

Hans-Peter Nolting

PSYCHOLOGIE DER AGGRESSION

Warum Ursachen und Auswege
so vielfältig sind

Rowohlt

Inhalt

Vorwort 9

1 Immer wieder Diskussionsstoff 11

1.1 Misshandlungen, Mobbing, Massaker und, und... 11

1.2 Gibt es einen Trend zur Verrohung? 16

1.3 Die passenden Begriffe: Aggression? Gewalt?

Das Böse? 21

1.4 Hat «Aggression» nicht auch ihr Gutes? 29

2 Motive 35

2.1 Frustrationen, Konflikte, Ärger -die eigentlichen
Quellen? 35

2.2 Wo liegt der Gewinn? 42

2.3 Ist auch Angst ein Motiv? 47

2.4 Ist Rache süß? Wenn ja, warum? 49

2.5 Weh tun ohne Grund -einfach «aus Spaß»? 60

2.6 Psychische Bremsen: die Gegenmotive 65

2.7 Worin besteht die «Banalität des Bösen»? 71

3 Personen 75

3.1 Gibt es besonders aggressive Altersstufen? 75

3.2 Sind Männer aggressiver als Frauen? 80

3.3 Einzelne: Welche Menschen sind hochaggressiv? 87

3.4 Kompensieren aggressive Menschen

Minderwertigkeitsgefühle? 101

3.5 Wie entsteht hohe Aggressivität? 104

3.6 Ein besonderer Fall: Amok in der Schule 113

4 Gruppen 121

- 4.1 Beispiel: Jugendgewalt 121
- 4.2 Was ist in Gruppen anders? 127
- 4.3 Psychologische Seiten von Krieg und Völkermord 134
- 4.4 Wie können friedfertige Menschen zu Massenmördern werden? 143

5 Umgebungsfaktoren 157

- 5.1 Gesellschaftliche und ökonomische Faktoren 157
- 5.2 Medien: Gewaltfilme, Killerspiele, Cybermobbing 163
- 5.3 Akute Situationsfaktoren: von Alkohol bis Vollmond 173

6 Die großen Linien im Überblick 179

- 6.1 Was ist angeboren, was ist erworben? 179
- 6.2 Person, Situation, Beziehung-worauf kommt es an? 187
- 6.3 Synthese von Grundaspekten
am Beispiel der Kindesmisshandlung 190
- 6.4 Leitfaden zur Einschätzung realer Fälle 194

7 Was kann man tun?

Systematik der Ansatzpunkte 197

8 Aggressionsreduktion in persönlichen Bereichen 203

- 8.1 Boxen, Rausschreien etc. -kann man aggressive Gefühle «kanalisieren»? 203
- 8.2 Wie sieht gutes Ärgermanagement aus? 210
- 8.3 Konfliktgespräche ohne Vorwürfe geht das? 218
- 8.4 Kindererziehung: Kommt es aufs Grenzensetzen an? 226

- 8.5 Wie lässt sich Mobbing in der Schule eindämmen? 237
- 8.6 Wie lässt sich Mobbing am Arbeitsplatz eindämmen? 246

9 Problemfälle: Prävention und Therapie 253

- 9.1 Kinder: von frühester Vorbeugung bis Therapie 253
- 9.2 Ein Experiment mit narzisstischen Jugendlichen 262
- 9.3 Wie ein Spitzenkonzept Jugendliche
vom Gefängnis rettet 265
- 9.4 Ambulante Therapien bei Erwachsenen: drei Beispiele 275
- 9.5 Behandlung von Straftätern in der Haft 280
- 9.6 Wie heilsam ist die «heilsame Strafe»? 285

10 Feindseligkeiten zwischen Gruppen vermindern 297

- 10.1 Psychologische Aspekte von Konfliktlösung
und Versöhnung 297
- 10.2 Was tun gegen Antipathie und Vorurteile? 304

Literaturhinweise 313

Sachwortregister 327

Personenregister 331