

# Professionelle Haltung in gestaltorientierten, kontaktzentrierten Circusprojekten

## Teil II: Haltungsrelevante Aspekte des Kontaktprozesses

Marcus Kohne

### 1. Die Bedeutung des Kontaktprozesses für die Gestalttherapie

Im zweiten Teil dieses Beitrags möchte ich den Kontaktprozess vordergründig als Phasenmodell zur Kontaktaufnahme in der Interaktion der Beteiligten während eines gestaltorientierten Circusprojekts beschreiben, wie er in der Gestalliteratur vielfach dargestellt wurde (vgl. Perls, Hefferline & Goodman 1992, 9 ff.; Polster 1997, 163 ff.; Dreitzel 1998, 40 ff.; Gremmler-Fuhr 2001a, 358 ff.). Dabei werden die einzelnen Phasen differenziert dargestellt, um deren circensisch-gestaltorientierten Haltungsaspekte herauszuarbeiten. Zuerst werde ich jedoch die Bedeutung des Kontaktprozesses und des Kontaktes in der Gestalttherapie beschreiben, um so eine bessere Einordnung der einzelnen Phasen zu ermöglichen.

Zentraler Aspekt, „Ausgangspunkt und bleibender Hintergrund aller gestalttherapeutischer Arbeit ist eine Theorie des Kontaktprozesses, die das Austauschverhältnis zwischen menschlichem Organismus und seiner Umwelt beschreibt“ (Dreitzel 1998, 40). Das Modell des Kontaktprozesses oder auch Kontaktzyklus (vgl. Gremmler-Fuhr 2001a, 360 ff.) wird in der Gestalttherapie als Konstrukt gesehen, anhand dessen eine idealtypische Phasenfolge der Kon-

taktaufnahme eines Individuums mit seiner Umwelt in einem natürlich empfundenen Grundrhythmus (vgl. ebd.) dargestellt wird, „...: dem allmählichen Herausheben einer Figur gegenüber einem Hintergrund bei gleichzeitiger Ausdifferenzierung von Organismus und Umwelt-Feld folgt die Annäherung an die Figur und der Austausch oder die Vereinigung mit der Figur; dann schließt sich die Ablösung in einer Verarbeitungs- und Rückzugsphase an“ (ebd.). Oder wie Dreitzel beschreibt: „Den Vorgang, durch den der Organismus Neues aus der Umwelt in sich aufnimmt, nennen wir hier den *Kontaktprozess*. Der Kontaktprozess umfasst die Wahrnehmung des Neuen in der Umwelt, die Unterscheidung zwischen Assimilierbarem und Nicht-Assimilierbarem, die Bewegung zum assimilierbaren Neuen hin sowie die Einverleibung des Neuen und seine Assimilation“ (Dreitzel 1998, 41f.).

In allen Beschreibungen wird der Kontaktprozess in vier Stadien eingeteilt: Vorkontakt, Kontaktaufnahme, Vollkontakt oder Kontaktvollzug und Nachkontakt (vgl. Perls, Hefferline & Goodman 1992; Dreitzel 1998; Gremmler-Fuhr 2001a), wobei die Kontaktaufnahme sich jeweils in Orientierung und Umgestaltung unterteilt. Die „...vier Stadien des Kontaktprozesses bauen systematisch aufeinander auf, sind, phänomenologisch gesprochen, ineinander fundiert. Das bedeutet praktisch, dass kein Stadium ohne Schaden für das nächstfolgende übersprungen werden kann; ...“ (Dreitzel 1998, 51). Das heißt, dass die Gestalttherapie das Kontaktprozessmodell dazu benutzt, Kontaktunterbrechungen im Kontaktprozess festzustellen und daran zu arbeiten, dass die Unterbrechungen nicht mehr stattfinden. Dabei können mehrere Kontaktprozesse gleichzeitig ablaufen, sich überlagern und einander bedingen



Das Schminken und Maskieren: der Artist im Vorkontakt seines Auftrittsprozesses.

(vgl. Kohne 2005, 149; Dreitzel 2014, 65f.). Laut Gremmler-Fuhr ist das Kontakt(prozess)modell ein umfassender Ansatz, denn „er berücksichtigt sowohl innerpersönliche Prozesse als auch die Prozesse, die zwischen dem Organismus und der Umwelt geschehen – sowohl die aktuellen als auch die historisch bedingten Prozesse, und zwar in einer ganzheitlichen und selbstreflexiven Weise. Dabei erlaubt es das Kontaktmodell, die subjektiven Erlebnisse und Bedeutungsfindungen einerseits mit intersubjektiven Übereinkünften und andererseits mit objektiven Erkenntnissen aus einer Außenperspektive zu verbinden“ (Gremmler-Fuhr 2001a, 359).

Deswegen halte ich das Kontaktprozessmodell für bestens geeignet, um die einzelnen Kontaktphasen eines gestaltorientierten Circusprojekts darzulegen und um zu beschreiben, wie der wechselseitige Kontakt mit den beteiligten Artisten und Betreuern aussehen kann.

