



- Creer que él mismo hace las cosas mucho mejor de lo que los demás piensan.
- Criticar o despreciar sin motivo a las figuras de autoridad.

Algunas Preguntas Orientadoras.

Se plantean entonces algunos interrogantes según el caso que hemos referido anteriormente. En primer lugar ¿puede en la dimensión existencial –espiritual el ser humano encontrar “redención” de su primaria tendencia agresiva? Y serlo así, ¿cómo acceder a ese “centro regulador” de manera consciente y motivada para el “despertar” de la conciencia por el otro?

Una clave para responder al interrogante inicial se puede advertir aquí en el planteamiento del autor: “Y precisamente designamos como espiritual en el hombre aquello que puede confrontarse con todo lo social, lo corporal e incluso lo psíquico en él” (Frankl, 1990, p.100). Y esa confrontación se puede designar como el virtual recurso para oponerse a la agresividad que batalla en lo social (modelo socio-cultural), o en lo corporal (modelo biológico –genético), e incluso lo psicológico (modelo psicosocial)”. Es decir, ¿cómo puede el ser humano confrontar su tendencia a ejercer la agresividad? A través del recurso de lo espiritual, o dicho de otra forma, valiéndose de la posibilidad de separar lo espiritual de lo psicofísico. Para entender con certeza esa posibilidad se hace necesario aportar un marco conceptual que fundamente estas aseveraciones.

Marco Conceptual

En el uso corriente, la agresividad es un fenómeno humano cuyos efectos pueden reconocerse en gran parte del mundo, y particularmente puede reconocerse en sociedades como la nuestra, un sinnúmero de afectaciones. Desde las explicaciones de Freud basado en el hecho de que la agresividad coexistiese con el hombre como una manifestación de su sexualidad, pasando por la etología de Konrad Lorenz, quien estudiando la conducta animal propone que el instinto agresivo tiene

un carácter de supervivencia; y llegando hasta la propuesta de Viktor Frankl, quien al respecto afirma:

En el hombre existen, por supuesto, impulsos agresivos, ya lo interpretemos como una herencia procedente de nuestros antepasados subhumanos o como algo reactivo, con arreglo a las teorías psicodinámicas. Al nivel humano, sin embargo, los impulsos agresivos nunca existen per se en una persona, sino como algo con respecto a lo cual dicha persona ha de adoptar una actitud. Lo que importa es la actitud personal frente a los impersonales impulsos agresivos, más que los propios impulsos en sí". (Frankl V. E., 1984 p. 78).

A claras luces la mirada de Frankl resulta interesante desde el punto de vista de la distancia que establece entre el ser humano y la conducta agresiva, valiéndose de una cierta herramienta en opción a la dimensión espiritual presente en toda persona, y que por cierto, concibe como dimensión específica de la persona. Este recurso es denominado *oposición psicoéctica facultativa* - o capacidad de oponerse a los mandatos de los sustratos biológicos y psicológicos, en este contexto, posibilidad de monitorear y autorregular el impulso agresivo.

Un presupuesto evidentemente probable es que la logoterapia ofrece un método expedito para el acompañamiento a personas agresivas y que evidentemente demuestran dificultades en las relaciones consigo mismas, con los demás, y de manera amplia, con su entorno. A este propósito se suma la perspectiva que ofrece Howard Clinebell sobre el acompañamiento y cuidado pastoral al afirmar lo siguiente:

En el cuidado y el asesoramiento pastorales, las personas que ejercen el ministerio utilizan las relaciones cara o cara o en pequeños grupos para permitir que el poder y el crecimiento sanadores actúen entre las personas y sus relaciones. El cuidado pastoral es un ministerio amplio e inclusivo de sanación y crecimiento mutuo dentro de una congregación y su comunidad a lo largo del ciclo de vida. El asesoramiento pastoral, una dimensión del cuidado pastoral, es el uso de una variedad de métodos sanadores (terapéuticos) para ayudar a las personas o encarar sus problemas y sus crisis de una



manera que les haga crecer y experimentar así la reparación de su aflicción”. (Clinebell, 1995, p. 30)

