

## AGRESJA I SPORT Z ETOLOGICZNEJ PERSPEKTYWY KONRADA LORENZA

Agresja jest zjawiskiem, które znajduje się w centrum zainteresowania wielu naukowców specjalizujących się w naukach przyrodniczych (głównie biologów), jak też znacznej ilości badaczy zajmujących się naukami humanistycznymi (psychologów, socjologów, pedagogów i filozofów). Dzieje się tak z dwóch powodów. Po pierwsze, agresja jawi się jako zjawisko wieloaspektowe, a co za tym idzie, jako zjawisko dające się opisać i wyjaśnić z wielu perspektyw. Po drugie, ponieważ występowanie agresji wiąże się z poważnymi konsekwencjami społecznymi, w większości negatywnymi, toteż wszelkie próby uchwycenia zjawiska agresji mogą przyczynić się do wyeliminowania bądź złagodzenia jego skutków. A jest to wielce istotne w czasach, gdy ludzkość dysponuje środkami, dzięki którym może unicestwić samą siebie wraz z ogromną częścią ziemskiej biosfery. Dlatego tak ważne jest znalezienie odpowiedzi na następujące pytania: Co to jest agresja, skąd pochodzi i z czym się ona wiąże? Czy agresja ma charakter wrodzony? Jakie są jej funkcje i jakie powoduje konsekwencje? Czy i jak można przeciwdziałać agresji?

Fenomen agresji odgrywa ogromną rolę także w sporcie. Z jednej strony podkreśla się konstytutywny charakter pewnych form agresji w stosunku do rywalizacji sportowej, z drugiej zaś strony wskazuje na zjawisko agresji w kontekście odbioru sportu. To pierwsze adekwatnie opisuje Karolczak-Biernacka<sup>1</sup>: „Sport scharakteryzować można jako dziedzinę, w którą agresja jest wpisana, jako zadanie, w którym zachowania agresywne wynikają z natury czynności, są programowo wywoływane i nagradzane. (...) W sporcie wymagane, by zachowania były ofensywne (w niektórych konkurencjach i zadaniach cały czas ofensywne), w wielu sytuacjach praktycznych oznacza po prostu konieczność stosowania programowej agresji. Agresja taka zjawi się również wówczas, gdy w walce sportowiec ponosi jakąś szkodę i w obawie o losy pojedynku zwiększa (czasem ponad miarę) ofensywne czynności, albo gdy odnosi sukces (np. udany cios boksera) i, chcąc go umocnić (mówi się „dobić rywala”), zwiększa ofensywność (mówi się „poszedł za ciosem”).” Z drugim spotykamy się chociażby w kontekście agresji i przemocy stadionowej.

<sup>1</sup> B. Karolczak-Biernacka (2007), *Agresja w kulturze sportu i jego otoczeniu*. W: Z. Dziubiński [red.], *Sport a agresja*, Warszawa, s. 57.

Na początek proponuję dokonać pewnego uporządkowania terminologicznego, tym bardziej, że termin „agresja” jest terminem wieloznacznym. Postaram się zaproponować rozumienie agresji na tyle pojemne, aby podpadały pod nie wszystkie zachowania uznawane powszechnie za agresywne, i na tyle wąskie, aby nie mieszać odmiennych kategorii (np. samych zachowań z dyspozycjami do zachowań). Co prawda, można by przyjąć którąś z definicji już uznawanych na gruncie psychologii bądź dziedzin nawiązujących do biologii. Są to jednak definicje na tyle specjalistyczne, że często zawierają terminy wchodzące w skład konkretnych teorii. Definicje te bywają nieadekwatne: za wąskie lub za szerokie. Dobrym przykładem jest tu socjobiologiczna definicja Wilsona, który agresją nazywa każdy fizyczny akt lub groźbę dokonania aktu ograniczającego wolność lub zmniejszającego wartość przystosowawczą innego osobnika<sup>2</sup>. Definicja ta, zawierająca specyficzne pojęcia wolności i wartości przystosowawczej, wydaje się zbyt wąska. Nie obejmuje bowiem chociażby werbalnych zachowań agresywnych, które nie stanowią groźby „dokonania aktu ograniczającego wolność lub zmniejszającego wartość przystosowawczą innego osobnika” Także definicje psychologiczne obciążone są powyższymi wadami. Definicja agresji, rozumianej jako „zachowanie skierowane przeciw żywej istocie z intencją wyrządzenia jej krzywdy lub urazu”<sup>3</sup>, także jest za wąska. Pod pojęcie agresji nie wchodzi zachowania skierowane przeciw przedmiotom nieożywionym (a często agresja przybiera postać takich zachowań, np. demolowanie stadionów) oraz zachowania nieintencjonalne, prowadzące do wyrządzenia szkody (tym samym, jak się wydaje, nie można mówić o agresji wśród zwierząt, gdyż jest dyskusyjne, czy działania zwierząt, szczególnie niższych, są intencjonalne).

