

GESTIÓN DEL CONFLICTO DESDE UNA PERSPECTIVA BIOPSICOSOCIAL



ISBN: 978-607-8662-96-8



Coordinadores:

Leticia Pesqueira Leal

Susuky Mar Aldana

Miriam Hazel Rodríguez López



GESTIÓN DEL CONFLICTO DESDE UNA PERSPECTIVA BIOPSICOSOCIAL

COORDINADORES:

LETICIA PESQUEIRA LEAL

SUSUKY MAR ALDANA

MIRIAM HAZEL RODRÍGUEZ LÓPEZ

Editorial



Primera edición: marzo 10 de 2025

Editado: Durango, Dgo. México

ISBN: 978-607-8662-96-8

D.R© Red Durango de Investigadores Educativos A.C.

Gestión del conflicto desde una perspectiva biopsicosocial.

Primera edición, 2025 Impreso en México D.R©

Red Durango de Investigadores Educativos A.C.

Prohibida su reproducción total o parcial por cualquier medio mecánico o electrónico sin autorización escrita del autor.

AUTORES

Leticia Pesqueira Leal

Ana Rosa Rodríguez Durán

Miriam Hazel Rodríguez López

Susuky Mar Aldana

José Cirilo Castañeda Delfín

Jesús Alberto Gurrola Hernández

Jesús Guillermo Toro Rodríguez

Edgar Aarón Castañeda Sifuentes

**El presente libro fue elaborado por el
Cuerpo académico 093 de la Universidad
Juárez del Estado de Durango**

**Resultado del Proyecto CONAHCYT
319169 “Intervención desde una Cultura
de la Paz para la edificación de
Comunidades Saludables en el estado de
Durango”**

PROPÓSITO DEL LIBRO

El propósito de esta obra es promover un enfoque holístico y multidimensional para la gestión del conflicto, donde se reconozca la interconexión entre los aspectos biológicos, psicológicos y sociales, permitiendo así abordar de manera más efectiva las complejidades y desafíos inherentes a las situaciones conflictivas. Gestionar el conflicto no implica eliminarlo, sino aprender a enfrentarlo con sabiduría y equilibrio. El conflicto no solo surge de intereses contrapuestos, sino también de las emociones intensas, los valores arraigados y las expectativas que no siempre se alinean entre las personas. Esta realidad, aunque desafiante no debe considerarse únicamente como un problema. Más bien, el conflicto representa una oportunidad para comprendernos mejor, crecer y construir relaciones más auténticas.

Cuando las diferencias individuales se perciben como una amenaza y una de las partes cree poseer la verdad absoluta, la relación se ve seriamente afectada.

Este desafío comienza en el interior de cada individuo, en su habilidad para reconocer sus emociones, aceptarlas y canalizarlas de manera constructiva. En este sentido, la regulación emocional se convierte en una herramienta transformadora, capaz de convertir el conflicto en un proceso de aprendizaje y evolución personal y colectiva.

Sin embargo, para que el conflicto se transforme en una oportunidad en lugar de una amenaza, resulta esencial el desarrollo de una habilidad clave; la regulación emocional. La capacidad de gestionar nuestras propias emociones ante situaciones desafiantes es el pilar que permite evitar que los desacuerdos escalen hacia dinámicas destructivas. La regulación emocional no solo nos ayuda a mantener la calma y la claridad mental, sino que también abre la puerta al entendimiento mutuo, a la empatía y a la resolución efectiva de problemas.

CONTENIDO

PRÓLOGO	1
INTRODUCCIÓN	2
CAPÍTULO 1	5
NEUROPSICOLOGÍA DEL CONFLICTO	
D.C.E. Leticia Pesqueira Leal	
Jesús Alberto Gurrola Hernández	
CAPÍTULO 2	44
DIMENSIONES PSICOLÓGICAS DEL CONFLICTO	
D.C.E. Miriam Hazel Rodríguez López	
Jesús Guillermo Toro Rodríguez	
CAPÍTULO 3	53
INFLUENCIA DE LOS FACTORES SOCIALES EN EL CONFLICTO	
D.C.E. Leticia Pesqueira Leal	
D.C.E. Ana Rosa Rodríguez Duran	
Jesús Alberto Gurrola Hernández	
CAPÍTULO 4	65
ESTRATEGIAS Y HERRAMIENTAS PARA LA GESTIÓN DEL CONFLICTO	
BIOPSICOSOCIAL	
Dra. en C. Susuky Mar Aldana	
CAPÍTULO 5	74
EVALUACIÓN DEL CONFLICTO	
D.C.E. José Cirilo Castañeda Delfín	
Edgar Aarón Castañeda Sifuentes	

PRÓLOGO

El conflicto es una constante en la experiencia humana, Desde tiempos remotos, las tensiones, desacuerdos y diferencias han formado parte de la vida en sociedad y de las relaciones interpersonales. El conflicto no solo surge de intereses contrapuestos, sino también de las emociones intensas, los valores arraigados y las expectativas que no siempre se alinean entre las personas. Esta realidad, aunque desafiante no debe considerarse únicamente como un problema. Más bien, el conflicto representa una oportunidad para comprendernos mejor, crecer y construir relaciones más auténticas.

Sin embargo, para que el conflicto se transforme en una oportunidad en lugar de una amenaza, resulta esencial el desarrollo de una habilidad clave; la regulación emocional. La capacidad de gestionar nuestras propias emociones ante situaciones desafiantes en el pilar que permite evitar que los desacuerdos escalen hacia dinámicas destructivas. La regulación emocional no solo nos ayuda a mantener la calma y la claridad mental, sino que también abre la puerta al entendimiento mutuo, a la empatía y a la resolución efectiva de problemas.

Gestionar el conflicto no implica eliminarlo, sino aprender a enfrentarlo con sabiduría y equilibrio. Este desafío comienza en el interior de cada individuo, en su habilidad para reconocer sus emociones, aceptarlas y canalizarlas de manera constructiva. En este sentido, la regulación emocional se convierte en una herramienta transformadora, capaz de convertir el conflicto en un proceso de aprendizaje y evolución personal y colectiva.

El objetivo de este texto no es solo explicar el conflicto como un fenómeno inevitable de la condición humana, sino también ofrecer perspectivas y estrategias para gestionarlo de manera efectiva. En este camino, la clave radica en el autoconocimiento, la empatía y la practica constante de habilidades emocionales desde una perspectiva biopsicosocial que nos permitan navegar por las aguas turbulentas de las relaciones humanas con mayor serenidad y éxito.

CA 093 UJED

INTRODUCCIÓN

La Neuropsicología del Conflicto ofrece una comprensión más profunda de cómo funcionan las diferentes áreas del cerebro y como estas influyen en el comportamiento humano, particularmente en situaciones de conflicto. Esta disciplina se sitúa en la interacción entre la psicología, neurología y las ciencias sociales, explorando cómo el cerebro y los procesos cognitivos afectan la gestión de los conflictos. A través del estudio de las emociones, la percepción y toma de decisiones, que están profundamente arraigadas en la biología del cerebro, la neuropsicología del conflicto ayuda a entender cómo estos factores impactan en la dinámica del conflicto.

Cuando nos encontramos sorprendidos, estresados o inmersos en una situación de conflicto, la amígdala, una estructura clave en el procesamiento emocional puede quedar bloqueada. Este bloqueo interfiere con la comunicación entre las diferentes áreas del cerebro, especialmente entre las regiones emocionales y racionales. Como resultado, la capacidad de tomar decisiones equilibradas y de manejar nuestras respuestas emocionales de manera efectiva se ve comprometida, lo que puede intensificar el conflicto o dificultar su resolución.

El conflicto, desde una perspectiva psicológica, puede ser abordado a través de múltiples dimensiones que revelan la complejidad del fenómeno. Entre estas dimensiones se encuentran la percepción de amenaza, que influye en cómo los individuos interpretan las intenciones del otro; la gestión emocional, que determina la capacidad de una persona para manejar el estrés y las reacciones impulsivas, la toma de decisiones bajo presión, que puede llevar a acciones precipitadas o bien calculadas; y los sesgos cognitivos, que a menudo distorsionan la realidad y exacerban las diferencias entre las partes involucradas. Comprender estas dimensiones es esencial para desentrañar los mecanismos subyacentes a cómo los individuos y los grupos perciben y responden ante situaciones conflictivas, ofreciendo una visión más profunda de la dinámica del conflicto.

Además de los aspectos psicológicos, los factores sociales desempeñan un papel fundamental en la génesis y evolución del conflicto. Elementos como la cultura, la identidad grupal, las normas sociales y las estructuras de poder influyen significativamente en la manera en que se vive y se resuelve un conflicto. Las interacciones sociales pueden, por tanto, amplificar o atenuar las tensiones, dependiendo de cómo se gestionen.

Para manejar de manera efectiva cualquier situación conflictiva, es crucial reconocer tres factores principales que influyen en su aparición: los factores culturales, las estructuras sociales y las conductas de los individuos involucrados. Desarrollar habilidades en la gestión de conflictos no solo facilita la resolución de diferencias, sino que también mejora las relaciones interpersonales al promover una comprensión más profunda de las dinámicas subyacentes.

La gestión del conflicto desde una perspectiva biopsicosocial requiere la integración de estrategias que aborden de manera holística los aspectos biológicos, psicológicos y sociales involucrados. Esto incluye no solo técnicas de regulación emocional como la meditación y el autocontrol, sino también métodos de mediación, comunicación efectiva y negociación, así como intervenciones en el entorno social para minimizar las fuentes potenciales de conflicto.

Un conflicto es un proceso dinámico y complejo, profundamente influenciado por factores biopsicosociales. Para comprender los procesos de gestión del conflicto, es esencial estudiar como las variables biopsicosociales que moldean las disputas. La experiencia emocional de las personas, que emerge naturalmente de forma de estados de ánimo, tiene un impacto significativo en la elección de las estrategias del manejo del conflicto. Por ejemplo, un estado de afecto positivo suele favorecer estrategias integradoras y colaborativas, mientras que un estado de afecto negativo tiende a inclinarse hacia estrategias de dominación o confrontación. La influencia intrapersonal de las emociones se vuelve especialmente evidente cuando las personas se encuentran en estados de elevada activación emocional, lo que puede amplificar la intensidad del conflicto y complicar su resolución.

La evaluación del conflicto es un proceso crucial para identificar las causas subyacentes, las dinámicas en juego y los posibles desenlaces. Esta evaluación se lleva a cabo mediante métodos cualitativos y cuantitativos, que permiten a los profesionales captar la complejidad del conflicto, lo que resulta fundamental para diseñar intervenciones eficaces.

Una evaluación rigurosa debe ser la base sobre la que se sustenten las estrategias y acciones encaminadas a transformar un conflicto. Entre los aspectos clave que deben considerarse se incluyen la naturaleza del conflicto. Entre los aspectos clave que deben considerarse se incluyen la naturaleza del conflicto, las partes involucradas, el contexto socioeconómico y las posibles implicaciones a largo plazo. Además, es esencial desarrollar

una metodología específica para transformar dichos conflictos en catalizadores de desarrollo y crecimiento para todas las partes implicadas.

Una comprensión profunda y multidimensional del conflicto permite no solo identificar sus causas visibles, sino también desentrañar los factores subyacentes que lo alimentan, tanto a nivel individual como colectivo. Esta visión holística facilita el diseño de intervenciones personalizadas y efectivas que consideran las particularidades del individuo, sus patrones de comportamiento, las emociones que influyen en su toma de decisiones y las dinámicas interpersonales que lo rodea. Al mismo tiempo, permite intervenir en el entorno social, cultural y estructural que constituye a la perpetuación o resolución del conflicto. De esta manera, se logra una gestión más eficiente y adaptativa, capaz de transformar el conflicto en una oportunidad de crecimiento personal y colectivo.

CAPÍTULO 1

NEUROPSICOLOGÍA DEL CONFLICTO

D.C.E. Leticia Pesqueira Leal
(Facultad de psicología y TCH:UJED)
Jesús Alberto Gurrola Hernández
(Estudiante 5to semestre: Facultad de psicología y TCH:UJED)

1. Introducción

Profundizar en el abordaje del conflicto desde la neuropsicología y la sociología implica adentrarse en los mecanismos cerebrales y los procesos sociales que subyacen a las dinámicas de enfrentamiento. En esta exploración, se torna esencial entender la dinámica entre la individualidad y la colectividad, dos fuerzas que constantemente interactúan en el tejido social.

Examinando desde la perspectiva neuropsicológica, la individualidad y la colectividad son dos componentes esenciales de la naturaleza humana, cada uno con sus propias motivaciones, requerimientos y procesos. La individualidad se vincula con la libertad, la identidad propia y las metas personales, mientras que la colectividad está ligada a la conexión, la cooperación y la dependencia social.

Desde la neurociencia, en lugar de concebir la relación entre la individualidad y la colectividad como una simple dicotomía entre el huevo y la gallina, resulta más beneficiosa entenderla como un continuo en el cual ambas fuerzas interactúan de manera dinámica y coexisten en un estado de tensión constante. Esta tensión puede ser vista como el impulso que genera conflictos, pero también como la potencia para la transformación y el crecimiento dentro de una sociedad. Reflexionar sobre el conflicto desde esta perspectiva nos permite reconocer su complejidad y trabajar hacia soluciones que integran tanto la individualidad como la colectividad en la búsqueda de un equilibrio dinámico y sostenible.

Sánchez-García (2021) al abordar la participación del cerebro en los conflictos, hacen mención del concepto de “cerebro hostil”, el cual sugiere implícitamente la existencia de una tendencia innata hacia la agresividad humana que da origen a conflictos y

tensiones. Por otro lado, la noción de un “cerebro inteligente” se refiere a la habilidad para buscar soluciones óptimas con el propósito de superar dichos conflictos.

Desde una perspectiva psicológica, en el desarrollo de un conflicto, tanto el comportamiento individual como el colectivo tienden a tornarse perturbadores, con las mentes atrapadas en un estado de hostilidad. Este estado conduce a una falta de asunción de la responsabilidad propia, desviando la culpa hacia los demás por la situación conflictiva.

Profundizando en esta descripción, cuando hablamos de un cerebro en estado de inteligencia o plenitud, siguiendo a Sánchez García, se refiere a un estado en el cual los dos hemisferios cerebrales, tanto el emocional como el racional, operan de manera armoniosa y colaborativa. Esto implica que las funciones cognitivas y emocionales se integran de manera sinérgica, permitiendo un procesamiento completo y equilibrado de la información. En este estado la inteligencia emocional se combina con la capacidad de razonamiento lógico, lo que facilita la toma de decisiones más efectivas y la gestión adecuada de las emociones. Este equilibrio entre la razón y la emoción no solo promueve una mayor adaptabilidad y flexibilidad en la resolución de problemas, sino que también contribuye a una mayor calidad de vida y bienestar emocional.

Figura 1. El cerebro en conflicto



Romper el ciclo de violencia utilizando la neurociencia. • IMÁGENES GETTY/ISTOCK

¿Cuáles son las fuentes de violencia en nuestro cerebro, la dinámica del conflicto dentro de los grupos, los circuitos psíquicos del odio? Sería prudente utilizar nuestros conocimientos para traer la paz al mundo.

Al reflexionar sobre la violencia y el odio, podemos ver que son problemas complejos que van más allá de simples causas biológicas o psicológicas. Los factores sociales, culturales y ambientales juegan un papel importante en su origen. Para abordarlos de manera efectiva, es crucial adoptar un enfoque integral que considere todas estas dimensiones.

Al considerar estas tres dimensiones, podemos comprender la agresión y la violencia desde una perspectiva neurobiológica, entendiendo cómo ciertas estructuras cerebrales y neurotransmisores pueden promover este tipo de comportamiento. Desde la perspectiva psicológica, es crucial reconocer como los factores ambientales y sociales influyen en la manera en que abordamos los conflictos y cómo podemos modificar patrones de pensamiento y comportamientos vinculados con la violencia. Esto nos permite identificar y tratar problemas tanto neurobiológicos como psicológicos que predisponen a conductas violentas. Además, fomentar conducta de bienestar a través del entrenamiento en habilidades socioemocionales y crear ambientes seguros con redes de apoyo social son fundamentales para prevenir la violencia y promover relaciones saludables (Guion, 2022).

2. Neurociencia de las emociones

Investigaciones actuales sostienen que las emociones desempeñan un papel fundamental en el crecimiento y desarrollo del individuo, y en un conjunto con los procesos cognitivos, constituyen una parte esencial de la complejidad del sistema cerebral, se resalta también el proceso de generación y evolución de nuevas células neuronales de la etapa prenatal y a lo largo de toda la vida, influenciado por eventos y experiencias personales. Por lo tanto, enseñar a los niños a manejar sus emociones puede mejorar su capacidad en la resolución de problemas (Huaire, 2016).

Según LeDoux (1999), las emociones son procesos biológicos del sistema nervioso, y el estudio de cómo están representadas en el cerebro está contribuyendo a mejorar nuestra comprensión, control y manejo de cada una de estas emociones (citado en Huaire,2016).

La neurogénesis, proceso fundamental en el desarrollo del cerebro humano, ocurre principalmente durante los primeros tres meses de gestación, momento en el cual la mayoría de las neuronas cerebrales se generan. Este proceso complejo comienza con la

división de las células progenitoras para formar nuevas células neuronales en el cerebro en desarrollo. Es importante destacar que, al nacer, un niño ya tiene prácticamente todas las neuronas que tendrá en su cerebro al llegar a la adultez, con la excepción del cerebelo y el hipocampo. En estas áreas, el número de neuronas aumenta significativamente después del nacimiento, influenciado por el aprendizaje y las experiencias vividas, como indican Blackmore y Frith (2007). Este aumento en la cantidad de neuronas en el cerebelo y el hipocampo después del nacimiento subraya la importancia del ambiente y las interacciones en el desarrollo cerebral temprano y en la capacidad de aprendizaje y adaptación del individuo a lo largo de su vida.

De acuerdo con Damásio (2005), Las emociones son fundamentales para el desarrollo humano integral, ya que no solo influyen en nuestra cognición, sino que también moldean nuestras habilidades sociales, guían nuestros juicios y acciones, y contribuyen significativamente a nuestra adaptación y bienestar en la sociedad.

2.1 Estructuras cerebrales y neurotransmisores involucrados en la diada emoción-cognición.

Pessoa (2017) introduce el concepto de “sistemas funcionalmente integrados”, los cuales forman parte de una extensa red de interacciones que abarca tanto los sustratos anatómicos como los funcionales de los sistemas cortico-subcorticales. Esta red es fundamental para comprender la organización de las emociones en el cerebro. Entre estos sistemas se destaca uno integrado por la corteza y la amígdala, el cual se entrelaza con otros sistemas que incluyen el estriado ventral/núcleo accumbens, el tabique, el hipocampo, el hipotálamo, el tronco encefálico, el tálamo, la ínsula y la corteza cingulada.

Estos componentes, bajo la regulación de diversos neurotransmisores, coordinan la expresión de las experiencias emociones a través de múltiples sistemas. Son sistemas descendentes que controlan los efectores motores somáticos y viscerales, supervisando así los movimientos voluntarios, las expresiones emocionales y otras funciones relacionadas. En las siguientes Tablas se resumen las funciones que desempeñan estas estructuras y los neurotransmisores asociados con este circuito (Barrios y Gutiérrez, 2020).

