

# Sich selbst als wertvoll erleben – Selbstwert in der gestaltorientierten Circusarbeit

Marcus Kohne

„Für die Zirkuskinder ist das eine so umfassende Rundum-Erfahrung, was Selbstwert, Mut, Überwindung, Durchhalten, Weitergehen, Bestätigung, Können, Wertschätzung, Lernen und Leben angeht.“<sup>1</sup>

Die Rückmeldung einer Rektorin fasst das in Worte, was ich als dritten Wirkfaktor in der gestaltorientierten Circusarbeit bezeichne und was während bzw. am Ende eines Circusprojekts bei den Artisten sicht- und spürbar wird: der Selbstwert. Nur: Was ist der Selbstwert, woraus entwickelt er sich und wie wirkt er?

Im nachfolgenden Artikel gehe ich diesen Fragen nach, um in der gegenwärtigen circuspädagogischen Diskussion eine präzise Verankerung des Selbstwerts zwischen den inzwischen inflationär verwendeten Begrifflichkeiten wie z. B. „Selbstbewusstsein“, „Selbstvertrauen“, „Selbstsicherheit“ oder „Selbstachtung“ zu erzielen. Als Grundlage dazu fungiert der Gestaltansatz in der Circusarbeit mit Kindern und Jugendlichen und dessen Wirkfaktoren, die bereits in verschiedenen Beiträgen und Bezügen dargestellt wurden (vgl. Kohne 2005, 2009, 2011, 2012). Unter den Prinzipien der gestaltorientierten Circusarbeit werden hierbei der Prozess des Vordergrund-Hintergrund-Erlebens, der Kontaktprozess, die Ganzheit und die Wirkfaktoren im Vordergrund stehen.

Ausgehend von den beiden ersten Wirkfaktoren der gestaltorientierten Circusarbeit – *Beziehung* und *Bewusstheit* – werde ich die Ableitung

des Begriffes *Selbstwert* aus der Theorie der Gestalttherapie begründen, indem ich der gestalttherapeutischen Definition des *Selbst* nachgehe und den Bezug zur praktischen Circusarbeit herstelle. Dabei werde ich im Speziellen auf das *relationale, personale und transpersonale Selbst* eingehen, um zu den werteorientierten Dimensionen in der Gestalttherapie zu gelangen. Sie umfassen die *normativen, polaren und transpersonalen* sowie die *prozess- und zielorientierten Werte*. Die dabei gewonnenen Erkenntnisse werde ich den Werteparadigmen der praxisorientierten Arbeit gegenüberstellen. Daraus leite ich den *Selbstwert* in der gestaltorientierten Circusarbeit ab, um ein differenzierteres Bild der Selbstwert-Diskussion in circuspädagogischen Kontexten zu entwerfen.

Zuvor jedoch möchte ich auf das Wesen des Selbstwerts eingehen, um den Weg des Selbstwerts, den die Artisten während eines gestaltorientierten Circusprojekts erfahren und erweitern, zu beschreiben. Dies geschieht aus der Perspektive von Beobachtungen und Erfahrungen aus meiner praktischen circuspädagogischen Arbeit, der theoretischen Auseinandersetzung und ständigen Reflexion in Form von Supervision und Teambesprechungen in mehr als 220 einwöchigen Circusprojekten an Schulen, in Gemeinden und Vereinen und aus meiner langjährigen

Erfahrung als Leiter eines Kinder- und Jugendcircus.

## 1. Der Weg zum Selbstwert: Beziehung und Bewusstheit

In zwei vorangegangenen Artikeln in der *Praxis der Psychomotorik* bin ich jeweils ausführlich auf die beiden Wirkfaktoren der gestaltorientierten Circusarbeit *Beziehung* (vgl. Kohne 2011) und *Bewusstheit* (vgl. Kohne 2009) eingegangen. Der Weg der Beziehung (dem ersten Wirkfaktor der gestaltorientierten Circusarbeit) führt über den Kontaktprozess, die Orientierung und Umgestaltung, den Kontakt, die Kontaktfunktionen, die Widerstände, die „Ich-Du“-Beziehung zur Dialogbeziehung des Artisten mit der Ganzheit des Circusprojekts. Daraus ergibt sich ein Dialogprozess, der in der Beziehung mündet. Der Weg des zweiten Wirkfaktors, der Bewusstheit, führt vom Interesse des Artisten über die Aufmerksamkeit und Awareness zur Konzentration und Präsenz und mündet schließlich in der Ausweitung von Bewusstheit des Artisten und der Verankerung innerhalb des Projekts als Person im Hier und Jetzt.

Diese Voraussetzungen sind für die Bedeutung des Selbstwerts elementar. Der Artist ist mit dem Zu- und Gewährenlassen des Kontaktprozesses, der Art und Weise des Kontakts, des Getragenseins in der dialogischen Beziehung und dem ständigen Befinden in einem Dialogprozess mit allen Beteiligten des Projekts (den Artisten, den Betreuern,

