

Gál Csilla-Emese

# „Miért agresszív az ember?”

KÖNYVISMERTETÉS

Haller József „Miért agresszív az ember?” című könyve az Osiris Kiadónál jelent meg 2005-ben. A biológus szerző az MTA Kisérleti Orvostudományi Kutatóintézetének Magatartás Neurobiológiai Osztályán belül a Magatartásélettan és Stresszkutató Csoport vezetője.

A szerző művében – többek között – arra keresi a választ: Agresszívebbek vagyunk-e, mint elődeink? A közvélemény szerint igen, a mai ember az egyre növekvő agresszivitás korát éli. Haller értékelésében ez azonban szubjektív vélemény, és bár igaz, hogy ma a bűnözés a statisztikák szerint elterjedtebb jelenség, mint régen volt, mégis ami igazán változott az nem is az agresszivitás mennyisége, hanem sokkal inkább a minősítése. Régen ugyanis az agresszió mintegy kötelező volt, a történelem folyamán nem egyszer mint erkölcsi kötelesség jelent meg. Az agresszióknak olyan kultusza és kultúrája alakult ki a régebbi korokban, amely azt sugallta: agresszívnek lenni becsület és dicsőség dolga.

Haller József szerint változás főleg a II. világháború után történt, amikortól lehetőség nyílt a béke és a társadalmi együttműködés megtapasztalására. Közösségi szinten az agresszió gyakorlásának jelszava megváltozott, ma már a békéért való harc került előtérbe, és számos törvény igyekszik biztosítani az egyéni szinten megnyilvánuló agresszió visszaszorítását is. Napjainkra a becsület vagy önérték és az agresszió fogalmak már nem kapcsolódnak össze. Mégis az agresszió tovább él, sokak számára a minősítés megváltozása nem jelent igazi változást, de a társadalom tudatváltozása folytán az agresszivitás többé nem pozitív társadalmi modell.

„Hogyan küzdhetünk az agresszió ellen?” – teszi fel a kérdést a szerző, majd válasz kifejti azt a három különböző irányt, amelyből az agresszivitás megközelítése lehetséges:

A szociológiai szempont szerint az agresszív megnyilvánulásaiért nem csak az egyén, hanem a társadalom is felelős, amely eltorzítja a személyiséget. A megközelítés a szociálpolitikának szán kiemelt szerepet az agresszió kezelésében, megoldást a gazdasági fejlődés és a társadalmi igazságosság érvényesülése hozhat. Mégis, amilyen egyszerűnek tűnik ez a megoldás, annyira nehéz a megvalósítása, a társadalmi átalakulás ugyanis hosszas folyamat, és az iránya sem mindig kiszámítható.

A jogi megközelítés alapján az ember a tisztességtelen előnyök megszerzése érdekében folyamodik erőszakhoz, így az agresszió visszaszorítása a jogtudományon keresztül a bűnüldözés feladata. Ez azonban végleges megoldást nem hozhat, hisz évezredek óta folyik a bűn üldözése, és az erőszak mégsem szűnt meg.

Az orvosi nézőpont szerint az agresszivitás oka idegrendszeri zavarokra vezethető vissza, és az orvostudományra vár azok kezelése.

Haller József úgy véli, fontos a biológiai okok és a szociológiai háttér együttes elemzése, hisz egyik sem nyújthat az agresszió háttérérol teljes képet a másik nélkül.

## Agresszió és pszichikai zavarok

A „Mikor és hogyan agresszív az ember?” című fejezetben az agresszióval összefüggő pszichikai zavarokról, az általános pszichikai állapotról és a bűnözésről szól a szerző. Kiindulási pontja az agresszió funkció és forma szerinti meghatározásainak leírása. Az agresszió funkció alapján történő meghatározása olyan magatartást jelent, amely valamely erőforrás erőszakos módon történő megszerzésére irányul. Ez a meghatározás azonban az agresszió kutatás szempontjából nem megfelelő, hisz a legveszélyesebb formákra épp az értelmetlenség a jellemző. A sorozatgyilkosnál nincs megszerzendő céltárgy, nála a belső kényszer a hajtóerő. Az agresszió kutatók sokkal inkább az agresszió formáira helyezik a hangsúlyt, és azokat a magatartásokat tekintik agresszióknak, amelyek sérülést eredményeznek, vagy amelyekkel fenyegetnek.