Dlatego też warto pokusić się o próbę roboczego zdefiniowania agresji. Agresję będę rozumiał jako napastliwe zachowanie werbalne lub niewerbalne, skierowane przeciwko bytom ożywionym (w tym osobom i grupom osób) bądź nieożywionym, mające wyrządzić szkodę, podporządkować osobę bądź grupę osób, lub zmierzające do wyładowania niezadowolenia, gniewu czy frustracji. Natomiast agresywnością będę nazywał względnie trwałą dyspozycję do zachowań agresywnych. I choć zdaję sobie sprawę z tego, że są to definicje dalekie od doskonałości, to równocześnie sądzę, iż są wystarczające ze względu na cele niniejszej pracy.

Ujęć odwołujących się do wyników biologii jest wiele. W niniejszym tekście chciałbym odnieść się do ujęcia etologicznego, reprezentowanego przez Konrada Lorenza. Koncepcję Lorenza łączę z innymi inspirowanymi biologią

<sup>2</sup> Por. E. O. Wilson (1988), *O naturze ludzkiej*, przeł. B. Szacka, Warszawa, s. 250.

<sup>3</sup> J. Kłodecka-Różalska (2007), Zachowania agresywne w sporcie: dominacja nadziei i optymizmu nad pesymizmem i zwątpieniem. W: Z. Dziubiński [red.], *Sport a agresja*, wyd. cyt., s. 90.

teoriami agresji fundamentalne przekonanie, iż agresywność jest czymś wrodzonym, wykształconym w toku ewolucji, a przez to spełniającym funkcje przystosowawcze<sup>4</sup>.

Lorenz wymienia następujące funkcje przystosowawcze agresji wewnątrzgatunkowej, czyli agresji wobec osobników tego samego gatunku<sup>5</sup>: 1) agresja przyczynia się do równomiernego rozmieszczenia osobników tego samego gatunku na dostępnej przestrzeni życiowej; 2) agresja poprzez walki rywalizacyjne prowadzi do selekcji osobniczej; 3) agresja odgrywa ogromną rolę przy obronie potomstwa; 4) agresja jest podstawą hierarchii osobników wewnątrz gatunku.

Jest wielce interesujące, że Wilson, krytykując Lorenza za określanie jednym terminem „agresja” wielu różnych reakcji organizmu, przypisuje Lorenzowskiemu funkcjom agresji odmienne rodzaje zachowań agresywnych. Wilson uważa, że nie istnieje jeden instynkt agresji (jak uważa Lorenz), lecz tym mianem opisuje się szereg odmiennych reakcji, takich jak: obrona i podbój terytorium, dążenie do dominacji w dobrze zorganizowanych grupach, agresja seksualna, akty wrogości mające zakończyć okres karmienia, agresja wobec zdobyczy, obrona i kontratak skierowany przeciwko drapieżnikom, umoralniająca i dyscyplinująca agresja służąca umocnieniu panujących w społeczeństwie reguł. Każda z tych reakcji ma odmienne ośrodki kontrolne w systemie nerwowym, co dla Wilsona jest warunkiem wystarczającym ich wyróżnienia<sup>6</sup>. Podobieństwo Lorenzowskich funkcji agresji i niektórych Wilsonowskich reakcji agresywnych wskazuje, że u ich podstaw leżą pewne fakty biologiczne, co do występowania których zgodziliby się obaj badacze, choć inaczej by je interpretowali.

