

- SCHWARTZ, D. (1981). RE-Therapie. So wird man sein eigener Psychologe. Landsberg: mvg.
- (1991). Nicht gleich den Kopf verlieren. Freiburg: Herder.
- (1998). Bibliothek in der Rational-Emotive & Kognitiven Verhaltenstherapie. Zeitschrift für Rational-Emotive & Kognitive Verhaltenstherapie, 9, 49–55.
- (2007). Vernunft und Emotion. Dortmund: Borgmann.
- (2008). Umdenken. Ein rational-emotives Coachingverfahren. In: Buer, F. & Schmidt-Lellek, C. Schwartz, D. (2011). Gefühle verstehen und positiv verändern. Ein Lebenshilfebuch zur Rational-Emotiven Verhaltenstherapie. München: CIP-Medien.
- (2012). Vernunft und Kommunikation. Wie Emotionen unsere Kommunikation beeinflussen. Dortmund: Borgmann.
- SZENTAGOTAI, A., SCHNUR, J., DIGIUSEPPE, R., MACAVEI, B., KALLAY, E. & DAVID, D. (2005). The organization and the nature of IBS: schemas or appraisal? J. of Cog.+Behavioral Psychotherapies (5) 2 139–158.
- WILKEN, B. (2008). Methoden der Kognitiven Umstrukturierung. Stuttgart: Kohlhammer.

Mensch, was bringt der ganze Ärger? Rezension

Franziska V. Schwartz

Stuttgart

Mit »Soziales Lernen in der Sekundarstufe I« ist nun 29 Jahre nach »Rational-emotive Erziehung« (Knaus, 1983) endlich ein zweites auf den Grundlagen der REVT basierendes deutschsprachiges Trainingsprogramm zur Rational-emotiven Erziehung erschienen.

Beginnend mit einer kurzen Diskussion über die Relevanz der Sozialerziehung in der Schule, über eine Einführung in die theoretischen Grundlagen von Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) und Rational Emotive Behavior Education (REBE), sowie der Bedeutung der erwachsenen Bezugspersonen als Modell, beschreiben die Autoren anschließend Ziele, Bestandteile und Rahmenbedingungen des primär für den Einsatz im Schulkontext vorgesehenen Trainings. Dem folgend werden die ausführlichen und zahlreichen als Kopiervorlagen vorhandenen Materialien zur Emotionserkennung und -regulation (am Beispiel Ärger) von den Autoren kommentiert und mit Verhaltensübungen und praktischen Tipps versehen.

Als konkrete Ziele des Trainings werden das Erkennen, das Verstehen und das Regulieren von Gefühlen benannt. Mit dem Erwerb dieser emotionalen und sozialen Grundkompetenzen soll den Kindern und Jugendlichen zudem die Erreichung übergeordneter Ziele ermöglicht werden: Selbstverantwortung für das eigene Denken, Fühlen und Handeln; realistische Selbst- und Fremdeinschätzung; Empathiesteigerung. Die angeführten – und mit knapp 100 Seiten einen Großteil des Manuals ausmachenden – Kopiervorlagen gliedern sich, orientiert an den Zielen, in drei Teile: Nach den Materialien zur Emotionserkennung folgen altersgerecht, ansprechend gestaltete Materialien zur Emotionsregulation: Knapp 50 Arbeitsblätter umfassen die Themen »Wirkungen von Ärger« (dient das

durch das Gefühl hervorgerufene Ärgerverhalten der Zielerreichung?), »Wie entsteht Ärger?« (Einführung B-C-Verbindung und eigene Einflussmöglichkeiten), »Unsere Gedanken und Ärger« (Sollen/Müssen-Forderungen im Gegensatz zu Wünschen) und »Regulation von Gedanken« (hilfreiche und nicht hilfreiche Gedanken unterscheiden und disputieren lernen). Auf weiteren 30 Kopiervorlagen werden vertiefende Übungen, Spiele und Aktivitäten zur Festigung der bisher erlernten Inhalte (u.a. Übungen zum ABC-Modell, das hedonistische Kalkül, Beispielsituationen zum Erkennen der Folgen des eigenen Verhaltens, Übungen Fordern/Wollen/Brauchen und Wünschen), sowie einige Materialien zu speziellen Themen (Respektvoller Umgang miteinander, Provokationen, In und out in Cliques, Neid und Eifersucht) bereitgestellt. Die Materialien bieten sowohl für Lehrkräfte, (Schul-)Psychologen, Pädagogen, Sozialpädagogen, Berater, sowie für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten vielfache Ansatzpunkte und Einsatzmöglichkeiten, sowohl für Einzel- als auch für Gruppensettings. Besonders gut gelungen ist den Autoren hierbei die altersgemäße Herausarbeitung und Verdeutlichung des für die REVT nach Ellis zentralen Unterschieds zwischen dem selbstschädigenden rigiden Forderungsdenken und dem hilfreichen, flexiblen, präferentiellen Denken. Auch liefern die Arbeitsblätter zum Thema »Wirkungen von Ärger« (wo unter anderem auf die Verhaltenskonsequenzen aufmerksam gemacht wird) vor allem in Kombination mit den Beispielsituationen zum Erkennen von Verhaltensfolgen einen guten Ansatzpunkt um mit den jungen Schülerinnen und Schülern das in der REVT maßgebliche Unterscheidungskriterium für gesunde oder ungesunde Gefühle (nämlich ob die durch das Gefühl hervorgerufene Verhaltenskonsequenz zielführend ist oder nicht) herauszuarbeiten und zu verdeutlichen. Es ist sehr erfreulich, dass dem deutschsprachigen Raum mit »Soziales Lernen in der Sekundarstufe I« nunmehr eine umfangreiche und wertvolle Materialsammlung für eine rational-emotive und kognitive Arbeit mit Kindern und Jugendlichen bereitsteht. Es ist zu hoffen, dass weiteres folgen wird, denn

»REBT-oriented preventive school programs, or other programs inspired by and derived from them, have a great future for emotional education.« (ELLIS, 2006, S. 204)

HAEFF, A., STEINS, G. & WILDE, J. (2012)

Soziales Lernen in der Sekundarstufe I – Das Trainingsprogramm mit Unterrichtsmaterialien, Verhaltensübungen und praktischen Tipps – Plus Kopiervorlagen zum »Anger Management« nach Jerry Wilde.

ISBN 978-3-403-06841-9, Donauwörth: Auer-Verlag, 142 Seiten, 24,90 €

Literatur

ELLIS, A. (2006). The nine predictions. *Journal of Rational Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 24, 4, S.201 – 215.

KNAUS, W.J. (1983). *Rational-emotive Erziehung – Ein Leitfaden für Lehrer zur Anwendung im Schulunterricht*. Köln: Edition Nobis.