

**AGRESIÓN, VIOLENCIA Y DEPORTE EN EDAD ESCOLAR: REVISIÓN
DOCUMENTAL**

TRABAJO DE GRADO

TESIS DE GRADO

AUTOR:

CAMILA ANDREA REYES GÓMEZ

ASESOR(ES):

JUAN CARLOS CORREDOR HERNANDEZ

YENNYS GONZALEZ DE LOS REYES

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS

FACULTAD DE CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN

BOGOTÁ

DICIEMBRE 2019

INTRODUCCIÓN

El aumento de la violencia y la agresividad ha sido exponencial a lo largo de los últimos años, especialmente en la década de los 90', donde se le empezó a dar más importancia a este problema. Ya que como lo mencionan Lugones y Ramírez, en el 2017, el nombre de "bullying" fue creado por el psicólogo noruego Dan Olweus, en 1993, siendo producto de la revisión de diversos estudios sistemáticos acerca de los suicidios de los adolescentes en los años 70', donde encontró que existía un factor en común entre los suicidios, pues los jóvenes eran víctimas de abusos físicos y emocionales, por parte de los compañeros de escuela. A partir de esto, Olweus estableció que el bullying tiene tres características distintivas: es intencional, repetitivo y que existe un poder desigual. Lugones y Ramírez, mencionan en su artículo, que Olweus escogió la palabra "*Bullying*" por ser parecida al término de "Mobbing", un fenómeno que existe cuando un grupo de aves inicia un ataque contra un individuo perteneciente a una especie diferente. Anteriormente, esto no era un factor de alarma, simplemente se omitía; hoy en día se presenta hasta en la edad escolar, lo que influye considerablemente en el desarrollo del carácter, el desarrollo psicológico y social, de quienes son víctimas de este acoso.

Antes que nada, hay que tener en cuenta que la agresividad se diferencia de la violencia en el sentido de que la primera es un instinto natural y la segunda es algo ya aprendido desde el ámbito social y cultural.

En primer lugar, se debe entender que la agresividad es un estado instintivo propio de los animales, usado para la defensa propia o de un territorio, para lograr una adaptación al medio. Por otra parte, la violencia produce sentimientos de odio y en ocasiones, deseos de lastimar a otra persona, ya sea de forma física, emocional o psicológica; por tanto, es de carácter consciente.

En el ámbito del deporte y la actividad física, la agresividad puede evidenciarse más que todo en los deportes de conjunto, por ejemplo, cuando se busca proteger el campo del rival. En cambio, la violencia es percibida cuando se rompen las reglas y ya se busca lastimar de gravedad al jugador contrincante.

Hay que tener en cuenta que estos aspectos de agresividad y violencia se pueden presentar en edades tempranas por diferentes factores, ya sean, sociales, económicos, familiares o ambientales. Esto dado a que muchos niños viven en situaciones complejas, donde estos aspectos los afectan tanto directa, como indirectamente, haciendo que tengan estos comportamientos con sus compañeros a nivel escolar.

Se debe aclarar que la violencia, a nivel social, es comprendida como las acciones donde se busca lastimar a otra persona o a otro animal, con el fin de obtener un beneficio propio. Este acto se puede entender como una forma fácil de obtener algo sin la necesidad de esforzarse en realizar un trabajo. En el deporte, la violencia también se comprende como un acto que rompe las reglas y busca lastimar al adversario, todo eso se evidencia en los deportes de conjunto o en los deportes individuales donde hay adversarios. Ya que, por medio de la violencia, aumentan las posibilidades de lograr el objetivo, reduciendo tanto el tiempo y el esfuerzo empleado en trabajar por él.

Estos dos aspectos se pueden observar en los deportes de combate, ya que estos son de contacto y muy competitivos, debido a que se debe tener un muy buen control emocional y la capacidad de simular un combate real, siempre bajo un enfoque deportivo. El seguimiento de reglas, la participación del referí y el uso de equipos protectores autorizados, son los únicos aspectos que ofrecen seguridad en este deporte. Se debe comprender que las reglas tienen como principal función restringir a los deportistas a una modalidad específica de pelea, a un dominio que se divide en golpes y/o patadas, lucha o agarres y uso de armas.

Es por esto por lo que las artes marciales son técnicas milenarias creadas para la lucha y defensa en combate, usadas para la defensa personal, deporte, salud, disciplina mental y autoconfianza. Estos deportes se caracterizan por usar filosofías que involucran el equilibrio del cuerpo, la mente y el espíritu. Además, sugieren conservar la integridad física del contrincante, generando el menor daño posible.