Conviene aquí plantear claridades en lo que se refiere a los abordajes desde enfoques psicoterapéuticos y pastorales. El abordaje terapéutico que aquí se presenta, se basa en la psicología clínica y una de sus aplicaciones en la terapia, la cual corrientemente se denomina psicoterapia, por medio de la cual haciendo uso de la metodología y procedimientos clínicos busca generar condiciones de bienestar al asesorado, acudiendo a sus dimensiones biológica y psicológica. Por otra parte, el asesoramiento pastoral, también mencionado por otros autores como *consejo pastoral*, está orientado a “ayudar a ayudar a las personas, parejas, familias y otros, a que puedan vivir más sabiamente a la luz de Dios” (Schipani, 2011, p. 59). Aunque estos abordajes se enmarquen en cada proporción, existen visiones complementarias, como lo afirma el Dr. Hugo N. Santos, al plantear que “hay una correspondencia entre el análisis psicoterapéutico y el pastoral: conducir a las personas a la verdad acerca de ellos mismos y esto significa cambio y conversión” (retomado en Schipani, 2011, p. 24).

El Trasfondo de “lo Espiritual”

Es pertinente en este momento plantear una diferenciación al enunciar lo espiritual del fenómeno aquí investigado. Ya que la psicología no es el campo que preeminentemente ha descrito e investigado la espiritualidad, es preciso destacar que desde diferentes escuelas psicológicas se han acogido diversos planteamientos frente al papel de la espiritualidad en la conducta humana. Es un hecho conocido que desde posturas más ortodoxas en psicología, la religión y las necesidades de carácter espiritual son interpretadas como indicador de las neurosis obsesivas o como patrón de inmadurez del sujeto psicológico, como ocurre con el psicoanálisis freudiano. De otro lado, para la psicología de Carl Jung, lo espiritual en el ser humano ha sido reconocido como un factor constitutivo e inherente a su ser; mientras que, posteriormente ha llegado a ser postulado por Viktor Frankl como una dimensión distintivamente humana. Como postula Bóschemeyer (1988),

podemos decir que según la logoterapia, el espíritu es la capacidad, inherente a todo ser humano, de comportarse libremente y de forma responsable frente a las influencias internas y externas, adaptarse y tomar postura ante lo que no puede cambiar, reconocer fuera de sí mismo las formas de sentido que se le ofrecen en diversas situaciones y poder vivir el sentido. (Citado por Noblejas de la Flor, 1994, p. 45)

Por otra parte, cuando nos topamos en el rol de asesoramiento con personas como José, para quien el control del carácter representa un reto que se refleja en la calidad de sus vínculos y relaciones, se hace notable la necesidad de establecer con él una relación de ayuda que le oriente, y por sobre todo, le escuche, le estimule al cambio personal con asertividad y bajo una perspectiva esperanzadora. Justamente, el abordaje a través de la Logoterapia facilita la comprensión acerca de que lo que le sucede a la persona de manera que pueda evolucionar hacia el cambio positivo; es decir, una psicología de altura, que no se dedica a elucubrar las explicaciones a los comportamientos (enfoque del “porqué”), sino más allá, una alternativa plausible de logro de autocontrol y proyección personal (enfoque del “para qué” y “cómo”). Sumado a esto, la Logoterapia ha sido definida según Rudolf Allers como una forma de educación a la responsabilidad (citado por Bruzzone, 2008, p. 136), de manera que enfatiza la decisión personal y la postura proactiva de la persona ante sus decisiones; es ella quien se constituye como actor y protagonista de su propia existencia.

Regresando al tema de “lo espiritual” es propio hacer notar que Viktor Frankl opta por referirse no al “espíritu” como sustantivo, sino a “lo espiritual”, como adjetivo sustantivado; puesto que lo espiritual, aunque es real, no es una cosa, no es un objeto entre los objetos, sino lo subjetivo y fundante de la cosa hombre. Es decir que no pertenece a la dimensión óptica de la esencia, sino a la ontológica de la existencia (Etchebere, 2011, p. 42). Este esclarecimiento, verá el lector, es decisivo para no confundir “lo espiritual” con la denominación espíritu, propio de la doctrina propiamente cristiana, al referirse al componente de la triple composición del ser humano, que emana de Dios.



