

© Franz LINGLER

e-mail: [lingler.praxis@chello.at](mailto:lingler.praxis@chello.at)

<http://members.chello.at/franz.lingler>

# Aggressionstheorien

## Seminar: Aggressive KlientInnen

Aggression bedeutet „herangehen“, angreifen“ (lat. aggredi). Sie ist eine Eigenschaft lebender Systeme und steht im Zusammenhang mit dem Angriffs- Flucht- und Verteidigungsverhalten. Das Ziel der Aggression ist, Lebewesen oder Gegenstände zielgerichtet zu schädigen sie zu zerstören oder zu verletzen. Sie kann gegen andere oder gegen sich selbst gerichtet sein (Autoaggression), mehr eine emotionale Komponente haben oder im sozialen Kontext instrumentell eingesetzt werden.

Die aggressive Ausdrucksform ist tatsächliche oder angedrohte Gewalt.

Aggressives Verhalten ist ein multikausales Phänomen und entzieht sich einer allgemeingültigen Theorie (Nolting S. 40). Es hat verschiedene Ursachen und diese Ursachen entfalten wiederum eine Vielzahl von Wirkungsbedingungen. Erkenntnis kann gewonnen werden, wenn die Theorie des sozialen und kognitiven Lernens (Bandura) bemüht wird. Doch auch diese Theorie hat unterschiedliche Voraussetzungen, je nach der Beleuchtung durch andere wesentliche Faktoren. Eine dieser Voraussetzungen stellen die angeborenen Grundlagen dar. Neben der Genstruktur gewinnt die Epigenetik zunehmend an Bedeutung. Soziale Rollen, der interpersonale Bezug und die Vernetzung sowie die Qualität des Interaktionssystems spielen eine weitere Hauptrolle. Schließlich kommt es darauf an, welches Motiv, welche Psychodynamik hinter dem aggressiven Verhalten steckt, was damit bezweckt wird und erreicht werden soll.

## Fünf Varianten der Entstehung von Aggression

- Verteidigung bestehender Beziehungen
- Kampf um Liebe und Anerkennung
- Aggression innerhalb von Beziehungen
- Gemeinschaft durch gemeinsamen Kampf
- Folge von schwerer Verwahrlosung, Traumatisierung oder erlernter Gewaltausübung

Aggressive KlientInnen

2

Die Kehrseite der zerstörerischen, verletzenden Aggression ist der Versuch, Anerkennung zu erreichen, Kooperation, Beziehungen und soziale Zugehörigkeit herzustellen und zu sichern. Wenn das biologische Grundbedürfnis nach sozialen Beziehungen und Kooperation gestört ist, kann aggressives Verhalten Ausdruck dieser Störung sein (Bauer S.73 – 92).

Der Erhalt von Beziehungen ist mit emotionalem und kommuniziertem Aufwand verbunden, Beziehungen sind nicht gleichgültig, sondern wertbesetzt. Das Objekt der Beziehung hat einen Platz im psychischen System und ist daher von anderen Objekten hervorgehoben. Die Eifersucht, eine wahre Quelle aggressiven Verhaltens, verdeutlicht diesen An-

spruch an der anderen Person. Hinter diesem Kampf um die geliebte Person steht die Furcht, diese Person zu verlieren (O. Wilde: „...denn jeder tötet, was er liebt“). Hier wird die Paradoxie der Beziehungsaggression deutlich, denn das aggressive Engagement um den geliebten Menschen führt zur Vernichtung der Beziehung.

Der Schutz der eigenen Gruppe und Gemeinschaft kann sich in Form der Aggression gegen tatsächliche oder konstruierte Bedrohung äußern. Dieses Argument hält in der extremsten Form Kriegskameraden zusammen. Doch auch bei sportlichen Fanclubs, bei religiösen, nationalen und anderen Verbindungen spielen die Konstruktion des Außenfeindes eine große Rolle.

Traumatisierungen sind erlebte Gewalterfahrungen, welche die Psyche in Aufregung halten und das dringende Bedürfnis nähren, gegen das erlittene Leid anzukämpfen. Aggressives Verhalten kann diesen Versuch verdeutlichen.

## Formen der Aggression

- |                 |                      |
|-----------------|----------------------|
| • Direkt verbal | • Direkt nonverbal   |
| – beschimpfen   | – zerstören          |
| – drohen        | – toben              |
| – beleidigen    | – um sich schlagen   |
| – provozieren   | – jemanden angreifen |

Aggressive KlientInnen

3

Wenn von Aggression die Rede ist, meint man allgemein aggressives Verhalten. Es wird von den meisten Menschen klar identifiziert, wenn es an anderen beobachtet wird. Für den/die Betroffene(n) selbst ist es Ausdruck eines Zustandes, den sie/er selbst aggressiv oder nicht aggressiv wahrnehmen kann. Aggression wird vom psychischen System als Schmerz erlebt (Bauer S. 77- 80) und es wird auf Schmerz mit dem dafür zur Verfügung stehenden Verhaltensrepertoire reagiert. Eine besondere Bedeutung kommt der erlebten Verletzung von Beziehungen zu. Das Gefühl, abgelehnt zu werden oder ausgeschlossen zu sein, provoziert dagegen zu handeln und anzukämpfen (If you can´t join them, beat them).

