Marcus Kohne

Primäre Suchtprävention als Teil einer modernen Gesundheitsförderung an Schulen am Beispiel gestaltorientierter Circus-Projekte

Der Beitrag diskutiert, inwiefern sich gestaltorientierte Circusprojekte an Schulen als Teil einer modernen Gesundheitsförderung im Sinne der Suchtprävention verstehen lassen. Hierzu werden zunächst die zentralen Bausteine einer modernen Gesundheitsförderung dargestellt. Daran anschließend erfolgt eine Beschreibung der Rahmenbedingungen, des Ablaufes und der Wirkfaktoren gestaltorientierter Circusprojekte, die zu den Grundlagen einer persönlichkeitsunterstützenden schulischen Suchtprävention in Beziehung gesetzt werden. Hierzu werden die kommunikativen, affektiven, salutogenen und strukturellen Aspekte der primären schulischen Suchtprävention diskutiert und Berührungspunkte mit den Wirkfaktoren der gestaltorientierten Circusarbeit herausgearbeitet.

„Der Gesundheit ist es lieber, wenn der Körper tanzt, als wenn er schreibt."
Georg Christoph Lichtenberg

Einleitung

„Die Schule ist außer dem Elternhaus der wichtigste Ort, an dem Drogenprävention stattfinden kann. In der Schule kann man fast alle Kinder und Jugendlichen von 6 bis 15/18 Jahren erreichen. Wird ein schulisches Präventionsprogramm eingeführt, wird es von den meisten Schülern in ihrer sozialen Einheit der Peer-Gruppe absolviert, wodurch nicht nur ein einzelner angesprochen wird, sondern die sozialen Normen der ganzen Gruppe beeinflußt werden können" (Künzel/Böhme 1993, 51).
Das in diesem Beitrag beschriebene primäre Präventionsprogramm für Schulen in Form eines gestaltorientierten Circusprojekts berücksichtigt wesentliche Aspekte, die in der gegenwärtigen Diskussion der psychomotorischen Gesundheitsförderung im Vordergrund stehen.
Zuerst werden Bausteine einer modernen Gesundheitsförderung vorgestellt, wie sie derzeit im psychomotorischen Kontext diskutiert werden. Anschließend gehe ich auf die Rahmenbedingungen, den Ablauf und die Wirkfaktoren eines gestaltorientierten Circusprojekts ein und bringe diese mit den wichtigsten Grundlagen einer persönlichkeitsunterstützenden schulischen Suchtprävention in Beziehung, wie sie als Ziele im Bereich der Lebenskompetenzförderung (Primärprävention) genannt werden.

Bausteine einer modernen Gesundheitsförderung

Wenn ich von Bausteinen einer modernen Gesundheitsförderung spreche, dann meine ich die psycho-physische und leibliche Verankerung einzelner Gesundheitsaspekte in den persönlichen Lebensprozess des Menschen in seiner Umwelt. Die weitestgehende Definition bietet die WHO, wenn sie in ihrer Ottawa Charta von einem „Zustand des vollkommenen körperlichen, seelischen und sozialen Wohlbefindens" spricht (WHO 1986). Ausgehend von dieser Definition leitet Zimmer den aktiven Gesundheitsbegriff ab: „Gesundheit wird dabei nicht als ein passiv und statisch erlebter Zustand betrachtet (...)" (Zimmer 2006, 32). Sie sieht verschiedene Faktoren wie z. B. Strategien zur Stressbewältigung, ein intaktes Immunsystem, das Vorhandensein sozialer Unterstützung oder die Sinnhaftigkeit des eigenen Tuns als Fähigkeiten zum Ausbalancieren von Belastungen.
Balance ist für Seewald (in diesem Heft) ein zentraler Aspekt einer „motologisch orientierten Gesundheitsförderung". Für ihn „(...) geht es bei der Gesund-

Marcus Kohne
Gründer und Leiter des Centrums Mikado in Birkenau/Weinheim an der Bergstraße, Dipl. Sozialpädagoge, Circuspädagoge, Gestalttherapeut, Theaterpädagoge, Performance-Coach.
Arbeitsschwerpunkte:
Durchführung von gestaltorientierten Circusprojekten und circus-, theater- und spielpädagogischen Fortbildungen, Performance-Coaching für Musiker und Bands auf Basis der Gestalt- und Theaterarbeit, Coaching für Führungskräfte.

Anschrift des Verfassers:
Centrum Mikado
Weinheimerstraße 6
69488 Birkenau
Tel./Fax: (0 62 01) 18 34 41
E-Mail: marcus.kohne@centrum-mikado.de
Internet: www.centrum-mikado.de

heitsförderung immer nur um ein Thema: die Balance. Diese zu finden und zu halten und zwar in ganz verschiedenen Lebensbereichen, ist das Ziel" (ebd.). Dies trifft sowohl den Kern eines gestaltorientierten Circusprojekts als auch der primären Suchtprävention: Balance-Halten in den klassischen Domänen der Motologie bzw. der Circusarbeit wie z. B. Bewegung, Körpergefühl, Spannung und Entspannung, die in einem Circusprojekt tragende Funktionen haben, aber auch die Balance wahren in den Bereichen der Ernährung, des Genusses und der Entsagung, der Arbeit und der Freizeit, der Nähe und der Distanz in Beziehungen, die mehr der klassischen Suchtprävention zugeordnet werden (vgl. ebd.).