En consecuencia, ¿cuáles son las características de la Espiritualidad Humana definidas en la teoría Frankliana? Lo espiritual es presentado como un núcleo sano, una dimensión que no enferma; y además, como la que instrumentaliza el organismo psicofísico, utilizándolo como mecanismo de expresión (Martínez, O., 2011, p. 13), ya que basado en Max Scheller, Frankl ha concluido que la persona es el centro de los actos espirituales (Frankl V. E., 1990, p. 86).

A partir de esto, pueden hacerse al menos tres apuntes sobre estas características que se encuentran en la fundamentación de la Logoterapia: una perspectiva esperanzadora para la humanidad que ha acarreado la enorme culpa por tener incubada la semilla de la agresión. En principio, se diría que entender la naturaleza humana desde una dimensión que no enferma, es descubrir una zona a la cual puede apelar la persona agresiva, sin desconocer que está bajo posibilidades de restricción. Esto quiere decir, que aunque lo psicofísico puede padecer bajo el influjo agresivo, desde lo espiritual puede ejercer oposición consciente a partir de sus recursos noéticos.

Por otro lado, la capacidad de “adoptar una actitud” frente a los impulsos agresivos, desde el punto de vista humano, descansa en recursos presentes en la dimensión específicamente humana: la espiritual según el mismo autor. Es decir, que esta especie de “inmunidad”, o más exactamente, de prevención, sólo es reconocida por una psicología de altura (Logoterapia) y su metodología psicoterapéutica; pues en manos del psicoanálisis - psicología profunda - le está, por así decirlo, vedado ejercer esta oposición al hombre, dada su característica reactiva ante la cual el mecanismo de defensa denominado represión resulta abiertamente ineficaz.

Finalmente, Frankl catapulta a la dimensión espiritual o noológica con su posibilidad de instrumentalizar al organismo psicofísico, utilizándolo como medio de expresión. Esto, en términos prácticos, denota para la persona agresiva la posibilidad de cambio y de autorregulación del potencial de la agresividad. Instrumentalizar, comenzando en este contexto, significaría que desde la dimensión espiritual se puede tener “centro de mando” sobre los “mandatos del organismo psicofísico”, término acuñado por Frankl, y que

francamente representa luz para las personas quienes sufren a causa de su carácter fuerte y su temperamentalidad.

Triada Neurótica de las Masas... cimiento del acompañamiento a las personas

Al leer la obra de Viktor Frankl, puede advertirse que el vacío existencial, como concepto, subyace en buena parte a la construcción teórica de su Logoterapia. Noblejas, por su parte, ha destacado que Frankl “mantiene su preocupación por el fenómeno humano, reconsiderando el vacío existencial en todas sus variantes contemporáneas: aumento del suicidio, huida por la droga, aumento de la agresividad, consumismo y cosificación del hombre” (Noblejas, 1994, p. 14). Y es precisamente el fenómeno de la agresión el que se documenta aquí, el cual algunos autores parecen considerar como fenómeno típicamente humano relacionado con la supervivencia; y más puntualmente, la variable agresividad, relacionada con los males de la época.

Frankl hace una relación directa respecto a la manifestación de la agresión, la depresión y la adicción con los efectos del vacío existencial en la sociedad contemporánea. En relación a las características de los jóvenes él observó en primer lugar, a escala mundial, un aumento de la agresividad. En segundo lugar, la agresión se tornaba contra sí mismos, lo cual significaba el aumento del suicidio; y en tercer lugar, el sentimiento de la falta de sentido, el sentimiento de un vacío personal íntimo que técnicamente se denomina en la Logoterapia vacío existencial, el cual condensa tres conceptos que componen una tríada: agresión, depresión y adicción o dependencia (García P., Claudio., 2011, p. 23)

Teoría del Enfermar Humano

De acuerdo a la visión antropológica descrita por V. Frankl, una de las características propias de la dimensión espiritual del ser humano es que ésta no enferma (Frankl V. E., 1990, p. 159), aunque sí puede restringirse en sus manifestaciones (Martínez O., 2011, p.