METODOLOGÍA

Se realizó una búsqueda bibliográfica de 30 artículos, donde 20 de ellos son en español y 10 en inglés, cuyos criterios de selección fueron los siguientes, primero, el año de publicación que debía ser de 2010 en adelante; segundo, que tuviese las siguientes palabras clave: Agresividad, Violencia, Edad Escolar, Actividad Física, Educación Física, Taekwondo y/o Artes Marciales.

Se usaron diferentes fuentes documentales para encontrar los diferentes artículos, entre ellos Google Académico, Dialnet, Redalyc, Eric, ResearchGate, Taylor & Francis Online y Repositorios Universitarios.

DESARROLLO

Inicialmente se abordarán los dos conceptos: agresividad y violencia. Con el primer concepto, agresividad, definida por los psicólogos (como lo mencionan Weinberg y Gould en el año 2010), quienes citan a Baron y Richardson (1994), como “cualquier comportamiento con el objetivo de lastimar o herir a otro ser viviente que tenga la motivación de evitar esos tratos” (p.534). Debemos mencionar que Gutiérrez en el 2018 citó a Sullivan, Cleary y Sullivan, quienes en el año 2005 establecieron la existencia de 5 niveles o pasos de propagación que

llevan a una persona a ser agresiva. En el primer lugar se ubica la incidencia de un acoso, lo que conlleva a la intervención de las personas que se encuentran alrededor de la víctima, por lo cual, a partir de ese momento de intervención, el acto involucra a todas las personas en el lugar, ya sea un contexto familiar, escolar o laboral. Los pasos restantes en este proceso están relacionados con la consideración de los hechos y la toma de decisiones en cuanto al cómo se debería actuar.

Teniendo en cuenta estas definiciones, nos remitimos de nuevo a Weinberg y Gould, citando a Gill (2000), describiendo la agresividad en cuatro criterios: “Es una conducta, involucra daño o lesión, está dirigida hacia un organismo vivo y es intencional” (p. 535).

Existen teorías que apoyan lo anterior, que tratan de explicar el proceso por el cual atraviesa una persona para llegar a expresar su agresividad, al igual que las causas y consecuencias más comunes que conlleva. En el 2012, los autores Garay, Gimeno, Gutiérrez y Sáenz, mencionan que desde que se establecieron las que se han considerado como las primeras teorías activas acerca de la agresividad (la teorías innatistas o la teoría clásica de agresión-frustración), se ha asumido que la agresividad es algo innato del ser humano, entendiendo esto, como uno de los primeros estados emocionales que todas las personas tienen pero tratan de ocultar, hasta las teorías que fueron creadas recientemente, las teorías reactivas, donde se establece que la agresividad es una reacción, una respuesta o, incluso, una adaptación de una persona a determinados estímulos que pueden ser de naturaleza interna o externa, como se establece en la teoría revisada de agresión-frustración, teoría de condicionamiento clásico, las teorías cognitivo-conductuales, la teoría del aprendizaje social y la teoría de condicionamiento operante.

También existe la teoría innatista, que Garay et al. citando a Lorenz en 1978, describen que se considera a la agresividad como base de la conducta evolutiva. Por otro lado, Eibl-

Eibesfeldt (1993), toma la agresión como un impulso de carácter universal y propio de la evolución humana, y Gill (2000) expresa que esta se libera o “descarga” por medios aceptados como el deporte, haciendo socialmente correcto. En este mismo orden de ideas, Dollard, Doob, Miller, Mowrer y Sears, en 1939, llegan con el modelo teórico clásico de agresión-frustración, donde señalan que la agresividad se da por la imposibilidad de conseguir un objetivo, creando el sentimiento de frustración, que desencadena en un impulso agresivo. Garay et al. también citan a Berkowitz (1993), quien llevó a cabo la revisión del modelo de agresión-frustración, en la cual se admite que la agresividad se produce también como respuesta a estímulos externos. En otro punto de vista, se encuentra Baron y Richardson, quienes, en el año de 1994, mencionan que los psicólogos toman la agresión como un comportamiento guiado a lastimar o herir a otros. También se establece la teoría revisada de la frustración-agresión (teoría de neosociación cognitiva) que a diferencia de la clásica de frustración-agresión, añade que, al aumentarse la excitación y la ira, no siempre se desencadena la agresión, sólo cuando ciertos comandos sociales aprendidos determinan la agresión como una conducta pertinente a la situación (Baron y Richardson, 1994; Berkowitz, 1965; 1969, 1993). Finalmente, Garay et al., comparten ideas con Weinberg y Gould, los cuales señalan que la teoría que habla sobre el aprendizaje social tiene un gran apoyo por la comunidad científica, y esta se encarga de explicar que la agresión debe ser entendida como un comportamiento que se aprende mediante la observación, en este caso, al ver a otras personas que expresan este comportamiento; y luego, al repetir conductas similares, se puede recibir un refuerzo positivo.