Az agresszió és pszichikai zavarok összefüggésével foglalkozó anyag részben kifejtésre kerül, hogy az emberi agresszió sokszor nem is célja, hanem inkább biológiai és/vagy pszichikai oka van. Ilyen értelemben léteznek olyan pszichikai betegségek, amelyek kórképében gyakran fordul elő az agresszivitás, mint például a poszttraumás stresszrendellenesség, a depresszió, a skizofrénia, az Alzheimer-kór, és van öt kifejezetten „agresszióspecifikus” pszichikai rendellenesség. Ezek a következők: antiszociális személyiségzavar, borderline személyiség, időszakos robbanékonyságzavar, viselkedési zavar és ellenkező-kihívó magatartás.

Az említett pszichikai betegségeket egy dolog köti össze: az időnként megjelenő, kontrollálhatatlan düh. Gyakoribb az agresszió jelenléte a skizofrén betegeknel vagy a hiperaktivitás zavarban szenvedőknel, ritka az epilepsziásoknál, és szintén kis mértékben van jelen az Alzheimer-kórosoknál. A poszttraumás és a depressziós betegeknel viszont súlyos gondot jelent, bár ez utóbbiaknál leggyakrabban önmaguk ellen fordulva jelenik meg.

Természetesen minden betegnel más a megjelenést kiváltó okok együtthatása és a betegséget kísérő agresszió mértéke is, minden alany egyedi eset, illetve másképpen nyilvánulhatnak meg egy adott betegség általános tünetei. Fontos azonban ezekről tudomással bírni.

## Agresszió és bűnözés

A könyv bemutatja, hogy egyes bűncselekményeknel, az agressziós cselekmények szempontjából a legsúlyosabbaknál, miként jelenik meg ez a magatartásforma, és van-e kapcsolódása adott esetben a fent említett pszichikai zavarokhoz.

Haller József szerint a bűnözés szempontjából el kell választanunk egymástól az erőszakos és a nem erőszakos bűnözést. A jelenség egyes formái még elfogadhatóak, mások azonban már nem. A jog és a közérkölc szempontjából azonban nincs ilyen jellegű különbségtétel, nincs a bűnözésen belül normális és abnormális kategória. A jog azt mondja ki, hogy minden esetben, amikor az elkövető tudatában van tetteinek következményeivel, képes a helyest és a helytelent egymástól megkülönböztetni, akkor a bű-

nözés szabad akaratból jön létre, és szintén az egyén szabad akarata vethet annak véget. Azt is el kell ismernünk azonban, állítja a szerző, hogy az agresszióról még túl keveset tudunk ahhoz, hogy bizonyossággal szólhassunk a bűnözéssel kapcsolatosan a szabad akarat és a belső késztetések összefüggéseiről.

A különféle bűncselekmény kategóriákon belül a gyilkosság a legsúlyosabbak egyike, a sorozatgyilkosság pedig különösen az. A sorozatgyilkosok két kategóriáját említi Haller: azok, akik titokban és hosszú évekig gyilkolnak, és azok, akik nem bujkálnak, hanem nyíltan és tömegesen gyilkolnak. Ennek az elkövetői körnek is vannak általános és közös jellemvonásai, mint például: magánéletben való visszahúzódottság, félszegség, kevés társadalmi kapcsolat. A tetteiket dicsőségvágy jellemzi, tetteikre büszkék, a tettek elkövetésének okát magyarázni azonban nehéz, sokszor semmilyen „hasznuk” nincs. Mindezek olyan jellemvonások, amelyeket figyelembe véve a sorozatgyilkosok abnormalitásához kétség sem férhet.