35). Aquí cabe preguntarse, ¿es el agresivo un ser restringido en sus manifestaciones, y de ser así, cómo agenciar su desrestricción?

Vale la pena destacar que por restricción se entenderá el desarreglo del organismo, lo cual significa, en consecuencia, un bloqueo del acceso a la persona (Frankl, V., 1990, p. 36). En continuidad, se conceptúa que el que un trauma anímico, o sea una experiencia grave, tenga sobre un individuo un efecto traumatizante y a la larga perjudicial, no depende de la vivencia que tuvo que experimentar sino del sujeto mismo y de toda la estructura de su carácter. De modo que vivencias de la misma naturaleza y de la misma gravedad, a un grupo les había perjudicado anímicamente y al otro, no; luego no puede depender de la experiencia, o del medio ambiente, sino del mismo sujeto y de su actitud frente a lo que tuvo que experimentar (Frankl V. E., citado por Martínez, O., 2011, p. 38).

Resulta importante establecer los efectos de la restricción de lo espiritual que deben ser la meta de un acompañamiento dentro de un proceso terapéutico. En primer lugar, los recursos noéticos son el conjunto de fenómenos, capacidades o manifestaciones espirituales, expresadas por el autodistanciamiento y la autotrascendencia. Son características antropológicas ineludibles aunque restringibles, son recursos que no están en lo psicofísico, ni siquiera están en ninguna parte, no son una realidad óptica, no tienen materia, son potencia pura, son posibilidad de manifestación” (Martínez, O., 2011, p. 14). Dicho así mismo, se entiende por autodistanciamiento a “la capacidad de poner distancia a las situaciones exteriores, de ponernos firmes en relación con ellas; pero somos capaces no solamente de poner distancia con el mundo, sino también con nosotros mismos” (Frankl V.E., 1984, p. 2). Y por otra parte, la autotrascendencia denota el hecho de que el ser humano siempre apunta, y está dirigido hacia algo más que sí mismo, es decir a los significados de realización o a encontrarse con otros seres humanos a quienes amar (Frankl, 1988 retomado por Martínez O., 2011).

Visto así, resalta la relación entre la agresividad y el trabajo en el recurso del autodistanciamiento, a partir del cual la persona logre “vencer” el arraigo intrapsíquico que le impide verse a sí misma en situación y avanzar en la esfera comprensiva de sí mismo. Precisamente

en la intervención con José constituyó de virtual importancia dentro de su relato el uso de expresiones en primera persona “yo” y “mí”, pues ambas indicaron autocomprensión en tempranas fases del abordaje. En otras palabras, en el discurso del consultante se puede ir monitoreando los niveles de restricción-desrestricción espiritual de la persona. En medio de los encuentros terapéuticos José expone: “Sí y no sé si eso tiene que ver con el carácter o con la personalidad, pero especialmente se manifiesta más cuando me siento inseguro, o cuando tengo miedo. Me pongo a la defensiva, estoy inseguro y me siento atacado, así alguien me diga algo que es normal, automáticamente se activa en mí como un sistema de defensa hacia esa situación”. Un par de elementos pueden señalarse a partir de la anterior expresión. Cuando José tiene una percepción de sí mismo a la defensiva, inseguro y atacado, es justamente cuando logra autocomprensión, que es una característica del autodistanciamiento; y ahora bien, cuando refiere que aunque alguien le diga algo que es normal, automáticamente se activa en él como un sistema de defensa hacia esa situación, puede decirse que se evidencia su facticidad, la sensación de que se es presa de un “otro” cuando aparece la defensa (restricción al ser espiritual) y la cual no puede controlar, o al menos no posee los recursos para controlar. Esto último es una característica muy propia de los rasgos de personalidad agresividad, o dichos de otra forma, modo de ser agresivo.

Círculo vicioso de la agresividad vs. Círculo virtuoso ante la agresividad.

