



Mit einer Übung aller Seminar Teilnehmer förderte Anti-Gewalt-Trainer Torsten Rheinschmitt die gruppendynamischen Prozesse im Seminarhaus NRW in Dahlebrück. • Fotos: Öthlinghaus



Torsten Rheinschmitt war als „Special Act“ am Samstag zum Thema Aggressionsprobleme in Dahlebrück zu Gast. Er ist unter anderem Lehrer an einer Brennpunkt-Hauptschule.

Probleme mit Aggressionen im Mittelpunkt

Anti-Gewalt-Trainer Torsten Rheinschmitt zu Gast im Seminarhaus NRW / Teilnehmer auch aus Norddeutschland / Selbstwertgefühl steigern

Von Björn Öthlinghaus

DAHLERBRÜCK • Eigentlich war für Samstag als „Special Act“ im Seminarhaus NRW in Dahlebrück Ulrich Krämer als Coach vorgesehen, doch der Referent musste kurzfristig absagen. Die Inhaber des Seminarhauses, Rainer Biesinger und Bärbel Römer, schafften es dennoch, schnell adäquaten Ersatz zu beschaffen: Torsten Rheinschmitt.

Der Kölner Torsten Rheinschmitt ist eigentlich Pädagoge, aber inzwischen auch als Anti-Gewalt-Trainer und Coach aktiv. Als Lehrer einer Brennpunkt-Hauptschule, in der sogar Security eingesetzt werden muss, rüchete er nicht in seine Funktion als Anti-Gewalt-Trainer hinein und arbeitet inzwischen

nicht nur mit Schülern und anderen jungen Menschen mit Aggressionsproblemen, sondern auch mit Erwachsenen zusammen.

Das vierstündige Seminar, zu dem zahlreiche Teilnehmer auch aus Norddeutschland angereist waren, gestaltete sich nicht als reiner Vortrag – vielmehr waren vor allem die Teilnehmer aufgefordert, aktiv zu werden, Übungen durchzuführen und Konflikte nachzustellen, um sich ganz bewusst darüber klar zu werden, wie diese entstehen können und wann das eigene Potenzial zur Aggression geweckt wird.

Dass sich das Seminarangebot nicht nur an bestimmte Personengruppen richtete, wurde durch die lustig gemischte Zusammensetzung

der Teilnehmer deutlich: Polizist, Buchhändler, Künstlerin, Garten- und Landschaftsgenieuerin und Tagesmutter stellten nur einige Berufe dar. „In jedem von uns steckt ein Potenzial für Aggression, was grundsätzlich nicht negativ ist“, betonte Rheinschmitt. „Es ist nur wichtig, die Aggressionen zu kanalisieren, sie in die richtigen Bahnen zu lenken.“

Unter anderem bildeten die Teilnehmer Gruppen, in denen jeder jeweils einmal die Rolle des Angreifers, des Verteidigers und des Schiedsrichters einnehmen musste. Danach berichteten die Teilnehmer über spielerischen Kampfsituation, in welcher Rolle sie sich am besten wiederfinden. Auf diese Weise konnten Erkenntnisse über das eige-

ne, individuelle Verhalten in Konfliktsituationen gewonnen werden.

Auch über die Denkwiese und Psyche vieler aggressiver Gewalttäter lernten die Seminarteilnehmer etwas. „Viele aggressive Menschen haben sich einen Status aufgebaut“, erklärte Rheinschmitt. „Sie gleichen Defizite durch Aggression gegenüber anderen aus und steigern damit ihr Selbstwertgefühl.“ Diesen Menschen kann, so der Referent, durch ein „Blamierungstraining“ geholfen werden, also, indem sie dazu animiert werden, aus eigenem Antrieb im ersten Moment vollkommen alberne oder absurde Dinge zu tun, die jedoch dazu führen können, über sich selbst zu lachen. „Das misst viele aggressive Men-

schen erst wieder lernen“, stellt Rheinschmitt klar: Eine weitere Übung – alle Seminarteilnehmer mussten sich auf eine Platte stellen und versuchen, diese gemeinsam umzudrehen, ohne dass auch nur einer die Platte verlässt – förderte schließlich für die Teilnehmer gruppendynamische Prozesse im Bezug auf Aggressionen zutage und zeigte, wer welche Rolle in einer auf so engem Raum zusammengepackten Menschenansammlung bei der Bewältigung einer komplexen Aufgabe übernimmt.

Als Nächstes wird ins Seminarhaus am 26. Mai ab 13 Uhr Kristin Wirtz, von You Coaching zum Thema „Hochsensibilität – Die besondere Gabe der feinfühligsten Menschen“ referieren.



Nicht nur Vorträge, sondern auch Übungen vor allem in Kleingruppen waren in dem Seminar enthalten.