Tabla 1. Principales estructuras cerebrales y sus funciones relacionadas con las emociones

Estructura	Función
Corteza Cingulada Anterior (CCA)	• Relacionada con la inhibición de la respuesta emocional • Asociada con el mejor reconocimiento de las expresiones faciales de enojo
Hemisferio Cerebeloso Derecho	• Parece estar asociado con una experiencia placentera en respuesta a estímulos evocadores de la felicidad • Desempeña un papel en el procesamiento sensorial y regulación de las emociones, regulación de estado de ánimo; una lesión en esta región puede dar origen a el síndrome cerebeloso cognitivo afectivo, relacionado de forma bidireccional con regiones que favorecen la percepción del material socialmente relevante
Complejo Amigdalino	• Relacionado principalmente con las respuestas al miedo y vinculada con la experiencia subjetiva de peligro, temor inminentes o ira. Se activa con mayor fuerza por expresiones faciales de miedo que por otras expresiones faciales, incluida la ira • Un daño en esta región puede afectar el reconocimiento emocional a través de las expresiones faciales del miedo • Función moduladora de almacenamiento de información que tiene lugar en otras estructuras, especialmente relacionadas con el miedo • En esta región se presentan mecanismos de plasticidad sináptica, Involucrada en la asociación de estímulos con castigos y recompensas primarias, así como con la generalización del afecto negativo por ejemplo ante imágenes de animales desagradables, se activa en respuesta a señales que conllevan amenaza
Ínsula, corteza cingulada o Isla de Reil	• La ínsula tiene conexiones bidireccionales con los lóbulos frontal, parietal y temporal; la circunvolución cingulada y

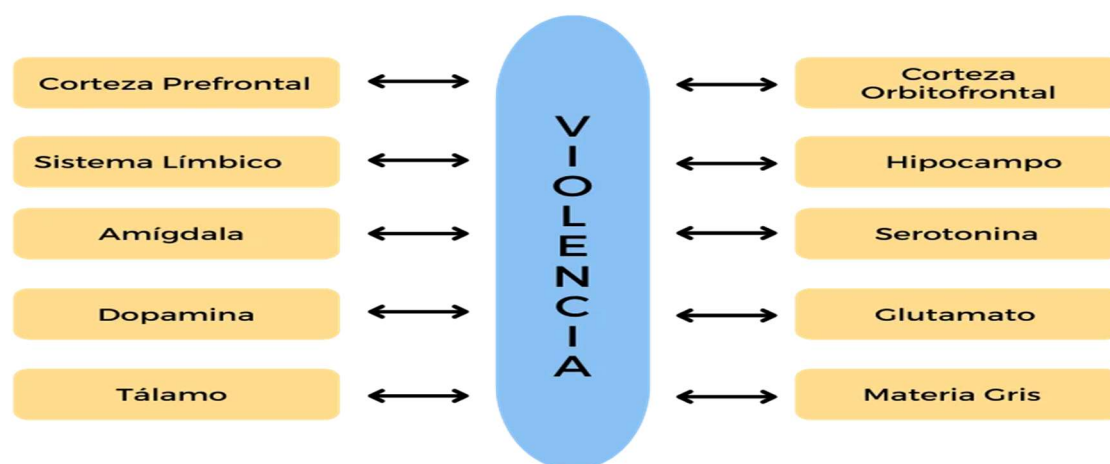
	estructuras subcorticales tales como la amígdala, tronco encefálico, tálamo y ganglios basales • Estas conexiones sirven para la integración de funciones autonómicas, víscerosensoriales, vísceromotoras y límbicas • Se divide en una porción anterior agranular (ínsula anterior, AIC), una porción disgranular media (ínsula media), y una porción granular posterior (ínsula posterior), cada una de las cuales se conecta de forma única con otras regiones cerebrales y así mismo tiene unas características funcionales particulares • La ínsula posterior está involucrada en funciones somato-motoras • La corteza insular anterior (AIC) se relaciona con información autonómica e interoceptiva. También está involucrada en la empatía, la compasión, la equidad y la cooperación, razón por la cual se cree que desempeña un importante papel en las emociones sociales y de en las decisiones que involucran juicios morales • La ínsula cumple una función crítica en la conciencia emocional
Corteza Orbitofrontal	Asociada con el mejor reconocimiento de las expresiones faciales de enojo, lo que probablemente explica su papel en las respuestas reguladoras automáticas que controla la intensidad de la ira expresada.
Corteza Prefrontal Ventromedial (VMPFC)	• Involucrada en la regulación del comportamiento social y moral (inadecuación social, falta de tacto social, violaciones morales graves) • Vinculada con la organización del comportamiento moral (predicción de resultados, aprendizaje asociativo y evaluación flexible de contingencias conductuales)

Tabla 2. Principales neurotransmisores y sus funciones relacionadas con las emociones

Dopamina	• Neuromodulador de las regiones neuronales involucradas en el aprendizaje emocional, la percepción y la formación de la memoria • Involucrada en la codificación y la expresión del aprendizaje emocionalmente sobresaliente y la formación de la memoria • Capacidad para procesar con precisión la información sensorial emocionalmente relevante • Asociada con emociones placenteras • Participa en la regulación del estado de ánimo positivo
Serotonina	• Juegan un papel importante en el aprendizaje y la memoria • Está vinculada con los aspectos emocionales, motivacionales y cognitivos de la representación de la recompensa, la agresión, la ansiedad, la depresión, la psicosis, las adicciones y el trastorno obsesivo-compulsivo • Participa en la regulación del estado de ánimo negativo
Oxitocina	• Es una neurohormona • Reduce la percepción del dolor y de miedo y aumenta la conexión emocional con otros • Favorece la formación de lazos sociales a largo plazo, y por ello tiene un importante papel en la cognición social
Factor de liberación de Corticotropina (CRF)	• Actúa como neurotransmisor o neuromodulador • Está distribuida en todo el cerebro, pero principalmente en altas concentraciones en el núcleo paraventricular del hipotálamo, el cerebro anterior basal del complejo amigdalino y el tronco cerebral. • Juega un papel importante en las respuestas al estrés, en la regulación emocional y funciona como analgésico • Cuando hay una alteración en su liberación se asocia con trastornos como la ansiedad, depresión, abuso de sustancias psicoactivas y alcohol.

Comprender las estructuras cerebrales y los neurotransmisores involucrados en los procesos que conectan la cognición y la emoción capacita a las personas para asumir la responsabilidad de gestionar sus emociones, lo que promueve el desarrollo de competencias y habilidades socioemocionales. Entre los aspectos neurocognitivos y neuroemocionales que sustentan el aprendizaje se encuentran: la sensación y percepción, los mecanismos de atención, el pensamiento contrafáctico, el procesamiento de la información, los mecanismos neuropsicológicos de la memoria, la toma de decisiones, el procesamiento automático frente al controlado, los mecanismos del aprendizaje colaborativo, implícito y explícito, el sistema de recompensa, y el procesamiento de información novedosa versus la información rutinaria.

Figura 2. Alteraciones neuroanatómicas que genera la violencia (Hurtado y Serna, 2012)



2.2 Bases Neuronales, Químicas y Sociales de la Agresión

Una interpretación flexible de la agresividad podría ser aquella presentada por Valzelli (1983), quien la describe como un elemento de la conducta típica que emerge para cubrir requerimientos esenciales y para contrarrestar o vencer cualquier peligro que pueda afectar la integridad física o mental.

La disposición de la agresividad puede manifestarse de diversas maneras dependiendo del contexto psicopatológico en el que se encuentre. Es pertinente hacer una distinción en la forma en que se expresa la agresión: reactiva y proactiva:

La agresión reactiva, es una forma de comportamiento que ocurre como respuesta a una amenaza percibida. Este tipo de agresión tiende a estar vinculado con una intensa activación emocional, altos niveles de impulsividad, hostilidad y dificultades en el

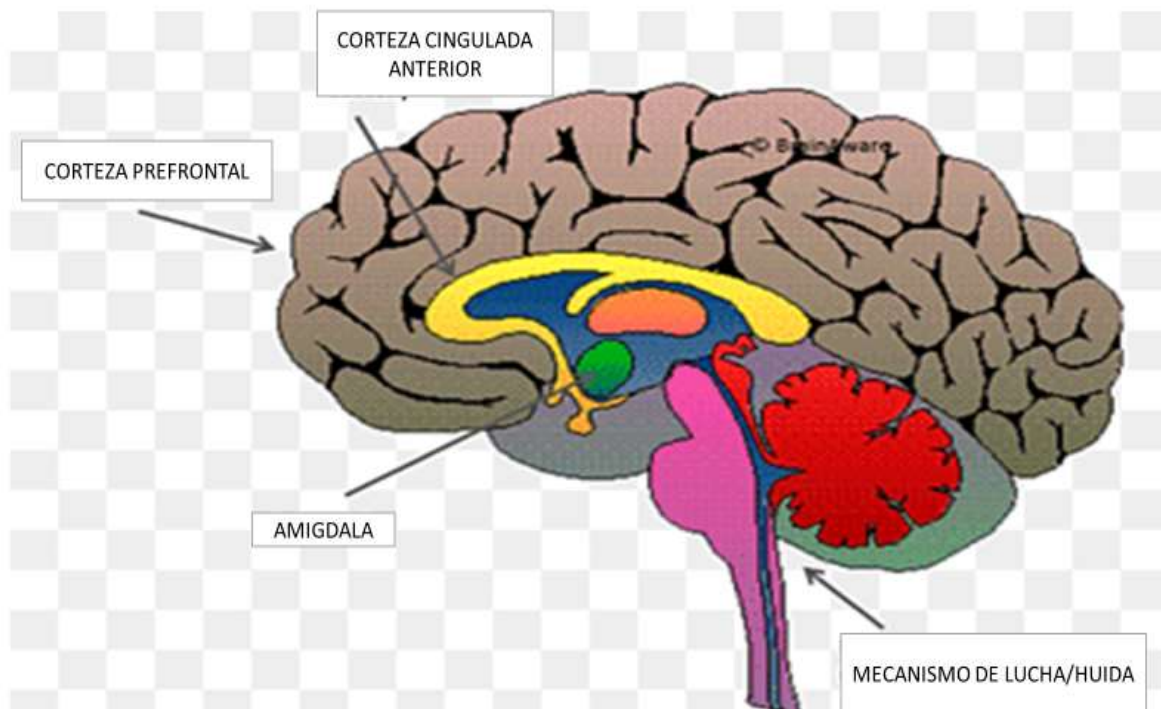
procesamiento de la información. Según Raine y colaboradores (2006), quienes hicieron referencia a otros aspectos, la motivación principal detrás de este tipo de comportamiento agresivo parece ser infringir daño a otra persona, sin perseguir ningún otro objetivo o meta específica.

La agresión desde la perspectiva del modelo de aprendizaje social de Bandura (1973). Se sugiere que la agresión proactiva o instrumental, en contraste con la agresión reactiva, se percibe como una estrategia que el individuo emplea conscientemente para alcanzar un objetivo o beneficio específico. A diferencia de la agresión reactiva, este tipo de agresión no requiere una activación emocional intensa para manifestarse.

La descripción de la agresión proactiva la presenta como fría, instrumental y organizada. Se enfoca en el aspecto planificado y calculado de este tipo de agresión, en contraposición a la reactividad emocional que caracteriza a la agresión reactiva. Este análisis sugiere que la agresión proactiva se lleva a cabo de manera más deliberada y estratégica, con el objetivo de alcanzar ciertos fines específicos, en lugar de ser una respuesta emocional ante una amenaza percibida (citada en Penado y colaboradores, 2014)

En la neurobiología de la agresión. el modelo clásico propone una conexión entre la corteza prefrontal y las áreas límbicas, como la amígdala, sugiriendo que la actividad de estas estructuras subcorticales está regulada por una influencia inhibitoria proveniente de regiones corticales como la corteza prefrontal orbitofrontal (COF). Según esta perspectiva, se anticipa que las personas que no pueden controlar su agresión impulsiva mostrarán una mayor actividad en la amígdala y una menor actividad inhibitoria en la COF. Por otro lado, aquellos individuos que sean capaces de regular su agresión impulsiva exhibían una mayor actividad en COF. Además, se ha observado que las personas con lesiones en la COF muestran un incremento en la agresión impulsiva (Ortega-Escobar, 2016).

Figura 2: Corteza prefrontal y amígdala



Los estudios revisados sugieren que la conducta violenta puede ser resultado de una disfunción entre la actividad cortical y subcortical. Específicamente, en cuanto a la actividad cortical, existe consenso en que un mal funcionamiento de áreas como la corteza orbitofrontal, la corteza prefrontal ventromedial y la corteza cingulada anterior puede estar relacionada con los aspectos cognitivos y emocionales de la toma de decisiones. Respecto a las estructuras subcorticales asociadas con los componentes emocionales de la conducta, la mayoría de los estudios revisados coinciden en vincular la violencia con alteraciones en el funcionamiento de la amígdala.

Por lo tanto, las alteraciones en estas estructuras y los circuitos que las conectan podrían estar relacionadas con la agresión y la violencia, sugiriendo que diferentes niveles de disfunción podrían asociarse con distintos tipos de conductas agresivas y violentas. Se necesitarán investigaciones adicionales para establecer correlaciones entre los tipos específicos de agresión y las diversas alteraciones en los circuitos nerviosos.

Al adentrarnos en el tema, podemos comprender las complicadas ramificaciones a nivel cerebral que están detrás de la aparición de comportamientos agresivos. No solo se limita a la participación de ciertas áreas cerebrales específicas, sino que también entran en juego hormonas y neurotransmisores que tienen un papel crucial en la regulación de tales

comportamientos. Estas sustancias químicas no solo intervienen en la activación o inhibición de circuitos neuronales relevantes, sino que también influyen en la modulación de la intensidad y la frecuencia de los comportamientos agresivos.

Por ejemplo, la testosterona, una hormona sexual predominante en los hombres, ha sido asociada con la agresión en numerosos estudios. Su influencia en el cerebro puede aumentar la predisposición a comportamientos agresivos mediante la modulación de la actividad neuronal en áreas relacionadas con la agresión. Del mismo modo, neurotransmisores como la serotonina y la dopamina juegan un papel crucial en la regulación emocional y el control del impulso, y su desequilibrio se ha vinculado con una mayor propensión a la agresión.

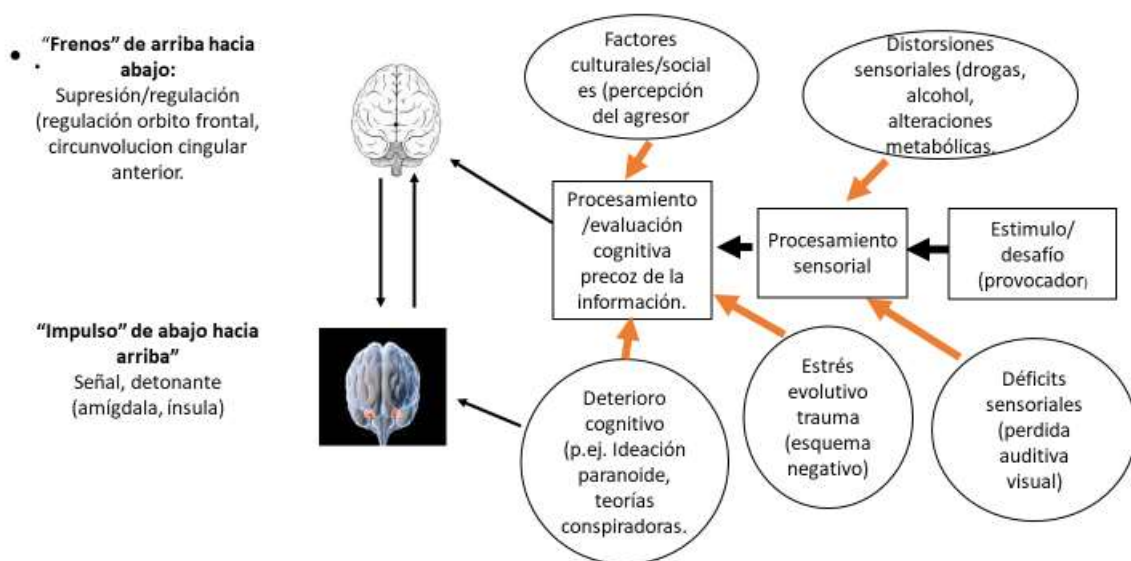
Comprender cómo estas hormonas y neurotransmisores interactúan con las estructuras cerebrales relevantes nos permite apreciar la complejidad de las conductas agresivas y, potencialmente, identificar estrategias más efectivas para su prevención y tratamiento. Además, investigaciones en esta área podrían ofrecer nuevas perspectivas sobre intervenciones terapéuticas dirigidas a regular estas sustancias bioquímicas y sus efectos en la expresión de la agresión.

Es importante tener en cuenta que la expresión concreta de una conducta agresiva o violenta puede ser facilitada, inhibida o modulada por factores sociales y culturales. Estos factores interactúan constantemente durante el desarrollo del individuo con el funcionamiento cerebro, lo que subraya la necesidad de desarrollar modelos de situaciones que permitan prevenir la conducta violenta en contextos específicos.

Calixto González (2023), doctor en investigación Biomédica Básica de la UNAM, refiere que la violencia puede resultar adictiva para el cerebro cuando éste percibe una recompensa en el comportamiento violento. Así mismo, desde una perspectiva social cuando se reducen los beneficios sociales, se acumula una serie de frustraciones que pueden explotar al encontrarse en un contexto amenazante, por lo que, el establecimiento de límites y la comprensión clara de las consecuencias de nuestras acciones son fundamentales para nuestra autorregulación.

La corteza prefrontal, la parte más “inteligente del cerebro, es la que nos ha hecho menos violentos, sin embargo, cuando este se daña, y el miedo y la culpa controlan al individuo, puede dar lugar a personalidades sociopáticas, psicopáticas o incluso a asesinos en serie.

Figura 3. Iniciación y modulación de la agresividad



La agresividad puede aparecer en diversos contextos psicológicos y neurológicos como en casos de deterioro cognitivo o desorganización mental, donde puede resultar en comportamientos extremadamente violentos. Los individuos con predisposición a la ansiedad pueden mostrar agresión desencadenada por traumas pasados, como el trastorno por estrés postraumático. La combinación de predisposición a la agresión y sensibilidad emocional extrema puede llevar a agresiones impulsivas como en el trastorno límite de la personalidad.

Factores como el estado de ánimo alterado o la ansiedad pueden aumentar la posibilidad de agresión, como en el trastorno bipolar o trastornos de ansiedad. La demencia también puede estar relacionada con episodios de agresión y violencia, a menudo comórbida con trastornos por abuso de sustancias, que afectan la cognición y la inhibición del comportamiento.

La agresividad impulsiva puede ser el resultado de un desequilibrio entre el control proporcionado por regiones cerebrales superiores y los impulsos desencadenados por regiones límbicas, con poca consideración hacia las consecuencias del comportamiento.

Los estímulos emocionales desafiantes son procesados pro-centros cerebrales de procesamiento sensorial y social, influenciados por factores culturales, sociales y esquemas cognitivos negativos. La evaluación de estos estímulos puede verse distorsionada por déficits cognitivos, experiencias pasadas y apego emocional, lo que puede conducir a respuestas agresivas. En última instancia, la acción agresiva puede ser desencadenada por la interacción entre el procesamiento emocional pasado y la modulación cognitiva de la corteza frontal y singular.

2.3 La empatía y la agresividad. Una perspectiva Biopsicosocial

Las personas con poca preocupación empática, bajo toma de perspectiva e inestabilidad emocional presentan alta conducta agresiva, al no poder controlar los afectos negativos o expresar los positivos se verá afectada el área social.

El comportamiento empático y agresivo son dos aspectos fundamentales de la conducta humana que tienen sus raíces en la biología y neurociencia. Estos comportamientos pueden ser entendidos en profundidad estudiando los sistemas cerebrales, las neuronas, los neurotransmisores, las hormonas y los genes (Goleman, 2007).

La perspectiva biológica:

Desde la perspectiva del sistema nervioso, la amígdala, el córtex prefrontal y el sistema límbico desempeñan un papel crucial en la regulación de nuestras respuestas emocionales y sociales.

- Neuronas y Neurotransmisores: las neuronas son esenciales para transmitir información. los neurotransmisores, incluyendo la serotonina, dopamina, noradrenalina, juegan un papel crucial en la regulación de comportamientos empáticos y agresivos, afectando nuestras emociones y estado de ánimo.
- Hormonas: La oxitocina está vinculada con la empatía, facilitando la capacidad de comprender y compartir los sentimientos con los demás. En contraste, la testosterona se asocia con comportamientos agresivos. Niveles elevados de testosterona tanto en hombre como mujeres pueden conducir a conductas disruptivas
- Los genes: La genética juega un papel en la predisposición a comportamientos empáticos o agresivos. Se han identificado genes específicos que pueden influir en

el desarrollo de estas conductas: no obstante, la interacción entre los genes y el ambiente es un factor determinante en su expresión.

La perspectiva psicológica:

- Desde el análisis de la inteligencia social y emocional, estos comportamientos se forman durante el proceso de aprendizaje y se manifiestan en la conducta, tanto de forma verbal como no verbal.

La perspectiva social:

- La visión social examina los comportamientos empáticos y agresivos como factores que influyen en la convivencia, ya sea promoviendo la cooperación y el altruismo o la violencia y la falta de armonía. En última instancia, estos comportamientos afectan los valores, la cultura y la educación

Goleman refiere que nuestras emociones no solo moldean nuestras experiencias, pero también nuestra biología. El enlace cerebro-cerebro nos permite que nuestra relación más fuerte nos molde en asuntos tan benignos como si nos reímos de los mismos chistes o tan profundos como que genes se activan (o no se activan) en las células T.

3 Bases Neuronales, Químicas y Sociales del Miedo

La vida habría sido imposible sin el miedo como impulso para evolucionar. Desde siempre las amenazas han activado nuestro instinto de supervivencia, llevándonos a optar entre huir o confrontar. A través de la historia, este mecanismo ha persistido, ajustándose a los cambios de nuestra realidad. En tiempos modernos, el miedo se refleja en situaciones críticas como la violencia en lo individual, como asaltos y secuestros, así como en la violencia colectiva, como guerras y conflictos civiles.