En segundo lugar, tenemos el concepto de violencia, el cual, según la UNESCO, citada por Garay, Gimeno, Gutiérrez, y Sáenz, en el 2012, definen la violencia como la forma de conseguir algo mediante la fuerza, anulando la voluntad del otro; otra definición válida es la brindada por la OMS citados por Méndes, Martínez y Ramos (2019), donde mencionan que

tiene que ver con el uso intencional de la fuerza física o amenazas a una persona, grupo o comunidad que conlleva a provocar traumatismos, problemas de desarrollo, daño psicológico y hasta la muerte. Se debe entender que la violencia, según Freire (2014), es cuando “un individuo impone su fuerza, su poder y su posición en contra de otro de forma que lo dañe, lo maltrate o abuse de él, física o psicológicamente, siendo la víctima inocente de cualquier argumento, justificación que el violento aporte en forma cínica o exculpatoria”. Esto nos hace comprender que la violencia implica necesariamente la acción física, el uso de la fuerza física para someter a otra persona o solo para producir daño. Por otro lado, tenemos la definición brindada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), quienes fueron citados en 2019 por Méndes, Martínez y Ramos, donde se propone que la violencia tiene que ver específicamente con un “uso intencional de la fuerza física, amenazas contra uno mismo, otra persona, un grupo o una comunidad que tiene como consecuencia o es muy probable que tenga como consecuencia un traumatismo, daños psicológicos, problemas de desarrollo o la muerte” (OMS, 2002). También se debe tener en cuenta que la violencia no se puede considerar un fenómeno nuevo, ya que es algo que ha venido siempre de la mano junto a la historia de la humanidad. Justamente como lo menciona Gallego (2011), la violencia ha estado en contacto con las diferentes esferas de la vida pública y privada de los seres humanos, sin importar las clases sociales, haciendo presencia de manera sutil o directa, logrando generar diversos cambios en las dinámicas sociales, culturales, familiares y en las relaciones interpersonales.

A parte de lo anterior, Irawan, quién en el año 2014, menciona que “la violencia está directamente relacionada con la condición del miedo, la amenaza y el cambio del patrón de las relaciones en la sociedad”. Cuando tocamos el tema del deporte, la violencia juega un papel muy importante, ya que cuando se hace uso de esta, se están violando las reglas y las normas que lo rigen, llegando al punto de amenazar la integridad de otros competidores. Luego de esto, la definición que tenemos acerca de la violencia puede explicarse como el lado físico de una

agresión, específicamente un comportamiento cuyo único objetivo es el dañar físicamente a otra persona.

Ya se ha establecido que la violencia son aquellos comportamientos intencionales donde una persona tiene como principal objetivo ejercer una acción que provoque daño sobre otra persona. Se debe aclarar que, dentro del concepto de violencia, existen diversos tipos, que son las maneras en las cuales se expresa. De esta manera, Menéndez y Fernández citan a Álvarez, Rodríguez, González, Núñez, y Álvarez en el 2018, quiénes para complementar esta definición, se encargan de establecer los siguientes tipos de violencia:

La violencia física, que bien puede ser de carácter directo, cuando se realiza en contacto directo con la víctima o indirecta, que se da cuando una persona agrede los bienes materiales de otra; la violencia verbal, la cual incluye insultos, motes, etc.; la interrupción en el aula, producida cuando el docente no puede ejercer su labor en el trabajo; la exclusión social, determinada principalmente por comportamientos de rechazo hacia personas de otras etnias, razas, culturas, pensamientos, etc.; la violencia psicológica, orientada principalmente a generar miedo e inseguridad en la persona agredida. (p.1295)

Otro tipo de violencia dentro del ámbito educativo es el acoso escolar, el cual se entiende como un tipo de violencia relativamente moderno, que se manifiesta principalmente por la utilización agresiones psicológicas o físicas, que puede sufrir un niño en el entorno escolar por parte de sus compañeros. El bullying, definido como acoso escolar, es manifestado por agresiones físicas, psicológicas y/o sociales repetitivas a un niño; y la violencia a través de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs), denominada ciberbullying, donde se agrede por medio de redes sociales como lo mencionan Garaigordobil y Martínez (2014).

Teniendo en cuenta lo anterior, la agresión verbal es la que mayor incidencia tiene a nivel deportivo-formativo, y esto se debe al hecho de que los jóvenes y los niños buscan modelos a seguir en las personas mayores, observando detalladamente e intentando imitar sus actitudes y gestos, siendo un proceso que realizan hasta cumplir la mayoría de edad, donde definen sus personalidades. Esto no solo hace referencia a modelos deportivos, también influyen las personas que los rodean en los diferentes contextos sociales, como lo es la familia, la escuela y los amigos.