## Emberi agresszió és drogok

A kábítószer-fogyasztás, amely kizárólag az emberi fajra jellemző magatartás, háromféle agressziót válthat ki: az ún. farmakológiai agressziót, amely a drogok idegrendszerre gyakorolt hatása következtében alakul ki; a gazdasági kényszeragressziót, amely a kábítószer megszerzésére irányuló bűncselekmények elkövetésével függ össze, valamint a rendszer működéséből fakadó agressziót, ami a droggereskedelemben létező érdekellentéthez kapcsolódik.

A szerző szerint mindhárom fajta agresszió egyformán veszélyes, sőt egymással keveredve is jelentkezhetnek, ugyanakkor nem minden fajta drog vezet szükségszerűen agresszióhoz. A nikotin, a marihuána vagy az ópiumok például nem agresszió-növelő szerek. A közvélemény szerint az alkohol hatása a legerősebb az agresszió kialakulása szempontjából, a könyv ezt egyszerre cáfolja és erősíti.

Alkoholt sokan fogyasztanak, és nem mindenki válik tőle agresszívvé. Ugyanakkor az is igaz, hogy az ittas állapotban lévő embereknél nő az agresszív cselekmények száma. Az azonban, hogy kinél erősödik az agresszió alkoholos befolyásoltság alatt, és kinél nem, illetve hogy ez miként működik pontosan, még rejtély számunkra. Létezik olyan vélemény is ezzel kapcsolatosan, hogy az alkohol mindenkinél gátlásoldóként funkcionál, de hogy ezen túl kinél hol van a végső határ, az teljesen egyén- és/vagy helyzetfüggő.

## Az agresszió okai

Haller József mint természettudós az agresszió okaiként biológiai, lélektani és környezeti elemeket jelöl meg. A vizsgált magatartás hátterének feltárásában kiemelkedő szerepet kapnak a genetika, az agyműködés, a lelki sérülések és a környezeti hatások.

## Agresszió és genetika

A szerző vizsgálódásának kiindulópontját az a kérdés jelenti, hogy öröklődik-e az agresszió. Állatokon végzett kísérletek igazolták, hogy az agresszióra való hajlam és

mozgásmintázat igencsak öröklődik, a hajlam az utódokban van, és konkrét esetben csak aktualizálódik. Ez azt jelenti, hogy létezik velünk született agresszió, tehát nem is annyira az agressziót, hanem annak kontrollját kell tanulnunk.

Több génnek van köze az agresszió szabályozásához, kifejezetten az „agresszivitás génjét” viszont még nem találták meg. Vannak azonban egyes gének, amelyek szerepe evidensebb ebben a kérdésben. (Ilyen például a szerotonin.)

Az is mondhatnánk: a gének és az agresszió közötti kapcsolat egyszerű, az agyműködésen keresztül valósul meg. Mégis, lényeges kérdésekre a tudomány mai állása alapján még nem tudjuk a válaszokat. Például: „Mennyire lehet erős a genetika kényszere? Hol van a szabad akarat határa? Lehet az előbbi erősebb az utóbbinál? Vajon nem lehetséges-e, hogy a gének manipulációja agyműködésünk felett erősebb, mint a jog által megkövetelt magatartás? És ha a fenti kérdésekre igenlő a válasz, van-e jogunk beleszólni a genetika működésbe azért, hogy megfékezzük az agressziót?” A génterápia ideje ugyan még nem jött el, de mégis elgondolkodtató kérdések ezek mindannyiunk számára.

### Agresszió és agyműködés

Szintén az agresszió biológiáját igyekeznek feltárni a könyv „Az agy” című alfejezete. Bizonyossággal tudjuk, hogy az agresszív magatartást sok idegközpont befolyásolja közvetve vagy közvetlenül. Léteznek olyan idegközpontok, amelyek hormonhatást közvetítenek, mások az izommozgást vezénylik, és vannak az ellenfelet „figyelő” idegközpontok is. Az agresszió szabályozásában a mediális amygdala nevű idegközpont, a hypothalamus és az agytörzs játszik szerepet.

