

Capitolo I

L'aggressività e l'influenza di essa sulla società

L'aggressività è un concetto complesso che ha suscitato grande interesse in diverse discipline, tra cui la psicologia, la psichiatria, la biologia, la sociologia e la filosofia. La definizione di aggressività può variare a seconda del contesto in cui viene utilizzata, ma in generale si riferisce a comportamenti volti a recare danno o minaccia ad altri individui o oggetti. Questi comportamenti possono manifestarsi in forme diverse, ad esempio in forme verbali (insulti, minacce), fisiche (colpi, spintoni), sessuali, psicologiche, economiche e simboliche. Inoltre, l'aggressività può essere diretta verso il mondo esterno (aggressività esterna) o rivolta verso se stessi (aggressività interna), come nel caso dell'autolesionismo. Secondo alcuni autori, essa può essere considerata come una risposta adattativa a situazioni di pericolo o di stress, in quanto permette all'individuo di difendersi o di reagire in modo efficace. Tuttavia, quando diventa un comportamento eccessivo o incontrollabile, può causare gravi danni e disfunzioni sia per l'individuo che per la società in generale. Soprattutto, si può concentrare sulla comprensione della violenza tra individui in relazione. Si affronta il tema della violenza di genere e della violenza tra i sessi, partendo dalle radici culturali, sociali e psicologiche di questi fenomeni, dal presupposto che l'aggressività è un comportamento universale, presente in tutte le culture e in molte specie animali, e che abbia un'origine evolutiva. (Salerno, 2016).

L'aggressività si riferisce a un comportamento che ha l'obiettivo di causare danni o provocare un'azione avversa verso un individuo o un oggetto. Può manifestarsi in molti modi, come ad esempio attraverso l'uso della violenza fisica, verbale o emotiva, o attraverso comportamenti di ostilità o provocazione.

Scaturisce da molteplici fattori, tra cui lo stress, la frustrazione, la rabbia, la paura, la gelosia, l'insicurezza, la competitività e molte altre emozioni o situazioni che inducono a comportamenti di lotta o fuga.

È importante notare che però può anche essere considerata una risposta adatta a determinate situazioni, come la difesa personale in caso di attacco, ma diventa problematica quando viene utilizzata in modo inappropriato o eccessivo, causando danni o mettendo a rischio la sicurezza degli altri. Il comportamento aggressivo, si può osservare in molte specie animali e fin dai tempi antichi l'uomo ne ha fatto esperienza nella propria vita quotidiana. Tuttavia, la scoperta scientifica dell'aggressività come oggetto di studio in psicologia e scienze sociali è un processo che si è sviluppato nel corso del XX secolo.

Uno dei primi studiosi ad interessarsi all'aggressività fu il biologo austriaco Konrad Lorenz, che negli anni '60, l'analizzò come un comportamento innato, presente nell'evoluzione di molte specie animali,

incluso l'uomo. Altri importanti contributi, sono stati fatti da psicologi come Sigmund Freud, che nel suo lavoro sull'istinto di morte ha descritto l'aggressività come una forza che si oppone alla pulsione di vita, e Albert Bandura, che ha condotto importanti ricerche sull'apprendimento sociale dell'aggressività.

Negli anni '70, la teoria dell'aggressività è stata oggetto di una serie di dibattiti e ricerche, e si è arrivati alla conclusione che è un comportamento complesso influenzato da fattori biologici, psicologici e sociali. Oggi, è un argomento di grande interesse per molti campi di studio, dalla psicologia alla sociologia, e la ricerca continua a indagare sui suoi meccanismi, le sue conseguenze e le strategie per la sua prevenzione e gestione.

L'aggressività è un comportamento osservabile in molte specie animali, e fin dai tempi antichi l'uomo ne ha fatto esperienza nella propria vita quotidiana. Tuttavia, la scoperta scientifica dell'aggressività come oggetto di studio in psicologia e scienze sociali è un processo che si è sviluppato nel corso del XX secolo.

Da un punto di vista biologico, può essere influenzata da fattori come la genetica, gli ormoni e il sistema nervoso. Ad esempio, alcuni studi hanno suggerito che può essere legata alla presenza di alcuni geni specifici, o ad un'eccessiva attivazione del sistema nervoso simpatico, responsabile della risposta "lotta o fuga". Inoltre, può essere influenzata da fattori ambientali come il livello di stress o di tossine presenti nell'ambiente.