El miedo es una emoción esencial para nuestra supervivencia, actuando como un sistema de alerta interno que nos advierte de posibles amenazas o peligros en nuestro entorno.

Cuando percibimos una amenaza, ya sea real o imaginaria, el miedo desencadena una serie de respuestas tanto fisiológicas como psicológicas en nuestro cuerpo. A nivel fisiológico, experimentamos un aumento en la frecuencia cardíaca, una respiración acelerada

y una tensión muscular, preparándonos así para responder de forma rápida y eficaz ante el peligro.

Desde el punto de vista psicológico, el miedo puede generar sensaciones de ansiedad y nerviosismo. Además, puede afectar nuestro juicio llevando a actuar de manera impulsiva. En muchos casos, reaccionando de forma automática, sin ser plenamente conscientes de nuestra respuesta, siendo guiados por nuestro instinto de supervivencia.

El miedo puede llevar a una persona a evitar ciertas actividades, lugares o personas que asocia con experiencia negativas o traumáticas, incluso cuando el peligro ya no existe.

Investigadores de la Universidad de California, Riverside, podrían haber descubierto una respuesta a como el miedo se manifiesta en el SNC. Mediante un modelo de ratones, los científicos han demostrado que la formación del miedo implica el fortalecimiento de las conexiones neuronales entre dos áreas clave del cerebro: el hipocampo, encargado de reconocer y codificar un contexto específico, y la amígdala, responsable de desencadenar comportamientos defensivos.

En sus estudios sobre el miedo, LeDoux (2015) se centra en el sistema de memoria subconsciente, el cual regula las respuestas conductuales ante peligros o amenazas. Según él, poseemos recuerdos conscientes que son gestionados por el hipocampo, mientras que las memorias implícitas son controladas por otras regiones cerebrales.

La amígdala desempeña un papel crucial en las respuestas emocionales y defensivas ante el peligro, procesando tanto estímulos que son filtrados por el neocórtex hacia la memoria como aquellos que llegan directamente a la amígdala. Estos mecanismos activan de manera simultánea, con la amígdala orquestando respuestas conductuales y fisiológicas basadas en procesos innatos. La teoría de LeDoux busca integrar y complementar las teorías clásicas sobre las emociones y la gestión de la amenaza a través de la amígdala.

La percepción de algún tipo de amenaza desencadena una reacción de miedo, ya sea real o imaginario, ya que es un mecanismo de supervivencia que nos indica que debemos permanecer alerta.

Cuando el miedo aparece sin la presencia de amenazas reales, puede afectar negativamente nuestro bienestar. Las personas que han atravesado situaciones de estrés extremo o que han estado en peligro de vida pueden llegar a sentir un temor intenso en contextos que no representan una amenaza verdadera. Esta generalización del miedo

resulta dañina para la salud mental y puede derivar en problemas graves y persistentes, como el trastorno de estrés postraumático (TEPT).

Los cambios observados a través de la resonancia magnética transcraneal activan áreas corticales y subcorticales, químicas y hormonales que llevan a una desregulación del SNC, cuando se experimenta miedo, ansiedad, angustia, depresión etc.

El abordaje del miedo, lo podemos vislumbrar desde los cambios que nuestro cerebro genera a partir de las conductas adaptativas.

4. La neuroplasticidad y su función adaptativa

La neuroplasticidad demuestra la increíble captación adaptativa del cerebro humano a lo largo de la vida. Esta capacidad se refiere a la habilidad del cerebro para reorganizar su estructura y función en respuesta a diversas influencias, como la experiencia, el aprendizaje, las emociones y la lesión cerebral. Es un proceso dinámico que implica la formación de nuevas conexiones neuronales, la modificación de las existentes y, en algunos casos, la compensación por daño cerebral.

Durante la infancia, la neuroplasticidad se destaca, principalmente debido a la plasticidad sináptica, que es la capacidad de las conexiones entre las neuronas para fortalecer o debilitarse en respuesta a la actividad neuronal. Esto implica que los niños tienen una notable habilidad para asimilar información y aprender de forma ágil y efectiva. Asimismo, el cerebro en desarrollo de los niños es altamente maleable puede recuperarse con facilidad de lesiones o cambios en su desarrollo gracias a su capacidad para regenerar neuronas.

A pesar de que la neuroplasticidad es más notable en la infancia, continúa a lo largo de toda la vida, aunque puede disminuir con la edad. Incluso en la adultez, el cerebro puede cambiar en respuesta a nuevos desafíos y experiencias, destacando la importancia de mantenerlo activo para promover la salud cerebral y el bienestar general (Guadamuz y Colab,2022). El sistema nervioso puede ser modificado por algún daño cerebral, por el aprendizaje y las experiencias de la vida diaria.

James (1890) presenta una perspectiva dinámica en la explicación del mecanismo, donde el tiempo juega un papel crucial. Los cambios, son gradualmente aceptados por la materia, lo que evita su desintegración total. Una vez que la estructura se adapta y adopta una nueva

configuración, la inercia asegura la permanencia tanto en la nueva forma como en los hábitos adquiridos en el nuevo estado, y concluye “Así pues, plasticidad, en la acepción amplia de la palabra, significa poseer una estructura lo suficientemente débil para ceder ante una influencia, pero también lo bastante fuerte para no ceder de golpe. En esta estructura, cada fase de equilibrio relativamente estable se caracteriza por lo que podríamos llamar un nuevo conjunto de hábitos” (James, 1890, pp. 86-87, citado en Alcover, 2012).

4.1 El concepto de Neuroplasticidad en la Neurociencia actual “Biopsicosociales”

La plasticidad cerebral también conocida como plasticidad neuronal, cortical, sináptica neuroplasticidad, implica la capacidad del cerebro para formar aprendizajes y adaptaciones al entorno mediante modificaciones en las estructuras de las redes neuronales. Tanto las influencias externas como algunas internas pueden alterar la función del cerebro (su fisiología) como su organización (su anatomía).

La plasticidad del cerebro no se limita únicamente a los órganos y funciones más expuestas a estímulos externos, como los sensoriales, sino que también afecta a estructuras y funciones cerebrales más internas. La investigación sobre esta plasticidad cerebral tiene una gran relevancia para la neurociencia, ya que nos permite comprender como estímulos, experiencias y relaciones sociales pueden influir en los procesos y estructuras cerebrales, remodelando su funcionamiento y facilitando una mejor adaptación al entorno. Esta integración potencial de diferentes niveles de análisis, desde factores sociales y ambientales hasta psicológicos y cognitivos, e incluso genéticos podría representar avances importantes en la comprensión de los mecanismos que regula el comportamiento humano. Además, ofrece la posibilidad de mejorar el funcionamiento normal del cerebro y, del organismo, así como de restaurar y recuperar funciones deterioradas a lo largo de la vida, ya que la plasticidad, al menos en ciertos niveles, puede mantenerse durante todo el ciclo vital de las personas (Alcovar y colab. 2012).

En los próximos años, la neurociencia se enfocará en investigar los procesos de plasticidad cerebral y del comportamiento humano en diversos niveles de análisis. Es probable que los resultados de esta investigación modifiquen gran parte de nuestro entendimiento actual y también puedan tener importantes aplicaciones prácticas, incluyendo mejoras en proceso fundamentales como el aprendizaje, el desarrollo de habilidades y actitudes.

5. Actitud y gestión del cambio: mi actitud en lo que sucede” influye en el tipo de información que tengo almacenado en el cerebro

La neurociencia afectiva revela que las personas con mayor capacidad para controlar su actitud frente a los acontecimientos tienen áreas cerebrales más desarrollados, la corteza prefrontal y el núcleo accumbens. Estas regiones más activas les ayudan a mantener emociones positivas incluso en situaciones adversas.

Todos poseemos el potencial para alterar nuestro estado tanto físico como mental y emocional. La clave para desencadenar esta capacidad de transformación radica en invocar la ley de Hebb, que postula que “las neuronas que se activan simultáneamente establecen conexiones entre sí”. En términos prácticos, esto significa que, si deseas mejorar en cualquier aspecto de tu vida, es fundamental enfocarte en estimular las conexiones neuronales asociadas con esa área específica.

De acuerdo con las perspectivas basadas en las teorías de la cognición social, la actitud se entiende como la categorización evaluativa de un objeto almacenado en la memoria a largo plazo. La actitud es una estructura de conocimiento formada por asociaciones y su activación está influenciada por las redes y nodos de la memoria. Se trata de un conjunto organizado de creencias, respuestas emocionales, intenciones de comportamiento y conductas relacionadas con un aspecto evaluativo-emocional.

Algunas de estas estructuras son unipolares, enfocadas únicamente en creencias y respuestas emocionales favorables hacia un objeto específico, como podría ser una actitud positiva hacia los deportes. En contraste, otras estructuras son bipolares, especialmente cuando se refieren a actitudes con carga simbólica y vinculadas a debates públicos. Por ejemplo, una persona con una actitud positiva hacia el aborto podría tener en su estructura de conocimiento tanto creencias a favor como en contra de esta práctica (Ubillos, et al.,2021).

6. Sesgo cognitivo en la resolución de conflictos

Los procesos cognitivos son esenciales para entender el entorno que nos rodea, ya que se basan en las estructuras mentales que empleamos para interpretar y dar significado a nuestras vivencias diarias.

Me sorprendió cómo los sesgos cognitivos juegan un papel significativo en día a día para enfrentar conflictos. Aumentar nuestros conocimientos sobre los sesgos cognitivos definitivamente potencia nuestras habilidades para la resolución de conflictos.

Los sesgos cognitivos desempeñan un papel crucial al permitirnos tomar decisiones rápidas e intuitivas en situaciones que requieren respuestas inmediatas. Dado que nuestro cerebro está constantemente bombardeado por una vasta cantidad de información a través de los sentidos, es impracticable procesarla toda de manera exhaustiva. Por ello, nuestro cerebro utiliza filtros selectivos o subjetivos para priorizar y simplificar esta información.

Sin embargo, esta capacidad de tomar decisiones rápidas y basadas en la intuición conlleva un riesgo. Existe la posibilidad de que una decisión impulsiva y poco reflexionada este sesgada por nuestros prejuicios o percepciones erróneas, lo que puede llevarnos a cometer errores con consecuencias graves e irreversibles. Es fundamental ser consciente de estos sesgos y estar dispuesto a cuestionar nuestras propias intuiciones para evitar caer en trampas cognitivas que puedan afectar negativamente nuestras decisiones y acciones (Segura y Romero, 2020).

7. Intervención neuropsicológica en la gestión del conflicto

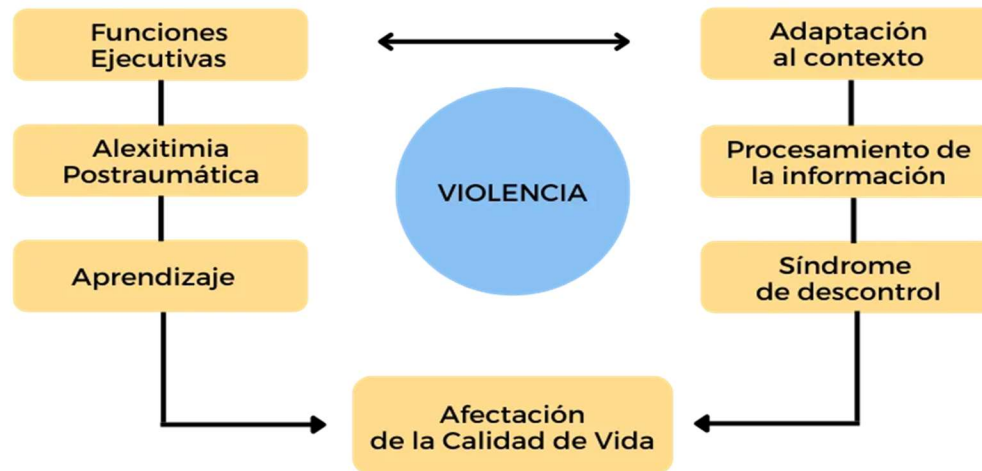
La intervención neuropsicológica en la gestión del conflicto se centra en aplicar conocimientos neurocientíficos para entender y manejar los conflictos. Este enfoque busca identificar cómo los procesos cerebrales influyen en las respuestas emocionales y conductuales durante situaciones conflictivas, permitiendo desarrollar estrategias más efectivas para resolver disputas y mejorar la interacción social.

Figura 3. El comportamiento resulta de la interacción de múltiples factores: genes, ambiente y desarrollo.



El comportamiento humano es el resultado de una interacción compleja entre factores genéticos y ambientales, incluyendo experiencias, cultura, entorno social y desarrollo personal. Estos elementos se entrelazan para moldear las respuestas y acciones individuales, reflejando una red compleja de influencias biológicas, psicológicas y sociales.

Figura 3. Alteraciones neuropsicológicas que genera la violencia (Hurtado y Serna, 2012)



Las intervenciones neuropsicológicas son cruciales para comprender y abordar las diversas manifestaciones de la violencia. Entre los aspectos neuropsicológicos relevantes se encuentran las funciones ejecutivas, que implican habilidades como la planificación, la inhibición de impulsos y el control emocional. Cuando estas funciones se ven comprometidas, puede aumentar la probabilidad y comportamientos violentos.

La alexitimia postraumática, una dificultad para identificar y expresar emociones, puede surgir como resultado de experiencias traumáticas y contribuir a la escalada de la violencia.

El aprendizaje y la adaptación al contexto son procesos fundamentales que pueden influir en la predisposición hacia la violencia. La incapacidad para aprender de las experiencias pasadas o adaptarse de manera constructiva a los desafíos del entorno para aumentar el riesgo de comportamientos violentos.

El procesamiento de la información también juega un papel crucial en la manifestación de la violencia. Los sesgos cognitivos, la interpretación errónea de las situaciones y las

dificultades para comprender las señales sociales pueden contribuir a malentendidos y conflictos que desembocan en actos violentos.

El síndrome de descontrol se refiere a la pérdida de regulación emocional y conductual, lo que puede llevar a explosiones de violencia sin una adecuada capacidad de control. Estos aspectos neuropsicológicos, cuando no son abordados de manera efectiva, pueden tener un impacto significativo en la calidad de vida de los individuos y de quienes les rodean, generando un ciclo de violencia y sufrimiento. Es por ello que es fundamental integrar enfoques neuropsicológicos en la prevención de tratamientos de la violencia para promover una mayor calidad de vida para todos.

7.1 Intervención neuropsicología ante la agresión

Estudios han encontrado una relación entre alteraciones cerebrales y conductas agresivas. Hurtado y Serna (2012) refieren que el impacto devastador de la violencia en los ámbitos familiar, social y personal, han generado estados disociativos y cambios cerebrales que comprometen la calidad de vida. Para una mejor comprensión es pertinente revisar las alteraciones neuropsicológicas vinculadas a la violencia para fomentar una mejor intervención. disfunciones en regiones cerebrales como la corteza prefrontal, la sustancia gris, el hipocampo y la amígdala, afectan la toma de decisiones, la planificación, la memoria y el aprendizaje. Estas anomalías predisponen a respuestas inadecuadas frente a estímulos aversivos, perpetuando el ciclo de la violencia.

7.1.1 La intervención neuropsicológica ante el miedo intenso

Muñoz y Saritama (2024, refieren que el trastorno de ansiedad social es una condición de salud mental que implica a un gran número de personas en la actualidad. Se manifiesta como un miedo intenso y constante a situaciones sociales o de desempeño, en las que la persona siente miedo de ser criticada o evaluada negativamente por los demás, para su intervención proponen la terapia de aceptación y compromiso (ACT).

Frente a situaciones de miedo intenso y estrés, nuestro cuerpo sufre una serie de cambio neuroendocrinos. Se observan una serie de comportamientos característicos como la reexperimentación del evento traumático (pensamientos intrusivos, *flashback* o pesadillas), hipervigilancia e hiperactividad, así como alteraciones cognitivas y del estado de ánimo, como la falta de concentración, ansiedad, culpa, depresión, etc.

En estudios recientes que han aplicado tratamientos neuropsicológicos y psicoterapéuticos en personas con miedo intenso y estrés, con un enfoque particular en la psicoeducación, se ha observado un notable progreso en la recuperación de estos individuos. Estas mejoras han sido documentados mediante técnicas de neuroimagen, las cuales han revelado una reducción en la hiperactividad de la amígdala y una activación incrementada del hipocampo y la corteza prefrontal en respuestas a situaciones estresantes. Posteriormente se ha evidenciado una tendencia a revertir esta anomalía (Balmaseda, 2022).

La Terapia de Aceptación y Compromiso, es un elemento central en las terapias de tercera generación y se distingue como uno de los enfoques terapéuticos más integrales dentro de este grupo. Esta terapia reconoce que el sufrimiento terapéutico es una parte inherente de la experiencia humana y se basa en la idea de que el lenguaje está en la raíz de muchas patologías psicológicas y del malestar general de las personas.

7.1.2 Intervención del comportamiento y zonas corticales implicadas

El comportamiento y las zonas implicadas desde la perspectiva de Hauray (2018): Energía, Visión, afirmación, decisión y acción en conductas observadas durante el conflicto.

A.- ENERGÍA: Las personas que experimentan fatiga o están en proceso de burnout a menudo se encuentra en una lucha interna para impulsarse con energía. Las emociones vividas durante un conflicto activan las glándulas suprarrenales, liberando la adrenalina necesaria para contrarrestar la fatiga de energía.

Comportamiento: cambios de humor

Zonas cerebrales: Pálio límbico (situado entre el tronco cerebral y el giro cingulado)

Conductas observadas: la persona muestra desregulación emocional y se alimenta de las emociones generadas por otros, algunos autores se refieren a ellos como “vampiros energéticos”.

Intervención Neuropsicológica: El enfoque biopsicosocial en el manejo de los cambios de humor implica proporcionar al paciente información sobre los cambios cerebrales y comportamentales que experimenta, facilitando así la búsqueda de estrategias prácticas para comprender y manejar sus emociones. Es esencial que las personas comprendan,

acepten y gestionen sus emociones de manera efectiva para lograr un bienestar emocional y una mejor calidad de vida.

B.- VISIÓN: Sin visión, dirección e intención, una persona permanece prisionera de un vacío existencial. Su GPS interno no está programado para llenar ese vacío y generar la sensación de existencia; en cambio, una persona ansiosa puede desencadenar luchas de poder.

Comportamiento: Crítica constante, disputa sistemática. La persona se siente apresurada, paralizada o inclinada a huir. No ha aprendido a caminar con confianza

Zonas cerebrales: El impulso primal y reptiliano (tronco encefálico y cerebelo) se activa estimulando las áreas parietales y occipitales.

Conducta observable: La persona experimenta alternancias entre euforia y depresión, mostrando un patrón ciclotímico, y a menudo se evidencia una dependencia emocional.

Intervención Neuropsicológica: Dentro del contexto de una intervención neuropsicológica, es crucial abordar los cambios de euforia y depresión que exhiben un ciclo emocional caracterizado por la ciclotimia. Estas fluctuaciones pueden ser indicativos de una variedad de desafíos tanto psicológicos como neurológicos, lo que resalta la importancia de tratarlos desde una perspectiva tanto emocional como cognitiva durante el proceso de intervención.

C.- AFIRMACIÓN: Una persona indecisa no se compromete. Evita el riesgo de tomar decisiones y se queda estancada en el progreso. Manipulará a otros para que salgan de su zona de confort y se expongan al riesgo de ser juzgados por sus elecciones. Estas personas muestran un alto potencial de conflicto en todos los ámbitos.

Comportamiento: La persona agota a su entorno al justificarse constantemente; en el ambiente laboral, las fuentes de conflicto se magnifican, ya que se esfuerza por protegerse y buscar excusas.

Zonas cerebrales: Córtex prefrontal

Conductas observables: La persona alterna entre exaltación y depresión

Intervención Neuropsicológica: Desde una perspectiva neuropsicológica, es esencial abordar las fluctuaciones entre exaltación y depresión. Esto implica comprender los mecanismos neuropsicológicos, factores psicológicos y ambientales, desarrollando

estrategias para estabilizar el estado de ánimo, promover el bienestar emocional y mejorar la calidad de vida. Incluye técnicas de regulación emocional, entrenamiento en habilidades de afrontamiento y terapias cognitivo-conductuales adaptadas. El monitoreo continuo permite evaluar el progreso y ajustar la intervención según sea necesario. Su abordaje es desde una perspectiva integral para resultados terapéuticos efectivos y sostenibles.

