

# Feindseliges Verhalten

**Aggression** hat viele Gesichter: Aggressive Handlungen richten sich gegen Menschen, Gegenstände oder manchmal gegen die eigene Person. Die Auslösung bedarf spezifischer Situationen und Reize.

**M**an trifft Aggressionen fast überall an: Auf dem Schulhof, im Straßenverkehr oder in Form von Hasskommentaren im Netz. Bereits in früheren Zeiten hat es das Konstrukt gegeben: Die Bibel schildert Gewaltakte im Alten Testament, der Brudermord zwischen Kain und Abel ist nur ein Beispiel.

**Definition** Unter einer Aggression versteht man das Verhalten eines Menschen, welches das Ziel verfolgt, einer anderen Person psychischen oder körperlichen Schaden zuzufügen. 1939 definierten Dollard et al. Aggression als „eine Handlung, deren Zielreaktion die Verletzung eines Organismus (oder Organismus-Ersatzes) ist“. Aggressionen werden stets mit zerstörerischen, unangemessenen und destruktiven Verhaltensweisen in Verbindung gebracht und sind durch Schädigung, Absicht sowie Normabweichung gekennzeichnet.

**Verschiedene Ausdrucksweisen** Physische Aggressionen gehen mit Gewalt gegen Lebewesen oder Gegenstände einher, während offene verbale oder non-verbale Aggressionen sich durch Drohungen, Demütigungen oder durch eine bestimmte Mimik zeigen. Eine wichtige Unterscheidung ist auch zwischen impulsiver und instrumenteller Aggression zu treffen: Erstere entsteht als Reaktion auf Situationen und ist emotionsgeleitet. Diese Form beobachtet man beispielsweise, wenn Menschen in eine Schlägerei geraten. Die instrumentelle Aggression ist hingegen

zielgerichtet und wissensbasiert – sie findet zum Beispiel statt, wenn eine Person ein Opfer niederschlägt, um ihm Geld und Wertgegenstände zu rauben. Darüber hinaus gibt es die verdeckte Aggression, die Fantasien über Beschädigung oder Verletzungen beinhaltet. Autoaggression stellt eine Sonderform dar, denn die Schädigung richtet sich in diesem Fall gegen die eigene Person (zum Beispiel beim Ritzen). Darüber hinaus können Aggressionen positiv (von der Kultur akzeptiert) oder negativ (mißbilligt) sein.

**Entstehung der Feindseligkeit** Auslöser für Aggressionen sind oft negative Gefühle wie Frustration, Angst, Hunger, Schmerz oder Kälte. Betroffene wissen sich dann nicht anders zu helfen, als ihrem Frust durch zerstörerisches Verhalten Luft zu machen. Laut der Frustrations-Aggressions-Hypothese entsteht Frustration in Situationen, in denen Individuen in ihrer Zielerreichung gehindert werden. Durch das Ansteigen der Frustration ist die Wahrscheinlichkeit erhöht, sich aggressiv zu verhalten. Frustration muss allerdings nicht immer zu Aggression führen: Schüttet ein Kind unbeabsichtigt ein Glas Saft über die Hose seiner Mutter, wird ihre Reaktion sicherlich anders ausfallen, als wenn dies mit Vorsatz geschehen würde.

Lernpsychologische Ansätze gehen davon aus, dass Aggressionen erworben sind. Wer in der Vergangenheit von einer Person immer wieder schlecht behandelt wurde, wird bei einer Begegnung mit negativen Emotionen reagieren (klassische Konditionierung). Das operante Konditionieren spielt jedoch eine größere Rolle: Wer mit Aggressionen erfolgreich



© Nejron / iStock / Thinkstock

ist und seine Ziele erreicht, wird das Verhalten in ähnlichen Situationen wieder anwenden.