Daran anknüpfend geht es nach Haas bei dem Begriff Gesundheit „um zentrale Prozesse menschlichen Daseins (...), deren enge Vernetzung mit Bewegung und Leiblichkeit evident ist" (Haas 2007, 125). Dazu gehört auch die Ebene der Persönlichkeitsmerkmale, wie z. B. emotionale Bindungen, positives Selbstwertgefühl, Selbstständigkeit oder der Umgang mit Problemen (vgl. Zimmer 2006, 35) sowie Kreativität und die Integrationsfähigkeit zur ganzheitlichen Einordnung des Erlebten in den persönlichen Lebenszusammenhang. Es sind diese Merkmale, die ich in einem gestaltorientierten Circusprojekt als Wirkfaktoren bezeichne und die ich als elementare Grundlage einer primären Sucht- (und Gewalt-)prävention sehe.

Einen weiteren Baustein stellt der „verantwortungsbewusste Umgang" (WHO 1986) mit den leiblichen Ressourcen dar. Schmid spricht davon, dem Wort Verantwortung die Bedeutung zukommen zu lassen, „sich den fortwährenden Anfragen seines Leibes bewusst zu sein und auf sie adäquat zu antworten" (Schmid 2007, 130). Das heißt, dass der Mensch in der Lage sein sollte, die Bedürfnisse seines Leibes zu (er)kennen, um dann eine für ihn und seinen Körper richtige Entscheidung treffen zu können. Dies kann auch anhand einer Tätigkeit (z. B. im Rahmen des hier beschriebenen Circusprojektes) geschehen. Dabei kann ein Zugang zur eigenen Leiblichkeit und zum gegenwärtigen bewussten Erleben über Flow-Erlebnisse und Achtsamkeit erreicht werden (vgl. ebd.). Schmid

nennt im Rückgriff auf Csikszentmihalyi (vgl. 2007) sieben Bestandteile flowerzeugender Aktivitäten:

- Passung von Aufgabenschwierigkeit und aktueller Fähigkeit
- Fokussierung und Konzentration
- Klare und erreichbare Ziele
- Unmittelbare Rückmeldung
- Kontrollgefühl
- Veränderte Zeitwahrnehmung
- Auflösen des Ichs (in der jeweiligen Tätigkeit, Anm. d. Verf.).

Die Rahmenbedingungen und Ablauf eines gestaltorientierten Circusprojektes

Die Kinder haben die Möglichkeit, während eines gestaltorientierten Circusprojektes, folgende circensische Bewegungserfahrungen zu machen: Kugel- und Seillaufen, Einradfahren, Rola-Bola-Balance, Jonglieren mit Tüchern, Bällen, Ringen und ggf. mit Keulen, der Umgang mit dem Diabolo, Devil-Stick, Tellerdrehen, Rope-Skipping (Seilspringen), Pyramidenakrobatik, Clownerie und je nach Klassenstufe Tiernummern, bei denen die Kinder als Tiere verkleidet auftreten. Tabelle 1 zeigt den Ablauf eines Circusprojektes in 6 Phasen.

Die eigentliche Projektzeit beträgt im günstigsten Fall 5 Tage (Montag bis Freitag). Das Training und die Generalprobe finden jeweils vormittags während der Schulzeit statt, der Auftritt in der Regel Freitag Nachmittag. Im Anschluss an jeden Trainingstag findet eine Teamsitzung mit dem Betreuerteam statt, bei der aufkommende Fragen, Meinungen und Erlebnisse diskutiert und reflektiert werden. Dies bietet den Lehrern und Eltern als Betreuungspersonen die Möglichkeit, ihren eigenen Prozess während des Projektes zu reflektieren, die gewonnenen Erfahrungen zu integrieren, um somit sicherer gegenüber der Circusgruppe auftreten zu können. Außerdem dienen die Teamsitzungen dazu, das Team durch das

Tab. 1: Die Phasen eines Circusprojektes (vgl. Kohne 2005, 148)