Bei der direkten verbalen und nonverbalen Aggression ist das sofortige Bedürfnis des Auslebens umso stärker, je stärker subjektiv das erlittene Leid und der Schmerz erlebt werden. Direkt aggressive Personen beschreiben nach Abklingen der Emotion, das sie nicht anders gekonnt haben, als sich direkt aggressiv zu verhalten. Da es sich um einen Stresszustand handelt, kann die Selbstwahrnehmung auch hier verschoben sein. Der eigene Zustand (welchen die Mitmenschen aggressiv erleben) wird aber in den meisten

Fällen als Reaktion auf erlittenes Leid, Ungerechtigkeit, Versagung, Beleidigung oder als Gegenwehr erlebt und begründet. Wenn die aggressive Person einen bestimmten Mitmenschen oder eine bestimmte Gruppe als Auslöser ihres Zustandes erlebt, liegt eine besondere Gefährdung für diese vor.

## Indirekte Aggression

- Verweigerung
- Kontrolle
- Bevormundung
- betonte Freundlichkeit
- Ironie Zynismus
- Depression
- Selbstbeschädigung
- atmosphärisch Spannungen aufbauen

Aggressive KlientInnen

4

Indirekte Aggression wird im Unterschied zur direkten Form von den Personen aus der Umwelt der indirekt aggressiven Person nicht klar erkannt, sondern allenfalls gedeutet, hat allerdings dieselbe Konsequenz. Sie beabsichtigt ebenfalls, jemanden oder eine soziale Gemeinschaft zu verletzen und zu schädigen, wird also wie die direkte Aggression zielgerichtet und zweckorientiert eingesetzt. Sie hat auch dasselbe Motiv – Reaktion auf Schmerz und zugefügtes Leid.

Im Unterschied zur direkten Aggression ist der unmittelbare Handlungsdruck weniger stark oder es gibt Bedingungen, welche die indirekte Form favorisieren. Diese können eine körperliche Unterlegenheit sein, eine sprachliche Überlegenheit, Ausdruck einer Selbstkontrolle, die Annahme einer effizienteren Zweckerreichung, eines zivilisierten Sozialverhaltens oder einer intellektuellen Überlegenheit, Provokation zur Täter- Opferumkehr und ähnliches mehr.

## Legitimierung der Aggression

- Milgramexperiment
  - Anerzogener Gehorsam gegenüber dem Versuchsleiter
- Stanford Prison Experiment
- Diskriminationslernen durch Legitimierung
  - Bestimmter aggressiver Handlungen
  - In bestimmten Situationen
  - Gegenüber bestimmten Personen

Aggressive KlientInnen

5

Das Milgramexperiment wurde erstmals 1962 von S. Milgram durchgeführt. Vpn hatten die Aufgabe, Personen, die Lernfehler produzierten, mit Elektroschocks zu bestrafen. Der Versuch sollte zeigen, wie unreflektierter Gehorsam und Autoritätshörigkeit die soziale, ethische Grenze der Vpn verändert.

Das Stanford Prison Experiment wurde 1971 von P. Zimbardo durchgeführt und erlangte durch die Vorkommnisse in Abu Ghraib neuerliche Aktualität. Unter realitätsnahen Bedingungen wurde eine Gruppe von Vpn wie Verbrecher behandelt und eingesperrt. Vpn der anderen Gruppe wurden als ihre Bewacher eingesetzt. Das Experiment musste abgebrochen werden, da die Bewachergruppe sadistische und verletzende Methoden entwickelte und einzelne Vpn der Gefangenen psychische Belastungsreaktionen (Stresssymptome, psychischer Zusammenbruch) produzierte. Andere Vpn der Gefangenengruppe, die vorher kooperierten, versuchten sich individuell unterzuordnen.

Diskriminationslernen, die Konzentration auf bestimmte Reize und die Verhinderung anderer, kann auch durch die Legitimierung des aggressiven Verhaltens erfolgen. Dies erklärt, dass besonders unter entfremdeten, autoritär strukturierten Bedingungen, in denen persönliche Beziehungen zu den potentiellen Opfern verhindert werden, aggressives Verhalten von Personen möglich ist, die unter anderen Bedingungen völlig friedfertig sind. Die Legitimierung des aggressiven Verhaltens muss von Werten gestützt werden, zu denen sich die aggressive Person bekennt. Totalitäre Strukturen verhindern effizient die Infragestellung dieser Werte und Weltanschauungen. Aggression steht in diesem Kontext für die konsequente Umsetzung von Maßnahmen für den Erhalt der Werte.

# Triebtheorie

- Todestrieb **Thanatos**
- Lebenstrieb **Eros**
- Aggressionstrieb
  - biologisch determiniert
  - Unterdrückung bewirkt Entladung
  - sichert das eigene Überleben
  - sichert das Überleben der Spezies
- destruktives, zerstörendes Potential

Aggressive KlientInnen

6

Die Triebtheorie geht auf die Lehre von Sigmund Freud zurück, der sich primär zum Sexualtrieb äußerte. Die Grundannahme ist eine ursächlich mit der menschlichen Existenz verbundenen Lebensenergie zur Sicherung der Fortpflanzung. Freud formulierte später (ab 1915) eine erweiterte Triebtheorie, in der weitere prinzipiell die individuelle und die kollektive Existenz sichernde Energien angesprochen wurden.