**Gewalt in den Medien** Die Auswertung zahlreicher Studien hat ergeben, dass Gewalt im Fernsehen die Häufigkeit feindseliger Gedanken und Emotionen sowie aggressives Verhalten erhöht. Gewalttätige Video- und Computerspiele scheinen einen ähnlichen Effekt zu haben. Bei Kleinkindern und jungen Schulkindern besteht eine erhöhte Gefahr, dass sie die Gewalt aus Filmen nachahmen, da sie einen großen Teil der Fiktionen für real halten und das Gesehene kritiklos annehmen. Raten Sie Eltern aggressiver Kinder demnach dazu, den Fernseh- und Computerkonsum des Nachwuchses zu begrenzen. Dieser sollte am besten auch nicht als Belohnung oder Strafe eingesetzt werden, weil die Medien dadurch für die Kinder noch attraktiver werden. Es ist sinnvoll, dass Eltern gemeinsam mit ihren Kindern Fernsehen gucken und dabei dargestellte Verhaltensweisen missbilligen oder den Realismus der Szenen in Frage stellen, sodass Kinder Medieninhalte besser verstehen lernen.

**Hormonelle Auslöser** Verschiedene Hormone fördern aggressives Verhalten: In der Pubertät steigt bei männlichen Individuen das verbale und physische Aggressionspotential, wofür insbesondere das Androgen Testosteron verantwortlich ist. Der Neurotransmitter Serotonin soll hingegen eine Rolle bei der Hemmung von feindseligen Verhalten spielen.

**Instinkt zum Überleben** Konrad Lorenz, ein Verhaltensforscher, publizierte im Jahr 1963 das Buch „Das sogenannte

Böse“. Darin stellt er den Aggressions-Instinkt vor, der bei Tieren dem Überleben und der Vermehrung dient. Dieser gewährleiste die Sicherung der Rangordnung, die Verteidigung des Lebensraumes oder den Schutz der eigenen Nachkommen. Lorenz übertrug seine Theorie auch auf den Menschen und schlussfolgerte, dass der Aggressions-Instinkt erst zum Problem werde, wenn keine Entladung aufgetauter Aggressionen stattfindet.

### Reduktion von Spannung

Eine Möglichkeit, Aggressionen zu kontrollieren, ist das Durchführen von sportlicher Aktivität, denn durch die Anstrengung wird Spannung abgebaut. Auch die Teilnahme an Wettbewerben kann dazu beitragen, dass Aggressionen reduziert werden, denn der Stolz auf die eigene Leistung trägt zur Entspannung bei. Methoden wie autogenes Training helfen Personen mit einer hohen Aggressivität ebenfalls dabei, die Wut zu kontrollieren. Bei einem Antiaggressionstraining vermitteln Fachleute Betroffenen theoretische und praktische Übungen, welche das Auftreten aggressiver Verhaltensweisen im Alltag vermindern. ■

Martina Görz,  
PTA und Fachjournalistin

# Bei REIZHUSTEN\* Phytohustil®!



**SOFORT  
WIRKSAM!**



## Phytohustil®

Die pflanzliche Soforthilfe

MIT GROßER  
**TV**  
KAMPAGNE

- ✓ Direkt an der Schleimhaut wirksam
- ✓ Befreit von schmerzhaften Hustenattacken
- ✓ Mit der starken Heilkraft der Eibischwurzel, die **entzündungshemmende Eigenschaften** hat
- ✓ Ohne zentrale Nebenwirkungen im Gegensatz zu Reizhustenmitteln mit Dextromethorphan bzw. Pentoxifyverin
- ✓ Sehr gut verträglich und für Vegetarier geeignet



Online-Schulung: Jetzt mitmachen & profitieren!  
[www.schulung.bayer.de](http://www.schulung.bayer.de)

\* Phytohustil®: Zur Linderung von Schleimhautreizungen im Mund- und Rachenraum und damit verbundenem trockenem Reizhusten.