Dal punto di vista psicologico, l'aggressività può essere legata a fattori come l'autocontrollo, la personalità, l'umore e le emozioni. Ad esempio, gli individui con bassi livelli di autocontrollo possono essere più inclini a comportamenti aggressivi in situazioni di stress o di conflitto. Inoltre, le persone con personalità "difficili" o "antisociali" possono avere una maggiore propensione all'aggressività.

Infine, dal punto di vista sociale, può essere influenzata da fattori come la cultura, l'ambiente, l'apprendimento e la situazione, ad esempio, le culture che valorizzano l'aggressività o la competizione possono avere tassi più elevati di comportamenti aggressivi. Inoltre, gli individui possono apprendere tali comportamenti, osservando modelli di comportamento violento o provocatorio in famiglia, nei media o nella società in generale.

L'aggressività può avere conseguenze negative per l'individuo e per la società, come la violenza, l'isolamento sociale, il trauma psicologico e la perdita della fiducia nella comunità. Pertanto, molti studi si concentrano sulla prevenzione e sulla gestione dell'aggressività, attraverso strategie come l'educazione alla gestione delle emozioni, l'allenamento all'autocontrollo e la promozione di modelli di comportamento positivi nella società.

1.1 Le teorie sull'aggressività

Secondo Buss, l'aggressività è stata selezionata durante l'evoluzione come una risposta adattativa a situazioni di conflitto o di competizione, in cui il successo riproduttivo dell'individuo dipende dalla sua capacità di competere e di difendersi. (Buss, 2018). Le diverse teorie proposte per spiegare l'aggressività, secondo l'autore, sono: la teoria dell'istinto, la teoria dell'apprendimento sociale e la teoria cognitiva. Si sostiene che l'aggressività sia una combinazione di fattori biologici, psicologici e sociali, e che il suo sviluppo dipenda da interazioni complesse tra questi fattori. Inoltre, vi sono diverse forme di essa, tra cui l'aggressività fisica, verbale e sessuale ed è un fattore di rischio per la violenza e la criminalità. Inoltre possono contribuire in modo significativo anche fattori sociali, come: la povertà, la disuguaglianza e la disorganizzazione sociale. Si distinguono teorie che la considerano un comportamento innato (come la teoria dell'istinto) e teorie che la considerano un comportamento appreso (come la teoria dell'apprendimento sociale), proponendo a riguardo, alcune possibili strategie di prevenzione e di intervento per ridurre l'aggressività e la violenza. Si ritiene che l'aggressività è una risposta adattativa a situazioni di conflitto o di competizione che è stata selezionata durante l'evoluzione in relazione a specifici contesti sociali, come la competizione per le risorse, il desiderio di status e la difesa del territorio. In particolare la teoria dell'istinto, sostiene che l'aggressività sia un comportamento innato, presente fin dalla nascita. Secondo questa teoria, sarebbe un comportamento "programmato" nel nostro patrimonio genetico, che viene attivato in risposta a stimoli specifici. Tuttavia, è stata ampiamente criticata per la sua mancanza di evidenze empiriche e per la sua scarsa capacità di spiegare la variazione individuale e culturale dell'aggressività. Buss esamina altre teorie, quella dell'apprendimento sociale, in cui si ritiene l'aggressività sia appresa attraverso l'osservazione e l'imitazione di modelli di comportamento aggressivo, e quella cognitiva, che sostiene che l'aggressività sia il risultato di processi cognitivi complessi, come la percezione di minacce e la valutazione delle conseguenze. Fattori biologici come i livelli di testosterone possono influenzare l'aggressività, ma solo in combinazione con fattori sociali, come la competizione per le risorse o il desiderio di status, inoltre può essere influenzata da diversi fattori, come la genetica, l'ambiente, la cultura e l'esperienza individuale. La teoria dell'aggressività come comportamento innato si basa sull'idea che, la predisposizione all'aggressività sia un tratto ereditario che si è evoluto attraverso la selezione naturale. Secondo essa l'aggressività è stata selezionata per la sua capacità di aiutare gli individui a competere per le risorse, come il cibo, il territorio e il partner sessuale e sia presente in tutti gli individui, indipendentemente dalle esperienze di vita o dall'ambiente sociale e culturale in cui crescono. La teoria dell'aggressività come comportamento appreso, invece, ritiene che l'aggressività sia il risultato di un apprendimento sociale e culturale e viene acquisita attraverso l'osservazione e