Besonders die Erwähnung des Todestriebes beinhaltet destruktive Elemente wie die Aggression als den Motor dieser Dynamik. Sie hat eine zeitgebundene Komponente (erster Weltkrieg) und hebt die Triebtheorie mehr in eine philosophische Betrachtungsweise, in der im Sinne einer Aktion und Reaktion konstruktive und zerstörerische Elemente sozusagen ineinander fließen und sich ausgleichen.

Seitens der Verhaltensbiologie ist die Annahme des Verhaltensforschers Konrad Lorenz mit der Triebtheorie verwandt. Der Aggressions-Instinkt sichert bei Tieren die existenziellen Bedingungen der Fortpflanzung und des Überlebens.

Wie konstruiert sich ein Verhalten, das sich Verstandes- oder Vernunftargumenten verschließt? Die gegenwärtige Gehirnforschung hat im Mittelhirn die Motivationssysteme entdeckt und beschreibt die Steuerung des Körpers und der Psyche durch die Botenstoffe, in bezug auf Aggression des Dopamins (Bauer, S. 22-31).

## Biologische Faktoren

- **Individuelle genetische Faktoren** (individuelle Unterschiede maximal 50%)
- **Neurologisch mitbedingte Erregbarkeit**
- **Vorgeburtliche Schädigung** (Nikotin, Alkohol in der Schwangerschaft...)

Wodurch ist hohe Aggressivität von Individuen begründet? Aktuelle Forschungsergebnisse zeigen zunächst, dass es eine erblich bedingte Aggressivität gibt (Nolting S. 161-164). Leichte Erregbarkeit Hyperaktivität und mangelnde Impulskontrolle disponieren betroffene Personen. Es handelt sich immer um das Zusammenspiel zahlreicher Faktoren. Genetische Dispositionen sind neurobiologisch gesteuert. Das erklärt, warum ein genetischer Code allein nicht verhaltensbestimmend sein kann. Es kommt darauf an, welche Neurotransmitter und biochemische Substanzen die Genaktivierung unterstützen oder behindern, das Gen gleichsam ein- oder ausschalten. Das Forschungsfeld der Epigenetik kann als „Gedächtnis“ der Gene (Bauer S. 158-172) bezeichnet werden. Der epigenetische Code ist eine nachhaltige Prägung. Sie entsteht und wird entwickelt durch endogene biochemische Abläufe. Diese werden durch die Wahrnehmung von Umweltreizen stimuliert. In bestimmten Lebensphasen, in der frühen Kindheit und in der Pubertät ist die Sensibilität zur (Re)Konstruktion der Epigenetik besonders hoch, aber auch in anderen Lebensphasen, welche eine Neuorganisation der Psyche notwendig machen.

## Theorie der aversiven Reize

- Stressoren bewirken körperliche und psychische Erregung (Blutdruck, Adrenalin)
- Die Erregung fördert das Ausleben der Aggression
- Das Ausleben senkt das Erregungsniveau

Aggressive KlientInnen

8

Erlebt eine Person einen Sinnesreiz als unangenehm, kann sie versuchen, mit Aggression dieser Störung Ausdruck zu verleihen. Ziel ist die Beendigung des aversiven Reizes und die Erwartung, dass nach der Beendigung die erhöhte unangenehme Erregung abklingt. Oft können Reize allerdings nicht eindeutig als aversiv, also unangenehm gedeutet werden. Ein Ausschalten ist unmöglich, da der Reiz als Auslöser der aggressiven Stimmung nicht erkannt wird. Erlebt wird diese als stressig mit all den damit verbundenen körperlichen und psychischen Symptomen. Aggressives Verhalten hat den Zweck, diese bisweilen krankmachenden Symptome zu beseitigen.

Eine weitere Variante aversiver Reize besteht im Umstand, dass ihre Ursache (Verkehrslärm, Wettervarianten, bestimmte Arbeiten) akzeptiert werden muss. In solchen Situationen können Personen zu Entscheidungen veranlasst werden, deren Ursache Kurt Lewin als Aversionskonflikt bezeichnete. Hier wählt eine Person von zwei negativ bewerteten Situationen das geringere Übel.



# Frustrations- Aggressionshypothese

- Aggression entsteht aus Frustrationen
  - Versagungen
  - Behinderungen
  - Enttäuschungen

Aggressive KlientInnen

9

Diese von Dollard u.a. formulierte Hypothese besagt, dass Frustration als Folge einer Zielbehinderung immer zur Aggression führt und umgekehrt. Diese Hypothese wurde mehrfach modifiziert, bedarf aber gewagter Zusatzannahmen und die Hereinnahme weiterer emotionalisierender Verhaltensweisen, wie Provokation, unfaires Verhalten Umweltstressoren, Ärger, negative Affekte und Reaktionen nach negativen Ereignissen. Alle diese Verhaltensweisen und Emotionen können ein aggressives Verhalten bewirken, doch es bestehen gravierende individuelle Unterschiede.

