

# **AGGRESSIVITET**

## **Vad är det ?**

**Marie Brobeck**  
**Ann-Christin Persson**

**Handledare: Hans Halberg**

---

---

**EXAMENSARBETE**

**KURS SP E**

**INSTITUTIONEN**

**FÖR SOCIAL OMSORG**

**APRIL 1994**

# Aggressivitet

Vad är det ?

*Marie Brobeck*

*Ann - Christin Persson*

M.Brobeck. A. Persson. *Aggressivitet - vad är det ?*. Examensarbete omfattande tio poäng på institutionen för social omsorg, med inriktning mot socialpedagogiskt behandlingsarbete.

Vårt syfte med den här uppsatsen är att försöka definera begreppet aggressivitet ur ett socialpsykologiskt och ett psykologiskt perspektiv, i syftet ingår också att ta reda på hur olika personer med yrkeserfarenhet ser på fenomenet. För att få reda på det har vi studerat två olika teorier om aggressivitet, vi har även intervjuat olika personer som på olika sätt kommer i kontakt med aggressivitet genom sitt arbete. För att få reda på vårt syfte har vi använt oss av tre stora frågeställningar. Är aggressivitet medfött, finns det något positivt med den, vad är aggressivitet uttryck för.

Genom detta arbete har vi dragit slutsatsen att den medfödda aggressiviteten i grunden är konstruktiv, men på grund av olika sociala faktorer kan den bli destruktiv. Det kan i sin tur visa sig på olika sätt.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING .....	1
AGGRESSION - ett tvetydigt ord .....	2
1. FÖRORD .....	3
2. PROBLEMFÖRMULERING .....	4
3. SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR .....	7
4. METOD OCH URVAL .....	8
5. DISPOSITION .....	10
6. FROMM OCH FREUD .....	11
6.1. Fromm .....	11
6.2. Freud .....	12
7. ÄR AGGRESSIVITET MEDFÖTT .....	14
7.1. Konkurrens .....	15
7.2. Drift .....	15
7.3. Aktivitet .....	16
7.4. En vilja till kontakt .....	16
7.5. Sammanfattning .....	17
8. OM AGGRESSION SOM FÖRSVAR .....	18
8.1. Försvar för att hävda sitt jag .....	18
8.2. Försvar mot rädsla och ångest .....	19
8.3. Försvar mot smärta .....	20
8.4. Försvar mot bortträngda upplevelser .....	20
8.5. Sammanfattning .....	21
9. OM HÄMMAD AGGRESSIVITET .....	22
9.1. Konflikt undvikande på grund av hämningar .....	23
9.2. Hat, depressioner ett uttryck för hämmad aggressivitet .....	24
9.3. Splitting .....	24
9.4. Sammanfattning .....	25
10. INÅT- OCH UTÅTRIKTAD AGGRESSIVITET .....	26
10.1. Missbruk - en inåtriktad aggression .....	26
10.2. Växelspel .....	27
10.3. En krigshandling .....	27
10.4. Sammanfattning .....	28
11. OM AGGRESSIVITET SOM MAKT .....	30
11.1. Om aggression som spel .....	31
11.2. Sammanfattning .....	31
12. SLUTDISKUSSION .....	32
13. REFERENSER .....	36
BILAGA .....	38

## **AGGRESSION - ett tvetydigt ord.**

*” Aggression är ett ord som förekommer ofta i dagligt tal, de flesta tycks föresätta att alla och envar förstår vad det betyder. Ändå avslöjar varje försök att analysera begreppet ofrånkomligen hur tvetydigt ordet i själva verket är. Det är som att gå in i en semantisk snårskog. Med rätta har man karakteriserat ”aggression” som ett ord som innehåller tio bokstäver och tusen missförstånd.*

*Inom Förenta Nationerna har kommissioner arbetat i årtal i fåfänga försök att komma fram till en klar definition och det förhåller sig inte särskilt annorlunda inom den vetenskapliga aggressionsforskningen som inleddes vid 1900-talets början. Inte heller har man lyckats uppnå enighet om en gemensam definition. Ordet ”aggression” kommer av det latinska ”aggredi” som ursprungligen endast betyder att närma sig./---/*

*Den uppfattningen breder ut sig att aggression är ett så komplicerat fenomen att det helt enkelt inte kan definieras slutgiltigt. Aggression står för så olika saker att ingen definition kan täcka alla. ”*

( Danielsen 1980 sid 10-11 )

# FÖRORD

Vi vill tacka Hans Halberg, vår handledare, som gett oss fria händer att utforma vårt arbete. Vi är tacksamma över att han inte har försökt att styra oss och för det stöd han gett oss ibland som har lett till att vi har kunnat komma vidare.

Vi vill också tacka alla de personer vi intervjuat för att de har gett så mycket till oss av sina personliga tankar och erfarenheter.

Till sist vill vi även tacka Urban för att vi har fått invadera hans hem, kylskåp och framförallt dator. Vi tackar även honom för att han hjälpt oss med att förstå oss på den.

Vi har under de här tio veckorna haft mycket roligt, det har varit spännande och utvecklande. Vi har hamnat i många lustiga situationer som till exempel när vi helt oförberedda blev insläppta (till deras glädje och vår förvirring) på en avdelning där flera av Sveriges farligaste brottslingar sitter eller när våra anteckningar om Freud var på vift i Köpenhamn. De hamnade till slut i en skivstudio som faxade över dem (till vår glädje och ägarens förvirring) till en skivhandel i Helsingborg

## 2. PROBLEMFÖRMULERING

Vi tycker att vi under vår utbildning nästan inte har läst någonting om aggressivitet, och eftersom aggressivt beteende är något som vi socialpedagoger i vårt arbete stöter på ville vi först skriva en uppsats som handlade om bemötandet av aggressiva klienter. När vi skulle göra vår forskningskiss till uppsatsen så upptäckte vi att vi saknade en grund att stå på, och att vårt riktiga intresse låg i att undersöka vad aggressivitet egentligen är.

Vad är aggressivitet ? Varför reagerar människor aggressivt ? Vilken nytta har aggressiviteten gjort för mänskligheten ?

Om man tittar på det utifrån ett sociologiskt perspektiv så kan man fundera över om de lagar och normer samhället har i dag har gjort någon större förändring när det gäller människors aggressiva beteende, det yttre har kanske förändras när det gäller normer och värderingar jämfört med hur det var på stenåldern, men har vårt sätt att uttrycka aggressivitet verkligen förändrats? Förr när vi blev förbannade slog vi ner varandra med påkar och klubbor, idag skjuter vi missiler mot varandra.

I vissa samhällen kan dess lagar, normer och värderingar hålla aggressiviteten i balans, samhället skulle fungera dåligt om inte dessa fanns. Men tyvärr kan även dessa användas för att trycka ner och hämma folkmassor. När folkmassorna väl spränger de snäva gränserna kan det resultera i något som skulle kunna liknas vid ett explosivt utbrott. Exempel på det är studentrevolten på Himmelska fridens torg i Kina, där studenterna gjorde uppror mot det rådande systemet och dess normer och värderingar. Ett annat exempel är bondeupproren runt om i Europa runt sekelskiftet, där folket gjorde uppror och visade sin aggressivitet mot den tidens lagar, normer och värderingar.

Vi reagerar fortfarande på samma sätt som vi gjorde förr d v s med aggressivitet, inte bara för att sätta gränser eller göra av med förtryck utan också för att hämnas och ge igen. Hur många revolutioner har varit oblodiga där de förtryckta efter förändringen förlåtit sina förtryckare

När det gäller normer och värderingar kan det skilja mycket mellan olika kulturer i hur vi visar vår aggressivitet.

Daun (1989) pratar om low-anxiety countries och high-anxiety countries, är man från ett low-anxiety country såsom Sverige klassas, då visar man inga större variationer i sina känslouttryck. Vi svenskar lägger band på oss och är betydligt mer kontrollerade i hur vi uttrycker våra känslor. I vår kultur med dess normer och värderingar anses detta vara rätt.

I Italien som anses vara ett high-anxiety country reagerar man med att visa större känslouttryck och att inte kontrollera sig själv på det sättet som vi svenskar gör.

Är det så att italienare har mer aggressivitet i sig än vi svenskar har, eller kan det vara så att det ligger på ett mer ytligt plan? Exempelvis att man använder sig mer av sina känslor i sitt sätt att kommunicera. Att även en italienare kan vara hämmad i sin aggressivitet även om han gapar och viftar i trafiken.

