

*Aggressiv adfærd udløser belønninger på kort sigt, som gør det mere sandsynligt, at du bliver aggressiv igen.*

**Belønninger udløst af aggression:**

- Opmærksomhed
- Andre gør, som du vil have
- Det føles godt i kroppen. Det giver dig:
  - Energi
  - Magt
  - Kontrol
  - Fokus
- Seksuel ophidselse
- Mad
- Beundring fra andre