Sogar die Annahme, dass hinter jeder Aggression ein Erregungszustand steht, wird bei instrumenteller und indirekter Aggression relativiert. Aggressives Verhalten ist hingegen immer mit Interaktion verbunden und markiert eine Störung dieser Interaktion. Sie kann innerpsychisch zu entsprechenden Verhaltensmustern führen oder sozial zwischen Personen oder Gruppen aggressive Positionen hervorbringen.

Das Prinzip der Nichttrivialität lebender Systeme unterstützt diese Annahme: Die Vielfalt des innerpsychischen und sozialen Ineinanderwirkens verhindert die Vorhersage, dass mit Sicherheit ein bestimmter Reiz eine bestimmte Reaktion zur Folge hat.

# Interaktionshypothese

Individuum - Gesellschaft

- Pole der Aggression

Konstruktiv (Selbstbehauptung)

Destruktiv (Zerstörung)

- Das Auftreten der Aggression ist abhängig von

- gesellschaftlichen Veränderungen
- sozialem Konflikt- Befriedungspotential
- Erziehung – sozialem Lernen
- kulturellen Einflüssen
- sportlichen Inszenierungen

Aggressive KlientInnen

10

Die Bewertung verschiedener Verhaltensweisen gewinnt eine neue Komponente, wenn sie in einem interaktiven Kontext betrachtet wird. Im Extremfall kann ein aggressives Verhalten in einem interaktiven Zusammenhang „umgepolt“ erscheinen. Dies wird besonders deutlich, wenn es Ergebnisse hervorbringt, die allgemein positiv bewertet werden (Herstellung von Ordnung und Sicherheit, Gewährleistung der Ernährung, Problembewusstsein schaffen etc.). Die Bestimmung, ob ein Verhalten konstruktiv oder destruktiv ist, wird schwieriger, wenn der Kontext und die Dynamik des Verhaltens an Bedeutung gewinnen. Oder umgekehrt formuliert: um Aggression eindeutig bestimmen zu können, müssen Kontext und Dynamik weitgehend ausgeblendet werden.

Dass Aggression soziale Beziehungen sichern will und mit diesen verbunden ist, ist nur im Interaktionszusammenhang erkennbar. Für Interventionen mit aggressiven Menschen ist die Erforschung des Informationsgehaltes der Aggression wichtig. Gewaltförmige Interaktion lässt die eskalierende Dynamik klar erkennen. Wenn eskalierende Aggression im einfachsten Beispiel zwischen zwei Menschen ausgetragen wird, sind sie gleichzeitig TäterIn und Opfer. Erst beim „Einfrieren“ des Prozesses erscheint der eine als TäterIn und die andere Person als Opfer. Deeskalation ist die wichtigste Strategie, um diesen eskalierenden Teufelskreis zu durchbrechen. Die Schwierigkeit ist analog zur Wahrnehmung von Aggression. Nahezu jedes Verhalten kann als aggressiv erlebt und verstanden, und als Rechtfertigung aggressiver Emotionen und Verhaltensweisen interpretiert werden. Deeskalierende Bemühungen können analog gedeutet werden. Was in einer Situation deeskalierend wirkt, ist in einem anderen Kontext aggressionsfördernd. Dies wird bei komplementären Paarbeziehungen deutlich: Die aggressive Person wird umso aggressiver, je devoter ihr Gegenüber wird. Auf zunehmende Hilflosigkeit (Theorie der erlernten Hilflosigkeit von Seligman) wird in dieser Interaktion mit womöglich mit zunehmender Aggression reagiert und umgekehrt. In allen Fällen teilt Aggression etwas mit und steht somit in einem kommunikativen Zusammenhang.

# Lerntheoretischer Ansatz

- Lernen am Modell
  - Aggression in der Familie
  - Aggression in Peer- und Altersgruppen
  - kulturelle, staatliche Aggression
  - Gewalt in den Medien
- Lernen am Erfolg und Misserfolg
  - Erlangungsaggression, Nutzeffekte
  - Beachtung und Anerkennung
  - Abwehraggression, Selbstschutz
  - emotionaler Gewinn (Selbstwert, Genugtuung, Nervenkitzel)
- Kognitives Lernen
  - Interpretieren und Bewerten von Situationen
  - Attributionen, Kenntnis von Begriffen und Denkweisen
  - intellektuelle Aggression und Mangel an Denkvermögen

Aggressive KlientInnen

11

Die Theorie des Lernens durch Beobachtung geht auf Bandura zurück. Die allgemeinen Prinzipien des Lernens sind auch für die Entwicklung aggressiver Einstellungen und Verhaltensweisen relevant. Das Lernen am Modell bedarf einer Attraktion des Modells damit dieses entsprechend wahrgenommen wird und als Vorbild dienen kann. Besonders die ansteckende Wirkung kollektiver Aggression lässt die Orientierungsfunktion, die emotionale Stimulierung und die Reduktion von Hemmungen des Modells erkennen (Nolting 83-112).