Precis som kulturen präglar en som person kan man ur ett socialpsykologiskt perspektiv titta hur familjen och ens närmsta omgivning präglar en i sitt sätt att uttrycka sin aggressivitet. Vi tror att familjen, skolan, kamrater o dyl. präglar oss mycket starkt. Detta är ett av de perspektiv vi vill fokusera på i vår uppsats. Är aggressivitet ett socialt fenomen, med socialt menar vi alla yttre faktorer som påverkar individen från födseln och framåt.

Det andra perspektivet vi vill titta närmare på är det psykologiska. När man utgår från det, antar man att ett aggressivt beteende sätts igång av psykologiska processer inom individen. Kan ångest eller kränkningarna sätta igång en process som i sin tur leder till ett aggressivt beteende? Hur kan vårt psyke påverka oss i vårt sätt att reagera aggressivt, spelar den överhuvudtaget någon roll eller är det bara en medfödd reaktion.

Här kommer man in på det biologiska perspektivet som ser aggressivitet som en fysisk reaktion som beror på en retning av ett ämne eller en substans i hjärnan. Till exempel så har man inom neurovetenskapen (vetenskapen om hjärnan) gjort forskning på vad det är som framkallar aggressivitet. De har inplanterat elektroder i hjärnan och genom elektrisk retning fått fram ett visst beteende hos djur eller människor.

Forskarna demonstrerade hur de kunde framkalla aggressivitet genom att reta ett visst område och genom att reta ett annat område av hjärnan hämma aggressionen, få stopp på den (Fromm, 1976).

En annan biologisk förklaring kan vara hur olika hormoner påverkar människan bland annat kan man här se en tydlig skillnad mellan kvinnors och mäns aggressivitet och hur den kommer till uttryck. Genom forskning har man kunnat se att det manliga hormonet testosteron bidrar till en ökad förmåga till aggressivt beteende.

Det finns många olika sätt att undersöka aggressivitet på, vårt intresse ligger på den socialpsykologiska och den psykologiska sidan. Vi vill veta varför människor reagerar aggressivt, vad ligger bakom ett aggressivt utbrott? Finns det egentligen något positivt med aggressivitet eller är det bara av ondo? Aggressivitet är ett mångfacetterat ämne som vi länge varit intresserade av och haft mycket diskussioner kring. Med detta arbete hoppas vi kunna få en djupare bild av aggressivitetens sidor på det psykologiska och socialpsykologiska planet.

### 3. SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR

Vårt syfte med den här uppsatsen är att försöka definiera begreppet aggressivitet ur ett socialpsykologiskt och psykologiskt perspektiv. I vårt syfte ingår också hur olika personer med yrkeserfarenhet av aggressivitet ser på detta fenomen.. Våra frågeställningar är:

- \* Är aggressivitet medfött?
- \* Finns det något konstruktivt med aggressivitet?
- \* Vad är aggressivitet ett uttryck för?



## 4. METOD OCH URVAL

För att få svar på våra frågeställningar vände vi oss till olika arbetsplatser där vi antog att de som arbetar där kan ha egna tankar och erfarenheter om aggressivitet.

Den första personen vi intervjuade var en privatpraktiserande psykoterapeut, vi kände på förhand till att han hade mycket egna tankar, erfarenheter och synsätt på och om aggressivitet. Sedan vände vi oss till psykakuten i Helsingborg där vi kände till att de som arbetar där möter aggressiva patienter.

Efter det intervjuade vi olika personalkategorier på s:t Sigfrids regionpsykiatriska klinik i Växjö. Vi valde att intervjua personal som arbetar på specialavdelningarna. Det gemensamma för patienterna som vistas där är att de på något vis genom brott eller psykiatriska sjukdomar har ett aggressivt beteende.

Vi har vidare intervjuat en personal och en klient från en institution inom socialtjänsten, och till sist en psykoterapeut som arbetar med ungdomar inom socialtjänstens öppenvård.

Anledningen till att vi valde att intervjua de personerna var att vi trodde att de hade mycket att ge vad beträffar personliga kunskaper och erfarenheter. De intervjuade representerar inte sina respektive yrkeskårer eller arbetsplatser utan de har fått ge av sina personliga synpunkter på vad aggressivitet är. Med personliga syn menar vi deras egna erfarenheter, tankar och idéer ifrån både privatlivet och yrkeslivet.

Parallellt med de här intervjuerna har vi läst böcker som tar upp Freud och Fromms teorier om aggressivitet, anledningen till att vi valt Fromm är att han har skrivit mycket om ämnet och Freud för att vi trodde att han hade mycket att ge oss gällande aggressivitet.

Vi har även läst annan litteratur som också har gett oss stöd och kompletterat intervjuerna. Vi kommer inte att redovisa all litteratur i vår referenslista på grund av att en del har vi läst för att öka vår egen förståelse och för att få en helhetsbild.

Sid 8

Vi vill poängtera att vår uppsats bygger på den empiriska delen, med den teoretiska delen som ett stöd till det.

Metoden vi har använt oss av är kvalitativ med ostrukturerade intervjufrågor (se bilaga 1), anledningen till det är att intervjupersonerna skulle få en möjlighet att svara så personligt och fritt som möjligt.

Ytterligare en orsak till vårt val av metod är att vi skulle få möjlighet att ställa följdfrågor utifrån deras svar och för att hela tiden kunna utveckla våra frågor. Till vår hjälp har vi haft en stor bandspelare (som ibland har skrämt intervjupersonerna), vi har använt oss av sexton huvud frågor och utifrån dem har efterhand följdfrågor vuxit fram beroende på vem vi har intervjuat.

Vi har gjort sammanlagt nio intervjuer med tretton personer:

Två psykoterapeuter

Fem skötare

En psykolog

Fyra avdelningsföreståndare

En klient

Vi upptäckte efterhand att det var bättre att intervju två personer samtidigt, på grund av att en del av våra frågor var svåra, och om dom var två kunde de dribbla frågorna emellan sig.

Den första personen vi intervjuade hade vi inga frågor till. Det berodde på att vi var i en tidig fas i vårt projekt och vi hade ännu inte skapat våra huvudfrågor. Det blev så att han och våra litteraturstudier gav oss uppslag till vissa av frågorna så efter denna intervjun växte våra huvudfrågor fram.

En del av våra frågor har varit svåra och vissa av de vi intervjuat har haft svårt att svara på dem, det har lett till att vi valt att inte presentera material från två av våra intervjuer. Det blir ett bortfall som inkluderar tre personer. Anledningen till att vi inte har de med är att vi i våra försök att få svar till slut blev ledande i vårt sätt att ställa frågor

## 5. DISPOSITION

Vår undersökning går ut på att se hur olika personer ser på aggressivitet, vi har även valt att presentera Fromm och Freuds syn.

Vi presenterar resultatet i två delar, i den första delen presenteras Fromms och Freuds teorier i kort. I den andra delen presenterar vi vårt empiriska material blandat med det teoretiska.

Under intervjuerna kunde vi se vissa likheter i de svar vi fick. Dessa likheter har vi samlat under fem olika teman. Något vi var intresserade av var om aggressivitet är medfött, det är detta tema vi kommer presentera först. Här går vi in på vad som är inlärt och vad som är medfött, och hur våra intervjupersoner ser på detta, även Freud och Fromms syn presenteras.

I vårt andra tema presenterar vi hur man kan använda aggressivitet som försvar. Detta var ingenting vi hade bland våra frågor, utan vi upptäckte att det var ett återkommande tema hos de vi intervjuade och våra teoretiker.

Det tredje temat handlar om hämmad aggressivitet d v s instängd aggression och dess olika uttrycksformer. Där går vi bland annat in på vad som kan hända om man stänger in sin aggressivitet.

I temat därefter kommer vi att gå in på att man kan rikta sin aggressivitet på två sätt, Antingen riktar man den utåt eller inåt. Vi pratar här om bland annat anledningen till varför man riktar den som man gör.

Vårt sista tema handlar om att man kan använda aggressivitet som en maktfaktor, och hur man kan använda den till att skaffa sig fördelar.

Vi avslutar vår uppsats med en slutdiskussion där vi tar upp våra egna tankar om ämnet.

## 6. FROMM OCH FREUD

Vi börjar vårt resultat redovisning med att kort presentera Fromms och Freuds teorier om aggressivitet.

### 6.1. Fromm

Fromm (1976) delar upp aggressionen i två slag. Den första som människan delar med djuren är en fylogenetisk programmerad impuls (= en impuls att använda ett visst medfött beteende mönster som har sin grund i släktets utvecklingshistoria).