He aquí, lo que podría denominarse el círculo vicioso del agresivo: estallar en cólera como intento poco eficaz por recuperarse ante el malestar psicofísico. Entonces lo que facilitaría el autodistanciamiento a través de la movilización de los recursos personales sería una especie de “círculo virtuoso”, si bien ya Frankl ha descrito un efecto similar bajo la denominación de “afrontamiento proactivo, consciente y espiritual”. Es precisamente importante definir operacionalmente la agresividad, como se verá enseguida.

En el contexto de la Psicoterapia Centrada en el Sentido - PCS, puede entenderse la agresividad como una estrategia de afrontamiento



que debe ser de primer nivel, e incluso, de segundo nivel. Dice Theodore Millón

La mayoría de las personas dispone de variadas y flexibles estrategias de afrontamiento. Cuando una determinada conducta o estrategia no funciona, las personas normales cambian y pasan a utilizar otra. Sin embargo, las personas con un trastorno de la personalidad tienden a utilizar las mismas estrategias una y otra vez, con variaciones mínimas. El resultado es que siempre acaban empeorando las cosas. En consecuencia, el nivel de estrés se incrementa, amplifica su vulnerabilidad, provoca situaciones críticas y produce percepciones de la realidad social cada vez más distorsionadas (Millon, T y Davis, R. 2001, retomados por Martínez O., 2011, p. 38).

Y agrega Martínez: “La agresividad es la característica extrema de la actividad incorrecta” (2011, p. 59).

Ampliando lo anterior, refiere María Ángeles Noblejas que “el hombre puede determinar su actitud ante la enfermedad o cualquier otra situación impuesta y que las actitudes posibles a tomar son, a saber:

- a) Pasividad incorrecta: sumisión a la enfermedad o situación (dejarse llevar por ella). Una forma mitigada es la actitud vital fatalista (“no se puede hacer nada”).
- b) Actividad incorrecta: intentar cambiar el “destino” (buscar algo imposible).
- c) Actividad correcta: aceptar el destino y enfrentarse dignamente con él.
- d) Pasividad correcta: aprender a ignorar el destino en lugar de luchar en vano con él”. (Noblejas, 1994, pp. 80-81)

Se definió operacionalmente la agresividad como una estrategia de afrontamiento, entendida como una defensa de la identidad ante situaciones estresantes y malestar psicofísico. Además, se mencionó que dichas estrategias de afrontamiento se presentan de primer o de segundo nivel, como se explica a continuación. Las estrategias de

primer orden denotan un nivel de restricción de la reflexividad de la persona y sus recursos noéticos, por ejemplo, diferentes formas de automedicación (uso de alcohol y drogas legales e ilegales), la compulsión por la comida, la masturbación, el sexo y las conductas autolesivas, a partir de las cuales la persona modifica temporalmente la experiencia perceptiva de sí mismo, los otros y su entorno desde su dimensión biológica (organismo). En el caso de las estrategias de segundo nivel, la modificación es, en primer lugar, dirigida a la dimensión psicológica, y en segundo lugar, la biológica, constituyendo intentos con un mayor nivel de reflexividad, pero sin la potencia y profundidad suficiente para resolver la situación. Entiéndase como ejemplo, intentos de modificación del ambiente y las circunstancias; de esta forma, algunos evitan la evaluación, los sentimientos y los pensamientos desagradables, otros cultivan relaciones de dependencia, algunos más buscan motivos ocultos y atacan antes de ser atacados, unos más escenifican, lloran, otros complacen y buscan aprobación todo el tiempo y las descargas de energía como la agresividad física, en fin tratan de evitar el displacer del organismo psicofísico (Martínez, 2011, p. 62).

Si el lector ha advertido, en particular, las citadas “descargas de energía”, posibles a partir del comportamiento agresivo, a lo mejor le parecerá pertinente ver la teoría del cambio que propone la Psicoterapia Centrada en el Sentido.