**Phytohustil® Hustenreizstiller Sirup.** Wirkstoff: Eibischwurzel-Auszug. **Zusammensetzung:** 100 g (entsprechend 76,44 ml) Sirup zum Einnehmen enthalten folgenden Wirkstoff: Auszug aus Eibischwurzel (1 : 19,5-23,5) 35,61 g (Auszugsmittel: Gereinigtes Wasser). Sonstige Bestandteile: Ethanol 90 Vol.-% (V/V), Methyl-4-hydroxybenzoat (Ph. Eur.), Propyl-4-hydroxybenzoat (Ph. Eur.), Saccharose (Saccharose). **Anwendungsgebiete:** Bei Schleimhautreizungen im Mund- und Rachenraum und damit verbundener trockener Reizhusten. Bei Beschwerden, die länger als drei Tage anhalten oder periodisch wiederkehren, sowie bei Fieber sollte ein Arzt aufgesucht werden. **Gegenanzeigen:** Nicht einnehmen bei Überempfindlichkeit gegen Eibischwurzel, Methyl-4-hydroxybenzoat und Propyl-4-hydroxybenzoat sowie einen der sonstigen Bestandteile. Nicht einnehmen bei einer seltenen erblichen Fructose-Unverträglichkeit, einer Glucose-Galactose-Malabsorption oder einem Saccharase-Isomaltase-Mangel. **Nebenwirkungen:** Methyl-4-hydroxybenzoat und Propyl-4-hydroxybenzoat können Überempfindlichkeitsreaktionen, auch Spätreaktionen, hervorrufen. Des Weiteren können Durchfall, Bauchschmerzen, Übelkeit sowie Überempfindlichkeitsreaktionen wie z.B. Juckreiz, Dermatitis auftreten. **Warnhinweise:** Das Arzneimittel enthält 1,1 Vol.-% Alkohol. Das Arzneimittel enthält Methyl-4-hydroxybenzoat und Propyl-4-hydroxybenzoat; Packungsbeilage beachten! Das Arzneimittel enthält Sucrose (Zucker); Packungsbeilage beachten! **Stand der Information:** 05/2017. **Phytohustil® Hustenreizstiller Pastillen.** Wirkstoff: Eibischwurzel-Trockenextrakt. **Zusammensetzung:** 1 Pastille enthält folgenden Wirkstoff: Trockenextrakt aus Eibischwurzel (3 - 9 : 1) 160,0 mg. Auszugsmittel: Wasser. Die sonstigen Bestandteile sind: Arabisches Gummi, gebleichtes Wachs, gereinigtes Wasser, mittelkettige Triglyceride, Maltitol-Lösung, schwarzes Johannisbeearoma, Sorbitol-Lösung 70 % (nicht kristallisierend), Citronensäure. **Anwendungsgebiet:** Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Linderung von Schleimhautreizungen im Mund- und Rachenraum und damit verbundenem trockenem Reizhusten; ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung für das Anwendungsgebiet registriert und zur Anwendung bei Erwachsenen und Kindern ab 6 Jahren bestimmt. Bei fortdauernden Krankheitssymptomen oder beim Auftreten anderer als der in der Packungsbeilage erwähnten Nebenwirkungen sollte der Anwender einen Arzt oder eine andere in einem Heilberuf tätige qualifizierte Person konsultieren. **Gegenanzeigen:** Nicht anzuwenden bei Allergie gegenüber Eibischwurzel-Trockenextrakt oder einem der sonstigen Bestandteile. **Nebenwirkungen:** Überempfindlichkeitsreaktionen. Die Häufigkeit ist nicht bekannt. Treten diese Symptome im Verlauf der Behandlung auf, sollte das Arzneimittel abgesetzt und ein Arzt informiert werden. Bei ersten Anzeichen einer Überempfindlichkeitsreaktion dürfen die Pastillen nicht nochmals eingenommen werden. **Warnhinweise:** Das Arzneimittel enthält Maltitol-Lösung und Sorbitol-Lösung; Packungsbeilage beachten! **Stand der Information:** 04/2017.