Denna medfödda aggression är en impuls att anfälla eller fly när livsviktiga intressen hotas. Han kallar denna aggressivitet den defensiva (= till försvar) "godartade" aggressionen. Den tjänar individens och släktets fortbestånd, och den är biologiskt adaptiv (= som bidrar till en ur biologisk synpunkt adekvat anpassning).

*" Emellertid skiljer sig människan från djuren därigenom att hon mördar, hon är den enda primaten som dödar och torterar medlemmar av sin egen art utan skäl, vare sig biologiskt eller ekonomiskt, och som känner tillfredsställelse över att handla så. "*

(Fromm 1976 sid. 18)

Det är den här andra typen, den elakartade aggressionen, d v s destruktivitet och grymhet som är specifik för arten människa och praktiskt taget obefintlig hos de flesta däggdjur. Den är inte fylogenetiskt programmerad och inte biologiskt adaptiv, den har inget praktiskt ändamål och dess tillfredsställelse är lustfyllt.

Fromm menar när det gäller den elakartade aggressionen är den inte medfödd utan har tillkommit pga. sociala faktorer. Detta kan man bland annat se på att människor skiljer sig åt väldigt mycket när det gäller destruktivitet och grymhet, och att graden av destruktivitet ökar med en högre utveckling av civilisationen, snarare än tvärtom.

Fromm (1982) säger också att pga. personligheten kan människor reagera olika aggressivt i vissa situationer. Med personlighet menar han:

Sid 11

*" Summan av de medfödda och förvärvade själsliga egenskaper som är utmärkande för en individ och som gör honom till något egenartat. "*

(Fromm 1982 sid 52)

Personligheten i sig innehåller två stora element temperament och karaktär. Temperamentet är enligt Fromm (1982 sid. 53): *"något som har att göra med olika reaktionssätt"*

Temperamentet är något ärftligt som vi föds med, det är oföränderligt. Karaktären å andra sidan formas mycket av individens erfarenheter i de unga åren och den kan

förändras genom nya erfarenheter. De här två elementen karaktär och temperament, styr hur människans aggressivitet kommer till uttryck.

## 6.2. Freud

I våra litteraturstudier har vi valt att läsa Freud för att vi trodde att han hade fördjupat sig och utvecklat sin aggressionsdriftsteori lika mycket som sin teori om sexualdriften. Men det visade sig emellertid inte vara riktigt så.

*" För aggressionsdriften som var ett relativt sent tillskott i Freuds tänkande utarbetade han ingen utvecklingsteori. "*

(Fhanér 1987 sid. 144)

I början utgick han ifrån att allt ingick i sexualdriften även aggressiviteten. Han ansåg i sina första studier att allt berodde på den sexuella driften, alla störningar, ångest o s v bestod av en störning i dessa sexuella impulsers funktion. (Dewald, 1990) Men efterhand upptäckte han i sina studier att aggressiviteten var oberoende av de sexuella impulserna. Med det som utgångspunkt bildade han fristående aggressionsdrift.(Holtzman, 1975)

*" Freud utvecklade tre teorier om drifternas natur, i den första från 1905 tillskrevs sexualdriften en helt dominerande betydelse i människans själsliv. Under perioden 1910 - 1915 kompletterade han denna teori genom att tillfoga de så kallade*

Sid 12

*Jagdrifterna som svarade för individens strävan mot självbevarelse. I åren 1920 - 1925 genomförde han en radikal förändring av driftsteorin genom att införa begreppet dödsdrift ”*

(Fhaner, 1987, sid. 139 - 140)

Han menar att målet för den sexuella driften är uppbyggande av liv och målet för dödsdriften är destruktion och ett nedbrytande av liv. Den psykiska energi som genereras av dödsdriften kallas aggressiv energi. Precis som objektet kan laddas med sexuell energi kan det laddas med aggressiv energi.

De aggressiva laddningarna upplever vi som hat, vrede, avsky o s v, i vårt beteende yttrar sig laddningarna som handlingar som syftar till att tillfoga vissa objekt skada i någon form. Han sa vidare att man även kunde använda aggressiviteten mot sin egen person detta kan framträda särskilt tydligt vid sorg och depression (Fhaner, 1989).

Den teori som Freud utarbetade under sina sista år om Eros-livsdriften och Thanos-dödsdriften och deras samspel har inte blivit erkänd som en nödvändig del i Freuds psykoanalytiska teori (Madsen, 1970).

*” I denna teori införde Freud vidare begreppet dödsdrift. Begreppet var grundat på en djärv biologisk spekulation. Vi låter begreppet introduceras med Freuds egna ord.*

*”Om det är sant att - i ofattbart avlägsen tid och på så sätt vi inte kan föreställa oss - livet en gång har framgått ur livlös materia, så måste enligt vår förutsättning en drift då ha uppkommit, som åter vill upphäva livet och återställa det oorganiska tillståndet. Och sålunda skiljer sig enligt vår uppfattning alla existerande i två grupper, nämligen erotiska drifter, som vill gyttra samman mer och mer levande substans till större och större enheter, och dödsdriften, som motsätter sig denna tendens och vill återföra det levande till det oorganiska tillståndet. Ur dessa båda drifters*

Sid 13

*„samverkan och inbördes kamp växer fenomenet livet fram, vilket döden till sist sätter punkt för,“ (Freud, 1955, s 471)“*

(Fhaner, 1987, sid 141).

På grund av att Freud har ändrat sin aggressions teori några gånger kan vissa saker bli motsägelsefulla

. Sid 13

## 7. ÄR AGGRESSIVITET MEDFÖTT ?

När vi gått ut med våra frågor hade vi mycket funderingar över om aggressivitet är medfött. Är den medfödd och i så fall är det något som vi alla föds med? Är det inlärt eller både och? Vi undrade också vad som var inlärt och vad som var medfött. Här följer nu en redovisning på det vi fått fram.

Fromm (1976) menar att vi har en aggressivitet som är medfödd och en som är inlärd. Den medfödda kallar han den defensiva aggressiviteten, defensiv betyder till försvar, och han säger att den är en godartad aggression. Det finns ett syfte med den. Den defensiva aggressionen är inbyggd i djurets och människans hjärna. Dess funktion är försvar mot allt som hotar livsviktiga intressen. Vi använder den i alla försvarssituationer. Den defensiva aggressiviteten har en ändamålsenlig funktion och den framträder aldrig utan anledning.

Den andra typen, den elakartade aggressionen som mynnar ut i destruktivitet och grymhet är specifik för arten människa. Den är i princip obefintlig hos däggdjuren. Den elakartade aggressionen är inlärd och utvecklas beroende på hur de sociala omständigheterna ser ut kring människan.

*” Om människan vore utrustad enbart med den biologiskt <sup>1</sup> adaptiva aggressionen. Den som hon delar med sina förfäder inom djurvärlden, skulle hon varit en ganska fridsam varelse .Om schimpanser hade psykologer skulle dessa knappast betrakta aggression som ett störande problem, som man behövde skriva böcker om. ”*

(Fromm 1976 sid 18)

Den defensiva aggressionen har ett visst överlevnadsvärde anser Fromm, eller som en föreståndare ser det:

*”Fanns inte aggressivitet så hade vi inte överlevt. Den är en del i människans naturliga överlevnadsstrategi. Vi använder den för att skydda oss. ”*

Sid 14

---

<sup>1</sup> *Adaptivt = Anpassningsbart*



## 7.1. Konkurrens

Aggressiviteten kan man också se som en medfödd drivkraft, som används för att tillfredsställa våra behov. Ett exempel på detta är konkurrens.

*”Konkurrens är ju en aggressivitet, att konkurrera, man vill ha något som tillfredsställer de behov som man har.”*

(En föreståndare)

Även en psykoterapeut kommer in på detta tema:

*” Man kan jämföra med hundvalpar, den som inte kan tränga undan de andra han dör ju , får ingen mjölk. Oftast är det så i en stor kull att någon blir undanskuffad, som är liten och svag, och som inte kan tränga sig fram. Så att säga har aggressivitet ett överlevnadsvärde men sedan så gäller det att kanalisera in det efterhand i någon slags civiliserad bana. ”*

## 7.2. Drift

Freud är en av de som anser att aggressiviteten är medfödd, han menar att man föds med en aggressionsdrift och att man har den i generna. En drift är enligt Freud en retning som sätts i gång av fysiska processer i kroppen (Danielsen 1980). Han menar vidare att den aggressiva driften kan förändras på olika sätt bland annat genom social påverkan exempelvis uppfostran.