Az agyat ért sérülések szerepe nagyon fontos az agyműködés, így tehát az agresszió kialakulásának, megnyilvánulásának szempontjából is. A súlyosabb balesetek miatti sérülés és az agresszió összefüggése nyilvánvaló, de a kisebb sérülések szerepe sem elhanyagolandó. A gyerekkorban elszenvedett fejsérülések a legveszélyesebbek.

Az agresszió szabályozását két nagy idegsejt csoport végzi: azok, amelyek az agressziót szabályozó hálózatot alkotják, és azok, amelyek beidegzik az agresszió áramkörét, de konkrétan nem részesei annak. Az agresszió csökkentése céljából e két rendszer közül a másodikba kell beavatkoznunk, az első ugyanis túl pontos és precíz ahhoz, hogy kívülről eredményesen befolyásolni lehessen.

Az agyban zajló vegyi kommunikációban a vegyi üzenetek nem mások, mint hormonok. Bár sokáig azt hittük, hogy az agresszióval közvetlen kapcsolatban álló hormon az adrenalin, mára már bizonyos, hogy ez a hormon az agresszióra nem bír közvetlen befolyással. Ugyanakkor ismeretes, hogy vannak olyan hormonok, amelyeknek valóban van szerepük az agresszió szabályozásában, kettő közülük bizonyítottan közvetlen és közeli kapcsolatban áll vele: a hím nemi hormon és a stresszhormon. Ez a két hormon könnyen át tud jutni a vér-agy gáton, így az idegsejtekre gyakorolt közvetlen hatásuk könnyen megvalósulhat.

Az állatvilágbeli kísérletek világosan igazolják a tesztoszteron és az agresszió összefüggését: az állat kasztrálása után szelíd lett, azonban ha tesztoszteronnal kezelik őt, agresszívvá válik. Mi több, a női egyedek férfi nemi hormonnal való kezelése is hason-

ló eredményt hozott, manipulált agresszivitásuk elérte a hímekét. Mégis azt mondhatjuk el, hogy az agresszió és a tesztoszteron közötti kapcsolat létezik ugyan, de mégsem söpör félre mindent.

Az agressziót közvetlenül befolyásoló másik hormon a stresszhormon (glukokortikoid), amely szerepe a szervezet felkészítése a ránehezedő fizikai és pszichikai terhelés elviselésére; a stressz maga tehát nem betegség, hanem a szervezetünket védő élet-tani folyamat. Szorult helyzetben a stresszhormon-termelődés hatására a versenyképesség és az agresszió is növekedni kezd, de ha túl sok ideig vagyunk abban az állapotban, akkor a helyzet ellenkező irányba fordul.

A biológiai háttérrel elemző rész utolsó alcíme egy kérdés: „Milyen agresszió van a koponyánkban?”. A kérdés azért is helyénvaló, mert a fejezetben leírtak alapján úgy tűnik, az agyunkban lévő agresszió pusztán biológiai jellegű: a génjeinkben tárolt információk alapján kifejlődik az agyunk, amely eleve magában hordozza az agresszivitást, és léteznek ezt a magatartást gátló és befolyásoló agyi rendszerek. A szerző szerint azért hajlunk az agressziót kizárólag biológiai jellegűnek tekinteni, mert ezt a fajta magatartást befolyásoló szociális háttérrel nem ismerjük eléggé.

### Agresszió és személyiségvizsgálat

A személyiség anatómiájának bemutatása során Haller József leírja, hogy a szabályok követésének képessége velünk született tulajdonság, a szabályt azonban tanulunk kell.

A szociális tanulásemélet szerint olyan tanult magatartásformáról van szó, amely során, ha az egyén azt látja, hogy agresszíven sikeresebb, akkor úgy is fog viselkedni. Aki egyszer sikeresen folyamodott agresszióhoz, az másodszor is megteszi majd. A kulcsszavak tehát: szerepmódel – siker – társadalmi elfogadottság. A szerző kiemeli, hogy a szociális tanulásnak lehet ugyan köze az agresszió kialakulásához, de nem lehet azt az erőszak egyetlen vagy fő okának tekinteni, mert létezik agresszió a tanuláson túl is.

