



GRUPPENARBEIT ZUR LEHRVERANSTALTUNG:

200085 PS PROSEMINAR SOZIALPSYCHOLOGIE

WS 2006/2007

2 Stunden, 4 ECTS-Punkte

Fakultät für Psychologie

Institut für Sozialpsychologie

Lehrveranstaltungsleiterin: Dr. Helga Elisabeth Schachinger

THEMA:

AGGRESSION

Wien, am 10. November 2006

Autorinnen:

Doma Julia

Haidl Helene

Jakesch Cornelia

Kaczmarczyk Agnes

Lehner Julia

Schretzmayr Andrea

Steindl Hanna

INHALTSVERZEICHNIS

I. SOZIALPSYCHOLOGISCHE THEORIEN AGGRESSIVEN VERHALTENS

1.1. Definition aggressiven Verhaltens

1.2. Theorien aggressiven Verhaltens

1.2.1. Der kognitiv-neoassoziationistische Ansatz von Berkowitz

1.2.2. Das lerntheoretische Modell von Bandura

1.2.3. Funktionen und Motive aggressiven Verhaltens:

Das Modell von Tedeschi und Felson

1.2.4. Soziale Informationsverarbeitung und Aggressionsbereitschaft

1.3. Theorien zu aggressivem Verhalten in Gruppenkontexten

1.3.1. Extreme Formen kollektiver Gewalt

1.4. Abschließende Bemerkungen

II. ÄRGER UND AGGRESSION

2.1. Funktionen des Ärgers

2.2. Theoretische Aussagen zum Zusammenhang zwischen Ärger und Aggression

2.2.1. Physiologische Aktivierung

2.2.2. Handlungstendenzen

2.2.3. Problem der Differenzierung zwischen den Begriffen Ärger und Aggression

2.3. Empirische Arbeiten zur Regulation von Ärger

2.4. Soziale Konstruktion angemessener Ärgerregulation

III. AGGRESSION AUS EVOLUTIONÄR-PSYCHOLOGISCHER SICHT

3.1. Evolutionäre Psychologie

3.2 Aggression als Lösung eines adaptiven Problems - aktuelle Theorien

3.2 Geschlechtsunterschiede

IV. ÄRGER – DIAGNOSTISCHE MESSVERFAHREN

4.1. Die Diagnose von „Ärger“

I. SOZIALPSYCHOLOGISCHE THEORIEN AGGRESSIVEN VERHALTENS

Autorin: Julia Lehner

Im folgenden Abschnitt werden sozialpsychologische Theorien aggressiven Verhaltens vorgestellt.

Die verwendete Literatur ist: Otten, S. & Mummendey, A. *Sozialpsychologische Theorien aggressiven Verhaltens*. In: Frey, D. & Irle, M. (Hrsg.) (2002) *Sozialpsychologie. Band II: Gruppen-, Interaktions- und Lerntheorien*. Huber, Bern. S.198-216

1.1. Definition aggressiven Verhaltens

Vorab ist zu erwähnen, dass es **keine eindeutige** bzw. klare **Definition** von aggressiven Verhaltens bzw. Aggression gibt. Manche Verhaltensweisen mögen im ersten Moment „aggressiv“ erscheinen (z.B. Zerschlagen der Autoscheibe um das Unfallopfer zu bergen), dienen jedoch dazu, schlimmeren Schaden abzuwenden. Man kann also vom expliziten oder impliziten Einverständnis des Betroffenen ausgehen.

Nach Baron und Richardson (1994) ist Aggression jede Form von Verhalten das zum Ziel hat jemanden, der diese Behandlung versucht zu vermeiden, zu schädigen. Neben dem Erleiden von **Schmerz** und **Schaden** sind mit dieser Definition auch die **Schädigungsabsicht** sowie die **situative Angemessenheit** des Verhaltens für die Einordnung als Aggression entscheidend. „Aggressiv“ ist ein Wort zur Beurteilung, das in Abhängigkeit von Perspektive und Kontext einem auftretenden Verhalten zugeschrieben wird.

Die **Erscheinungsformen** von aggressivem Verhalten sind vielfältig: sie können direkt, indirekt, physisch, verbal, aktiv oder passiv sein (Buss, 1961). Weiters muss man unterscheiden ob der Schaden am Opfer primär angestrebt wird (feindselige Aggression) oder es die Sekundärfolge eines Verhaltens (instrumentelle Aggression) ist, das der Verursacher zum Erreichen eines für ihn positiven Ziels einsetzt (Buss, 1971; Feshbach 1970).

1.2. Theorien aggressiven Verhaltens

1.2.1. Der kognitiv-neoassoziationistische Ansatz von Berkowitz

Die Grundlage dieser Theorie liegt in der Frustrations-Aggressions-Hyothese von Dollard et al. (1939).

Berkowitz (1989, 1990, 1993) betont jedoch, dass Frustration nicht unmittelbar zu dem Bedürfnis führt, einem anderen Individuum Schaden zuzufügen, sondern dass dieser Prozess durch den emotionalen Zustand des Ärgers vermittelt wird. Nicht nur Frustration, sondern auch andere Formen aversiver Stimulation können Ärger und Aggression auslösen. Das Gefühl von Ärger und die Bereitschaft zu aggressivem Verhalten treten parallel auf.

Berkowitz (1989, 1990, 1993) postuliert ein **assoziatives Netzwerk** des menschlichen Gedächtnisses: gleichzeitig mit der aversiven Stimulation werden bestimmte Gedanken, Gefühle (Furcht, Ärger) und motorische Reaktionen (Flucht oder Aggression) aktiviert. Die Aktivierung der kognitiven, affektiven und motorischen Reaktionen passiert automatisch. Es gibt keine dazwischengeschaltete aufwändige Informationsverarbeitung.

Die Idee eines assoziativen Netzwerkes beinhaltet die Tatsache, dass jeder der drei Komponenten (kognitiv, affektiv oder motorisch) die beiden anderen Komponenten aktivieren kann. Weiters folgt daraus, dass das Gefühl von Ärger keine notwendige Bedingung von aggressivem Verhalten ist.

Ob eine aversive Stimulation und der dadurch verursachte negative Affekt zu Vermeidungs- oder aggressivem Verhalten führen, hängt nach Berkowitz (1989, 1990, 1993) von drei Komponenten ab:

- von den stabilen Eigenschaften der Person
- von ihrem bisherigen Lernerfahrungen und
- von ihrer Wahrnehmung situativer Aspekte, die dann entweder Aggression hemmen oder fördern.

Berkowitz (1990) nimmt an, dass die Konsequenzen einer aversiven Stimulation (Frustration, Hitze, Kälte, Lärm, Schmerz etc.) durch einen automatisch ablaufenden kognitiven Prozess reguliert werden können. Im nächsten Schritt kommt es zu einer genaueren kognitiven Analyse, die eine weitere Kontrolle aggressiver Verhaltenstendenzen erlaubt.

Der kognitiv-neoassoziationistische Ansatz ist wesentlich breiter gefächert als die ursprüngliche

Frustrations-Aggressions-Hypothese. Statt Frustration verwendet Berkowitz (1989, 1990, 1993) die Formulierung „aversive Stimulation“ und schließt auch die kognitive Bewertung sowie situative Faktoren mit ein. Das Modell kann sowohl spontan aggressives als auch geplantes aggressives Verhalten erklären, denn es geht von parallelen einander unabhängigen Prozessen der Verknüpfung von feindseligen Gedanken und aggressivem Verhalten sowie von negativem Affekt und aggressivem Verhalten aus. Weiters werden kognitive Prozesse zweiter Ordnung postuliert. Währenddessen laufen Attributionsprozesse und Abwägungen ab, die aggressive Verhaltenstendenzen noch umformen können.

Kritisch ist anzumerken, dass trotz der Fülle von Konzepten deren entsprechende Bedeutung und mögliche Wechselwirkungen vom Autor weitgehend offen gelassen werden.

1.2.2. Das lerntheoretische Modell von Bandura

Das Modell des sozialen Lernens (Bandura, 1973) behandelt die Frage, wie spezifische Formen aggressiven Verhaltens erlernt werden können und unter welchen Bedingungen sie alternativen, nicht-aggressiven Verhaltensmöglichkeiten (nicht nur Flucht alleine) vorgezogen werden.

Das Wesen lerntheoretischer Modelle ist, dass der Erwerb und die Ausführung von aggressiven Verhaltensweisen den **grundlegenden Gesetzen menschlichen Lernens** folgen. Verhalten (auf Grundlage eigener Erfahrung, Beobachtung oder assoziativer Verknüpfung) das positive Konsequenzen verspricht wird eher ausgeführt als jenes, das negative Folgen haben wird. Aggressives Verhalten kann also über positive und negative Verstärkung gelernt werden, indem es dem Individuum Belohnung und soziale Unterstützung verschafft oder indem es hilft negative Erfahrungen (Schmerz, Verlust etc.) zu vermeiden. Weitere Quellen von Verstärkern sind nach Buss (1971) z.B. soziale Gruppen und soziale Normen.

Bandura (1973) geht davon aus, dass auch auf Basis von Beobachtung einer Handlung und deren Konsequenz die Aneignung von Verhalten möglich ist. In einem Experiment von Bandura, Ross und Ross (1961, 1963) sahen die Kinder der VG Erwachsene, wie sie eine Puppe mit einem Hammer schlugen, sie traten oder beschimpften. In der KG beschäftigten sich die Erwachsenen ruhig mit der Puppe. Eine weitere Variation bestand darin, dass die Erwachsenen vom Versuchsleiter belohnt wurden oder keine sichtbaren Konsequenzen folgten. Anschließend konnten die Kinder mit der Puppe spielen. Jene Kinder, die die aggressiven Modellpersonen und deren Belohnung sahen, zeigten weit mehr aggressive Verhaltensweisen als die Kinder der anderen Bedingungen.