<sup>1</sup> Rückmeldung einer Grundschulrektorin nach einem gestaltorientierten Circusprojekt

dem Leiter, den Requisiten und schließlich sich selbst) während des Trainings und des Auftritts im Projekt im Hier und Jetzt verankert. Andererseits gestaltet er diese Beziehungsarbeit mit einem Höchstmaß an Aufmerksamkeit, Konzentration, Präsenz und Bewusstheit und nimmt somit seinen Wert während eines Circusprojekts sehr bewusst wahr. Das heißt, der Artist erfährt den eigenen Wert in der Auseinandersetzung als Person mit sich selbst und der Umwelt oder wie es Waibel formuliert: „Beim Selbstwert handelt es sich (...) um ein Erleben einer positiven Grundeinstellung, bei der sich der Mensch als wertvoll erlebt. Es ist ein erlernbares Gefühl für den eigenen Wert“ (Waibel 2002, 135) in der Auseinandersetzung mit der Ganzheit des Circusprojekts. Erlernbar und erfahrbar dahingehend, dass die oben beschriebenen Prinzipien gestaltorientierter Circusarbeit die Grundlage des circuspädagogischen Handelns sind. Waibel weiter: „Der Selbstwert entwickelt sich nicht aus sich selbst heraus, sondern aus der Auseinandersetzung mit der Umwelt, die zur Einordnung des eigenen Wertes führt“ (Waibel ebd., 136).



Abb. 1 und 2: Während eines Circusprojekts zeigen sich Kinder häufig anders als gewohnt – z. B. in sich gekehrt oder besonders konzentriert.

In meiner Wahrnehmung „wachsen“ die Artisten im Laufe eines Circusprojekts. Ihre Beziehung zu sich und zu Anderen sowie die Bewusstheit ihrer Situation innerhalb des Projekts hat sich im Lauf der Projektzeit entwickelt, ihr Verhalten ist ein anderes geworden (oft bekomme ich als Rückmeldung von Lehrern, dass sie die Kinder selten so innig (Abb. 1), konzentriert (Abb. 2), hilfsbereit und rücksichtsvoll, aber auch so zielorientiert erlebt haben); ihr Können (nicht nur das circensische, sondern auch das sozial-emotionale) hat sich vergrößert und erweitert. „Integrität, Ehrlichkeit, Verantwortlichkeit, Mitgefühl, Liebe und Kompetenz – alle diese Eigenschaften zeigen sich auf natürliche Weise bei Menschen, deren Selbstwert stark ist“ (Satir 1990, 42).

Die Artisten können den Wert auch in der Circusgruppe überprüfen und somit die Wirkung ihres Wertes erfahren. „Der Selbstwert umfasst also einerseits den Grundwert des Menschen, in dem er erlebt, wertvoll zu sein, auch für andere, und andererseits seine existenzielle Fähigkeit, an der Welt zu wachsen und reicher zu werden, indem er Wertvolles erfährt und Wertvolles umsetzt. Er erlebt, dass es gut ist zu sein, und daß er aufgrund seines Wirkens in die Welt Positives bewirken kann“ (Waibel 2002, 162). Diese Aussage halte ich für elementar. Damit ist meines Erachtens gesagt, dass der Selbstwert ein passives und ein aktives Element besitzt, durch das die Artisten ihren Selbstwert durch bewusste und beziehungsreiche Sinn- und Lebenserfüllung regulieren können. Denn der Selbstwert stellt die Weichen für „(...) Sinnfindung und Lebenseinstellung des Menschen, das Ausmaß seiner Selbstbehauptung und sein Sozialverhalten“ (Köck 2008, 456).

Selbstwert ist für mich der umfassendste Begriff, der am gehaltvollsten das ausdrückt, worum es in meiner Arbeit geht: den Wert des eigenen

Selbst bewusst zu erfahren, zu spüren, zu genießen und zu erweitern. Der Begriff des Selbstwerts hat für mich u.a. eine qualitative Größe und Tiefe und drückt aus, dass Selbstwert auch *Wertschätzung* beinhaltet, die für mich wesentlicher Bestandteil des dialogischen Prozesses ist und somit eines der Grundprinzipien der gestaltorientierten Circusarbeit darstellt (vgl. Kohne 2011).

Es ist jedoch ein genauere Blick auf das Selbst und auf die Werte-Ziel-Diskussion aus gestalttherapeutischer Sicht notwendig, um die oben beschriebenen Prozesse besser verstehen und den Begriff des Selbstwerts in der gestaltorientierten Circusarbeit genauer definieren zu können.

## 2. Das Selbst in der gestaltorientierten Circusarbeit

Auf der pädagogischen Ebene der Circuspädagogik ist das Wort „Selbst“ allgegenwärtig. Sei es als Selbst-Bewusstsein, Selbst-Vertrauen, Selbst-Sicherheit oder Selbst-Konzept. Dabei ist das Selbst aus gestalttherapeutischer Sicht ein sehr schwer zu greifendes Phänomen, da es zum einen „(...) kein starres, von aktuellen Situationen unabhängiges ‚Ich‘, (...)“ (Doubrawa/Blankertz 2010, 68) gibt und zum anderen es nicht durch Rückzug auf sich selbst gefunden und beschrieben wird (vgl. ebd.).

Ich sehe das Selbst vielmehr als „(...) das Bewusstsein von dem Kontakt zwischen einem Organismus und dessen Umwelt“ (ebd.) im Organismus/Umwelt-Feld, wobei in der gestalttherapeutischen Diskussion der Organismus u.a. „(...), als ein lebendes System, zu dem spirituelle, kognitive, emotionale und körperliche Funktionen gehören, die sich ständig in Wechselwirkung miteinander befinden und niemals isoliert auftreten“ (Dreitzel, 1999, 42) und das Umwelt/Feld als der Raum, in welchem sich der Organismus bewegt bzw. in dem Raum, in dem gehandelt wird (vgl. Doubrawa/Blankertz 2010,

65), bezeichnet werden. Das Selbst ist jedoch noch viel differenzierter zu sehen, gerade was den circensischen Prozess in einem gestalterorientierten Circusprojekt betrifft.