*” I psykoanalytisk teori är drifterna betingade, medfödda handlingsbenägenheter. Antagandet om en ärftlig given komponent innebär ingalunda att de framspringer färdig bildade vid födseln, heller inte att de utvecklas i ett fastlåst mönster som är oberoende av omgivningens påverkan. De har en högre eller lägre grad av påverkbarhet. I särskild grad är de sexuella och aggressiva drifterna plastiska, - de utlöses, utvecklas och mönstras genom barnets konfrontationer med personer i omgivningen. En individs grundläggande driftmönster är således till största delen*

*betingat av de inflytanden han utsattes för i den tidiga barndomen, då drifterna först gav sig till känna. ”*

(Sjöbäck 1984 sid 140)

Genom den här påverkan kan aggressiviteten utveckla störningar såsom psykiska sjukdomar (Cullberg, 1990) eller bli en drift som man använder i konstruktivt syfte. Han menar att aggressionen för det mesta används som en självbevarelsedrift (Hall & Lindzey 1985).

Freud skiljer på driftens källa, mål och objekt. Källan är en retningsprocess som sätts igång i ett organ och som leder till ett spänningstillstånd. Målet är att häva spänningen och objektet är det som spänningstillståndet går ut över (Danielsen 1980).

Han ser på det så här att någonting sker som retar individen, denna retning kan komma både inifrån och utifrån och ske omedvetet eller medvetet och detta sätter igång ett spänningstillstånd hos människan. Det uppstår aggressivitet hos personen och för att häva denna spänning måste man få utlopp på någonting.

### **7.3. Aktivitet**

Vi intervjuade även en del personer som inte trodde att aggressivitet i sig var medfött, men att man föddes med en förmåga att på olika sätt kunna utveckla aggressivitet. En psykolog anser att man föds med en förmåga till aktivitet. Den här aktiviteten kan övergå till att bli aggressivitet.

*”Att göra något att sätta igång någonting kräver ju aktivitet, som så småningom också kan ses som en aggression om den går ut över andra.”*

Han säger vidare att det är svårt att veta när aktiviteten går över till aggressivitet, det kan bero på hur man ser det.

*” Grottfolket var aktiva när de jagade men detta upplevdes säkert som en aggressivitet av djuren. ”*

Sid 16

Även politiker kan i talarstolen och i diskussioner ses som aggressiva av vissa även om det bara är en aktivitet från deras sida.

#### **7.4. En vilja till kontakt**

Även en annan av de vi intervjuade menar att vi inte föds med en direkt aggressivitet utan det är något vi utvecklar. Vi föds med en vilja till kontakt mena denna psykoterapeut. Barn har ett kroppsligt behov och de måste agera för att göra sig hörda. När barnet inte får respons uppkommer en smärta i barnet. Den smärta som uppkommer är något barn inte vill ha utan aggressiviteten går in som ett försvar, tar över, tystar smärtan och förverkligar viljan. Ett konkret exempel på viljehandling är barnet som genom sitt skrik visar att det vill något.

*” Barn är ju spontant aggressiva. Normalt sett har de en period när de vill något, behöver någonting, då skriker de. Barnet ger ju sig inte på någon annan person, utan ger ljud ifrån sig för att väcka uppmärksamhet. Det bästa sättet att som barn väcka uppmärksamhet är genom höga ljud, då känner vi dess ilska. ”*

Vi tolkar det så här att barnet vill någonting och får han inte det som han vill ha tillräckligt fort uppkommer en smärta. Det är här aggressiviteten träder in och ersätter smärtan som ett försvar. På detta viset förverkligas barnets vilja, han får uppmärksamhet genom att visa aggressivitet.

#### **7.5. Sammanfattning**

Något gemensamt vi kan se är att den medfödda aggressiviteten används som en självbevarelsedrift. Man kan kalla den för olika saker såsom en vilja till kontakt där man använder den för att få uppmärksamhet så man får sitt behov tillfredställt eller en defensiv aggression som man använder för att överleva i vissa situationer. Men det gemensamma är att det finns ett överlevnadsvärde i aggressionen och detta är konstruktivt, sen kan man kalla den konkurrens, aktivitet osv.

## 8. OM AGGRESSION SOM FÖRSVAR

Ett tema som dök upp hos många vi intervjuade och i litteraturen var att aggressiviteten användes som ett försvar, vi kunde se att den användes som ett försvar både mot inre och yttre hot, eller som Igra (1983) menar att aggression bland annat är ”... uttryck för en försvarsberedskap inför inre och yttre faror”

Fromm (1976) säger att människor liksom djur försvarar sig mot något som hotar deras livsviktiga intressen, det som skiljer människan och djuret åt är att människans livsviktiga intressen är större än djurets. Vi måste inte bara överleva fysiskt, utan också psykiskt, vi har vissa heliga ting som vi inte vill ska rubbas såsom vår livsinställning, vanor, familj, ideal o s v. Vi reagerar på angrepp mot vårt heliga med aggressivitet som vi reagerar på ett livshotande angrepp. Till skillnad mot djur kan människor också genom sin intelligens vara förutseende och reagera på framtida hot.

Så vår intressesfär ligger inte bara i att försvara sig mot fysiska angrepp i nuet, utan även mot saker som ligger långt fram, det är med den medfödda defensiva aggressiviteten som vi försvarar oss.

*”Målet för defensiv aggression är inte att förstöra, utan att rädda livet och när detta mål uppnåtts försvinner aggressionen och dess emotionella motsvarigheter.”*

(Fromm 1976 sid. 219)

### 8.1. Försvar för att hävda sitt jag

En psykolog vi talade med hade en liknande syn på att använda aggressivitet som försvar:

*” Jag ser ju aggressivitet som en försvars reaktion. Det är någonting vi använder när vi blir trampade på, som ett försvar att hävda vår integritet, vår person och vårt revir. Förr i tiden hade vi kanske mer fysiska revir idag har vi kanske mer psykiska revir.*

*Så man ser till att man inte blir nedtrampad på olika sätt och så använder man aggressiviteten för att överleva.”*

Sid 18

Precis som det finns människor som blir nedtrampade så finns det också de som trampar och attackerar. Den personen använder en annan sorts aggressivitet han använder aggressionen för att kunna attackera, men i förlängningen så försvarar även han sig. Den intervjuade säger att man kan använda aggressiviteten som ett försvar för att kunna hävda sitt jag så även personen som anfaller försvarar sig. Han attackerar direkt men försvarar sig indirekt. Det beror på att han har fått ta emot så mycket att han börjar ge igen, även om det inte finns en direkt anledning till provokation just nu, utan detta är ett sätt att försvara hans sista rester av självkänsla.

Psykologen här talar om att hävda sitt jag med aggressivitet, även Fromm (1976) talar om självhävdelse. Så här menar Fromm: Den person som har god självhävdelse förmåga har en mindre tendens till fientligt beteende i defensiv (= till försvar) mening än den vars självhävdelse förmåga är dålig. Skälen är lätta att se, defensiv aggression är svar på ett hot och den som har en obehindrad självhävdelse förmåga känner sig mindre hotad, och hamnar därför sällan i lägen där han behöver bli aggressiv.

Att använda aggressivitet som ett försvar mot ett hot är ett sätt att skydda sig. Detta kommenterar en klient vi intervjuade, han menade att en del personer tar till aggressivt beteende för att skydda sig, och han gav oss följande exempel på sin skoltid:

*” När jag gick i skolan hade vi en kille som var väldigt aggressiv pga. att han ville visa sig väldigt tuff. Vi tyckte nu inte att han var tuff och därför blev han utstött, genom detta blev han ännu mera aggressiv.  
Folk som blir utstötta försöker skydda sig genom att bli mer aggressiva. ”*

## **8.2. Försvar mot rädsla och ångest**

Precis som vi skyddar oss mot yttre hot, kan vi också använda aggressiviteten som ett skydd mot ett inre hot. En del personer vi talat med anser att aggressivitet används som ett försvar för att ta bort något obehagligt som finns i det inre hos människan. Två skötare säger att ångest och rädsla nästan alltid ligger i grund för allt aggressivt beteende:

*” Jag tror att det ligger i vår natur att ångest vill vi komma bort ifrån, det är det hemskaste som finns.  
Då tar vi till olika försvar som lättar på ångesten och ett av försvaren är aggression, det är för att komma bort från det jobbiga. ”*

Även Fromm (1976 sid. 220) talar om detta:

*” Ett av de mest effektiva sätten att bli av med ångest är att bli aggressiv. När någon kan komma ur ett passivt tillstånd av rädsla och gå till angrepp, försvinner rädslans plågsamma aspekt. ”*

Aggressiviteten gör att alla andra känslor försvinner. När man är arg känner man bara ilskan. Att bli aggressiv pga. att man känner en stark rädsla är något en avdelningsföreståndare pratar om. Han säger att bakom allt aggressivt beteende ligger en rädsla och osäkerhet, det gäller alla vare sig man är frisk eller sjuk. Han berättar om en patient som anfaller en skötare till synes utan anledning, patienten har hallucinationer i sin sjukdomsbild. Han såg skötaren som någonting annat som skrämde honom och i sin rädsla gick han till attack.

