

Eine maladaptive Emotionsregulation kann zu einer Vielzahl an psychischen Störungen führen, da Emotionen und deren Regulation Einfluss auf die psychische Gesundheit nehmen. Die Emotionsregulation schließt alle Prozesse ein, die zur Herstellung, Aufrechterhaltung und Modellierung von Emotionen benötigt werden. Kinder lernen im Vorschulalter ihre eigenen Emotionen zur Selbstregulation zu nutzen, indem sie motivdienliche Handlungen eigenständig ausüben. Durch die interpersonale Regulation der Bezugspersonen können Kinder ein differenziertes Emotionsrepertoire entwickeln. Diese Arbeit beleuchtet die Hauptbegriffe und den Forschungsstand zum Thema der Emotionsregulation. Das erarbeitete Treatment *Geschichte mit anschließender angeleiteter Reflexion* wird in seiner Wirksamkeit überprüft. Die Erhebung erfolgte durch eine qualitative Verhaltensbeobachtung mit erarbeitetem Auswertungsraster nach Mayring et al. (2005). Die Stichprobe setzt sich aus dreizehn Kindern im Alter von vier und fünf Jahren aus drei Kindertageseinrichtungen im Raum Konstanz zusammen. Die Tendenz zeigt, dass das *Treatment* wirksam ist und die Kinder mit Hilfe der Reflexion ihre Emotionen kurzfristig regulieren können. Weiterhin konnte eine Generierung einer Typologie der untersuchten Kinder erarbeitet werden (Aktive Bereitschaft, Angepasst, Schüchtern, Aktiv „negativ“). Mit Hilfe dieser Tendenz zur Wirksamkeit und den Erkenntnissen kann das *Treatment* weiter differenziert ausgearbeitet werden, um in einer Folgeuntersuchung die Wirksamkeit der Reflexion im Hinblick auf die Emotionsregulation zu überprüfen. Eine weitere Bestätigung der Wirksamkeit wäre für Präventions- und Interventionsprogramme nützlich, um die Emotionsregulation der Kinder in diesem Alter zu fördern.

*Schlüsselwörter:* Emotion, Regulation, spielerische Negativerlebnisse, Vorschulalter, kindliche Emotionsregulation, Selbstregulation und Reflexion