## 2.1 Die Verortung des Selbst in der Gestalttherapie

Seit Perls 1951 in „Gestalt-Therapie – Lebensfreude und Persönlichkeitsentfaltung“ das Selbst umrissen hat (vgl. Perls 1992, 165ff.) gab es weitere Ausdifferenzierungen in der gestalttherapeutischen Diskussion, die bis heute anhält. Perls war damals schon der Meinung, dass das Selbst sich als das „(...) komplexe System der zur Anpassung in einem schwierigen Felde nötigen Kontakte (...)“ (Perls 1992, 167) definiert. Als Kontakte nennt er z. B. „(...), Angreifen, Kämpfen, Kommunizieren, Wahrnehmen, Lernen, Fortbewegung, Technik und, allgemein, jede Funktion, die in erster Linie als ein Geschehen an der Grenze im Organismus/Umwelt-Feld zu verstehen ist“ (ebd.). Weiter: „Man kann das Selbst nicht als die Grenze des Organismus betrachten, aber die Grenze ist ihrerseits nicht isoliert von der Umwelt; sie vermittelt den Kontakt zur Umwelt und gehört beidem an, dem Organismus wie der Umwelt. Kontakt ist Berühren, das *etwas* berührt. Das Selbst ist nicht als Institution mit festem Standort zu denken; es existiert, wo und wann immer eine Grenzinteraktion tatsächlich stattfindet“ (ebd.).

Mit diesen Sätzen hat Perls das Selbst weitgehend definiert und den Kontaktprozess eingeführt, den er in vier Phasen aufteilte und in Vorkontakt, Kontaktaufnahme, Kontaktvollzug und Nachkontakt beschrieb (vgl. ebd., 199f.). Erst Dreitzel beleuchtete den Kontaktprozess näher und teilte ihn in Vorkontakt, Orientierung und Umgestaltung, Integration und Nachkontakt ein (vgl. Dreitzel 1998, 49ff.) und definierte das Selbst u.a. als „(...) die energetische Kraft zur Gestaltbildung im Organismus-Umwelt-Feld“ (Dreit-

zel ebd., 48) und das Organismus-Umwelt-Feld als „(...) das Wechselspiel aller Funktionen von Wachstum und Veränderung im fließenden Systemzusammenhang von Organismus und Umwelt“ (ebd., 42).

Perls wiederum hat erkannt, dass das Selbst „(...) als System der Kontakte (...) immer die perzeptiv-propriozeptiven Funktionen, die motorisch-muskulären Funktionen und die organischen Bedürfnisse“ (Perls 1992, 167) integriert. Dreitzel hingegen betont die psycho-soziale Komponente des Kontaktprozesses, wenn er schreibt: „Der Mensch erfährt sich selbst jeweils in seinem Interesse am Neuen und die in früheren Kontaktprozessen gewonnenen Erfahrungen gehen als psychische und soziale Kompetenz in dieses handlungsleitende Interesse mit ein“ (Dreitzel 1998, 48).

Übertragen auf die gestalterorientierte Circusarbeit bedeutet das, dass sich die Artisten (Organismus) innerhalb der Ganzheit des Circusprojekts (Feld) ständig in der Auseinandersetzung mit den Beteiligten, wie z. B. den Artisten bzw. der Artistengruppe, Betreuern, Leiter, Requisiten (Umwelt), befinden. Somit ereignen sich für die Artisten andauernd Kontaktprozesse, die an vorherige Kontaktprozesse anknüpfen, wodurch ein Zuwachs von Kompetenz entstehen kann. Es können auch verschiedene Kontaktprozesse gleichzeitig ablaufen bzw. sich überlagern oder in einander greifen, so dass während eines gestalterorientierten Circusprojekts besonderer Wert auf die bewusste Wahrnehmung der vier Stadien des Kontaktprozesses nach Dreitzel gelegt werden sollte: Vorkontakt, Orientierung und Umgestaltung, Integration und Nachkontakt.

Dies kann z. B. während des Erlernens eines Diabolo-Tricks (Abb. 3; Vorkontakt (VK): Diabolo in Position bringen und Andrehen, Orientierung und Umgestaltung (O/U): Diabolo in die richtige Position bringen (in der Schnur) und Durchführen des Tricks, Integration (I): Auffangen des Dia-



Abb. 3: Beim Training mit dem Diabolo finden unterschiedliche Kontaktprozesse statt.

bolos und Innehalten, Nachkontakt (NK): Verarbeiten des Erlernten), dem Durchführen einer Besprechung (VK: Hinsetzen und Begrüßung, O/U: Besprechen der Themen im Dialog, I: Nachfragen und Bestätigen; NK: Verabschieden), dem Vorzeigen einer eingeübten Circusnummer (VK: Einlaufen der Artisten in die Manege und Präsentieren, O/U: Vorführung der Circusnummer; I: Abschlusspräsentation und Verbeugen, NK: Zurücklaufen hinter den Vorhang und Verarbeiten des Erlebten und Erfahrenen) oder beim Durchführen eines Auftritts (VK: Einmarsch der Artisten, O/U: Vorführen der einzelnen Circusnummern, I: Finale, NK: Absage und Ausmarsch) erfolgen. Alles sind (auch zeitlich) kleine oder größere Kontaktprozesse, die dem Selbst zu einer bewussteren Wahrnehmung verhelfen, dabei zu einer besseren Einordnung des Artisten in dem Feld des Circusprojekts führen und dadurch dessen Wachstum und Wert definieren.