Phase	Inhalte	Ziele
1. Vorbereitungsphase	• Kontaktaufnahme • Vorstellung des Projektes • ggf. Elternabend • ggf. Einarbeitung	• Vorbereitung des Projektes • Kennen lernen der beteiligten Personen und der Räumlichkeiten
2. Trainingsphase (1. und 2. Tag)	• (Freies) Training mit den circensischen Requisiten	• Schulung der Sensomotorik • Kennen lernen der unterschiedlichen Bewegungsabläufe • Figurbildung
3. Inszenierungsphase (3. und 4. Tag)	• Spezielles Training mit den circensischen Requisiten • Choreografische Arbeit	• Erarbeiten einer Nummer mit Präsentation • Verinnerlichen der Bewegungsabläufe
4. Generalprobe (5. Tag, Vormittags)	• Probe unter Auftrittsbedingungen	• Sicherung des Nummernablaufes • Räumliche und zeitliche Fixierung des Nummernablaufs
5. Auftritt (5. Tag, Nachmittags)	• Auftritt in der Manege vor Publikum	• Präsentation der Nummern
6. Nachbereitungsphase	• Verabschiedung • Reflexion • Abbau	• Integration der Erfahrungen

Projekt zu begleiten und anstehende Aufgaben zu besprechen (Durchführung des Trainings, Organisation des Auftrittes etc.).
Bei den Betreuungspersonen handelt es sich meistens um die Klassenlehrer und einen Teil der Eltern. Der Betreuungsschlüssel sollte sieben Kinder auf einen Betreuer nicht überschreiten. Bei größeren Projekten (über 80 Kinder) ist es zusätzlich nötig, auf Schulräume sowie auf den Schulhof zurückgreifen zu können, bei Groß-Projekten auf die ganze Schule. Schon hier wird deutlich, dass der Circus die Schule bewegt und öffnet. Bei kleineren Projekten kann je nach Größe der Turnhalle das ganze Projekt in der Turnhalle ablaufen, so dass hier die Einarbeitung der Betreuer und die Demonstration der Hilfestellung am Anfang eines Projektes stattfindet, d. h. die Kinder und die Betreuer haben oft den gleichen circensischen Entwicklungsstand.
Dabei ist es unerheblich, um welche Schulform es sich handelt (Förder-, Grund-, Haupt-, Realschule oder Gymnasium). Meine Erfahrungen beruhen hauptsächlich auf Circusprojekten mit den Klassen 1–8, die jeweils in geschlossenen Gruppen stattfinden. Die Gruppengröße eines Circusprojektes beträgt je nach Zielsetzung zwischen 25 und 140 Schülern. Mit der Einhaltung der Rahmenbedingungen ist gewährleistet, dass die Artisten eine Projektwoche mit allen Sinnen erleben können und das Training sowie den Auftritt als wert- und gehaltvoll erfahren.

Der gestaltorientierte Ansatz in der Circusarbeit

Der gestaltorientierte Ansatz in circensischen Kontexten basiert auf wesentlichen Grundsätzen der Theorie der Gestalttherapie sowie der Gestalttheorie. Er orientiert sich an dem zeitlichen Verlauf eines Circusprojektes (vgl. Meier 2003).

- Das Circusprojekt als Ganzheit verstehen
- Vordergrund – Hintergrund: Die Figurbildung bei der Kontaktaufnahme des Artisten mit dem Requisit
- Der gestaltorientierte motorische Lernvorgang: Die körperliche, emotionale und kognitive Verankerung der artistischen Übungsform
- Die Arbeit mit Grenzen: Das phänomenologische Vorgehen vor dem Erfahrungshintergrund
- Die schöpferische Indifferenz als Quelle der Entwicklung und Ausdifferenzierung
- Die Prinzipien der Gestalttheorie und die Entstehung der Form
- Circensische Krisen und deren Bewältigung
- Der Engpass im Vollkontakt
- Die Wirkfaktoren: Beziehung, Bewusstheit, Selbstwert, Kreativität, Integration.

Da der Ansatz bereits an anderer Stelle ausführlich dargestellt wurde (vgl. Kohne 2005; 2009; 2011), sollen hier nur die wesentlichen Grundzüge aufgezeigt werden.

