



Aggressionen und aggressives Verhalten



Was bedeutet für Sie „Aggression“ bzw. was ist aggressives Verhalten?

Aggression ist ein inflationär gebrauchter modischer Begriff. Meist werden physische Aggressionen in Form von Gewalt gemeint. Man muss aber auch psychische Aggressionen bedenken (Drohungen, verbale Aggressionen). Dollard (1939) definierte Aggression als eine „Handlung, deren Ziel die Verletzung eines Organismus (oder Organismus-Ersatzes) ist“.

Zufällige Verletzungen scheiden aus, da sie nicht als Ziel gelten; Phantasien können hingegen Aggressionen sein.

- 1) Aggression ist **Verhalten**, kein Motiv und kein aggressionsaffiner Affekt (wie etwa Ärger, Wut, Hass).
- 2) Das **Ziel** soll verhindern, dass zufälliges Schädigen als Aggression gilt. Eine tatsächliche „Absicht“ ist jedoch nicht nötig, weil sonst z.B. Tiere, kleine Kinder und Absichten von Straftätern nicht aggressiv wären.
- 3) Vandalismus und Umweltverschmutzung können zu den Aggressionen gerechnet werden, wenn man "Organismus" nicht zu eng, sondern z.B. auch Gruppen oder Institutionen darunter fasst. Unter "Aggressivität" kann man die relativ überdauernde Bereitschaft eines Menschen zu aggressivem Verhalten verstehen.

„Aggression zielt auf das absichtliche Zufügen von Schaden/Schmerz bei Personen“ *Wille + Ziel*



Arten von Aggressionen

- Instrumentelle Aggression: ein bestimmtes Ziel soll erreicht werden (bspw. Krieg zur Landgewinnung; Foul beim Sport, um ein Tor zu verhindern).
- Feindselige Aggression (auch „Reaktive Aggression“): Zufügen von Schaden und Schmerz; getrieben von Emotionen wie Wut/Ärger; häufig als Folge einer wahrgenommenen Provokation; im Regelfall keine Kosten-Nutzen-Bilanz! Selbst negative Konsequenzen werden in Kauf genommen.

Äußerungen:

- Physische Aggression: Körperlicher Schaden soll zugefügt werden.
- Verbale Aggression: Jemanden beschimpfen, über ihn reden.
- Direkte Aggression: Klar erkennbar; direkt an Zielperson gerichtet.
- Indirekte Aggression: eigentliche Intention (Schaden zuzufügen) wird verborgen – Täter evtl. nicht identifizierbar; häufig wird soziales Netzwerk einbezogen (Lästern, Sachverhalte verbergen usw.).

Betrachtungsmöglichkeiten von aggressivem Verhalten:

- Nach der Schädigung,
- Nach der Intention (Absicht, Gerichtetheit),
- Nach der Normabweichung.

Warum tritt Aggression auf?

Vielfältige Theorien: Verschiedene Theorien stehen sich gegenüber oder ergänzen sich. Aktuelle Studien ergänzen Einzelheiten wie beispielsweise die Wirkung von ungewöhnlicher Temperatur (Hitze/Kälte) das Auftreten aggressiver Gefühle erhöhen.

Triebtheoretischer Ansatz

Triebtheorien (Freud/Lorenz) gehen davon aus, dass Aggression angeboren sind und sich im Laufe der Menschheitsgeschichte als Vorteilhaft erwiesen haben: Aggression liege in der menschlichen Natur.