Decisión: Cuando tomar una decisión implica sacrificar el presente en pos del futuro, es entonces cuando vemos a individuos asertivos que están listos para actuar cuando llega el momento. Por otro lado, aquellos indecisos pueden verse obligados a enfrentar las consecuencias de una decisión tomada por otro. Cualquier elección está sujeta a críticas, lo que puede generar conflictos entre aquellos que no están satisfechos con la decisión.

Comportamiento: La persona cree estar tomando decisiones cuando en realidad solo reacciona ante las circunstancias. Cuando se le presiona para tomar una postura, adopta una actitud similar a la de Poncio Pilatos y se complace en criticar las decisiones de los demás.

Zonas cerebrales: Está implicada la corteza prefrontal y el Sistema Límbico (Girus Cingulado). El sistema límbico debería proveer la intención que desencadena la toma de decisiones, y esta intuición está profundamente influenciada por la interacción entre la amígdala, el cerebro y el hipocampo, que actúan como el depósito de nuestras experiencias vividas.

Nosotros observamos: La persona indecisa puede reaccionar al estrés asociado con la necesidad de tomar una posición, lo que podría resultar en relaciones conflictivas y lagunas en la acción. En este contexto, exploraremos los conceptos de procrastinación y acciones fallidas.

Intervención Neuropsicológica: La intervención neuropsicológica en personas que procrastinan y experimentan actos fallidos, ambos son fenómenos psicológicos complejos, entre los que se incluyen factores neurológicos y psicológicos, desde una perspectiva multidimensional, donde se consideran los procesos cognitivos como los aspectos emocionales y comportamientos involucrados.

En el caso de la procrastinación, se pueden identificar varios aspectos neurocognitivos que contribuyen a este comportamiento. Por ejemplo, algunos estudios sugieren que la procrastinación puede estar relacionada con dificultades en la autorregulación emocional y la toma de decisiones. Estos procesos pueden estar influenciados por el funcionamiento

de áreas específicas del cerebro, como la corteza prefrontal, que desempeña un papel crucial en la planificación, el control de impulsos y la toma de decisiones.

En términos de intervención neuropsicológica, se pueden emplear diferentes estrategias para abordar la procrastinación. Esto puede incluir técnicas de entrenamiento de habilidades de autorregulación emocional y cognitiva, así como el desarrollo de estrategias específicas de manejo del tiempo y la organización. Además, en algunos casos, puede ser beneficioso identificar y abordar posibles factores subyacentes, como la ansiedad o el miedo al fracaso, que pueden estar contribuyendo a la procrastinación.

En cuanto a los actos fallidos, que pueden manifestarse como errores en la ejecución de tareas o la toma de decisiones, la intervención neuropsicológica también puede ser útil. Aquí, el enfoque puede centrarse en la evaluación de las funciones cognitivas relevantes, como la atención, la memoria y la ejecución motora, para identificar posibles deficiencias o áreas de mejora. A partir de esta evaluación, se pueden diseñar intervenciones específicas, que pueden incluir entrenamiento cognitivo y técnicas de compensación para abordar las dificultades identificables.

E.- ACCIÓN: El enemigo de la acción creativa es la rutina y el aburrimiento que de ella resulta. Esto lo experimentan personas en búsqueda excesiva de seguridad. Las capacidades de iniciativa y de nuevos aprendizajes quedan paralizadas por el deseo de anclarse en la comodidad de lo conocido.

Comportamiento Cualquier intento de sacar a la persona de la rutina será fuente de desafíos y conflictos.

Zonas cerebrales: El sistema límbico (girus cingulado). Guardián de los valores y de la naturaleza, quiere mantener las cosas como están y se encierra en hábitos.

Nosotros observamos: Si la persona no se involucra en un pasatiempo apasionante, es probable que experimente el síndrome de ansiedad y aburrimiento (conocido como síndrome de burnout)

Intervención Neuropsicológica: La intervención neuropsicológica para el síndrome de ansiedad y aburrimiento debido a la falta de un pasatiempo apasionante implica identificar intereses, usar técnicas de manejo del estrés, desarrollar habilidades de autorregulación y abordar posibles factores subyacentes como la depresión. El objetivo es ayudar a la

persona a encontrar sentido y satisfacción en su vida diaria, reduciendo los síntomas de ansiedad y aburrimiento.

8. Rompiendo el ciclo de violencia

Para romper el ciclo de violencia que se perpetúa de generación en generación, provocado por el estrés de la guerra, situaciones amenazantes o familiares, ahora entendemos, gracias a la epigenética, que estos traumas psicológicos dejan huella en el genoma de nuestras células cerebrales, lo cual influye en nuestro comportamiento (Guion, 2022)

Las cicatrices epigenéticas pueden manifestarse como depresión inexplicable, una menor resistencia al estrés e incluso actitudes violentas, según estudios realizados refieren que estos estados pueden ser reversibles

Los nueve desencadenantes de conductas violentas

- 1.- Vida:** cuando nuestra vida está amenazada;
- 2.- Insultos:** por injuria cuando se afecte nuestro honor;
- 3.- Familia:** cuando nuestros seres queridos están en peligro;
- 4.- Medio ambiente:** cuando nuestro territorio sea invadido;
- 5.- Cónyuge:** cuando corremos el riesgo de perder a nuestra pareja.
- 6.- Organización:** cuando se pone en duda el orden de la sociedad.
- 7.- Recursos:** cuando nuestras necesidades básicas ya no están cubiertas
- 8.- Tribu:** cuando una amenaza pesa sobre nuestro grupo
- 9.- Detenido:** cuando nos sentimos físicamente atrapados (Guion, 2022)

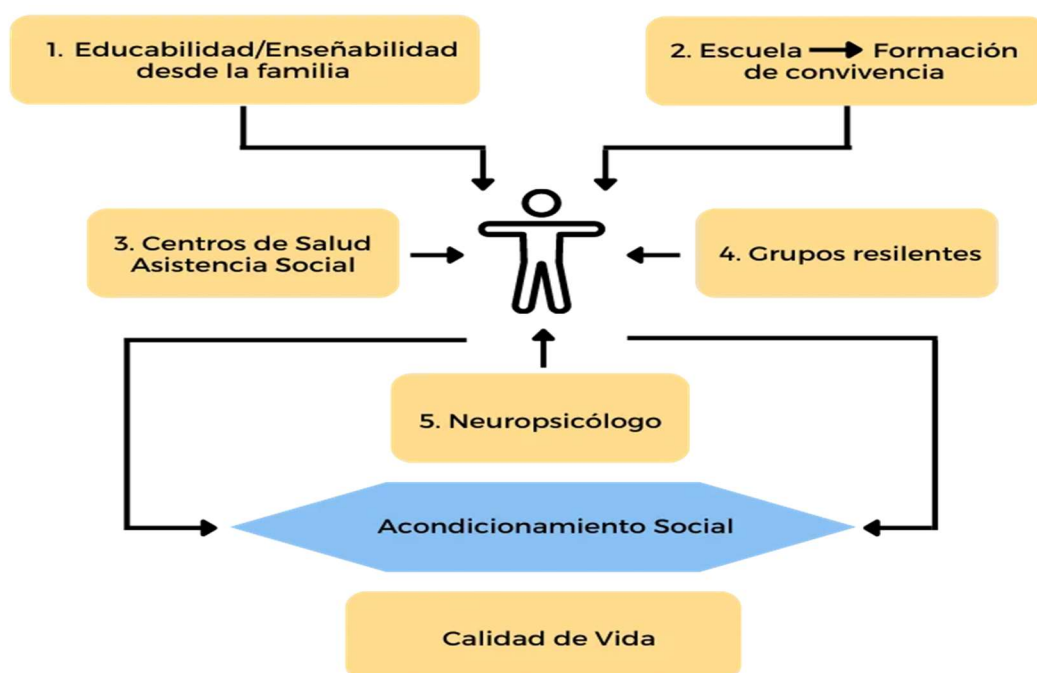
Desde la perspectiva de la neurociencia, se ha demostrado que los estados asociados con las cicatrices epigenéticas pueden ser reversibles. Aunque estas marcas en el genoma pueden manifestarse como depresión inexplicable, una menor resistencia al estrés e incluso actitudes violentas, la plasticidad cerebral ofrece una esperanza significativa de cambio.

La plasticidad cerebral se refiere a la capacidad del cerebro para reorganizarse y adaptarse, incluso después de experimentar traumas o adversidades. Mediante intervenciones específicas, como la terapia cognitivo-conductual, la psicoterapia, la mediación y la escucha activa en donde la persona externalice como vivió el trauma, en algunos casos, es posible

modificar la estructura y la función del cerebro, contrarrestando así los factores negativos de las cicatrices epigenéticas.

La empatía, el apoyo emocional y la conexión interpersonal pueden generar cambios positivos en el cerebro, promoviendo la resiliencia. Estas prácticas activan áreas cerebrales asociadas con el afecto y la empatía (sistema límbico), favoreciendo una mayor estabilidad emocional y reflejándose en el comportamiento, rompiendo así el ciclo de la violencia.

Figura 4. Propuesta de tratamiento integral para la violencia (Hurtado y Serna, 2012)



La implementación de una intervención integral para abordar la violencia desde una perspectiva biopsicosocial demanda la colaboración de profesionales de diversas disciplinas:

La educabilidad/enseñabilidad desde lo familiar implica proporcionar información y habilidades a las familias para ayudarlas a comprender y manejar las dificultades emocionales y de comportamiento de sus miembros.

La psicoeducación escolar se centra en educar a los estudiantes, maestros y personal escolar sobre temas relacionados con la salud mental y el bienestar emocional, promoviendo así un ambiente más saludable y comprensivo

Los centros de salud mental son instalaciones que ofrecen una variedad de servicios de salud mental, incluyendo evaluación, tratamiento y apoyo para una amplia gama de trastornos mentales.

Los grupos resilientes son comunidades o redes sociales que promueven a resiliencia, es decir, la capacidad de adaptarse y recuperarse frente a la adversidad.

La neuropsicóloga estudia las relaciones entre el cerebro y el comportamiento, examinando como las lesiones cerebrales y el aprendizaje, modifican la estructura y función manifestándose en la cognición y el comportamiento.

El acondicionamiento social se refiere a proceso mediante el cual las personas aprenden y adoptan comportamientos, actitudes y valores que son apropiados en su entorno social.

La calidad de vida se refiere al bienestar general de un individuo, abarcando aspectos físicos, psicológicos, sociales y emocionales, así como la satisfacción con diversos aspectos de la vida.

En conjunto, estos conceptos y áreas de estudio forman un panorama integral biopsicosocial desde la salud mental y el bienestar, abordando aspectos tanto individuales como sociales para promover una vida plena y saludable.

9. Conclusiones

El manejo de conflictos en personas que experimentan fatiga o están en proceso de “burnout” a menudo implica una lucha interna para impulsarse con energía. Durante un conflicto, las emociones activan las glándulas suprarrenales, liberando la adrenalina necesaria para contrarrestar la fatiga de energía. Sin embargo, la falta de visión, dirección e intención puede dejar a una persona en un vacío existencial. Su GPS interno no está programado para llenar ese vacío y generar la sensación de existencia, en cambio, una persona ansiosa puede desencadenar luchas de poder.

La indecisión también puede ser un factor importante. Una persona indecisa evita el riesgo de tomar decisiones y se queda estancada en el progreso. Puede manipular a otros para que salgan de su zona de confort y se expongan al riesgo de ser juzgadas por sus elecciones. Estas personas muestran un alto potencial de conflicto en todos los ámbitos.

Por otro lado, aquellos que son asertivos están listos para actuar cuando llega el momento, incluso si implica sacrificar el presente en pos del futuro.

Sin embargo, los indecisos pueden verse obligados a enfrentar las consecuencias de decisiones tomadas por otros, lo que puede generar conflictos. Cualquier elección está sujeta a críticas, lo que puede aumentar aún más las tensiones entre aquellos que no están satisfechos con la decisión.

En cuanto a la acción creativa, esta puede ser obstaculizada por la rutina y el aburrimiento, especialmente en personas que buscan excesiva seguridad. La búsqueda de la comodidad en lo conocido puede paralizar las capacidades de iniciativa y de nuevos aprendizajes.

Preguntas de reflexión

1.- ¿Cómo interactúan la individualidad y la colectividad en la génesis y resolución de conflictos según la neuropsicología y la sociología?

Respuesta: La individualidad y la colectividad son fuerzas que, aunque parecen opuestas, están profundamente interconectadas en la naturaleza humana. Desde la neuropsicología, la individualidad se asocia con la búsqueda de libertad personal y metas individuales, mientras que la colectividad se vincula con la cooperación y la interdependencia social. Esta interacción no es una dicotomía simple, sino un continuo en el que ambas fuerzas coexisten y generan tensión. Esta tensión, si bien puede ser una fuente de conflictos, también es un motor para el cambio y el crecimiento dentro de la sociedad. La comprensión de esta dinámica permite buscar soluciones que integren ambas fuerzas, logrando un equilibrio que favorezca la resolución de conflictos de manera sostenible.

2.- ¿Qué papel juega el “cerebro hostil” y el “cerebro inteligente” en la manifestación y resolución de conflictos?

Respuesta: El “cerebro hostil” representa una tendencia innata hacia la agresividad, lo que puede desencadenar conflictos y tensiones. Este estado cerebral se asocia con un enfoque perturbador tanto en el comportamiento individual como colectivo, llevando a la atribución de culpa a los demás y a la perpetuación del conflicto. Por otro lado, el “cerebro inteligente” se refiere a un estado en que los hemisferios emocional y racional del cerebro funcionan de manera armoniosa, integrando las funciones cognitivas y emocionales. Esta integración permite un procesamiento equilibrado de la información promoviendo la toma de decisiones

más efectivas y una mejor gestión emocional, lo que facilita la resolución de conflictos y la mejora del bienestar emocional y social.

3.- ¿De qué manera influyen las emociones y los procesos cognitivos en el desarrollo neuronal y la capacidad de adaptación del individuo desde etapas tempranas?

Respuesta: Las emociones, junto con los procesos cognitivos, desempeñan un papel crucial en el desarrollo y la complejidad del sistema cerebral. Desde la etapa prenatal, la generación y evolución de nuevas células neuronales son influenciadas por experiencias y eventos personales, lo que destaca la importancia del entorno en el desarrollo temprano del cerebro. Además, las emociones no solo afectan nuestra cognición, sino que también moldean nuestras habilidades sociales, guían nuestras decisiones y contribuyen a la adaptación y el bienestar general. Por lo tanto, enseñar a los niños a manejar sus emociones desde una edad temprana puede mejorar significativamente su capacidad para resolver problemas y adaptarse a su entorno a lo largo de la vida.

4.- ¿Cómo influyen los “sistemas funcionalmente integrados” en la regulación y expresión de las emociones en el cerebro?

Respuesta: Los “sistemas funcionalmente integrados” descritos por Pessoa (2017) destacan la compleja red de interacciones entre diversas estructuras cerebrales, como la corteza, la amígdala, el hipocampo y otras. Estos sistemas se comunican y colaboran bajo la regulación de neurotransmisores para coordinar la expresión de experiencias emocionales. Esta integración es fundamental para comprender cómo se organizan y regulan las emociones en el cerebro, lo que impacta en la capacidad del individuo para gestionar sus respuestas emocionales y, por ende, sus interacciones sociales y su bienestar emocional.

5.- ¿De qué manera el conocimiento de los procesos neurocognitivos y neuro emocionales puede contribuir al desarrollo de habilidades socioemocionales?

Respuesta: Comprender los procesos neurocognitivos y neuro emocionales, como la percepción, la atención, la toma de decisiones y el sistema de recompensa, capacita a las personas para gestionar mejor sus emociones. Este conocimiento permite un mayor control sobre las respuestas emocionales y cognitivas, lo que facilita el desarrollo de competencias y habilidades socioemocionales. Al integrar esta comprensión en el aprendizaje, las personas pueden mejorar su capacidad para colaborar, tomar decisiones más informadas

y adaptarse de manera efectiva a nuevas situaciones, promoviendo un desarrollo personal y social más equilibrado.

6.- ¿Cómo se diferencian la agresión reactiva y la agresión proactiva en términos de su motivación y manifestación, y que implicaciones tiene esta distinción en el manejo de la conducta agresiva?

Respuesta: La agresión reactiva se caracteriza por ser una respuesta emocional intensa ante una amenaza percibida, con altos niveles de impulsividad y hostilidad, y su principal motivación es infligir daño sin un objeto específico. En contraste, la agresión proactiva es una conducta más calculada y estratégica, utilizada conscientemente por el individuo para alcanzar un beneficio o meta específica. Esta distinción es crucial para el manejo de la conducta agresiva, ya que las intervenciones para la agresión reactiva deben centrarse en la regulación emocional y el control de impulsos, mientras que la agresión proactiva requiere enfoques que desincentiven el uso de la agresión como una estrategia instrumental, promoviendo alternativas más constructivas para alcanzar los objetivos.

7.- ¿Qué rol juegan la corteza prefrontal y las áreas límbicas en la regulación de la agresión, y cómo influye la disfunción en estas áreas en la expresión de la agresión impulsiva?

Respuesta: La corteza prefrontal, específicamente la corteza orbitofrontal (COF), juega un papel crucial en la regulación de la agresión, actuando como un inhibidor de las respuestas impulsivas generadas en las áreas límbicas, como la amígdala. Cuando esta regulación es efectiva, la COF modula la actividad de la amígdala, previniendo respuestas agresivas impulsivas. Sin embargo, cuando hay disfunción o daño en la COF, la inhibición sobre la amígdala se reduce, lo que resulta en un aumento de la agresión impulsiva. Esto sugiere que las personas con menor actividad en la COF, o con lesiones en esta área, son más propensas a manifestar conductas agresivas de manera descontrolada, lo que resalta la importancia de estas regiones cerebrales en el control de la agresión.

8.- ¿Cómo se relacionan las disfunciones en áreas cerebrales como la corteza prefrontal y la amígdala con la manifestación de conductas agresivas y violentas?

Respuesta: Las disfunciones en áreas cerebrales como la corteza orbitofrontal, la corteza prefrontal ventromedial y la amígdala están estrechamente vinculadas con la aparición de conductas agresivas y violentas. La corteza prefrontal, encargada del control de impulsos y la toma de decisiones, cuando está dañada, puede perder su capacidad de inhibir respuestas emocionales intensas, lo que aumenta la propensión a la agresión impulsiva.

Por otro lado, la amígdala, que regula las respuestas emocionales, puede volverse hiperactiva en casos de disfunción, lo que también contribuye a la agresividad. Estas alteraciones sugieren que distintos niveles y tipos de disfunción en estas áreas puedan estar asociados con diferentes formas de comportamiento agresivo, subrayando la importancia de un diagnóstico y tratamiento precisos.

9.- ¿De qué manera interactúan las hormonas y neurotransmisores con las estructuras cerebrales para influir en la agresión, y cómo pueden los factores sociales y culturales modular esta interacción?

Respuesta: Las hormonas, como la testosterona, y neurotransmisores, como la serotonina y la dopamina, juegan roles clave en la modulación de la agresión al influir en la actividad neuronal en áreas cerebrales relacionadas con el comportamiento agresivo. Un desequilibrio en estos químicos puede aumentar la predisposición a la agresión, afectando la regulación emocional y el control de impulsos. Sin embargo, esta predisposición biológica no opera en un vacío; factores sociales y culturales también juegan un papel crucial. Estos factores pueden facilitar, inhibir o modular la expresión de conductas agresivas, interactuando con el funcionamiento cerebral a lo largo del desarrollo del individuo. Comprender estas interacciones abre la puerta a intervenciones más efectivas, que no solo abordan los aspectos biológicos, sino también los contextos sociales y culturales que influyen en la conducta.

10.- ¿Cómo influyen las diferencias individuales en la empatía y la regulación emocional en la manifestación de comportamientos agresivos, y de qué manera pueden estas diferencias afectar las relaciones sociales?

Respuesta: Las diferencias individuales en la empatía y la regulación emocional juegan un papel crucial en la manifestación de comportamientos agresivos. Las personas con baja preocupación empática y dificultades en la toma de perspectiva tienden a tener una mayor propensión a la agresividad, ya que carecen de la capacidad para comprender y compartir las emociones de los demás. Además, la inestabilidad emocional y la incapacidad para controlar los afectos negativos o expresar los positivos agravan este problema, afectando negativamente sus relaciones sociales. Estas dificultades no solo incrementan la probabilidad de comportamientos disruptivos, sino que también deterioran la calidad de las interacciones sociales promoviendo la violencia en lugar de la cooperación. Comprender estos aspectos puede ser clave para desarrollar estrategias de intervención que mejoren la

empatía y la regulación emocional, lo que a su vez podría reducir la agresión y mejorar la convivencia social.