l'imitazione di comportamenti aggressivi da parte di genitori, amici, media e cultura in generale. Non è presente, però, in modo innato in tutti gli individui, ma che sia influenzata dalle esperienze di vita e dall'ambiente sociale e culturale in cui crescono. (Buss,2018). Queste teorie sono spesso oggetto di dibattiti e non esiste una comprensione completa dell'aggressività umana.

Di seguito alcune teorie importanti che contribuiscono alla ricerca scientifica sull'aggressività.

Teoria dell'apprendimento sociale

L'aggressività viene appresa attraverso l'osservazione e l'imitazione del comportamento aggressivo degli altri, esibiti da modelli significativi, come genitori, amici, personaggi dei media, ecc. La teoria dell'apprendimento sociale enfatizza che l'aggressività è influenzata dal contesto in cui si verifica, poiché le persone apprendono a usare comportamenti aggressivi solo quando ritengono che essi siano adeguati e giustificati in una situazione specifica non è sufficiente che una persona abbia un modello aggressivo da cui apprendere il comportamento, ma è anche necessario che essa percepisca il comportamento aggressivo come adeguato e giustificato in una particolare situazione. Ad esempio, se una persona ritiene che l'aggressività sia necessaria per proteggere sé stessa o gli altri, o per raggiungere un obiettivo desiderato, sarà più incline ad utilizzare comportamenti aggressivi in quel contesto. Allo stesso modo, se una persona la ritiene una risposta adeguata ad una provocazione o ad un'offesa, sarà più incline ad utilizzare comportamenti aggressivi in quella situazione. Ciò significa che non è un comportamento universale che si manifesta in ogni situazione, ma è influenzato dalle percezioni individuali del contesto. Inoltre, la teoria dell'apprendimento sociale sottolinea l'importanza dei modelli di riferimento nella formazione del comportamento aggressivo, e come tali modelli possano essere trasmessi attraverso la cultura, i media e le relazioni sociali. In particolare, Bandura sottolinea l'importanza dell'ambiente sociale e culturale nella formazione dell'aggressività, e come i modelli di comportamento aggressivo possano essere appresi e trasmessi attraverso l'osservazione e l'imitazione di modelli significativi. Inoltre, la teoria enfatizza l'importanza del contesto nella determinazione del comportamento aggressivo, e come le percezioni individuali della situazione possano influenzare l'utilizzo di comportamenti aggressivi. (Bandura *et al.* 1961)

Teoria dell'equilibrio emotivo

L'aggressività può essere il risultato di un disequilibrio emotivo, come la rabbia o la frustrazione. In questi casi l'aggressione si verifica quando l'equilibrio emotivo di un individuo viene disturbato da

qualsiasi tipo di evento avverso, non solo dalla frustrazione. Si ritiene che, la teoria dell'equilibrio emotivo sia una migliore spiegazione dell'aggressione rispetto alla teoria della frustrazione-aggressione, poiché tiene conto di molteplici fattori che possono influenzare il comportamento aggressivo di un individuo. Secondo l'equilibrio emotivo l'aggressione può essere scatenata da eventi come la sconfitta, l'insuccesso, la perdita di status, l'isolamento sociale e l'umiliazione, oltre alla frustrazione. E ciò aiuta a spiegare perché alcune persone reagiscono in modo più aggressivo di altre di fronte a eventi avversi, l'aggressività dipende dalla percezione dell'evento avverso e dalla reazione emotiva che ne consegue. Inoltre, Berkowitz propone una riformulazione della teoria della frustrazione-aggressione, che integra la teoria dell'equilibrio emotivo. Questa riformulazione suggerisce che la frustrazione può influenzare l'aggressione solo se l'individuo è già in uno stato emotivo negativo. In altre parole, la frustrazione può scatenare l'aggressione solo se è presente uno squilibrio emotivo preesistente. (Berkowitz, 1989)

