

AGGRESSION UND GEWALT

- **Aggression:** Ein Verhalten, das eine andere Person verletzen, schädigen oder einschüchtern soll
→ **Schädigungsabsicht** als Kernmerkmal
- Unterscheidung zwischen **aggressivem Verhalten** und **aggressiven Gefühlen**
→ nicht jedes aggressive Gefühl führt zu aggressivem Verhalten
- **direkte aggressive Verhaltensweisen:**
 - › Aggression gegen andere Personen: Körperliche Angriffe, sexuelle Gewalt, verbale Angriffe; oft gegen Schwache oder Randgruppen
 - › Aggression gegen Objekte: Zerstören oder Beschädigen von Gegenständen → eigene, fremde oder öffentliche Gegenstände
 - › Aggression gegen sich selbst: Selbstverletzung; Suizid als extreme Form
- **indirekte aggressive Verhaltensweisen:**
 - › Sticheleien, Provokationen, Auslachen, Ausgrenzen
 - › verdrängte Aggression: Wut wird nicht offen gezeigt und stattdessen indirekt ausgelebt; kann zu körperlichen Beschwerden führen
- **Gewalt:** Eine besonders schwere, meist physische (= körperliche) Form von Aggression

Erklärungsmodelle für die Entstehung von Aggression und Gewalt

- **psychologische Erklärungsmodelle:** Betrachten Aggression als Folge innerer psychischer Prozesse; je nach Theorie kann sie durch Frustration, erlerntes Verhalten oder innere Triebe entstehen
 - › **Frustrations-Aggressions-Hypothese** (Dollard et al.): Frustration kann Aggression auslösen
→ siehe S. 643
 - › **Lernen am Modell** (Bandura): Aggression wird durch Beobachtung und Nachahmung gelernt
→ siehe S. 831
- **soziologische Erklärungsmodelle:** Betrachten Aggression als Folge sozialer Einflüsse, also der Gesellschaft und des Umfelds
 - › **Desintegrations-Verunsicherungs-Gewalt-Konzept** (Heitmeyer) → siehe S. 649
- **integrierte Erklärungsmodelle:** Verbinden psychologische und soziologische Ansätze, um ein vollständigeres Bild von Aggression zu bekommen
 - › **Integrierendes Modell zur Entstehung von Aggression** (Nolting) → siehe S. 653

Frustrations-Aggressions-Hypothese nach John Dollard et al.:

- **Dollards Annahmen:**

- › jede Frustration führt automatisch zu Aggression → bei Aggression muss vorher immer eine Frustration stattgefunden haben
- › je stärker die Frustration ist, desto intensiver die aggressive Reaktion
- › Frustration entsteht, wenn jemand daran gehindert wird, ein Ziel zu erreichen → die dadurch ausgelöste Aggression kann sich gegen Personen, Dinge oder sogar gegen sich selbst richten

- **Erweiterung der Hypothese nach Neal E. Miller → neue Annahmen:**

- › **Frustration führt nicht zwangsläufig zu Aggression, sondern erhöht nur die Wahrscheinlichkeit dafür** → es gibt auch alternative Reaktionen, wie z.B. Rückzug, Depression, Anpassung etc.
- › ob eine Person aggressiv reagiert, hängt von verschiedenen Faktoren ab, darunter **Erziehung, Sozialisation, Persönlichkeit, Normen** etc. → **Bsp.:** Kinder, die in einem aggressiven Umfeld aufwachsen, übernehmen häufiger das Muster, Aggression als angemessene Reaktion auf Frustration zu sehen; wer hingegen frühzeitig Strategien zur **Selbstkontrolle** erlernt, entwickelt tendenziell eine **höhere Impulskontrolle** und zeigt später seltener aggressives Verhalten

- › **Hinweisreize** (= z.B. aggressive Vorbilder, Provokationen etc.) können die Wahrscheinlichkeit von Aggression **erhöhen**, insbesondere wenn bereits **Frustration** vorhanden ist → *Leonard Berkowitz* erweiterte diese Erkenntnisse später noch durch seine Forschung
- › **Aggressionsverschiebung** tritt auf, wenn eine Person ihre Wut / Frustration nicht direkt äußern kann (z.B. aus Angst vor Strafe) und sie stattdessen auf eine andere, meist schwächere Person überträgt → = Sündenbock-Effekt

Millers Erweiterungen erklären, warum verschiedene Menschen in ähnlichen Situationen unterschiedlich reagieren.