### **8.3. Försvar mot smärta**

Att använda aggressiviteten som ett försvar mot ett inre hot är något som en psykoterapeut talar om. Han menar att aggression är ett försvar mot en smärta som finns i ens inre, aggression är en stark smärta som man inte klarar av att hantera. Smärtan som finns i en själv klarar man inte av att känna därför träder aggressionen in som ett försvar och tystar den, den stänger ute, tystar smärtan så man slipper uppleva den. Ett exempel på hur smärtan uppkommer kan vara genom att man blir kränkt.

*” Tänk dig själv när du är riktigt förbannad, egentligen är du så förbaskat ledsen men du kan inte ta smärtan.  
Så du blir förbannad istället, du kan riktigt se hur du tystar den. Om du hade fått ut det hade du oftast börja gråta istället. ”*

Sid 20

#### **8.4. Försvar mot bortträngda upplevelser**

Fromm skriver i sin bok "Den destruktiva människan (1976)" att människor kan reagera aggressivt när någon annan kommer nära upplevelser som man en gång trängt bort. Freud upptäckte, menar Fromm att patienterna försvarade sig när han kom för nära känsliga punkter, detta kunde ske omedvetet från patientens sida. Det kan finnas vissa saker som vi alla bär runt på, bortträngt material liggandes i det undermedvetna och när någon kommer nära detta eller försöker få fram det i ljuset, det vill säga medvetandet reagerar vi med aggressivitet som ett skydd.

#### **8.5. Sammanfattning**

Att använda aggressiviteten som ett försvar mot något som hotar ens existens, ens inre jag är en förmåga som människan har för att kunna överleva psykiskt. Aggressiviteten kan t e x gå in och trycka ner stark smärta eller ångest som är för svår för människan att hantera. Den kan också användas som ett skydd för att hålla tillbaka saker som man inte vill konfronteras med, något smärftfullt som man trängt undan och inte klarar av att möta.

Man kan också använda aggressivitet för att skydda sig eller möta yttre faktorer som man upplever som ett hot. Vi använder den även för att kunna hävda vårt revir, vårt jag och våra intressen. Även om aggressiviteten kanske yttrar sig destruktivt så kan det vara positivt för individen själv när den träder in som ett försvar.

## 9. OM HÄMMAD AGGRESSIVITET

Med hämmad aggressivitet menar vi instängd aggression, som på grund av olika faktorer inte kommer till uttryck på ett konstruktivt sätt.

Freud menar att det går att hämma den aggressiva driften utan att det är fara för ens liv, det på grund av aggressivitetens flexibilitet som gör att den kommer till uttryck på andra sätt. På vilket sätt den kommer till uttryck beror på hur individens sociala förhållanden ser ut (Sjöbeck, 1984) Han säger också att hämmad aggressivitet i vissa fall kan leda till skadeverkan på andra ting eller människor, det beror på att om man inte hade förgjort dem hade man förgjort sig själv (Freud, 1955).

En psykolog som vi intervjuat menar att vi har en medfödd förmåga till aggressivitet i grunden och att den kan förstärkas, eller hämmas beroende på sociala faktorer. Han säger att hämmad aggressivitet är den aggressiviteten som är inåtriktad, och att orsaken till att den har blivit det beror på massor av kränkningar.

*”Oftast handlar det om hämningar att inte kunna hantera aggressioner på ett konstruktivt sätt, som är anledningen till att man spelar ut den helt hämningslöst, eller att man stänger in den.”*

Han säger vidare att om man har upplevt att det inte är tillåtet att visa aggressivitet och exempelvis fått dubbel aggressivitet tillbaka när man visat den, då är det svårare att hantera sin aggressivitet och få den konstruktiv i sitt uttryck.

Människor som är hämmade i sin aggressivitet låter den komma till uttryck på andra sätt. Det här berättar en föreståndare:

*” Vi har ju alla mött människor som lever ut sin aggressivitet på krogar och restauranger, de blir alltid aggressiva så fort de blir onyktra. De är de snällaste människorna som finns när de är nyktra, men så fort de dricker alkohol så blir de aggressiva, de bara längtar att få banka på någon.*

Sid 22

*Det är svårt att förklara detta men även om personerna ifråga skyller på alkoholen så finns det en oförmåga att hantera sin aggressivitet ”*

En psykoterapeut ger oss ett liknande exempel som handlar om en liten timid tjej som när hon var nykter alltid var blyg och tillbaka dragen. När hon drack sprit blev hon som förbytt, hon blev mycket utåt agerande och aggressiv, b l a. hade hon en gång på en fest slagit av halsen på en flaska och skulle skära strupen av en man som var dubbelt så stor som henne själv.



### **9.1. Konfliktundvikande på grund av hämningar**

Att det har med uppväxten att göra om hur en person hanterar sin aggressivitet anser även en föreståndare och en skötare som vi har pratat med. De har märkt att vissa personer kan vara ganska trygga och belåtna när det är konflikter. De personerna är troligtvis vana vid konflikter från sin uppväxt, men sen finns det även de personer som inte är vana vid konflikter och inte har fått någon bra erfarenhet av aggressivitet från uppväxten. De personerna vet oftast inte hur de skall bete sig när de står inför en konflikt.

*”En aggressionshämmad kan inte pysa lagom, de vet inte hur de skall ta tag i det, de vill bara att det skall vara lugnt.*

*De gör kringeli - krockar och när det blir för mycket så exploderar de och då inte alltid mot det som var ursprunget.”*

De säger vidare att bara rädslan för att det skall bli en överreaktion i aggressivt beteende kan göra att de försöker att stänga in den. Att visa aggressivitet är ett sätt att lämna ut sig själv, och det kan skrämman visa människor.

*”Aggressivitet är liv, finns det aggressivitet då finns det liv, då finns det hopp. Vissa önskar man skulle bli aggressiva, de vill något med sin aggressivitet, de är ute efter något, sedan gäller det att de lär sig så att de inte skadar någon.*

*Aggressivitet kan vara positivt befriande. När det gäller kuvade patienter kan det vara bra att de ibland morrar till, då kan man bli riktigt glad för det tyder på lite självförtroende ifrån patienten.”*

Att helt stänga inne sin aggressivitet gör att man stänger inne även andra känslor, och som citatet ovan säger finns det aggressivitet finns det liv. Det krävs mycket energi för att hålla undan och trycka ner aggressiviteten.

*”När vi använder energi på att hålla vreden nere, måste vi också fortsätta att förbruka sådan energi på vad man skulle kunna kalla en sorts vakthållning. Denna energiförbrukning tömmer de resurser, vilkas fria tillgång är nödvändig för att kunna uppleva andra känslor. Det är som om vi använde huvuddelen av vårt jag till att sitta på en speciell känsla, så länge vi sitter kan vi inte ställa oss upp och uppleva andra känslor.”*

(Rubin, 1991, sid. 91)

### **9.2. Hat, depressioner ett uttryck för hämmad aggressivitet !**

Det här fenomenet att stänga in sina känslor menar en psykoterapeut kan leda till hat, och hat är ett uttryck för hämmad aggression.

*”Då har du stängt inne så mycket så du har inte fått en chans att ge utlopp för vare sig att gråta eller att vara aggressiv, så hatet är egentligen aggression som har stängts hårt inne i kroppen.”*

En annan psykoterapeut som vi har pratat med har sett att det i många fall av depressioner finns inslag av nedtryckt aggressivitet, det har inte varit tillåtet att visa den under uppväxten. Det har istället ofta varit så att aggressivitet är något som har begränsats mycket eller varit helt förbjudet. Det kan ske även på ett omedvetet plan ett exempel på det är en familj där en av föräldrarna är sjuk, och barnen på grund av det inte visar sin aggressivitet av rädsla för att skada sin förälder ännu mer.

*”Aggressivitet upplevs som något farligt, något som kan göra omgivningen illa då tar jag hellre det på mig själv”*

### **9.3. Splitting**

Psykoterapeuten säger vidare att ett exempel på aggressionshämning är när en person inte har någon kontakt med sin egen aggressivitet.