Es importante entender y comprender que, en la infancia, es completamente normal que se produzcan ataques de agresividad o que se generen conductas agresivas que tengan como consecuencia el hacer daño, como lo son el golpear a otro, ofender, burlarse o incluso el tener rabietas, suelen ser las conductas que hacen parte de la agresividad infantil. Aunque en los peores casos, cuando los niños no logran controlar sus emociones, pueden sentirse frustrados, lo que conlleva a un sentimiento de sufrimiento y rechazo hacia los demás, que puede ser expresado por medio de acciones que busquen controlar, manipular, y en casos graves, dañar y herir seriamente a las demás personas. Lastimosamente, estas conductas solo se encargan de dañar el proceso de adaptación social por el que los niños y adolescentes se desarrollan y crean las experiencias que en un futuro los definirán. Andreu, en el 2017, expone que estas conductas pueden desarrollar una agresión disfuncional en los jóvenes, quienes tendrán como objetivo el cumplir sus objetivos a toda costa, escondiéndose detrás de la defensa propia y la supervivencia, de esta manera, los jóvenes más agresivos llegarían al punto de inhibir los sentimientos de culpa, de remordimiento e incluso de empatía, no siguiendo las normas impuestas a nivel social y lastimando a quienes consideren como un oponente o que represente una amenaza. Esto conlleva, según Andreu, a tener dos tipos de agresividad que normalmente se expresan de forma directa, pero que también se utilizan para causar daño indirectamente. En el primer tipo se encuentra el nivel físico, caracterizado por la búsqueda de hacer daño y/o herir

a través de una acción física; y en el segundo tipo, es encontrado el nivel psicológico, definido como la acción de herir mediante insultos, amenazas, manipulaciones y/o menosprecios a otra persona.

En la mayoría de las ocasiones, la agresividad conlleva al uso de la violencia, ya que es el medio por el cual un individuo puede expresar todo su enojo u odio en contra de otro ser vivo o un objeto. Los autores Castillo, Cisternas y Jiménez (2012) establecieron lo siguiente:

Comprendiendo la agresión entre pares (dentro del marco de la violencia) como un comportamiento ofensivo amplio donde el sujeto actor o autor utiliza su propio cuerpo o un objeto externo para infligir una lesión o un daño, puede también presentarse como agresión verbal, agresión relacional o agresión virtual. (p.832)

Castillo et al. también se encargan de explicar que, para llegar a la utilización de la violencia, es obligatoriamente necesario que una persona se encuentre con un sentimiento o actitud agresiva constante, por lo cual, ellos explican que todo se debe a la conducta y mencionan que “un acto es considerado de agresión cuando ocasiona un daño a otro individuo, sin importar que la acción sea dirigida o no de manera intencional” (2012, p. 827). Por otra parte, también se encuentra lo expresado por Viscardi (2011), quien tiene una posición más drástica frente al tema, debido a que, para él, si está conducta agresiva no se trata correctamente durante la infancia, se corre el peligro de convertirse en un hábito y llegar a desembocar en algún tipo de violencia social o, incluso en un comportamiento criminal en la vida adulta. Ya hablando sobre los niños, tenemos en cuenta la opinión de Crick (1995), quien fue citado por Coyne, Gentile y Walsh en el 2011, donde Crick menciona “los niños relacionalmente agresivos también tienden a exhibir sesgos de atribución hostiles, aunque el contexto social es muy importante” (2011, p. 197). Finalmente, una posible solución a la violencia se encuentra en lo descrito por Akgun y Araz (2013), quienes proponen que “que los programas de

resolución de conflictos no solo aumentan las habilidades constructivas de resolución de conflictos de los estudiantes, sino que también reducen su agresión y violencia” (p. 33).

A pesar de lo explicado anteriormente, la agresividad y la violencia en la etapa escolar, ha empezado a tener una mayor relevancia en este milenio, debido a la lucha a nivel social contra el acoso (bullying) escolar, por parte de diferentes organizaciones. en el año 2017, Chacón, Zurita, Castro y Linares definen que el bullying debe ser entendido como aquellas acciones de intimidación, amenazas, agresión y aislamiento por parte de un agresor a una víctima de forma intencionada. En décadas pasadas, el acoso escolar no era un problema tan grave, ya que, en la mayoría de los casos, solo se basaba en la creación de apodos hacia otras personas, ahora, todo este tema se agravó, ya que, con ayuda del internet, el acoso no termina en las escuelas y puede seguir afectando a los niños y jóvenes en sus hogares, lugares que antes eran considerados seguros. Por otra parte, existen ocasiones donde este acoso no solo es psicológico, también evoluciona a un acoso físico, donde el principal objetivo es lastimar a otro individuo. Es en este punto donde la agresividad y la violencia se pueden considerar como un problema social en los niños y los jóvenes.