Laut Bandura (1986) erwirbt das Kind im Laufe seines sozialen Lernens mentale Repräsentationen, die seine Erwartungen an die Konsequenzen und den Nutzen künftigen aggressiven Verhaltensformen. Je öfter ein Kind merkt, dass sein aggressives Verhalten mehr Nutzen als Konsequenzen mit sich bringt, umso häufiger wird dieses Verhalten künftig in ähnlichen Situationen wiederholt. Während des Lernprozesses ändert sich auch die Erwartung darüber, ob das Kind oder die Person in der Lage ist, das entsprechende Verhalten wirksam auszuführen (Bandura, 1986).

Neben dem Erwerb spezifischer Verhaltensweisen wird beim sozialen Lernen auch langfristig der Erwerb sogenannter kognitiver „**scripts**“ angenommen. Sie können Verhalten steuern. Im Gedächtnis festigt sich mit wachsender eigener oder beobachteter Erfahrung mit aggressivem Verhalten und deren Konsequenzen ein elaboriertes System von kognitiven Strukturen. Die „scripts“ steuern das Wählen und die Bewertung aggressiver oder nicht-aggressiver Verhaltensalternativen (Abelson, 1981; Huesmann, 1988; Huesmann & Eron, 1984; Krahe, 2000). Je ähnlicher eine Situation einer früheren ist, in der das Individuum das „script“ erworben hat, desto wahrscheinlicher ist es, dass das aktuelle Verhalten sich am „script“ orientieren wird.

Für das Auftreten von Aggression haben Familie, Peers und Schule die größte Bedeutung (Durkin, 1995).

1.2.3. Funktionen und Motive aggressiven Verhaltens:

Das Modell von Tedeschi und Felson

Ausgangspunkt der „Social Interactionist Theory of Coercive Action“ (SITCA) von Tedeschi und Felson (1994) ist die Annahme, dass jedes Verhalten (also auch aggressives) bestimmten positiv bewerteten Funktionen dient. Wie ein Ziel verfolgt wird (positive vs. negative Verhaltensformen bzw. sozial akzeptable Methoden vs. Ausübung von Macht, Gewalt, Zwang etc) hängt von drei Faktoren ab:

- dem individuellen Verhaltensrepertoire
- dem Wert des angestrebten Zieles und
- der Erwartung das Ziel mit dem Verhalten erreichen zu können.

Für die **Kosten-Nutzen-Abwägung** sind außerdem individuelle moralische und normative Orientierungen und situative Faktoren entscheidend.

Tedeschi und Felson (1994) postulieren drei Motive für die Entscheidung zu aggressivem Verhalten:

1. Streben nach Macht und Kontrolle (soziale Kontrolle):

Ob Macht / Zwang / Gewalt oder aber positive (sozial akzeptierte) Verhaltensweisen eingesetzt werden, um Kontrolle zu erlangen, hängt davon ab wie wichtig die versuchte Einflussnahme sind und ob die Person davor aggressives oder nicht-aggressives Verhalten als effizient erlebt hat oder nicht. Außerdem spielt es eine Rolle welche Verhaltensalternativen der Person zur Verfügung stehen. Kann ein Mensch z.B. durch Sprechen nichts erreichen, wird er / sie versuchen sich durch aggressives Verhalten Gehör zu verschaffen.

2. Streben nach Gerechtigkeit:

Menschen werden sich aggressiv verhalten, wenn sie glauben

- provoziert und ungerecht behandelt zu werden
- die Schuld eindeutig zuweisen zu können und
- dass es keine wirksamen Bestrafungsinstanzen gibt.

Entscheidend für die Verhaltenswahl ist auch das Verhältnis zw. den am Konflikt beteiligten Personen. In der Familie und unter Freunden wird man eher dazu geneigt sein Gerechtigkeit auf nicht-aggressivem Weg wiederherzustellen (z.B. durch Entschuldigung, Wiedergutmachung etc.).

3. Streben nach eigener positiver Identität (positive Selbstdarstellung):

Auch für das Motiv sich eine positive Identität zu schaffen sind das individuelle Repertoire und die subjektive Erfahrung mit Verhaltensalternativen entscheidend. Dieses Motiv setzt voraus, dass sich das Individuum in seiner positiven Selbstdarstellung bedroht oder herabgesetzt fühlt. Empirischen Befunden zufolge ist ein hoher Selbstwert eine aggressionsfördernde Bedingung. Es konnte gezeigt werden, dass Personen, die sich für überlegen halten, eine höhere Wahrscheinlichkeit haben das übertrieben positive Selbstbild als bedroht anzusehen. Sie versuchen es durch Macht und Zwang bzw. Gewalt wieder zu sichern (Baumeister, Smart & Boden, 1996).

1.2.4. Soziale Informationsverarbeitung und Aggressionsbereitschaft

Eine große Rolle für das Auslösen der Motive, Gerechtigkeit wiederherzustellen und die Sicherung der positiven Identität, spielen die Prozesse der subjektiven Wahrnehmung und Interpretation. Das Erleben von Ungerechtigkeit und Selbstwertbedrohung setzen voraus, dass eine vorausgegangene Handlung einer anderen Person als unangenehm und als Provokation aufgefasst worden ist. Mummendey und Otten (1989) zeigten, dass wenn der Betroffene das Verhalten des Akteurs unbegründet, überzogen und als Provokation auffasst, es ihn legitimiert aggressiv auf den Akteur zu reagieren. Dieser wiederum verweist auf eine Vorgeschichte, in der er selbst vom späteren Betroffenen provoziert wurde oder andere Situationen vorkamen, die sein Verhalten als angemessen erscheinen lassen. Beide sehen sich also ein Stück weit als Betroffener und reagieren „nur“ auf den anderen. Sie empfinden ihr Verhalten als entschuldbar und nehmen wechselseitig die Norm der Reziprozität in Anspruch (Gouldner, 1960). Dadurch wird eine Fortsetzung oder gar eine Eskalation des Konflikts wahrscheinlich (Mummendey & Otten, 1989).

Dodge und Mitarbeiter (Dodge, 1986; Crick & Dodge, 1994) zeigten, dass die unterschiedlichen Perspektiven in der Wahrnehmung und Beurteilung auch durch individuelle Unterschiede in der sozialen Wahrnehmung geprägt werden.

In ihrem **Modell sozialer Informationsverarbeitung** zeigen sie wie durch Defizite in der Bewertung sozialer Hinweisreize die Wahrscheinlichkeit aggressiven Verhaltens steigt. Sechs Stufen werden genannt:

1. Im ersten Schritt geht es darum die potenzielle Provokation wahrzunehmen und ihr Aufmerksamkeit zu schenken.
2. Danach interpretiert man die Beobachtung.
3. Die eigenen Ziele werden definiert.
4. Nun werden die eigenen Reaktionsmöglichkeiten geprüft.
5. Ein Verhalten wird ausgewählt (abhängig vom Verhaltensrepertoire und den erwarteten Konsequenzen).
6. Abschließend wird das gewählte Verhalten ausgeführt.

Das Modell von Dodge und Mitarbeiter kann den Ablauf aggressiver Konflikte und die Entwicklung und Stabilisierung individueller Unterschiede in der Aggressionsbereitschaft beschreiben und vorhersagen. Derartige Modelle darf man allerdings nicht dahingehend

interpretieren, dass sie eine prinzipielle rationale und bewusste Verhaltensaushwahl unterstellen. Informationsselektion und –gewichtung folgen einfachen Heuristiken und können habituell ablaufen.

1.3. Theorien zu aggressivem Verhalten in Gruppenkontexten

Die Unterscheidung von interpersonalen und gruppalen Situationen ist von zentraler Bedeutung wenn es um die Effekte des sozialen Kontextes geht (Brown & Turner, 1981). Ob jemand als einzelne Person („ich“) oder als Mitglied einer Gruppe („wir“) handelt, hat einen großen Einfluss auf das Verhalten. Gruppenmitgliedschaften können festlegen, welche Aspekte von Identität als relevant und verteidigungswürdig gelten und ob normative und moralische Bedenken gegenüber der Macht- und Zwangsausübung bestehen (intragruppale Ebene). Diverse empirische Belege (z.B. Islam & Hewstone, 1993; Mullen, 1986; Otten, Mummendey & Wenzel, 1995; Jaffe & Yinon, 1983) zeigen, dass dem Mitglied einer anderen Gruppe eher als dem Mitglied der eigenen Gruppe feindselige Intentionen unterstellt und eine negative Behandlung zugemutet werden (intergruppale Ebene).

Zimbardo (1969) geht von einer **Deindividuation** aus. Deindividuation ist ein Zustand, der durch eine geschwächte Verhaltenskontrolle, verringerte Bewertungsangst und Bewertungserwartung gekennzeichnet ist. Als Konsequenz steigt demnach auch die Wahrscheinlichkeit für aggressives Verhalten. Anonymität und Verantwortungsdiffusion fördern den Zustand der Deindividuation. Sie sind in intergruppalen Interaktionen gegeben. Zimbardo (1969) sieht die Gruppengröße ebenfalls einen Faktor der Deindividuation fördert.

Jedoch sind die experimentellen Befunde zur Hypothese, dass Gruppenmitglieder aggressiver reagieren als Einzelpersonen, nicht eindeutig. Rabbie und Mitarbeiter (1983) zeigten, dass sich das Verhalten der Mitglieder an der dominierenden Norm in der Gruppe ausrichtet. Es kann daher sowohl im Gruppenkontext als auch in der interpersonalen Interaktionssituation die Wahrscheinlichkeit für aggressives als auch für nicht-aggressives Verhalten steigen.