Die Gewalt in den Medien (Fernsehen, Computerspiele, Film, Rundfunk u.a.) hat besonders bei Kindern und Jugendlichen die Funktion des Lernens durch Beobachtung. Ob Medien eine aggressionsfördernde Wirkung haben, hängt von den kognitiven Fähigkeiten des Zusehers – der Zuseherin ab, wie sehr die Abgrenzung zur Realität gelingt. Sie kann bei einer entsprechenden aggressiven „Vorladung“ die schon vorhandene Aggressionstendenz bestätigen.

Beim Lernen am Erfolg instrumentalisiert die Person die Aggression für die Erlangung eines Nutzens. Sie kann eigene Wünsche durchsetzen und Macht ausüben wollen. Materieller Gewinn kann ein nützliches Motiv sein. Die Person kann durch Aggression Beachtung und Anerkennung erlangen. Der Nutzen kann auch Schutz sein: Bedrohungen, Belästigungen und Anforderungen abwenden.

Ein weiterer Lerneffekt ist die persönliche Befindlichkeit des/der AggressorIn. Ein cooler, kaltschnäuziger Typ zu sein, der sich nichts gefallen lässt, ist eine positive Selbstbewertung, mit der das aggressive Verhalten gerechtfertigt wird. Es kann emotional befriedigen, wenn durch aggressives Handeln Gerechtigkeit hergestellt wird.

Um sich aggressiv zu verhalten, müssen entsprechende kognitive Faktoren herausgebildet sein. Aggressive Schimpfwörter müssen bekannt sein. Die Attribution von Eigenschaften an Personen oder soziale Systeme, die das aggressive Verhalten rechtfertigen, muss in den Denkmustern vorhanden sein.

Eine besondere Intelligenz bei der Entwicklung von Problemlösungen im Dienste aggressiver Ziele (Waffentechnik, Kriminalität, Verhetzung, Mobbing u.a.) wird ebenso kognitiv erworben wie das Gegenteil: Mangels kognitiver Fähigkeiten sind viele aggressive Menschen auf eingeschränkte Problemlösungsvarianten angewiesen.

# Theorie des sozialen Lernens

- Ganzheitlicher, systemischer Ansatz
- Erwerb sozialer und emotionaler Kompetenzen
- Wahrnehmungsfähigkeit
- Handlungsorientierung, Problemlösung
- Kontakt- und Kommunikationsfähigkeit
- Empathie
- Diskretions- Kooperations- und Konfliktfähigkeit
- Zivilcourage
- Soziale Antizipation
- Implizite Anwendung

Aggressive KlientInnen

12

Der Begriff Soziales Lernen geht ursprünglich auf J. Rotter (1954) zurück. In unserem Kontext bezeichnet Soziales Lernen einen Ansatz, der lerntheoretische (Bandura: Lernen durch Beobachtung) und interaktionistische Modelle integriert und über die rein behavioristischen stimulus-reaction Ansätze hinausgeht. Es ist mehr auf die Anwendungen in Erziehung, Schule, Behindertenarbeit, Soziale Arbeit, Erwachsenenbildung und Therapie bezogen und kann in Verbindung mit der humanistischen Psychologie gesehen werden, wonach sich der Einzelne in sozialen Beziehungen und in sinnstiftenden gemeinsamen Tätigkeiten entwickelt.

Egoistische, individualisierende Tendenzen stehen den Prinzipien des Sozialen Lernen entgegen. Es betont das Zusammenwirken zur Erreichung bestimmter Ziele. S. Walujo entwickelte in den 70er Jahren auf einer empirischen Grundlage – das Zusammenwirken skandinavischer Bauern und Seeleute zur Sicherung ihres Lebensraumes – das Modell SIVUS für sozialpädagogische und therapeutische Interventionen.

Unter dem Gesichtspunkt des Sozialen Lernen erscheint aggressives Verhalten als Hinweis einer Störung im sozialen System und wird durch neue neurobiologische Erkenntnisse (Bauer S 21-22) gestützt. Die Entdeckung der Spiegelneurone ist ebenfalls in diesem Zusammenhang zu sehen. Der aggressive Appell einer Person könnte in diesem Kontext als eine Störung ihres Sozialbezuges verstanden werden, als Bedürfnis nach sozialer Integration.

Im Zentrum stehen der Erwerb sozialer Kompetenzen, Kontakt- und Kommunikationsfähigkeit und der individuelle Beitrag zur sozialen Gemeinschaft.

In der Schulpädagogik (Pisa) wird das „Implizit Soziale Lernen“ gefördert. Es wird anderen Lerninhalten unterlegt und hat einen umfassenden, lebensbegleitenden Bildungsanspruch.