## 2. Die Bedeutung des Kontaktbegriffes für die Gestalttherapie

„Kontakt ist jede Art von lebendiger Wechselbeziehung im Organismus-Umweltfeld, bei der eine Kontaktgrenze zwischen Organismus und Umweltfeld entsteht, über die ein Austausch stattfindet“ (ebd., 360), oder wie Polster schreibt: „Kontakt ist das Herzblut der Entwicklung, das Mittel, sich selbst und seine Erfahrung der Welt zu verändern“ (Polster 1997, 103). Deswegen sehe ich den Kontakt bzw. die Art und Weise, wie Kontakt aufgenommen wird, als *das* zentrale Element der gestaltorientierten Circusarbeit. Denn es ist meines Erachtens für die Zentrierung, das Wachstum, die Erlangung verschiedener Kompetenzen und die circensische Reife der Artisten entscheidend, wie in gestaltorientierten Circusprojekten mit ihnen Kontakt aufgenommen wird bzw. wie sie nach diesem



Jeder Kontakt hat seine Grenze und bietet den Artisten ein Spannungsfeld zwischen Berührung und Abgrenzung.

Modell mit anderen innerhalb eines Circusprojekts in Kontakt treten. Somit verändert sich die Erfahrung der Beteiligten, denn „Veränderung ist ein unvermeidliches Resultat des Kontakts, denn die Aufnahme des Assimilierbaren oder das Zurückweisen des Nichtassimilierbaren wird unausweichlich zu einer Veränderung führen“ (ebd.).

Diese Kontakt-Erfahrung ist jedoch nur an der Kontaktgrenze möglich. „Alle wirkliche *Erfahrung* vollzieht sich an der Kontaktgrenze und berührt den menschlichen Organismus als Ganzes. Ihr Gewinn ist Wachstum und Reife, eine Erneuerung des Lebens und ein Mehr an Kompetenz“ (Dreitzel 1998, 47). Mit dem Begriff der Kontaktgrenze ist einerseits ein wechselseitiger Prozess gemeint „... in dem sich Organismus (z. B. des Artisten; Anm. d. Verf.) und Umweltfeld (z. B. einer Artistengruppe innerhalb des Circusprojekts; Anm. d. Verf.) gegenseitig immer wieder erzeugen und differenzieren, und dabei entsteht eine dynamische Grenze“ (Gremmler-Fuhr 2001a, 365). Andererseits beinhaltet der Begriff auch die „... Abgrenzung als auch Berührung des Organismus zu bzw. mit dem Umweltfeld“ (ebd., 366).

Die Kontaktgrenze stellt in einem gestaltorientierten Circusprojekt den Ort oder die Funktion dar, an dem oder an der Berührung oder Abgrenzung zu den Artisten oder Betreuern stattfindet. Sie ist ein hochsensibles Feld, in dem eine ganze Person versucht, mit ihrem Gegenüber im Kontext des Circusprojekts in Kontakt zu treten und ihn entweder berührt oder sich von ihm abgrenzt. Kontakt ist nicht passiv, sondern aktiv. Er ist kein Zustand, sondern eine Tätigkeit (vgl. Perls 2005, 109). Dabei folgt die Kontaktaufnahme immer den Prinzipien und den einzelnen Phasen des Kontaktprozesses, wie ich sie nachfolgend im Zusammenhang mit der Haltung in gestaltorientierten Circusprojekten beschreiben werde.

## 3. Haltungsrelevante Aspekte des Kontaktprozesses in gestaltorientierten Circusprojekten

Während eines gestaltorientierten Circusprojekts treten eine Vielzahl der oben genannten Austausch- bzw. Kontaktprozesse auf, denen ich einen hohen Haltungswert beimesse. Für die Entwicklung und das Wachstum

des Gegenübers ist meines Erachtens nicht die Anzahl der Kontaktprozesse oder der Kontakte wichtig, sondern die Qualität der Kontaktprozesse bzw. Kontakte. Zwar habe ich den Kontaktprozess in der gestalterorientierten Circusarbeit schon in verschiedenen Bezügen dargestellt (vgl. Kohne 2005, 149f.; 2009, 190 ff.; 2011, 226 ff.; 2014, 96f.), jedoch nie ausführlich beschrieben, welche haltungsrelevanten Aspekte während der einzelnen Kontaktphasen in den Vordergrund treten. Damit ich dies anschaulicher darstellen kann, übernehme ich das oben beschriebene zyklische Kontaktprozessmodell und erweitere dies um eine Kontaktaufnahmephase:

- Vorkontakt
- Kontaktaufnahme I (Orientierung)
- Kontaktaufnahme II (Umgestaltung)
- Vollkontakt
- Nachkontakt

Die im ersten Teil des Beitrags für die Haltung in gestalterorientierten Circusprojekten beschriebenen Prinzipien der Gestalttherapie bzw. der gestalterorientierten Circusprojekte wie Hier und Jetzt, Pole und Mitte, Achtsamkeit und Gewahrsein, Autonomie und Verantwortung sowie Präsenz und Prägnanz werde ich jeweils in Beziehung zu den einzelnen Phasen bringen. Diese Prinzipien sind in allen Phasen des Kontaktprozesses gegenwärtig, durchdringen und bedingen den Prozess und stehen auch in wechselseitiger Beziehung zueinander.