Haller József szerint rosszul tanulunk, hisz nem az agresszió ellenőrzését, hanem az együttműködést kellene elsajátítanunk.

### Agresszió és elszenvedett traumák

A „Ki az igazi bűnös?” című alfejezet az áldozat oldaláról közelíti meg az agressziót. Az elszenvedett traumák közül a gyerekeket érők a legsúlyosabbak, hisz személyiségük még fejlődésben van, egyéniségük még nincs kifomálódva. A gyereket háromféle módon érheti trauma: erőszak, megszegyenítés és a szeretet hiánya révén. A trauma hatására az egyén gyanakvóvá, bizalmatlanná válik. Sajnos legtöbb esetben az ilyen erős traumák nem múlnak el, enyhülés várható, de végleges feldolgozásuk nem. Így alakul ki az ún. önjáratermelés, amikor az egyén másokat bánt, mert őt is bántották.

A trauma – hidegvér – agresszió kapcsolata máig sem tisztázott pontosan. Egyik megközelítésben az emberi agressziót a hidegvér szabadítja fel. A „gátolt izgalmi állapot” agresszióelmélet szerint a gátlás nélküli személyiség kialakulása a stresszreakció hiányával függ össze. Egy másik vélemény szerint az abnormális agressziót a trauma okozta agyműködési zavar váltja ki.

Lényeges különbség van az agresszió megtanulása, illetve elszenvedése között. A tanulás alkalmazkodást jelent, az agresszióra tanító környezet nem feltétlenül traumás. Ezzel szemben a traumánál a lelki sérülésen van a hangsúly, amely később pszichikai rendellenességgé is alakulhat, az egyén pedig erőszakos bűnözővé válhat.

A „Lobbanékonyosság és ellenállhatatlan impulzusok” című anyagrészen az agresszióknak proaktív (előre megfontolt, érdeket szolgáló, kis érzelmi töltésű agresszió) és reaktív (felindulás jellegű reakció) csoportokba való felosztását találjuk.

A lobbanékonyosság, a hirtelen felindulás a jog területén is létező fogalmak, az ilyen körülmények között cselekvő ember nem feltétlenül bűnöző, és a cselekményének bírói megítélése is enyhébb szokott lenni. A lobbanékonyosság egy olyan önálló emberi tulajdonság, amely hatására az illető személy pillanatok alatt agresszíven cselekszik. Ha a lobbanékonyosság és az agresszió találkozik, kialakul a lobbanékony agresszív magatartás. Az időszakos robbanékonyosság azonban már egy pszichikai zavar, amelyet az jellemmez, hogy az ebben szenvedő ember néha elveszíti önuralmát, és különféle tárgyakat tör össze és/vagy embereket támad meg.

## Emberi találmány-e a háború?

Egy nemzetközi szinten létrehozott dokumentum kifejtette, hogy a háború emberi találmány. 1986-ban Sevillában az Agresszivitás Kutatásának Nemzetközi Társasága kiadott egy nyilatkozatot, amelyben kimondta: a háború olyan emberi találmány, amely nem tulajdonítható sem örökletes hajlamoknak, sem genetikai programoknak, sem agyi mechanizmusoknak, sem „ösztönöknek”, hanem szorosan az emberhez kötődő jelenség, amelyet a háború kultúrája tart fenn. Ezt a nyilatkozatot 1989-ben az UNESCO is elfogadta, és nemzetközi program rangjára emelte.

Bár a dokumentum fontos információkat közöl az agresszióval kapcsolatosan, Haller József mégis cáfolja a háború kizárólagos emberi mivoltát. Ezen állításának igazolására írja le, hogy a közösségek harca egyes területekért az állatvilágban is létezik, és egyes fajok belső küzdelmében több tíz, száz vagy ezer egyedből álló hadak vesznek részt. Ilyen faj például a hangyáké, a hienáké vagy a majmoké. Kétségtelen, hogy a háborút az ember soha nem ismert szintekre emelte, mégis az állatvilág létező példái arra engednek következtetni, hogy a háborút magát nem az ember találta fel, így az legalább részben biológiai jelenségnek tekinthető.