Ein intergruppaler Kontext transportiert Informationen über die Angemessenheit bestimmten Verhaltens. Bei Identifikation mit der eigenen Gruppe ist zu erwarten, dass diese eher als eine fremde Gruppe als normativer Standard herangezogen wird. Die Übereinstimmung mit den anderen

Gruppenmitgliedern kann die Entscheidung zu aggressivem Verhalten erleichtern (Mummendey & Otten, 1993). Nach Postmes und Spears (1998) orientieren sich die Mitglieder einer Gruppe bei der Selbstdefinition und ihrem Verhalten an der Gruppe und den von ihr vermittelten Normen.

1.3.1. Extreme Formen kollektiver Gewalt

Straub (1999) schrieb über Gewalt gegen Gruppen (z.B. Massenmord und Genozid). Man kann 3 Elemente, die „**Böses**“ von „normaler“ alltäglicher Gewalt, unterscheiden:

1. ein extremer Schaden auf der Seite der Opfer
2. das Fehlen einer unmittelbaren Provokation durch die Opfer
3. die Wiederholung und das lange Andauern des Zufügens extremen Schadens.

Straub (1999) spricht von einem sequentiellen Verlauf. Die Entwicklung zum Bösen ist ein fortschreitender Prozess währenddessen sich die gegen die Opfergruppe gerichtete Gewalt allmählich verschlimmert und extremere Formen annimmt.

Ausgangspunkt für extreme Gewalt gegen Gruppen sind häufig schwierige Lebensbedingungen, wie z.B. Armut, Hunger, politische Instabilität, sozialer Umbruch etc. In solchen Situationen bzw. unter solchen Bedingungen in denen die Menschen ihre basalen Bedürfnisse (Sicherheit, Kontrolle, positive Identität) gefährdet sehe, bieten einen idealen Nährboden für Ideologien, die schnelle Lösungen versprechen und den Selbstwert stärken. Der Beginn von Handlungen die einer anderen Gruppe Schaden zufügen sind der Grundstein für darauf aufbauende weitere und extremere Formen der Gewalt.

Durch das Abwerten und Ausgrenzen der Opfer werden normative Grenzen verschoben. Somit gelten nun andere, weniger strenge moralische Beschränkungen (Opatow, 1990). Bandura (1999) nennt das „**Dehumanisierung**“ und meint damit das Absprechen der Menschenwürde. Sie ist eine von vier Bedingungen für den fortschreitenden Verlust moralischer Bedenken gegen Gewalt an einer bestimmte Person oder Gruppen. Eine weitere Komponente ist etwa das Abstreiten unmoralische Handlungen bzw. dass Gewalt wichtigeren, höheren, nicht-aggressiven Zielen dient oder das Gewalt das geringere das geringere von vielen möglichen Übeln ist. Ein weiterer Aspekt ist das Abstreiten von Verantwortung und das Ignorieren oder Verharmlosen negativer, nachhaltiger Konsequenzen für die Opfer.

Straub (1999) betont auch die Rolle von **passiven Zuschauern** bei extremer kollektiver Gewalt. Durch die Zustimmung von Zuschauern oder zumindest die Inaktivität (signalisieren dem/den

Verursacher/n von Gewalt das Ausbleiben von Sanktionen) erlauben sie eine Verschiebung der moralischen Hemmschwellen und die Entwicklung von immer extremern Formen von Gewalt. Außenstehende Beobachter unterstützen häufig die Täter über kommerzielle, kulturelle oder andere Kontakte.

1.4. Abschließende Bemerkungen

Es gibt sozialpsychologische und dispositionale Erklärungen für aggressives Verhalten.

Sozialpsychologische Erklärungen implizieren, dass aggressives Handeln nicht allein das Problem einiger identifizierbarer, durch dispositionelle oder erfahrungsbedingte Besonderheiten ist. Diese Erklärung ist beunruhigend, denn sie geht davon aus, dass es ein hohes Potenzial gibt, unter den „richtigen“ Bedingungen man selbst zum Täter werden kann und weil die Analyse von Gewalt als Zusammenspiel alltäglicher psychologischer Mechanismen nicht einem Freispruch für Täter gleichkommt.

Dispositionale Erklärungen beinhalten, dass es individuelle und eher stabile Merkmale von Tätern auf spezielle Eigenschaften von Opfern gibt.

Miller, Gordon und Buddie (1999) liefern den empirischen Beweis, dass dispositionale Erklärungen von Aggression eine hohe Schuldzuweisung und die Verurteilung des Verhaltens nach sich ziehen, im Gegensatz zu sozialpsychologischen Erklärungen, die auf situative Aspekte verweisen.

II. ÄRGER UND AGGRESSION

AUTORIN: AGNES KACZMARCZYK

Die Literaturgrundlage für den folgenden Abschnitt bildet: Weber, H. *Ärger und Aggression*. Zeitschrift für Sozialpsychologie, 30 (2/3), 1999, S.139-150) In: Immenroth, M.&Joest, K.(2004): *Psychologie des Ärgers. Ursachen und Folgen für Gesundheit und Leistung*. Verlag W. Kohlhammer, Stuttgart.

In vielen theoretischen und empirischen Arbeiten zu Ärger und Aggression wird ein enger Zusammenhang zwischen beiden postuliert. Die Theorie von Berkowitz (1962) als Beispiel, besagt, dass (im Sinne der *Frustrations-Aggressions-Theorie* von Dollard) Frustration zu Aggression führt, wenn Ärger als vermittelnde affektive Reaktion auf Frustration folgt. Er beschreibt demnach einen engen Zusammenhang zwischen Ärger und Aggression. Diese Auffassung hat sich jedoch nicht umgesetzt. Ziel sollte es sein, die Emotion Ärger als unabhängige Emotion zu betrachten und selbst Berkowitz geht mittlerweile davon aus, dass neben der Emotion Ärger auch andere negative Affekte zu aggressiven Verhaltensweisen führen können.

Die Eingrenzung des Ärgers erfolgt durch den Vergleich dieser Emotion mit anderen Emotionen, Stimmungen und Affekten, wie zB: Verärgerung, Feindseligkeit, Hass, Gereiztheit und Aggression. Die Abgrenzung gegenüber der Aggression erscheint besonders wichtig, da die Emotion Ärger lange Zeit nicht als eigenständiges Konstrukt verstanden wurde, sondern innerhalb der Aggressionsforschung untersucht wurde und somit eine automatische Verbindung zwischen Ärger und Aggression bestand. Einer der grundlegenden Unterschiede dieser beiden Begriffe besteht darin, dass es sich bei der Aggression nicht, wie bei Ärger, um eine Emotion, sondern um destruktives Verhalten handelt. Ärger kann aber als möglicher Auslöser für Aggression angesehen werden und steht somit in einem besonderen Verhältnis zur Aggression. Es ist demnach nicht so einfach, die Frage zu beantworten, ob ein Zusammenhang besteht oder nicht. Als Einführung werden ein paar grundlegende Funktionen des Ärgers vorgestellt.

2.1. Funktionen des Ärgers

Die Emotion Ärger beeinflusst, im Gegensatz zu anderen Emotionen, das menschliche Verhalten in sehr hohem Masse. Eine starke Ärger-Reaktion kann zum Bsp. dazu führen, dass durch die

selbstregulative Funktion des Ärgers eine eigene Handlung unterbrochen oder sogar abgebrochen werden muss. Auch im Sinne der sozialregulativen Funktion kann eine Ärger-Reaktion zu einer Unterbrechung oder Abbrechung der Handlung führen.

Selbstregulative Funktionen des Ärgers:

Kuhl (1981, 2000) geht davon aus, dass eine mehrmalige, ohne erkennbaren Grund auftretende Intensionsverfehlung, die zu Ärger-Reaktionen führen kann, zu einer erhöhten Motivation führen kann, diese Quelle zu beseitigen. Dies zeigt, dass die Emotion Ärger den Impuls impliziert, der die Auftrittswahrscheinlichkeit eines Verhaltens erhöhen bzw. verringern kann. Man spricht von einer motivationalen oder *handlungskatalysatorischen Funktion* des Ärgers. Auch kann dem Ärger eine mobilisierende oder *energetisierende Funktion* zugeschrieben werden, dh., dass dem Organismus durch die Ärger-Reaktion physische und psychische Energie zur Verfügung steht, die dabei hilft die Ärger-Situation zu bewältigen. Diese Funktion *kann* unter Umständen auch zu aggressivem Verhalten führen. Somit kann man auch von einer *aggressionsanbahnenden Funktion* des Ärgers sprechen. Die Ärger-Reaktion kann andererseits aggressives Verhalten abmildern oder sogar verhindern. Demnach schreibt man dem Ärger auch eine *aquilibristisch-restaurative Funktion* zu, dh. der Ärger kann nach einer Provokation oder Frustration dazu führen, dass das alte Gleichgewicht wieder hergestellt wird. Es gibt noch einige weitere Funktionen, auf die hier jedoch nicht mehr näher eingegangen wird.

Sozialregulative Funktionen des Ärgers:

Die Emotion Ärger besitzt neben selbstregulativen Funktionen auch sozialregulative Funktionen. Ärger ist sozusagen ein Indikator für eigenes oder fremdes Fehlverhalten und weist Signalcharakter für das Umfeld auf (Funktion der Regel- und Normüberwachung). Neben der *diskriminativen Funktion* (die Ärger-Reaktion kann ein Hinweisreiz darauf sein, zwischenmenschliche Situationen richtig einzuschätzen) kann dem Ärger auch eine *kommunikative* (durch eine Ärger-Bewältigungsstrategie kann zur Klärung einer Situation beigetragen werden) und *instrumentelle Funktion* (ein offener Ärger-Ausdruck kann eine gewünschte Reaktion des Umfeldes auslösen) zugeschrieben werden.