Die zeitliche Fixierung der einzelnen Kontaktphasen ergibt sich aus den jeweiligen Projektarten. Bei einem befristeten Circusprojekt (z. B. eine Woche) umfasst ein Kontaktprozess z. B. einen ganzen Trainingstag, eine Trainingseinheit, eine Besprechung oder einen Einzelkontakt mit einem Artisten.

Der Vorkontakt kann einen ganzen ersten Trainingstag umfassen, den Beginn einer Besprechung mit einer Artistengruppe oder den Beginn eines

Einzelkontaktes mit einem Artisten, da sich Kontaktprozesse oftmals in größeren bzw. umfassenderen Kontaktprozessen wiederfinden können (vgl. Dreitzel 2014, 65f.). Bei einem zeitlich unbefristeten Circusprojekt kann sich ein Kontaktprozess über einige Monate (z. B. von Auftritt zu Auftritt) oder einige Wochen (z. B. von Training zu Training) erstrecken. Das gleiche gilt auch für die einzelnen Kontaktphasen, die unabhängig von der zeitlichen Ausdehnung existieren und ablaufen.



Die Ich-Du-Beziehung ist elementarer Bestandteil gestalterorientierter Circusprojekte.

Für die nachfolgend beschriebenen Prozesse sind die Ich-Du-Beziehung und das daraus hervorgehende dialogische Prinzip nach Buber (vgl. 2002) elementar. Die Dialogbeziehung bzw. der Dialogprozess in der gestalterorientierten Circusarbeit sind grundlegende Bestandteile des circuspädagogischen Handelns in gestalterorientierten Circusprojekten (vgl. Kohne 2011, 229 ff.).

### 3.1 Vorkontakt: Struktur und Grenzen

Zu Beginn eines Circusprojekts stehen zwei Haltungs-Aspekte im Vor-

dergrund: Struktur und Grenzen. Zum Einen ist es wichtig, durch eine eindeutige Struktur den Artisten Halt und Orientierung zu geben. Zum Anderen geschieht dies auch durch klare Grenzen, durch das Zulassen und Gewährenlassen ebenso wie durch Abgrenzung.

Eine klare, nachvollziehbare Struktur, sei es durch das Erklären der Projektwoche, das gemeinsame Erarbeiten der Trainingsziele, das Festlegen des Trainings- und Besprechungsterrains und die Bekanntgabe des Auftrittszeitpunkts (falls gegeben), ermöglicht dem Artisten eine rudimentäre Einordnung seiner Fähig- und Fertigkeiten, eine räumliche und zeitliche Einordnung sowie einen ersten Zusammenhang als Ganzheit. Das gibt den Artisten eine erste soziale Sicherheit, mit der sie in den Vorkontakt treten. Sie werden gesehen, beachtet, geachtet und ernst genommen.

Dabei wird zwischen funktionaler und personaler Beziehung unterschieden. Die funktionale Beziehung beinhaltet eine „...notwendige Asymmetrie in der Beziehung...“, aus der sich „...eine Hierarchie ergibt“ (Gremmler-Fuhr 2001b, 412), die sich aus den Funktionen der Artisten, der Betreuer und der Leitung innerhalb eines Circusprojekts ergibt. In dieser Phase sind die normativen Vorgaben (vgl. Gremmler-Fuhr 2001c, 553f.; Kohne 2014, 98) am stärksten ausgeprägt, da sie die Struktur bringen, die meines Erachtens benötigt wird, damit die Artisten sicher trainieren können. „Die personelle Beziehung dagegen gründet auf dem Respekt für die Einzigartigkeit und Andersartigkeit des anderen, die (...) eine Begegnung auf gleicher Ebene ermöglicht...“ (Gremmler-Fuhr 2001b, 412). Das heißt, es gibt ein stetiges Spannungsfeld aus funktionaler Beziehung mit normativen Vorgaben und personaler Beziehung mit empathischen Reaktionen. Dabei muss und kann beides vereint werden: Verantwortungsvoll Macht haben und professionelle Verantwortung wahrnehmen (vgl. ebd., 413), denn: „Ein



In der Vorkontaktphase treffen die Ich-Grenzen von Artisten und Betreuern aufeinander. Der damit verbundene Erfahrungsaustausch führt zu einer Horzionterweiterung aller Beteiligten.

dialogisches Beziehungsverständnis läßt es jedoch zu, daß wir uns sowohl als *professionelle* Menschen in den Prozeß (...) einlassen können als auch als *professionelle Menschen*“ (ebd.).