Acerca del bullying (acoso) escolar, Borja (2012), nos menciona que un conflicto debe ser entendido como un choque de intereses entre dos partes y que, en el ámbito escolar, se pueden dar entre iguales, entre los profesores y los alumnos; entre los profesores y los directivos. Borja también nos expone que en el acoso escolar se ha establecido una clasificación de los conflictos con mayor frecuencia en las escuelas, en primer lugar, se encuentra los conflictos entre los alumnos; segundo lugar, conflictos entre alumnos y profesores, luego los conflictos con respecto al rendimiento, los conflictos de poder y los conflictos de identidad. Todo lo anterior ayuda a entender que, en los grupos etarios de niños y jóvenes, en el ámbito social, la agresividad es un aspecto negativo, ya que puede generar conflictos entre todas las

personas que se encuentren en este ambiente. Si la agresividad es mal manejada, puede traer como consecuencia la violencia, que ya es un problema mucho mayor, ya que es la utilización del daño físico, emocional y/o psicológico con el fin de lastimar a otra persona.

Por lo anterior, se debe comprender que el deporte juega un papel de vital importancia en la vida de los niños y jóvenes, aportando un crecimiento personal, permitiéndoles desarrollar diversas capacidades (tanto condicionales como coordinativas), al mismo tiempo que pueden llegar a potenciarlas. El deporte también se ha entendido como un escape a las actividades cotidianas que una persona realiza a lo largo del día, algunos lo consideran como un espacio donde las preocupaciones, problemas y/o los inconvenientes que generan desgaste físico y mental que traen como consecuencia el estrés, desaparecen completamente. El deporte les permite a las personas dejar todo eso atrás y distraerse, enfocarse en otra tarea y llegar al estado de ocio. Estas son razones por las cuales siempre se les aconseja a las personas que realizar algún deporte o actividad física genera beneficios en la salud, no solo a nivel físico, sino que también se producen cambios positivos a nivel psicológico y emocional.

El deporte, como se ha mencionado anteriormente, es uno de los mejores medios para controlar la agresión, para proyectarla de manera positiva y sin la necesidad de lastimar a los demás sin razón aparente. Esto se puede demostrar en lo que exponen Sánchez, López, Valero y Gómez (2016):

El deporte en sí mismo no tiene nada que ver con la moral, es la utilización del deporte la que lo puede convertir en promotor de ciertos valores sociales como la cooperación, la ayuda mutua o la identificación con las normas, pero también de lo contrario, como la agresividad, el engaño o el protagonismo exacerbado. El deporte no es educativo por sí mismo, sino que debe cumplir unas orientaciones educativas básicas encauzadas a través del profesor o entrenador. (p. 47)

En los deportes con oponentes, ya sean individuales o colectivos, la agresividad juega un papel importante, por eso se debe resaltar la existencia de dos tipos: la agresividad hostil o reactiva, que hace referencia a causar daño psicológico o físico; y la agresión instrumental, que se ocasiona por la búsqueda de una meta (Weinberg y Gould, 2010). Actualmente, el rendimiento de los jugadores y los equipos, se han visto influenciados por la agresividad que se les exige para su desempeño deportivo (García, Martínez y González, 2017). Poco a poco, a través de los años, el deporte se ha ido convirtiendo en una representación de la sociedad, que ayuda a las personas a facilitar su desarrollo en habilidades sociales y en sus cualidades personales. Y a pesar de ser una gran alternativa a nivel educativo para los menores de edad, estos al admirar y querer imitar a sus ídolos, copian, en muchas ocasiones, los actos inapropiados realizados por jugadores, entrenadores o, incluso, por parte de los espectadores. Es pertinente recalcar que Sáenz, Gimeno, Gutiérrez, Lacambra, Arroyo del Bosque y Marcén, en el 2014, determinan que el deporte es una base de la interacción social, en el cual, la agresión en algunas ocasiones es rechazada y condenada, pero en muchas otras llega a ser tolerada y legitimada.

