



Beeinflusst Aggression unser eigenes Verhalten?

Nichts ist so spannend und bewegt den Menschen so sehr wie sein eigenes Verhalten und das seiner Mitmenschen. Auch in diesem Jahr greift IMAGE gemeinsam mit Dr. med. Willi Martmöller, Facharzt für Allgemeinmedizin, Psychotherapie (Tiefenpsychologie) in unserer Serie „Wie tickt der Mensch“ spannende Fragen auf und stellt verblüffende Antworten aus der Psychologie vor.



mit Dr. med.
Willi Martmöller

„Aggression ist eine soziale Interaktion des Menschen. Politische, sozioökonomische, kulturelle und familiäre Faktoren spielen dabei ebenso eine Rolle wie medizinische und psychologische Faktoren. Aggression ist für viele Experten ein unvermeidliches Verhalten des Menschen. Sie ist eine angestaute Energie, die sich in aggressives und damit für das Gegenüber schädliches Verhalten umsetzt, wenn es zu entsprechenden Auslösern kommt. Das können sein: Frustration, Provokation, Drogenkonsum, aber auch die Erfahrung, durch aggressives Verhalten seinen Willen durchsetzen zu können“, erklärt Dr. Willi Martmöller. Auch Kränkung und Ausgrenzung können zu aggressivem Verhalten führen, das sich gegen das eigene Selbst richtet.

Aggression in der Hirnforschung

Die Hirnforschung untersucht, was im Gehirn passiert, wenn Menschen aggressiv werden. Ein spezieller Teil des Frontalhirns, der anteriore cinguläre Cortex (ACC), ist eine Art Konfliktmanager und dafür zuständig, Probleme zu melden und zu lösen. Gleichzeitig reguliert es unsere Reaktionen. Ist dessen Aktivität verringert, reduziert sich das mitfühlende Denken. Dagegen erhöhte sich die Aktivität der Amygdala (dem Aggressions- und Alarm-Areal des Gehirns), die auch wegen ihrer Form Mandelkern genannt wird. Die Amygdala hat unter anderem die Funktion, Bedrohungen zu erkennen und Abwehrreaktionen einzuleiten. Schaut man im MRT Versuchspersonen dabei zu, wie sie sich bei „Ballerspielen“ verteidigen, erkennt man: Die Amygdala arbeitet deutlich reduziert. Stattdessen wird das vorher deaktivierte ACC-Gehirnareal aktiv, und zwar vor allem jene Teile, die bei einer Risiko-Vorhersage helfen, Konsequenzen von Fehlern vorwegzunehmen und Problemlösungen voranzutreiben. Gefühle werden bei Ausüben und Erleben von Gewalt weitgehend unterdrückt. Ein Erfolgserlebnis, das mit Gewalt zusammenhängt, wird im Gehirn anders abgespeichert als eines, das ohne Gewalt entstanden ist. Wir lernen also, wann Aggression zum Erfolg führt – und wann nicht.

„Ein Zusammenhang zwischen dem Konsum gewalthaltiger Medien und aggressivem Verhalten wird von vielen Experten bejaht (Spitzer). Gleichzeitig wird allerdings deutlich, dass Gewaltmedienkonsum nur **einer** von vielen Faktoren ist. Gezeigte Gewalt kann aggressives Verhalten begünstigen. In einer 2014 veröffentlichten Umfrage (Psychology of Popular Media 4) unter 239 Kommunikationswissenschaftlern und 132 Medienpsychologen stimmte die Mehrheit der Befragten der Aussage zu, Gewalt in verschiedenen Unterhaltungsmedien wie Fernsehen, Videospielen, Literatur oder Musik könne aggressives Verhalten begünstigen. Es liegen aber aktuell zu wenige wissenschaftliche Studien vor, um zu beurteilen, wie groß der Einfluss von medialer Gewalt im Verhältnis zu anderen, gut dokumentierten Risikofaktoren ist. Als solche gelten zum Beispiel Persönlichkeitsmerkmale wie reduzierte Frustrationstoleranz und ein hoher Neurotizismus. Weitere Beispiele sind das Ausmaß an Stress, elterliche und emotionale Vernachlässigung und schlechte Vorbilder im Freundeskreis. Generell gilt: Je mehr solcher Risikofaktoren bei einer Person zusammenkommen, desto höher ist die Gefahr, dass sie tatsächlich aggressiv handelt.“ anja

◆ **Einen Serienteil verpasst? Lesen Sie online: www.image-witten.de oder www.martmoeller.de**