## 2.2 Relationales, personales und transpersonales Selbst

Blicken wir auf den zeitlichen Ablauf des Kontaktprozesses, so ergibt sich ein noch differenzierteres Bild vom

Selbst. Denn es treten verschiedene Teile des Selbst in verschiedenen Stadien des Kontaktprozesses in den Vordergrund. Dabei „(...) kann es so etwas wie ein Selbst als Substanz, als Institution oder ‚Kern‘ der Persönlichkeit nicht geben. Andererseits können wir Zugang zu einem stabilen und dauerhaften Selbstempfinden haben“ (Gremmler-Fuhr 2001, 384). Wie verhält es sich nun mit dem Selbst während eines gestaltorientierten Circusprojekts?

Das *relationale Selbst* tritt zu Beginn eines Kontaktprozesses in den Vordergrund, indem es hauptsächlich über die Es-Funktion (passiv, konfus und irrational, nicht deutlich von der Umwelt abgegrenzt (vgl. ebd., 387)) seine Bedürfnisse gegenüber der Umwelt anmeldet. Das heißt der Artist befindet sich zu Beginn eines Circusprojekts oder einer circensischen Übung noch im Bereich des Spürens der Bedürfnisse. Er informiert sein „(...) Selbst darüber, was der Organismus (des Artisten, Anm. d. Verf.) als nächstes braucht, d.h. zu was als nächstes Kontakt aufgenommen werden soll“ (Müller 2001, 660). In dieser Orientierungsphase erkenne ich bei den Artisten oft unbewusste Handlungen, wie z. B. falsche Handhabung der Requisiten, unstetes und ungeduldiges Ausprobieren, unsicheres Auftreten oder Unkonzentriertheit bei Besprechungen.

Mit dem Eintritt in die „Zone“ des *personalen Selbst* weicht diese Unsicherheit und wird durch eine stetige Bewusstheit ersetzt. Der Artist nimmt über seine Ich-Funktion (aktiv, seiner Selbst bewusst, geht auf die Umwelt zu, aber auch abgrenzend (vgl. Gremmler-Fuhr 2001, 387)) mit einem anderen Bewusstsein am Training teil und entwickelt eine Beziehung zum Requisit oder zum Betreuer. Der Artist „(...) bildet seine Gestalt durch sensomotorische Orientierung und Manipulation (...)“ (Dreitzel 1998, 54) und nimmt so eine vollständige

Identifikation mit seinem artistischen und psycho-sozialen Wirken innerhalb des Circusprojekts vor, das ihn absichtsvoll, bestimmt, schöpferisch und energetisch erscheinen lässt (vgl. Müller 2001, 658). In dieser Phase der Orientierung und Umgestaltung erreichen die Artisten die signifikantesten Fortschritte. Das personale Selbst ist somit die Verbindung des relationalen zum transpersonalen Selbst, oder wie Müller es formuliert, die Ich-Funktion verbindet die Es-Funktion (Was will ich?) mit der Persönlichkeitsfunktion (Wer bin ich?) (vgl. ebd.).

Das *transpersonale Selbst* ist somit das Bindeglied zwischen dem Selbst-erleben in Kontaktprozessen (relationales Selbst) und dem konsistenten Selbstempfinden (personales Selbst). Es ist „(...) das Selbst als Ausdruck einer organisierenden Kraft, einer übergreifenden Ordnung, die jeweils eine einzigartige Gestalt annimmt“ (Gremmler-Fuhr 2001, 386). Über die Persönlichkeits-Funktion nimmt der Artist Verbindung zwischen dem ständig in Kontaktprozessen sich verändernden Selbst (relationales Selbst) und dem Empfinden von Kontinuität und Identität (personales Selbst) zur einzigartigen Manifestation umfassender Ordnungen des Seins (transpersonalen Selbst) auf (vgl. ebd., 386ff.). Dadurch befindet sich der Artist im bewussten Kontakt nach innen und nach außen und nimmt Beziehung zu allen Beteiligten des Circusprojekts auf, was sich in immer sicherer werdenden circensischen und psycho-sozialen Handlungen und einer großen Präsenz manifestiert. Er ist sich seines Selbst innerhalb des Circusprojekts gewahr. Die „(...) Erweiterung des Bewußtseins von diesem Selbst, das vielschichtig und vieldimensional ist, das als flüchtig und gleichwohl kontinuierlich erlebt wird, das sich in Kontaktprozessen immer wieder neu verwirklicht, verwandelt und selbst transzendiert und das alle Lebenserfahrungen auf einer tiefen Ebene des Seins zu integrieren vermag, (...)“ (Gremmler-Fuhr 2001,

389) sehe ich als ein elementares Ziel gestaltorientierter Circusarbeit.

Ausgehend von der oben aufgeführten Selbst-Definition erlebe ich die Artisten gegen Ende eines Circusprojekts. Ihr Selbst hat die oben beschriebenen Stadien durchlaufen und ich erlebe sie mit großer Bewusstheit sicher und flexibel auftreten, voll im Kontakt mit sich und den anderen Artisten ihrer Gruppe, verankert im Hier und Jetzt, fokussiert auf ihr Tun aber auch offen für die Umwelt. Dies ist die Grundlage des Artisten-Selbst, von der aus wir den Wert der gestaltorientierten Circusarbeit betrachten, um nachfolgend den Selbstwert in der gestaltorientierten Circusarbeit zu bestimmen.