A pesar de lo anterior, la agresión es aceptada en todo el mundo deportivo, ya que no se ve como un aspecto negativo, en cambio, se ve como un medio por el cual se juega fuerte, tratando de intimidar al adversario, sin la necesidad de lastimar. En este aspecto, en deportes como lo son el rugby, el baloncesto, el fútbol, etc. donde hay contacto, Cecchini, Cecchini, Fernández, y Gonzáles, encontraron que “a medida que los niveles de implicación personal del deportista fueron mayores, los niveles de razonamiento moral y de fair play disminuyeron, aumentando en cambio los comportamientos agresivos” (2011, p. 18). En este sentido, Cecchini et al. citan a Bredemeier, et.al., quienes desde 1984 han estado realizando estudios en este tema, mencionando que, al comparar el desarrollo del juicio entre universitarios no deportistas y practicantes de deportes de contacto, se lograron observar que, en los deportistas,

existe un nivel menos maduro de razonamiento moral, tanto en dilemas morales en contextos de la vida diaria, como en el deporte. “También observaron que el grado de implicación deportiva se asociaba con tendencias agresivas y juicios sobre la legitimidad de acciones deportivas intencionalmente lesivas” (Cecchini, et.al., 2011, p.12). Todo lo anterior nos lleva a entender que, si un deportista no se hace uso de la razón y se deja controlar por sus sentimientos, puede pasar de una agresividad positiva (no lastimar intencionalmente) a una agresividad negativa que poco a poco se transforma en violencia contra los adversarios.

En cuanto a los deportes de combate, se ha encontrado que siempre se ha garantizado el apoyo de un aspecto de distinción que favorece a los hombres y que busca recalcar la masculinidad. Es en este aspecto donde los deportes de combate, desde sus inicios en la Grecia antigua, han glorificado a la violencia, ya que es considerado como un medio para proyectar la fuerza, lo que se entiende como el hecho de que alguien es más poderoso que otro, lo que era algo de vital importancia en la antigüedad, al momento de querer expandir los imperios. Justo como lo define Channon, quien dice que “la masculinidad es entendida como agresiva, poderosa, dominante y superior, entendiendo que el tamaño, la potencia muscular y el coraje son necesarios para enfrentar cuerpo contra cuerpo” (2012). En la actualidad, los deportes modernos, se han concentrado en la simulación de combates, donde con el uso de protecciones y el seguimiento de reglas, los deportistas no sufran lesiones graves y su carrera deportiva se prolongue bastante tiempo.

De acuerdo con lo anterior, se debe comprender que muchas personas practican los deportes de combate como un medio de aprender acerca de la defensa personal, y en este aspecto, las artes marciales son muy importantes, por la enseñanza de la disciplina y la responsabilidad a través del deporte, siguiendo siempre la base de que solo se debe utilizar un arte marcial como defensa y no como ataque, expresando que la disciplina es uno de los pilares más importantes que conforman la base de las artes marciales, ya que este conlleva a un

conjunto de valores que ayudan a crecer a nivel personal a las personas, como lo son la honestidad, la verdad y la justicia. Lo que ayuda a entender que, en el año 2014, Freire mencionó lo siguiente:

Las Artes Marciales se practican hoy en muchas partes del mundo como medio de defensa personal, deporte competitivo y ejercicios de preparación física. Las formas más conocidas son: Kárate, Kung fu, Jiujitsu, Judo, Aikido, Tai Chi Chuan, Taekwondo, Sumo y Kendo. Las tácticas básicas en las Artes Marciales son los golpes con las manos, los brazos, los pies y las rodillas, derribos y zancadillas, llaves e inmovilizaciones, y bloqueos o paradas con las muñecas, los antebrazos y los codos. El interés contemporáneo en las Artes Marciales a menudo reside en sus aspectos espirituales como medio para aumentar la confianza en uno mismo, la autoafirmación, la concentración y cambio de comportamiento. (p.1)

Freire (2014), también menciona que, a través de los años se ha logrado comprobar que la práctica de Artes Marciales aumenta la asertividad y la autoestima, y que, a su vez, logra disminuir la disposición violenta y la agresividad. Además, una de las principales ventajas de estos deportes, es el hecho de que son una actividad para niños y adolescentes, y personas con todo tipo de personalidades y caracteres. Para poder hacer posible la práctica de algún tipo de Arte Marcial, muchos instructores alrededor del mundo, a lo largo de los años, han recomendado que en primer lugar es necesario escoger un estilo (como el caso del Karate o del Taekwondo) que desarrolle técnicas no violentas, donde exista un contacto físico muy controlado y use elementos tradicionales.

Finalmente, el mismo autor menciona que por medio de diversos estudios, ha logrado destacar el hecho de que la práctica de estos deportes, en niños que presentan hiperactividad, han logrado obtener un cambio positivo en sus vidas y en los contextos donde se desenvuelven,

debido al hecho de que muchos alumnos hacen parte de familias que se consideran disfuncionales o en las cuales existe alguna clase de problema de conducta. Según Miyamoto Musashi, quien es citado por este, se establece que “las Artes Marciales son beneficiosas para la salud mental, relajan y enseñan concentración y dominio. Las Artes Marciales tradicionales incorporan elementos de filosofía oriental, meditación, disciplina y comportamiento ético” (p.32). Esto ayuda a entender que el alumno, tiene como deber, transferir estos aspectos, tanto en el ámbito deportivo como en su vida cotidiana. Donde los valores más importantes en las Artes Marciales son la disciplina, la verdad, la honestidad y la justicia.