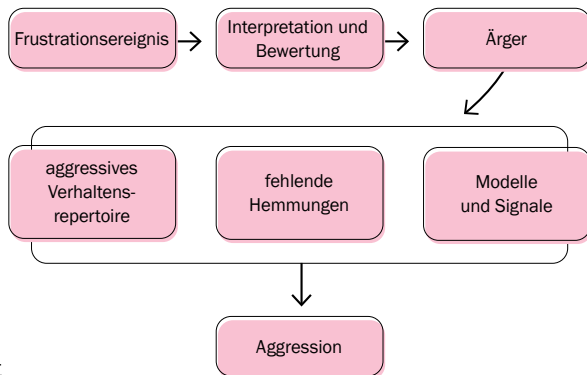
→ Pädagogische Konsequenzen:

- **Frustration identifizieren und sinnvoll reduzieren** → z.B. durch realistische Ziele, Anbieten von Unterstützung, wertschätzende Kommunikation etc.
- **Frustrationstoleranz fördern** → z.B. durch das Setzen von realistischen Herausforderungen, eine positive Fehlerkultur, Stärkung der Selbstwirksamkeit etc..
- Aggression als mögliche Reaktion von Frustration erkennen, aber gleichzeitig **alternative Konfliktlösungs- / Bewältigungsstrategien fördern** → z.B. durch Achtsamkeit, Selbstregulation, Rollenspiele, Sport, Kunst, Musik etc.

→ Weiterentwicklung zur „Frustrations-Aggressions-Kette“:

- beschreibt, wie aus Frustration in bestimmten Situationen Aggression entstehen kann
→ ein **frustrierendes Ereignis** löst eine **Kette von Reaktionen** aus, die **unter bestimmten Bedingungen zu Aggression** führen können:

1. **Frustrationseignis:**
Eine Person wird daran gehindert, ihr Ziel zu erreichen
2. **Interpretation und Bewertung:**
Die Person bewertet das Ereignis, z.B. als unfair oder provokativ
3. **Ärger:** Eine emotionale Reaktion (z.B. Ärger, Frust) entsteht
4. Weitere Einflussfaktoren kommen hinzu:
 - **aggressives Verhaltensrepertoire:**
Hat die Person gelernt, auf Frust mit Aggression zu reagieren?



- › **fehlende Hemmungen:** Gibt es Regeln oder Konsequenzen, die Aggression verhindern könnten? → wenn Strafen oder soziale Normen fehlen, steigt die Wahrscheinlichkeit aggressiven Verhaltens
- › **Modelle und Signale (= Hinweisreize):** Gibt es aggressive Vorbilder oder Signale aus der Umwelt, die Aggression begünstigen?

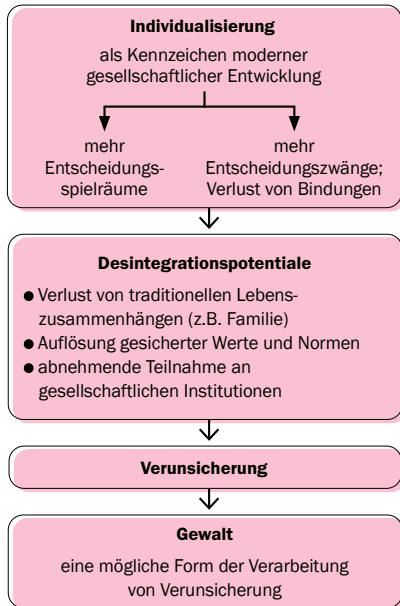
5. Ergebnis: **Aggression** kann entstehen – muss aber nicht!

- die Kette zeigt, dass Frustration nicht zwangsläufig zu Aggression führen muss → es gibt **zahlreiche Möglichkeiten, diesen Prozess zu unterbrechen:**
 - › **alternative Sichtweisen entwickeln:** Wer lernt, frustrierende Ereignisse nicht automatisch als Angriff oder Ungerechtigkeit zu sehen, sondern als Herausforderung oder Missverständnis, kann Ärger besser regulieren
 - › **Selbstregulation & Stressbewältigung fördern:** Techniken wie tiefes Atmen, Achtsamkeit oder kognitive Umstrukturierung können helfen, Ärger und impulsive Reaktionen zu vermeiden
 - › **emotionale Selbstkontrolle trainieren:** Sport, Entspannungsübungen oder gezielte Ablenkung können helfen, Ärger abzubauen

