



## Wie wird aus „Wut im Bauch“ aggressives 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.

„Aggression hat viele Gesichter. Sie kann sich auf Gegenstände richten, andere Menschen, aber auch gegen sich selbst. Frustration und Provokation sind oft Grundpfeiler für die große „Wut im Bauch“. Ob daraus aber aggressives Verhalten wird, hängt von der jeweiligen Persönlichkeit ab, der Situation und eigenen Erfahrungen. Wir wissen, dass Aggression gegen andere Menschen umso wahrscheinlicher wird, je wütender wir sind und je mehr eine konkrete Person als Auslöser dafür verantwortlich gemacht wird“, erklärt Dr. Willi Martmöller. Er ergänzt: „Umgekehrt wissen wir auch, dass junge Menschen mit Bindung an Bezugspersonen und einem früh gelernten sozialverträglichen Verhalten weniger zu Aggression neigen. Ein Erfolgserlebnis, das mit Gewalt zusammenhängt, wird im Gehirn anders ge-



mit Dr. med.  
Willi Martmöller

### Frustration und Provokation lösen Ärger aus

Die Hirnforschung untersucht, was im Gehirn passiert, wenn und wodurch 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 er unsere Reaktionen. Bei aggressivem Verhalten ist seine Aktivität verringert. Das reduziert das mitfühlende Denken. Dagegen erhöht 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.

Im MRT kann man Versuchspersonen beobachten, die gestellte Aufgaben nicht lösen können - entweder weil sie nicht lösbar sind (Frustration) oder weil sie provoziert werden und sich deshalb nicht auf die Lösung konzentrieren können. In beiden Fällen steigt die Aggression und die Empathie wird bei Ausüben und Erleben von Gewalt weitgehend unterdrückt. Schaut man im MRT Versuchspersonen dabei zu, wie sie sich bei „Ballerspielen“ verteidigen, erkennt man das Umgekehrte: 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 voranzu treiben.

speichert als eines, das ohne Gewalt entstanden ist. Wenn wir die Erfahrung machen, Aggression führt zu Gewalt und diese ist erfolgreich, werden wir aggressives Verhalten nicht so schnell aufgeben. Je anonymer das Umfeld und je geringer die möglichen Konsequenzen, desto mehr Aggressivität entsteht.“ Dabei, so Martmöller, kann ein gewisses Maß an Aggression durchaus sinnvoll sein. „Sie dient dem Selbstschutz und hilft dabei, eigene Wünsche und Bedürfnisse durchzusetzen und sich abzugrenzen. Aber Menschen, die in ihrer Sozialisation gelernt haben, dass Gewalt für sie eine Erfolgsstrategie ist, sind ein Problem. Neben dieser Gruppe kennt die Hirnforschung noch zwei weitere Gruppen von Menschen, deren Aggressionspotenzial ein großes problematisches Verhalten bewirken kann. Es sind Menschen, die sich schnell bedroht oder abgelehnt fühlen, und ihre Impulse darauf nur sehr schwer kontrollieren können. Die dritte Gruppe, zum Glück die zahlenmäßig geringste, sind die sogenannten malignen Narzissten, die ihre Gewalttaten in der Regel ohne Reue begehen.“ *anja*

◆ **Einen Serienteil verpasst? Lesen Sie online: [www.image-witten.de](http://www.image-witten.de) oder [www.martmoeller.de](http://www.martmoeller.de)**