Przystąpmy do prezentacji modelu Lorenza, który bardzo trafnie przedstawia Barbara Krahe, dlatego też warto w tym miejscu przytoczyć jej słowa. „Podstawowe założenie modelu (Lorenza) głosi – pisze Krahe<sup>7</sup> – że w organizmie bez przerwy kumuluje się agresywna energia. Czy doprowadzi ona do manifestacji agresywnego zachowania, czy też nie, zależy od dwóch czynników: (a) ilości agresywnej energii nagromadzonej wewnątrz organizmu; (b) siły bodźców zewnętrznych (na przykład widok lub zapach drapieżnika) zdolnych wyzwolić reakcję agresywną. Te dwa czynniki pozostają w relacji odwrotnie proporcjonalnej: im niższy poziom energii, tym silniejszy bodziec jest potrzebny do wywołania reakcji agresywnej i *vice versa*. Jeżeli poziom energii staje się zbyt wysoki, to nawet bez bodźca zewnętrznego dochodzi do jej „przelania się” i następuje reakcja spontaniczna. Lorenz porównuje

<sup>4</sup> Por. tamże, s. 134; K. Lorenz (1996), *Tak zwane zło*, przeł. A. D. Tauszyńska, Warszawa, s. 45.

<sup>5</sup> Por. tamże, ss. 54–73.

<sup>6</sup> Por. E. O. Wilson (1988), *O naturze ludzkiej*, wyd. cyt., s. 137.

ten proces do działania kotła parowego, w którym ciśnienie stale wzrasta do momentu, kiedy albo zostanie ono uwolnione w sposób kontrolowany, albo rozładowuje się w spontanicznej eksplozji” Od razu nasuwa się pytanie, co to za energia, która ma stać u podstaw zachowań agresywnych? Czy można ją mierzyć? Jeżeli tak, to w jaki sposób? Na te pytania Lorenz nie daje satysfakcjonującej odpowiedzi. Pojawia się zatem wątpliwość, czy tej postulowanej energii coś w rzeczywistości odpowiada, czy też jest tylko wytworem spekulacji w żaden sposób nie popartym empirycznie. Oprócz tego zarzut, Krahé formułuje jeszcze zarzut niezgodności z doświadczeniem przewidywań opartych na teorii Lorenza. W myśl teorii Lorenza wydawałoby się, że każde kolejno po sobie następujące zachowanie agresywne będzie się charakteryzowało coraz to mniejszą intensywnością, ponieważ dzięki uwolnieniu ulega zmniejszeniu ilość agresywnej energii skumulowanej w organizmie. Tak jednak nie jest. Często zdarza się, że kolejno następujące po sobie akty agresji nie tylko się nie osłabiają, ale w sposób widoczny się wzmacniają<sup>8</sup>. Potwierdzają to psychologiczne badania, na które powołuje się Krahé<sup>9</sup>

Jednakże zwolennik teorii Lorenza nie musi w obliczu tego zarzutu skapitulować. Może spróbować wyjaśnić to zjawisko przez odwołanie się do innej analogii i na tej podstawie spróbować uzupełnić teorię Lorenza. Ta analogia będzie odnosić się do sposobu rozładowywania agresji. Wyobraźmy sobie tamę, która powstrzymuje spiętrzone wody rzeki. Nagle w tej tamie pojawia się niewielka szczelina, przez którą zaczyna przelewać się woda. Szczelina powiększa się, pojawiają się nowe szczeliny. Po chwili doprowadza to do całkowitego zniszczenia tamy, w efekcie czego spiętrzona woda rozlewa się z całą mocą na tereny chronione przez tamę. Jest to użyteczna analogia, pomocna w wyjaśnieniu na gruncie teorii Lorenza analizowanego zjawiska. Zakłada się istnienie mechanizmów regulujących i kontrolujących agresję. Mechanizmy te mogą być na tyle silne, żeby zahamować najostrzejsze wybuchy agresji. Dlatego też agresja z początku przybiera mniej ostre formy, doprowadzając do stopniowego wyłączenia omawianych mechanizmów, a w konsekwencji do wybuchu niekontrolowanej agresji. Jest też możliwe inne wyjaśnienie na gruncie teorii Lorenza zjawiska wzmacniania się kolejno następujących po sobie aktów agresji. Wystarczy przyjąć, że kolejne akty agresji, choć wiążą się ze zmniejszeniem agresywnej energii, to przyczyniają się do skumulowania jeszcze większej ilości energii w organizmie. Szczególnie widoczne jest to w kontekście „wymiany” agresji między osobnikami. Osobnik A zachowuje się agresywnie względem B, przez co nieznacznie zmniejsza poziom agresywnej energii u siebie, ale znacznie zwiększa poziom energii u B, co powo-

---

<sup>7</sup> B. Krahé (2005), *Agresja*, przeł. B. Suchecki, Gdańsk, s. 33.