Teoría del Cambio

Para la Psicoterapia Centrada en el Sentido, el desarrollo y mantenimiento de una personalidad agresiva, se debe a diversas restricciones en áreas del autodistanciamiento y de la autotranscendencia frente a su estructura psicológica restrictiva de disocialidad y desregulación emocional.

En cuanto a la dimensión del autodistanciamiento, la subdimensión de la autocomprensión (Martínez, 2011) es una de las más afectadas por la restricción que padece el organismo psicofísico, generándole a la persona dificultades para verse a sí mismo y monitorear sus procesos cognitivos y emotivos; no sólo le es difícil verse, también le



costará trabajo evaluarse, pues no querrá profundizar ni reflexionar, prefiriendo mantenerse en la superficialidad; le cuesta objetivarse y asociar variables para determinar o comprender su participación en lo que sucede.

Niveles de pasividad y actividad correctas

La teoría del cambio presenta un panorama desde una mirada de la posibilidad y la opción libre, pues la dimensión espiritual es concebida aquí como la que no enferma, aunque sí es susceptible de restringirse.

- Actividad y pasividad correctas: La organización correcta de la actividad y el logro de la pasividad correctas se hacen posible si la persona alcanza un reconocimiento de sus síntomas, es decir, si consigue comprender que sus maneras de interpretar y moverse en el mundo están actuando en detrimento de la libre y auténtica expresión de su ser. Un reconocimiento de este nivel implica percatarse de modos diversos y liberadores de afrontar la vida que, por demás, pueden ser conquistados. Esta nueva mirada y disposición flexibles que coherentemente cuestionan los propios actos ya es, en principio, una ganancia sobre formas rígidas bajo las cuales la persona ha construido su personalidad, y constituye una alentadora promesa de cambio desde la que se pueden identificar, con claridad, por un lado las acciones apropiadas sobre las cuales se debe volcar la voluntad de sentido y, por otro parte las moderaciones justas que deban usarse para apaciguar cualquier acto desbocado. Este aprendizaje sobre la actividad y pasividad correctas es el que garantiza una existencia auténtica [...] las personalidades auténticas usan la pasividad y la actividad correctas (Frankl V. E., 1964, citado por Martínez O., 2007) como estrategias que buscan abrirse al mundo externo e interno, dejando salir la libertad humana para alcanzar la mejor versión posible de sí mismo en cada situación, es decir, la pasividad y la actividad correctas son desarrollos establecidos para dirigir la espiritualidad que se manifiesta ante la captación personal de valores y sentidos por realizar.

En la Psicoterapia Centrada en el Sentido, la actividad y pasividad se interpretan según el nivel de reflexividad y uso de sus recursos psicológicos. De esta forma, a mayor limitación de esos dos componentes, mayor es el grado de inadecuación de los actos de las personas. Por el contrario, a mayor liberación de los mismos, mayor es el grado de acierto en la expresión espiritual. Por esto, la actividad y pasividad incorrectas de primer y segundo nivel indican menor uso de la reflexividad y recursos de autodistanciamiento y autotranscendencia por parte de la persona, mientras que la actividad correcta y pasividad justa de tercer y cuarto nivel muestran a una persona con mayor reflexividad y acciones sopesadas y justas. Los dos primeros niveles ya fueron descritos en la teoría del enfermar. El tercer y cuarto nivel hacen parte del cambio y se refieren brevemente a continuación.

Específicamente, en la actividad y pasividad correctas de tercer nivel, la persona dispone su capacidad crítica a la revisión de su proceder. Con ello, se fortalece su capacidad de autodistanciamiento y de responsabilidad, evitando adjudicar a factores externos la exclusiva causa de su malestar. En la medida en que esta disposición autocrítica avanza, no sólo se logra la desrestricción de los recursos espirituales, sino que el mundo toma para la persona matices menos amenazantes, posibles y edificantes de sentido. El propósito de este tercer nivel, más que centrarse en el alivio de las tensiones, se enfoca en la búsqueda de salidas a las dificultades, desde el ejercicio propositivo de la autonomía.