2. 2. Theoretische Aussagen zum Zusammenhang zwischen Ärger und Aggression

Im folgenden Beitrag werden Emotionstheoretische und aggressionstheoretische Annahmen zum Zusammenhang zwischen Ärger und Aggression vorgestellt

Ärger stellt eine der Grundemotionen dar (siehe 6 Basisemotionen nach Ekman oder Plutchik) und ist ein vielschichtiges Reaktionsmuster, welches gängigen Emotionstheorien zufolge mehrere Komponenten umfasst:

- *Kognitive Komponente*

bezogen auf die Emotion Ärger, besteht die Einschätzung, dass in schuldhafter Weise Schaden zugefügt wird

- *Expressive Komponente*

umfasst Veränderungen der Mimik, der Körperhaltung und der Stimme

- *Subjektiv-erlebnisbezogene Komponente*

Personen sprechen von Gefühlen der Anspannung, Erregung und auch der Macht

- *physiologische Reaktionen* und *motorisch-motivationale Reaktionen* (oder Handlungsimpulse), auf die in den folgenden Kapiteln näher eingegangen wird.

Aggressives Verhalten *kann* durch Emotionen und die oben genannten Reaktionen begünstigt werden. Wichtig sei jedoch zu erwähnen, dass die Emotion Ärger nur als eine Emotion *neben anderen* gilt, die aggressives Verhalten fördern können. Mit dieser Überlegung verliert die Emotion Ärger ihre zentrale Rolle als spezifisch aggressionsfördernde und aggressionsauslösende Emotion. Ob Ärger zu Aggression führt, hängt auch von anderen Komponenten ab, wie zB. der individuellen Lerngeschichte. Zu den kritischen Größen zählen gelernte aggressive und nicht aggressive Verhaltensmuster, erwartete Handlungskonsequenzen, Fähigkeiten zur Selbstkontrolle sowie normative Überzeugungen.

2.2.1. Physiologische Aktivierung

Zillmann's Aggressions- u. Emotionstheorien zufolge, ist die physiologische Aktivierung eine der wichtigsten Komponenten. Dazu postuliert er drei grundlegende Annahmen

- Zillmann geht davon aus, dass sich affektive Reaktionen im Alltag in schnellem Wechsel aneinanderreihen, überlappen und daher eher von "affektiven Sequenzen" die Rede sein sollte.

- Die zweite Annahme besagt, dass die bewusste Verarbeitung affektauslösender Reize und

Informationen schneller verläuft, als deren Abbau, was zur Folge haben kann, dass Erregungen von einem Ereignis auf ein neues übertragen werden können und somit eine harmlose Provokation zu einer unverhältnismäßig intensiven Ärger-Reaktion führen kann. Zillmann spricht in diesem Fall von "Erregungstransfer". (dh. physiologische Resterregungen früherer provokativer Ereignisse können sich mit aktuellen physiologischen Erregungsreaktionen verbinden)

- Die dritte Annahme geht davon aus, dass hohe physiologische Erregungszustände mit kognitiven Defiziten einhergehen. (dh es besteht eine eingeschränkte kognitive Kontrolle) In dem Fall wird in Form einer so genannten Notfallreaktion auf basale, gelernte Verhaltensmuster zurückgegriffen, wobei hier die Frage aufkommt, welche Reaktionen gelernt wurden und zur Verfügung stehen.

2.2.2. Handlungstendenzen

Evolutionstheoretischen Annahmen zufolge (siehe zB Plutchik, 1984) wird der Emotion Ärger zugeschrieben, auf die Wahrnehmung von Hindernissen oder Feinden hin zu Angriff und Kampf zu motivieren und aufzubegehren. (Emotion als treibende Kraft Richtung aktivem Widerstand) Auch Frijda (1986) nimmt an, dass die Emotion Ärger zu Widerstand hin motiviert, aber er spricht nicht nur von destruktiver Funktion sondern schreibt ihm auch ein wichtiges *konstruktives Verhaltenspotential* zu. In diesem Zusammenhang motiviert die Emotion Ärger dazu, auf die Wahrnehmung von Unrecht hin aktiv zu werden und die verletzten Rechte und Interessen zu verteidigen.

Im Unterschied zu evolutionsbiologischen Ansätzen, die den Ärger als weitgehend angeborene, kulturinvariante Kampfreaktion auf Angriff hin interpretieren, betonen sozial-konstruktivistische Ansätze die soziale, kulturspezifische Ausformung von Emotionen und die ihnen zugeschriebenen sozialen Funktionen in hochzivilisierten Gesellschaften. Nach Averill (1982) ist die Aufrechterhaltung sozialer Regeln die entscheidende Funktion des Ärgers. Er interpretiert den Ärger als eine "emotionale Rolle", welche Regeln enthält, die besagen, wann man Ärger empfinden soll und wie in dem Fall zu reagieren ist. Ärger ist nach Averill eine unkontrollierbare "Leidenschaft" und es wird im Schutz der Leidenschaft gegen *die* vorgegangen, die gegen Regeln verstoßen.

2.2.3. Problem der Differenzierung zwischen den Begriffen Ärger und Aggression

Trotz der vielen in der Theorie erarbeiteten Differenzierungen zwischen den Konstrukten Ärger und Aggression besteht jedoch immer wieder eine automatische Verbindung zwischen den beiden. Dies hat mehrere Gründe:

- die Unsauberkeit in der Verwendung von Begriffen

Zillmann (1993) spricht zum Beispiel von einer "angry aggression", obwohl seiner Theorie zufolge Ärger nur *ein* möglicher Auslösefaktor *neben anderen* ist.

- die Emotion Ärger wird häufig in eine Reihe mit anderen Emotionen gestellt (wie zum Beispiel Gereiztheit und Feindseligkeit)

Im Falle des "Aggression Questionnaire", einem gängigen Fragebogenverfahren, bilden die Items der Skalen "Ärger" und "Physische Aggression" einen gemeinsamen Faktor, was wiederum eine Differenzierung der beiden Begriffe von vornherein ausschließt.

- Ausblendung konstruktiver Verhaltensweisen

Konstruktives Verhalten als zB. Folge einer Provokation, wird von vornherein ausgeschlossen und ist per Forschungsparadigma nicht existent.

Ob und wann Ärger zu konstruktiven oder destruktiven Reaktionen führt, kann jedoch nur dann untersucht werden, wenn ärgerbegleitende Reaktionen und Regulationsprozesse möglichst offen erfragt und beobachtet werden.

2.3. Empirische Arbeiten zur Regulation von Ärger

Zur Regulation von Emotionen gehören allgemein alle präventiven, gleichzeitigen und nachfolgenden kognitiven, expressiven und behavioralen Prozesse, durch die emotionsbezogenen Reaktionen beeinflusst und verändert werden. Dazu gehören die Veränderung der Mimik, die Reattribuierung einer Schuldzuweisung, das Verlassen eines Raumes oder die zu einem cholerischen Ausbruch ausgestaltete impulsive Reaktion. Aus neutralem Standpunkt aus gesehen spricht man hier von "Reaktionen auf Ärger". Wenn man jedoch zwischen bewussten Verhaltensweisen und nicht mehr reflektierten Gewohnheiten differenzieren möchte, kann man sie als "Regulation" bezeichnen.

Eine der einflussreichsten empirischen Arbeiten ist die Studie zu alltäglichen Ärgersituationen von Averill (1982).

In Averill's Studie geht es grob um die Beschreibung von selbstberichtetem Verhalten in

alltäglichen Ärgersituationen anhand von vier Verhaltenskategorien: Direkte Aggression, Indirekte Aggression, Verschobene Aggression und Nicht-aggressive Reaktion. Diese vier Kategorien wurden dann noch einmal intern differenziert.

160 Probanden wurden zum einen gefragt, wie sie in einer bestimmten Situation reagiert haben (erlaubt Schätzung des Ausmaßes an subjektiv wahrgenommenen Handlungsimpulsen), zum anderen, wie sie hätten reagieren wollen (erlaubt Schätzung des Ausmaßes an Kontrolle).

Unter der "so habe ich reagiert" - Bedingung standen an erster Stelle nicht-aggressive Reaktionen, gefolgt von Maßnahmen zur Beruhigung, mit Dritten reden, und weiters verbale und symbolische Aggression. Nur 10% gaben körperlich aggressive Reaktionen an.

Unter der "so hatte ich reagieren wollen" - Bedingung gaben die meisten Probanden verbale Aggression an, gefolgt von "mit einem anderen reden wollen, ohne feindselig zu sein" und physischer Gewalt.

Diesen und anderen ähnlichen Studien zufolge (zB. Nell, 1989), gibt es neben verbal aggressiven Reaktionen ein hohes Ausmaß an nicht-aggressiven und konstruktiven Reaktionen seitens der Versuchspersonen. Die Selbstberichte lassen dabei auf ein hohes Ausmaß an ausgeübter Kontrolle schließen.

In einer weiteren Studie (Weber, 1997; Weber, 1999) wurden 200 Probanden befragt, wie sie mit sozialen Ärgersituationen umgehen. Grundlage dieser Studie war ein Interview mit standardisierten Fragen und teilweise vorstrukturierten Antworten. Der Großteil der Probanden berichtete, ähnlich der Studie von Averill, ein hohes Ausmaß an nicht-aggressiven Reaktionen. Unter den aggressiven Reaktionen standen an erster Stelle verbale Angriffe und Vorwürfe. Auch diese Studie bestätigt die Selbstberichte, dass neben verbal aggressiven Reaktionen auch konstruktive und problemlösezentrierte Reaktionen berichtet werden.