# Stress

- Steinzeitstress
  - Stressor – Stressreaktion – Antwort: Angriff oder Flucht
- Distressreaktion (Managerstress)
- Wahrnehmung
  - Tunnelblick
  - Spiegelneurone
- Furcht, Angst
- Risikotyp A

Aggressive KlientInnen

13

Eine interessante Möglichkeit, die psychischen und körperlichen Vorgänge und Auswirkungen zu verstehen, liegt im Vergleich mit den Vorgängen bei negativen Stressreaktionen. Biochemisch ist die Rolle von Oxytozin relevant, neben den allgemeinen Wohlfühleffekten senkt es den Blutdruck, reduziert die Angst und beruhigt die Stressbiologie. (Bauer S. 50). Hormone, die mit der Aggression in Zusammenhang stehen, sind weitgehend ident mit den Stresshormonen, zum Beispiel DHT, die aktivste Form des Testosterons, Adrenalin, Noradrenalin und Dopamin, der Treibstoff der Motivationssysteme. Stresshormone stimulieren die Aggressionsmechanismen des Gehirns im Hypothalamus. Die Steigerung der Aggression fördert wiederum die Ausschüttung der Stresshormone. Darin liegt eine Erklärung, warum aggressives Verhalten schwer zu stoppen ist. Die Kehrseite der Stressreaktion Aggression ist die Depression, die mit einem Zusammenbruch des Motivationssystems verbunden ist. Beide stressbedingten Verhaltensweisen sind Symptome der posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS oder PTSD), einer psychischen Erkrankung, in welcher der negative Dauerstress (Disstress) eine Rolle spielt.

Während die typischen, vielleicht vereinfachten Stressreaktionen in der Vorbereitung und Durchführung von Angriff oder Flucht bestehen (Steinzeitstress), erfordern moderne insbesondere berufliche Situationen differenziertere Verhaltensweisen. Flucht oder Angriff bei einer belastenden, stressigen Situation am Arbeitsplatz sind keine geeigneten Reaktionsformen. Die physiologischen Abläufe sind hingegen ident. Wenn das Gleichgewicht von Anforderung und Ressourcen aus dem Ruder läuft, das Flowgefühl des Eustresses der Über- oder Unterforderung weicht, ist Gegensteuern angesagt. Die Wahrnehmung ist eingeschränkt und auf das Objekt der Aggression konzentriert. Der Tunnelblick konzentriert die optische Wahrnehmung auf dieses Objekt. Die Aktivität der Spiegelneurone ist herabgesetzt, wodurch empathische, beziehungsorientierte Impulse der aggressiven Person reduziert sind. Furcht und Angst werden durch das aggressive Verhalten überwunden.

## Risikotyp A

- Hohes, überhöhtes Engagement ohne positive Emotion
  - Bedeutsamkeit der Arbeit
  - Verausgabungsbereitschaft
  - Perfektionsstreben
- Geringe Distanzierungsfähigkeit
- Wenig belastbar, unruhig, unausgeglichen
- Hohe Resignationstendenz
- Erlebt wenig Lebenszufriedenheit und soziale Unterstützung
- Negative Gefühle überwiegen

Aggressive KlientInnen

14

In der Stresstypologie hat sich der Risikotyp A herauskristallisiert (Linneweh S. 176.181). Personen dieses Typs verbreiten durch ihr Verhalten Hektik und Unruhe. Sie sind konkurrenzorientiert, neigen zu aggressiven Durchsetzungen, sind grenzenlos leistungsbereit (Workaholic), hektisch und ungeduldig, ruhelos und nehmen Umgebungsreize schnell wahr. Ihre Sprache ist explosiv, der Muskeltonus gespannt, die Bewegung unruhig. Sie gönnen sich keine Pausen und erleben einen hohen Zeitdruck, da der Perfektionsanspruch hoch ist. Sie müssen daher kontrollieren und den Überblick bewahren, damit keine Fehler passieren können, bei sich selber und bei den Mitmenschen. Das Gefühl, trotz hohem Engagement nicht perfekt zu sein, färbt ihre Wahrnehmung negativ und lässt sie leicht resignieren. Sie erleben Situationen, welche Möglichkeiten der Ruhe und Entspannung bieten, als Leistungsbereiche. Das kooperative Verhalten ist eingeschränkt, da Typ A Personen konkurrenzorientiert sind. Sie vergleichen sich permanent auf der Leistungsebene mit Kollegen in der Arbeit, aber auch im Freizeitbereich und kämpfen um Anerkennung und Überlegenheit.

Der A- Typ wird als Risikotyp bezeichnet, da er disstressorientiert ist und dadurch seine Gesundheit gefährdet. Die Gefährdung liegt in den Mustern des Verhaltens und der Wahrnehmung: Ein überhöhtes Engagement, einhergehend mit eingeschränkter Fähigkeit, sich zu distanzieren. Eine starke Resignationstendenz, selbst Erfolg wird negativ gedeutet, denn trotz intensivsten Einsatzes könnte das Ergebnis noch besser sein. Der psychische Widerstand ist vermindert und die Krankheitsneigung bei Belastungen ist hoch. Es überwiegt das negative Lebensgefühl. Das Zusammentreffen von Aktivierung und negativer Deutung finden wir ebenso bei der Wahrnehmung von Aggressionsauslösern.

# Pragmatische Paradoxien

- Voraussetzungen
  - Eine bindende komplementäre Beziehung
  - Eine Handlungsaufforderung, die sich selbst verunmöglicht. Jeder Durchführungsversuch widerspricht dem anderen Teil derselben Handlungsaufforderung
  - Die komplementäre Beziehung kann nicht verlassen werden, eine Metakommunikation ist unmöglich.