CONCLUSIÓN

Con todo lo anterior, se puede llegar a varias conclusiones:

- La agresividad hace referencia a un impulso, algo innato, de carácter evolutivo en el ser humano y que muchas veces surge de la frustración de no lograr algo, pero que se desencadena en determinados ámbitos socialmente aceptados. Además, cabe resaltar que en muchos casos es un comportamiento aprendido a raíz de ver y repetir comportamientos.
- La violencia es el uso intencionado de la fuerza, ya sea física o psicológica con el fin de lograr algo, por ende, busca lastimar y herir a voluntad.
- Teniendo en cuenta estas dos definiciones, se puede concluir que en ocasiones la agresividad conlleva al uso de violencia.
- Existen diferentes tipos de violencia: Física, verbal, psicológica, exclusión social; Y en el ámbito escolar aparecen dos conceptos, el bullying y el cyberbullying que son formas de violencia hacia otros niños de forma repetitiva, ya sea de forma física, o virtual, respectivamente.

- Como se mencionaba anteriormente, existen dos tipos de agresividad, donde la agresión hostil se debe evitar a toda costa, pero la agresión instrumental hace parte del deporte, ya que, por ejemplo, en el Taekwondo, el deportista debe sumar puntos golpeando al contrincante, esto puede llevar a lesiones, pero la meta principal del deportista es ganar el combate, más no lesionar a su oponente a propósito.
- Se considera el deporte, uno de los mejores medios para controlar la agresión y proyectarla positivamente; ya que, en ciertos deportes, es un factor determinante para el éxito; pero siempre se debe tener en cuenta el seguimiento de reglas, y el uso de indumentaria adecuada, ya que se busca que los deportistas no sufran daño alguno.
- En cuanto a los deportes de combate, más específicamente, las Artes Marciales, se ha demostrado que logran aumentar la autoconfianza, la autoestima, la autoafirmación, así como la concentración y se genera un cambio positivo de comportamiento, al mismo tiempo, disminuyen la agresividad y la disposición violenta.

BIBLIOGRAFÍA

Ahn, H., Gest, S. & Rodkin, P. (2013). Teacher–Student Agreement on “Bullies and Kids They Pick On” in Elementary School Classrooms: Gender and Grade Differences. *Theory Into Practice*, 52(4), 257-263.

Akgun, S. & Araz, A. (2013) The effects of conflict resolution education on conflict resolution skills, social competence, and aggression in Turkish elementary school students. *Journal of Peace Education*, 11(1), 30-45.

Alfaro, M., Consuegra, L. & Donato, J. (2016). La actividad física como estrategia pedagógica para una sana convivencia desde las competencias ciudadanas de convivencia y paz en el curso séptimo c del Colegio Emilio Valenzuela (Tesis de Grado). *Corporación Universitaria Minuto de Dios*, Bogotá, Colombia.

Andreu, J. (2017). Niños y adolescentes agresivos. *Orientación educativa*, (371), 55-60.

Arampatzi, A., Barkoukis, V., Evaggelinou, C., Koidou, E. & Mouratidou, K. (2011). Social Developmental Parameters in Primary Schools: Inclusive Settings' and Gender Differences on Pupils' Aggressive and Social Insecure Behaviour and Their Attitudes towards Disability. *International Journal of Special Education*, 26(2), 58-69.

Borja, V. (2012). Bullying y acoso escolar durante el desarrollo de las clases de Educación Física. *EmásF: revista digital de educación física*, 3 (15), 73-78.

Castillo, V., Cisternas, L. & Jiménez, A. (2012). Validación de la escala de agresión entre pares, y subescala de agresión virtual en escolares chilenos. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 10(2), 825-840.

Castillo, E. & Tornero, I. (2012). Análisis de los valores que transmiten los disfraces en la etapa de educación infantil y propuesta de modificación para su inclusión en clase de Educación Física. *EmásF, Revista digital de educación física*, 3 (14), 81-91.

Castro, M., Chacón, R., Espejo, T. & Zurita, F. (2016). Victimización en edad escolar desde la perspectiva de la actividad física. *Sportis Sci J*, 3(2), 379-389.

Cecchini, C., Cecchini, J., Fernández, J. & Gonzáles, C. (2011). Repercusiones del programa Delfos sobre los niveles de agresividad en las clases de educación física. *Magister: Revista miscelánea de investigación*, 24, 11-21.

Çetin, M., Gezer, E., Yıldız, M. & Yıldız, Ö. (2013). Investigation of the relationship between aggression levels and basic psychological needs school of physical education and sports students. *International Journal of Human Sciences*, 10(1), 1738-1753.