2.4. Soziale Konstruktion angemessener Ärgerregulation

Da man davon ausgehen muss, dass individuelles Verhalten nur im Kontext kollektiver Konstruktionen und normativer Überzeugungen interpretiert werden kann, werden nun Überlegungen zur sozialen Konstruktion angemessener Ärgerregulation vorgestellt. Sozialkonstruktivistische Theorien postulieren, dass Emotionen Gegenstand sozialer Konstruktionen sind, die Ausdrucksformen, Erlebnisinhalte und Regulationsprozesse festschreiben. Es wird zwischen wissenschaftlichen und populären Konstruktionen unterschieden. Formen der Ärgerregulation nach

wissenschaftlichen Konstruktionen sind zB. Entspannung, Umdeutungen, Ablenkung, physische Distanz zur Erregungsquelle und problemlöseorientiertes Handeln.

In einer Studie von Weber (1997, 1999) wurden Probanden befragt, welches Verhalten sie in Umgang mit Ärger als effizient *empfehlen* wurden. Die Ergebnisse sahen wie folgt aus: die meisten Probanden gaben die nicht-feindselige Aussprache an (66%), gefolgt von Analyse der Situation (47%), Unterdrückung (34%), Distanzierung (23%) und Ausbruch (23%). Nur 10% gaben die Suche nach Komplizen im Kampf gegen den Ärgerverursacher an. Im Gegensatz zum selbstberichteten Verhalten wird demnach die Aussprache (im Gegensatz zum Ausbruch und Unterdrückung), in höherem Maße berichtet.

Die normativen Überzeugungen, die Laien berichten, bestätigen zum einen die soziale Erwünschtheit konstruktiver Verhaltensweisen, zum anderen findet sich auch eine nennenswerte Gruppe (immerhin ein Viertel) von Probanden, welche impulsive Ausbrüche als angemessene Reaktion ansieht. Diese Untersuchungen zeigen, dass das Urteil über die Angemessenheit ärgerbezogener Reaktionen sehr breit streut, und, dass somit von *einem* erwünschten Verhalten kaum die Rede sein kann. Angesichts dessen wird wohl vor allem verbal aggressives Verhalten in der Regulation von Ärger ein andauerndes Thema für zukünftige Untersuchungen bleiben.

III. AGGRESSION AUS EVOLUTIONÄR-PSYCHOLOGISCHER SICHT

Autorin: Hanna Steindl

Quelle:

Buss D.M. (2004). *Evolutionary Psychology: the new science of the mind*. Pearson, 2nd edition

Im Jahr 1974 kam es zu folgender Beobachtung: es bildete sich eine Gruppe aus acht männlichen Schimpansen, die die Grenze ihres eigentlichen Territoriums überschritten. Dort entdeckten sie einen Schimpansen einer anderen Gruppe, der alleine war und sofort die Flucht ergriff. Die Gruppe verfolgte ihn und als sie ihn eingeholt hatten, attackierten sie den Schimpansen derart hart und heftig, dass er ein paar Tage später an seinen Verletzungen starb. Es war dies die erste Beobachtung, in der Schimpansen in ein fremdes Territorium eindringen um ein anderes Individuum scheinbar grundlos zu attackieren, noch dazu mit letalem Ausgang. Damit war die Auffassung von Schimpansen als friedliebende Primaten ins Wanken geraten.

Man muss natürlich mit oberflächlichen Vergleichen von aggressiven Verhalten von Schimpansen auf Menschen vorsichtig sein, dennoch hatten Wrangham & Peterson (1996) eine bemerkenswerte Beobachtung gemacht: unter mehr als zehn Millionen existierenden tierischen Arten, davon 4000 Säugetieren, gibt es nur zwei Spezies, die ein ausgeprägtes und intensives, von Männern initiiertes aggressives Verhalten an den Tag legen und zu deren Ausübung sie auch Koalitionen bilden, nämlich Schimpansen und Menschen.

3.1. Evolutionäre Psychologie

Die Evolutionäre Psychologie (EP) stellt eine vergleichsweise junge Disziplin dar. Sie versucht menschliche Verhaltens- und Handlungsweisen aus einer evolutionären Entwicklung heraus zu verstehen und zu erklären.

Darwin brachte mit der Veröffentlichung seines Werkes „On The Origin Of Species“ (1859) eine Erklärung für Veränderungen in Bauplänen von Organismen. Er postulierte die Entwicklung von unterschiedlichen Arten als Folge von Selektion der - im Kampf ums Überleben - Bestangepassten.

Doch nicht nur morphologische Eigenheiten, auch Verhalten unterliegt formender und **optimierender** Kräfte evolutionsbiologischer Vorgänge und Prozesse.

Die menschliche Evolutionsgeschichte hat sich hauptsächlich in einer Umgebung abgespielt, die der heutigen Umwelt kaum ähnelt. Unsere Vorfahren sahen sich mit diversen Überlebensproblemen konfrontiert, wie beispielsweise der Sicherung von Nahrung und anderer Ressourcen, der Sicherstellung eines Lebensraumes, Verteidigung gegenüber (Raub)Feinden, sowie Fortpflanzung und Reproduktion. Adaptationen brauchen Zeit, und so stellen viele Merkmale Antworten bzw. Reaktionen auf die Überlebensfragen und Probleme dar, die sich unseren ancestralen Vorfahren in einer Umwelt stellten, in der Mensch über 90% seiner Entwicklung verbracht hat.

Ziel einer evolutionärpsychologischen Betrachtungs- und Herangehensweise ist es die Frage zu klären, welchen Funktion ein bestimmtes Verhalten - im vorliegenden Fall Aggression - gehabt haben könnte. Die Herausbildung einer Verhaltensweise wird somit als so genannte Adaptation angesehen. Adaptationen lassen sich definieren als ererbte und sich reliabel entwickelnde Charakteristika, entstanden durch natürliche Selektion, weil sie halfen Überlebensprobleme zu lösen.

3.2. Aggression als Lösung eines adaptiven Problems - aktuelle Theorien

An dieser Stelle soll der Frage nachgegangen werden, welches adaptive Problem durch aggressives Verhalten gelöst worden sein könnte bzw. welchen Nutzen die Herausbildung eines solchen Verhaltens mit sich gebracht haben könnte.

Eine evolutionär-psychologische Perspektive wird nie nur eine Hypothese über den Ursprung von Aggression oder irgendeinem anderem Verhaltensphänomen im Blickwinkel haben. Hier soll nun eine Auswahl evolutionärpsychologischer bzw. -biologischer Hypothesen zur Funktion von Aggression/aggressivem Verhalten dargestellt werden:

3.2.1 Erlangen von Ressourcen

Es kann Umstände geben, in denen das Überleben des einen davon abhängig werden kann, ob er sich Nahrung oder eine andere Ressource eines anderen Individuums gewaltsam aneignen kann oder nicht. So stellt auch das Gesetz Diebstahl von beispielsweise Nahrung dann außer Strafe, wenn eine Person dadurch für sie lebensbedrohende Umstände abwehren konnte.

3.2.2 Verteidigung gegen Angriffe

Bei einem Angriff durch Feinde bleiben zwei Möglichkeiten: Flucht oder Verteidigung. Es wird Situationen geben, da ist da wird es günstiger sein zu fliehen, aber in anderen Situationen kann es weitaus besser sein, sein Territorium und sein Hab und Gut zu verteidigen.

3.2.3 *Vorteil im intrasexuellen Konkurrenzkampf*

Bezogen auf das Überlebensproblem Fortpflanzung, dass dem intrasexuellen Wettbewerb zugrunde liegt, kann es durchaus von Vorteil sein, sich gegenüber seinem Konkurrenten durch aggressive Handlungen durchzusetzen. Der Schaden, der dem einen zugefügt wird, kann für den anderen ein Nutzen sein.

3.2.4 *Status und soziale Hierarchie*

Dieser Theorie ist steht in starker Kontext- und Gruppenabhängigkeit und besagt, dass aggressives Verhalten zu einem Aufstieg in der sozialen Hierarchie und einem Statuszugewinn führen kann. So gibt es bei einem Stamm in Venezuela, den Yanomamö, ebenso wie bei den Ache in Paraguay rituelle Kämpfe zwischen den Männern. Diejenigen, die siegreich aus diesen Auseinandersetzungen hervorgehen, genießen hohes Ansehen. Auch in Kriegen werden jene Männer besonders geachtet und geschätzt, die für die Truppe Risiken auf sich nehmen und Feinde töten. Jedoch ist Gewalt und Aggression nicht immer angebracht, um seinen sozialen Status aufzubessern. Sich Prügelnde Hochschulprofessoren werden dies wohl kaum erreichen...

3.2.5 *Prävention gegen zukünftige Aggressionen*

Den Ruf zu haben, aggressiv zu sein, kann hilfreich sein, um sich vor Aggressoren schon im Vorhinein zu schützen, da diese dann möglicherweise nicht mehr gewillt sind, das Risiko einer Attacke einzugehen.

3.2.6 *Prävention gegen Untreue in Langzeitbeziehungen*

Nach Buss (2004) könnte Eifersucht in Langzeitbeziehungen dahingehend dienlich sein um das Fremdgehen des Partners zu verhindern und um so sicherzustellen, dass die Nachkommen wirklich die eigenen sind.

Abschließend sei hier noch angemerkt, dass für alle oben genannten Hypothesen starke Kontextspezifität gilt.

3.3 Geschlechtsunterschiede

Männer sind sowohl als Täter als auch Opfer viel öfter in physisch-aggressive Auseinandersetzungen verwickelt als Frauen. Verdeutlicht wird dies unter anderem auch durch die Mordstatistik. So wurden die in Chicago in den Jahren 1965 bis 1980 begangenen Morde zu 86%

von Männern verübt, 80% der Opfer davon waren ebenfalls Männer. Dies ist eine Beobachtung, die sich durch alle Kulturen zieht und wieder finden lässt.

