

Eismann, Gunnar / Lammers, Claas-Hinrich

**Therapie-Tools Emotionsregulation
Mit E-book Inside und Arbeitsmaterial**

258 Seiten, €39,95

Beltz Verlag, Weinheim und Basel 2017

ISBN 978-3621285179

Buchbewertung * * * * *

In einem Workshop, den ich in der Uni Köln besuchte, wurde ich mit dem Thema Emotionsregulation und mit den oben genannten Autoren bekannt gemacht. Die Gruppe und der Trainer meines Workshops fragten sich:

Wie lassen sich Emotionen regulieren beziehungsweise wie darf ich mit Eskalationen umgehen oder wie kann ich Eskalationen vorbeugen? Auch kam anfangs die Frage auf: in welchen emotional-sozialen Kompetenzen müssen angehende Lehrpersonen für emotional-soziale Förderung ausgebildet und trainiert werden, um Beziehungskonflikte in der Schule erziehungssicher und logisch zu deeskalieren oder um mit Stresssituationen verschiedener Schweregrade unbeschadet umzugehen. Vor 20 Jahren kam Karl-J. Kluge – dem Workshoptrainer - die Idee, in Ergänzung zu Vorlesung und Seminaren am Lehrstuhl für Erziehungshilfe und sozial-emotionale Entwicklungsförderung in der Universität zu Köln „Interaktive Workshops“ einzurichten, um praktizierenden Lehrpersonen und die interessierten Noch-Studierende in ihre emotional-sozialen Einstellungen einzuführen bzw. zu trainieren. Dieser Workshopleiter unterstützte uns in der Meinung, dass jede Lehrperson in die Eskalationsideen und in Strategien eingeübt werden müssen, um den Unterrichtsauftrag in Schulen zu erfüllen. Förderliche Bildung ist eine Fähigkeit, die man einüben muss. Wenn Lehrpersonen Emotionen regulieren müssen bzw. wollen, wird auch erwartet, dass sie in der Lage sind, den Emotionsaufgebrachten sozial-emotional zu umarmen, ihn sanft auf den Rücken zu klopfen, gemeinsam über einen Joke zu lachen oder ihn in eine Zweiersonnenituation einzuladen, um über die entstandene Eskalation gemeinsam entspannt zu sprechen? Über das intensive Lesen jeden Kapitels des o.g. Buches und über die Versuche, in Mikroübungen das von den Autoren vorgeschlagene Inventar einzubringen, brachten sich die Teilnehmer erst in Ansätzen dann über Monate verteilt zu folgenden Kompetenzen: die Fähigkeit zum sich erprobenden Praxistransfer, zur Auseinandersetzung mit der eigenen Lehrerpersönlichkeit (Selbstreflexionsfähigkeit), dramatische Beziehungen umzugestalten und Konflikte zu bewältigen und dieselben anzuwenden. Diese Fähigkeiten wurden – den Vorstellungen des Lehrstuhls entsprechend - an folgenden Leitbildern umgesetzt: Die anspruchsvolle Ausbildung erfordert von dem Trainer das pädagogische Vorbild für die Studierenden deutlich erkennbar zu sein. Dieses umzusetzen, impliziert ein konsequentes und transparentes Verhalten des Trainers in der Begleitung und unter der Stützung der Studierenden von Beginn bis zum Ende des Workshops über alle Theorie-und Praxisphasen hinweg. Diese Zielvorgaben und erwarteten Einübungen erfuhr und erlebte ich in dem von Karl-J. Kluge ausgeschriebenem, arrangierten und ständig zum Üben angelegten Workshop. Die oben genannte Veröffentlichung diente uns in der wöchentlich stattfindenden dreistündigen Veranstaltung jedes Mal als Basisliteratur bzw. als Wegweiser und zur Überprüfung der von den Teilnehmenden selbst formulierten Trainingsziele. Die vom Beltz Verlag und den Autoren veröffentlichten Materialsammlung vermittelte jedem ein spezifisches Spektrum innovativer und evidenzbasierter Arbeitsmaterialien zur Emotionsregulation an den Übenden und denjenigen, mit denen wir Studierende In

den Zeiten zwischen den Workshops arbeiteten. Die Therapie-Tools lieferten uns sowohl die Werteinterventionen der traditionellen Verhaltenstherapie, kognitionsbasierte Techniken der „Zweiten Welle“ als auch achtsamkeits- und akzeptanzbasierte Konzepte der „Dritten Welle“ der kognitiven Verhaltenstherapie. Alle Teilnehmenden kamen in die Lage, mit Hilfe emotionsbezogener Problem-, Ziel- und Mittelanalyse gezielt jedes Arbeitsmaterial auf die zu lösenden Aufgaben auszuwählen und auf die emotionale Problemlage der Betroffenen zuzugehen.

Für die EG-BIBLIO-KOM

Dr. Werner Schulz (MA)