Wirkfaktoren der gestaltorientierten Circusarbeit

In der gestaltorientierten Circusarbeit, die als Grundlage meines circuspädagogischen Handelns während der Circusprojekte an Schulen dient, stehen fünf Wirkfaktoren im Vordergrund: *Beziehung, Bewusstheit, Selbstwert, Kreativität* und die *Integration* in den jeweiligen persönlichen und artistischen Kontext eines jeden Artisten bzw. der Gruppe. Circusarbeit ist für mich in erster Linie *Beziehung*sarbeit. Die Artisten gehen während eines Circusprojektes Beziehungen auf verschiedenen Ebenen ein: zu sich selbst, zum Requisit, zu anderen Artisten, zu einer Gruppe und zu verschiedenen Betreuern. Die Beziehungsaufnahme erfolgt dabei über die Kontaktfunktionen Sehen, Zuhören, Berühren, Sprechen, Bewegen, Riechen und Schmecken (vgl. Polster 1997, 127 ff.). Vor diesem Hintergrund sind Circusprojekte Gelegenheiten, die Beziehungsfähigkeit der Schüler zu erwecken und zu stärken, um somit wichtige soziale Kompetenzen wie z. B. Teamfähigkeit, Zuverlässigkeit, Verantwortung, Selbstorganisation (vgl. Ballreich 2000, 36 f.) zu entwickeln und zu verinnerlichen.
Da der Artist sich während eines Circusprojekts mit einem Requisit oder einer circensischen Übungsform auseinandersetzt, kann er dadurch auch die Grenzen seiner Körperlichkeit, seiner Kraft, seines Mutes, seines Gleichgewichtes, seiner Geschicklichkeit etc. kennen lernen. Durch den Kontakt mit dem Requisit erfährt der Artist mehr über sich selbst. Er erlebt sich in bestimmten, für ihn am Anfang oft ungewohnten, ab und an extremen Situationen und lernt dabei verschiedene Seiten von sich kennen. Er kann sich dadurch vielfältiger, ganzheitlicher und mit der Zeit ausgeglichener erleben. Denn: „Wann immer *Bewusstheit* im Menschen entsteht, überwindet er die zuvor möglicherweise in ihm vorhandenen Trennungen zwischen verschiedenen Teilen seines Organismus" (Staemmler/Bock 1998, 48).
Bezogen auf ein Circusprojekt heißt das, dass durch das Eingehen neuer Beziehungen auf verschiedenen Ebenen, durch das bewusste Einlassen auf neue Bewegungserfahrungen und somit das Spüren der kreativen Fähigkeiten und deren Integration in den persönlichen Kontext ein Wachstum des Selbst erfolgt. In einem Circusprojekt gibt es

eine Vielzahl möglicher Situationen, in denen der *Selbstwert* gestärkt wird: das Absolvieren einer schwierigen Übungsform nach vorherigem intensivem Training, eine gelungene Konfliktlösung, das Erarbeiten neuer Bewegungsfolgen, das kreative Überwinden angstmachender Situationen oder einer Frustrationssituation usw. Dies sind Situationen, in denen sich der Artist „als wertvoll erlebt. Es ist ein erlernbares Gefühl für den eigenen Wert. Dabei geht es um die (...) Wertschätzung des eigenen Wesens, der eigenen Anlagen und Fähigkeiten. Der Selbstwert entwickelt sich nicht aus sich selbst heraus, sondern aus der Auseinandersetzung mit der Umwelt, die zur Einordnung des eigenen Wertes führt" (Waibel 2002, 135 f.). Eine Auseinandersetzung, die in einem Auftritt einen kreativen Höhepunkt erfährt.

Kreativität ist ein weiterer Wirkfaktor der gestaltorientierten Circusarbeit, der aus einem kreativen Prozess der Artisten entsteht, in dem sie sich als eine Einheit von Bewusstheit und Ausdruck wahrnehmen. Dabei entsteht eine Empfindung von Ganzheit im Hier und Jetzt, eine klare Einschätzung der Situation und eine lebendige innere Erfahrung. Ob dies beim Training einer akrobatischen Übung, bei der Inszenierung und Choreographie einer Nummer oder bei der Präsentation während eines Auftrittes ist – die Kinder befinden sich in diesen Situationen oft in kreativen Prozessen, aus denen sie mit einem Zuwachs an Erfahrung und Erfüllung, sowie der Bestätigung ihrer Einzigartigkeit wieder auftauchen. Denn: „Kreativität ist nicht nur die Idee, sondern der Akt selbst, die Erfüllung dessen, was danach drängt, geäußert zu werden. Sie ist nicht nur ein Ausdruck der ganzen Erfahrungsbreite eines Menschen und der Empfindung seiner Einzigartigkeit, sie ist auch ein sozialer Akt dadurch, daß wir unsere Mitmenschen an dieser Verherrlichung teilhaben lassen, an diesem Ausdruck dessen, daß wir ein reiches Leben führen" (Zinker 1982, 13).

Der *Integration* kommt m. E. im Hinblick auf die vorher beschriebenen Wirkfaktoren eine besondere Bedeutung zu. Erst nach der Integration und Einordnung der körperlichen, geistigen und seelischen Erlebnisse während eines Circusprojektes erfährt der Artist einen Zugewinn an Wachstum, Kompetenz und Sicherheit. „Immer weist die Integration von Organismus und Umwelt über sich hinaus, lässt den Organismus wie die Umwelt verändert zurück, zumindest an Erfahrung, oft auch um neue Qualitäten und Kompetenzen bereichert" (Dreitzel 1998, 88). Verbunden mit dem Nachkontakt „ist er (der Organismus; Anm. d. Verf.) auch auf Dauer bereichert, er ist ein anderer geworden, er ist – manchmal deutlich, oft unmerklich – gewachsen" (ebd., 94).

Aspekte schulischer Suchtprävention

Im Folgenden werden die einzelnen Aspekte einer zeitgemäßen primären schulischen Suchtprävention aufgezeigt. Dabei werde ich im Einzelnen auf die kommunikativen, affektiven, salutogenen und strukturellen Aspekte eingehen.