Eine Erklärung hierfür könnte der unter Männern stärker ausgeprägte Konkurrenzkampf sein, der sich wiederum mit der Triver`schen Theorie des asymmetrischen Investments begründen lässt.

Diese Theorie postuliert unter anderem, dass dasjenige Geschlecht, welches das höhere Investment in die Aufzucht von Nachwuchs leistet, wählerischer in Bezug auf Sexualpartner ist, während hingegen das andere Geschlecht in einem stärkeren Wettbewerb zueinander steht.

Aufgrund unterschiedlichen elterlichen Investments (Theorie von Trivers, 1972) machen Männer (die in Bezug auf Fortpflanzung und Reproduktion das niedriger investierende Geschlecht darstellen) eher Gebrauch von Gewalt und aggressiven Handlungen als Frauen. Männer sind demnach auch eher gewillt Risiken und gefährliche Situationen einzugehen, da sie schließlich jenes Geschlecht darstellen, das in einem stärkeren intrasexuellen Konkurrenzkampf um die „Ressource Frau“ steht.

IV. ÄRGER – DIAGNOSTISCHE MESSVERFAHREN

Autorin: Cornelia Jakesch

Der folgende Beitrag stützt sich auf diese Quellen:

Immenroth, M.&Joest, K. (2004) Psychologie des Ärgers. Ursachen und Folgen für Gesundheit und Leistung. Verlag W. Kohlhammer, Stuttgart. S. 55-62

Hodapp, V., Schwenkmezger, P.&Spielberger, C.D. (2004): Das State-Trait-Ärgerausdrucks-Inventar STAXI. Verlag Hans Huber, Bern Göttingen Toronto.

4.1. Die Diagnose von „Ärger“

Bereits im Jahr 1954 trafen Funkenstein, King und Drolette die Unterscheidung zwischen „Anger-In“ und „Anger-Out“, doch erst von 1975 an begann Raymond W. Novaco unabhängig von Aggression mit der systematischen Untersuchung und Differenzierung der Emotion „Ärger“. Die Erfassung der verschiedenen Komponenten von Ärger, wie z.B. Ärger-Ausdruck, Ä.-Neigung und Ä.-Verarbeitung, wurde jedoch erst ca. 10 Jahre später, nachdem einzelne valide und reliable diagnostische Messverfahren entwickelt worden waren, möglich. Als einer der wichtigsten Vertreter seit den 60er Jahren differenzierte Charles D. Spielberger zunächst das Angst-Konzept und daraufhin das Ärger-Konzept aus, und stellte schließlich 1988 den State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI) vor.

Drei Formen der Diagnose

Emotionen sind laut Weber(1994) als ein Syndrom, welches fünf Ebenen umfasst, zu verstehen. Diese fünf Komponenten bzw. Prozesse (expressiv, kognitiv, motivational/aktional, subjektiv-erlebnis-bezogen und physiologisch) sind nicht immer alle Bestandteile von einer Emotion, sondern treten variabel auf und damit kann eine der Prozessebenen auch einmal fehlen.

Dementsprechend zielt die Diagnose der Emotion „Ärger“ darauf ab, alle der fünf genannten Ebenen zu erfassen, wobei drei Formen der Diagnostik eingesetzt werden:

1. Messung von physiologischen Veränderungen

Im Allgemeinen kommt es bei einer Ärger-Reaktion durch eine erhöhte Erregung des Organismus - messbar anhand bestimmter physiologischer Indikatoren - zu einer stärkeren Aktivierung des

zentralen und des autonomen Nervensystems. Fraglich ist, ob ein spezifisches Muster der physiologischen Reaktionen typisch für Ärger ist, und von Reaktionen anderer Emotionen zu unterscheiden ist. Mit dieser so genannten Emotionsspezifität beschäftigt sich u.a. Stemmler(2000), der vier Modelle physiologischer Emotionsspezifität beschreibt. Bei der „Nicht-Spezifität von Emotionen“ wird davon ausgegangen, dass keine Emotion eine jeweils besondere physiologische Veränderung mit sich bringt. Im Gegensatz dazu meint die „Absolute Emotionsspezifität“, dass jede Emotion eine absolut spezifische Reaktion hervorruft. Die „Kontext-Abweichungs-Spezifität“ geht von der Annahme aus, dass dieselben Emotionen in unterschiedlichen Kontexten verschiedene physiologische Muster auslösen können. Beim letzten Modell handelt es sich um die „Spezifität prototypischen Verhaltens“: hier werden bestimmte physiologische Veränderungen mit prototypischen Verhaltensweisen verknüpft, wobei verschiedene Emotionen diese auslösen können, als auch Situationen, die nicht primär emotional geladen sind.

Ausgehend von der Annahme einer Emotionsspezifität von Ärger haben verschiedene ForscherInnen unterschiedliche Ansätze entwickelt. Henry(1986) formuliert ein Modell der negativen Emotionen, in welchem Ärger die Ausschüttung von verschiedenen Hormonen in einem spezifischen Verhältnis auslöst. Dieses neuroendokrines Reaktionsmuster unterscheidet sich somit von den spezifischen hormonellen Veränderungen bei den Emotionen Angst oder Depression, und impliziert laut Henry die Freisetzung von Noradrenalin, Renin und Testosteron, sowie eine leichte Erhöhung des Adrenalinpiegels. Als eine Folge dieser hormonellen Reaktion kommt es zu einem höheren Blutdruck und einer erhöhten Herzfrequenz. Im Gegensatz zu Henry's emotionsspezifischen hormonellen Reaktionsmusters meint Panksepp(1989), dass zentralnervöse Schaltkreise im Hypothalamus sowie im limbischen System emotionsabhängig behaviorale und physiologische Reaktionen auslösen. Obwohl emotionsspezifische Schaltkreise reagieren, können die jeweiligen Veränderungen jedoch kontextabhängig differieren. Stemmler(2000) beschäftigte sich intensiv anhand einer Literaturübersicht mit den Forschungsergebnissen zu den Emotionen Ärger und Angst. Demnach gibt es zwar wenige konsistente Erkenntnisse – wahrscheinlich aufgrund der unterschiedlichen Emotionsinduktion - jedoch scheinen Ärger und Angst eine erhöhte Herzrate sowie einen höheren systolischen Blutdruck mit sich zu bringen. Bei Ärger kommt es außerdem zu einer Erhöhung des diastolischen Blutdrucks, des peripheren Widerstandes und der somato-motorischen Aktivität. Typisch für Angst scheinen eine verringerte Fingertemperatur sowie ein Anstieg des Herzminutenvolumens zu sein. In Bezug auf die von Stemmler formulierten Modelle, können demnach weder die Nicht-Spezifität von Emotionen noch die absolute Emotionsspezifität unterstützt werden, während über die restlichen zwei Modelle überhaupt keine fundierten Schlussfolgerungen möglich sind.

Medizinischer Exkurs

Systolischer/diastolischer Blutdruck:

Der Druck, mit dem das Blut durch die Gefäße fließt, nennt man Blutdruck. Er ist am höchsten, wenn sich das Herz zusammen zieht (Dauer ca. 0,15 Sekunden) und das Blut in die Arterien presst, die sich dadurch ausdehnen. Der dabei entstehende Druck heißt systolischer Blutdruck. Er ist am niedrigsten, wenn das Herz wieder erschlafft (Dauer 0,7 Sekunden) und die Gefäße wieder ihren Normalzustand erreichen. Der dabei auftretende Druck heißt diastolischer Blutdruck.

(http://www.medizinauskunft.de/schwerpunkt/hypertonie/was/was_2.php)

Peripherer Widerstand:

Mit dem Begriff wird beschrieben, dass die Schlagadern und die Venen eine Wandspannung besitzen, die dem Blutausswurf des Herzens einen gewissen variablen Widerstand entgegensetzen. Dieser Widerstand wird zur Kreislaufregulation und zu bedarfsgerechten Verteilung des Blutes in die einzelnen Organe vom Körper variiert. Die Hauptregulation erfolgt dabei in den Arteriolen, den so genannten präkapillären Widerstandsgefäßen. Die Widerstandserhöhung erfolgt vorwiegend durch eine aktive Muskelkontraktion der Gefäßmuskulatur, ein Teil wird auch durch die Gefäßelastizität beigetragen. (<http://www.lumrix.de/icd/med/peripherer.html>)

Herzminutenvolumen:

Das Herzminutenvolumen (HMV) oder Herzzeitvolumen (HZV) ist das Volumen des Blutes, welches in einer Minute vom Herz durch den Blutkreislauf gepumpt wird. Das Herzminutenvolumen ist also ein Maß für die Pumpfunktion des Herzens.