11.- ¿Cómo ha evolucionado el miedo desde una respuesta adaptativa para la supervivencia hasta convertirse en un factor que puede afectar negativamente la salud mental en contextos modernos?

Respuesta: El miedo ha evolucionado desde ser un mecanismo esencial para la supervivencia, ayudando a nuestros ancestros a enfrentar o evitar peligros inmediatos, hasta convertirse en una emoción que puede tener efectos negativos en la salud mental en el mundo moderno. En la actualidad, aunque las amenazas físicas inmediatas son menos comunes, el miedo se manifiesta en respuesta a situaciones menos tangibles, como el estrés en el trabajo o la inseguridad personal. Esta evolución ha llevado a que el miedo, en lugar de protegernos, puede generar ansiedad, estrés crónico, y en algunos casos, contribuir a trastornos como el trastorno de estrés postraumático (TEPT). La desregulación del sistema nervioso central (SNC) debido a la activación constante de respuestas de miedo ante amenazas percibidas puede tener un impacto duradero en la salud mental, subrayando la necesidad de abordajes terapéuticos que consisten estas transformaciones adaptativas.

12.- ¿Qué papel juega la amígdala en la manifestación del miedo y como puede su hiperactividad contribuir a la aparición de trastornos como el TEPT?

Respuesta: La amígdala desempeña un papel crucial en la manifestación del miedo al procesar estímulos relacionados con el peligro y orquestar las respuestas emocionales y defensivas necesarias para la supervivencia. Su función implica evaluar rápidamente las amenazas y desencadenar respuestas como la activación del sistema de “lucha o huida”. Sin embargo, cuando la amígdala se encuentra en un estado de hiperactividad, especialmente después de experiencias traumáticas, puede generar respuestas de miedo desproporcionadas o inapropiadas, incluso en ausencia de amenazas reales. Esta hiperactividad está vinculada con la aparición de trastornos como el TEPT, Donde los individuos experimentan miedo intenso y persistente, reviviendo el trauma en contextos que no representan un peligro verdadero. Comprender este proceso es esencial para desarrollar tratamientos que pueden ayudar a regular la actividad de la amígdala y mitigar los efectos del TEPT.

13.- ¿Cómo puede la neuroplasticidad influir en la recuperación de una lesión cerebral y en la capacidad de aprendizaje en la adultez, a pesar de la disminución de su intensidad con la edad?

Respuesta: la neuroplasticidad, aunque más pronunciada en la infancia, sigue desempeñando un papel crucial en la adultez, especialmente en la recuperación de lesiones cerebrales y en la capacidad de aprendizaje. Después de una lesión cerebral, la neuroplasticidad permite al cerebro reorganizarse y formar nuevas conexiones neuronales que pueden compensar el daño. Este proceso implica la activación de vías neuronales alternativas y la potenciación de Sinápticas existentes, lo que facilita la recuperación de funciones perdidas o afectadas. Además, la neuroplasticidad permite que los adultos continúen aprendiendo y adaptándose a nuevos desafíos a lo largo de la vida. Aunque esta capacidad puede disminuir con la edad, mantener el cerebro activo a través del aprendizaje continuo y la exposición a nuevas experiencias puede promover la salud cerebral, mejorar la resiliencia cognitiva y contribuir al bienestar general. Esto subraya la importancia de mantener un estilo de vida enriquecido para maximizar el potencial adaptativo del cerebro en todas las etapas de la vida.

14.- ¿Cómo puede la comprensión de la plasticidad cerebral influir en la mejora de procesos fundamentales como el aprendizaje y el desarrollo de habilidades a lo largo de la vida?

Respuesta: La comprensión de la plasticidad cerebral abre nuevas posibilidades para mejorar procesos fundamentales como el aprendizaje y el desarrollo de habilidades a lo largo de la vida. Dado que la plasticidad cerebral implica la capacidad del cerebro para adaptarse y reorganizarse en respuesta a experiencias, estímulos y entornos, esta habilidad puede ser aprovechada para optimizar el aprendizaje y la adquisición de nuevas competencias. Por ejemplo, al diseñar entornos educativos que estimulen activamente diversas áreas del cerebro, se puede potenciar el desarrollo cognitivo y emocional. Así mismo, la plasticidad cerebral permite la creación de intervenciones personalizadas para ayudar a las personas a superar dificultades de aprendizaje, recuperarse de lesiones cerebrales, o incluso adaptarse a cambios significativos en su entorno. A lo largo de la vida, esta capacidad de adaptación del cerebro subraya la importancia de la estimulación continua y el aprendizaje activo, ya que el cerebro puede seguir desarrollándose y mejorando su funcionamiento, incluso en la edad adulta. Con el avance de la neurociencia, es probable que se desarrollen nuevas estrategias para aprovechar la plasticidad cerebral

de manera más efectiva, lo que podría transformar nuestro enfoque del aprendizaje y el desarrollo personal.

15.- ¿Cómo influye el desarrollo de la corteza prefrontal y el núcleo accumbens en la capacidad de una persona para mantener una actitud positiva frente a situaciones adversas, y cómo podemos aplicar este conocimiento para mejorar nuestras respuestas emocionales y conductuales en la vida diaria?

Respuesta: El desarrollo de la corteza prefrontal y el núcleo accumbens es esencial para regular las emociones y mantener una actitud positiva en situaciones adversas. La corteza prefrontal facilita decisiones conscientes y el control de impulsos, mientras que el núcleo accumbens promueve emociones positivas y motivación. Para aplicar este conocimiento, es importante fortalecer estas áreas cerebrales mediante la regulación emocional, aprovechando la ley de Hebb para formar conexiones neuronales que refuercen actitudes resilientes. Esto también implica reevaluar y reformular creencias negativas, promoviendo perspectivas más equilibradas.

16.- ¿Cómo pueden los sesgos cognitivos influir en nuestras decisiones cotidianas, y qué podemos hacer para minimizar su impacto negativo, especialmente en situaciones de conflicto?

Respuesta: Los sesgos cognitivos nos permiten tomar decisiones rápidas en situaciones que requieren respuestas inmediatas, pero también pueden distorsionar nuestra percepción de la realidad y llevarnos a cometer errores. En situaciones de conflicto, estos sesgos pueden agravar los malentendidos y llevar a resoluciones ineficaces o dañinas. Para minimizar su impacto negativo, es crucial desarrollar una mayor conciencia de estos sesgos y estar dispuestos a cuestionar nuestras intuiciones automáticas. Esto implica reflexionar sobre nuestras decisiones, considerar múltiples perspectivas, y buscar información que desafía nuestras suposiciones, lo que puede ayudarnos a tomar decisiones más informadas y equilibradas.

17.- ¿Cómo pueden las intervenciones neuropsicológicas contribuir a la gestión efectiva del conflicto y la prevención de la violencia, considerando la compleja interacción entre factores biológicos, psicológicos y sociales?

Respuesta: Las intervenciones neuropsicológicas son clave en la gestión del conflicto y la prevención de la violencia, ya que integran factores biológicos, psicológicos y sociales. Al comprender cómo los procesos cerebrales afectan las emociones y conductas, se pueden

desarrollar estrategias para mejorar el control de impulsos y la regulación emocional. También, al abordar condiciones como la alexitimia postraumática y el síndrome de descontrol, se reduce la predisposición a la violencia, promoviendo una mayor calidad de vida y rompiendo ciclos de sufrimiento.

18.- ¿Cómo puede la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) ayudar a las personas con trastornos de ansiedad social a manejar su miedo intenso y estrés, y qué cambios neuropsicológicos se han observados con su aplicación?

Respuesta: La Terapia de Aceptación y compromiso (ACT) es útil para tratar el trastorno de ansiedad social al ayudar a las personas a aceptar el sufrimiento y comprometerse con acciones alineadas con sus valores, a pesar del miedo y el estrés. ACT permite distanciarse de pensamientos negativos y vivir en el presente. Estudios muestran que, combinado con enfoques neuropsicológicos, esta terapia reduce la hiperactividad de la amígdala y aumenta la activación del hipocampo y la corteza prefrontal, mejorando la regulación emocional y disminuyendo los síntomas de ansiedad.

19.- ¿Cómo influye la energía y la fatiga en el comportamiento de las personas durante los conflictos, y qué papel juega el sistema límbico en este proceso?

Respuesta: La energía y la fatiga afectan significativamente el comportamiento durante los conflictos. Las personas que están fatigadas, o en proceso de burnout, experimentan desregulación emocional y cambios de humor, alimentándose de las emociones generadas por otros. El sistema límbico, especialmente el palio límbico, está involucrado en esta desregulación al liberar adrenalina para contrarrestar la fatiga. La intervención neuropsicológica se centra en ayudar a las personas a comprender y gestionar sus emociones para mejorar su bienestar.

20.- ¿Cómo puede la intervención neuropsicológica ayudar a una persona indecisa a mejorar su capacidad para tomar decisiones y reducir la procrastinación?

Respuesta: La intervención neuropsicológica puede ser clave para ayudar a una persona indecisa a mejorar su toma de decisiones y reducir la procrastinación. Al enfocarse en las dificultades en la autorregulación emocional y la planificación, la intervención puede incluir entrenamiento en habilidades de manejo del tiempo, control de impulsos y estrategias para superar el miedo al fracaso. Además, se evalúan funciones cognitivas, como la atención y la memoria, para identificar áreas de mejora y desarrollar intervenciones específicas que promuevan la acción efectiva y la toma de decisiones asertivas.

20.- ¿Cómo pueden las cicatrices epigenéticas influir en el comportamiento y la salud mental, y qué papel juega la plasticidad cerebral en su reversibilidad?

Las cicatrices epigenéticas, que resultan de traumas psicológicos como el estrés de la guerra o situaciones familiares amenazantes, pueden manifestarse en comportamientos como depresión inexplicable, menor resistencia al estrés y actitudes violentas. Sin embargo, la plasticidad cerebral, que es la capacidad del cerebro para reorganizarse y adaptarse, ofrece esperanza para revertir estos efectos. A través de intervenciones como la terapia cognitivo-conductual y la psicoterapia, es posible modificar la estructura y función del cerebro, reduciendo los impactos negativos de las cicatrices epigenéticas y promoviendo una mayor estabilidad emocional.

21.- ¿Qué enfoques biopsicosociales son efectivos para romper el ciclo de violencia perpetuado por traumas intergeneracionales?

Respuesta: para romper el ciclo de violencia perpetuado por traumas intergeneracionales, es esencial un enfoque biopsicosocial que incluya varias estrategias. La psicoeducación familiar y escolar ayuda a las familias y comunidades a comprender y manejar las dificultades emocionales, mientras que los centros de salud mental proporcionan tratamiento y apoyo especializado. Además, el desarrollo de grupos resilientes y la neuropsicología, que estudia la relación entre el cerebro y el comportamiento, son fundamentales. La plasticidad cerebral y la empatía, junto con el acondicionamiento social adecuado, pueden promover la resiliencia y mejorar la calidad de vida, abordando tanto los aspectos individuales como sociales para una intervención integral.

Referencias

- Alcover C. M. y Rodríguez Mazo F. (2012). Plasticidad Cerebral y Hábito en William James: un Antecedente para la Neurociencia Social. *Psychologia Latina*, 3(1), 1-9.
https://doi.org/10.5209/rev_PSLA.2012.v3.n1.38737
- Balmaseda, R. (202). ¿ Que sucede en nuestro cerebro cuando sufrimos un miedo intenso?. UNIR. <https://unir.net/salud/revista/miedo-intenso-cerebro/>
- Bandura, A. (1973). *Aggression: A Social Learning Analysis*. New York: Prentice Hall.

- Barrios Tao, Hernando, & Gutiérrez de Piñeres Botero, Carolina. (2020). Neurosciences, Emotions and Higher Education: A Descriptive Review. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 46(1), 363-382. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052020000100363>
- Blackmore, S., Frith, U. (2011). *Cómo aprende el cerebro: Las claves para la educación*. Editorial Planeta. Barcelona, España.
- Damasio, A. (2005). *En busca de Spinoza. Neurobiología de la emoción y los sentimientos*. Barcelona: Drakontos. <https://revistaschilenas.uchile.cl/handle/2250/49378>
- González, C. (2023). Sabias que la violencia puede ser adictiva para el cerebro. UNAM. https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2023_390.html
- Goleman, D. (2007). *La inteligencia emocional*. Ediciones B, S.A.
- Guadamuz Delgado, J. ., Miranda Saavedra, . M., & Mora Miranda, N. (2022). Actualización sobre neuroplasticidad cerebral. *Revista Medica Sinergia*, 7(6), e829. <https://doi.org/10.31434/rms.v7i6.829>
- Guion,A. (2022). Comment les neurosciences peuvent-elles venir au secours de la paix ? <https://www.lavie.fr/actualite/sciences/comment-les-neurosciences-peuvent-elles-venir-au-secours-de-la-paix-84302.php>
- Hauray, G. (2018). *Votre Cerveu et les conflits*. <https://stressexpert-neurocoaching.com/votre-cerveau-et-les-conflits/>
- Huaire I., Edson J. (2016). Neurociencia y emociones: claves para mejorar el aprendizaje y la convivencia. En Salas, G., Cornejo, C., Morales, P. y Saavedra, E. *Del Pathos al Ethos: Lineas y perspectivas en convivencia escolar*. Maule (Chile): Universidad Católica del Maule. Neurociencia y emociones: claves para mejorar el aprendizaje y la convivencia (aacademica.org)
- Hurtado, C. A. & Serna A. J. (2012, 24 de julio). Neuropsicología y violencia. *Revista Psicología Científica.com*, 14(14). <https://psicolcient.me/dgom7>
- LeDoux, J. E. (2015). *Anxious: Using the brain to understand and treat fear and anxiety*. New York: Penguin.
- Moreira-Ponce, M. Morales-Zambrano,F. Zambrano-Orellana.G. Rodríguez-Gámez, M. (2023). El cerebro, funcionamiento y la generación de nuevos aprendizajes a través de la neurociencia. file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-E
- Muñoz Diaz, J., Saritama Chamba, C. (2024). El programa de intervención desde la terapia de aceptación y compromiso en pacientes adultos con ansiedad social. *Esprint Investigación*. 3(1). <https://doi.org/10.61347/ei.v3i1.66>. Dialnet-ProgramaDeIntervencionDesdeLaTerapiaDeAceptacionYC-9466281 (1).pdf

- Ortega-Escobar, J., & Alcázar-Córcoles, M. Á. (2016). Neurobiología de la agresión y la violencia. *Anuario de Psicología Jurídica*, 26(), 60-69. <https://doi.org/10.1016/j.apj.2016.03.001>
- Penado, M., Andreu, J. M., & Peña, E. (2014). Agresividad reactiva, proactiva y mixta: análisis de los factores de riesgo individual. *Anuario de Psicología Jurídica*, 24(), 37-42.
- Pessoa, L. (2017). A Network Model of the Emotional Brain. *Trends in cognitive sciences*, 21(5), 357-371.
- Raine, A., Dodge, K., Loeber, R., Gatzke, L., Lynam, D., Reynolds, C., Stouthamer, M. & Liu, J. (2006). The Reactive–Proactive Aggression Questionnaire: Differential Correlates of Reactive and Proactive Aggression in Adolescent Boy. *Revista Pubmed*, 32 (2), pp. 159 - 171
- Sanchez Garcia, M. (2021). Del cerebro hostil al cerebro inteligente: Neurociencia, conflicto y mediación. Editorial Reus, S.A.
- Segura-Tobar, C. J., & Romero-Espinosa, O. (2020). El conocimiento de los sesgos cognitivos y la solución de conflictos a través de las TIC. Universidad Católica de Colombia.
- Ubillos, S., Mayordomo, S., Paez, D. (2021). Actitud y gestión del cambio: mi actitud en lo que sucede" influye en el tipo de información que tengo almacenado en el cerebro. *Actitud, Cognición y Conducta (ehu.eus)*
- Valzelli, L. (1983). *Psicobiología de la agresión y la violencia*. Madrid: Alhambra. Obtenido de http://www.um.es/analesps/v18/v18_2/07-18_2.pdf
- Zamora, E., Introzzi, I., del Valle, M. y Richard's, M. (2020). Marco teórico del efecto de interferencia en contextos neutrales y emocionales. *Escritos de Psicología*, 13, 23-33. Dialnet-MarcoTeoricoDelEfectoDeInterferenciaEnContextosNeu-7876749.pdf

CAPÍTULO 2

DIMENSIONES PSICOLÓGICAS DEL CONFLICTO

D.C.E. Miriam Hazel Rodríguez López
(Facultad de Ciencias Químicas: UJED)
Jesús Guillermo Toro Rodríguez
(Alumno 9 semestre de Facultad de Ciencias Químicas: UJED)

Introducción a las Dimensiones Psicológicas del Conflicto

El conflicto es una experiencia universal e inevitable que forma parte de la interacción humana, desde las relaciones interpersonales hasta los grandes conflictos sociales o internacionales. Aunque se asocia comúnmente con la confrontación y la discordia, el conflicto es mucho más que un simple desacuerdo; es un fenómeno complejo que involucra procesos psicológicos profundos. Las dimensiones psicológicas del conflicto incluyen factores emocionales, cognitivos, perceptuales y motivacionales, los cuales influyen tanto en la forma en que las personas experimentan el conflicto como en cómo responden ante él. Comprender estas dimensiones es fundamental para la resolución de conflictos, ya que proporciona herramientas para abordar tanto las causas subyacentes como las manifestaciones visibles del conflicto.

1. La Percepción del Conflicto

La percepción del conflicto es una de las dimensiones psicológicas más significativas, ya que determina cómo se interpreta la situación y cómo se toman las decisiones en respuesta a ella. Los individuos no siempre responden a los hechos de manera objetiva; sus interpretaciones están influenciadas por sus creencias, emociones previas y experiencias pasadas (Deutsch, 1973). Por ejemplo, dos personas pueden enfrentar el mismo desacuerdo, pero una puede percibirlo como una amenaza y la otra como una oportunidad para el crecimiento o el cambio. La teoría de la *atribución* es clave en este contexto, ya que explica cómo las personas interpretan las intenciones de los demás. Las atribuciones internas, que tienden a suponer que el comportamiento del otro se debe a su carácter o motivaciones, pueden intensificar el conflicto, mientras que las atribuciones externas, que

atribuyen el comportamiento a circunstancias externas, pueden reducirlo (Fiske & Taylor, 1991).

3. Las Emociones en el Conflicto

Imagen 1. Expresión de emociones “no verbales”



Las emociones desempeñan un papel crucial en la dinámica del conflicto, tanto a nivel individual como interpersonal. Las emociones intensas como la ira, el miedo, la tristeza o la frustración son comunes durante un conflicto y afectan tanto el comportamiento como la percepción de la situación (Keltner & Haidt, 2001). La emoción más asociada con el conflicto es probablemente la ira, que puede surgir cuando las personas perciben que sus derechos, valores o intereses han sido amenazados. Sin embargo, otras emociones como el miedo a la pérdida de control, la inseguridad o la vulnerabilidad también pueden estar presentes. Además, la forma en que las emociones se gestionan, ya sea de manera constructiva o destructiva, influye en la escalada o resolución del conflicto. Según la teoría de la *inteligencia emocional* de Goleman (1995), la capacidad de gestionar las emociones propias y reconocer las emociones de los demás puede ser decisiva en la resolución de conflictos, ya que ayuda a evitar respuestas impulsivas y a fomentar un diálogo más empático.

4. Los Procesos Cognitivos en el Conflicto

El conflicto también está profundamente influido por los procesos cognitivos, que incluyen cómo las personas interpretan, evalúan y responden a la información relacionada con el conflicto.

Imagen 2. Disonancia cognitiva



El concepto de *disonancia cognitiva*, propuesto por Festinger (1957), es particularmente relevante en este contexto. Cuando las creencias o actitudes de una persona entran en conflicto con sus acciones, se genera un malestar psicológico que motiva la persona a resolver la contradicción, a menudo mediante la justificación de sus propios comportamientos o la intensificación del conflicto. Esta tendencia a racionalizar las propias decisiones puede obstaculizar la resolución del conflicto, ya que las personas tienden a reforzar sus posiciones en lugar de considerar las perspectivas del otro.

Otro proceso cognitivo relevante es el *sesgo de confirmación*, que es la tendencia a buscar o interpretar la información de manera que confirme nuestras creencias preexistentes. Durante un conflicto, este sesgo puede hacer que las personas pasen por alto evidencia que contradice sus opiniones, lo que puede hacer más difícil llegar a una solución mutuamente aceptable (Nickerson, 1998). Las distorsiones cognitivas, como la *personalización* (ver el conflicto como algo personal), también pueden aumentar la intensidad del conflicto y dificultar la empatía.