- › **soziale Unterstützung nutzen:** Gespräche mit Freunden oder Vertrauenspersonen können helfen, Emotionen zu regulieren und neue Perspektiven zu gewinnen
 - › **konstruktive Konfliktlösung erlernen:** Statt aggressiv zu reagieren, kann man lernen, Probleme durch Kommunikation oder Kompromisse zu lösen
 - › **Normen und Regeln stärken:** Konsequenzen für Gewalt (z.B. Schulregeln, gesellschaftliche Werte) erhöhen die Hemmschwelle für aggressives Verhalten
 - › **positive Vorbilder & soziale Einflüsse fördern:** Kinder/Jgdl. übernehmen eher gewaltfreie Strategien, wenn sie in einem Umfeld mit positiven Vorbildern aufwachsen
 - › **Medieneinflüsse reflektieren:** Eine kritische Auseinandersetzung mit Gewalt in Filmen, Spielen oder sozialen Medien kann helfen, aggressives Verhalten nicht als „normal“ anzusehen (Stichwort: Medienkompetenz → mehr dazu auf S. 981)
-
-
-
-
-

Desintegrations-Verunsicherungs-Gewalt-Konzept nach Wilhelm Heitmeyer:

- Heitmeyer stellte sich die Frage: **Warum werden Menschen gewalttätig?**
- seine Grundidee: **Soziale Desintegration** als Auslöser für Gewalt:
 - durch die **zunehmende Individualisierung** in der Gesellschaft werden Menschen immer **unabhängiger von traditionellen sozialen Strukturen**
 - Menschen brauchen jedoch **Anerkennung, soziale Sicherheit und Zugehörigkeit** → wenn diese Bedürfnisse nicht erfüllt sind, spricht man von Desintegration – also einem Verlust von sozialen Bindungen
 - **Desintegration führt zu Verunsicherung:** Die betroffene Person weiß nicht mehr, wie sie sich verhalten soll → um sich selbst aufzuwerten oder Kontrolle zurückzugewinnen, kann es zu Gewalt kommen
- **3 Bereiche**, in denen Menschen Desintegration erleben können:
 - **Familie** → z.B. durch fehlende emotionale Bindung, Scheidung der Eltern
 - **Gesellschaft** → z.B. durch Arbeitslosigkeit, soziale Ungleichheit
 - **Werte und Normen** → z.B. durch unklare Regeln, keine festen Vorbilder



Gewalt wird als eine Option zur Bewältigung von Problemlagen gesehen, die aus Desintegrations- und Verunsicherungspotentialen resultieren. **Je stärker eine Person Desintegration erfährt, desto größer ist die Verunsicherung - und damit das Gewaltrisiko.**



- laut Heitmeyer gibt es **vier verschiedene Formen von Gewalt**, die aus der Verunsicherung entstehen können:
 - **expressive Gewalt:** Gewalt als „Selbstdarstellung“, um Aufmerksamkeit zu bekommen
 - **instrumentelle Gewalt:** Gewalt als Mittel zum Zweck, um Ziele zu erreichen
 - **regressive Gewalt:** Gewalt gegen Minderheiten
 - **autoaggressive Gewalt:** Gewalt gegen sich selbst

→ Pädagogische Konsequenzen:

- **Förderung von sozialer Integration** → Kindern/Jgdl. möglichst frühzeitig das Gefühl von Zugehörigkeit und Anerkennung vermitteln; z.B. durch eine frühzeitige Einbindung in Vereine, Jugendgruppen etc.
- **Vermittlung demokratischer Werte** → Kindern/Jgdl. das Gefühl geben, dass ihre Meinung zählt und sie aktiv an gesellschaftlichen Prozessen teilnehmen können; z.B. durch Partizipation
- **Verbesserung der Chancengleichheit** → Unterstützung für sozial benachteiligte Kinder/Jgdl., um ihnen gleiche Entwicklungsmöglichkeiten zu bieten; z.B. durch Stipendien, kostenlose Förderprogramme & Freizeitangebote etc.