Az emberi fejlődésben nagy szerepet játszik az együttműködés, amely különböző csoportokat összefogásra készítet. A háborúskodáshoz közeledve az ellenséges csoportot elszemélytelenítjük, a csoportok szemében a másik csoport tagjai már nem is emberek, hanem fenevadak lesznek. Így alakul ki a politikai szélsőség, a nacionalizmus és a rasszizmus is. Az érdeellentét és a gyűlölet talaján a legkülönbözőbb szintű háborúk alakulhatnak ki: az egyének között létezőtől kezdve, az utcai bandák harcán keresztül, egészen a polgárháborúig, a nemzetközi konfliktusig, tetőzve a világháborúval.

A magasabb szinteken létező konfliktusokat és a csoportok közti háborúskodást nem a közvetlen provokáció váltja ki. Sok esetben a résztvevők egy ideig nem is tudják, hogy egy másik csoporttal érdeellentétben állnak. A sokáig csak távoli jelenség-

ként létező háborúba az egyén végül nem is a meggyőződése, hanem a hazafiúi kötelessége miatt lép be. A háború konkrét résztvevőit tehát nem az agresszió, hanem a kötelességtudat viszi előre. A későbbiekben gyilkoláshoz használt repülőtervező mérnök nem agresszív, csak a munkáját végzi. Nem az agresszivitásban vesz tehát részt, hanem az már kötelességévé vált. Az emberi társadalomba beépült a háború kultúrája is.

A háború egy olyan jelenség, amely megváltoztatja viselkedésünket. Vannak ugyan olyanok, akik agresszív magatartás nélkül dolgoznak a háború érdekében, így a már említett repülőtervező mérnök, de aki konkrétan a harctéren van, hogyan döfhet az ellenségbe agresszió nélkül, majd onnan hazatérve él-e ismét békés életet? A szerző szerint épp ez a lényeges kérdés az egészben, ami választ adhatna arra, hogy az agresszió oka a biológiánkban vagy a pszichikumban rejlik, netán mindkettőben, de akkor melyikben milyen mértékben?

## Az agresszió gyógyítása – reális lehetőség vagy álm?

A könyv befejező része azokat a lehetőségeket igyekszik feltárni, amelyek az agresszió kezelésében rendelkezésünkre állnak. Haller József leírja azon tapasztalatát, hogy az emberek az agresszió gyógyszerének hallatára mennyire elcsodálkoznak, és úgy kezelik ezt a lehetőséget, mint egy talán soha nem teljesülő álmot. Pedig, írja a szerző, az első agresszió elleni gyógyszer ötven éve került kipróbálásra, és jelenleg is mintegy húsz fajta van használatban.

Az agresszió gyógyítása egyes érzelmeket vált ki az emberekből, van, aki úgy gondolja, a sikeres gyógymód feltalálásával elérhetnénk a békés társadalmat, mások azonban azt tartják, a gyógyszer olyan módon befolyásolhatja a személyiséget, hogy jobb nem próbálkozni vele, nehogy még rosszabb legyen a vége.

Mégis, három lehetséges gyógymód van az agressziós magatartások kezelésére: a műtét, a tabletták és a meggyőzés. Ezek közül egyik sem ad tökéletes megoldást, nem garantál véglegesen eredményt. A genetika ihlette gyógymód nem született még, de majdani hatása a mai gyógyszerekéhez lesz hasonló, csak sokkal kevesebb mellékhatással.

A műtétekkel kapcsolatosan minden érv és ellenérv mellett elmondható, de a pszicho-sebészeti beavatkozások betiltása leginkább erkölcsi okokra vezethető vissza. Az agresszió kezelését is szolgáló műtéti beavatkozás során előbb az amygdalotómiát kezdték végezni, amely során az amygdala eltávolítása történt meg, majd a hypothalamotómiát, vagyis az agresszió kialakulásáért felelős hypothalamikus zóna eltávolítását. Idővel ezt a kétfajta eljárást együtt alkalmazták. Bár a műtétekkel szemben sok az ellenérv, mégsem lehet őket teljesen kizárni a gyógymódok közül, hisz sok esetben tényleg ez jelentheti az egyetlen megoldást.