### 3. Der Wert der gestaltorientierten Circusarbeit

Was ist der Wert eines gestaltorientierten Circusprojekts bzw. welches Ziel verfolge ich, wenn ich mit den Artisten arbeite? In den nachfolgenden Betrachtungen versuche ich auch hier möglichst differenziert das Spannungsfeld aufzuzeigen, in dem sich der Artist zwischen den normativen, polaren und transrationalen Werten (vgl. Gremmler-Fuhr 2001, 555ff.) und den prozessorientierten Werten (vgl. Eidenschink 2001, 698ff.), bewegt. Das heißt, der Artist muss sich zum einen mit Regeln und Normen auseinandersetzen, ohne die es nicht möglich ist, ein Circusprojekt ohne Gefährdung der Mit-Artisten durchzuführen, und er muss sich zum anderen auf den eigenen circensisch-leiblich-psycho-sozialen Prozess einlassen. Voraussetzung dafür ist eine große Anpassungsleistung und Bereitschaft des Artisten.

In der gegenwärtigen gestalttherapeutischen Diskussion wird das Wort „Wert“ sehr unterschiedlich wahrgenommen. Die einen sprechen von „Wertefreiheit“, die anderen von „Bewertung“ (Gremmler-Fuhr 2001,

546f.). Dies gipfelt in folgender Aussage: „Doch gleichgültig, ob wir für oder gegen eine Bewertung, für oder gegen Wertfreiheit argumentieren, es handelt sich dabei *immer* um Wertausagen oder anders formuliert: Auch die Forderung nach Wertfreiheit beinhaltet eine Wertsetzung, denn sie besagt, daß es wertvoller sei, nicht zu bewerten als zu bewerten“ (ebd., 547). Vor dem Hintergrund dieser Diskussion betrachte ich die nachfolgenden Ausführungen zum Wertebegriff aus dem Blickwinkel eines großen Bewusstseins, dass es sich hierbei weder um eine Bewertung von Faktoren handelt noch um deren Wertfreiheit, sondern vielmehr möchte ich über eine gestalttherapeutische Ethik, über die Prozessorientierung und den daraus folgenden Zielen zum ganzheitlichen Wert der gestaltorientierten Circusarbeit gelangen.

### 3.1 Normative, polare und transrationale Werte

*Normative Werte* sind Vorgaben die, möglichst ausgesprochen, den “(...) Hintergrund für ein Verhalten und für Handlungsweisen, die von klaren, eindeutigen Normen geleitet sind“ (ebd., 555) geben. Sie sind “(...) relativ einfach geordnet und man kann sich gut darin orientieren“ (ebd., 556). Die normativen ethischen Einstellungen sind stark außen orientiert und können konfliktbeladen sein, wenn ein Verhalten nicht mit den normativen Vorgaben übereinstimmt. Während eines gestaltorientierten Circusprojekts gibt es ebenso normative Vorgaben, die für alle Beteiligten bindend sein sollten: Ruhe und Aufmerksamkeit bei den Besprechungen, Konzentration beim Training, Einhalten des Besprechungsfeldes, Einhalten des Trainingsplatzes, Einhalten der Pausen, pünktliches Beginnen und Enden usw. Dies löst vereinzelt Konflikte aus, die gemeinsam oder einzeln auf möglichst dialogischer Basis geklärt werden.

Die normativen Vorgaben gelten ebenso für mich als Leiter des Circusprojekts und müssen gleichfalls von mir beachtet und eingehalten werden und, falls sich eine Änderung der Vorgaben ergibt, auch von mir begründet werden. Dabei stellen die normativen Werte wichtige Bausteine eines gestaltorientierten Circusprojekts dar, die den Artisten, den Betreuern und letztendlich auch mir als Leiter einen Rahmen bieten, in dem die Artisten sicher trainieren und die Betreuer sicher agieren können und der dem Leiter die notwendige Struktur bietet. Die normativen Werte stehen jedoch einem gelungenen gestaltorientierten circensischen Prozess oftmals im Wege und würden sich destruktiv auswirken, da sie als eindimensional gelten. Im Hinblick auf normative Vorgaben haben die Beteiligten nur die Möglichkeit der Identifikation oder der Nicht-Identifikation.

Bei den *polaren Werte* kommt die zweite Dimension in Form eines Gegenpols bzw. der Differenzierung hinzu. Das heißt, dass das Spektrum des Handelns erweitert und somit die Pole “(...) als prinzipiell gleichwertige Teile einer Ganzheit (...)“ gesehen werden (ebd., 557). Der Artist und alle anderen Beteiligten haben die Möglichkeit, differenzierter auf die polaren Gegebenheiten eingehen zu können. Pole sind Gegensätze. „Nichts existiert ohne Gegensatz, seinen Gegenpol. Pole sind die jeweilige Umkehrung des in sich selbst Identischen“ (Frambach 1993, 44). Dabei ist wichtig, dass die beiden Pole keinen Wertunterschied darstellen. Somit kann “(..), deren Verhältnis zueinander stets neu bestimmt werden. In welchem Maße wir jeweils mehr dem einen oder dem anderen Pol zuneigen, ist also nicht generell – also normativ – festzulegen“ (Gremmler-Fuhr 2001, 557).