Teoria dell'aggressività reattiva

L'aggressività può essere anche scaturita da una risposta a una minaccia percepita o ad un insulto, chiamata in questo caso reattiva. Essa è più comune nei bambini e negli adolescenti rispetto agli adulti e può essere attribuita a un insieme di fattori individuali, familiari e sociali. Ad esempio, alcuni individui possono avere una predisposizione biologica all'aggressività, mentre altri possono essere influenzati da fattori ambientali, come l'esposizione alla violenza o al bullismo. Inoltre, può essere influenzata dalle percezioni dell'individuo sulla situazione, come l'interpretazione della provocazione come intenzionale o lesiva. Si possono identificare quattro fasi del processo di aggressione reattiva: la percezione della provocazione, l'interpretazione della provocazione come intenzionale, la scelta tra diverse strategie di risposta e la valutazione dei risultati. Vi è una distinzione anche tra l'aggressività reattiva e quella proattiva, che è invece caratterizzata da comportamenti aggressivi intenzionali e premeditati finalizzati a raggiungere un obiettivo. Vi sono diverse strategie di intervento per gestire l'aggressività reattiva, come l'insegnamento delle abilità di risoluzione dei conflitti e la promozione dell'empatia e dell'autocontrollo. (Dodge, 1991)

Teoria dell'aggressività strumentale:

L'aggressività, a volte, può essere, utilizzata come un mezzo per raggiungere un obiettivo, come nel caso della difesa personale. Secondo questa teoria, l'aggressione può essere motivata da un desiderio di raggiungere uno scopo o un obiettivo, come acquisire risorse o affermare il proprio potere, piuttosto che da una semplice reazione emotiva. La teoria dell'aggressività strumentale si basa sull'idea che gli individui possano valutare le conseguenze delle loro azioni e scegliere di usare l'aggressione solo se credono che ciò porterà loro un vantaggio. Ciò significa che l'aggressività può essere influenzata da fattori come la cultura, la struttura sociale e le opportunità disponibili. La ricerca presentata da Cohen esamina l'aggressività strumentale in diverse culture, tra cui gli Stati Uniti, il Giappone, il Messico e la Papua Nuova Guinea. La ricerca suggerisce che l'aggressività strumentale è più comune nelle culture che valorizzano l'individualismo, la competitività e l'affermazione del potere personale, mentre è meno comune nelle culture che valorizzano la cooperazione forniscono poche opportunità di raggiungere gli obiettivi in modo non violento, possono incoraggiare l'aggressività strumentale. (Cohen, 1998) Inoltre, le strutture sociali che pongono molta pressione sulle persone per ottenere successo e status possono aumentare l'uso dell'aggressività strumentale come un mezzo per raggiungere questi obiettivi. Inoltre, l'aggressività strumentale può essere mitigata da fattori come l'alta qualità delle relazioni interpersonali e la disponibilità di alternative non violente per raggiungere gli obiettivi e può anche essere influenzata dalle norme culturali che promuovono l'uso della violenza o ne condannano l'uso l'aggressione. Viene motivata dall'obiettivo di raggiungere uno scopo piuttosto che da un'emozione negativa o da una risposta impulsiva. L'aggressione, quindi, può essere utilizzata come un mezzo per ottenere qualcosa che si desidera, come il denaro, il potere o il rispetto e a riguardo si forniscono anche evidenze empiriche a sostegno della teoria dell'aggressività strumentale, tra cui studi che mostrano una relazione positiva tra la competizione e l'aggressività strumentale e studi che dimostrano come la riduzione delle opportunità di ottenere un obiettivo attraverso mezzi non violenti può aumentare l'aggressività strumentale. (Anderson & Bushman, 2002). Anche questo genere di comportamento può essere appreso attraverso l'osservazione e l'imitazione di modelli di comportamento violento. Può essere mitigata da fattori come l'accesso a alternative non violente per raggiungere gli obiettivi, la presenza di modelli di comportamento positivi e la punizione per l'uso dell'aggressione.