Con referencia a la actividad y pasividad correctas de cuarto nivel, puede decirse que reposan, fundamentalmente, en la autotranscendencia. Una vez reconocidas y aceptadas las limitaciones personales como también las cualidades desde las que se pueden agenciar con confianza nuevas propuestas de ser, la capacidad espiritual se ensancha hacia relaciones más creativas y dignas con los otros y con el mundo, en general. Consecuentemente, esto redundará en terrenos más propicios para el descubrimiento, reencuentro, o consolidación del sentido de la vida (Martínez, 2013).



Conclusiones

En el caso de José puede verse en un corto tiempo de intervención, y gracias al despliegue de su espiritualidad (mediante el recurso del autodistanciamiento) que la disposición o motivación para el cambio es evidente. José expone tempranamente que siente que el apoyo psicoterapéutico puede ayudarle a tener mejores relaciones con su familia y las personas que están en su círculo próximo, es decir captar *la mejor versión posible de sí mismo en cada situación*. Ahora bien, y ¿cómo se explica este logro? Mediante el desarrollo de la pasividad y la actividad correctas, las cuales dirigen la espiritualidad hacia la captación personal de valores y sentidos por realizar.

En correspondencia a lo anterior, el acompañamiento a personas agresivas bajo una óptica Logoterapéutica es efectivo y conveniente, porque con José reportó bienestar personal y recepción positiva por parte de su círculo íntimo - hijos y esposa.

De esta manera, las preguntas que orientaron inicialmente la investigación pueden ser analizadas a la luz de los resultados y evidencias obtenidas al interior del proceso, por lo cual puede establecerse lo siguiente:

En primer lugar ¿puede en la dimensión existencial –espiritual el ser humano encontrar “redención” de su primaria tendencia agresiva? Y de serlo así, ¿cómo acceder a ese “centro regulador” de manera consciente y motivada para el “despertar” de la conciencia por el otro?

A manera de respuesta a dichas preguntas, se señalan a continuación una serie de pautas para el acompañamiento a personas agresivas:

- El fomento del autodistanciamiento con el consultante representa una meta prioritaria y le ofrece una nueva dimensión de libertad y motivación para el cambio, mediante la desrestricción de sus recursos noológicos; y si en particular se trabajan preguntas orientadoras bajo la metodología socrática para cada una de los dominios de autocomprensión, autorregulación y autoproyección, ello significaría un paso paulatino de estrategias de segundo nivel a estrategias de tercer nivel (actividad correcta y pasividad justa).

- Se evidencia en el abordaje de qué manera la agresividad fue parte de su contexto familiar, lo que, una vez aprendido, se estableció en lo psíquico forjando así su carácter con rasgos agresivos y asumidos estos como forma de defensa. Por tanto, el seguimiento al asesorado deberá ayudarlo a lograr mayor conciencia de sus estrategias de afrontamiento.

- Una de las evidencias de logros significativos en este tipo de acompañamiento es que la persona logre autodistanciamiento en conexión con su autoproyección; es decir que la persona avizore el beneficio de su proceso en un futuro cercano y con retribución para su familia.

- El acompañamiento debe fomentar su autotranscendencia, la que va ligada a su proceso de crecimiento y maduración, y esto se diría que son estrategias de actividad y pasividad correctas de cuarto nivel. Por ejemplo, el consultante muestra escasa diferenciación²⁵, lo cual no le ha permitido el desarrollo de habilidades sociales.

-En lo concerniente al siguiente interrogante planteado: ¿Es la intervención logoterapéutica un recurso efectivo para la atención y prevención de conductas de riesgo en una persona agresiva? Puede afirmarse lo siguiente. A claras luces la mirada de Frankl resulta interesante desde el punto de vista de la ubicación, e incluso de la jerarquía que establece entre el ser humano y la conducta agresiva, valiéndose para ello del antagonismo psicoonético facultativo, una opción fruto de la dimensión espiritual que asiste a toda persona, y que, por cierto, es a su criterio una dimensión específicamente humana.

