

JULIA SHAW

**BÖSE**  
**DIE PSYCHOLOGIE**  
**UNSERER**  
**ABGRÜNDE**



HANSER

Tatsächlich trat das Gegenteil von dem ein, was sie erwarteten. Die Teilnehmer zeigten mehr *cute aggression*, weil die Forscher »einen taktilen Stimulus der Niedlichkeit hinzugefügt« hatten. Sie folgerten, dass dies vielleicht darauf schließen lasse, dass es bei Teilnehmern, die es mit echten, flauschigen Tierbabys zu tun hätten, eine weitere »Zunahme dieser aggressiven Gefühle« gebe. Mit anderen Worten: Wenn man Bilder von kleinen Kätzchen online sieht, hält sich die *cute aggression* noch im Rahmen, aber es wirklich mit ihnen zu tun zu haben, scheint *einfach zu viel* zu sein.

Laut dem Forscherteam gilt dies auch für Babys. Beobachten Sie, wie Sie auf die folgenden Aussagen reagieren, die aus einem Aussagenkatalog stammen, den Aragón und ihre Kollegen ihren Probanden gaben.

1. Wenn ich ein extrem niedliches Baby im Arm halte, verspüre ich den Drang, seine kleinen dicken Beinchen zu drücken.
2. Wenn ich ein extrem niedliches Baby anschau, möchte ich ihm in die Wangen kneifen.
3. Wenn ich etwas sehe, das ich richtig niedlich finde, balle ich meine Hände zu Fäusten.
4. Ich gehöre zu den Menschen, die einem niedlichen Kind durch zusammengebissene Zähne sagen: »Ich könnte dich auffressen!«

Wenn Sie irgendeiner dieser Aussagen zustimmen, leiden Sie nicht nur Kätzchen und Welpen, sondern auch Menschenbabys gegenüber an *cute aggression*. Auch dies kann für seltsame Emotionen sorgen, ja dazu führen, dass Eltern sich Sorgen wegen ihrer eigenen Gefühle gegenüber ihren Kindern machen. *Warum würde ich mein Baby gerade am liebsten kneifen, wo ich ihm doch in Wirklichkeit niemals ein Leid antun würde?* Dies ist einer von vielen dunklen Gedanken, die Eltern haben können und mit niemandem teilen wollen, weil sie fürchten, als schlechter Elternteil, als schlechte Person abgestempelt zu werden. Doch falls Sie diesen Gedanken haben, seien Sie unbesorgt.

Dieses Gefühl scheint ziemlich normal zu sein und ist nicht völlig überraschend. »Süße Aggression« ist wahrscheinlich ein Nebenprodukt eines adaptiven menschlichen Merkmals. Wenn wir etwas niedlich finden, wollen wir es im Allgemeinen am Leben erhalten, uns darum kümmern. Das ist vermutlich auch der Hauptgrund dafür, warum wir niedliche Tiere als Haustiere halten.

Höchstwahrscheinlich wird sich dieses Gefühl insbesondere dann einstellen, wenn wir etwas sehen, was ins »Kindchenschema«<sup>10</sup> passt – mit großen, weit auseinanderstehenden Augen, runden Wangen und einem kleinen Kinn. Es spielt keine Rolle, ob es sich tatsächlich um ein Menschenbaby oder um ein echtes Tier handelt. Wir finden Cartoons niedlich, wenn sie in dieses Schema passen, wir können diese Empfindungen bei Kuscheltieren haben, und Google entwarf sein erstes selbstfahrendes Auto entsprechend diesem Schema, damit wir weniger Angst vor der neuen Technologie haben.

Da Niedlichkeit so starke positive Gefühle in uns hervorruft, wird unser Gehirn, so die Forscher, von einem Gefühl der Fürsorge überwältigt, dem es mit einem Gefühl der Aggression entgegenzuwirken versucht. Dies geschieht, weil Menschen manchmal »dimorphe Emotionen« haben: Wir reagieren auf Dinge nicht immer mit nur einer Emotion, sondern mit zwei Emotionen gleichzeitig, die sowohl positiv als auch negativ sein können und völlig durcheinandergeraten sind.

Dimorphe Emotionen stellen sich ein, wenn wir so von unseren Gefühlen überwältigt werden, dass wir es nicht aushalten. Der Gefahr einer emotionalen Überforderung, die dem Gehirn Schaden zufügen könnte, steuert das Gehirn dann mit einer konträren Emotion entgegen – z.B. mit Weinen, wenn wir wirklich glücklich sind, mit Lächeln bei einer Beerdigung oder mit dem Wunsch, etwas zu zerquetschen, was uns wirklich am Herzen liegt. Mit anderen Worten: Wenn Sie das nächste Mal ein niedliches Tier zerdrücken wollen, heißt das wahrscheinlich nicht, dass Sie ein verkappter Sadist sind, sondern dass Ihr Gehirn überlastet ist und versucht, nicht kurzzuschließen.

