



**Krise als Chance – alles Schöne im Beziehungsalltag.  
Aktion – Reaktion – Sanktion.. und was dann?**



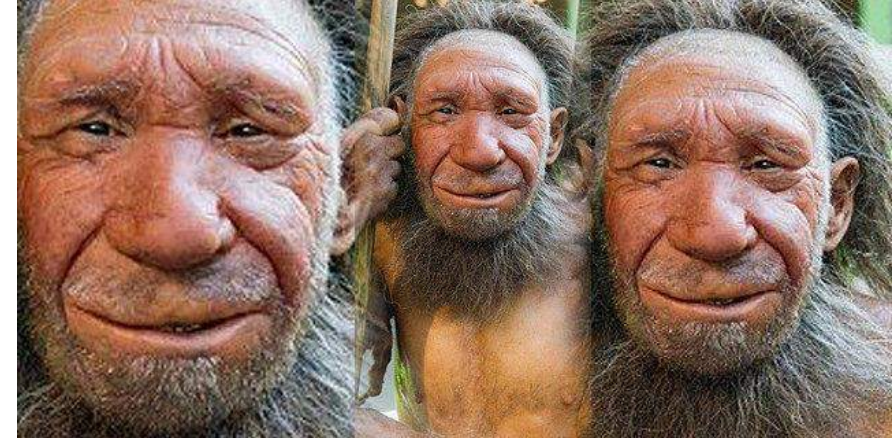
# Definition



**Unter Aggression (aus dem Lateinischen Aggressio = Angriff, Attacke) wird gemeinhin das Angriffsverhalten eines Menschen oder Tieres gegen andere Individuen der gleichen oder anderer Arten oder auch gegen sich selbst (Autoaggression), sowie gegen Sachen im juristischen Sinn verstanden.**



# Krise als Chance- Aggression



- Zusammenhalt, Fairness und Kooperation waren evolutionär erfolgreich.
- **Bindung, Akzeptanz und Zugehörigkeit waren und sind überlebenswichtig.**
- „**Kleinkinder** sind natürlicherweise empathisch, hilfreich, grosszügig und helfen anderen, indem sie Informationen geben“ (Tomasello)

Joachim Bauer

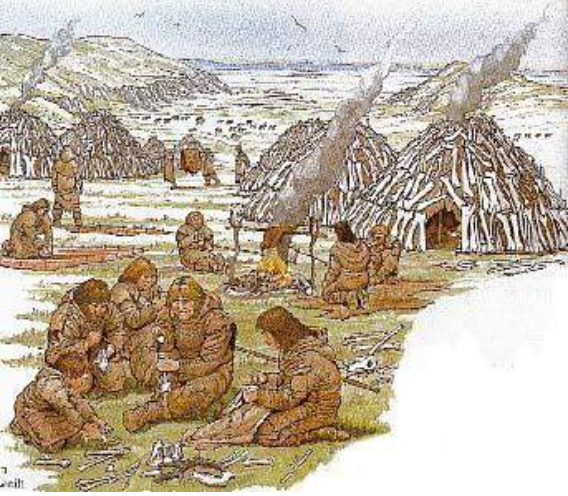
# Krise als Chance - Aggression

Neurobiologische Erkenntnisse,  
Motivationssystem und Grundbedürfnisse

**Menschen brauchen Bindung, Zugehörigkeit und  
Kooperation**

**Schmerz und Bedrohung der Grundbedürfnisse  
lösen Angst und Aggression aus**

Joachim Bauer



# Krise als Chance - Aggression

- **Soziale Integration ist ein zentrales menschliches „Triebziel“, bzw. eine Grundmotivation.**
- **Ist diese bedroht, reagieren die Alarmsysteme des menschlichen Gehirns.**

**Es zeigen sich Angst und Aggression**

Joachim Bauer



# Grundlage GFK



## Grundlage sind folgende Annahmen:

- Alle Menschen möchten ihre Bedürfnisse befriedigt bekommen
- Wir leben in guten Beziehungen, wenn wir diese Bedürfnisse durch Zusammenarbeit statt durch aggressives Verhalten erfüllen
- Jeder Mensch hat bemerkenswerte Ressourcen (Fähigkeiten), die uns erfahrbar werden, wenn wir durch **Einführung** mit ihnen in Kontakt kommen
- **Hinter jedem aggressiven Verhalten steckt ein Bedürfnis**
- **Jedes Bedürfnis dient dem Leben, insofern gibt es keine „negativen“ Bedürfnisse!**

Marshall B. Rosenberg

# GFK

## Unterschied zwischen Auslöser und Ursache / Grund

- Ursache unserer **Gefühle** sind unsere **Bedürfnisse**
- Die Erfüllung der Bedürfnisse bewirkt, dass wir uns froh und befriedigt oder eben traurig und frustriert fühlen!