Übertragen bedeutet das, dass in einem Trainingsprozess viele Pole existieren können, wie z. B. laut – leise, energievoll – zurückhaltend, schnell – lang-

sam, und auf der Gefühlsebene ängstlich – mutig, langweilig – spannend, sicher – unsicher. Ständig mit diesen und einer Vielzahl anderer Gefühls- und Handlungsgegensätzen konfrontiert, entwickelt sich bei den Artisten im Laufe der circensischen Kontaktprozesse in den Trainingssituationen (damit meine ich nicht nur das Gelingen, sondern auch das artistisch-motorische Misslingen einer Trainingssequenz) eine Differenzierungsfähigkeit für Polaritäten. „Vielmehr stellt uns das Bewußtsein für Polaritäten vor die Herausforderung, kontext- bzw. situationsangemessen Entscheidungen innerhalb des polaren Spannungsfeldes zu treffen“ (ebd.).

Dies kann sich dann beim Artisten dahingehend manifestieren, dass er z. B. ein Diabolo mit mehr Energie wirft (Pole: energievoll – zurückhaltend), dass er die Wahrnehmung seines Gleichgewichts mehr nach innen richtet, um noch sicherer über das Seil zu laufen (Pole: innen – außen) oder während eines Akrobatiktrainings (Abb. 4 und 5) aufmerksamer wird, da er ansonsten die anderen Akrobaten ablenkt (Pole: aufmerksam – unaufmerksam).

Auf diesen Ebenen kann der Artist für sich differenziertere Entscheidungen treffen, die sich dann letztendlich auch auf die Gruppe auswirken können. Das heißt, die „Differenzierung



Abb. 4: Die Kinder lernen zu differenzieren, wann sie besonders aufmerksam sein müssen – während des Trainings ...



Abb. 5: ... und später während des Auftritts.



Abb. 6: Der Unsicherheit und dem Unterstützungsbedarf während der Übungseinheiten ...



Abb. 7: ... folgt das Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten und die Wertschätzung des Selbst während des Auftritts.

in gleichwertige Polaritäten erfordert das Aushalten der Spannung, daß es keine eindeutige und allgemeingültige Entscheidung für den einen oder anderen Pol und daher auch keine Sicherheit im herkömmlichen Verständnis gibt“ (ebd., 557). Diese Unsicherheit beobachte ich oft bei Artisten während des Trainingsprozesses, wenn deren Differenzierungsfähigkeit noch nicht so ausgeprägt ist, um das circensische Requisite zu beherrschen (Abb. 6 und 7) oder wenn die Absprachen bei einer akrobatischen Übung noch nicht sicher sind. Es müsste dann Aufgabe des Leiters bzw. des Betreuers sein, den Artisten darin zu unterstützen, um die Situation einordnen zu können oder durch Grenzziehung den Prozess dahingehend zu lenken, dass der Artist eine umfassendere Sichtweise bekommt, „(...), die beide Pole zu integrieren vermag“ (ebd.).

Somit erfährt der Artist die *transrationalen* Werte, indem er sich nicht nur mit den normativen Werten identifizieren und die polaren Werte differenzieren, sondern die transrationalen Werte auch integrieren kann. Dies erfolgt durch die Fähigkeit der Reflexion des Erlebten. Denn: „Die damit verbundene Art zu Denken (d.h. sich und

die Welt zu erleben und zu reflektieren) bezeichnen wir als *transrational* (...)“ (ebd.). Das heißt, meine Aufgabe als Leiter eines gestaltorientierten Circusprojekts ist u.a., „(...), die Werte und Normen (innerhalb eines Circusprojekts, Anm. d. Verf.), nach denen wir (Artisten, Betreuer, Leiter, Anm. d. Verf.) entscheiden und handeln (a) zu erforschen, explizit zu machen und uns mit ihnen bewußt zu identifizieren, (b) die jeweiligen (z. B. motorischen, emotionalen, gegenständlichen, Anm. d. Verf.) Gegenpole zu diesen Setzungen zu erkennen und zu akzeptieren und (c) die Polaritäten schließlich zu transzendieren, um zu einer Integration auf einer neuen Ebene zu gelangen“ (ebd., 559). Dies führt schließlich zu einer umfassenden Ganzheit, in der sich der Artist eingebettet und gleichzeitig von ihr getragen fühlt und sie gleichzeitig mitträgt.

Mit dem Gefühl der größtmöglichen Sicherheit und Freiheit (nämlich die zur Wahl der verschiedenen Wertedimensionen) bewegt sich der Artist innerhalb eines gestaltorientierten Circusprojekts und kann sich vor diesem Hintergrund mit seinen individuellen circensischen Prozessen auseinandersetzen, die ebenfalls verschiedenen Werte-Paradigmen unterworfen sind.

### 3.2 Prozessorientierte Werte

Den *prozessorientierten* Werten messe ich eine große Bedeutung bei, denn gelingende Kontaktprozesse sind Lernvorgänge, „(...), die dem Organismus (im Sinne von einer leiblich-seelisch-geistigen Einheit, Anm. d. Verf.) einen *Zuwachs an Kompetenz* und eine *Verfeinerung seiner Bedürfnisse* bringen“ (Dreitzel 1998, 94), auf denen wiederum die nächsten Kontaktprozesse aufbauen können. Es ist aber nicht nur so, dass der Organismus seine Bedürfnisse verfeinert, sondern auch noch weiter ausdifferenziert (vgl. ebd., 95) und für mich somit einen Ansatz- und Ausgangspunkt für kreatives Handeln, Neugier, Mut und Fantasie darstellt. In anderer Weise sieht Polster in dem Kontakt das Herzblut von Entwicklung und Veränderung (vgl. Polster 1997, 103), dem eine Lebendigkeit und Berührtheit vorausgeht (vgl. ebd., 105 bzw. 127).