Chacón, R. (2015). Relación entre bullying, género y actividad física: Estudio en escolares de la provincia de Granada. *TRANCES: Revista de Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud*, 7 (6), 791-810.

Chacón, R., Zurita, F., Castro, M. Linares, M. (2017). Relación entre práctica físico-deportiva y conductas violentas en escolares de Educación Primaria de la provincia de Granada. *Sportis Sci J*, 3 (1), 3-15.

Channon, A. (2012). *Way of the discourse: mixed-sex martial arts and the subversion of gender* (Tesis doctoral). Universidad de Loughborough, Londres, Inglaterra.

Coyne, S., Gentile, D. & Walsh, D. (2011), Media Violence, Physical Aggression, and Relational Aggression in School Age Children: A Short-Term Longitudinal Study. *Aggressive Behavior*, 37, 193–206.

Durán, J. (2016). Acoso y violencia escolar: el papel del profesor de Educación Física y Deportes. *Revista Pedagógica Adal*, 19(33), 26-31.

Freire, H. (2014). Manejo adecuado de la violencia estudiantil a través de las artes marciales para un cambio de comportamiento (Tesis de pregrado). *Universidad Tecnológica Equinoccial. Quito, Ecuador*.

Gallego, A. (2011). La agresividad infantil: una propuesta de intervención y prevención pedagógica desde la escuela. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 33, 295 - 314.

Garay, B., Gimeno, F., Gutiérrez, H. & Sáenz, A. (2012). Prevención de la agresividad y la violencia en el deporte en edad escolar: Un estudio de revisión. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(2), 57-72.

García, P., Martínez, J. & González, F. (2017). Influencia de la agresividad sobre el rendimiento de equipos de fútbol en España. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 17(66), 317-334.

Gómez, A., López, G., Sánchez, B. & Valero, A. (2016). Los programas de educación en valores a través de la educación física y el deporte. *Actividad Física y Deporte: Ciencia y Profesión*, 25, 45-58.

Gómez, A., Mengual, B., Sánchez, B. & Valero, A. (2017). Observación de las Conductas que Alteran la Convivencia en las Clases de Educación Física y Relación con la Violencia Escolar Cotidiana. *Revista de Educación Física*, 14 (8), 3-10.

Graczyk, M., Hucinski, T., Norkowski, H., Pęczak-Graczyk, A. & Rozanowska, A. (2010). The level of aggression syndrome and a type of practised combat sport. *Journal of Combat Sports and Martial Arts*, 1(2), 1-14.

Gutiérrez, N. (2018). Análisis bibliográfico de las características y consecuencias de los roles desempeñados en la violencia escolar: agresores, víctimas y observadores. *Apuntes de Psicología*, 36 (3), 181-189.

Irawan, R. (2014). *SPORT VIOLENCE ON THE FIELD AND OFF THE FIELD* (Tesis de pregrado). Universidad de Negeri Padang, Indonesia.

Lugones, M. & Ramírez, M. (2017). Bullying: aspectos históricos, culturales y sus consecuencias para la salud. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 33 (1), 1-10.

Méndes, D., Martínez, L. & Ramos, J. (2019). Percepción de la violencia escolar en alumnos de jardín de niños. *Recie*, 4 (2).

Menéndez, J. & Fernández, J. (2018). Actitudes hacia la violencia y papel importante del alumnado en el aula de educación física. *Revista Complutense de Educación*, 29 (4), 1293-1308.

Meneses, J. & Herrera, A. (2012). Prevalencia de las manifestaciones de agresión en los estudiantes de las instituciones educativas de la ciudad de armenia Quindío. *EL ÁGORA USB*, 12(1), 77-87.

Sáenz, A., Gimeno, F., Gutiérrez, H., Lacambra, D., Arroyo del Bosque, R., Marcén, C. (2014). Evaluación de la violencia y deportividad en el deporte: un análisis bibliométrico. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(1), 211-222

Sánchez, R. & Spencer, D. (2013). *Fighting Scholars Habitus and Ethnographies of Martial Arts and Combat Sports*. Nueva York, Estados Unidos, Editorial Anthem Press.

Taborda, M. (2012). Reinventar la Educación Física como práctica social contra una tradición de violencia y de exclusión. *Estudios pedagógicos*, 38(3), 111-123.

Viscardi, N. (2011), The anti- bullying school program in Finland: a prevention instrument that values respect and dignity. *Construção psicopedagógica*, 19(18), 12-18.

Weinberg, R. & Gould, D. (2010). La agresión en el deporte. *Fundamentos De Psicología Del Deporte Y Del Ejercicio Físico*, 533-546. Madrid, España: Editorial Médica Panamericana.