<sup>8</sup> Por. tamże, ss. 33–34.

<sup>9</sup> Por. tamże, s. 200.

duje agresywną reakcją B względem A, w której B pozbywa się części agresywnej energii, ale swoim zachowaniem podnosi jej poziom u A, co wywołuje reakcję A, itd. Zresztą nie tylko agresywne reakcje innych mogą wywoływać agresję – często agresję wzmacnia bierna postawa ofiary wobec napastnika czy napastników. Tym samym, możliwa jest sytuacja, w której dany czyn agresywny jednocześnie powoduje rozładowanie części agresywnej energii oraz podniesienie jej poziomu nawet powyżej poziomu pierwotnego, tj. poziomu sprzed dokonania czynu. Widzimy zatem, że drugi zarzut Krahe jest do odparcia. Można bowiem przedstawić w zgodzie z teorią Lorenza dwa – zresztą nie wykluczające się – wyjaśnienia zjawisk, które według Krahe falsyfikują teorię Lorenza. Gorzej jest natomiast w przypadku pierwszego zarzutu. Niemierzalność i nieokreśloność energii związanej z agresją niepokoi. Remedium na to byłoby dookreślenie owej energii, w szczególności wykazanie, że Lorenzowski termin „energia” jest skrótem na oznaczenie szeregu reakcji fizjologicznych organizmu, których zachodzenie i przebieg możliwe są do empirycznego zbadania.

Jak już powiedzieliśmy, Lorenz przyjmuje, iż agresja posiada funkcję adaptacyjną. „Gdy teraz spojrzymy na to wszystko w sposób syntetyczny, pisze Lorenz<sup>10</sup>, agresja wewnątrzgatunkowa nie wyda nam się już tak diabelska, nie będzie już dla nas ową bezwzględnie niszczycielską siłą, nie jest już nawet „tej siły cząstką drobną, co zawsze złego chce i zawsze sprawia dobro” Ukazuje się nam ona zupełnie jednoznacznie jako niezbędny do utrzymania życia i systemu element organizacji wszystkich istot, którego funkcja wprawdzie, jak wszystko na tej ziemi, może ulec wypaczeniu i który może prowadzić do niszczenia życia, ale pomimo to działa dla dobra wielkiej sprawy życia. Według autora *Tak zwanego zła* agresja pełni także rolę kulturotwórczą. Jej istnienie jest warunkiem koniecznym naukowego, technicznego i artystycznego rozwoju ludzkości. „Prawdopodobnie wraz z wyłączeniem popędu agresji z życia ludzkiego – zauważa Lorenz<sup>11</sup> – znikłoby owo *aggre-di* w sensie pierwotnym, najszerszym, to „atakowanie” jakiegoś zadania czy problemu, poczucie własnej godności, bez którego przestałoby istnieć mniej więcej wszystko, co człowiek czyni od rana do wieczora, od codziennego golenia począwszy do najwyższej wysublimowanej twórczości naukowej czy artystycznej, wszystko, co związane jest z ambicją, pięciem się wzwyż i z niezliczonymi równie niezbędnymi sprawami. Bardzo prawdopodobne, że zani-

<sup>10</sup> K. Lorenz (1996), *Tak zwane zło*, wyd. cyt., s. 74.

<sup>11</sup> Tamże, ss. 307–308. Interesującą wizję, mającą wiele wspólnego z cytowanymi poglądami Lorenza, prezentuje Lem w *Powrocie z gwiazd*. Ludzkość zostaje poddana zabiegowi betryzacji, czyli usunięcia zdolności do agresji. Wraz z agresywnością zanika chęć podejmowania ryzyka, walki, uprawiania sportów wyczynowych, a także wypraw do gwiazd, a wiele czynności (np. operacje chirurgiczne w medycynie) muszą wykonywać automaty, gdyż ludzie stają się do nich niezdolni. Por. S. Lem (1975), *Powrót z gwiazd*, Kraków.

kłaby również niezwykle ważna dla człowieka charakterystyczna zdolność, a mianowicie – śmiech!” Z tego względu nie należy dążyć do wyeliminowania agresji, tym bardziej, iż ma ona charakter wrodzony, lecz starać się poddać ją kontroli i skanalizowaniu w społecznie akceptowanych formach jej wyrazu. Jedną z takich form jest bez wątpienia sport.