In der Vorkontaktphase beginnt auch die Arbeit mit Grenzen. Es ist ein dauerndes Wechselspiel von Berührung und Abgrenzung, von Zu- und Gewährenlassen und Einschreiten, von Bestätigung und Korrektur, von Ausdehnen und Einschränken. Dabei treffen die Ich-Grenzen der Artisten auf die Ich-Grenzen der im Projekt Beteiligten (z. B. Leiter und Betreuer). Die Ich-Grenzen eines Artisten z. B. sind „... durch seine sämtlichen Lebenserfahrungen und seine (...) Fähigkeiten bestimmt, neue und intensivere Erfahrungen zu assimilieren. (...) Sie besteht aus einer ganzen Reihe von Kontaktgrenzen und definiert Handlungen, Ideen, Menschen, Werte, Situationen, Vorstellungen, Erinnerungen ...“ (Polster 1997, 110). Neben den artistischen Prozessen finden somit ständig Kontakt-Prozesse an den Ich-Grenzen aller Beteiligten statt, deren Vorstellungen, Wünsche und Ideen aus verschiedenen Lebenserfahrungen und den bisherigen Kontaktprozessen definiert werden.

Während dieser Prozesse gibt das intentionale Dialogverständnis Ori-

entierung; es besagt, dass nicht „... zwischen professioneller Rolle und `Mensch-Sein`...“ (Gremmler-Fuhr 2001b, 413) entschieden werden muss, sondern dass es „... um eine professionelle Identität (geht; Anm. d. Verf.) (...) die beides integriert“ (ebd.). „Intentionaler Dialog entspricht der Seinsqualität des existentiellen Grundes. (...) Dies entspricht der Haltung, bei der wir uns selbst gegenüber vollkommen ehrlich sein können und die es uns erlaubt, in jeder Situation nach neuen Formen des Verstehens und Handelns zu suchen. Diese Seinsqualität ist von der *Absicht* getragen, miteinander in Kontakt zu treten und dialogische Beziehung zu gestalten“ (ebd., f.).

Von Beginn an ist es mein Anliegen, in Kontakt mit meinem Gegenüber oder der gesamten Gruppe zu treten. In dieser Phase sind die im ersten Teil des Artikels beschriebenen Prinzipien *Aufmerksamkeit* und *Gewahrsein* am deutlichsten im Vordergrund. Mit dem *In-Kontakt-Treten* beginnt der wechselseitige Prozess des gegenseitigen *Ernst-Nehmens* verbunden mit einer tiefen Ehrlichkeit. Vor diesem persönlichen Hintergrund setze ich Grenzen, oder hebe sie auf, grenze ich mich ab oder berühre den anderen (wobei eine Abgrenzung das Gegenüber auch

berühren kann) und versuche in jeder Situation nach neuen Formen des Verstehens und Handelns zu suchen, um den Beteiligten dadurch ihren Weg zur Kontaktaufnahme durch die Setzung von Struktur und Einhaltung von Grenzen vor dem Hintergrund des intentionalen Dialogs zu erleichtern.

### 3.2 Kontaktaufnahme I (Orientierung): Klarheit und Gestalt

Die zweite Kontaktphase ist durch Klarheit und Gestalt(-Bildung) gekennzeichnet. Diese sind elementare Bestandteile des Kontaktprozesses in gestaltorientierten Circusprojekten und treten hauptsächlich durch die Gestaltprinzipien *Prägnanz* und *Präsenz* hervor.

„Der Kontakt, das heißt die Arbeit, die in Assimilation und Wachstum ihr Ergebnis hat, erschafft sich eine anregende Figur (Vorkontakt; Anm. d. Verf.) auf dem Hintergrund des Organismus/ Umwelt-Feldes. Diese Figur (oder: Gestalt) der bewußten Wahrnehmung ist klar und lebendig, ob als Vorstellung, Bild oder als Einsicht; motorisch ist sie die anmutige und kraftvolle Bewegung mit Rhythmus, ...“ (Perls, Hefferline & Goodman 1992, 13). Die Gestalt ist jedoch nicht immer von Beginn an klar, lebendig, motorisch anmutig und kraftvoll. Zu Beginn ist sie meist gar nicht zu erkennen, oftmals chaotisch, unklar, undeutlich und versteckt. Damit wird nicht nur die oftmals unsichere Kontaktaufnahme des Artisten nach dem Vorkontakt beschrieben, sondern auch die Ergebnisse der ersten Kontaktaufnahme mit einem Requisit oder die Kontaktaufnahme mit einer akrobatischen Übung ohne vorherige theoretische und praktische Auseinandersetzung.

Ziel ist es, durch Klarheit und Eindeutigkeit, verbunden mit der jeweiligen Gefühlsqualität (z. B. Neugier, Spannung, Enttäuschung, Hoffnung) auf der körperlichen, seelischen oder geistigen Ebene, die Gestalt deutlich



Der Betreuer gibt dem Artisten Orientierung bei der Kontaktaufnahme mit der zu bewältigenden Aufgabe.

herauszubilden und prägnant werden zu lassen. Dies geschieht durch die Grenzbildung in der Orientierungsphase der Kontaktaufnahme, denn „die Grenze ist gleichzeitig ein Ort der Berührung und Trennung. Sie ist die Zone der Erregung, des Interesses, der Besorgtheit, der Neugier, oder der Furcht und Feindseligkeit – der Ort, wo vormals nicht wahrgenommenes oder undeutliches Erleben in den Vordergrund tritt als prägnante Gestalt. Die frei-fließende Gestaltbildung ist identisch mit dem Wachstumsprozeß, der schöpferischen Entwicklung von Person und Beziehung“ (Perls 2005, 109f.). Die Aufgabe besteht einerseits darin, durch Klarheit und Prägnanz die Struktur und die Grenzziehung des Vorkontakts aufrecht zu erhalten und andererseits die Artisten und Betreuer an ihren jeweiligen Kontakt-Grenzen entlang zu führen und mit einer intentionalen Grundhaltung, die auf dem dialogischen Verständnis beruht, in die Phase der Orientierung zu begleiten. Dies kann durch aktives Mittrainieren und aktive Hilfestellungen oder durch Ansagen oder Feedback geschehen.