(<http://de.wikipedia.org/wiki/Herzminutenvolumen>)

Während somit keine eindeutigen Befunde für oder gegen ein ärgerspezifisches physiologisches Reaktionsmuster existieren, lässt sich der Ärgerzustand doch anhand einiger Indikatoren vom Normalzustand abgrenzen (Immenroth&Joest, 2004. S.57):

- Anstieg des systolischen und diastolischen Blutdrucks(vgl. Ax, 1953, Chessick, Bassan&Shattan, 1966, Hodapp, 2000, Roberts&Weerts, 1982, Schwartz, Weinberger&Singer, 1981, Stemmler, 2000)
- Erhöhte Muskelaktivität (vgl. Ax, 1953, Chessick et al., 1966, Stemmler, 1989)

-
- Zunahme der Herzfrequenz (vgl. Chessick et al., 1966, Ekman, Levenson&Friesen, 1983, Levenson, 1992, Levenson, Ekman&Friesen, 1990, Schwartz et al., 1981, Stemmler, 2000)
 - Differenzielle Anstiege der Nebennierenrindenhormone Adrenalin und Noradrenalin (vgl. Ax, 1953, Frankenhäuser, 1975, Funkenstein et al., 1954, Hodapp, 2000, Müller, 1993b, Weber, 1999)
 - Anstieg der Elektromyopotenziale der Gesichtsmuskulatur (vgl. Ekman&Friesen, 1971, Schwartz, Fair, Salt, Mandel&Klerman, 1976)
 - Erhöhte Stirntemperatur (vgl. Stemmler, 1989)

Zusammenfassend lässt sich dieser Messansatz der Emotion Ärger also als Versuch mit Hilfe von invasiven (=in den Körper eindringend) und nicht-invasiven Verfahren spezifische physiologische Symptome der Ärger-Reaktion zu erfassen und von bestimmten Reaktionen anderer Emotionen abzugrenzen, definieren.

2. *Fremdbeobachtung*

Obwohl im Alltag Ärger-Reaktionen anhand Veränderungen der Mimik, Gestik und Sprache gut erkennbar für andere zu sein scheinen, kann im psychologischen Bereich nicht auf allgemeingültige Aussagen über die ärgerspezifische Gestik zurückgegriffen werden. Vielmehr wird nur von einer allgemeinen Körperaktivierung gesprochen, die den Körper in Kampfbereitschaft bringen soll. Bezüglich der mimischen Reaktionen wird von einer erhöhten Aktivierung der Elektromyopotenziale der Gesichtsmuskulatur ausgegangen, obwohl noch nicht geklärt ist, ob diese Tatsache alleine für die Form des ärgerspezifischen Gesichtsausdrucks verantwortlich ist. Fraglich ist auch, inwiefern soziologische und kulturalanthropologische Aspekte neben der biologischen Sicht in die Forschung mit einbezogen werden sollten. Laut Ekman (1988) liegt eine „[...] universelle, kulturunabhängige, invariante Mimik bei Emotionen [...]“ (Immenroth&Joest, 2004. S. 58) vor. Somit ist der ärgerspezifische Gesichtsausdruck anhand mehrerer Aktionseinheiten, die nicht immer alle auftreten, sondern in bestimmten Konstellationen, zu erkennen (Immenroth&Joest, 2004. S. 58):

- Zusammenziehen der Augenbrauen,
- Anspannen der Augenlieder,
- Anspannen, Aufeinanderpressen und Einziehen der Lippen,
- stechender Blick,
- geweitete Nasenflügel,

-
- usw.

Im Vergleich zur Gestik wurden Veränderungen der Mimik zwar systematischer untersucht, jedoch gibt es immer noch Unstimmigkeiten über *den* typischen ärgerlichen Gesichtsausdruck. Mit ein Grund dafür scheint die methodische Herangehensweise zu sein: entweder wird intern valide, also mit induzierten Ärger-Reaktionen in Laborexperimenten, geforscht, oder es werden spontane Reaktionen in natürlichen Lebenssituationen beobachtet, gleichzusetzen mit einer geringen externen Validität und damit einer geringen Generalisierbarkeit.

Wallbott&Scherer (1985, 1990) argumentieren, dass - häufiger als bei anderen Emotionen - Ärger Veränderungen in der Sprache und Stimme mit sich bringt, und diese Reaktionen auch im Gedächtnis bleiben. Laut den Autoren wird die Stimme schneller, höher und lauter, doch noch reichen die empirischen Befunde noch nicht für allgemeingültige Aussagen aus.

3. *Selbstbeobachtungen und -berichte*

Unter Selbstbeobachtung bzw. -bericht werden zum einen Tagebücher, als auch Fragebogenverfahren verstanden. In den so genannten „Ärger-Tagebüchern“ sind die Versuchspersonen aufgefordert, alle Ärger-Reaktionen in einem bestimmten Zeitraum bzw. zu einem spezifischen Ereignis selbst zu beschreiben und festzuhalten.

Beim Fragebogenverfahren kommen Situations-Reaktionsverfahren (Welche Reaktionsmöglichkeiten werden bei vorgegebener Situation gewählt?), multidimensionalen Fragebögen (mehrere Komponenten der Ärger-Emotion werden erhoben) als auch Fragebögen die für einzelne Ärger-Komponenten entwickelt werden, zum Einsatz. Beispiele für spezifische Messinstrumente sind (Immenroth&Joest, 2004. S.59):

- Der Fragebogen für sportbezogene Belastungssituationen von Allmer (1985).
- Der Fragebogen *Interferierende Kognitionen – Tischtennis* (KIF-TT) von Hindel und Krohne (1987) zur Erfassung störender Kognitionen und Bewältigungstechniken im Tischtennis.
- Die Skalen Anger Symptoms oder Anger Situations (vgl. Deffenbacher et al., 1986, Hazaleus&Deffenbacher, 1986), bei denen die Personen eigene ärgerspezifische physiologische Symptome oder Situationen jeweils mittels einer Skala von 0 (keine Symptome/keine Ärger-Reaktion) bewerten sollen.

Als ein Beispiel für multidimensionale Verfahren sei das *Multidimensional Anger Inventory* (MAI)

von Siegel (1986) genannt, das *Anger-Arousal, Range of Anger-Eliciting Situations, Hostile Outlook* und *Anger-In/Anger-Out* erfasst.

Müller (1993) kritisierte die Methoden der Erhebung von Ärger – insbesondere war er der Meinung, dass der Faktor Anger-Out nicht differenziert genug betrachtet würde – und konstruierte den *Müller Anger-Coping Questionnaire* (MAQ). Dieser soll die Verarbeitung von Ärger, also Schuldgefühl, kognitive Prozesse und den sozial kompetenten Ärger-Ausdruck erfassen.

Um die scheinbar stetige Zunahme von Gewalt an Schulen zu erforschen, entwickelten 1998 Smith und Kollegen das *Multidimensional School Anger Inventory* (MSAI), das sich auf die vier Dimensionen „positive, nach außen gerichtete Ärger-Bewältigung“, „Ärger-Erfahrung“, „zynische Einstellung“ und „destruktiver Ärger-Ausdruck“ konzentriert.

Vor allen Dingen in der Sportwissenschaft wurde in einigen Erhebungen eine so genannte Selbstkonfrontations- bzw. Video-Rekonstruktionsmethode eingesetzt, sowie ein Computergestütztes Erfassungssystem zur Selbstbeobachtung in Stresssituationen. Die Video-Rekonstruktionsmethode verlangt von der Versuchsperson eine Videoaufzeichnung von sich in der von ihr gewünschten Geschwindigkeit (Standbild, Zeitlupe oder Schnelldurchlauf) zu betrachten, und auch gewisse Sequenzen bei Bedarf wiederholt anzusehen. Nachdem der Mehrheit der Menschen ein differenziertes und strukturiertes „*Stressgedächtnis*“ (Reichert, 1992) fehlt, kann mit Hilfe der Videoaufzeichnung eine Ekphorie, also ein Wiederhervorrufen eines Erinnerungsbildes, ausgelöst werden. Somit sollte der Versuchsleiter jeder Versuchsperson die zentrale Problematik vor Augen führen, was diese Methode bei der Durchführung und Auswertung verständlicherweise ziemlich aufwändig gestaltet und dementsprechend einen Nachteil darstellt. Auch mit Hilfe des *Computergestützten Erfassungssystems zur Selbstbeobachtung in Stresssituationen* (COMES) sollen sich Versuchspersonen an Stresssituation oder Ärgerauslösende Situationen erinnern. Nach einem subjektiv belastenden Vorkommnis wird das Stressgefühl so bald als möglich mit einem Taschencomputer bewertet, und außerdem mit der Beantwortung von Selbstbeobachtungs-Items auf einer Ratingskala ergänzt.

Wie bereits erwähnt setzte sich Spielberger intensiv mit der Entwicklung des *State-Trait Anger Expression Inventory* (STAXI), das ebenfalls zu den multidimensionalen Fragebogenverfahren zählt, auseinander, und nachdem dieser Bogen sich als ökonomisches und reliables Instrument zur Erfassung von Ärger und Ärger-Ausdruck erwiesen hat, soll nun näher darauf eingegangen werden.

Das State-Trait-Ärgerausdrucks-Inventar (STAXI)

Spielberger entwickelte die Ärgerskalen im Sinne seines Forschungsinteresses, grundlegende

Emotionen wie Angst, Ärger und Neugier zu analysieren.

Im Endeffekt war das STAXI Resultat von zwei unabhängigen, jedoch verwandten Untersuchungen: in einem Programm lag der Fokus darauf, Angst, Ärger und Neugier als emotionale Zustände und Persönlichkeitsdispositionen zu konzipieren, im anderen sollten diejenigen Faktoren ausfindig gemacht werden, die in der modernen Industriegesellschaft mitverantwortlich für die häufigsten Zivilisationserkrankungen (Hypertonie, koronare Herzerkrankungen, Krebs und chronische Kopfschmerzen) sein könnten, da ihnen im weiteren Sinne auch psychosoziale Ursachen zugeschrieben wurden. Hierbei war die Ärgervariable zentral. Da die im STAXI verwendeten Ärgerdimensionen in ein integratives Ärgermodell eingeordnet werden sollten, sollte davon ausgegangen werden, dass Emotionen verbunden sind mit Handlungen. Somit sollten alle Teile dieses Prozesses diagnostisch erfasst werden, weshalb die Komponenten *Ärgerauslösung*, *Ärgererscheinungsformen*, *Ärgerausdrucksweisen* und *Ärgerstabilisierung* differenziert betrachtet werden.