Sport według Lorenza to wysoce zrytualizowana forma walki, sublimująca agresję w społecznie akceptowane formy i jednocześnie zachowująca pierwotne funkcje agresji. Sport spełnia zadanie wychowania człowieka w kierunku świadomego i odpowiedzialnego opanowywania agresji, a także przyczynia się do wytworzenia więzi między indywidualnymi i zbiorowymi uczestnikami rywalizacji sportowej. Ogromną rolę odgrywa tu zasada *fair play*, utrzymująca się nawet w sytuacjach silnie wyzwających agresję. Zdaniem Lorenza sport jest czymś specyficznie ludzkim, nie dającym się bezpośrednio porównać do zabaw związanych z walką (*fighting pla*) wyższych kręgowców. Różnica bierze się z tego, iż ze sportem nierozdzielnie związana jest rywalizacja, a często także agresywna motywacja, co nie występuje w zabawach zwierząt<sup>12</sup>.

Po krótkiej, krytycznej w szerokim rozumieniu tego słowa, analizie modelu Lorenza, warto zastanowić się, na ile jest on pomocny w zrozumieniu fenomenu agresji, szczególnie w odniesieniu do sportu.

Teoria Lorenza, jak zresztą inne teorie agresji odwołujące się do biologii, podkreśla wrodzony charakter agresji. Pozwala na definitywne zerwanie z Locke’owskim mitem człowieka jako „niezapisanej tablicy” (*tabula rasa*) oraz z Rousseau’owskim mitem „szlachetnego dzikusa”, które stoją na drodze do poznania człowieka, a tym samym do poznania mechanizmów jego agresywności<sup>13</sup>. Badania dowodzą bowiem ponad wszelką wątpliwość, że człowiek – jak zresztą każdy żywy organizm – nie jest czymś, co można dowolnie ukształtować, lecz jest bytem o danych skłonnościach i danych możliwościach rozwoju. I chociaż jest bytem bardzo plastycznym, który może zrealizować się na wiele różnych sposobów, to jednak należy pamiętać, że jego plastyczność posiada wyraźne granice. Zapewnienie Watsona, że jest on w stanie stworzyć z danego człowieka jednostkę o z góry ustalonej charakterystyce, jest wyrazem nierealizowalnego myślenia życzeniowego<sup>14</sup>. Tak samo fałszywe jest

---

<sup>12</sup> Por. K. Lorenz (1996), *Tak zwane zło*, wyd. cyt., s. 309. K. Lorenz (1967), *On Aggression*, przeł. M. Latzke, Londyn, ss. 241–243.

<sup>13</sup> Wagę tego zerwania podkreśla Pinker (oprócz w.w. mitów Pinker zajmuje się jeszcze polemiką z Kartezyjańskim mitem „ducha w maszynie” – to jednak nie wchodzi w zakres interesujących nas rozważań). Por. S. Linker (2005), *Tabula rasa. Spory o naturę ludzką*, przeł. A. Nowak, Gdańsk.

<sup>14</sup> Warto o tym pamiętać, ponieważ zdarza się, że np. przedstawiciele teorii uczenia się podzielają to fałszywe Wilsonowskie przekonanie, w konsekwencji czego nie są w stanie w pełni i adekwatnie ująć takich fenomenów, jak agresja.

traktowanie człowieka jako istoty „z natury” pokojowej i „dobrej” Z jednej strony antropologiczne i etnograficzne badania nad społeczeństwami prymitywnymi, z drugiej biologiczne badania zachowań wyższych ssaków naczelnymi niezbicie dowodzą, że to niekoniecznie cywilizacja odpowiedzialna jest za ludzką agresję i przemoc. Okazuje się, że właśnie Hobbesowska wizja natury ludzkiej jest bliższa rzeczywistości niż wizja Rousseau, choć może być nam to psychologicznie trudno zaakceptować<sup>15</sup>.

