

Psykologiske teorier kan være farlige

Den psykologiske katharsis-teori går ud på, at det er godt at få afreageret sin vrede. Så får man luft for vreden og bliver mindre vred senere hen. Katharsis-teorien udspringer i nogen grad af Freuds gamle teori om en medfødt aggressions-drift, der ligesom seksualdriften skal tilfredsstilles en gang imellem for ikke at gøre skade senere hen.

Denne teori er i de senere år blevet stærkt kritiseret af forskere, der snarere ser aggressiv adfærd som en indlært adfærd, der bare bliver endnu mere indlært af at blive udvist flere gange. Ifølge denne teori bliver man altså ikke mindre, men mere aggressiv af at "afreagere" sin vrede.

Den forskning, der findes på dette område, støtter overvejende indlæringsteorien frem for katharsis-teorien. Som et af de nyeste bidrag på dette område har hollandske forskere vist, at drenge (men ikke piger), der bruger megen tid på 'aggressive' videospil, og som således skulle have fået anledning til at få "afreageret" deres eventuelle aggressive drifter, ikke bliver mindre, men derimod mere aggressive over for andre i den følgende tid.

Og ikke alene bliver disse drenge mere tilbøjelige til at udvise aggressiv adfærd over for andre; de bliver også mindre tilbøjelige til at udvise positiv adfærd som at hjælpe, trøste eller glæde andre. Det ser altså ud til, at den meget "aggressive adfærd" ved videospillene, selv om den er harmløs i sig selv, kan bevirke en tiltagende indlæring af fjendtlig og mindre sympatisk adfærd over for andre mennesker.

Men katharsis-teorien er ikke alene "forkert", den er også ligefrem "farlig" ifølge en anden undersøgelse af et amerikansk forskerhold ledet af Angela Stack fra Iowa University.

Disse forskere udsatte først tre grupper af forsøgspersoner for læsning af hver sin artikel. Den ene artikel var en pro-katharsis artikel, der handlede om det "sunde" ved at få luft for sin vrede; den anden var en anti-katharsis artikel, der tværtimod handlede om det indlæringspsykologiske synspunkt, at aggressiv adfærd er "selvforstærkende", fordi man blot får indlært endnu stærkere aggressive vaner med at opføre sig aggressivt. Endelig læste den tredje gruppe en neutral artikel, der ikke tog stilling til katharsis-hypotesen.

Redaktionsgruppen består af:

Ask Elklit,
Thomas Nielsen
(redaktør),
Dion Sommer &
Peter Krøjgaard,
alle fra
Psykologisk Institut,
Aarhus Universitet.

Sekretariat:
Annie Dolmer
(træffes man-fr.
kl. 9-15 på
tlf. 89 42 49 00, direkte:
89 42 49 22)

Efter læsningen af disse artikler blev hver af de tre grupper delt i to undergrupper, der blev udsat for hhv. en venlig og en grov og sårende kritik af noget, de tidligere havde skrevet. Den sårende kritik var selvfølgelig beregnet på at skabe vrede i denne halvdel af hver af grupperne.

For at få et mål for, hvor meget de vrede forsøgspersoner nu var tilbøjelige til at søge en vis "afreaktion" af deres vrede, blev de bagefter tilbudt forskellige aktiviteter, herunder at bokse løs på en "boksesek". Det var forskernes hypotese, at graden af forkærlighed for at vælge lige netop denne aktivitet afhang af en tendens til at søge at få "udløsning" for vreden over den grove kritik.

Resultaterne viste imidlertid, at det kun var de vrede forsøgspersoner, der havde læst pro-katharsis artiklen, som viste stor forkærlighed for tilbudet om at bokse løs på boksesekken! De forsøgspersoner, der ikke var vrede, og de forsøgspersoner, der nok var vrede, men som enten havde læst anti-katharsis artiklen eller den neutrale artikel, viste ikke nogen særlig forkærlighed for at bokse på boksesekken. Ja, de vrede forsøgspersoner, der havde læst anti-katharsis artiklen, viste endda endnu mindre trang til at bokse end alle de fem øvrige undergrupper. Det viser altså ganske klart, at vor tro på, om det nytter eller skader at "afreagere" vrede, spiller en stor rolle for, om vi faktisk søger at afreagere en aktuel vrede.

Men det kunne jo tænkes, at de, der havde læst pro-katharsis artiklen og derfor ønskede at komme til at afreagere deres vrede, også virkelig kunne opnå en vis luft for den indestængte vrede og derved blive mindre vrede senere hen.

Spørgsmålet er altså: Passer katharsis-teorien mon alligevel i dette tilfælde? Det testede forskerne i et efterfølgende eksperiment, der begyndte på samme måde som det foregående, men fortsatte med to yderligere faser. For det første fik forsøgspersonerne i dette andet eksperiment virkelig lov til at tæve løs på boksebolden eller at udføre en af de andre mere fredelige aktiviteter i ti minutter efter at have fået den venlige eller den uvenlige kritik på deres skriftlige arbejder.

For det andet: Efter at alle forsøgspersonerne således havde bokset eller beskæftiget sig med mere fredelige systemer, blev de sat til at hjælpe til med et eksperiment over reaktionstider. I dette eksperiment skulle de prøve at lære en fremmed forsøgsperson at få bedre reaktionstider ved at give en straf i form af et elektrisk stød – hvis styrke de selv kunne vælge – efter hver dårlig reaktionstid. Dette eksperiment var dog det rene fup, der blot skulle få de rigtige forsøgspersoner til at tro, at de kunne give en fremmed person et elektrisk stød, som var så stærkt, som de selv ønskede det. Ideen bag dette fup-eksperiment var at måle, hvor stærke stød hver af de rigtige forsøgspersoner ville give de falske forsøgspersoner for på denne måde at få et mål for deres "indre vrede" på dette tidspunkt.

Hvis katharsis-teorien var sand, ville man vente, at de

forsøgspersoner, der havde valgt at bokse på boksesækken, havde fået afreageret deres vrede og derfor ville vise mindre vrede i form af svagere strømstød ved den efterfølgende test.

Hvis indlæringsteorien derimod var rigtig, ville man vente, at de, der havde valgt at "afreagere vreden" med boksning, blot ville være endnu mere aggressive i den efterfølgende test og altså tilbøjelige til at give stærkere stød til de falske forsøgspersoner.

Resultaterne støttede entydigt den sidste hypotese: De forsøgspersoner, der som følge af at have læst pro-katharsis-artiklen havde valgt at bokse for at få luft for deres vrede, var ikke mindre, men derimod mere tilbøjelige til at benytte stærke stød i den efterfølgende test.

Forfatteren mener derfor, at en af måderne til at komme den megen aggression i vore dages samfund til livs simpelt hen er at oplyse om katharsis-teoriens uholdbarhed, altså at man ikke gør sig selv og sine medmennesker en tjeneste ved at "afreagere" sin vrede, hverken på den ene eller anden måde.

tn

Kilde: Wiegman, O., & van Schie, E.G.M. (1998). Video game playing and its relations with aggressive and prosocial behaviour. *British Journal of Social Psychology*, 37, 367-378.

Bushman, B.J., Baumeister, R., & Stack, A.G. (1999). Catharsis, Aggression, and Persuasive Influence: Self-Fulfilling or Self-Defeating Prophecies? *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(3), 367-376.