

Dieses Qualifikationsprofil »Bewegung in der frühen Kindheit« bietet eine fundiert herausgearbeitete Grundlage für alle Lehrenden (wenngleich diese von der Fülle an Literaturempfehlungen erschlagen werden – weniger wäre hier vielleicht mehr), welche ihre Zielgruppe auf ihre erzieherische Aufgabe im Bereich der »Bewegung in früher Kindheit« vorbereiten möchten. Orientiert an dem aktuellen Diskussionsstand eines Kompetenzmodells lässt es sich nutzen als Maßstab und als Richtziel für die Fragestellung: Was müssen fertig ausgebildete ErzieherInnen wissen und können, um in den hier be-

schriebenen Arbeitsfeldern kompetent und erfolgreich tätig zu werden.

Lehrkräfte an Fachschulen werden bei der begrenzten Unterrichtszeit, die für diesen Ausbildungsbereich zur Verfügung steht, allerdings an ihre Grenzen stoßen. Und dabei fehlt bei diesem Qualifikationsprofil ein zentraler Aspekt für die kindliche Entwicklung: die Bedeutung des Spiels. Ja, im Text scheint das Spiel immer wieder durch, allerdings wird ihm nicht die Bedeutung zugemessen, welche ihm für die kindliche Entwicklung zugeschrieben werden kann. Kinder im Vorschulalter erschließen sich die Welt nicht primär über Bewegung, sondern über das

Spiel mit anderen Kindern und das ist dann kein »spielerisches Tun«, sondern eine aktive und weltaneignende Tätigkeit. Und für ErzieherInnen gilt der wichtige Merksatz von Winnicott: Wenn Kinder nicht spielen können, dann sind sie ernsthaft krank und es ist die Aufgabe der Erwachsenen, ihnen wieder Spiel zu ermöglichen und wenn ErzieherInnen nicht spielen können, dann sind sie für den Beruf ungeeignet. Dazu müsste wohl noch ein weiteres QP erstellt werden.

*Dr. Richard Hammer*

DOI 10.2378 / motorik2016.art28d

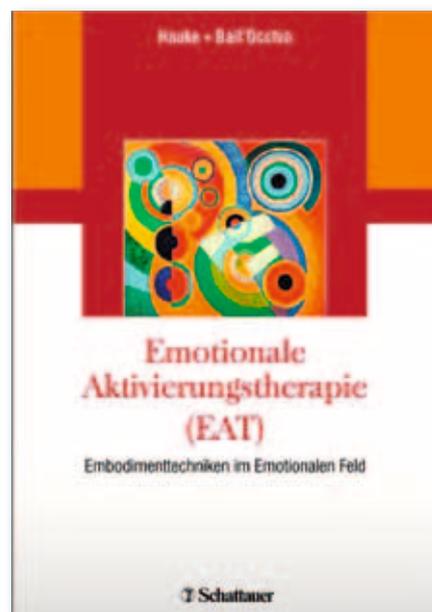
### Gernot Hauke / Mirta Dall' Occhio: Emotionale Aktivierungstherapie (EAT): Embodimenttechniken im Emotionalen Feld. Schattauer Verlag, Stuttgart, 2015, 168 Seiten, 26 Abbildungen, 20 Tabellen, € 29,99 (D)

Emotionale Aktivierungstherapie (EAT) als psychotherapeutische Arbeitsweise ermöglicht mithilfe des Körpers, Emotionen bewusst wahrzunehmen, zu benennen und zu unterscheiden. Sie kann emotionale Ressourcen erkennbar und nutzbar machen und damit die Homöostase des psychophysischen Wohlergehens wiederherstellen, erhalten und fördern. Besonders Menschen mit hohen Stressbelastungen und psychischen Erkrankungen finden auf somatischem Lernweg Zugang zu ihren Gefühlen und Handlungsreaktionen und lernen dabei, eigene Körperbotschaften kognitiv zu verstehen und sprachlich zu äußern. Sie lernen auch, Gefühle zu akzeptieren und wieder zuzulassen, die sie sich innerhalb ihrer persönlichen emotionalen Überlebensstrategie verboten haben. Sie bauen Vertrauen in ihr Bauchgefühl auf, das schneller als der Verstand einzuschätzen vermag, was gut oder schlecht für sie ist.

Noch bevor das Bewusstsein eine Emotion erkennt, bewerten und verba-

lisieren kann, ist im Körper bereits ein neurobiochemischer Prozess in Gang, der erste physische Reaktionen auslöst und diese mit Veränderung der Körperhaltung, Bewegung, Mimik, Gestik, Stimme und Atmung ausdrückt. An diesen vorsprachlich verkörperten (embodied) Emotions- und Reaktionsketten setzt die EAT an und aktiviert mit spezifischen Embodiment-Übungen Emotionen und Reaktionen, anhand derer Patienten eine Steuerbarkeit ihrer Gefühle erfahren und den kognitiv-behavioralen Umgang erlernen können.