Integrierendes Modell zur Entstehung von Aggression nach Hans-Peter Nolting:

- Nolting sieht Aggression als das **Ergebnis eines Zusammenspiels mehrerer Faktoren**
→ es gibt nicht nur eine einzige Ursache für aggressives Verhalten
- er unterscheidet **vier Hauptkategorien**, die aggressives Verhalten beeinflussen:

1. Personale Dispositionen

- **moralische Einstellungen:** Hält jemand Gewalt für akzeptabel oder lehnt er sie ab?
- **Gewohnheiten und Fähigkeiten:** Hat die Person gelernt, Wut zu kontrollieren? Haben sich aggressive Verhaltensweisen in der Vergangenheit bewährt?
- **Empfindlichkeit:** Manche Menschen sind schnell gereizt oder interpretieren neutrale Situationen als feindselig → vermuten böse Absichten

2. Entwicklungsbedingungen

- Aggression kann durch **Lernerfahrungen** verstärkt werden, z.B.:
 - › wenn eine Person nicht gelernt hat, ihre aggressiven Impulse zu kontrollieren

- › wenn Eltern, Freunde oder andere **Vorbilder** selbst häufig aggressiv reagieren
→ Lernen am Modell (siehe S. 831)
- › wenn aggressive Verhaltensweisen durch **Belohnung oder fehlende Konsequenzen** verstärkt wurden → operante Konditionierung (siehe S. 821)

3. Situationsfaktoren

- bestimmte Situationen **begünstigen aggressives Verhalten**:
 - › **Frustration oder Provokation**
 - › bestimmte **Reize oder Symbole**, wie z.B. das Trikot eines gegnerischen Teams → Klassische Konditionierung / Signallernen (siehe S. 815)
 - › **anwesende Personen**: In Gruppen oder Cliquen kann der Druck, sich durch Aggression zu behaupten, steigen
 - › **fehlende Hemmungen**: Wenn keine Strafe oder negative Konsequenz droht
 - › **Anreize oder Nutzen durch Aggression**: Wenn eine Person sich durch aggressives Verhalten Vorteile verspricht, z.B. Anerkennung in der Gruppe

4. Aktuelle innere Prozesse

- **Menschen interpretieren Situationen unterschiedlich;** dies beeinflusst, wie sie reagieren:
 - › War die Handlung des anderen absichtlich oder ein Versehen?
 - › Wird eine Situation als demütigend oder ungerecht empfunden?
 - › Glaubt die Person, dass sie in einem wichtigen Ziel behindert wird?
 - › Glaubt die Person, dass Aggression notwendig ist, um ihr Ziel zu erreichen?

→ Pädagogische Konsequenzen:

- **Förderung von Selbstkontrolle & Emotionsregulation:**
 - › Impulskontrolle und Frustrationstoleranz stärken, z.B. durch Atemübungen, Entspannungstechniken & Selbstreflexion
 - › Training gewaltfreier Konfliktlösungsstrategien, z.B. durch gewaltfreie Kommunikation, Empathietraining & Perspektivwechsel-Übungen
 - › aggressionsfördernde Reize & Verstärker reduzieren, z.B. durch Deeskalationsstrategien und bewussten Umgang mit Belohnungssystemen

- **Stressreduktion & Struktur im Alltag schaffen:**

- › Stressmanagement in Lern- & Arbeitssituationen verbessern, z.B. durch regelmäßige Pausen, Bewegungsangebote und klare Strukturen
- › strukturierte Freizeitangebote zur Kanalisierung von Emotionen, z.B. Sport, Kunst, Musik als Ausdrucksmöglichkeiten
- › aggressionsfördernde Medien und Umweltreize reflektieren, z.B. durch kritische Auseinandersetzung mit Gewalt in Filmen / Spielen

- **Förderung sozialer Verantwortung & Aggressionshemmung:**

- › aggressionshemmende Mechanismen stärken, z.B. durch moralische Reflexion, Empathieförderung und soziale Verantwortung
- › Vorbildlernen durch Erwachsene nutzen, indem Fach- und Lehrkräfte, Eltern & sonstige Bezugspersonen gewaltfreie Konfliktlösungen aktiv vorleben & erklären
- › prosoziales Verhalten verstärken, z.B. durch Anerkennung kooperativer Verhaltensweisen

• Etablierung gemeinsamer Werte & Normen für ein friedliches Miteinander:

- gemeinsame Werte und Fairness-Regeln aufstellen, um Gruppendruck zu aggressivem Verhalten zu reduzieren
- Vorbildrollen in Medien kritisch hinterfragen und gewaltfreie Alternativen aufzeigen
- Normen für gewaltfreie Interaktion stärken, z.B. durch gezielte Reflexion: „*Wie würdest du dich fühlen, wenn...?*“
- Konsequenzen aggressiven Verhaltens sichtbar machen, z.B. durch Perspektivübernahme und Wiedergutmachung statt reiner Bestrafung

Ein Beispiel*:

Tim (17) ist oft auf Social Media unterwegs und beteiligt sich an Hate-Kommentaren. Er beleidigt andere in Chats, verbreitet Gerüchte und schließt bewusst bestimmte Mitschüler aus. In der Schule ist er eher unauffällig, aber online wird er aggressiv.