4. La Motivación en el Conflicto

La motivación de las personas también juega un papel crucial en la naturaleza psicológica del conflicto. Según la teoría de la *motivación humana* de Maslow (1943), los seres humanos tienen una jerarquía de necesidades que van desde las básicas (como la seguridad física) hasta las más elevadas (como la autorrealización). Cuando las

necesidades fundamentales de una persona se ven amenazadas, ya sea materialmente o psicológicamente, la motivación para proteger esas necesidades puede hacer que el conflicto se intensifique. Además, las motivaciones subyacentes, como el deseo de poder, estatus, control o respeto, pueden ser fuentes importantes de conflicto (Deutsch, 1973).

Otra teoría relevante es la de los *intereses incompatibles* en el conflicto, en la cual se sugiere que las personas en conflicto perciben que sus intereses o metas son incompatibles entre sí, lo que lleva a una competición por recursos limitados bvgf (Fisher, Ury & Patton, 1991). Cuando las personas se enfocan en lo que pierden si ceden ante el otro, se activa una motivación defensiva que alimenta la confrontación.

5. Estilos de Manejo del Conflicto

Los estilos de manejo del conflicto son otro aspecto clave de las dimensiones psicológicas. Cada individuo tiene una forma preferida de enfrentar el conflicto, lo que puede ser influenciado por su personalidad, experiencias previas y las normas sociales que rigen su contexto. Según el modelo de Thomas-Kilmann (1974), existen cinco estilos principales de manejo del conflicto: *competir*, *colaborar*, *comprometerse*, *evitar* y *acomodar*. Estos estilos varían en su enfoque hacia la satisfacción de las propias necesidades frente a las de los demás, y cada uno tiene implicaciones diferentes para la resolución del conflicto.

- **Competir** es un enfoque orientado a ganar, donde una parte busca imponer su solución sin considerar las necesidades de la otra parte.
- **Colaborar** es un estilo cooperativo en el que ambas partes buscan una solución que beneficie a ambas, promoviendo una resolución win-win.
- **Comprometerse** implica que ambas partes cedan algo para llegar a una solución intermedia.
- **Evitar** es un enfoque en el que una parte elude el conflicto, a menudo para evitar el estrés o la confrontación directa.
- **Acomodar** implica ceder ante las demandas de la otra parte, a menudo en aras de mantener la armonía.

Cada estilo tiene sus ventajas y desventajas, y su efectividad depende del contexto y la naturaleza del conflicto. La flexibilidad y la capacidad para adoptar diferentes estilos según la situación son habilidades importantes en la resolución de conflictos.

Las dimensiones psicológicas del conflicto abarcan un amplio espectro de procesos internos que afectan tanto la percepción como la respuesta ante situaciones conflictivas. La forma en que las personas perciben, experimenta y gestionan un conflicto está influenciada por sus emociones, cogniciones, motivaciones y estilos de manejo del conflicto. Comprender estas dimensiones es esencial no solo para abordar los conflictos de manera más eficaz, sino también para promover una resolución pacífica y constructiva que considere las necesidades y perspectivas de todas las partes involucradas. La integración de estas dimensiones psicológicas en las estrategias de resolución de conflictos puede mejorar significativamente los resultados y fomentar relaciones más saludables y colaborativas.

La Naturaleza del Conflicto Psicológico

Si bien el conflicto tiene dimensiones sociales, culturales, políticas y económicas, su naturaleza psicológica es fundamental para comprender cómo las personas experimentan y reaccionan ante situaciones conflictivas. La psicología del conflicto abarca los procesos internos que subyacen a los conflictos interpersonales, intergrupales e intrapersonales, y cómo estos procesos influyen en la forma en que los individuos perciben y responden al conflicto. La naturaleza del conflicto psicológico no se limita a las diferencias objetivas entre las partes involucradas, sino que también incluye cómo esas diferencias son interpretadas, percibidas y manejadas emocional y cognitivamente.

1. Definición del Conflicto Psicológico

El conflicto psicológico se refiere a las tensiones internas y externas que surgen cuando los intereses, necesidades, valores o deseos de una persona entran en contradicción con los de otra. Sin embargo, lo que realmente define al conflicto psicológico no es simplemente la existencia de diferencias o contradicciones, sino la forma en que estas diferencias son percibidas y vividas a nivel emocional y cognitivo. A menudo, los conflictos surgen no solo de desacuerdos sobre hechos, sino de interpretaciones subjetivas, emociones intensas y percepciones de amenaza o injusticia.

El psicólogo Morton Deutsch (1973) destaca que el conflicto no solo es el resultado de un desacuerdo entre los intereses de las partes, sino que también se ve influido por las emociones y las actitudes hacia el otro. Según Deutsch, la naturaleza del conflicto

psicológico se define por cómo las partes involucradas manejan esas diferencias y la disposición de cada una para ver la situación desde la perspectiva de la otra. En este sentido, el conflicto psicológico involucra tanto una confrontación de intereses como una confrontación de percepciones, emociones y valores.

2. Factores Cognitivos en el Conflicto Psicológico

El conflicto psicológico está profundamente influido por los procesos cognitivos, es decir, la forma en que las personas perciben, interpreta y responden a las situaciones conflictivas. Las percepciones y las interpretaciones juegan un papel crucial en la aparición y la escalada del conflicto. Según la teoría de la percepción social de Lasswell (1951), los individuos interpretan los hechos en función de sus marcos de referencia, que están influenciados por su historia personal, sus valores, y sus creencias. Así, dos personas que se enfrentan a la misma situación pueden interpretarla de maneras completamente diferentes, lo que genera una percepción de conflicto. Estas interpretaciones son frecuentemente sesgadas, ya que las personas tienden a ver sus propias acciones como justificadas mientras atribuyen malas intenciones a las acciones de los demás, lo que se conoce como el *efecto de atribución*.

Las distorsiones cognitivas también juegan un papel importante en el conflicto psicológico. Típicamente, los individuos en conflicto tienden a adoptar pensamientos negativos y generalizados sobre la otra parte, como la *personalización* o la *generalización excesiva*. Estas distorsiones cognitivas alimentan el conflicto al crear una imagen de la otra parte como una amenaza constante, lo que dificulta la resolución pacífica (Beck, 1995).

Un concepto clave relacionado con la cognición en el conflicto es la *disonancia cognitiva*, propuesta por Leon Festinger (1957), que se refiere al malestar psicológico que las personas experimentan cuando sus creencias o actitudes están en conflicto con su comportamiento. En contextos de conflicto, este malestar puede llevar a las personas a tomar decisiones irracionales, como la justificación de su propia postura o la adopción de actitudes defensivas, en lugar de considerar soluciones colaborativas.

3. La Percepción de Amenaza y la Escalada del Conflicto

Un aspecto esencial de la naturaleza psicológica del conflicto es cómo se perciben las amenazas. La psicología evolutiva sugiere que las personas son naturalmente predispuestas a responder a situaciones que perciben como amenazas para sus intereses o bienestar (Buss, 2005). Así, cuando una persona percibe que su seguridad, sus valores o su identidad están siendo desafiados, es probable que se active una respuesta emocional y conductual defensiva.

Esta percepción de amenaza puede llevar a la *escalada del conflicto*, un proceso en el cual las emociones intensas, los malentendidos y las reacciones defensivas agravan progresivamente la situación. Según la teoría de la escalada de conflicto de William Ury (1991), en situaciones de conflicto, las personas suelen pasar de posiciones de cooperación a posiciones de confrontación debido a la percepción de que la otra parte está intentando despojarles de algo valioso, ya sea tangible o intangible (por ejemplo, poder, respeto, identidad).

Esta escalada puede ser alimentada por la visión *blanco y negro* del conflicto, donde las personas ven la situación en términos absolutos de "todo o nada". Dicho enfoque puede dificultar la conciliación, ya que las partes involucradas sienten que deben "ganar" o "perder", en lugar de buscar soluciones mutuamente satisfactorias.

4. El Conflicto Intrapersonal y los Conflictos Internos

Aunque el conflicto psicológico es comúnmente asociado con disputas entre individuos o grupos, también puede ocurrir de manera intrapersonal. El *conflicto intrapsíquico* es aquel que ocurre dentro de una persona, y se refiere a las tensiones internas que surgen cuando sus deseos, valores, creencias o metas están en contradicción entre sí. La psicología humanista, representada por teóricos como Carl Rogers (1961) y Abraham Maslow (1943), ha destacado que los conflictos intrapsíquicos son inevitables, ya que los seres humanos poseen múltiples necesidades y deseos que a menudo entran en conflicto. Un ejemplo clásico de conflicto intrapersonal es cuando una persona experimenta un dilema moral, como decidir entre perseguir una meta personal importante o sacrificarla por el bienestar de los demás.

Este tipo de conflicto puede generar una considerable angustia emocional y cognitiva, ya que las personas luchan por tomar decisiones o resolver tensiones que no

tienen una solución clara. La resolución de conflictos intrapsíquicos puede requerir procesos como la autocomprensión, la reflexión personal y, en algunos casos, la terapia psicológica. De acuerdo con la teoría del *psicoanálisis* de Sigmund Freud (1923), el conflicto intrapsíquico se origina en la lucha entre los impulsos inconscientes y las restricciones sociales o morales internalizadas, lo que da lugar a un malestar emocional profundo que requiere integración.

5. El Conflicto Psicológico y la Cultura

Finalmente, es importante destacar que el conflicto psicológico no ocurre en un vacío, sino que está profundamente influenciado por los contextos sociales y culturales. Las normas y valores culturales influyen en cómo se perciben los conflictos, cómo se experimentan y cómo se resuelven. En algunas culturas, por ejemplo, el conflicto se maneja de manera más indirecta, mientras que en otras se fomenta la confrontación abierta. Esta dimensión cultural agrega una capa adicional de complejidad a la naturaleza del conflicto, ya que las diferencias culturales pueden tanto amplificar como mitigar las tensiones psicológicas inherentes al conflicto.

La naturaleza del conflicto psicológico es profundamente multidimensional. Está influida por factores cognitivos, emocionales, sociales y culturales que interactúan de manera compleja. El conflicto psicológico no solo involucra diferencias externas entre las partes, sino que está determinado por cómo esas diferencias son percibidas y vividas internamente. El conflicto surge cuando los intereses, valores o deseos de los individuos entran en contradicción, pero también se ve potenciado por las interpretaciones subjetivas y las respuestas emocionales y defensivas que los individuos adoptan. Comprender esta naturaleza psicológica es crucial para abordar el conflicto de manera efectiva, ya que permite identificar las dinámicas subyacentes que afectan la resolución y el manejo de las tensiones entre las partes involucradas.

Referencias

Beck, A. T. (1995). *Cognitive Therapy: A Mental Health Revolution*. *Journal of Psychiatry & Neuroscience*, 20(6), 347–354.

- Buss, D. M. (2005). *The Handbook of Evolutionary Psychology*. John Wiley & Sons.
- Deutsch, M. (1973). *The Resolution of Conflict: Constructive and Destructive Processes*. Yale University Press.
- Deutsch, M. (1973). *The Resolution of Conflict: Constructive and Destructive Processes*. Yale University Press.
- Freud, S. (1923). *The Ego and the Id*. SE, 19, 12–66.
- Festinger, L. (1957). *A Theory of Cognitive Dissonance*. Stanford University Press.
- Fisher, R., Ury, W., & Patton, B. (1991). *Getting to Yes: Negotiating Agreement Without Giving In*. Penguin Books
- Fiske, S. T., & Taylor, S. E. (1991). *Social Cognition* (2nd ed.). McGraw-Hill.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Keltner, D., & Haidt, J. (2001). *Embarrassment: The Emotion of Self-Exposure and the Structure of Affective Experience*. In M. Lewis & J. Haviland (Eds.), *Handbook of Emotions* (2nd ed., pp. 594–604). Guilford Press.
- Lasswell, H. D. (1951). *The Political Writings of Harold D. Lasswell*. University of Chicago Press.
- Maslow, A. H. (1943). *A Theory of Human Motivation*. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.
- Rogers, C. (1961). *On Becoming a Person*. Houghton Mifflin.
- Nickerson, R. S. (1998). *Confirmation Bias: A Ubiquitous Phenomenon in Many Guises*. *Review of General Psychology*, 2(2), 175–220.
- Thomas, K. W., & Kilmann, R. H. (1974). *Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument*. XICOM.
- Ury, W. (1991). *Getting Past No: Negotiating with Difficult People*. Bantam.

CAPITULO 3

INFLUENCIA DE LOS FACTORES SOCIALES EN EL CONFLICTO

D.C.E. Leticia Pesqueira Leal
Facultad de psicología y TCH: UJED

D.C.E. Ana Rosa Rodríguez Duran
Facultad de Trabajo Social: UJED

Jesús Alberto Gurrola Hernández
(Estudiante 5to semestre: Facultad de psicología y TCH, UJED)

Introducción

El presente documento aborda cómo los conflictos sociales influyen de manera profunda en las relaciones en todos los ámbitos, la incertidumbre generada por estos conflictos tiende a desincentivar la búsqueda de relaciones viables por parte de los participantes, dificultando el restablecimiento de una comunicación efectiva. Esta situación pone en riesgo la estabilidad de las relaciones a largo plazo y genera un entorno de desconfianza que puede ser difícil de superar.

En este contexto, los conflictos sociales se presentan como un desafío crucial para la resiliencia colectiva y el desarrollo de vínculos que fomentan una interacción más armoniosa entre los individuos. Superar estos obstáculos requiere de enfoques innovadores y colaborativos que prioricen el entendimiento mutuo y la construcción de relaciones sólidas y sostenibles.

La influencia de los factores sociales en el conflicto es esencial para comprender cómo las dinámicas de las relaciones humanas y las estructuras sociales pueden contribuir al surgimiento, intensificación o resolución de situaciones conflictivas. Los factores sociales abarcan elementos como la cultura, las normas sociales, las jerarquías y la distribución de recursos dentro de una comunidad.

En muchas ocasiones, las diferencias culturales y las expectativas sociales pueden alimentar malentendidos y tensiones entre individuos o grupos. Además, las desigualdades en la distribución de recursos ya sean económicos, políticos o territoriales, a menudo sirven como fuentes de conflicto.

Las jerarquías sociales y las dinámicas de poder también desempeñan un papel crucial. La percepción de injusticias, discriminación o marginación puede generar resentimiento y antagonismo, contribuyendo así a la aparición de conflictos. La comprensión de estos factores sociales es esencial para abordar las raíces del conflicto y buscar soluciones que promuevan una coexistencia pacífica y equitativa en la sociedad. En última instancia, reconocer y gestionar adecuadamente los factores sociales en el conflicto es clave para fomentar la construcción de relaciones más armoniosas y sostenibles.

1.1. Definición de conflicto social

El conflicto social, se define como “aquella situación en la que dos o más grupos perciben que sus intereses son mutuamente incompatibles, hacen público su desacuerdo y buscan movilizar apoyos y aliados en un contexto de confrontación y permanente oposición” (CINEP, 2016, pág. 14).

El conflicto es inherente al ser humano, ya que implica desacuerdos, diferencias de intereses, percepciones y actitudes, entre otros aspectos. Estos elementos se pueden relacionar con la gestión del estrés y el miedo, los cuales pueden llevar a comportamientos agresivos o violentos.

1.2. Importancia de estudiar los factores sociales en el conflicto.

Seguindo a Vinyamata (2001), el conflicto social, en su esencia, no se limita únicamente a una confrontación abierta, también puede manifestarse en actitudes hostiles, rivalidades latentes o desacuerdos derivados de desigualdades en diversos ámbitos, con el económico, político, religioso o ideológico, entre otros.

Además, el conflicto social no solo refleja tensiones objetivas en los intereses de las partes, sino también percepciones subjetivas. Cada individuo interpreta las situaciones de manera distinta, y estas percepciones, a menudo sesgadas, pueden intensificar el nivel de confrontación, generando un círculo vicioso de desconfianza y polarización.

Sin embargo, es importante reconocer el aspecto positivo del conflicto social, ya que también puede ser una fuerza transformadora. Desde ciertos enfoques, los conflictos bien gestionados tienen el potencial de generar soluciones innovadoras, fortalecer la cohesión social y promover la evolución hacia estructuras sociales más justas y equitativas.

Por lo tanto, el conflicto social no debe entenderse únicamente como un problema, sino como un fenómeno complejo e inherente a la interacción humana y el cambio social.

2. Factores Sociales como Causa del Conflicto

Son múltiples los factores sociales generadores de conflicto. Como resultado de la sociedad actual se distingue por su complejidad y constante transformación marcada por procesos como la globalización, la modernización y varios cambios sociales. Según Adler (2019), los conflictos sociales pueden surgir de diversos factores, entre los que se destacan:

Intereses divergentes: Las discrepancias en los intereses entre grupos o individuos son una causa común de conflicto. Por ejemplo, en el ámbito familiar, pueden surgir tensiones en la pareja debido a prioridades opuestas.

Diferencias de valores: Los desacuerdos relacionados con valores y creencias también son una fuente de conflicto. Un ejemplo típico son los conflictos religiosos, que pueden generarse por discrepancias en las creencias entre distintos grupos o individuos.

Escasez de recursos: La limitación de recursos disponibles es otra causa significativa. Un ejemplo sería la disputa por el acceso de agua, derivada de la insuficiencia de este recurso esencial.

Desigualdad social: Las desigualdades en el acceso a recursos y oportunidades también fomentan conflictos, especialmente entre clases sociales, al generar tensiones y percepciones de injusticia.

3.- Impacto de los Factores sociales en el desarrollo de los Conflictos:

Los conflictos sociales están profundamente influenciados por diversos factores que moldean las relaciones y dinámicas entre grupos e individuos.

Dinámicas de poder y dominación: Las relaciones de poder asimétricas generan tensiones al imponer control y limitaciones a ciertos grupos o individuos. El uso del rango y del poder por las partes en conflicto determinan la evolución del conflicto (Kebir, 2020).

Efecto de la polarización social: la fragmentación de la sociedad en grupos opuestos intensifica los desacuerdos, dificultando el diálogo y la búsqueda de consensos. Rojas y Crespo (2023), incorporan el concepto de radicalización ideológica que actúa como un factor clave en el origen de esta polarización emocional.

Prejuicios y estereotipos: Estos sesgos perpetúan divisiones y fomentan hostilidad entre grupos, alimentando actitudes negativas y exclusión. Vázquez (2023), refiere que la repetición irreflexiva de estereotipos construye muros y condena sin pruebas.

Percepción colectiva del “otro”. La forma en que un grupo percibe a los demás influye en la interacción social, exacerbando los conflictos cuando se basan en desconfianza o deshumanización. Los actores sociales emprenden acciones colectivas para plantear demandas y exigir soluciones a sus necesidades y problemas (Sefchovich, 2014)

En conjunto, estos factores agravan las tensiones sociales, dificultando la resolución pacífica de los conflictos.

4.- La Incertidumbre Social como Desencadenante del Conflicto

La incertidumbre social es un factor crítico que contribuye significativamente al surgimiento y escalada de los conflictos. Se presenta como una sensación de inestabilidad y falta de previsibilidad en los contextos políticos, económicos y sociales, lo que genera ansiedad y desconfianza y una percepción de vulnerabilidad en las comunidades. En lugar de fomentar la cooperación, esta condición tiende a intensificar las tensiones entre los actores sociales, convirtiéndose en un catalizador para el desarrollo de conflictos en diversas formas y escalas.

La incertidumbre social no solo afecta las relaciones entre individuos y grupos, sino también la capacidad de las sociedades para abordar los desafíos de manera conjunta. En este sentido, 2024 se perfila como un año marcado por altos niveles de incertidumbre, donde se requerirá un esfuerzo colectivo para superar los retos y convertirlos en oportunidades. Este panorama fue discutido en un reciente episodio del podcast de *Radio Davos*, en el que expertos analizaron el estado actual del mundo y destacaron la importancia de construir confianza como un pilar fundamental para garantizar un futuro compartido más próspero y estable (WEF, 2024).

La falta de previsibilidad no es únicamente un síntoma de crisis política o económica, sino un fenómeno que atraviesa todos los niveles de interacción social, erosionando la cohesión comunitaria y dificultando la toma de decisiones efectivas. Por ello, establecer marcos de confianza, tanto entre ciudadanos como hacia las instituciones, será esencial para afrontar los retos emergentes en un mundo cada vez más interconectado y complejo.

La desinformación de las redes sociales ha generado una gran incertidumbre, a pesar de los beneficios que ello ofrece como plataformas de comunicación y movilización. Su impacto negativo en la difusión de desinformación es innegable. Las noticias falsas, las teorías de conspiración y la manipulación de hechos se propagan a una velocidad alarmante, alimentadas por algoritmos que priorizan el contenido emocional o polémico. Este fenómeno no solo erosiona la confianza en las instituciones y en los medios tradicionales, sino que también polariza a las sociedades, creando divisiones profundas y dificultando el consenso en temas cruciales (Aliaga, 2021).