Teoria dell'aggressività psicomodinamica

Molto spesso l'aggressività sia il risultato di conflitti interni non risolti, come il desiderio sessuale o la rabbia repressa. L'aggressività psicomodinamica è un'energia primaria che guida il comportamento umano e può essere diretta verso l'individuo stesso o verso gli altri. Essa è innata e deriva dalla pulsione di morte, ovvero la tendenza naturale dell'organismo a ritornare a uno stato inanimato. L'aggressività psicomodinamica è quindi strettamente legata alla sessualità e alla pulsione di vita, che tendono a essere modulate dalla cultura e dalle esperienze individuali. Si suggerisce che, l'aggressività può essere sublimata in attività socialmente accettate, come il lavoro o l'arte, o espressa in modi distruttivi attraverso la violenza o la guerra, esacerbata, inoltre, dalle esperienze di trauma, come l'abuso sessuale o la violenza fisica, che porterebbero ad un'organizzazione psicologica che favorisce l'aggressività come meccanismo di difesa. Secondo Freud, l'aggressività deriva dalla tensione tra l'istinto di vita (Eros) e l'istinto di morte (Thanatos), e rappresenta una tendenza primitiva che si manifesta attraverso un'energia psichica. Viene espressa in modi diversi, sia direttamente che indirettamente e regolata dalla psiche attraverso meccanismi di difesa. Ad esempio, la proiezione è un meccanismo di difesa in cui l'individuo attribuisce i propri pensieri, sentimenti e comportamenti negativi ad altri, evitando così di assumersi la responsabilità di ciò che sta accadendo. Inoltre, la teoria dell'aggressività psicomodinamica di Freud ritiene l'aggressività emergente in modo distorto e distruttivo attraverso il meccanismo di "ritorno del rimosso". Ciò significa che l'aggressività che è stata rimosso dalla coscienza può emergere in modo impulsivo e incontrollabile, come ad esempio attraverso l'esplosione di rabbia o violenza. La teoria dell'aggressività è stata però criticata per essere troppo pessimistica e deterministica, e per non tener conto della dimensione sociale e culturale dell'aggressività. (Freud, 1920). Tuttavia, ha contribuito a portare l'attenzione sulle dinamiche psicologiche che sottendono l'aggressività, e ha aperto la strada per lo sviluppo di ulteriori teorie e approcci terapeutici. Secondo Kernberg, l'aggressività è un'energia psichica che rappresenta una delle forze primarie dell'essere umano. La teoria psicomodinamica dell'aggressività di quest'ultimo suggerisce che questa energia si origina dalla tensione tra le forze dell'istinto di vita (Eros) e dell'istinto di morte (Thanatos) e sostiene che l'aggressività venga espressa in modo diretto o indiretto, ed è presente in modo particolare nei disturbi di personalità. Ad esempio, i disturbi di personalità borderline e narcisistici sono caratterizzati dalla presenza di un'aggressività intensa e mal regolata, essendo indirizzata verso l'esterno o verso l'interno dell'individuo. L'aggressività diretta verso l'esterno può manifestarsi attraverso l'ostilità, la violenza e l'impulso di distruggere gli altri. L'aggressività rivolta verso l'interno può manifestarsi attraverso l'autodistruzione, l'autolesionismo, la depressione e il suicidio. Questa mal regolazione dell'aggressività può derivare dalla presenza di conflitti irrisolti