Marshall B. Rosenberg

# Schmerzgrenze

**„Füge einem Menschen Schmerz zu und  
du wirst „Aggression“ ernten“**

Joachim Bauer



# Krise als Chance - Aggression



## Das Überschreiten der Schmerzgrenze:

„Vergleichbar mit der Angst, handelt es sich bei Aggression um ein reaktives Verhaltensprogramm, dessen biologische Funktion darin besteht, diejenigen äusseren Umstände zu bewältigen, die **als Auslöser** das Angst- und **Aggressionsprogramm** abgerufen haben“.



(Bauer, S. 34)

# Krise als Chance - Aggression

**Menschliche Aggression ist ein kommunikatives Signal,** welches der Umwelt anzeigt, dass ein Individuum nicht in der Lage oder nicht bereit ist, einen ihm zugefügten physischen oder seelischen Schmerz oder eine entsprechende Bedrohung hinzunehmen.“

# Krise als Chance - Aggression

**Damit Aggression ihren ursprünglichen Sinn (Behebung von Störungen im Bereich der sozialen Zugehörigkeit) erfüllen kann, muss sich Aggression in angemessener Weise äussern.**

# Krise als Chance - Aggression

Wenn Aggression nicht erfolgreich kommuniziert werden kann oder darf, bleiben die Komponenten des „**Aggressionsapparates**“ - insbesondere die Angstzentren - neurobiologisch „**geladen**“.

# **Neurobiologische Perspektive auf Aggression: Schlussfolgerungen**

- **Emotionen entstehen über automatische Bewertungsvorgänge. Diese sind sowohl evolutionär, als auch durch die individuelle Biographie (Konditionierungen, Traumata) geprägt.**
- **Die automatische Bewertung als Auslöser (z.B. Aggression auslösender Reiz) ist ein äusserst stabiles System und kann normalerweise nicht beeinflusst werden.**
- **Die bewusste Bewertung kann jedoch beeinflusst werden.**

# Neurobiologische Perspektive auf Aggression: Schlussfolgerungen

- Einflussmöglichkeiten bestehen im Bereich der Unterdrückung und Kontrolle der Reaktionen und des Verhaltens (**Impulskontrolle**)
- Um diese Prozesse beeinflussen zu können, ist es hilfreich zu wissen:
  - **Welche Auslöser ein Individuum automatisiert als bedrohlich bewertet?**
  - **Welche Reaktionsformen und Handlungsmuster ein Individuum aufgrund von Ärger, Wut und Angst „gelernt“ hat?**

# medizinisch-psychiatrische Einflussfaktoren

neben den situationsgebundenen Faktoren (Interaktion/Milieu etc.) ergeben sich folgende medizinisch-psychiatrischen Risikofaktoren:

- Denk- und Wahrnehmungsstörungen, insbesondere mit paranoider Färbung (z.B. Schizophrenie)
- Schädigung oder Beeinträchtigung der Funktion des präfrontalen Cortex (dementielle Entwicklungen und Schädel-Hirn-Traumata), insbesondere im Frontallappen

Joachim Bauer

# medizinisch-psychiatrische Einflussfaktoren

- Alkoholintoxikationen durch den enthemmenden Effekt, bzw. die Dämpfung der „top down control“-Funktionen
- pathologisches antisoziales Verhalten im Rahmen von Persönlichkeitsstörungen (niedere Reizschwelle, mangelnde Impulskontrolle, Fehlen von Empathie und Schuldgefühlen)

Joachim Bauer



# Aggressions-Verschiebung

- Erfahrungen, die den Aggressionsapparat aktiviert haben und nicht sofort durch Aggression beantwortet werden konnten oder durften, **hinterlassen eine emotionale Erinnerungspur.**
- Der Aggressionsimpuls wird für den eventuellen späteren Gebrauch konserviert (**Aggressionsgedächtnis**).
- Aggressions-Verschiebung kann sowohl das Objekt (Ziel) als auch den Zeitpunkt oder beide betreffen.