Kommunikative Aspekte

„Kommunikative Maßnahmen zielen auf die Förderung und Stärkung der individuellen Handlungskompetenz der jeweiligen Zielgruppe" (Bäuerle u. a. 2001, 12). Diese Aussage überschneidet sich mit den Beobachtungen, die ich während meiner Arbeit mit den Schülern mache. Die Autoren zählen bei den Aufgabenfeldern der schulischen Suchtprävention unter kommunikativen Maßnahmen Folgendes auf:

- „Probleme und Konflikte bearbeiten und lösen zu können
- Befriedigende Kontakte zu anderen Menschen aufbauen zu können
- Mit Enttäuschungen und Versagungen fertig werden zu können
- Kritisch zu konsumieren (...)" (ebd., 13).

Vergleicht man diese vier Hauptpunkte der schulischen Suchtprävention mit den Wirkfaktoren der gestaltorientierten Circusarbeit (Beziehung, Bewusstheit, Selbstwert, Kreativität und Integration), ist eine große Übereinstimmung zu erkennen. So lässt sich behaupten, dass um „Probleme und Konflikte bearbeiten und lösen zu können" die Wirkfaktoren Bewusstheit, Selbstwert und Kreativität im Vordergrund stehen. Bei „befriedigende Kontakte zu anderen Menschen aufbauen" die Beziehung, um „mit Enttäuschungen und Versagungen fertig werden zu können" der Selbstwert und um „kritisch konsumieren" zu können wiederum die Bewusstheit und die Integration. Wenn ein Schüler anhand eines Circusprojektes diese Wirkfaktoren in sich entdeckt und stärkt, erweitert

und verfestigt er dadurch seine Handlungskompetenz. Durch die erlebten und erfahrenen Situationen, die während eines Circusprojektes auftauchen können, ist er konflikt-, beziehungs-, frustrations- und – letzten Endes auch – genussfähiger geworden.
Während eines zeitlich befristeten Projektes werden die Grundlagen für die Erarbeitung der folgenden Lerninhalte geschaffen. Viele Schulen erkennen daraufhin die präventiven Möglichkeiten eines Circusprojektes und nehmen die Durchführung als Anlass, eine fortlaufende Circus-AG an der jeweiligen Schule zu etablieren. Denn es „liegt (...) nahe, daß die Lerninhalte nicht innerhalb einer Unterrichtseinheit oder einer Projektwoche allein ‚abgehakt' oder abgefragt werden können. So müssen andere Lern- und Übungsformen langfristig erprobt und erlernt werden" (Kaufmann 2001, 39). Unter Lerninhalten versteht Kaufmann die psychophysischen Determinanten, wie z. B. Selbstwertgefühl, Konflikt- und Kontaktfähigkeit, Verantwortung, Wachstum, Identität, Sinn, Angst- und Stressbewältigung usw. (vgl. ebd., 38).

Affektive Aspekte

Analog verhält es sich mit den affektiven Aspekten nach Künzel und Böhmer (vgl. 1993). Auch hier lassen sich die Wirkfaktoren der gestaltorientierten Circusarbeit den einzelnen Zielen zuordnen (s. Tab. 2).
Neben dem Spüren der Wirkfaktoren und der Festigung der Handlungskompetenzen sind die kommunikativen und affektiven Ziele einer schulischen Suchtprävention zugleich Inhalte des Prozesses eines Circusprojektes: (artistische) Probleme und persönliche Konflikte zu lösen, befriedigende Kontakte (z. B. mit den Artisten in einer Artistengruppe) aufzubauen oder mit Versagungen und Enttäuschungen (z. B. die Nichtbeherrschung eines Requisites oder Schwierigkeiten während des Trainings oder der Inszenierung) umzugehen, sind bei einem Circusprojekt zwangsläufig. Ebenso die Verbesserung des Selbstwertgefühls (bei einem gelungenen Training oder Auftritt), die Klärung persönlicher Werte (was will ich?, wo sind meine Grenzen?), das Erkennen und der adäquate Ausdruck von Gefühlen (Freude, Spaß, Zorn oder Wut, während des Trainings), das Treffen von Entscheidungen (mit welcher Nummer möchte ich auftreten?, was möchte ich trainieren?) und das Setzen und Realisieren von Zielen (ich möchte mit einer Diabolo-Nummer auftreten und setze mich dafür ein!).
Die kommunikativen und affektiven Aspekte überschneiden sich auch mit den „suchtpräventiven Lern- und Übungsfeldern" (Kaufmann 2001, 51). Nach Kaufmann gibt es „in der Suchtprävention fünf sich gegenseitig bedingende und ergänzende Lern- und Übungsfelder, in denen psychosoziales Lernen stattfindet" (ebd.). Diese sind Verantwortung, Orientierung, Wahrnehmung, Kreativität und Genuss (vgl. ebd., 52). Durch die Überschneidung mit den oben beschriebenen Aspekten der schulischen Primärprävention sind auch die Lern- und Übungsfelder den jeweiligen Wirkfaktoren eines Circusprojektes zuzuordnen (die ebenfalls in Wechselbeziehung zueinander stehen und sich gegenseitig beeinflussen).
Tabelle 2 zeigt bei allen fünf Zielen der affektiven Aspekte nach Künzel und Böhmer, dass die Bewusstheit eine tragende Rolle im Verhältnis zu den Wirkfaktoren der gestaltorientierten Circusarbeit spielt. Diese Erkenntnis ist elementar für das Angebot der primären Sucht- (und Gewalt-)prävention und deckt sich mit meinen Erfahrungen bei Circusprojekten: Der Umgang der Kinder und Jugendlichen mit sich selbst und untereinander wird bewusster erlebt, die Hilfsbereitschaft, die Teamfähigkeit und die Entscheidungsfähigkeit nehmen zu. Dies sind wichtige Bausteine einer Lebenskompetenz, sie sind für die Kinder und Jugendlichen im Alltag unentbehrlich wenn es darum geht, Entscheidungen zu treffen, sich von der Peer-Gruppe abzugrenzen oder Zivilcourage und Mut in kritischen Situationen zu zeigen.