Die *Ärgerauslösung* impliziert das ärgerauslösende Ereignis, die Ärgerneigung und die kognitive Bewertung der Situation. Ärgerauslösend wirkt die selbst- oder fremdverursachte Blockierung oder Behinderung einer zielgerichteten Handlung. Was diese potenziell störenden oder provozierenden Situationen betrifft, so ist die jeweilige Einschätzung und damit verbunden die Stärke der Ärgerreaktion abhängig von der Ärgerd disposition, die Resultat von biologischen Voraussetzungen oder auch von Lern- und Verstärkersituationen sein kann. Kognitiv bewertet werden die Gründe, die das Erreichen eines Ziels unmöglich machen, wobei sich hier die Fragen stellen, wer für etwas verantwortlich ist, ob etwas ungerecht oder unerwartet passiert ist, welche Normen oder Anspruchsrechte verletzt sind und welche Entschuldigungsgründe verwendet werden können. Die Phase der *Ärgererscheinungsformen* subsumiert physiologische, kognitive und behaviorale Reaktionen, die Zustandsvariablen darstellen und vor allem anhand ihrer Intensität differenziert werden. Bei den *Ärgerausdrucksweisen* handelt es sich um bestimmte Formen von Ärgerverarbeitungsstrategien, die im Fragebogen anhand einiger Verhaltensweisen gemessen werden (Bsp.: „Ich mache Dinge wie Türen zuschlagen.“) Die *Ärgerstabilisierung* bezieht sich darauf, wie der im Zuge des Ärgers entstandene Stress verarbeitet wird: eine erneute Bewertung der ärgerauslösenden Situation ist notwendig, um passende Bewältigungsmöglichkeiten zu finden. Gelingt diese Neubewertung und nachfolgende Bewältigung nicht, so kann sich der Ärgerstress stabilisieren und chronifizieren, was über längere Zeit hinweg Ausdruck in körperlichen Erkrankungen finden kann.

Entsprechend dieser Ärgerphasen beinhaltet das STAXI 44 Items, welche fünf Skalen und zwei Zusatzskalen bilden. Auf der Ebene der Ärgererscheinungsweisen erfasst die *Ärger-Zustandsskala*

(„State-Anger“ S-A, 10 Items) die Intensität des subjektiven Ärgerzustands zu einem bestimmten Zeitpunkt bzw. in einer definierten Situation. Die *Ärger-Dispositionsskala* („Trait-Anger“ T-A, 10 Items) bezieht sich auf die Ärgerauslösebedingungen, und damit auf die interindividuelle Bereitschaft auf ärgerprovozierende Ereignisse mit erhöhtem Ärger zu reagieren. Zwei Zusatzskalen sind innerhalb dieser Skala zu verwenden, nämlich die *Ärger-Temperaments-Skala* („angry temperament“ TA/T, 5 Items) und die *Ärger-Reaktions-Skala* („angry reaction“ TA/R, 5 Items), wobei mit ersterer die allgemeine Ärgerneigung, mit zweiter die Äußerung von Ärger bei Kritik oder unfairer Behandlung gemessen wird. Betreffend die Ärgerverarbeitung werden drei verschiedene Verhaltensweisen mit unterschiedlichen Skalen gemessen. Die Häufigkeit des unterdrückten bzw. nicht nach außen abreagierten Ärgers wird mit Hilfe der Skala zur Erfassung von nach innen gerichtetem Ärger („Anger-in“ AI, 8 Items) gemessen, die Skala zur Erfassung von nach außen gerichtetem Ärger („Anger-out“ AO, 8 Items) erfasst die Häufigkeit der offenen Ärgerreaktionen gegenüber Personen oder Objekten und die *Ärger-Kontroll-Skala* („Anger Control“ AC, 8 Items) soll die Häufigkeit der versucht kontrollierten bzw. nicht aufkommen lassenden ärgerlichen Gefühle indizieren.

Über die Testdurchführung sei hier nicht allzu viel erwähnt: der Bogen ist relativ kurz, und das Prozedere am besten anhand der ausgegebenen Exemplare zu erklären...

Testauswertung

Bei der Auswertung des STAXI wird folgendermaßen vorgegangen: nachdem in allen drei Teilen die verschiedenen Items zur Selbstbeschreibung von 1-4 („fast nie“ bis „fast immer“ bzw. „überhaupt nicht“ bis „sehr“) zu bewerten sind, werden die Punktwerte pro Item jeder Skala addiert. Für S-A ist das die Summe der Items von Teil 1, für T-A die des zweiten Teils, und für die Teilskalen gilt folgende Zuordnung der Item-Nummern:

- TA/T: 11, 12, 13, 18, 19
- TA/R: 14, 15, 16, 17, 20
- AI: 22, 24, 25, 28, 30, 41, 42, 44
- AO: 26, 27, 31, 35, 37, 38, 39, 43
- AC: 21, 23, 29, 32, 33, 34, 36, 40

Eine Person weist eine hohe Ärgerausprägung auf, wenn sie hohe Skalenwerte hat. Um diese

interindividuellen Aussagen tätigen zu können, kann auf Standardwerte der vier dispositionellen Skalen zurückgegriffen werden. Zusätzlich zu den Normtabellen der Gesamtstichproben, gibt es auch Werte für differenziertere Teilstichproben, und zwar nach Alter (14-30a, 31-49a und 50+a) und Geschlecht. Wie bereits in der Einleitung erwähnt, sollte die Interpretation der Ergebnisse nur durch ausgebildete PsychologInnen passieren, doch grundsätzlich gibt es folgende Hinweise für die Interpretation von hohen Werten bei den jeweiligen der STAXI-Skalen (Hodapp, Schwenkmezger, & Spielberger, 1992. S.25):

- S-A: Personen mit hohen Skalenwerten erfahren relativ intensive Ärgergefühle. Erhöht sich S-A entsprechend der Höhe von T-A, so ist es wahrscheinlich, dass die Erhöhung situationsspezifisch bedingt ist. Bei gleichzeitig hohen AI-Werten können hohe Zustandswerte auch chronische Ärgerreaktionen widerspiegeln.
- T-A: Personen mit hohen T-A-Werten erfahren relativ häufig Ärger und fühlen sich oft durch andere unfair behandelt. Es ist zudem wahrscheinlich, dass sie häufig Frustrationen ausgesetzt sind. Ob sie Ärger unterdrücken oder nach innen wenden, nach außen abreagieren oder Kontrollversuche unternehmen, ist über die AI-, AO- und AC-Skalen zu beurteilen.
- TA/T: Personen mit hohen Werten haben ein hitziges Temperament und erleben bereits bei geringer Provokation Ärger. Sie sind oft impulsiv und es mangelt ihnen an Ärgerkontrolle.
- TA/R: Personen mit hohen Werten sind gegenüber Kritik, wahrgenommener Ablehnung und negativer Bewertung durch andere überaus empfindlich. Unter solchen Umständen erleben sie intensive Ärgergefühle.
- AI: Personen mit hohen Werten erleben zwar oft Ärger, zeigen diese aber nicht nach außen oder unterdrücken die Ärgergefühle, anstatt sie nach außen physisch oder verbal abzureagieren. Da AI von AO unabhängig ist, können Personen in beiden Skalen hohe Werte aufweisen. Welche Ausdrucksform in einer Situation dominiert, hängt von den situativen Umständen, insbesondere aber von der sozialen Stellung anwesender Personen ab.
- AO: Personen mit hohen Werten erleben häufig Ärger und äußern dies gegenüber anderen Personen oder Objekten in aggressiver Weise. Dies kann durch die Bedrohung anderer Personen erfolgen, aber auch durch Verhaltensweisen wie Türen zuschlagen. Häufig sind auch verbale Ausdrucksformen wie Kritik, Sarkasmus, Bedrohung, Beschimpfung, Beleidigung.
- AC: Personen mit hohen Werten wenden viel Energie zur Steuerung und Kontrolle von Emotionen in ärgerprovozierenden Situationen auf. Da Ärgerkontrolle eine in hohem Maße sozial erwünschte Verhaltensweise darstellt, kann die Kontrolle im Extremfall auch zu

Passivität, Rückzug und Depression führen. Dies trifft möglicherweise besonders auf Personen zu, die gleichzeitig hohe T-A- und niedrige AO-Werte aufweisen.

Auf einige weitere Interpretationshilfen und Einschränkungen soll im Referat kurz hingewiesen werden.

Anschließend an die theoretischen Erklärungen zum STAXI sollen, wie bereits erwähnt, Exemplare an alle KollegInnen verteilt werden und bei Interesse auch beantwortet, sowie diskutiert werden.

VIII. QUELLENANGABEN

Hodapp, V., Schwenkmezger, P. & Spielberger, C.D. (2004): Das State-Trait-Ärgerausdrucks-Inventar STAXI. Verlag Hans Huber, Bern Göttingen Toronto.

Immenroth, M. & Joest, K. (2004) Psychologie des Ärgers. Ursachen und Folgen für Gesundheit und Leistung. Verlag W. Kohlhammer, Stuttgart. S. 55-62

Otten, S. & Mummendey, A. *Sozialpsychologische Theorien aggressiven Verhaltens*. In: Frey, D. & Irle, M. (Hrsg.) (2002) *Sozialpsychologie. Band II: Gruppen-, Interaktions- und Lerntheorien*. Huber, Bern. S.198-216

Weber, H. *Ärger und Aggression*. Zeitschrift für Sozialpsychologie, 30 (2/3), 1999, S.139-150 In: Immenroth, M. & Joest, K. (2004): *Psychologie des Ärgers. Ursachen und Folgen für Gesundheit und Leistung*. Verlag W. Kohlhammer, Stuttgart.