Joachim Bauer

# Aggressions-Verschiebung

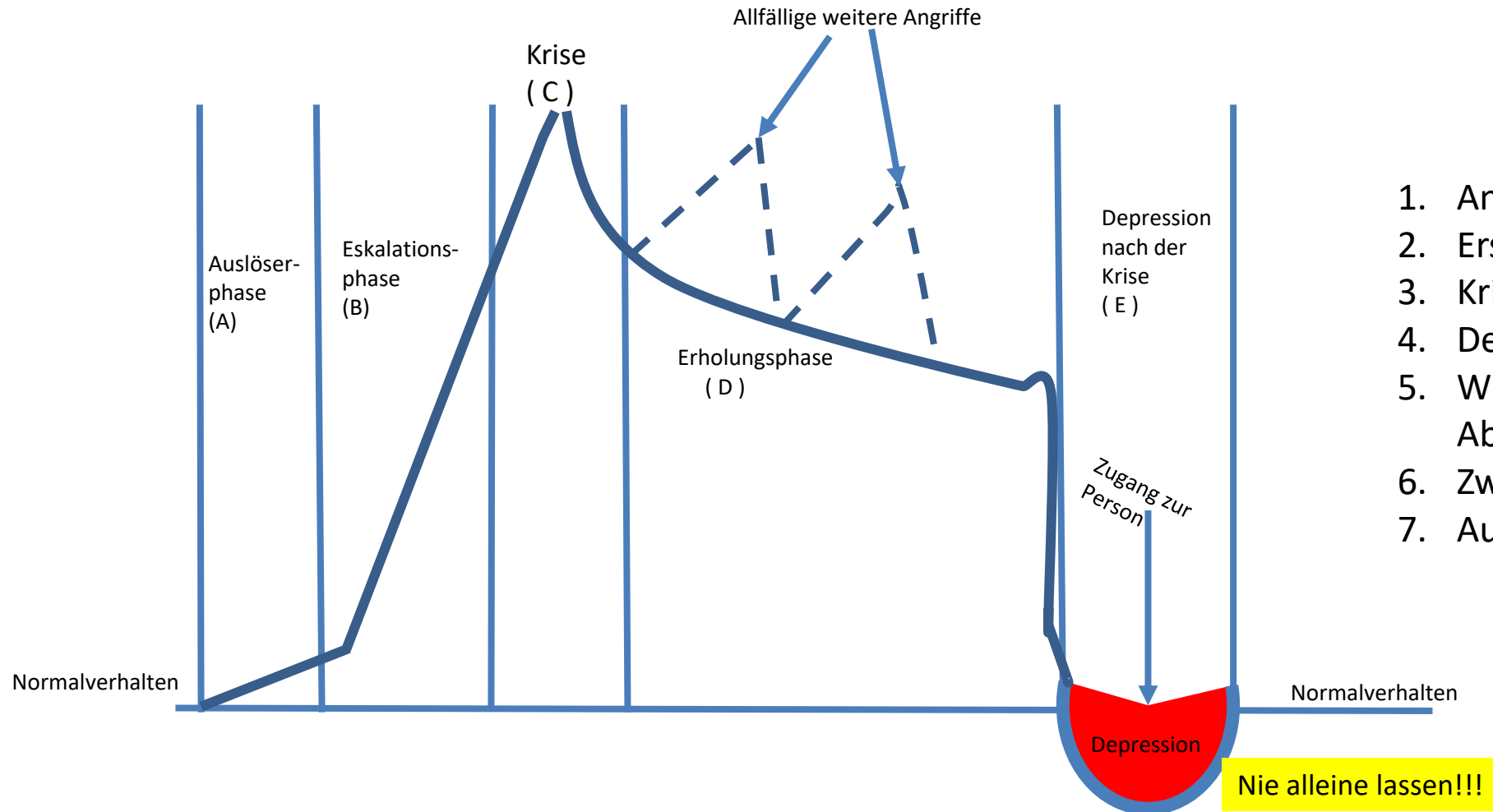
- Mechanismen der Verschiebung:
  - die Quelle des Leidens kann nicht identifiziert (und bekämpft) werden
  - Quelle ist identifizierbar aber zu mächtig, um bekämpft zu werden
  - als Folge kindlicher Erfahrungen (Reproduktion der Gewalt)
- **Verschiebungen erzeugen den verständlichen, aber irrigen Eindruck, aggressive Handlungen seien „sinnlos“ und „nicht begründbar“ und damit ein Ausdruck einer tief schlummernden „Lust an der Gewalt“**

Joachim Bauer

# Haltung im Umgang mit herausfordernden Situationen im Begleitungsalltag

- Was bedeutet für Sie Haltung in der Arbeit mit Menschen?
- Welche Haltung vertreten Sie heute?
- Ist Haltung ein Konzept oder was ist es?
- Kann man Haltung lernen und verändern?
- Was bezeichnen Sie als professionelle Haltung im Umgang mit Menschen?
- Haltung – und was dann?

# Die sieben Phasen von Aggressionsentstehung



1. Anfangsphase
2. Erste Übergangsphase
3. Krisenphase
4. Destruktive Phase
5. Wiederherstellungs- oder Abkühlungsphase
6. Zweite Übergangsphase
7. Auflösungsphase

# Prä- Therapie

## Die Kontaktreflexionen – «Kontaktnetz»

1. Das Ansprechen der Situation: Situationsreflexion (SR)
2. Das Ansprechen des Gesichtsausdrucks:  
Gesichtsausdrucksreflexion (GR)
3. Das Wiedergeben der Körperhaltung: Körperhaltungsreflexion (KR)
4. Das Wort-für-Wort-Wiederholen: Wort-für-Wort-Reflexion (WWR)
5. Das Prinzip des Wiederaufgreifens: wiederaufgreifende Reflexion(WR)

Prä- Therapie G. Prouty, M. Pörtner D. Van Werde

# Literatur Empfehlung