Tab. 2: Ziele schulischer Suchtprävention (nach Künzel/Böhmer 1993, 58) im Verhältnis zu den Wirkfaktoren der gestaltorientierten Circusarbeit

Ziele	Wirkfaktoren
Verbesserung des Selbstwertgefühls	Bewusstheit, Selbstwert
Klärung persönlicher Werte	Bewusstheit, Integration
Erkennung und adäquater Ausdruck der eigenen Gefühle	Bewusstheit, Beziehung, Kreativität, Integration
Entscheidungen treffen	Bewusstheit , Beziehung
Ziele setzen und realisieren	Bewusstheit, Beziehung, Kreativität

Salutogene Aspekte

Da ich bei einem Circusprojekt großen Wert darauf lege, dass die Schüler die ihnen gestellten artistischen Aufgaben verstehen, diese eigenständig bewältigen können, den Sinn des ganzen Projektes erfassen und dies durch den integrativen Ansatz unterstützt wird, sehe ich auch die folgenden salutogenen Aspekte (vgl. Antonovsky 1997) verwirklicht:

„*Verstehbarkeit* umschreibt das Ausmaß, in dem die Reize und Situationen, mit denen eine Person alltäglich konfrontiert wird, Sinn machen und von ihr kognitiv als klare, geordnete Information verstanden wird.

Bewältigbarkeit meint das Ausmaß, in dem eine Person die Anforderungen, die auf sie zukommen, mit den ihr verfügbaren Ressourcen als bewältigbar wahrnimmt.

Sinnhaftigkeit bezieht sich auf das Ausmaß, in dem das eigene Leben emotional als sinnvoll erlebt wird und die Probleme und Anforderungen des Lebens als solche erlebt werden, für die es sich einzusetzen lohnt" (Bäuerle u. a. 2001, 17; nach Antonovsky 1997).

Diese drei Faktoren betrachten Bäuerle u. a. (2001) als geeignet, um „in Stress- und Konfliktsituationen ohne Kontrollverlust handeln zu können". Darüber hinaus sehen sie die folgenden Punkte als Maßnahmen, die „auf die Förderung und Stärkung der individuellen Handlungskompetenz der jeweiligen Zielgruppe" (ebd.) ausgerichtet sind:

- *Zuversicht* (überdauernde hoffnungsvoll-zuversichtliche Lebenseinstellung)
- *Internale Kontrollüberzeugung* (wichtige Ereignisse im Leben selbst beeinflussen zu können)
- *Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl* (wirkungsvoll Problemsituationen bewältigen zu können)
- *Unbekümmerte Selbsteinschätzung* (ohne emotionale Verunsicherung mit Veränderungen umgehen zu können)
- *Interpersonales Vertrauen* (Vertrauen auf Verlässlichkeit und Glaubwürdigkeit anderer Menschen) (vgl. ebd., 17 f.).

In diesen Aussagen kommen die wesentlichen psychologischen und pädagogischen Lernerfahrungen, die die Artisten (sowie die Lehrer und Eltern als

Betreuer) während eines gestaltorientierten Circusprojekts machen, zum Ausdruck. Somit ist auch die Förderung eines abgestimmten Handelns als Ziel schulischer Suchtprävention gegeben: „Die Notwendigkeit abgestimmten Handelns wird besonders bei außerunterrichtlichen Aktivitäten deutlich, die auf die Schaffung und Bereitstellung alternativer Angebote als soziale Lern- und Erfahrungsfelder abstellen und den Transfer in die konkreten Lebenszusammenhänge ermöglichen sollen" (ebd., 18). Dies ist ein wichtiger Punkt der schulisch-strukturellen Voraussetzungen, wie sie im nachfolgenden Kapitel beschrieben werden.