Die „(...) Gewissheit einer Kontinuität meiner Selbst“ (Dreitzel 1998, 103) und die damit verbundenen spezifischen Kompetenzen, die besonderen Bedürfnisse und die lebensgeschichtlichen Hintergründe ergeben die Entwicklung der sozialen Identifikation. Im Laufe eines Circusprojekts erlebe

ich immer wieder, wie die einzelnen Mitglieder der Circusgruppe zu einem Ganzen werden und gemeinsam, im festen Bewusstsein des individuellen Handelns sozial verankert sind und Verantwortung für sich und andere übernehmen. Soziale Verankerung geht ebenso aus der sozialen Identifikation hervor wie Verantwortlichkeit gegenüber der eigenen Person sowie der Umwelt (vgl. ebd., 108).

Mit der Assimilation gegen Ende eines Kontaktprozesses ereignet sich noch ein weiterer Vorgang: der des Erinnerns. Dies ist die Grundlage dafür, dass die Artisten ihre gewonnenen Kompetenzen auch in Form einer Circusnummer sicher, präsent und wiederholt trainieren und aufführen können (Abb. 8 und 9). Denn das „(...) spontane Erinnern (im Laufe eines Circusprojekts, Anm. d. Verf.) an das schon (körperlich, geistig und



Abb. 8 und 9: Die spontane Erinnerung ermöglicht, dass Artisten das Gelernte auch im Rahmen der Aufführung sicher umsetzen können.

emotional, Anm. d. Verf.) Gesehene, schon Erlebte, schon Erlittene, schon Bewertete, ist ein selbstverständliches Potential im Kontakt zwischen Organismus (dem Artisten, Anm. d. Verf.) und Umwelt (dem Auftritt, den Zuschauern, Anm. d. Verf.), durch das unsere Fähigkeiten vergrößert und unsere Möglichkeiten erweitert werden“ (Dreitzel 1998, 96). Polster spricht auch von einem „(...) inneren Wissen in sich, ein Wissen, das das Ausdehnen von eigenen Grenzen und auch die Bewußtheit einschließt (...)“ (Polster 1998, 108).

De Roeck spricht dem Ende des Prozesses gar eine explosive Wirkung zu, in der die authentische Persönlichkeit hervorbricht, welche jetzt viel Energie besitzt und Gefühle wie Freude und Ausgelassenheit spüren kann (Abb. 10; vgl. De Roeck 2011, 58).

Die energetischen Gefühle, wie ich sie bei den Artisten besonders nach einem gelungenen Training oder einem Auftritt erlebe, können nicht nur auf emotionaler, sondern auch auf körperlich-räumlicher Ebene wahrgenommen werden. Dies beschreiben auch Staemmler und Bock: „Das subjektive Empfinden in dieser Phase kann die verschiedensten emotionalen Färbungen annehmen: Häufig werden Gefühle von Freude, Klarheit, Freiheit, Erleichterung, Frieden und



Abb. 10: Freudiger Gefühlsausbruch nach einem gelungenen Auftritt

Hoffnung erlebt“ (Staemmler & Bock 2001, 684).

### 3.3 Zielorientierte Werte

Die *zielorientierten* Werte der gestaltorientierten Circusarbeit betrachte ich ähnlich wie die prozessorientierten Werte als handlungstheoretischen Überbau meiner Arbeit. Neben dem sicheren Training und den Prinzipien der gestaltorientierten Circusarbeit stellen sie einen weiteren wichtigen Baustein meines circuspädagogischen Handelns dar und stehen den Wirkfaktoren in der gestaltorientierten Circusarbeit am nächsten. Die folgenden zielorientierten Werte in der gestaltorientierten Circusarbeit ähneln denen, die Vogtsmeier (vgl. Vogtsmeier 2001, 730) für die Gestalttherapie formuliert hat (Auswahl):

- Verringerung des automatisierten Vermeidungsverhaltens,
- Verantwortung für das eigene Handeln übernehmen,
- Verbesserung der Funktionen der Selbst-Stützung und des Differenzierungsvermögens, der Funktionen des integrierenden Selbst und die Erweiterung der Ich-Grenze,
- Veränderung relevanter Bedeutungsstrukturen, wie Konzepte und Schemata von sich und anderen,
- Wiedererlangung der fortlaufenden organismischen Selbstregulation,
- Stärkung des Identitätsempfindens, des Selbstwertgefühls, der Selbstakzeptanz für die individuellen und persönlichen Fähigkeiten und Qualitäten,
- Chancen für persönliche Weiterentwicklung und Wachstum,
- Verbesserung der Beziehungsgestaltung in der Begegnung und im Dialog mit anderen Menschen.