Sid 24

*”De flesta människor har en viss kontakt med sin egen aggressivitet den är mer hanterbar man kan tänka elaka tankar, man kan leva ut mycket i fantasin”*

Hon säger vidare att i de fallen där personen inte har kontakt med sin egen aggressivitet, där det till och med är tabubelagt att tänka aggressiva tankar, där det inte finns någon kontakt mellan olika sidor inom en och samma person används försvaret splitting. Hon berättar följande episod från ett samtal med en klient:

*” - jag tycker det är så otroligt hemskt med konflikter, jag orkar inte med det. - ja så, vad är det du inte orkar med sa jag, vad är det som är obehagligt hemma ? Jo säger han det är när de höjer rösten, blir arga på varandra jag avskyr dem, jag drar mig*

*undan sitter på mitt rum tycker det är så jobbigt. Lite senare i samma samtal säger samma person följande: - ja skilsmässan var ju så hemsk, men jag förstår henne för jag slog henne mycket det gjorde jag faktiskt. Han har ingen som helst kontakt mellan dessa två sidor, den delen som berättar om misshandeln har ingen kontakt med den aggressions hämmade sida”*

Här kan vi se att personen ifråga ena stunden visar att han är rädd för aggressioner medan han i nästa minut talar om sin egen våldsamma aggressivitet på ett sätt som visar att det inte finns någon kontakt mellan den aggressions hämmade och den aggressivt utåt agerande sidan.

Hon säger vidare att alla har vi aggressivitet men vissa kan vara så hämmade att de aldrig visar den, då yttrar det sig på annat sätt exempelvis genom psykosomatiska reaktioner. Rubin (1991, sid. 37- 38) skriver att det inte är ovanligt att instängd vrede sätter sig fysiskt exempelvis angriper kroppens system, matsmältningen, blodcirkulationen.

*”Han blev så arg att han nästan fick slag, detta skulle ha blivit mindre sannolikt om han gett utlopp för sin vrede”*

#### **9.4. Sammanfattning**

En hämmad aggression är någonting som är nedtryckt det är svårt att uttrycka den på ett konstruktivt sätt, den kan rikta sig både inåt och utåt i form av exempelvis

Sid 25

psykosomatiska sjukdomar eller explosiva utbrott. Det finns hämmade personer som knappt vill erkänna att de har någon aggressivitet och har svårt att hantera andras, sedan finns de personerna som spelar ut sin aggressivitet helt hämningslöst under exempelvis spritpåverkan. Det intressanta är att bakom det hämningslösa beteendet ligger det också hämningar i grunden. Att vara hämmad i sin aggressivitet kan föra med sig att man undviker konflikter av rädsla för sin egen och den andres aggressivitet. Är man hämmad i sin aggressivitet kan det vara positivt att uttrycka den utåt istället för att trycka ner den det visar på liv och finns det liv finns det hopp.

## 10. INÅT- OCH UTÅTRIKTAD AGGRESSIVITET

Något som har intresserat oss mycket är vilken uttrycksform aggressivitet tar sig. Kan samma människa rikta den både inåt och utåt eller endast åt ena hållet, hur ser den inåtriktade respektive utåtriktade aggressiviteten ut, vilken form tar den sig?

En psykoterapeut ansåg att aggressivitet kan visa sig på två olika sätt:

*” Antingen riktas den inåt mot den egna personen eller så riktas den utåt. Sedan finns det ju olika grader av den, den kan ju riktas inåt till den grad att man tar livet av sig, eller skadar sig själv.”*

Ett exempel på hur den inåtriktade aggressiviteten kan komma till uttryck berättar en före detta missbrukare om. Han säger att han under sin missbrukar karriär alltid samlat sin aggressivitet inom sig, men nu har han lärt sig att uttrycka den utåt. När han höll den inom sig skadade han sig bara, genom att bl.a. klanka ned och tycka illa om sig själv.

### 10.1. Missbruk - en inåtriktad aggression!

Den inåtriktade aggressiviteten kan ta sig uttryck i både en psykisk och fysisk självdestruktivitet, med allt från att trycka ned sig själv med negativa tankar till att skada sig själv. En föreståndare menar att inåtriktad aggressivitet kan ta sig uttryck i att vara destruktiv mot sig själv, och ett exempel på det är missbruk. Han försöker få missbrukarna att rikta sin aggressivitet utåt och att bli något konstruktivt. Anledningen till att man är rädd för att visa sin ilska är, menar föreståndaren, att man mött mycket motstånd när man visat den utåt. Detta beteende är något de lärt sig genom tidigare erfarenheter.

En psykolog säger att det är samma aggressivitet i botten, men beroende på olika faktorer, exempelvis personlighetsmönster och erfarenheter, så har man en förmåga att antingen rikta den utåt eller inåt.

## 10.2. Växelspel

Aggressiviteten kan ibland hos vissa personer riktas mycket starkt både inåt och utåt, och fungera som ett växelspel. Två skötare berättar att en del av deras patienter rispar sig, försöker ta livet av sig bara för att få bort ångesten, så fort ångesten är för stor kommer aggressiviteten. Ibland är det slag mot väggar, slag efter dem eller efter andra patienter, det växlar mellan att vara självdestruktivt och utåtagerande.

Fromm (1965) säger i sin bok människohjärtat att människor med en grad av stark<sup>2</sup> narcissistisk karaktär kan utveckla häftig vrede och agera både utåt och inåt. När han reagerar inåt kan han göra det i form av depressioner och anledningen till att han reagerar på detta vis är hans avsaknande av emotionell kontakt till yttervärlden och hans förmåga att misstolka saker. Exempelvis kan kritik för den starkt narcissistiskt lagde uppfattas som ett fientligt angrepp, reaktionen från honom mot kritikern går ut på att utplåna faran, d v s kritikern, eller att utplåna sig själv.

Ett annat exempel på stark aggressivitet som riktas både inåt och utåt berättar en skötare och föreståndare om. De berättar om en patient som mycket tydligt visar att han innerst inne vill ta sitt liv. Detta klarar han inte av att utföra, men driften finns kvar inom honom att släcka liv, att ha ihjäl. Eftersom han inte klarar av att ta sitt liv så vänder han denna aggressiva drift utåt och har uttryckligen sagt att han vill döda andra människor.

## 10.3. En krigshandling

Att inte klara av att hantera sin egen sorg eller smärta utan man låter den gå ut över andra kommer även en psykoterapeut in på. Han säger att bakom aggressiviteten finns en smärta, och menar att man inte vill ha smärtan utan försöker lägga den på någon annan. Det gör man genom att uppträda aggressivt och på så sätt förorsaka smärta för den andre.

<sup>2</sup> Narcissistisk karaktär = Sjuklig självupptagenhet med oförmåga till att känna empati för andra (Cullberg 1990).

*”När jag blir förbannad på någon så vill jag inte ha den smärta som jag känner, jag*

*vill att den andre ska ha smärtan.”*

Han menar att aggressiva handlingar är krig, en aggressiv handling riktad mot någon annan är en krigshandling. Ibland kan det finnas ett värde i att få ut sin aggressivitet för då kan man nå smärtan i den, men det måste ske med måtta. Går man för hårt fram kan man ju döda den andres känslor, då finns det inget positivt med den.

*”Går man för hårt fram dödar man den andres känslor till en själ, den andra personen vill inte ha med en att göra. Så aggressioner i ord är lika starka som att döda i våld, men det har man inte klart för sig. Ni vet: ”Du har sårat mig jag kan aldrig förlåta dig.” Därför behöver även detta ske med viss försiktighet. Det är inte bara att blåsa på.”*

Psykoterapeuten talar här om att om man är hämmad i sin aggressivitet så finns det ett värde i att få ut den, uttrycka den utåt, men man får vara försiktig i sitt sätt att uttrycka den. Man kan lätt krossa den andre personen med ord. Ibland kan det vara bra att lära folk att uttrycka sin aggressivitet även om det nu måste ske med måtta. Hos mycket utåt agerande personer så behöver de lära sig att dämpa sin aggression till skillnad ifrån den hämmade. Men man kanske kan få en bättre förståelse om man ser till varför de har blivit så utåt agerande. Så här berättar psykoterapeuten:

*”Ja, de tror ju att andra är efter dem. Det finns en ide att de där människorna är ute efter mig. De har lärt sig en gång i tiden att de ofta inte fått lov att finnas till. Gång på gång så har deras behov negligerats, av kanske föräldrarna, från början till slut. Jag får aldrig följa mina behov, när jag inte får följa mina behov lär jag mig att det är någon efter mig, så fort jag vill någonting är det någon annan som kommer och tystar mig, ändrar på det jag vill. Då lär jag mig att andra är efter mig i stort sett alltid, det gäller alltså att redan vara så aggressivt rustad, så jag klipper till redan innan de andra gör det. Jag känner liksom varenda aggressiv tendens och lever efter talesättet. anfall är bästa försvar ”.*

#### **10.4. Sammanfattning**

Ett utåt agerande är att man skadar eller förgör någon psykiskt eller fysiskt, på samma sätt kan den inåt agerande aggressiviteten ta sig uttryck, genom att man förgör eller

skadar sig själv fysiskt eller psykiskt. Detta kan variera i olika grader, som att trycka ner sig själv eller andra till att ta sitt eget eller någon annans liv. Anledningen till att man riktar aggressiviteten på det sätt som man gör, kan bero på att det är något man har lärt sig genom tidigare erfarenheter.