Sigmund Freud: Trieb mit sexueller und aggressiver Komponente

Der Mensch hat lt. Freud von Geburt an einen Hang zur Aggressivität als Ausdruck eines Triebes. Der Mensch strebt danach, seine Triebe und Bedürfnisse zu befriedigen. Bei einer Hinderung entsteht Unlust/Gefühl von Hass/Aggression, die sich gegen das richtet, was die Unlust bewirkt. Aggression ist demnach unvermeidbar und kann lediglich kontrolliert werden. Freud beschreibt das die Frustrationen des Alltages sich wie in einem Dampfkessel aufstauen. Diese aufgestaute Aggression muss (in aggressivem Verhalten) entladen werden (Katharsis¹-Hypothese). Abwehrmechanismen sind eine Alternative zum eigenen aggressiven Verhalten. Freud empfiehlt Aggressionen zu reduzieren, indem man gesellschaftlich unschädliche Möglichkeiten zur Abreaktion des Triebes schafft. Die Triebenergie wurde von Freud als Libido bezeichnet. Diese Energie strebt nach Erfüllung („Lustprinzip“) und unterscheidet sich in zwei Triebrichtungen: dem Lebenstrieb (Eros), zu dem alle lebenserhaltenden Triebe zählen, und dem Todestrieb (Thanatos), der den Drang beschreibt, zum Unbelebten zurückzukehren bzw. Dinge zu zerstören. Mit dem Todestrieb Thanatos beschrieb Freud einen eigenen Trieb der Aggression. Unter dem Eindruck des ersten Weltkrieges führte Freud bspw. aus, dass der Todestrieb sich nicht nur gegen andere, sondern auch gegen sich selbst richte.

Empirisch ist dieser Ansatz nicht belegbar: Das Ausleben von Aggression führt zum Ansteigen von Aggression!



Konrad Lorenz: Der biologische Ansatz „Survival of the fittest“ (nach Darwin)

Konrad Lorenz übernahm Darwins Aspekte und meinte dieser ‚Instinkt‘ zum Kampf sei notwendig und in jedem von uns: Kampfinstinkt für das eigene Überleben durch besser Chancen im biologischen Wettstreit.

- dient dem Verjagen von Feinden,
- der erfolgreichen Weitergabe der eigenen Gene / Gewinnung von Sexualpartnern sowie
- der Erbeutung von Nahrung.

Modelllernen nach Albert Bandura: Aggressives Verhalten

Aggressionen bzw. aggressives Verhalten ist nach Bandura erlernt. Auf der Basis von Skinner wird die Auftretenswahrscheinlichkeit bestimmter (aggressiver) Verhaltensweisen durch Belohnung erhöht und durch Bestrafung gesenkt. Bandura erweiterte diesen Ansatz um die stellvertretende Erfahrung: Verhalten wird nicht nur durch direkte/eigene Erfahrung gelernt (Skinner), sondern auch indirekt durch die Beobachtung anderer Personen: Tim zeigt das aggressive Verhalten X und bekommt darauf hin Anerkennung durch seine Clique. Dies führt lt. Bandura zur Erhöhung der Auftretenswahrscheinlichkeit der Nachahmung. Horst hat die Szene von Tim beobachtet und kommt in einem (mehr oder weniger bewussten) Denkprozess zu dem Entschluss, dieses beobachtete aggressive Verhalten nachzuahmen.

"Kinder, die beobachteten, wie erwachsene Modelle eine große Plastikpuppe boxten, schlugen und traten, zeigten im weiteren Verlauf des Experiments häufiger derartige Verhaltensweisen als Kinder aus Kontrollgruppen, die die aggressiven Modelle nicht beobachtet hatten [...]. Nachfolgeuntersuchungen erbrachten,

¹ (Griechisch: Reinigung) sich von inneren Spannungen durch emotionales Abreagieren befreien

dass Kinder aggressive Verhaltensweisen schon dann nachahmten, wenn sie die Modelle lediglich im Film gesehen hatten oder wenn die Modelle sogar nur Zeichentrickfiguren gewesen waren." Zimbardo (1999)

„**Media Violence**“ mit 4-5-jährigen Kindern, davon 48 Jungen und 48 Mädchen – 1963 - Bandura, Ross & Ross

- Frau spielt (live) aggressiv mit Puppe „Bobo-Doll“ (bspw. Schlag mit Hammer auf große Plastik-Puppe): 21 Kinder zeigen aggressives Verhalten
- TV-Aufzeichnung mit aggressivem Spiel: 16 Kinder zeigen aggressives Verhalten
- Comic mit aggressivem Spiel: 10 Kinder zeigen aggressives Verhalten
- Kontrollgruppe: 3 Kinder zeigen aggressives Verhalten



Sekundärergebnis „Geschlechtsunterschiede“: Jungens direkter aggressiv; Mädchen indirekter aggressiv.