Auch der Gestaltkunerfahrung, eine Synthese aus künstlerischen Fähigkeiten, psychotherapeutischen Kenntnissen und der Gestaltpsychologie, liegen folgende Ziele zugrunde, die

den Wirkfaktoren der gestalterorientierten Circusarbeit nahe kommen (Auswahl):

- der erleichterte Zugang zur Phantasie,
- Schärfung der Wahrnehmung der Sinnesfunktionen,
- das Erkennen unterschiedlicher emotionaler Zustände,
- die Entwicklung alternativer Formen des Ausdrucks,
- neue Möglichkeiten der Erforschung von Zeit, Raum, Beziehungen und Gemeinschaften,
- tiefere Selbsterkenntnis,
- Befriedigung durch wachsende Kompetenzen,
- die Freude am Spielen (vgl. Amendt-Lyon 2001, 862 nach Fagan, in Rhyne, XXIII).

Meines Erachtens benennen die zielorientierten Werte auf einer anderen Ebene die pädagogischen Prämissen, wie sie auch von der allgemeinen Circuspädagogik in den Mittelpunkt ihres pädagogischen Wirkens gestellt werden: Förderung von Vertrauen, Mut, Fantasie, Selbstbewusstsein, sozialem Miteinander, Zusammenarbeit, Übernahme von Verantwortung, Zuverlässigkeit, Motivation, Weiterentwicklung etc. (vgl. Kiphard 1982, 143ff., Ballreich & von Grabowiecki 1992, 29f., Ballreich 2000, 35ff., Breuer 2004, 133f., Blume 2010, 14ff.).

#### 4. Der Selbstwert in der gestalterorientierten Circusarbeit

Auch in den genannten Zielformulierungen gestalttherapeutischen Handelns nach Vogtsmeier und Amendt-Lyon sind alle persönlichkeitsfördernden Wirkfaktoren der gestalterorientierten Circusarbeit (Beziehung, Bewusstheit, Selbstwert, Kreativität, Integration) enthalten. Somit erkenne ich in den ziel- wie prozessorientierten Werten wieder, was ich in einem

gestalterorientierten Circusprojekt zwischen den Artisten, den Betreuern und mir oft erlebe: Eine besondere Form von dialogischer Beziehung auf körperlicher, emotionaler und geistiger Ebene, die Ausweitung von Bewusstheit in Form von Aufmerksamkeit, Achtsamkeit, Konzentration und Präsenz, eine tiefe Fundierung und Verankerung der artistischen, persönlichen und sozialen Kompetenzen und somit des Selbstwerts, die Fähigkeit des kreativen Denkens, Fühlens und Handelns, die Integration der vorher genannten Faktoren in den persönlichen, laufenden Lebensprozess sowie eine große Wertschätzung gegenüber der persönlichen Entwicklung aller Beteiligten.

Der Selbstwert nimmt somit unter den Wirkfaktoren der gestalterorientierten Circusarbeit eine zentrale Funktion ein, dessen Entstehen ich in der Entwicklung des Selbst und den verschiedenen Wertedefinitionen beschrieben habe. Durch die transrationale Selbst- und Wertedefinition, durch die Entwicklung der Es-, Ich- und Persönlichkeits-Funktion im Laufe eines gestalterorientierten circensischen Prozesses im Spannungsfeld der normativen, polaren und transrationalen Werte, integriert und verankert sich der Artist auf der körperlichen, emotionalen und geistigen Ebene mit der Ganzheit seiner gewonnenen Erfahrungen in der Circusgruppe. Das heißt, er ist sich seiner Selbst und seiner Beziehungen innerhalb der Gruppe sicher und er ist sich der Werte dieser Aspekte bewusst. Dieser Wert bezieht sich ebenso auf die gewachsene Persönlichkeit des Artisten, wie auf dessen Reifungsprozess, denn: „Wenn wir uns schließlich verantwortlich als ein Jemand identifizieren können, der auf je spezifische, zugleich aber dialogisch flexible und für neue Erfahrungen offene Weise teilhat an der Natur, an der Gesellschaft, an den kulturell entwickelten Möglichkeiten, Individualität auszudrücken, und auch an einem Kosmos jenseits unserer Wissensmöglichkeiten

ten, dann würden wir vielleicht über so etwas wie eine reife Persönlichkeit verfügen. Aber die wäre dann nicht das Ergebnis mühsamer Selbstkontrolle, sondern die Frucht vieler wertvoller Kontaktprozesse, die zu sättigenden Erfahrungen wurden“ (Dreitzel 1998, 111; vgl. Abb. 11 bis 13).



Abb. 11 bis 13: Am Ende des Circusprojekts steht die Erkenntnis: Ich kann etwas Besonderes. Ich bin etwas wert. Ich bin ein bedeutender Teil des Ganzen, und ich habe einen festen Platz in der Gruppe.



So erlebe ich bei jedem gestaltorientierten Circusprojekt die Artisten trainieren, miteinander in Kontakt kommen und auftreten. Und diese Artisten haben im Laufe eines Circusprojekts sehr viele sättigende Kontaktprozesse erfahren. Sie sind an ihnen gewachsen, manchmal auch verzweifelt, aber in der Regel immer gestärkt aus ihnen hervorgegangen. Sie wurden durch die Prinzipien der gestaltorientierten Circusarbeit besonders in ihrem Selbst und im Wert ihres Selbst gestärkt und es wurde auch darauf geachtet, dass der Selbstwert integraler Bestandteil ihrer Persönlichkeit wurde. Denn nur so ist meines Erachtens die Rückmeldung der Rektorin aus dem Anfangszitat zu erklären.

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*

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:

---

- Selbstwert
- Wertschätzung
- Circus
- gestaltorientierte Circusarbeit