Strukturelle Aspekte

Neben der Schaffung und Bereitstellung alternativer Unterrichtsangebote zählen Bäuerle u. a. (vgl. 2001, 13) folgende Punkte zu den strukturellen Maßnahmen, die auf die präventiv wirksame Gestaltung der sozialen Nahräume von Menschen zielen:

- *Gestaltung von Klassenfahrten und Schulfesten* (unter den Gesichtspunkten des sozialen Lernens)
- *Rahmenbedingungen für ein kooperatives Verhältnis* (zwischen den Lehrenden und ein positives Erziehungsverhältnis zwischen Lehrenden und Lernenden)
- *Gestaltung des Schullebens* (sozialer Erfahrungsraum im Hinblick auf die individuellen und sozialen Bedürfnisse der Lehrenden und Lernenden)
- *Kooperation* (innerhalb und außerhalb der Schule)
- *Elternarbeit* (Beteiligung von Eltern am Schulleben).

Betrachtet man die strukturellen Aspekte einer wirksamen schulischen Suchtprävention, so wird deutlich, dass auch diese Aspekte durch ein Circusprojekt verwirklicht werden können: Ein Circusprojekt als Angebot und Raum für soziales Lernen (neben artistischem, darstellerischem und künstlerischem Lernen), als Möglichkeit der Neuordnung des Verhältnisses der Lehrer untereinander sowie der Beziehung zwischen Lehrern und Schülern (Aussage eines Lehrers: „ich sehe die Schüler jetzt mit ganz anderen Augen"), Befriedigung der individuellen, speziell der motorischen und der sozialen, Bedürfnisse der Beteiligten, die Kooperation vieler Beteiligter innerhalb der Schule (Schüler, Lehrer, Hausmeister, Rektor) und außerhalb der Schule sowie eine intensive Elternarbeit. Gerade was die Kooperation außerhalb der Schule betrifft, regt Kaufmann eine Intensivierung mit außerschulischen Projektpartnern an: „Neben der alltäglich notwendigen Integration von kreativen Prozessen in die Pädagogik bietet sich die Arbeit von Projekten hervorragend an. In der Schule wird zunehmend und mit großem Erfolg auf die fachliche Unterstützung von darstellenden Künstlern zurückgegriffen (...)" (Kaufmann 2001, 59).

Oft bekomme ich während meiner Projekte von den Eltern, die zusammen mit Lehrern die Artisten angeleitet und in ihrer circensischen Entwicklung begleitet und unterstützt haben, die Rückmeldung, dass diese jetzt sehr genau wissen, was die Lehrer während ihrer Arbeit mit Schülern leisten und somit größeren Respekt vor deren Arbeit haben. Im Gegenzug haben die Lehrer sehr oft die verschiedenen Fähigkeiten, die Bereitschaft zur Teamarbeit und das Engagement von Eltern während eines Circusprojektes als beispielhaft gewürdigt. Somit werden bei einem gestaltorientierten Circusprojekt nicht nur die Kinder und Jugendlichen in ihrer Persönlichkeit und in ihrem Wesen gestärkt, sondern darüber hinaus stärken die Wirkfaktoren Beziehung,

Bewusstheit, Selbstwert, Kreativität und Integration nach meinen Erfahrungen auch das Betreuerteam.

Fazit: Primäre Suchtprävention in Form eines gestaltorientierten Circusprojekts und Gesundheitsförderung

Nimmt man die vier im vorhergehenden Abschnitt beschriebenen Aspekte schulischer Suchtprävention und vergleicht sie mit den Wirkfaktoren der gestaltorientierten Circusarbeit sowie mit den oben beschriebenen Bausteinen einer modernen Gesundheitsförderung, so ist eine große Übereinstimmung erkennbar: Die Beziehungs- und Bewusstheitsebenen werden in ihrer Ganzheit gefördert, wie auch im Diskurs einer psychomotorischen Gesundheitsförderung gefordert. Das Selbstwert- und das Kreativitätspotenzial wird aktiviert und erweitert, so dass die Artisten auch in diesen Persönlichkeitsbereichen mit einem Zuwachs an Erfahrungen ein Circusprojekt bewältigen. Die Integration ist ebenfalls ein wichtiger Bestandteil in den einzelnen Bereichen der primären Suchtprävention und der Gesundheitsförderung und ist in einem gestaltorientierten Circusprojekt immer gegenwärtig durch den direkten und unmittelbaren Kontakt durch Besprechungen, Feedback und den ständigen wertschätzenden Rückmeldungen. Insbesondere die Achtung und Wahrung der körperlichen, emotionalen und geistigen Grenzen und eine dialogische Beziehung (vgl. Kümmel 2003, 55; Buber 2002) zu den Artisten bilden die persönlichkeitsfördernden Grundlagen für das Gelingen eines gestaltorientierten Circusprojekts und für die Wirksamkeit einer primären Suchtpräventions- bzw. Gesundheitsförderungsmaßnahme.
Auch die institutionelle Arbeit, wie sie von Seewald gefordert wird (vgl. Seewald, in diesem Heft), wird in einem gestaltorientierten Circusprojekt verwirklicht. Die Lehrer und Eltern zeigen sich nach einer Projektwoche von den Schülern und deren motorischen, emotionalen und kognitiven Leistungen während der Woche und während des Auftritts sichtlich beeindruckt. Und oft geben mir die Verantwortlichen der Schule die Rückmeldung, jedes Kind sollte in der Laufbahn als Schüler so etwas erlebt haben. Außerdem werde ich immer wieder von der großen Nachhaltigkeit eines gestaltorientierten Circusprojekts in Kenntnis gesetzt; es erfüllt damit einen weiteren zentralen Anspruch im Rahmen der primären Suchtprävention bzw. der modernen Gesundheitsförderung.