Dlatego też pozostaje nam pogodzić się z agresywnością człowieka jako czymś wrodzonym. Zresztą agresja niesłusznie uległa w myśli wielu osób swoistej demonizacji. Zwolennicy podejścia biologicznego przekonują nas, że to nie sama agresywność jest „zła” i niebezpieczna, lecz tylko jej niekontrolowane i społecznie nieakceptowane przejawy. Sama z siebie agresja pełni istotne funkcje adaptacyjne i kulturotwórcze. Jednakże, jak słusznie zauważa Lorenz, jej funkcje mogą ulec wypaczeniu „jak wszystko na tej ziemi”<sup>16</sup>. Z tego też względu tak ważne jest zachowanie kontroli nad agresywnością oraz jej ukierunkowanie i sublimacja w formy społecznie korzystne i akceptowalne. Jedną z wielu metod sublimacji agresji jest sport.

Oczywiście nie należy oczekiwać od sportu, że stanie się maksymalnie skutecznym remedium na wszystkie przejawy agresji. Warto pamiętać o obiekcjach Krahe w stosunku do koncepcji Lorenza: „Zgodnie z powszechnie akceptowanym poglądem tłumienie w sobie agresywnych uczuć prowadzi do problemów z przystosowaniem i pociąga za sobą ryzyko niekontrolowanych wybuchów agresji. Z idei *katharsis*, przyjętej zarówno przez Freuda, jak i Lorenza, wynika, że uwolnienie wrogich uczuć może prowadzić do rozładowania agresywnych impulsów i okresowo zmniejsza prawdopodobieństwo agresywnego zachowania. Bardziej ogólna wersja hipotezy *katharsis* głosi, że każda ekspresja uczuć agresywnych obniża prawdopodobieństwo późniejszej agresji. Jednakże dane empiryczne na temat *katharsis* wykazują, że jest ono nie tylko nieskuteczne z punktu widzenia redukcji agresji, ale i szkodliwe. Kilka badań wskazuje, że wykonanie agresywnego zachowania umownego, na przykład w psychodramie lub w agresywnym sporcie, raczej wzmacnia agresję, niż ją zmniejsza”<sup>17</sup>. Choć przytoczone przez Krahe badania zdają się falsyfikować ogólną wersję hipotezy *katharsis*, to nie rozstrzygają definitywnie o przydatności modelu Lorenza (powyżej starałem się pokazać, jak na gruncie modelu Lorenza możliwe jest wyjaśnienie fenomenu wzmacniania agresji przez dokonywanie czynów agresywnych). W kontekście sportu płynie stąd wnio-

<sup>15</sup> Zainteresowanym tematem mogą polecić książki: S. Linker (2005), *Tabula rasa. Spory o naturę ludzką*, wyd. cyt. oraz M. P. Ghiglieri (2001), *Ciemna strona człowieka*, przeł. A. Tanalska-Dulęba, Warszawa.

<sup>16</sup> Por. K. Lorenz (1996), *Tak zwane zło*, wyd. cyt., s. 74.

<sup>17</sup> B. Krahe (2005), *Agresja*, wyd. cyt., s. 200.

sek, że nie wszystkie działania o charakterze sportowym przyczyniają się do redukcji agresji. Jest to zgodne z potocznymi intuicjami. Dlatego też szczególnie ważne jest regulowanie konkurencji sportowych odpowiednimi przepisami, przeciwdziałającymi szkodliwym i niekontrolowanym przejawom agresji (oraz, oczywiście, zdecydowane egzekwowanie tych regulacji), a także postawa trenerów, którzy powinni koncentrować się na budowaniu dojrzałej osobowości zawodników. W omawianej przez nas perspektywie agresji, dojrzałość zawodnika będzie związana z umiejętnością kontroli poziomu i rodzaju przejawiania własnej agresywności, co powinno zmierzać w stronę zaprzęgnięcia agresywności w działania dozwolone przepisami sportowymi w celu osiągnięcia sukcesu sportowego. Umiejętność właściwego kanalizowania agresji, nabyta w drodze treningu sportowego, jest niezwykle użyteczna w innych dziedzinach ludzkiej aktywności. Należy jednak pamiętać, żeby wykształcać tę umiejętność w taki sposób, aby nie ograniczać możliwości społecznie akceptowego i nieszkodliwego ujścia agresji tylko do działalności sportowej, gdyż grozi to skierowaniem agresji na szkodliwe społecznie tory w momencie braku takiego ujścia (np. gdy sportowiec przerywa trening bądź kończy działalność sportową). Tym bardziej, gdy trener przez dłuższy czas stymuluje u zawodnika wysoki poziom agresji, a zgodnie z modelem Lorenza ta agresywna energia prędzej czy później będzie musiała poszukać jakiegoś rozładowania.