Második lehetséges gyógymódként a tabletták említhetők. A gyógyszerekkel szemben is kételyekkel viseltetünk, hisz mára már tudjuk, segítenek ugyan sok esetben, de számos mellékhatással is rendelkeznek. Így érthető, hogy még szkeptikusabbak vagyunk, ha a tudatunkra ható gyógyszerekről van szó.

Bár kétségtelen, hogy a gyógyszerek hatásosak az agresszió csökkentésében, az általuk elért eredmények mégsem véglegesek, csupán a tüneteket kezelik, mivel az agresz-

szíó pontos okáról még mindig nem tudunk eleget. Az ideális gyógyszer, amelyik a magatartás okára hatna, tehát a problémát a gyökerében kezelné, még várat magára.

Harmadikként felsorolt gyógymód a meggyőzés vagy a rábeszélés, mivel kommunikációval és ennek során az álláspontok egyeztetésével sok baj megelőzhető. Nyilván vannak olyan betegségek, amelyek esetén ez a módszer nem alkalmazható, de létezik három olyan kezeléstípus ezen a gyógymódon belül, amelyeknek az agressziókezelésre való hatása fellelhető. A következők közül van szó: a pszichoanalízis, amelynek lényege a tudat aláással való ok feltárás, a kognitív terápia, amely a torzulás azonosítását kísérel meg, és amelynek következtében a beteg megérti ennek helytelenségét és korrigálhatja a hibás sémát (itt érvényesül leginkább a rábeszélés eszköze), valamint a magatartásterápia, amely tulajdonképpen a kognitív módszer gyakorlatba ültetése, melynek során a betegnek lehetősége nyílik konkrétan is szembesülnie a problémáival.

Az agresszió kezelése szempontjából a személyiségzavarok terápiái a leghatásosabbak, éppen ezért a szerző az utolsó két, de valójában egyazon módszer, a kognitív terápia elméleti és gyakorlati bemutatásával foglalkozik. A módszerek eredményességét tekintve azt mondhatjuk el, hogy csak szerény előrejutás mutatható fel. Mégis pozitív változások lehetségesek, és mindig vannak olyanok, akiken segíteni lehet.

## Összegzés

Az agressziókutatást érintő magyar szakirodalom korlátozott. Haller József saját kutatásai mellett leginkább a külföldi szakirodalmat használta fel. Ezért is jelent különös értéket ez a könyv, amely a gazdag nemzetközi szakirodalom legkorábbi és legújabb műveinek olvasatára alapozva átfogóan és rendszerezetten mutatja be az agresszió megnyilvánulásának formáit, biológiai, a személyiséghez és a környezethez kötött okait, és tárja fel gyógymódjának lehetőségeit.

Ajánlom Haller József könyvét az agressziókutatásban érdekelt biológusoknak, szociológusoknak, pszichológusoknak, de pedagógusoknak, sőt szülőknek is, mivel könnyen olvasható és jól használható munka. Végül, de nem utolsó sorban, a jog és különösen a büntetőjog területén tevékenykedő szakemberek számára is különösen hasznos szakmunkát jelent ez a könyv. Főleg akkor, ha figyelembe vesszük, hogy a mások életét, szabadságát, sorsát érintő büntetőeljárásokhoz kapcsolódó szakmai, emberi és morális felelősségvállaláshoz nélkülözhetetlen a bűncselekmény elkövetése során tanúsított agresszív magatartás minél több szempontból való áttekintése, megismerése és megértése is. A jogász hivatással járó felelősségvállalás szempontjából kiemelkedően fontos minél többet tudni azon magatartás okairól, kialakulásáról, megnyilvánulásáról, amelyről egy más életet döntően befolyásoló, és talán örökre megváltoztató vád- vagy védőbeszéd hangzik el, vagy éppen egy bűnösséget kimondó ítélet kerül kihirdetésre.