Por tanto, se concluye que la logoterapia es evidentemente un recurso efectivo para la atención y prevención de las personas con trastorno de personalidad agresiva. Así mismo, por conductas de riesgo hemos de entender, principalmente:

- Las conductas autolesivas, entre ellas la bulimia nerviosa, la anorexia, las automutilaciones, entre otras.

25 La capacidad de diferenciación le permite a la persona no fundirse en el otro, generar vínculos auténticos, obtener soporte social y convivir de forma adecuada



- El autorreproche, que se enmarca dentro de lo que la logoterapia considera conductas hiperreflexivas.

- Las agresiones disimuladas, como *modus operandi* de la persona con trastorno pasivo-agresivo y en las que va camuflada la conducta de oposición que lleva consigo sentimientos agresivos.

También llama la atención lo que en el apartado conceptual se mencionara como círculo vicioso del agresivo. Bien sea el estallar en cólera (agresión directa), o la agresión disimulada, como intentos poco eficaces por recuperarse ante el malestar psicofísico producen desgaste en las relaciones y en la calidad de vida de la persona agresiva. Ante eso, se calcula que facilitar el autodistanciamiento a través de la movilización de los recursos espirituales sería una especie de “círculo virtuoso”. Este afrontamiento proactivo a través de la metodología terapéutica de la PCS significaría facilitar en la persona agresiva una capacidad para verse en situación como una versión mejorada de sí mismo, en lo cual radicaría el efecto anticipatorio del autodistanciamiento. Y por otra parte, el afrontamiento consciente se relacionaría con la superación de los automatismos que también la psicología ha descrito como reacciones ante los estresores del medio ambiente, una especie de “piloto automático” que aseguraría la respuesta conductual como un mínimo de consumo intencional, aunque es preciso aclarar que lo consciente en Frankl es lo propio de la voluntad de sentido en el ser humano, como corolario de una vida con sentido.

Así mismo, y de manera supremamente significativa, este estudio de caso propició un encuentro mutuamente beneficioso con “José”. Tal vez una de las mayores satisfacciones a partir de esta investigación fue vivenciar la dimensión del acompañamiento y la presencia en medio de los círculos viciosos y virtuosos que transita el consultante donde el “estar ahí” fue la técnica por excelencia.

Referencias

- Bruzzzone, D. (2008). *Pedagogía de las Alturas. Logoterapia y educación*. 2a Edición. México D.F.: LAG
- Clinebell. H. (1995). *Asesoramiento y cuidado pastoral*. Buenos Aires: Nueva Creación y ASIT.
- Etchebehere, P.R. (2011) *El espíritu desde Viktor Frankl: una lectura en perspectiva filosófica* - 2a edición. - Buenos Aires: Ágape Libros
- Frankl, V. E. (1984). *Psicoterapia y Humanismo ¿Tiene un sentido la vida?* México, D.F.: Fondo de Cultura Económica
- Frankl V.E. (1984) *La Idea Psicológica del Hombre*. Madrid: Ediciones Railp
- Frankl, V. E. (1990) *Logoterapia y Análisis Existencial*. Barcelona: Herder
- García P., C. (2011). *Frankl Comentado*. Buenos Aires: San Pablo
- Martínez O., E. (2011). *Los Modos de Ser Inauténticos. Psicoterapia Centrada en el Sentido de los Trastornos de la Personalidad*. Bogotá: Manual Moderno.
- Noblejas, M. Á. (1994). *LOGOTERAPIA: Fundamentos, principios y aplicación. Una experiencia de evaluación del “logro interior de sentido”*. Madrid: Universidad Complutense de Madrid. Facultad de Educación. Dpto. de Psicología Evolutiva y de la Educación.
- Oldham, J. M., & Morris, L. B. (1995). *Autorretrato de la Personalidad*. Girona: Tikal Ediciones.
- Schipani, Daniel. (2011) *Nuevos Caminos en Psicología Pastoral*. Buenos Aires: Kairós,
- Segura, H (1999) *Una Consideración Crítica de la Logoterapia y el Análisis Existencial de Viktor E. Frankl como recurso para el Asesoramiento y Cuidado Pastoral*. Seminario Teológico Bautista Internacional de Cali, 1999

