

## **DESTINOS DE LA AGRESIVIDAD**

### **¿Qué solemos hacer con nuestra agresividad?**

Como hemos visto en el artículo anterior, la agresividad es una fuerza interna que, originariamente, nos servía para poder sobrevivir en condiciones adversas. Esa dureza de nuestro medio ya no existe, pero sí que se conserva la agresividad como parte integrante de todos nosotros.

A esta pulsión agresiva le podemos dar diferentes salidas, según nuestro equilibrio psíquico y la forma en que podamos elaborarla.

Esta fuerza se puede volver hacia uno mismo o hacia el exterior. Veamos tres maneras frecuentes de manifestación de la agresividad:

- **La vuelta hacia nosotros mismos: depresión**
- **La agresión maligna**
- **Emplearla para avanzar en la vida**

### **La vuelta hacia nosotros mismos: depresión**

La depresión puede sobrevenir por una pérdida, un riesgo o por dificultades para enfrentar las vicisitudes de la vida.

Se manifiesta por apatía, tristeza, decaimiento moral y físico con sensaciones de impotencia y desesperanza.

En este caso, la agresividad que se tendría que emplear para encontrar una salida a estas situaciones se vuelve contra uno mismo y castiga a la persona con esa serie de sentimientos y sensaciones autodestructivos.

Este efecto ocurre, habitualmente, por sentimientos de culpa engendrados al sentirse el individuo, inconscientemente, responsable de la pérdida o dificultades que le están acaeciendo. Ese sentimiento de culpabilidad suele demandar un castigo y este se hace presente mediante el sufrimiento de la depresión.

### **La agresión maligna**

En esta manifestación de la agresividad podemos incluir la destructividad, la crueldad, el sadismo...

La predisposición a estas formas de la agresividad se da por una evolución patológica del sujeto que preforma una estructura de carácter violenta, con tendencia a comportamientos hostiles.

Ya hemos dicho que los avances de la humanidad hacen innecesarios estos impulsos para mantener la vida. Y que la cultura ha puesto una serie de límites y diques a la agresividad humana para preservar las estructuras sociales.

Pero estas explosiones destructivas no suelen ser espontáneas en el sentido de que estallen sin razón alguna. Necesitan unas condiciones estimulantes, externas como las guerras, los conflictos religiosos o políticos, la pobreza, el aburrimiento extremo o la insignificancia del individuo. O unas razones subjetivas como un fuerte narcisismo colectivo, nacional o religioso e incluso cierta propensión a estados de trance como los inducidos por las drogas o el alcohol.

Estos ataques no son solo perjudiciales para el agredido sino también para el agresor.

### **Emplearla para avanzar en la vida**

La manifestación constructiva de esta pulsión es cuando se emplea su fuerza para conseguir realizaciones y mejoras en la propia vida, como: formación, estudios,

progresos laborales, prosperar económicamente; incluso encontrar pareja, formar una familia, tener amigos, disfrutar de una afición o divertirse, requieren de poder aplicar esta energía a alcanzar esos fines determinados.