Lassen Sie uns nun wieder die Verbindung zum Bösen herstellen. Die Neigung, kuscheligen Tieren oder kleinen Babys tatsächlich wehzutun, würden wahrscheinlich viele Leute als »böse« bezeichnen. Sie jedoch *so sehr* zu lieben, dass ihr Gehirn sich davor schützen muss, vor Freude zu explodieren? Das wahrscheinlich nicht.

Apropos Aggressionen gegenüber dem, was wir lieben: Eins meiner persönlichen Zielobjekte ist mein Lebensgefährte. Es macht mir Spaß, ihn spielerisch zu schlagen, ihn zu drücken und zu ärgern. Doch ab welchem Punkt ist dies nicht länger niedlich, sondern aggressiv? Sollte ich mir Sorgen machen? Sollte er sich Sorgen machen?

Wie sich herausstellt, könnte der Begriff süße Aggression unzutreffend sein, eine Bezeichnung, die überhaupt nicht mit allgemein

akzeptierten Definitionen von Aggression übereinstimmt. *Cute aggression* ist wahrscheinlich überhaupt keine Aggression, sie *ähnelt* ihr nur. Das haben auch die Forscher, die diesen Begriff prägten, mittlerweile akzeptiert. Wenn wir es hier also nicht mit echter Aggression zu tun haben, was *ist* dann Aggression?

Die in den USA ansässige Sozialpsychologin Deborah Richardson erforscht seit Jahrzehnten die Grundlagen der Aggression. Zusammen mit Robert Baron definierte sie 1994 Aggression als »jedes Verhalten, das auf das Ziel ausgerichtet ist, einem anderen Lebewesen Schaden zuzufügen«. Aggression, so die Autoren, hat vier notwendige Merkmale.<sup>11</sup> Erstens ist Aggression ein Verhalten. Es ist kein Gedanke, keine Idee, keine Haltung. Zweitens ist Aggression intentional. Zufälle zählen nicht. Drittens beinhaltet Aggression den Wunsch, Leid zuzufügen. Man muss jemandem wehtun wollen. Viertens ist Aggression gegen ein Lebewesen gerichtet. Nicht gegen Roboter oder unbelebte Objekte.

»Einen Teller zu zerbrechen oder einen Stuhl zu werfen, um seine Verärgerung zum Ausdruck zu bringen, wäre keine Aggression«, erklärt Richardson. »Der Versuch, Ihrer Mutter wehzutun, indem Sie ihren wertvollen antiken Teller kaputt machen, oder Ihrem Freund wehzutun, indem Sie einen Stuhl *nach* ihm werfen, *würde* als Aggression gelten.«

Wenn wir einmal von den spielerischen, pseudoaggressiven Verhaltensweisen absehen, die wir zuweilen in Beziehungen an den Tag legen, und uns der ernsteren Aggression zuwenden, lautet die Frage: Warum tun wir denjenigen weh, die wir lieben? Wut scheint ein Hauptmotiv zu sein. In einer 2006 von Richardson und Green<sup>12</sup> durchgeführten Studie über Aggressionen gegenüber Menschen, die einem nahestehen, wurden die Teilnehmer gebeten, über ihre Aggressionen gegenüber jemandem zu sprechen, auf den sie im letzten Monat wütend gewesen waren. 35 Prozent der Befragten gaben an, sie seien wütend auf einen Freund gewesen, 35 Prozent auf einen Liebespartner, 16 Prozent auf Geschwister und 14 Prozent auf einen Elternteil. Die Forscher fanden auch heraus, dass die meisten Probanden sich gegenüber denjenigen, auf die sie wütend waren, aggressiv verhielten. Menschen, die uns nahestehen, sind leicht erreichbar und wecken in uns oft starke Gefühle. Außerdem sind wir häufig auf irgendeine Weise von ihnen abhängig. Diese Mischung scheint sie zu einer mächtigen Zielscheibe unserer Aggression zu

machen.

Vor allem bei Liebespartnern schließen die Motive für Aggression und Gewalt auch Rache für emotionale Verletzungen, den Wunsch, die Aufmerksamkeit des Partners zu erhalten, sowie Eifersucht und Stress mit ein.<sup>13</sup> Wir tun denen, die wir lieben, aus sehr vielen Gründen weh. Einige dieser Gründe sind tief verwurzelt und schwer zu kontrollieren. Doch es gibt ein paar Dinge, die wir kontrollieren können, um die Wahrscheinlichkeit, dass wir aggressiv handeln, zu verringern. Zum Beispiel können wir einfach eine Kleinigkeit essen.