Literatur

Antonovsky, A. (1997). *Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit.* Tübingen: DGVT.

Ballreich, R. (2000). Soziales Lernen in Zirkusprojekten. In: S. Schnapp/W. Zacharias (Hg.), *Zirkuslust* (S. 32–49). Unna: LKD-Verlag.

Bäuerle, D./Israel, G./Rasel, D. (2001). *Suchtvorbeugung in den Schulen der Sekundarstufen I und II. Band I: Konzeption, Fachliche Grundlagen, Rechtsaspekte.* Bonn: Kettler.

Buber, M. (2002). *Das dialogische Prinzip.* Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus.

Csikszentmihalyi, M. (2007). *Flow* (13. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.

Dreitzel, H. P. (1998). *Emotionales Gewahrsein. Psychologische und gesellschaftliche Perspektiven in der Gestalttherapie.* München: dtv.

Haas, R. (2007). Psychomotorische Gesundheitsförderung – eine erste Standortbestimmung. *Motorik, 30,* 3, 124–129.

Kaufmann, H. (2001). *Suchtvorbeugung in Schule und Jugendarbeit. Ein Arbeitsbuch mit 111 Übungen und Anregungen.* Weinheim, Basel: Beltz.

Kohne, M. (2005). Die Bedeutung des Gestaltansatzes bei Circusprojekten an Schulen. *Motorik, 28,* 3, 147–158.

Kohne, M. (2007). Circuspädagogik und Suchtprävention (2. Aufl.). Frankfurt: KSH, Suchprävention Konkret – Aktuelle Beiträge aus Hessen, Heft 10.

Kohne, M. (2009). Zentriert sein – bewusst er(leben). Bewusstheit als zentraler Wirkfaktor in der gestaltorientierten Circusarbeit. *Praxis der Psychomotorik, 34,* 4, 189–194.

Kohne, M. (2011). Beziehung in der Gestaltorientierten Circusarbeit. *Praxis der Psychomotorik, 36,* 4, 226–223.

Kümmel, W. (2003). *Der Gestaltansatz in der ergotherapeutischen Praxis.* Bergisch Gladbach: EHP.

Künzel-Böhmer, J./Bühringer, G./Janik-Konecny, T. (1993). *Expertise zur Primärprävention des Substanzmißbrauchs.* Baden-Baden: Nomos.

Meier, G. (2003). *Therapeutische Wirkfaktoren und Interventionsprinzipien.* Skripte aus dem Symbolon-Institut.

Polster, E. und M. (1997). *Gestalttherapie. Theorie und Praxis der integrativen Gestalttherapie.* Frankfurt a. M.: Fischer.

Schmid, J. L. (2007). Flow-Erleben und Achtsamkeit. Neue Paradigmen psychomotorischer Gesundheitsförderung. *Motorik, 30,* 3, 130–134.

Seewald, J. (2012). Motologisch orientierte Gesundheitsförderung – Konzeptionelle Überlegungen und praktische Konsequenzen. *Motorik, 35,* 2, 54–60.

Staemmler, F./Bock, W. (1998). *Ganzheitliche Veränderung in der Gestalttherapie.* Wuppertal: Hammer.

Waibel, E. A. (2002). *Erziehung zum Selbstwert. Persönlichkeitsförderung als zentrales pädagogisches Anliegen.* Donauwörth: Auer.

WHO (Hg.) (1986). *Ottawa Charta.* (http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0006/129534/Ottawa_Charter_G.pdf; Zugriff am 06.05.2012 um 18:47 Uhr)

Zimmer, R. (2006). *Handbuch der Psychomotorik. Theorie und Praxis der psychomotorischen Förderung von Kindern* (9. Aufl.). Freiburg: Herder.

Zinker, J. (1982). *Gestalttherapie als kreativer Prozess.* Paderborn: Jungfermann.