Både självdestruktivitet eller en destruktiv handling riktad utåt kan vara något man tar till för att man skall undvika att känna andra starka känslor som t e x ångest. Hos en del människor kan aggressiviteten rikta sig lika stark inåt som utåt , medan andra har en större grad av självdestruktivitet i sig än utåt agerande eller tvärtom.



## 11. OM AGGRESSIVITET SOM MAKT

Några av de intervjuade såg att man kunde använda aggressiviteten för att få makt, aggressiviteten fungerar som en stark maktfaktor och kan användas för att styra andra. En avdelningsföreståndare gav oss följande exempel: En stor aggressiv manlig patient använde sin aggressivitet för att hota och styra både personal och patienter, tack vare det vann han många fördelar som han annars inte hade haft.

*” Vissa personer undviker man att göra vissa saker med för att man vet att de blir fly förbannade, ibland behöver de inte bli arga utan enbart hotet om att de kan bli det räcker för att man skall undvika att göra vissa saker. Aggressiva människor får kanske inte så många vänner, men många fördelar. ”*

Även en av psykoterapeuterna som vi har pratat med anser att man kan använda aggressivitet för att få makt, här nedan följer ett direkt citat:

*”Det finns många terapier som verkligen uppmanar till aggressioner, och om de då inte kan se det andra, att aggression är en smärta som jag inte vill ha utan försöker lägga över på någon annan, då har man bara skapat en massa aggressiva personer som bara lärt sig att ta för sig. De märker vilken makt aggressionen har, de kan skrämman massor av människor som inte vågar göra någonting emot dem. Men du behöver inte slå någon utan bara vara tuff och aggressiv, då kan du skaffa mycket men du får ovänner i nacken.”*

Det finns en fördel att få ut sin aggression för då kan man känna smärtan som ligger bakom. Men om man bara lär ut till människor att de ska uttrycka sin aggression utan tanke på andra människor då kan det bli helt fel. De måste först se att aggressionen är deras egen smärta som de inte vill ha utan lägger på någon annan och genom detta börja ta ansvar för sina egna handlingar. Han menar vidare att en del använder aggressivitet som ett maktspel för att kunna ta sig fram.

*”Från början är det en smärta ,sen har de lärt sig att använda det för att få vad de vill, känna att de är något då får aggressiviteten ett sekundärt värde genom att jag får makt. Sedan spelar jag, jag är inte arg utan jag kan använda det för jag har ju märkt*

*att det ofta ger effekter på folk. Men ytterst bakom alltihopa så ligger det massvis med smärta, det värsta som kan hända en unge det är när de börjar kunna använda sin aggressivitet för att få det de vill ha. Att få makt att skrämna folk, då är de illa ute för då har de lärt sig en konstruktiv bana för att bli kriminella.*

De spelar bara aggressiva för att vinna fördelar det är inte den äkta aggressionen som ligger i botten, De har sett omgivningens rädsla för aggressivitet och lärt sig att utnyttja detta till sin egen fördel.

### **11.1. Om aggression som spel**

Även hämmad aggressivitet kan användas som ett spel, men här inte direkt för att få makt utan för att slippa ta ansvar. Enligt en föreståndare kan hämningar användas som ett spel som man använder av bekvämlighet för att slippa ifrån att stå för sig, man använder det för att slippa att vara rak och ärlig.

### **11.2. Sammanfattning**

Det gemensamma i att använda utåt agerande aggressivitet som makt och hämmad aggression som ett sätt att slippa undan är att det fungerar som ett spel. Man har en gång märkt att det går att vinna fördelar genom att slippa undan eller att få andra att göra som man vill. Det är inte den äkta konflikt rädslan som ligger i grund i den hämmade aggressiviteten utan mer ett skådespeleri. Detsamma gäller den utåtriktade aggressiviteten, den är inte direkt äkta utan ett spel för att få de fördelar som det hela för med sig.

## 12. SLUTDISKUSSION

I vår slut diskussion kommer vi att ta upp våra tankar och reflektioner om aggressivitet och uppsatsen. När vi från början gick ut med våra frågor visste vi inte riktigt vad det var vi sökte och om vi skulle få ut något av det våra intervju - personer svarade. Vi fokuserade inte på något speciellt tema av vad aggressivitet är eller vad det står för utan vi gick ut med öppna sinnen. Så vårt arbete har legat mest i att sammanställa intervjuerna, sortera, välja ut och pussla ihop vårt material.

Vi upptäckte under våra intervjuer att det fanns en skillnad i den information vi fick, av de som arbetar mer praktiskt direkt på avdelningar med klient/patient och de som arbetar mer enskilt. Kombinationen mellan dessa två grupper har gjort att vi har fått en helhetsbild i vårt material.

Från början innan vi gick ut med våra frågor hade vi en del egna tankar och erfarenheter om och av aggressivitet, men det var mer lösryckta bilder så detta arbete har gjort att vi har fått en klarare helhetsbild av aggressivitet. I den diskussion som nu följer blandar vi egna reflektioner och tankar om aggressivitet med hjälp av det material som vi har samlat in.

Vi föds med en sund aggressivitet som används i konstruktivt syfte, den driver oss framåt. Den ger oss en förmåga att ta tag i saker, sätta igång oss, den skapar en aktivitet i oss. Det är aggressiviteten som driver oss att våga göra vissa saker, exempelvis driver kirurgen när han opererar eller bergsbestigaren när han klättrar. Utan den hade vi varit passiva eller som en psykoterapeut uttrycker sig:

*”Sexualiteten är själva skapelsen, aggressionen förverkligar själva viljan , viljan till skapelse .”*

*” Man kan också se aggressivitet som en viljehandling, en kraft av att vilja någonting ,var och en av oss vill ju någonting /.../. Viljan i sin tur handlar om att jag behöver någonting och det behovet behöver uppfyllas. För att kunna göra det behövs en kraft, den kraften kan man kalla aggressivitet om man vill. ”*

Aggressiviteten i balans är något bra men genom olika sociala faktorer kan den komma i en obalans, bli mer destruktiv i sitt uttryck. Att aggressiviteten är ett uttryck för att man vill någonting, att man söker något, har vi sett hos vissa aggressiva personer. Deras vilja att nå en ligger i deras behov av att få kärlek en sorts bekräftelse på att de finns, ju mer avvisade de blir desto mer aggressivitet dyker upp. I aggressiviteten ligger både smärtan att bli avvisade och viljan till att, försöka få en kontakt med personen eller personerna som stänger dem ute

Det finns barn som växer upp i hem där det enda sättet för dem att få kontakt och uppmärksamhet är att visa aggressivitet. Det är det enda sättet för dem att få sitt behov av kontakt tillfredställt, i vissa fall kan behovet av kontakt gå så långt att man anfäller andra personer.

” Man vill bli älskad,  
i brist därpå beundrad,  
i brist därpå fruktad,  
i brist därpå avskydd och föraktad.  
Man vill ingiva människorna  
någon slags känsla.  
Själen ryser för tomrummet  
och vill kontakt  
till vad pris som helst.

(Ur doktor Glas av Hjalmar Söderberg)

Att bli avvisad kan hos vissa personer framkalla stark aggressivitet, ett exempel på detta som gick till en ytterlighet fick vi under en av våra intervjuer: Det var en kvinna som arbetade som övervakare åt en man som betecknades som farlig, han blev förtjust i henne och började söka upp henne först på hennes arbete. När han blev avvisad av henne övergick det hela till att bli en aggression, bl. a sökte han upp henne i hemmet hotade och terroriserade henne.

Något vi har diskuterat mycket runt är om hämmad aggressivitet. Bland annat har vi pratat mycket omkring att barn som växer upp i en miljö där man visar väldigt mycket aggressivitet kan bli aggressions hämmade. Det beror på att barnen ser det som något destruktivt och själv inte vill släppa ut sin aggressivitet av rädsla för att bli likadan.