Frage: Warum zeigt Tim dieses aggressive Verhalten?**→ Dollards Frustrations-Aggressions-Hypothese**

Erklärung: Tim könnte persönliche Frustrationen erleben (z.B. schulischer Druck, familiäre Konflikte etc.), die er nicht anders verarbeiten kann. Da es für ihn keine positiven Alternativen zum Frustabbau gibt, entlädt sich seine Wut in der digitalen Welt, wo er keine direkten Konsequenzen befürchten muss.

Pädagogische Maßnahmen: Es wäre wichtig, Tims Frustrationsquellen zu identifizieren und gemeinsam mit ihm alternative Strategien für den Umgang mit Stress und Ärger zu entwickeln. Dies könnte z.B. durch Sport, kreative Ausdrucksformen oder gezieltes Emotionsmanagement geschehen.

* vereinfachte Darstellung

→ Frustrations-Aggressions-Kette

Erklärung: Tim könnte die Hasskommentare als Ventil für seine Frustration nutzen, die möglicherweise auf Stress oder Probleme im realen Leben zurückzuführen ist. Da das Internet eine gewisse Anonymität bietet und er keine unmittelbaren Konsequenzen für sein Verhalten spürt, kann er seine Aggressionen dort ungehemmt ausleben. Zudem bewegt er sich möglicherweise in Online-Communities, die aggressives Verhalten fördern und als Vorbilder für sein eigenes Handeln dienen.

Pädagogische Maßnahmen: Tim sollte alternative Strategien zur Frustbewältigung kennen lernen, wie Sport, kreative Aktivitäten oder Gespräche. Außerdem braucht er Informationen über die rechtlichen und sozialen Folgen von Hate Speech, um sein Verhalten reflektieren zu können. Der Austausch mit Opfern von Cybermobbing könnte seine Empathie fördern. Schließlich wäre es wichtig, ihn zu einem bewussteren Umgang mit sozialen Medien und zur Distanzierung von toxischen Gruppen zu ermutigen.

→ Heitmeyers Desintegrations-Verunsicherungs-Gewalt-Konzept

Erklärung: Tim könnte sich in bestimmten Bereichen seines Lebens ausgeschlossen oder nicht wertgeschätzt fühlen. Seine Hate-Kommentare könnten der Versuch sein, in einer Online-Gruppe Anerkennung zu gewinnen oder sich über andere zu erhöhen, um eigene Unsicherheiten zu kompensieren.

Pädagogische Maßnahmen: Statt Tim für sein Verhalten zu bestrafen, sollte man ihm alternative Wege aufzeigen, um soziale Anerkennung zu erhalten. Das könnte durch die Einbindung in positive Gruppenaktivitäten (z.B. Schulprojekte, Sport, ehrenamtliches Engagement etc.) geschehen. Zudem sollte er darin gestärkt werden, sein Selbstwertgefühl nicht von anderen abhängig zu machen.

→ Noltings Integrierendes Modell zur Entstehung von Aggression

Erklärung: Tim nutzt gezielt die Anonymität des Internets als „Schutzschild“, um seine Aggression auszuleben. Möglicherweise hat er gelernt, dass sein Verhalten keine ernsthaften Konsequenzen hat oder dass es in seinem Umfeld oder auch online nicht klar als problematisch angesehen wird.

Pädagogische Maßnahmen: Tim sollte die Konsequenzen seines Handelns direkt erfahren, z.B. durch Gespräche mit Betroffenen oder durch medienpädagogische Workshops, in denen reflektiert wird, wie digitale Gewalt wirkt. Gleichzeitig wäre es wichtig, ihn in Impulskontrolle zu schulen, damit er lernt, in emotional geladenen Situationen bewusst anders zu handeln.

- 
- Die Theorien von Dollard et al., Heitmeyer und Nolting zeigen, dass Gewalt und aggressives Verhalten **keine einheitliche Ursache** haben, sondern aus dem **Zusammenspiel verschiedener Faktoren** entstehen. Rahmenaspekte wie innere Prozesse, Situation,
- 
- Persönlichkeitsmerkmale, Entwicklung und soziale Beziehungen müssen stets berücksichtigt und je nach Fall unterschiedlich gewichtet werden. Erst diese **differenzierte und individuelle Betrachtung** ermöglicht ein umfassendes Verständnis der Entstehung und Prävention von aggressivem Verhalten.