5.- Consecuencias del Conflicto en las Relaciones Sociales

El conflicto, cuando no se gestiona adecuadamente, puede tener efectos profundos y duraderos en las relaciones sociales. Sus consecuencias no solo afectan a los individuos directamente involucrados, sino que también repercuten en la estructura y dinámica de las comunidades. Entre las principales consecuencias destacan el deterioro de las relaciones interpersonales, la fragmentación comunitaria y la generación de ciclos de conflicto, que juntos conforman un círculo vicioso difícil de romper.

Deterioro de las Relaciones Interpersonales

Se observan disputas que generan tensiones, desconfianza y hostilidad, repercutiendo en la comunicación y la cooperación. Los conflictos interpersonales pueden conducir al aislamiento emocional, la ruptura de amistades o incluso el distanciamiento entre familiares. Además, las actitudes negativas como el resentimiento y los prejuicios pueden perdurar mucho después de que el conflicto aparentemente haya terminado, impidiendo la reconstrucción de vínculos sólidos.

Fragmentación Comunitaria

A nivel colectivo, el conflicto social puede fragmentar comunidades enteras, preponderantemente cuando sus miembros adoptan posturas opuestas. Esta fragmentación debilita la cohesión social, donde la colaboración y el entendimiento se ven

remplazados por la confrontación, la falta de unidad en una comunidad afecta su capacidad para afrontar desafíos comunes, perpetuando un estado de vulnerabilidad colectiva.

6.- Estrategias para Mitigar la Influencia de los Factores Sociales en los Conflictos.

La influencia de los factores sociales en los conflictos es un desafío complejo, pero existen estrategias clave que pueden contribuir a su mitigación. Estas estrategias buscan promover entornos más inclusivos y cohesionados.

La exclusión y las desigualdades sociales son causas fundamentales de muchos conflictos. Para abordarlas, el dialogo y la mediación se destacan como herramientas esenciales para resolver disputas de manera pacífica, ya que promueven una comunicación respetuosa y abierta. Asimismo, las políticas públicas desempeñan un papel clave en la construcción de una sociedad más justa y cohesionada, al abordar las desigualdades estructurales y fomentar la equidad social.

Martins (2024) refiere que existen una amplia variedad de estrategias efectivas para la resolución de conflictos: hace énfasis en los beneficios del “modelo de intercambio”. Las ventajas de este modelo son:

- Fomenta la comunicación abierta y el interés, en lugar de generar problemas de comunicación.
- Usa preguntas abiertas en lugar de declaraciones.
- Usa el dialogo para resolver los conflictos.
- Ofrece una estructura para que tu equipo pueda practicar y aprender.
- Destaca la importancia de asumir la responsabilidad de tus acciones.
- Reconoce que hay más de una perspectiva o solución válida.

6.- La psicoeducación para afrontar conflictos sociales

La Socio-psicoeducación tiene como objetivo principal proporcionar herramientas teóricas y prácticas para entender que los conflictos son una parte inherente de la interacción humana, pero que no necesariamente deben derivar en violencia. A través de este enfoque, se busca transformar la percepción de los conflictos, pasando de considerarse amenazas a oportunidades para el dialogo, el aprendizaje mutuo y la mejora de las relaciones sociales.

Un aspecto clave de este proceso es enseñar que existen modo de relacionarse que van más allá de la confrontación violenta. Esto incluye desarrollar habilidades como la empatía, la escucha activa, el pensamiento crítico y la comunicación asertiva, que son fundamentales para gestionar tensiones de manera respetuosa y efectiva. Además, estas habilidades no solo benefician a los individuos, sino que también fortalecen la cohesión comunitaria al facilitar el entendimiento mutuo y la cooperación.

La socio-psicoeducación no solo ayuda a confrontar los conflictos sociales de manera adecuada, sino que también sienta las bases para una convivencia más armoniosa y equitativa, donde los problemas se abordan con creatividad, respeto y un enfoque en el bien común.

Conclusiones

Los conflictos sociales tienen un impacto significativo en las relaciones interpersonales y comunitarias, fomentando desconfianza, tensión y fragmentación. Estos efectos dificultan la comunicación efectiva, la cohesión social y la búsqueda de soluciones viables a largo plazo. Sin embargo, cuando los conflictos se gestionan de manera adecuada pueden convertirse en catalizadores de cambio positivo.

Es fundamental implementar estrategias innovadoras y colaborativas que promuevan el dialogo abierto, la educación intercultural y la equidad en la distribución de recursos. Además, fortalecer la confianza y reducir la polarización mediante la educación critica, la mediación y políticas inclusivas puede transformar tensiones en oportunidades de cooperación y progreso.

De este modo, abordar las raíces de la confrontación y promover una gestión constructiva de los conflictos no solo ayuda a reparar vínculos rotos, sino que también refuerza el tejido social, fomentando comunidades resilientes y cohesionadas capaces de superar desafíos comunes.

Para enfrentar de manera efectiva los conflictos sociales, es fundamental promover la socio-psicoeducación como un pilar que permita a las personas comprender y gestionar positivamente estas situaciones. Este enfoque educativo fomenta el aprendizaje de manera constructiva y no violentas de entender y actuar ante los conflictos, priorizando mecanismos pacíficos de acción que favorezcan la resolución de problemas.

Preguntas de reflexión

1.- ¿Cómo afectan los conflictos sociales las relaciones interpersonales y que estrategias pueden ser adoptadas para promover la reconciliación y la construcción de vínculos más sólidos?

Respuesta: los conflictos sociales impactan profundamente las relaciones interpersonales al crear un clima de desconfianza y tensión, lo que dificulta la comunicación efectiva y la búsqueda de relaciones viables entre los individuos. Esta incertidumbre puede llevar a que las partes involucradas eviten el dialogo y se cierren en sus posturas, lo que pone en riesgo la estabilidad de las relaciones a largo plazo.

Para promover la reconciliación y fomentar vínculos más sólidos, es necesario adoptar enfoques innovadores y colaborativos que prioricen el entendimiento mutuo. Algunas estrategias que pueden implementarse incluyen:

- Fomentar el Dialogo Abierto
- Educación sobre Diversidad Cultural
- Impulsar la Equidad en la Distribución de Recursos
- Capacitación en Resolución de Conflictos.
- Fomentar el Compromiso Comunal.

2.- ¿Cómo pueden los factores sociales, como las percepciones subjetivas o las desigualdades estructurales, influir en la dinámica del conflicto y sus posibles soluciones?

Respuesta: El análisis de estas influencias no solo permite identificar las raíces de la confrontación, sino también abrir la puerta a transformaciones positivas. Los conflictos, cuando se gestionan adecuadamente, pueden convertirse en catalizadores de cambio, fomentando innovaciones, fortaleciendo vínculos sociales y promoviendo una mayor equidad en las relaciones humanas.

Asimismo, la escasez de recursos, como el agua o la tierra, se convierte en un catalizador de enfrentamientos en un contexto donde la demanda global aumenta y la distribución es desigual. Esta situación se agrava por las desigualdades sociales, que generan

percepciones de injusticia y resentimiento, especialmente cuando ciertos grupos sienten que están siendo marginados

3.- ¿Cómo influyen las dinámicas de poder, la polarización social, los prejuicios y la percepción colectiva del “otro” en la intensificación de los conflictos sociales, y qué estrategias podrían contrarrestar su impacto negativo?

Respuesta: Los conflictos sociales se ven exacerbados por la interacción de factores como las relaciones de poder desiguales, que perpetúan el control y la exclusión de ciertos grupos, y la polarización social, que divide a la sociedad en facciones opuestas, dificultando el diálogo y el entendimiento mutuo. La radicalización ideológica y emocional que surge de esta polarización obstaculiza la búsqueda de consensos, mientras que los prejuicios y estereotipos refuerzan divisiones y generan actitudes hostiles hacia “el otro”.

Además, la percepción del “otro” influye profundamente en las dinámicas sociales. Cuando esta percepción está basada en desconfianza o deshumanización, se tiende a justificar la exclusión y la confrontación, bloqueando posibles soluciones pacíficas.

Para contrarrestar estos impactos, es crucial promover estrategias basadas en la empatía, el reconocimiento de la diversidad y la construcción de puentes de diálogo. La educación intercultural, la creación de espacios para el debate respetuoso y el fomento de políticas inclusivas son fundamentales para reducir la polarización y los prejuicios. A su vez, la distribución equitativa del poder y el enfoque en la justicia social pueden mitigar las tensiones y facilitar la resolución de conflictos desde un lugar de respeto mutuo y cooperación.

4.- ¿Cómo influye la incertidumbre social, exacerbada por la desinformación y la polarización, en el surgimiento y escalada de los conflictos, y qué estrategias podrían fortalecer la confianza y la cohesión social en un mundo cada vez más complejo?

Respuesta: La incertidumbre social actúa como un detonante de conflictos al generar ansiedad, desconfianza y una sensación de vulnerabilidad en las comunidades. En contextos de inestabilidad política, economía y social, las personas tienden a reaccionar con miedo o rechazo, lo que intensifica las divisiones y dificulta la cooperación. Este fenómeno se ve agravado por la desinformación difundida a través de las redes sociales, que, al priorizar contenidos emocionales y polémicos, polariza aún más a las sociedades y erosiona la confianza en las instituciones.

La propagación de noticias falsas y teorías conspirativas no solo profundiza las divisiones, sino que también crea un terreno fértil para el surgimiento de conflictos al alimentar percepciones distorsionadas de la realidad. Esto limita la capacidad de las sociedades para abordar desafíos de manera conjunta y efectiva.

Para contrarrestar estos efectos, es esencial implementar estrategias que fortalezcan la confianza y la cohesión social. Fomentar la educación crítica y mediática puede capacitar a los ciudadanos para identificar y resistir la desinformación. La promoción de un dialogo abierto y respetuoso entre diversos sectores social es crucial para superar la polarización y construir un sentido de propósito común. La creación de marcos de confianza es fundamental para convertir la incertidumbre en oportunidades y avanzar hacia un futuro más estable y próspero.

5.- ¿Cómo afectan las consecuencias del conflicto, como el deterioro de las relaciones interpersonales y la fragmentación comunitaria, a la cohesión social, y qué estrategias pueden implementarse para mitigar estos impactos y promover relaciones más resilientes?

Respuesta: El conflicto, si no se maneja adecuadamente, tiene un impacto profundo y duradero en las relaciones sociales, debilitando los lazos interpersonales como la cohesión comunitaria. Las tensiones y la hostilidad generadas erosionan la confianza, transformando vínculos cercanos en distancias emocionales. A nivel comunitario, las posturas opuestas generan fragmentación, debilitando la capacidad colectiva para superar desafíos comunes.

Para mitigar estos efectos, es fundamental implementar estrategias que fomenten la inclusión, el dialogo y la mediación. Promover una comunicación abierta y respetuosa permite resolver disputas de manera pacífica, mientras que las políticas públicas pueden abordar las desigualdades estructurales para construir una sociedad más equitativa. El “modelo de intercambio” descrito por Martins (2024) resalta la importancia de la responsabilidad personal y la exploración de múltiples perspectivas, ofreciendo herramientas prácticas para aprender y resolver conflictos desde un enfoque constructivo y colaborativo

La gestión efectiva del conflicto no solo ayuda a reparar relaciones rotas, sino que también fortalece el tejido social, promoviendo comunidades más resilientes y cohesionadas.

6.- ¿Cómo puede la psicoeducación contribuir a la resolución y manejo de conflictos sociales de manera efectiva?

Respuesta: La psicoeducación ofrece herramientas y enfoques que pueden ser fundamentales para abordar y resolver conflictos sociales de manera efectiva. Al considerar el conflicto social como un fenómeno complejo, la psicoeducación permite a los individuos y grupos comprender no solo la naturaleza del conflicto, sino también las emociones y percepciones que lo alimentan.

Referencias.

Adler, M. (2019). *Conflicto social*. Akal.

Aliaga, C. (2021). Fake News: el peligro de las noticias falsas y su impacto en la ciudadanía. Fake News: el peligro de las noticias falsas y su impacto en la ciudadanía - Universidad de Chile

Chávez Ponce, Daniel Fernando, & Norzagaray Benítez, Claudia Cecilia. (2021). Construyendo ciudadanía en la universidad: Una propuesta para la convivencia y resolución de conflictos. *Vértice universitario*, 23(92), 28-37. Epub 02 de mayo de 2022. <https://doi.org/10.36792/rvu.v92i92.39>

CLACSO, CINEP. Conflictividades y agendas territoriales. (2016). Colección Guías para la paz territorial, Documento No. 2. Página 10. https://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/cinep/20160929111556/Conflictividades_y_agendas_territoriales.pdf

Kebir Tio, M. (2020) El conflicto y su dimensión de poder. El rango, una dinámica en las relaciones de conflicto. *Revista de Mediación. Volumen 13, No. 2*. <https://www.imotiva.es/revista-de-mediacion/articulos/el-conflicto-y-su-dimension-de-poder-el-rango-una-dinamica-en-las-relaciones-de-conflicto/#mouna-kebir-tio>

Rojo-Martínez, J., & Crespo-Martínez, I. (2023). «Lo Político como algo personal»: Una revisión teórica sobre la Polarización Afectiva. *Revista de ciencia política (Santiago)*, 43(1), 25-48. <https://dx.doi.org/10.4067/s0718-090x2023005000102>

Sefchovich, Sara. (2014). Los conflictos sociales como conflictos discursivos. *Cultura y representaciones sociales*, 9(17), 110-148. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-81102014000200004&lng=es&tlng=es

Vinyamata, Eduard. (2001). *Conflictología. Teoría y práctica en resolución de conflictos*, Barcelona: Ariel Practicum

World Economic Forum. (2024). Crear confianza en medio de la incertidumbre; que piensan 3 expertos en riesgos sobre el estado del mundo 2024. <https://es.weforum.org/stories/2024/04/crear-confianza-en-medio-de-la-incertidumbre-que-piensen-3-expertos-en-riesgos-sobre-el-estado-del-mundo-en-2024/>

CAPÍTULO 4

ESTRATEGIAS Y HERRAMIENTAS PARA LA GESTIÓN DEL CONFLICTO BIOPSIICOSOCIAL

Dra. en C. Susuky Mar Aldana
Facultad de Medicina y Nutrición: UJED

Resumen

Este capítulo propone explorar una variedad de estrategias y herramientas que pueden ser implementadas para gestionar conflictos biopsicosociales de manera efectiva. Se abordarán enfoques teóricos y prácticos, así como estudios de caso que ilustran la aplicación de estas estrategias en diferentes contextos, con el objetivo de potenciar habilidades de gestión del conflicto que promuevan el bienestar individual y colectivo.

Al final, se espera proporcionar a los lectores un conjunto de recursos que les permita abordar los conflictos de manera más efectiva, promoviendo así el bienestar integral de los individuos y las comunidades.

Introducción

La gestión del conflicto biopsicosocial es un tema de creciente relevancia en el ámbito de la salud y el bienestar, dado que los conflictos que surgen en la intersección de los aspectos biológicos, psicológicos y sociales pueden tener un impacto significativo en la calidad de vida de los individuos y las comunidades. Según el modelo biopsicosocial propuesto por Engel (1977), la salud no puede ser entendida únicamente desde una perspectiva biomédica, sino que debe considerar la interacción de factores biológicos, psicológicos y sociales. Esta visión holística es fundamental para abordar los conflictos que pueden surgir en contextos clínicos, familiares, laborales y comunitarios.

Las estrategias y herramientas para la gestión de estos conflictos son diversas y deben adaptarse a las particularidades de cada situación. Por ejemplo, la mediación y la negociación son técnicas ampliamente utilizadas en la resolución de conflictos, permitiendo a las partes involucradas encontrar soluciones colaborativas (Fisher & Ury, 1981).

Además, el enfoque de la comunicación no violenta, desarrollado por Rosenberg (2003), ofrece un marco valioso para facilitar el entendimiento y la empatía entre las partes en conflicto.

El conflicto es una dinámica inherente a las interacciones humanas, influenciado por una compleja interrelación de factores biológicos, psicológicos y sociales. La perspectiva biopsicosocial, propuesta inicialmente por George L. Engel en 1977, se ha consolidado como un enfoque integral que permite entender cómo estas dimensiones se entrelazan en la génesis y resolución de conflictos. Este enfoque no solo considera los aspectos biológicos, como las respuestas neurofisiológicas al estrés, sino también los psicológicos, como las emociones, percepciones y cogniciones, y los sociales, como las dinámicas grupales, culturales y contextuales.

La gestión del conflicto biopsicosocial implica un proceso sistemático que incluye la identificación, análisis y resolución de discrepancias o tensiones que pueden surgir entre individuos o grupos. Para abordar eficazmente estos conflictos, se han desarrollado estrategias y herramientas que promueven la comunicación, el entendimiento mutuo y la resolución pacífica. Entre las estrategias destacan la mediación, la negociación colaborativa, la gestión emocional y el fomento de la empatía. Estas se complementan con herramientas prácticas como técnicas de escucha activa, mapas de conflictos, metodologías participativas y enfoques basados en la inteligencia emocional.

En este contexto, la integración de enfoques interdisciplinarios resulta clave para una gestión efectiva de conflictos biopsicosociales. Por ejemplo, desde la psicología se abordan las emociones y patrones cognitivos que subyacen al conflicto; desde la sociología, se analizan las dinámicas culturales y estructurales que lo sustentan; y desde la biología, se exploran los mecanismos fisiológicos que influyen en las respuestas al estrés y a la confrontación.

Gestión de conflicto biopsicosocial

La gestión del conflicto biopsicosocial requiere un enfoque multidimensional que contemple las diversas facetas de la experiencia humana.

A continuación, se presentan algunas estrategias y herramientas clave que pueden ser utilizadas para abordar estos conflictos de manera efectiva.

1. Identificación y comprensión del conflicto

El primer paso en la gestión de cualquier conflicto es la identificación y comprensión de sus causas subyacentes. En el contexto biopsicosocial, esto implica analizar no solo los factores biológicos, como enfermedades o condiciones de salud, sino también los aspectos psicológicos, como el estrés, la ansiedad o la percepción del conflicto, y los factores sociales, como las dinámicas familiares, laborales o comunitarias. Herramientas como el análisis de sistemas y la evaluación biopsicosocial pueden ser útiles para mapear estas interacciones y comprender mejor el conflicto (Engel, 1977).

2. Comunicación efectiva

La comunicación es fundamental en la resolución de conflictos. La implementación de técnicas de comunicación efectiva, como la escucha activa y el asertividad, puede facilitar un diálogo constructivo entre las partes involucradas.

La Comunicación No Violenta (CNV), es una herramienta poderosa que promueve la empatía y la conexión emocional, permitiendo a las personas expresar sus necesidades y sentimientos sin recurrir a la confrontación (Rosenberg, 2003).

3. Mediación y negociación

La mediación es una estrategia que implica la intervención de un tercero neutral para ayudar a las partes a llegar a un acuerdo. Este enfoque es especialmente útil en conflictos donde las emociones están a flor de piel y las partes pueden tener dificultades para comunicarse de manera efectiva.

La mediación puede ser formal, a través de profesionales capacitados, o informal, mediante la intervención de un amigo o familiar. La negociación, por otro lado, se centra en el intercambio de propuestas y concesiones para alcanzar un acuerdo mutuamente beneficioso (Fisher & Ury, 1981).

4. Intervenciones psicológicas

Las intervenciones psicológicas, como la terapia cognitivo-conductual (TCC) o la terapia familiar, pueden ser herramientas efectivas para abordar los conflictos biopsicosociales. Estas intervenciones ayudan a las personas a identificar y modificar patrones de pensamiento disfuncionales, mejorar la comunicación y fortalecer las relaciones interpersonales (Beck, 2011). Además, pueden proporcionar un espacio seguro para que las partes expresen sus emociones y trabajen en la resolución de sus diferencias.

5. Educación y capacitación

La educación y la capacitación en habilidades de gestión de conflictos son esenciales para prevenir y abordar conflictos biopsicosociales. Programas de formación que enseñan técnicas de resolución de conflictos, habilidades de comunicación y estrategias de manejo del estrés pueden empoderar a los individuos y comunidades para enfrentar los desafíos de manera proactiva (Deutsch, 1973).

La promoción de la inteligencia emocional también juega un papel crucial en este proceso, ya que permite a las personas reconocer y gestionar sus propias emociones y las de los demás (Goleman, 1995).