Durch circensische, pädagogische, motorische oder soziale Interaktionen treten die Beteiligten in Kontakt, so dass die Grenzen des anderen wirk-

sam bleiben: „Wirksame Grenzen sind durchlässig und gestatten Transaktionen zwischen dem Organismus und der Umwelt. (...) Eine funktionsfähige Grenze erfordert einerseits Durchlässigkeit (...) und andererseits Undurchlässigkeit, damit Autonomie aufrecht erhalten werden kann ...“ (Yontef 2003, 31). An jeder wirksamen Grenze findet somit die Bildung einer Gestalt statt, indem, der Prägnanztendenz folgend, die sinnlichen Eindrücke in prägnanten Gestalten auf einem davon abgesetzten Hintergrund deutlich werden. Der Gestaltbildungsprozess ist somit interessengeleitet, und je deutlicher sich eine Gestalt abhebt, desto kraftvoller kann die Umgestaltung angegangen werden (vgl. Boeckh 2006, 18 ff.). Dreitzel formuliert es wie folgt: „Gestaltbildung und Gestalterfahrung bedingen einander, und je voller, leuchtender und sinnlicher die Gestalt sich ausbildet, desto befriedigender wird der Kontaktprozess ausfallen“ (Dreitzel 1998, 53).

### 3.3 Kontaktaufnahme II (Umgestaltung): Sinnlichkeit und Reflexion

Am Ende der Gestaltbildung steht die Umgestaltung, die mit der sinnlichen und kognitiven Orientierung „... Hand in Hand mit motorischer Hinwendung und zupackender Gestaltung“ (ebd., 50) geht. In diesem Stadium des Kontaktprozesses nehmen die Intensität sowie die innere und äußere Sinnlichkeit zu und erreichen bald ihren Höhepunkt. Ich begegne dieser Phase im Stadium der Orientierung vordergründig mit meiner reflexiven Sinnlichkeit und daraus folgend in der Umgestaltung mit meinem reflexiven Bewusstsein.

„*Reflexive Sinnlichkeit* meint ein bewusstes Erleben im Handeln, ein Gewahrsein dessen, was an der Kontaktgrenze vor sich geht,... (...) Reflexive Sinnlichkeit ist also die Weise, wie sich das Selbst selbst erlebt; sie

ist die Erfahrung, in einer Situation ganz präsent ‚voll da‘ zu sein“ (ebd., 72). In diesem Stadium ist darauf zu achten, dass sich die Artisten im Hier und Jetzt befinden, dass sie ebenfalls ‚voll da‘ sind und sie jedes Mal wieder in der Gegenwart zentriert werden, sobald sie sich körperlich, emotional und geistig aus dem Kontakt entfernen. Es entsteht somit eine Intensität, die durch die Zentrierung im Hier und Jetzt, die Zentrierung im Kontakt und in der realen Gegebenheit eines gestaltungsorientierten Circusprojekts (z. B. das Training oder die Inszenierung einer Circusnummer) erzeugt wird. „Diese Mobilisierung der sensomotorischen Aufmerksamkeit stellt sich ein, wenn sich der Kontaktprozess auf das gegenwärtig vorherrschende Bedürfnis des Organismus stützt und von ihm belebt wird und wenn dieser sich handelnd orientiert an realen Gegebenheiten der Situation...“ (ebd.). Zentrales Anliegen in einem gestaltungsorientierten Circusprojekt ist somit, die sinnliche Wahrnehmung der Akteure zu erwecken, denn: „Je sinnlicher ein Kontaktprozess *erlebt* wird, desto eher wird er zu einer sättigenden Erfahrung“ (ebd., 73).

Bei der Umgestaltung, bei der die Energie danach drängt, in Handlung umgesetzt zu werden und der noch abgegrenzte Organismus meist durch motorische Aktionen danach strebt, sich mit der Umwelt zu befassen (vgl. Gremmler-Fuhr 2001a, 363), wird das reflexive Bewusstsein in der Form aktiviert, dass die Aktion absichtsvoller und zielgerichteter wird und somit ein Nachdenken über die Handlungen eintritt. „Auch das volle Gewahrsein des Kontaktprozesses mit seiner sinnlichen Aufmerksamkeit und Zuwendung gegenüber dem Neuen entbindet nicht von jenem Zögern, Innehalten und gedanklichen Hin- und Herwenden, das letztlich in unserem reflexiven Leibverständnis gründet“ (Dreitzel 1998, 73). Somit wird aus dem sinnlichen ein reflexives Bewusstsein und Erleben, das sich in konzentrier-

ten Trainingsphasen, Besprechungen und Auseinandersetzungen im Feld eines Circusprojekts ereignet.