nell'individuo, ma potrebbe essere regolata attraverso meccanismi di difesa, come la sublimazione, l'identificazione e la proiezione. Ad esempio, la sublimazione implica il trasferimento dell'energia aggressiva in comportamenti creativi e produttivi o l'identificazione, che consente all'individuo di integrare parti di sé stesso e degli altri nella propria identità, riducendo così l'ansia e il conflitto psicologico riducendo, nel caso dell'aggressività, l'ansia associata all'espressione diretta dell'aggressività. Ad esempio, l'individuo può identificarsi con un'altra persona o un gruppo che ha il potere di esercitare l'aggressività al suo posto, o può identificarsi con l'oggetto della sua aggressività, riconoscendosi in esso e riducendo così la tensione e la conflittualità. In generale, l'identificazione può essere utilizzata come meccanismo di difesa per gestire l'aggressività in modo indiretto e non conflittuale, ma può anche essere utilizzata in modo distorto e patologico, come nel caso della cosiddetta "identificazione proiettiva", in cui l'individuo proietta parti di sé stesso sugli altri e poi identifica questi aspetti in loro. La teoria dell'aggressività psicodinamica ritiene l'aggressività come un'energia psicologica fondamentale che costituisce uno dei principali motori della personalità umana. Essa può manifestarsi in modi diversi, come la rabbia, la violenza, l'odio e la vendetta. Vi è una proiezione che descrive come l'aggressività può essere proiettata su altre persone o oggetti. Secondo questa proiezione, l'individuo può proiettare la propria aggressività su un oggetto esterno, come una persona o un oggetto, attribuendogli le proprie qualità negative o dannose. Ad esempio, una persona che si sente aggressiva può proiettare la sua aggressività su un'altra persona, vedendola come una minaccia o un nemico. La proiezione, viene descritto anche come un meccanismo di difesa che consente all'individuo di proteggere la propria immagine di sé dall'esperienza dell'aggressività e delle emozioni negative che essa può generare. Tuttavia, la proiezione può anche creare problemi nella relazione con gli altri, poiché l'individuo può attribuire qualità negative a persone innocenti e agire di conseguenza, creando conflitti e danni alle relazioni interpersonali. (Kernberg, 2015).

1.2 Analisi dei fattori biologici, ambientali e psicologici che influiscono sullo sviluppo dell'aggressività

L'aggressività è un comportamento complesso che può essere influenzato da fattori biologici, ambientali e psicologici.

Alcune ricerche hanno dimostrato che l'aggressività può essere ereditata geneticamente. Ciò significa che alcune persone possono essere predisposte a comportamenti aggressivi a causa della loro composizione genetica, oppure anche sostanze chimiche come la serotonina e la dopamina, presenti nel cervello, possono influire sull'aggressività. Ad esempio, una bassa concentrazione di serotonina può essere associata a comportamenti impulsivi e aggressivi.

Anche l'aumento di alcuni ormoni, come il testosterone, può aumentare l'aggressività, difatti alcune ricerche hanno dimostrato che gli uomini hanno livelli di testosterone più elevati rispetto alle donne, il che potrebbe spiegare in parte perché gli uomini sono più inclini all'aggressività. Molto importante è il ruolo del gene del trasportatore della serotonina (5-HTTLPR) e dell'attivazione dell'amigdala nell'aggressività, i risultati di 28 studi condotti su individui sani, utilizza tecniche di imaging cerebrale per valutare l'attivazione dell'amigdala in risposta a stimoli emotivi negativi. Si è preso in considerazione la presenza di varianti del gene 5-HTTLPR che possono influire sulla funzionalità del sistema serotoninergico, che è noto per essere coinvolto nella regolazione dell'umore e del comportamento aggressivo. I risultati della metanalisi hanno indicato che le persone con la variante S del gene 5-HTTLPR, che è stata associata a una minore funzionalità del sistema serotoninergico, avevano un'attivazione dell'amigdala più elevata in risposta a stimoli emotivi negativi rispetto alle persone con la variante L del gene. Questi risultati suggeriscono che il gene del trasportatore della serotonina potrebbe interagire con l'attivazione dell'amigdala per influenzare il comportamento aggressivo. Inoltre, gli autori hanno osservato che l'effetto dell'interazione tra il gene del trasportatore della serotonina e l'attivazione dell'amigdala era più forte in individui sani rispetto a quelli con disturbi psichiatrici, suggerendo che la combinazione dei fattori biologici e ambientali potrebbe essere particolarmente importante nella predisposizione alla violenza in persone sane. (Munafo *et al.*, 2008). La serotonina è un neurotrasmettitore che svolge un ruolo importante nella regolazione dell'umore e del comportamento, ed è noto che il sistema serotoninergico è coinvolto nella regolazione dell'aggressività. Il gene 5-HTTLPR regola il trasporto della serotonina nel cervello, e la presenza di varianti di questo gene può influire sulla funzionalità del sistema serotoninergico. Diversi studi che utilizzavano tecniche di imaging cerebrale per valutare l'attivazione dell'amigdala in risposta a stimoli emotivi negativi, come immagini di volti arrabbiati o situazioni minacciose, hanno