Det här gör att de trycker ner sin aggressivitet, eftersom deras erfarenhet säger dem att aggressivitet är samma sak som destruktivitet. De har aldrig lärt sig aggressivitetens konstruktiva sidor och att den kan leda till något positivt. Även om de senare i livet ser aggressivitetens positiva sidor, sitter det som de en gång lärt sig så hårt i deras känslor att det tar lång tid att arbeta bort.

Sen har vi den andra sidan av det hela där barn växer upp i hem där aggressivitet inte varit tillåtet att visa. Där lär de sig att det är tabu och inte fint att öppet visa när man är arg utan man ska vara lugn, belevad och ha allt under kontroll även sina känslor.

De som är hämmade i sin aggressivitet har oftast en konflikträdsla i grunden, det kan bero på en rädsla över att förlora kontrollen över sin egen aggressivitet i en konfliktsituation. Det kan också bero på att de inte har några erfarenheter av att gå in och handskas med konflikter och aggressivt beteende, det skrämmer dem.

En person som har lärt sig att använda sin aggressivitet som en maktfaktor, för att få vissa fördelar kan hamna i en mycket stark maktposition över människor som är aggressionshämmade och konflikträdda.

Ett exempel på detta har vi hört på en av våra praktikplatser: Personalen på en institution kunde märka att en av deras klienter plötsligt hade andra förmåner än man som klient egentligen har. Efter ett tag började det dyka upp pengar hos klienten och ingen förstod var de kom ifrån, det visade sig att denna klient genom hot och aggressivt beteende fått makt över en av personalen. Klienten hade märkt personalen i frågas rädsla för konflikter och fick successivt mer och mer makt över honom. Personalen skämdes så mycket över sin rädsla att han inte delgav resten av personalgruppen sin situation.

Det här att få makt genom att visa sin aggressivitet utåt och använda den som ett spel för att få fördelar kan man även göra med hämmad aggressivitet. I deras konflikt rädsla glider de undan och använder detta som ett spel för att slippa vara rak och ärlig. Det primära här är kanske inte direkt för att få makt utan man använder den mer av bekvämlighet för att slippa ifrån att stå för sig. Här kan man prata om att maktsituationen är en sekundär vinst som botten i deras förmåga att kunna lägga över saker på andra människor och låta dem ta de negativa konsekvenserna.

En aggressions hämmad kan också vara duktig på att reta upp andra människor, med hjälp av sin egen hämmade aggressivitet får de andra människor att uttrycka den utåt istället.

Ett exempel: Den handlar om två klienter som var vänner varav den ena var aggressions hämmad och den andra mycket utåt agerande. Den hämmade som inte vågade leva ut sin egen aggressivitet, fann det mycket tillfredsställande att få den andra aggressiv och han visste exakt vilka knappar han skulle trycka på för att få igång honom. På den avdelning där de befann sig förstörde den utåt agerande avdelningen upprepade gånger, det dröjde ett tag innan personalen såg att det var hans vän som manipulerade fram dessa situationer.

Det är inget direkt ovanligt att aggressions hämmade genom andra lever ut sin aggressivitet, tyvärr är det kanske inte så många som ser det utan det blir den utåt agerande som får fungera som syndabock.

Det sista som vi vill ta upp i vår diskussion är det som händer när den inåtriktade aggressiviteten blir utåtriktad och tvärtom. En människa som under sitt liv har tagit emot mycket kränkningar samlar på sig mycket smärta som han inte kan hantera utan aggressiviteten träder in som ett försvar. Ju större smärta som ligger i grund desto större blir aggressiviteten, om den riktas mot personen själv är det stor risk att han begår självmord. För att överleva det hela riktar han den utåt, och blir destruktiv mot andra människor. En av de personer som vi har intervjuat berättade att mördare är en av de grupper som har hög självmordsfrekvens.

Vi tycker att vi genom den här uppsatsen uppnått vårt syfte och fått svar på våra frågeställningar. Under den här tiden som vi har samlat in vårt material har vi fått många intressanta vinklingar som inte faller in under våra teman och även annat som exempelvis hur man bemöter aggressivitet, tyvärr finns det inte utrymme att presentera det här.

Aggressivitet är ett ämne man skulle kunna dryfta i det oändliga. I vår uppsats har vi tagit upp några av dess sidor, de som vi har funnit mest intressanta. Vi har sett att det inte finns något entydigt svar på vad aggressivitet är och hur den kommer till uttryck, utan det är något som är väldigt individuellt och beror på många faktorer.

Vi vill här i slutet citera en del av det vi öppnade uppsatsen med:

*” Den uppfattningen bredder ut sig att aggression är ett så komplicerat fenomen att det helt enkelt inte kan definieras slutgiltigt.”*

( Danilsen, 1980, sid 11 )

## 13. REFERENSLISTA

Cullberg, Johan. *Dynamisk psykiatri*. Arlöv: Natur och Kultur, 1990.

Danielsen, Eric. *Våld - ett ont arv*. Lund: Alba, 1980.

Daun, Åke *Svensk mentalitet*. Simrishamn: Raben och Sjögren, 1991.

Dewald, Paul. *Dynamisk psykologi*. Stockholm: Natur och Kultur, 1990.

Fhanér, Stig. *Bilder av människan*. Lund: Natur och Kultur, 1987.

Fhaner, Stig. *Psykoanalytiskt lexikon* Oslo: Norstedts Förlag, 1989.

Freud, Sigmund. *Orientering i psykoanalys*. Stockholm: Natur och Kultur, 1955.

Fromm, Erich. *Den destruktiva människan*. Borås: Natur och Kultur, 1976.

Fromm, Erich. *Människohjärtat*. Stockholm: Natur och Kultur, 1965.

Fromm, Erich. *Är människan ond eller god*. Lund: Natur och Kultur, 1982.

Hall, C & Lindzey, G. *Introduction to Theories of Personality*. USA: John Wiley &



Sons, Inc, 1985.

Holzman, Philip. *Psykoanalys och psykopatologi*. Klippan: Liber, 1975.

Igra, Ludvig. *Objektrelationer och psykoterapi*. Malmö: Natur och Kultur, 1983.

Madsen, K. B. *Psykologins utveckling*. Halmstad: Wahlström och Widstrand, 1970.

Rubin, Theodore Isaac. *Boken om ilska*. Danmark: Wahlström och Widstrand, 1991.

Sjöbäck, Hans. *Psykoanalytisk försvarsteori*. Lund: Studentlitteratur, 1984.

## BILAGA 1

1. Arbetar ni efter någon speciell modell?
2. Möter ni mycket aggressivt beteende?
3. Hur ser ni på aggressivitet?
4. På vilka olika sätt kan aggressivitet visa sig?
5. Varför tror ni att människor reagerar aggressivt?
6. Ser ni något gemensamt hos era aggressiva klienter?
7. Anser ni att aggressivitet är något medfött eller något man lär sig?
8. Finns det någon återkommande situation, händelse eller dylikt som utlöser aggressivitet hos era klienter?
9. Skulle ni vilja berätta om en speciell situation, händelse där ni varit inne i en konflikt med en aggressiv person. Vad hände innan , under, och efter ?
10. Vad tror ni är orsaken till att människor kan reagera så olika inför samma sak, en del blir väldigt arga, en del blir det inte?
11. Vissa människor verkar inte ha någon aggressivitet alls. Man ser den aldrig komma till uttryck. Vad tror ni det beror på?
12. Tror ni att det finns personer som inte har någon aggressivitet?
13. Har ni något gemensamt förhållningssätt när det gäller att bemöta aggressivitet?
14. Har ni något personligt knep att handskas med aggressivitet?
15. Blir ni aldrig rädda? Om ni blir det vad gör ni då?

16. Kan ni se något positivt med aggressivitet?

## **AGGRESSIVITET. - VAD ÄR DET?**

Brobeck, M & Persson, A-C. En tiopoängs uppsats om begreppet aggressivitet sett ur ett socialpsykologiskt och psykologiskt perspektiv. Olika personer med yrkeserfarenhet av aggressivitet uttalar sig om fenomenet. (Malmö: Vårdhögskolan), vt 1994 (38 sidor). *Sociala omsorgsutbildningen / socialpedagog.*

*Sammanfattning:* I uppsatsen delas aggressivitet upp i olika teman, där litteraturstudier blandat med intervju material presenteras.

Slutsatsen blev den medfödda aggressiviteten är konstruktiv men genom social påverkan kan den bli destruktiv och detta kan uttryckas på olika sätt.

Nyckelord: medfödd, försvar, inåt och utåtagerande, hämmad, maktfaktor.