Zu den Struktursetzungen, den Grenzziehungen, der Klarheit der Gestaltbildungen, der reflexiven Sinnlichkeit kommt nun das reflexive Bewusstsein als weiterer Aspekt der Haltung in der gestaltorientierten Circusarbeit hinzu. Sie umfasst neben der Planung, Abschätzung und Überlegung den Austausch von Informationen, das gemeinsame Nachdenken und Gestalten, den Austausch von Erfahrungen, den Gebrauch unserer Sinne und der Motorik sowie das Nachdenken und -spüren über die richtige Strategie in einem schwierigen Kontaktfeld (vgl. ebd., f.). In einem gestaltorientierten Circusprojekt kann sich dies z. B. im gemeinsamen Planen eines Aufbaus einer Circusnummer, dem strategisch günstigsten Aufbau einer akrobatischen Figur oder im Nachdenken der richtigen Präsentationsform zeigen. Diese oben beschriebenen Prozesse, bei denen die Haltungsprinzipien des *Hier und Jetzt* in den Vordergrund rücken, gehen eine Symbiose mit den im ersten Beitrag beschriebenen haltungsrelevanten Prinzipien der Gestalttherapie ein, aus denen heraus die Beteiligten zum Kontaktvollzug geführt werden.

### 3.4 Vollkontakt: Energie und Zentrierung

Der Vollkontakt oder Kontaktvollzug ist die Phase des Kontaktprozesses „... wo die energetische Aufladung am stärksten ist ...“ (Dreitzel 2014, 64), hier „... sind alle Ziele und Absichten (soweit das im jeweiligen Kontaktprozess möglich ist) erreicht ...“ (ebd.). Es ist der Punkt, wo Wahrnehmung, Gefühl und Motorik zusammenwirken, die Grenzen des Organismus gegenüber dem anderen verschwimmen, das Selbst ganz in der Gestalt des Erlebens aufgeht und der Organismus eins mit dem Objekt seines Bedürfnis-

ses wird (vgl. Dreitzel 1998, 50). Der Vollkontakt ist der Punkt im Prozess eines gestaltorientierten Circusprojekts, an dem die Artisten eins mit dem Requisit werden, wo alles spielerisch und absichtslos erscheint, mit einer starken Energie gehandelt und mit einer inneren wie äußeren Zentrierung dargeboten wird. Diese Momente können während der Hochphase eines Trainings oder während eines Auftritts beobachtet werden, wenn die Artisten mit allen Sinnen, konzentriert, energetisch, wachsam, sozial eingebunden und innerpsychisch zentriert in einem Circusprojekt agieren.

Während des Vollkontakts wird einerseits Energie freigesetzt und andererseits die freigesetzte Energie auf das Objekt des Bedürfnisses zentriert. Dadurch, dass die Artisten in reflexiver Sinnlichkeit und in ihrem reflexiven Bewusstsein während eines gestaltorientierten Circusprojekts geschult wurden, durch die Klarheit der Gestalt und durch das Setzen von Grenzen innerhalb der gegebenen Struktur, wissen sie um diese Zentrierung und

um die vorhandene Energie. Die Aufgabe in dieser Phase besteht zum großen Teil darin, neben der Organisation des Trainings bzw. des Auftritts, die Artisten und Betreuer innerhalb des jeweiligen Projekts durch eine weitreichende, möglichst alles umfassende Vorbereitung, eine tiefe seelische, mentale und körperliche Konzentration und die Übertragung des Zustandes durch Sprache, Gestik und Mimik zu zentrieren.

Dabei dienen die in diesem Beitrag dargelegten haltungsrelevanten Aspekte des Kontaktprozesses und die Wirkfaktoren der gestaltorientierten Circusarbeit (Beziehung, Bewusstheit, Selbstwert, Kreativität und Integration (vgl. Kohne 2005, 2009, 2011, 2014) als Leitbild des Handelns, Denkens und Fühlens. In der Phase des Kontaktvollzugs kommen auch alle im ersten Beitrag beschriebenen haltungsrelevanten Prinzipien der Gestalttherapie gleichermaßen voll zum Tragen: das Wirken im Hier und Jetzt, das Wahrnehmen der Pole und der Mitte, die Wahrung von Achtsamkeit und Gewahrsein, die Einhaltung von Autonomie und Verantwortung sowie das Arbeiten mit Präsenz und Prägnanz.