Aggressive KlientInnen

15

Bei paradoxen Situationen sind Entscheidungen erschwert, bei genauer Betrachtung sogar unmöglich. Paradoxie bedeutet einen scheinbaren oder tatsächlichen Widerspruch (Simon S. 104-111). Die pragmatische Paradoxie ortet den Widerspruch zwischen der logischen Ratio und dem Handeln (z.B. die „sei spontan Paradoxie“)

Die Double Bind Paradoxie stellt eine sozusagen verschärfte Form der pragmatischen Paradoxie dar, indem sie den Versuch einer pragmatischen Lösung zusätzlich an eine negative Auswirkung auf die Beziehung koppelt, wenn z.B. jede der möglichen Entscheidungen mit Liebesverlust verbunden ist.

Da unser Verhalten sich zum Glück über logisch- formale Gesetze hinwegschwindeln kann, eben pragmatisch ist, ergeben sich auch Möglichkeiten der Lösung von nach formal- logischen Kriterien unlösbaren Paradoxien. Der männliche Dorfbarbier mit der Handlungsaufforderung, alle Männer des Dorfes zu rasieren, die sich nicht selbst rasieren, wird praktisch kein Problem mit dieser Paradoxie haben und auch der Auftraggeber wird sich nicht daran stoßen, dass der Barbier, egal was er macht, falsch handelt.

## Paradoxien und Aggression

- Erst die Entscheidung bringt das Problem hervor
- Die Entscheidung ist die Wurzel aller psychischen und sozialen Differenzierungsprozesse (Simon 2006)
- Paradoxien provozieren interaktionelle Lösungen
- Aggression könnte die psychische oder soziale Konfliktlösung bewirken

Aggressive KlientInnen

16

Viele Entscheidungen haben Nebenwirkungen, die mit zu bedenken sind. Wenn die Nebenwirkungen übersehen oder (meist aus nachträglicher Erkenntnis) falsch bewertet werden, kann eine Entscheidung mehr Schaden anrichten als der Nutzen ausmacht, der erwartet wird. In vielen Situationen bringt das sorgfältige Prüfen der Voraussetzungen und Folgen der Entscheidung eine Situation hervor, die den Charakter pragmatischer Paradoxien hat: Die Vorteile der Entscheidung werden durch die Nachteile aufgewogen, die Lage scheint gelähmt. Um Entscheidungen und Eindeutigkeiten in Situationen zu erzielen, die gleichwertige Auswirkungen auf die andere Seite haben, stellt aggressives Verhalten ein probates Mittel dar. Es durchbricht gewaltsam die gelähmte Lage und bringt die Sache wieder in Fluss. Neben diesem strategischen Argument spielt das situative Element eine Rolle. Entscheidungen, die erwartet werden und lange dauern, erhöhen das Stressniveau. Irgendwann hat die Geduld ein Ende. Beispiele finden sich bei Ausbildungsentscheidungen Heranwachsender ebenso wie bei der Regierungsbildung, die, wenn sie zu lange dauert, die Medienberichterstattung zu Kommentaren mit steigender aggressiver Ladung bringt.

Pragmatische Lösungen von Paradoxien gelingen in den auf Interaktion beruhenden psychischen und sozialen Systemen durch die Differenzierung in zwei Richtungen. Entweder wird eine zeitliche oder eine räumliche Komponente eingeführt. Widersprüchlichen Impulsen, welche an sich die Entscheidung lähmen, kann hintereinander nachgegangen werden. Die Lösung liegt im Umstand, dass diese Impulse nicht mehr widersprüchlich sind, wenn sie sozusagen mit Hilfe der Zeit auseinandergezogen werden. Die Lösung auf räumlicher kann durch eine Aufteilung in unterscheidbare Abteilungen erfolgen, die gleichzeitig bestehen. Wenn beispielsweise eine paradoxe Situation die Psyche strapaziert und lähmt, könnte gefragt werden, ob sie leichter entschieden werden kann, wenn sie unter dem Aspekt der Gesundheit betrachtet wird. Es wird ein Segment der Psyche favorisiert, damit die Entscheidung gelingt. Die Entscheidung paradoxer Situationen zwingt zu kreativen Differenzierungen.



# Alterstypische Entwicklung der Aggression

- **1. Halbjahr:** negative Emotionen (Ankleiden, Waschen)
- **2. Halbjahr:** körperlich objekt- statt personbezogen
- **2. Jahr:** Trotzanfälle, personbezogene Aggression
- **3. Jahr:** Trotzanfälle, aggressives Verhalten individuell und geschlechtstypisch
- **Vorschulalter:** Rückgang der Trotz- und Wutausbrüche
- **Grundschule:** individuelle Unterschiede, Mädchen mehr indirekt, Burschen mehr körperlich
- **Jugend:** Gewalt durch Körperkraft, antisoziale Gruppen, Delinquenz
- **Erwachsene:** bis 25a Rückgang der Aggressions- und Delinquenzrate, bei Einzelnen Verfestigung aggressiven Verhaltens

Aggressive KlientInnen

17

Bei Kleinkindern vor dem 2.-3. Lebensjahr können negative Emotionen noch nicht als aggressives Verhalten bezeichnet werden. Der Zusammenhang ist meist klar, Schreien oder Herumschlagen sind unmittelbar mit einer mangelnden Bedürfnisbefriedigung, meistens Essen oder Schlafen verbunden. Ein weiterer Aspekt der Wahrnehmung aggressiven Verhaltens spielt bei Kleinkindern eine Rolle. Das aggressive Verhalten muss als bedrohlich wahrgenommen werden können, als psychisch oder körperlich verletzend oder beleidigend, wie immer die Intention der aggressiven Person ist. Wenn sich ein 20-jähriger Muskelprotz so verhält, wie ein 2 Jahre altes Kleinkind, das eben nicht bekommt, was es will, würde nicht von Trotzverhalten oder Wutanfall gesprochen werden, sondern von bedrohlicher Aggression.