Laut einer Studie von Brad Bushman u.a.<sup>14</sup> aus dem Jahr 2014 erfordert Selbstkontrolle Gehirnnahrung in Form von Glukose (Zucker). Da Aggression das Ergebnis einer schlechten emotionalen und physischen Selbstkontrolle sein kann, wollten die Forscher die Beziehung zwischen Glukose und Aggressionen untersuchen. Sie baten 107 verheiratete Paare, drei Wochen lang jeden Morgen vor dem Frühstück und jeden Abend vor dem Schlafengehen ihren Blutzuckerspiegel zu messen. Die Forscher maßen auch die Aggressionslevel ihrer Probanden gegenüber ihren Partnern, indem sie jedem Teilnehmer eine Voodoopuppe und 51 Nadeln mit der Erklärung gaben: »Die Puppe symbolisiert Ihren Ehepartner. Stecken Sie an 21 aufeinanderfolgenden Tagen am Ende des Tages zwischen 0 und 51 Nadeln in die Puppe, abhängig davon, wie wütend Sie auf Ihren Partner sind. Tun Sie dies allein, in Abwesenheit Ihres Partners.«

Am Ende der Studie maßen die Forscher auch unmittelbare Aggressionen, indem sie den Probanden die Möglichkeit gaben, ihren Partner über Kopfhörer mit einem Geräusch zu attackieren, konkret mit einer Mischung aus Sounds, die die meisten von uns hassen: wie Fingernägel, die über eine Tafel kratzen, Zahnarztbohrer und Krankenwagensirenen. Laut den Forschern »kontrollierten die Teilnehmer im Grunde innerhalb der ethischen Grenzen des Labors eine Waffe, die dazu verwendet werden konnte, ihren Ehepartner einem unangenehmen Geräuschangriff auszusetzen«. Glücklicherweise wurden die Ehepartner in Wahrheit keinem derartigen Angriff ausgesetzt, denn die Probanden spielten, ohne es zu wissen, gegen einen neutralen Computer.

Teilnehmer mit niedrigeren Blutzuckerspiegeln steckten mehr Nadeln in die Voodoopuppe und attackierten ihren Ehepartner ausdauernder und mit lauterem Geräuschen. Die Forscher schrieben abschließend, dass regelmäßiges Essen und höhere Blutzuckerspiegel helfen sollten,

Aggressionen und Konflikte in Beziehungen zu verringern. Wenn Sie also das nächste Mal das Bedürfnis verspüren, sich mit Ihrem Partner zu streiten, essen Sie einen Schokoriegel. Stellen Sie sicher, dass Sie wirklich wütend sind – und nicht nur *hungrig*.

Unabhängig davon scheint unser Aggressionsstil auch von unserem Opfer abzuhängen. In ihrer Studie zu Aggressionen gegenüber Nahestehenden stellten Richardson und Green<sup>15</sup> auch Folgendes fest: »Wenn Menschen wütend auf ihren Liebespartner oder einen Geschwisterteil sind, suchen sie wahrscheinlich die direkte Konfrontation. Sind sie jedoch wütend auf einen Freund, vermeiden sie eher eine direkte Konfrontation und fügen ihm auf Umwegen Schaden zu – indem sie zum Beispiel Gerüchte verbreiten oder hinter seinem Rücken reden.« Zweifellos kann die Aggression viele Formen annehmen.

Lassen Sie uns die Definition von Aggression nun noch ein wenig genauer untersuchen. Welches sind die unterschiedlichen Formen der Aggression? 2014<sup>16</sup> fasste Richardson über zwei Jahrzehnte ihrer eigenen Aggressionsforschung zusammen und legte dar, dass es drei Hauptformen der Aggression gibt. Die erste Form, die direkte Aggression, beinhaltet, dass man jemanden mit verletzenden Worten oder verletzendem Handeln angreift, ihn also zum Beispiel anbrüllt oder schlägt. Das kann heißen, dass man einen verbalen Streit mit einem Liebespartner vom Zaun bricht, einen Freund verspottet, um ihm wehzutun, oder verletzend sarkastisch ist. In extremeren Formen kann dies zu häuslicher Gewalt führen.

Die zweite Form, die indirekte Aggression, ist weniger offensichtlich. Indirekt aggressive Verhaltensweisen beinhalten den Versuch, jemandem auf dem Umweg über ein Objekt oder eine andere Person wehzutun. Dies können Aktionen wie die Beschädigung von jemandes Besitz oder die Verbreitung von Gerüchten sein. Indirekte Aggression schließt auch die soziale Aggression mit ein, bei der es darum geht, jemandem wehzutun, indem man seinen Beziehungen Schaden zufügt oder sie zerstört.<sup>17</sup>

Schließlich gibt es eine dritte Form der Aggression. Diese ist die bei Weitem üblichste und beinhaltet, dass man andere verletzt, indem man mauert – passive Aggression. Zu Ihrem Vergnügen führe ich hier sämtliche Items zur passiven Aggression aus dem überarbeiteten Richardson Conflict Response Questionnaire<sup>18</sup> auf. Ich möchte Sie dazu ermutigen, die Beschäftigung damit als Moment der