Am Ende des Vollkontaktes, der die Vollendung des Kontaktprozesses darstellt und als „... ein Zustand gesunder Konfluenz von Organismus und Umwelt ...“ (Dreitzel 1998, 50) gesehen wird, geht es „... nur noch darum, die Sättigung, die Erfüllung, wahrzunehmen und zu genießen, sich am Erreichten zu freuen ...“ (Dreitzel 2014, 64). Hier kommt den Wirkfaktoren der gestaltorientierten Circusarbeit eine besondere Rolle zu. Denn die Beteiligten wissen um diese Faktoren, da sie diese immer wieder im intentionalen Dialog



Artisten in Vollkontakt – sie sind eins mit dem Requisit, hoch konzentriert, voller Energie und sozial eingebunden in die Gruppe.

in den Besprechungen und Feedbacks mitbekommen und im Umgang während eines Circusprojekts gespürt und erlebt haben: Sie wissen um ihre Beziehungsfähigkeit innerhalb ihrer Artistengruppe, sie wissen um ihr großes artistisches Können, sie wissen um ihren Wert für dieses Projekt, sie wissen um ihr kreatives Potential und sie wissen (teilweise unbewusst, aber oft auch bewusst), dass dies alles auf körperlicher, emotionaler und mentaler Ebene in ihnen verankert und integriert ist. So gehen sie nach Abschluss des Vollkontakts in den Nachkontakt als sättigende Erfahrung und Bestätigung.



Das Bewusstsein der eigenen Selbstwirksamkeit und Stolz auf das Erreichte vollenden den Kontaktprozess.

### 3.5 Nachkontakt: Sättigung und Bestätigung

Über den Vorkontakt, die Orientierungs- und Umgestaltungsphase und den abgeschlossenen Vollkontakt folgt bei einem gelungenen Kontaktprozess die Phase des Nachkontakts. Während eines gestaltorientierten Circusprojekts findet der Nachkontakt z. B. als eine Abschlussbesprechung am Ende eines Trainings statt, als gemeinsames Verbeugen einer Circusgruppe am Ende einer Circusnummer oder als Finale am Ende einer Circusshow. „Es ist auch die Phase der Trennung und



Das Finale am Ende einer Circusdarbietung – ein bedeutsamer Zeitraum zum Nachspüren, Nachwirken lassen und Abschied nehmen.

des Abschiednehmens vom Kontakt-erlebnis; ...“ (Gremmler-Fuhr 2001a, 362). Vor dem Hintergrund eines Circusprojekts kann dies für den Artisten der Abschied von der Circusnummer, von der jeweiligen Artistengruppe, vom Requisit oder von der gesamten Projektgruppe sein.

Die letzte Phase ist im Hinblick auf die Integration und Nachhaltigkeit von elementarer Bedeutung für die Beteiligten, denn: „Die letzte Phase des Kontaktprozesses hat die Bedeutung, das Erfahrene und Erreichte zu sichern, die Befriedigung nachhaltig wirken zu lassen und sich darüber zu verständigen, was denn und wie denn dieser Kontaktprozess gewesen ist. Dazu ist es nötig, noch ein wenig im Hier-und-Jetzt des Kontaktprozesses zu verweilen und inne zu halten. Nach-Spüren, Nach-Schmecken, Nach-Fühlen, und auch Nach-Denken sind jetzt angebracht“ (Dreitzel 2014, 65). Damit steht das Prinzip *Verantwortung* und *Autonomie* aus dem ersten Teil des Artikels im Nachkontakt im Vordergrund: Die Gruppe für ihre erbrachten Leistungen zu bestätigen, der Gruppe die Sicherheit zu geben, etwas Einmaliges (z. B. einen Circus-

auftritt) geschaffen zu haben und die Sättigung, die sie dabei erfahren haben, wertzuschätzen. Es liegt aber auch in der Autonomie der Verantwortlichen, was der jeweiligen Gruppe in der jeweiligen Situation zurückgemeldet wird. Denn nur dadurch kann der Einzelne oder die Gruppe die Aktion oder sich Selbst ein- und wertschätzen, kann der Kontaktprozess zu einem guten Ende geführt werden.

Der Nachkontakt besteht laut Dreitzel aus drei Teilen: Dem Einsinken-Lassen, dem Nachspüren und dem Bestätigen (vgl. Dreitzel 1998, 93). Dies dient der Assimilation des Neuen und der Nicht-Assimilation des Unbrauchbaren und vollzieht sich erst nach dem Kontaktprozess vollständig (vgl. ebd., f.). Dabei versuche ich von meiner Erfahrung und Wahrnehmung ausgehend das Erlebte, *was da ist*, in Worten, Mimik und Gestik, wertschätzend, gefühlvoll, berührt, bestimmt und prägnant wiederzugeben, um so das Erlebte für die Beteiligten nochmals gegenwärtig zu machen und so die Nachhaltigkeit eines gestaltorientierten Circusprojekts zu fundamentieren. Denn: „Alles Vergangene lebt nur so lange und inso-

weit fort, als es für die Gegenwart von Bedeutung ist“ (ebd., 102).