Ab dem 2.-3. Lebensjahr kann von aggressivem Verhalten gesprochen werden, wenn die ausgedrückte Wut über den Protest hinausgeht und Personen, meist die Eltern, gezielt attackiert werden, natürlich im Rahmen der Möglichkeiten des Kleinkindes. Die Aggression bekommt den Beziehungsbezug. Eine verfestigte Aggression in dieser Lebensphase kann zum Leitsatz vieler gewaltbereiter Jugendlicher führen: „ich hatte keine andere Wahl“. Bis zum Schulalter haben die meisten Kinder verschiedene Varianten der Durchsetzung gelernt, auch die Fähigkeit, das eigene Bedürfnis in einen sozialen Kontext zu stellen. Sprachliche Kompetenz spielt hier eine große Rolle, die sprachliche Kompetenz erweitert allerdings auch die verbale Aggressionsmöglichkeit (Nolting S. 146-149).

Rein vom phänomenalen Standpunkt kumuliert aggressives Verhalten im Jugendalter, besonders bei männlicher Aggression. Jugendliche sind besonders gefährdet, sich über individuelle und kollektive Aggression gesellschaftlich und für ihr weiteres Fortkommen nachteilig zu positionieren. Ihnen wird allerdings auch von der „etablierten Umwelt“ oft in einer aggressiven Weise begegnet und es ist nicht immer leicht, den Appellcharakter der Aggression für sozial gelingende Beziehungen zu erkennen. Lebensphasen mit einem hohen Veränderungspotential erfordern Fähigkeiten, sich im sozialen Gefüge neu zu ordnen und den Stress zu bewältigen, der bisweilen mit den Veränderungen einhergeht. Aggressives Verhalten kann in Kontext mit persönlichen und sozialen Veränderungen gesehen werden.

## Literatur:

**Bandura Albert:** Aggression. Eine sozial-lerntheoretische Analyse. Klett, Stuttgart 1979. zit. nach Nolting

**Bauer Joachim:** Prinzip Menschlichkeit. Hoffmann und Campe, Hamburg 2006

**Dollard J., Doob L.W., Miller N.E., Mowrer O.H., Sears R.R.:** Frustration and aggression. Yale University Press, New Haven 1939. zit. nach Herkner

**Freud Sigmund:** Jenseits des Lustprinzips (1920). In: Studienausgabe, Bd. III: Psychologie des Unbewussten. Fischer, Frankfurt am Main 1975, S. 213-272

**Hacker Friedrich:** Aggression, Die Brutalisierung der modernen Welt. Molden, Wien 1971, zit. nach Nolting

**Herkner Werner:** Einführung in die Sozialpsychologie. Hans Huber, Bern 1975

**Linneweh Klaus:** Bevor es mich zerreißt. Strategien für ein erfolgreiches Selbstmanagement. Econ, München - Düsseldorf

**Lorenz Konrad:** Das sogenannte Böse. Zur Naturgeschichte der Aggression. Borotha-Schoeler, Wien 1963, zit. nach Nolting

**Nolting Hans-Peter:** Lernfall Aggression. Wie sie entsteht – wie sie zu vermindern ist. Eine Einführung. Rohwolt, Reinbeck 2005

**Simon Fritz B.:** Einführung in Systemtheorie und Konstruktivismus. Carl Auer Systeme, Heidelberg 2006

Weblinks von „<http://de.wikipedia.org/wiki/Aggression>“

- [Aggression und präventive Maßnahmen](#)
- [Gewalt und Aggression unter Jugendlichen](#)
- [Arten von Aggression](#)
- [Kohrs Machttheorie der Aggression](#)
- [Stichwort: Aggression \(Lexikon der Gestalttherapie\)](#)
- [Spiele & Übungen zum Umgang mit Aggression](#)
- [Humanethologische Aspekte der Aggression \(Die Sichtweise der so genannten klassischen vergleichenden Verhaltensforschung, PDF\)](#)
- [Vom Werkzeugmacher zum Aasfresser: Vorstellungen von der Menschwerdung im Spiegel der Wissenschaftsgeschichte](#)

Doppelbindung: <http://de.wikipedia.org/wiki/Doppelbindungstheorie>

Soziales Lernen: [http://de.wikipedia.org/wiki/Soziales\\_Lernen](http://de.wikipedia.org/wiki/Soziales_Lernen)

Stress und Aggression: <http://psychiatry.co.uk/aggression/index.html>

Zimbardo Gefangenexperiment: [www.prisonexp.org/](http://www.prisonexp.org/)