Ein weiterer „Bandura-Versuch“: In der **ersten Phase**, der Lernphase (Beobachtungsphase), sah jedes Kind einen speziell für diesen Zweck gedrehten Film, der mithilfe technischer Tricks über den Fernsehschirm ablief. Alle Kinder sahen den gleichen Film; lediglich der Ausgang des Films war für jede der drei Gruppen verschieden. Der Film enthielt vier physische und vier verbale Aggressionsäußerungen, also acht Aggressionen; diese wurden im Film zweimal wiederholt.

- (1 + 2) „Rocky“, die Modellperson, ging auf eine lebensgroße aufgeblasene Plastikpuppe zu, setzte sich darauf und boxte sie mehrmals auf die Nase. Die begleitende verbale Aggression dazu war: „Puh, direkt auf die Nase, bum-bum.“
- (3 + 4) Rocky stellte die Puppe senkrecht auf und schlug mit einem großen Holzhammer auf ihren Kopf ein. Dazu die Worte: „Verdammt ... bleib stehen.“
- (5 + 6) Mit gut gezielten Fußtritten beförderte er die Puppe quer durch den Raum. Sein Kommentar dazu, in aggressivem Tonfall: „Flieg weg.“
- (7 + 8) Schließlich warf Rocky Gummibälle nach der Puppe und rief lauthals bei jedem Wurf „päng“. Der Film fand, je nach experimenteller Gruppe, ein anderes Ende.
- Die 11 Kinder der ersten Gruppe sahen, dass Rockys Aggressionen belohnt wurden, d.h. ein Erwachsener überschüttete ihn mit Süßigkeiten und lobenden Worten („großer Held“, „starker Champion“ usw.).
- Bei der 2. Gruppe wurde Rocky bestraft: der Erwachsene schlug ihn mit einer aufgerollten Zeitung, bezeichnete ihn als „brutalen Kerl“.
- Bei der 3. Gruppe blieben Rockys Aggressionen ohne jegliche Konsequenz, er wurde weder bewundert und gelobt noch bestraft.

In der **zweiten Phase** (spontane Imitationsphase) wurden die Kinder einzeln in ein Spielzimmer gebracht, in dem sich neben neutralem Spielzeug (Plastiktiere, Puppenstube usw.) auch die Gegenstände befanden, die vorher im Film zu sehen gewesen waren (lebensgroße aufblasbare Plastikpuppe, drei Gummibälle, Holzhammer). Jedem Kind wurde ausdrücklich erklärt, dass es mit allen Gegenständen spielen dürfe. Daraufhin verließ der Versuchsleiter den Raum und ließ das Kind 10 Minuten lang durch eine Einwegscheibe von einer Person beobachten, die nicht wusste, zu welcher experimentellen Gruppe das Kind gehörte.

In der **dritten Phase** (Verstärkungsphase) forderte der Versuchsleiter das Kind ausdrücklich auf, Rockys Aggressionsverhalten zu imitieren; außerdem wurde ein motivierender Anreiz gesetzt, d. h. für jede imitative Reaktion erhielt das Kind ein hübsches Abziehbild usw. Die Befunde (= durchschnittliche Anzahl der imitierten aggressiven Verhaltensweisen) zeigen deutlich, dass in der spontanen Imitationsphase (Phase 2) weniger Aggressionen aufgetreten sind als in der Verstärkungsphase (Phase 3), obwohl die Kinder keine Gelegenheit

gehabt hatten, den Film zwischen diesen beiden Phasen noch einmal zu sehen. Dieser Unterschied wird bei den Mädchen der 2. Experimentalgruppe (Modellperson wird bestraft) besonders deutlich.