6. Enfoque comunitario

La gestión de conflictos biopsicosociales no se limita a la interacción entre individuos; también puede implicar a comunidades enteras. La implementación de programas comunitarios que fomenten la cohesión social, el diálogo intercultural y la resolución pacífica de conflictos puede ser una estrategia efectiva para abordar tensiones y disputas a nivel comunitario. Iniciativas como círculos de diálogo, talleres de resolución de conflictos y actividades de integración social pueden contribuir a crear un entorno más armonioso y colaborativo (Boulle, 2005).

Estrategias y Herramientas para la Gestión del Conflicto Biopsicosocial

La gestión de conflictos en el ámbito biopsicosocial implica un abordaje multidimensional, donde la interacción entre factores biológicos, psicológicos y sociales define tanto la naturaleza del conflicto como las estrategias necesarias para su resolución.

A continuación, se profundiza en cada dimensión y las herramientas asociadas para una gestión efectiva.

1. Dimensión biológica

Los conflictos generan respuestas fisiológicas en el cuerpo, principalmente mediadas por el sistema nervioso y el eje hipotálamo-hipófisis-adrenal, que regula la liberación de cortisol ante el estrés. Estas respuestas pueden influir en la capacidad de las personas para gestionar emociones, tomar decisiones y comunicarse eficazmente (McEwen, 2000).

Entre las herramientas utilizadas para abordar esta dimensión se incluyen:

- **Técnicas de regulación emocional** como la respiración diafragmática, la meditación y el mindfulness, que ayudan a reducir la activación fisiológica y promueven la calma (Kabat-Zinn, 1990).
- **Evaluaciones psicofisiológicas**, como el monitoreo de la variabilidad de la frecuencia cardíaca (VFC), que permiten identificar niveles de estrés y ajustar las estrategias de intervención.

2. Dimensión psicológica

En el plano psicológico, las emociones, los pensamientos y las percepciones juegan un papel crucial en la génesis y resolución de conflictos. Los conflictos suelen estar asociados a emociones negativas como el miedo, la ira o el resentimiento, que pueden dificultar la comunicación y el entendimiento mutuo (Goleman, 1995).

Las estrategias psicológicas más efectivas incluyen:

- **Inteligencia emocional**: La capacidad de reconocer, comprender y manejar las propias emociones, así como las de los demás, es esencial para desescalar conflictos y facilitar soluciones colaborativas (Salovey & Mayer, 1990).
- **Reestructuración cognitiva**: Técnicas que ayudan a las personas a identificar y modificar patrones de pensamiento disfuncionales, promoviendo interpretaciones más adaptativas del conflicto (Beck, 1976).

- **Psicoeducación:** Proveer a los individuos y grupos de conocimientos sobre la naturaleza del conflicto y las habilidades necesarias para abordarlo.

3. Dimensión social

El contexto social en el que ocurre un conflicto tiene una influencia significativa, ya que incluye factores culturales, históricos y estructurales que pueden intensificar o mitigar las tensiones (Deutsch et al., 2011).

Las herramientas y estrategias sociales comprenden:

- **Mediación:** Un proceso estructurado en el que un tercero neutral facilita la comunicación entre las partes, ayudándolas a identificar intereses comunes y generar soluciones mutuamente aceptables (Fisher, Ury, & Patton, 1991).
- **Negociación colaborativa:** Método basado en la búsqueda de soluciones que benefician a todas las partes involucradas, enfatizando la cooperación en lugar de la competencia.
- **Análisis de sistemas sociales:** Mapear las relaciones, los roles y las dinámicas de poder dentro del grupo o comunidad para identificar las raíces del conflicto y diseñar intervenciones contextualizadas.

4. Enfoques integrales

El manejo de conflictos biopsicosociales requiere enfoques interdisciplinarios que integren las tres dimensiones mencionadas. Por ejemplo, programas basados en mindfulness e inteligencia emocional han demostrado ser efectivos tanto para regular la respuesta fisiológica al estrés como para mejorar las habilidades sociales y emocionales necesarias para la resolución de conflictos (Siegel, 2010).

Además, el uso de metodologías participativas como los círculos de diálogo o el diseño de acuerdos colaborativos fomenta una cultura de paz y entendimiento mutuo en comunidades y organizaciones (Rogers & Farson, 1957).

Conclusiones

La gestión del conflicto biopsicosocial es un proceso complejo que requiere un enfoque integral y adaptado a las circunstancias específicas de cada situación. Al combinar estrategias de comunicación efectiva, mediación, intervenciones psicológicas y educación, es posible abordar estos conflictos de manera constructiva y promover el bienestar de los individuos y las comunidades.

A medida que avanzamos en la comprensión de la interconexión entre los aspectos biológicos, psicológicos y sociales, se hace evidente que la resolución de conflictos no solo es una cuestión de solucionar problemas, sino también de construir relaciones más saludables y resilientes.

La gestión de conflictos desde una perspectiva biopsicosocial permite abordar estas situaciones de manera integral, considerando las interacciones complejas entre los factores biológicos, psicológicos y sociales que los generan y sostienen. Este enfoque holístico no solo facilita la comprensión de los conflictos, sino también el diseño de intervenciones efectivas adaptadas a las necesidades individuales y contextuales.

Las estrategias biológicas, como la regulación del estrés a través de técnicas de mindfulness y otras prácticas de autocuidado, contribuyen significativamente a preparar a las personas para enfrentar conflictos de manera más constructiva. La dimensión psicológica, por su parte, resalta la importancia de la inteligencia emocional, la reestructuración cognitiva y la psicoeducación como herramientas fundamentales para promover la comprensión mutua y el manejo saludable de las emociones. En el ámbito social, la mediación, la negociación colaborativa y el análisis de dinámicas grupales se consolidan como métodos clave para transformar los conflictos en oportunidades de crecimiento colectivo.

Además, los enfoques integrales que combinan estas dimensiones han demostrado ser particularmente eficaces para abordar conflictos en diversos contextos, como el educativo, el laboral y el comunitario. La implementación de programas que fomenten habilidades socioemocionales, la empatía y la resolución pacífica no solo mejora las relaciones interpersonales, sino que también contribuye a la construcción de culturas de paz y colaboración.

En conclusión, la gestión del conflicto biopsicosocial requiere una visión interdisciplinaria que permita no solo resolver los conflictos existentes, sino también prevenir futuros desacuerdos al fortalecer la resiliencia, la comunicación y la cohesión social. La continua investigación y aplicación de estrategias y herramientas en este campo seguirá siendo esencial para promover el bienestar individual y colectivo en un mundo cada vez más interconectado y diverso.

Referencias

- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.
- Beck, J. S. (2011). *Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond*. Guilford Press.
- Boulle, L. (2005). *Mediation: Skills and Techniques*. LexisNexis Butterworths.
- Deutsch, M. (1973). *The Resolution of Conflict: Constructive and Destructive Processes*. Yale University Press.
- Deutsch, M., Coleman, P. T., & Marcus, E. C. (2011). *The handbook of conflict resolution: Theory and practice*. Wiley.
- Engel, G. L. (1977). The need for a new medical model: A challenge for biomedicine. *Psychosomatic Medicine*, 39(2), 129-153.
- Fisher, R., & Ury, W. (1981). *Getting to Yes: Negotiating Agreement Without Giving In*. Penguin Books.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Kabat-Zinn, J. (1990). *Full catastrophe living: Using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness*. Delta.
- Mayer, B. (2012). *The dynamics of conflict: A guide to engagement and intervention*. Jossey-Bass.
- McEwen, B. S. (2000). The neurobiology of stress: From serendipity to clinical relevance. *Brain Research*, 886(1-2), 172-189.

- Rogers, C. R., & Farson, R. E. (1957). *Active listening*. University of Chicago Industrial Relations Center.
- Rosenberg, M. B. (2003). *Nonviolent Communication: A Language of Life*. PuddleDancer Press.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.
- Siegel, D. J. (2010). *The mindful therapist: A clinician's guide to mindsight and neural integration*. W. W. Norton & Company.

CAPÍTULO 5

EVALUACIÓN DEL CONFLICTO

D.C.E. José Cirilo Castañeda Delfín
Facultad de Enfermería y Obstetricia: UJED
Edgar Aarón Castañeda Sifuentes
Estudiante de Ingeniería del 7 Cuatrimestre, UAD

Los conflictos en las instituciones de educación superior pueden ser reflejados en situaciones de violencia como algo visible, pero como situaciones invisibles en inadecuado trabajo en equipo, situaciones de bulling y hasta en bajo rendimiento académico.

El término «conflicto» proviene de la palabra latina *conflictus* que quiere decir chocar, afligir, infligir; que conlleva a una confrontación o problema, lo cual implica una lucha, pelea o combate, surge cuando personas o grupos desean realizar acciones que son mutuamente incompatibles, por lo cual la posición de uno es vista por el otro como un obstáculo para la realización de su deseo; en este caso, el conflicto no se presenta de manera exclusiva por un enfrentamiento para acceder a unos recursos, sino por una indebida percepción del acceso a los mismos.

Al conflicto se le puede llegar a definir como un estado emotivo, doloroso, generado por una tensión entre deseos opuestos y contradictorios que ocasiona contrariedades interpersonales y sociales, y en donde se presenta una resistencia y una interacción reflejada muchas veces en el estrés, una forma muy común de experimentarlo.

El conflicto, además, puede aparecer como resultado de la incompatibilidad entre conductas, objetivos, percepciones y/o afectos entre individuos y grupos que plantean metas disímiles.

Desde otro punto de vista, Suares (1996) lo considera como un proceso interaccional que, como tal, nace, crece, se desarrolla y puede a veces transformarse, desaparecer y/o disolverse, y otras veces permanece estacionado.

Por otra parte, Ander-Egg (1995) sostiene que el conflicto es un proceso social en el cual dos o más personas o grupos contienden, unos contra otros, en razón de tener intereses, objetos y modalidades diferentes, con lo que se procura excluir al contrincante considerado como adversario.

También Bonilla (1998) considera el conflicto como una situación social, familiar, de pareja o personal que sitúa a las personas en contradicción y pugna por distintos intereses y motivos. En este mismo sentido, Jares (2002) enuncia el conflicto como la esencia de un fenómeno de incompatibilidad entre personas o grupos y hace referencia tanto a los aspectos estructurales como a los personales, es decir, que el conflicto existe cuando se presenta cualquier tipo de actividad incompatible.

El conflicto estadísticamente se contabiliza y describe (Díaz-Aguado, 2005), pero se debe caracterizar y buscar como deje de alterar la convivencia escolar, donde el estudiante lo percibe y le afecta de forma diferente, dependiendo de las situaciones, los ámbitos y el ambiente académico y personal.

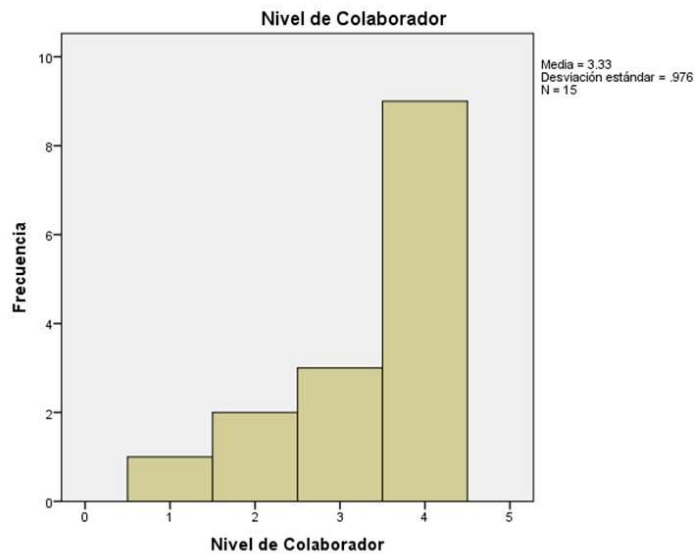
El conflicto como una oportunidad de aprendizaje introduce un proceso continuo de construcción y reconstrucción del tejido social, cuando se replantean las relaciones colectivas que permiten el entendimiento y la convivencia, más aún si se toma en cuenta que el conflicto está presente en la vida personal y familiar, en el ámbito educativo y laboral, en la situación económica y política, en el manejo de las relaciones interpersonales.

En el ámbito educativo la interacción conlleva a trabajar de forma participativa con los diferentes actores de un conflicto, el cual no hay que evitarlo sino enfrentarlo a través de actitudes y comportamientos

Para su análisis el conflicto requiere de la disponibilidad de instrumentos que muestren sensibilidad en la percepción personal y el ámbito de los responsables académicos y el ámbito de aplicación del futuro profesionalista.

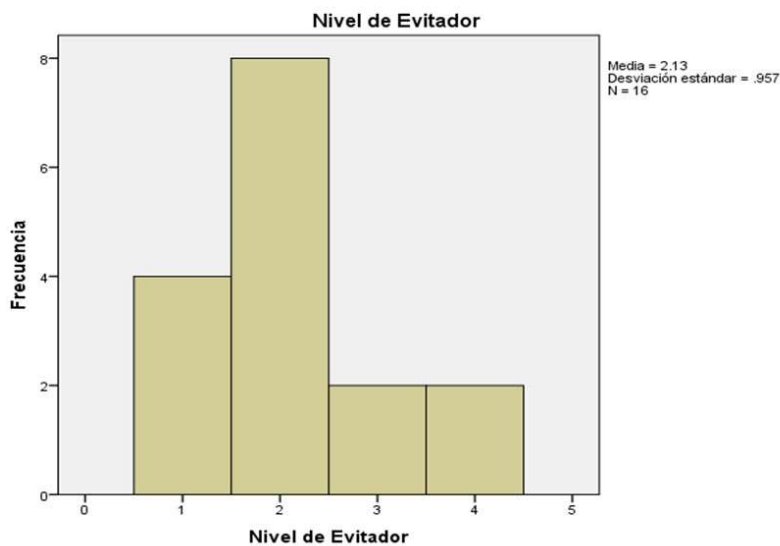
Resultados de un Piloteo aplicado a 15 personas utilizando el instrumento de **THOMAS KILMAN**

Colaborador



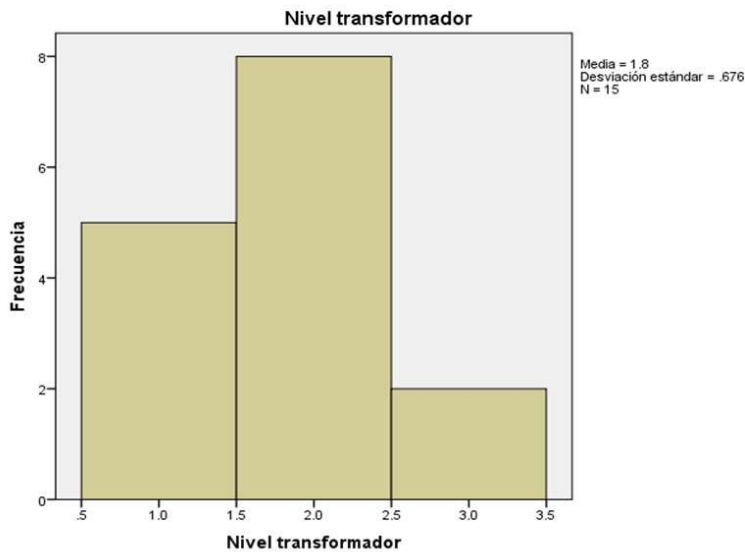
Los búhos valoran mucho tanto sus objetivos como sus relaciones. Ven el conflicto como un problema a resolver y buscan una solución que logre tanto sus objetivos como los de la otra persona. Los búhos ven los conflictos como un medio para mejorar las relaciones al reducir las tensiones entre dos personas. Intentan iniciar una discusión que identifica el conflicto como un problema y se esfuerzan por resolver las tensiones y mantener la relación buscando soluciones que satisfagan tanto a ellos mismos como a la otra persona

Evitador



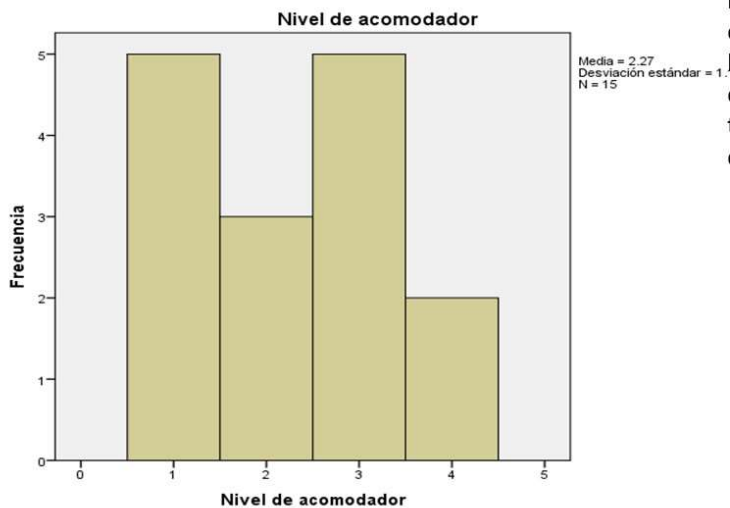
Las tortugas tienden a valorar más evitar la confrontación que sus metas o relaciones. A menudo les resulta más fácil apartarse de un conflicto que afrontarlo. Esto incluso podría incluir renunciar por completo a las relaciones u objetivos asociados con el conflicto.

Transformador-competitivo



Los tiburones generalmente valoran sus metas por encima de las relaciones, lo que significa que, si se les obliga a elegir, buscarán lograr sus metas incluso a costa de la relación en cuestión. Los tiburones suelen estar más preocupados por lograr sus objetivos que por agradar a los demás. Podrían intentar forzar a los oponentes a aceptar su solución al conflicto dominándolos.

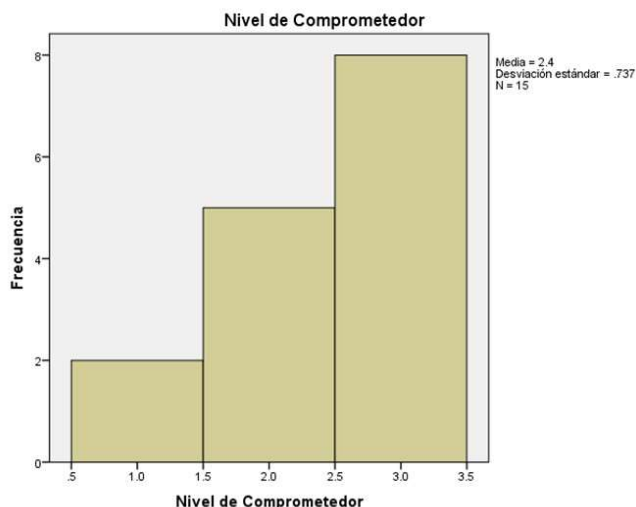
Acomodador- Complaciente



Los osos de peluche suelen valorar las relaciones por encima de sus propias metas; si se les obliga a elegir, los osos de peluche a menudo sacrificarán sus metas para mantener relaciones. Los osos de peluche generalmente quieren agradar a los demás y prefieren evitar los conflictos porque creen que abordarlos dañará las relaciones. Los osos de peluche tratan de suavizar el conflicto para evitar dañar la relación.

Comprometedor-flexible

Los zorros están moderadamente preocupados tanto por sus objetivos como por sus relaciones con otros. Los zorros suelen buscar un compromiso; renuncian a parte de sus objetivos y persuadir a la otra persona en un conflicto para que renuncie a parte de sus objetivos. Buscan una solución en la que ambas partes ganan algo; el término medio entre dos extremos posiciones. Están dispuestos a sacrificar parte de sus objetivos para llegar a un acuerdo para la bien común.



Referencias

Ander-Egg, E. (1995). *Diccionario del trabajo social*. Lumen. Buenos Aires.

Bonilla, G. (1998). *Conflicto y justicia: Programa de Educación para la Democracia*. Instituto para el Desarrollo de la Democracia Luis Carlos Galán. Bogotá.

Ceballos, E., Rodríguez, B., Correa, A-D. y Rodríguez, J. (2016). La evaluación situacional de los conflictos: Construcción y análisis del cuestionario de estrategias y metas de resolución de conflictos escolares. *Educación XX1*, 273-292, doi: 10.5944/educXX1.13943 <https://www.redalyc.org/pdf/706/70645811011.pdf>

Jares, X. (2002). *Educación y conflicto*. Ed. Popular. Madrid.

Suares, M. (1996). *Mediación: conducción de disputas, comunicación y técnicas*. Paidós. Buenos Aires.



D.R© Red Durango de Investigadores Educativos A.C.

Gestión del conflicto desde una perspectiva biopsicosocial.

Primera edición, 2025 Impreso en México D.R©

Red Durango de Investigadores Educativos A.C.

Prohibida su reproducción total o parcial por cualquier medio mecánico o electrónico sin autorización escrita del autor.