Die Autoren sind Diplom-Psychologen und erfahrene Psychotherapeuten. Sie präsentieren in ihrem Buch Grundlagen und therapeutisches Verfahren einer neuen Form intensiver Arbeit mit Emotionen, die auf Erkenntnisse der modernen Achtsamkeits- und Embodimentforschung sowie auf die traditionelle Emotionspsychologie gestützt sind. Von Anfang bis Ende sind ihre Darstellungen sehr praxisbezogen und damit ohne größere fachkundige Voraussetzungen leicht verständ-



lich. Das erste Kapitel führt unter dem Titel »Der Verstand folgt den Gefühlen« in die Konzeption der EAT ein und verschafft anhand eines konkreten Fallbeispiels einen Überblick über die Philosophie und Praxis der EAT. Für die Arbeit im »Emotionalen Feld« werden im nächsten Kapitel emotionspsychologische Grundlagen in Bezug auf die Beziehung zwischen Emotion und Ratio

beschrieben. Es folgt die Methodik der Embodimenttechniken mit Anleitungen, wie durch bewusstes Einstellen der Körperhaltung, Gestik, Mimik und Atmung Emotionen hergestellt werden. Die so körperlich aktivierten Gefühle sind bildlich dargestellt.

Im vierten und fünften Kapitel geben die Autoren Handlungsanleitungen zur achtsamen Entwicklung eines dem jeweiligen Patienten entsprechenden emotionalen Felds, sodass in diesem an und mit den aktivierten Gefühlen zielführend gearbeitet werden kann. Der Weg von der Exposition bis

zur Selbstregulation der Gefühle kann für die Patienten sehr anstrengend sein und zu psychophysischen Über- oder Unterreaktionen führen.

Daher beschreibt das sechste Kapitel vor neurobiologischem Hintergrund therapeutische Einflussmöglichkeiten auf neurale Regulationssysteme. Im Folgekapitel können die embodimentorientierte Anwendung und die Wirkfaktoren der EAT anhand verschiedener Indikationen nochmals nachvollzogen werden. Abschließend zeigt das achte Kapitel Möglichkeiten, EAT in Gruppen anzubieten.

Dieses wissenschaftlich fundierte Buch ist ein didaktisch sehr sorgfältig aufbereitetes Therapie-Manual und bietet auch für die psychomotorische und motopädische Körperarbeit wertvolle methodische Anregungen. Es kann ebenso von der Bewegungs- und Entspannungspädagogik bei präventiven Praktiken der Stressverarbeitung, zum Beispiel im Setting Betriebliche Gesundheitsförderung, sinnvoll genutzt werden.

Cornelia M. Kopelsky

DOI 10.2378 / motorik2016.art29d

## Kurz vorgestellt

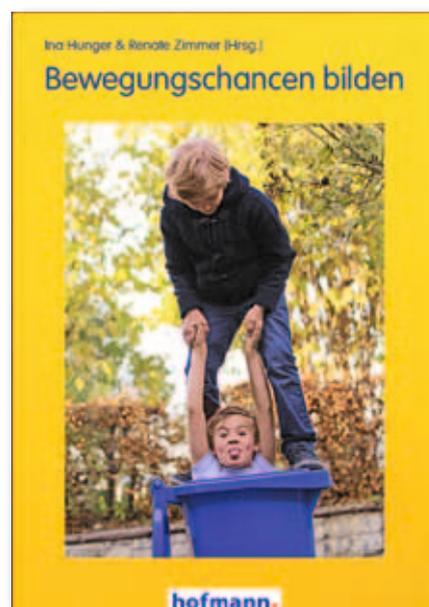
**Ina Hunger, Renate Zimmer (Hrsg.): Bewegungschancen bilden. Hofmann Verlag, Schorndorf, 2015, 400 Seiten, € 26,00 (D), E-book € 20,90 (D)**

Bewegung birgt vielfältige Chancen für Kinder, für ihre Gesundheit, aber auch für ihre Bildung und Entwicklung. Kindern muss man diese Bewegungs- und damit Bildungschancen aber auch ermöglichen. Nicht jedes Kind hat aufgrund seiner individuellen Lebenssituation, seinen körperlichen oder psychosozialen Voraussetzungen die Chance, selbsttätig Bewegungsaktivitäten nachzugehen. Nicht jedes Kind darf aufgrund der sie erziehenden Personen die Chance ergreifen, aktiv seine

Umwelt zu erkunden und dabei sich selbst und seine Fähigkeiten zu erproben.

Auf die Bildungschancen durch Bewegung und gleichsam auf die unterschiedlichen sozialen Startchancen aufmerksam zu machen, war eines der Hauptziele des 9. Osnabrücker Kongresses »Bewegte Kindheit« in 2015. Dieser Band versammelt die Kongressbeiträge.

(Verlagstext)



### Vorschau auf die nächsten Hefte

- Motologie und Körperpsychotherapie im Vergleich
- Bewegung in Sozialen Kompetenztrainings
- Wirksamkeit motorischer Fördermaßnahmen im Kindergarten