Kritische Würdigung

Das Menschenbild von Albert Bandura sieht den Menschen als ein leistungsorientiertes Wesen, das ständig nach Leistungssteigerung strebt. Im Gegensatz zum Behaviorismus, der den Lernenden mehr als ein „marionettenhaftes“ Wesen sieht, das durch Verhaltenskonsequenzen aus der Umwelt beliebig steuer- und kontrollierbar ist, schreibt Bandura dem lernenden Menschen ein hohes Maß an Selbststeuerung zu: Menschen verfolgen ihre eigenen Ziele und sind motiviert, Dinge zu erlernen, die sie benötigen, um ihre Ziele zu realisieren.

Aufgabe:

Georg, 10 Jahre alt, darf sich im Fernsehen einen „Ballerfilm“ ansehen. In diesem Film besiegt der große Held alle seiner Gegner und wird am Ende des Filmes von seinen Freunden als großer Held mit entsprechender Musik gefeiert. Erläutern Sie an diesem Beispiel die sozial-kognitive Theorie und erklären Sie das Abweichen der normativ erwarteten bzw. erwartbaren Verhaltensweise(n).

Exkurs – Eine kognitive Lerntheorie?

Behaviorismus – nicht auf kognitiv? Werden Verstärker nicht auch antizipiert – also im Vorfeld als „erwartbar“ bewertet und dann entsprechend gehandelt? Ist Behaviorismus (nach Thorndike/Skinner) demnach nicht doch den kognitiven Ansätzen zuzurechnen?



Aggressionstheorie: Frustrations-Aggressionstheorie nach John S. Dollard

John S. Dollard und Mitarbeiter untersuchten das Frustrationsverhalten von Versuchstieren. Dabei ließen sie den inneren, emotionalen Zustand des beobachteten Individuums ohne Berücksichtigung. Die Frustration wird nur als Folge eines äußeren Reizes betrachtet, der zur Behinderung einer zielgerichteten Aktivität führt.

Beispiel: Sie versuchen, einen Faden durch ein sehr kleines Nadelöhr zu führen. Das ist frustrierend. Immer wieder gleitet der Faden an dem Öhr vorbei. Der Faden frant aus; Sie schneiden ein Stückchen ab, um zum Ziel zu gelangen, doch es geht wieder schief! Wie reagieren Sie, nachdem Sie 20-mal erfolglos probiert haben, den Faden durch das Nadelöhr zu bekommen?

Nach Dollard ist eine Aggression immer die Folge einer Frustration. Frustration führe zu irgendeiner Form von Aggression – also: Ohne Frustration keine Aggression!

Definitionen: Frustration ist Zustand oder Gefühl, das eintritt, wenn eine Zielreaktion (Gewünschtes, angestrebtes Ziel) gehemmt oder nicht erreicht wird (Misserfolg).

Frustration kann man eigentlich nicht beschreiben, da jeder Mensch verschiedene Ansichten davon hat, welche Situation eine Frustration ist und welche nicht, kann man sie auch als „sich über etwas ärgern“ definieren. Bedeutungsvoll für das Ausmaß einer Frustration ist:

- wie viel mir an der Sache liegt,
- Stärke der Verhinderung und
- ob mehrere Frustrationen zusammenkommen.

Frustration hat aber nicht immer eine Aggression zur Folge (evtl. nur eine „aggressive Tendenz“).