#### 4. Zur professionellen Haltung in gestalterorientierten, kontaktzentrierten Circusprojekten

Meinem Verständnis nach reicht das Vergangene der Erfahrungen eines gestalterorientierten Circusprojekts über die Gegenwart bis weit in die Zukunft der Beteiligten hinein. Dabei spielt der Kontakt eine tragende Rolle. Es ist die Art und Weise, wie der Kontakt an der jeweiligen Kontaktgrenze zwischen dem Organismus und der Umwelt vollzogen wird. Für das Gelingen eines gestalterorientierten Circusprojekts sind nicht nur die Faktoren einer professionellen (circus-)pädagogische Haltung, wie z. B. Authentizität, Selbst- und Handlungskompetenz, innere Stabilität, situationsübergreifende Nachhaltigkeit und Kohärenz, eine besondere Werteorientierung, pädagogische, soziale und kommunikative Grundüberzeugungen und Zielvorstellungen sowie das Beachten von Möglichkeiten, Bedürfnissen und Fähigkeiten der beteiligten Personen, elementar, sondern auch das Wahrnehmen und Einbringen für die Haltung in gestalterorientierten Circusprojekten relevante Prinzipien der Gestalttherapie: Hier und Jetzt, Pole und Mitte, Achtsamkeit und Gewahrsein, Autonomie und Verantwortung und Präsenz und Prägnanz (vgl. Kohne 2016). Ebenso bedeutend sind die in diesem Beitrag beschriebenen haltungsrelevanten Faktoren des Kontaktprozesses sowie das Wissen um die Wirkfaktoren. Eine professionelle (circus-)pädagogische Haltung in gestalterorientierten Circusprojekten entspringt genau aus deren Mitte. Sie zeigt sich in der Art bzw. Qualität des Kontakts an der jeweiligen Kontaktgrenze und den daraus resultierenden Gefühlen und Eigenschaften: Sie ist erfahrbar, fühlbar, freundlich, wahrnehmbar, sie ist direkt, konfrontativ, energiegelich, intensiv, sie ist wertschätzend,

beachtend, freudig, lebendig, sie ist ganzheitlich, authentisch, umfassend, kraftvoll, sie ist lustvoll, einnehmend, abgrenzend, humorvoll. Und der Kontakt ist dabei immer zentraler Faktor des Fühlens, Denkens und Handelns. Der Kontakt ist das Zentrum, die Art der Begegnung.

„Für mich ist es wichtig, keine therapeutische (circuspädagogische; Anm. d. Verf.) Rolle zu spielen, sondern den Klienten (Artisten, Betreuern; Anm. d. Verf.) so zu begegnen, wie ich im Augenblick bin: mich mit meinem Hintergrund, mit allem, was mir an Erfahrung, Wissen und Geschick zur Verfügung steht, in der gegebenen Situation in den Dienst des Dialogs, der Begegnung zu stellen“ (Perls 2005, 179). In diesem Satz sind viele weitere wichtige Faktoren einer professionellen Haltung in gestalterorientierten Circusprojekten enthalten: Ehrlichkeit, Begegnung, Ernsthaftigkeit, Gegenwärtigkeit, Persönlichkeit, Reflexionsfähigkeit, Erfahrung, Wissen, Geschick, Professionalität. Jedoch nur in Verbindung mit einer dauernden, immerwährenden inneren wie äußeren Zentrierung. Das Finden des Zentrums in jedem Augenblick der Projekt- bzw. der Kontaktphasen lässt den Kontakt erstrahlen und die Ganzheit entstehen. Es finden während eines Kontaktprozesses in gestalterorientierten Circusprojekten ständig Zentrierungsprozesse statt, wie z. B. die Zentrierung im Hier und Jetzt, die Zentrierung auf die jeweilige Gestalt, die Zentrierung im Kontakt, die Zentrierung in der Verantwortung, die Zentrierung in der Autonomie, die Zentrierung im Gewahrsein, die Zentrierung in der Konzentration. Deshalb sehe ich neben der Art und Weise des Kontaktnehmens und -ausführens auch die Zentrierungsprozesse während des Kontaktprozesses eines gestalterorientierten Circusprojekts als weiteren elementaren Haltungsaspekt.

Somit findet eine Erweiterung des Begriffes eines gestalterorientierten Cir-

cusprojekts in den eines gestalterorientierten, kontaktzentrierten Circusprojekts statt, da sich in der vielfältigen Art und Weise der Kontakt- und Zentrierungsdurchdrungenheit aller Beteiligten während eines Projekts der Unterschied zu herkömmlichen Circusprojekten manifestiert. Es ist die Art und Weise, in einem gestalterorientierten, kontaktzentrierten Circusprojekt zu agieren. Mit seiner ganzen Person: mit seiner ganzen Fachlichkeit, Kontakt- und Zentrierungsfähigkeit und seiner in unermesslich vielen circensisch geprägten Kontaktprozessen reflektierten und gereiften Persönlichkeit. Dies gilt für alle Beteiligten.

**Fotos Training:** Jörg Oelkers

**Fotos Auftritt:** Simone Staron, Staronwerk Bruchsal

Das Literaturverzeichnis steht im Internet unter [www.verlag-modernes-lernen.de/literatur](http://www.verlag-modernes-lernen.de/literatur) zum Download zur Verfügung.

#### Der Autor:



**Marcus Kohne**

Dipl.-Sozialpädagoge, Circuspädagoge, Gestalttherapeut, Theaterpädagoge, Performance-Coach  
 Centrum Mikado  
 Weinheimer Str. 6  
 69488 Birkenau  
[marcus.kohne@centrum-mikado.de](mailto:marcus.kohne@centrum-mikado.de)  
[www.centrum-mikado.de](http://www.centrum-mikado.de)

#### Stichwörter:

- Haltung
- Kontakt
- Circus
- Gestalttherapie