Die Frustration muss nicht objektiv („echt“) sein – es geht um das subjektive Erleben negativer Gefühle, die als Frustration erlebt werden. Bspw. das subjektive Gefühl ungerecht behandelt zu werden. Generell führen negative Emotionen wie das subjektive Erleben von fehlender Wertschätzung, Zurückweisung, abwertendes Feedback oder Bedrohung des Selbstwertes zu Frustration (und letztendlich zu gewalttätigem Verhalten). Das Ereignis der Frustration verändert den Erregungszustand eines Menschen. Eine aggressive Aktion kann

diesen Erregungszustand wieder in den normalen Zustand zurückversetzen. So spürt die Versuchsperson durch eine aggressive Handlung eine Erleichterung. Dies führt zu der Erkenntnis, dass in ähnlichen Situationen nun genau auf die gleiche (aggressive) Weise reagiert wird. Aggression ist ausweichlich, wenn eine Frustration vorausgeht, denn oft sieht man ja, dass Menschen sich mit der Situation abfinden oder sich ihr anpassen. So kann beispielsweise die Erwartung von Strafe Aggressionen hemmen.

Frustration entsteht aus einem subjektiv wahrgenommenen, unangenehmen Erleben:

- Hindernisfrustration (Ziel kann nicht erreicht werden)
- Entbehrungsfrustration (Mangel)
- Belästigungsfrustration (Angriff, Provokation)

Das Ereignis wird individuell bewertet und mit dem jeweiligen Verhaltensrepertoire bewertet; ggf. (fehlende Hemmungen) kommt es zur Aktivierung aggressiver Verhaltensweisen.



Kritische Würdigung

Neal Miller (1909 – 2002), der ebenfalls in Yale forschte und lehrte, beteiligte sich schließlich an der Weiterentwicklung der Frustrations-Aggressions-Theorie. Von ihm stammt der Begriff „Aggressionsverschiebung“. Gemeint sind damit Abwehrmechanismen in der Form von aggressivem Handeln gegen Ersatzobjekte, wenn das eigentliche Objekt der Aggression zu mächtig erscheint.

Selbst eigene Verletzungen werden nicht ausgeschlossen, wenn sich jemand selbst zum Ersatzobjekt degradiert. Aus heutiger Sicht besteht zwischen Frustration und Aggression kein zwingender Zusammenhang. Gemeinhin wird die Meinung vertreten, dass durch Frustration Anreize für diverse Verhaltensweisen entstehen. Aggression kann eine davon sein. Demzufolge hat Frustration nicht zwangsweise Aggression zur Folge, sondern stellt lediglich eine von verschiedenen Grundlagen dar.

Wie kann man Aggression begegnen?

Was hilft im echten Leben?

- Katharsis hilft nach neuen Erkenntnissen nicht!
- Bestrafung von aggressivem Verhalten kann zukünftige Aggression vermindern. Wenn aber die Bestrafung als (weitere) Frustration erlebt wird, erhöht sich die Aggressionsbereitschaft.
- Kinder und Jugendlichen keinen Zugang zu gewaltverherrlichen Medien ermöglichen.
- Gesellschaftliche Ungerechtigkeiten reduzieren, um subjektives Erleben weniger frustrierend wirken zu lassen (bspw. Ungerechtigkeiten am Arbeitsplatz reduzieren; klare Steuergerechtigkeit durch den Staat).
- Allgemeine Arbeitszufriedenheit; angemessene Anforderungen an das Individuum
- Spezielle Programme – keine universellen Programme, da nur wirksam, wenn für eine bestimmte Zielgruppe (noch besser Einzelpersonen) erarbeitet.

Elemente der Aggressionsprävention:

- Verhalten anderer Menschen korrekt interpretieren (Perspektivübernahme, Emotionserkennung bei anderen)
- Alternative Reaktionsmöglichkeiten zu aggressiven Problemlösestrategien finden
 - in feindlicher Umgebung behaupten
 - Umgang mit tief liegenden Gefühlen wie Angst und Schwäche
- Psychoedukative Elemente: Moralvorstellungen; soziale Ziele verändern (Über-Ich im Freud'schen Sinne ausschärfen)
- Metakognition: Übergreifende Fähigkeit zum Denken über das Denken: Probleme erkennen, benennen und Lösung finden – Selbstreflexion.