

„Warum der ganze Zirkus?“

CARISMO alias Martin Bukovsek

Artist und Zirkuspädagoge, www.carismo.de

„Warum der ganze Zirkus?“

Oder – steckt nicht in jedem von uns ein Zirkuskünstler?

Bewegung ist ein Grundbedürfnis von Kindern und eine Grundlage der gesamten Persönlichkeitsentwicklung.

Bewegung steigert die allgemeine Leistungs- und Lernfähigkeit, stärkt das Muskel- und Kreislaufsystem und fördert die motorische und körperliche Entwicklung, denn sie vermittelt Koordinationsfähigkeit und Körpererfahrung.

Bewegung ist aber auch ein Motor für die Entwicklung psychosozialer und geistiger Fähigkeiten:

- sie fördert Selbstvertrauen, Körperbewusstsein und das soziale Miteinander in der Gruppe,
- sie steigert Konzentration, Aufmerksamkeit, Wahrnehmung
- sie regt die Bildung neuer Nervenzellen im Gehirn an
- und macht einfach Spaß.

Doch wie sieht der Alltag von Kindern aus?

Oft ist der Tagesablauf durch Bewegungsarmut gekennzeichnet:

- Kinder sitzen tagsüber eine lange Zeit herum (Schule, Hausaufgaben, ...)
- Kinder werden mit dem Auto hin- und hergefahren (Kindergarten, Schule, Sportverein, ...)
- Kinder finden immer weniger Bewegungs- und Spielräume, in denen sie gefahrlos und spontan toben können

- Kinder verbringen ihre Freizeit mehr und mehr mit technischen Geräten (Fernseher, Computer, Handy, ...).

Versuchen wir uns mal dies vorzustellen:

Es ist doch eine sehr bewegungsarme Lebensweise. Der natürliche Bewegungsdrang wird nicht gelebt, sondern zurückgehalten, vielleicht sogar aufgestaut!

Die Folge kann sein, dass eine solche „geballte Ladung“ durch einen banalen Auslöser in einem an sich unbedeutenden Moment zur unkontrollierten Entladung kommen kann.

Sozusagen „platzt ein Ventil“ vom zu großen Überdruck, die inneren Kräfte verschaffen sich Freiheit, welche durch Schlagen und Stauchen, oder durch zerstörerische Handlungen Ausdruck finden können.

Kinder und Jugendliche wollen etwas erleben. Sie wollen gerne wegfahren oder schauen sich Abenteuerfilme an.

Wenigen aber steht die Möglichkeit offen, im Spiel echte, reale Gefahren zu erleben, sich etwas nicht zu getrauen und Angst zu bekommen (z.B. beim Hochklettern auf einen Steinhügel oder beim Überspringen eines Baumstammes).

Alle diese Gefühle, – die Angst und der Mut, sie zu überwinden, etwas auch mit großer Angst zu wagen –, sind sehr wichtig für die Entwicklung der Persönlichkeit.

Viele Kinder erleben solche Abenteuer nur noch in Filmen. Das sind aber nur Scheinabenteuer. Das Kind erlebt nicht die eigene Angst, sondern die Angst des Filmhelden.

Hier könnte man von einer „Fülle der Zivilisation“ einerseits und einer „Leere an echten Erlebnissen“ andererseits sprechen!

Ein weiterer Gedanke:

Viele Kinder und Jugendliche wachsen heute leider in „verstörten“ Familien auf:

- der Vater oder/und die Mutter ist/sind kaum zu Hause
- das Miteinander zwischen den Eltern oder/und den Kindern stimmt nicht

- um die Kinder und Jugendlichen kümmert sich niemand, sie werden oft sich selbst überlassen.

Als Erzieher habe ich schon oft solche Erfahrungen machen müssen. Es gibt Kinder, die starke Bedürfnisse nach Zuwendung und Nähe haben. Diese müsste man die ganze Zeit in den Arm nehmen. Und dann gibt es auch Kinder, die ihre Gefühle nicht unmittelbar ausdrücken können. Sie äußern sie dann auf eine andere Art, zum Beispiel durch ein auffälliges Verhalten.

Meistens werden die Kinder dann aufgefordert ruhig zu sein.

Oft ist es nicht leicht, ihnen in solchen Situationen das Gefühl zu vermitteln, „ich bin für dich da!“.

Zusätzlich zu solchen Gedanken sind viele zu beobachtende Veränderungen alltäglich geworden, welche uns als Erwachsene eigentlich alarmieren sollten.

Gesundheitsstudien belegen:

- viele Kinder können nur wenige Schritte rückwärts balancieren
- viele Kinder/Jugendliche schaffen keine Rumpfbeuge
- auf einem Bein stehen oder eine Rolle vorwärts bereiten oft Schwierigkeiten
- viele Kinder und Jugendliche fühlen sich matt, müde und unsportlich
- viele Kinder und Jugendliche sind unausgeglichen und fühlen sich unmotiviert etwas zu tun.

Was könnte man tun?

Projekte zur Bewegungsförderung verwirklichen und eine gesunde Zukunft für unsere Kinder und Jugendlichen schaffen.

Dies findet heute Gott sei Dank im Freizeitbereich auf vielerlei Weise statt (durch Sportvereine, Kinderturnen, u.a.)

Im schulischen Bereich könnte ein „Mitmach-Zirkus“ ein solches Angebot sein.

Kinderturnen, wie zum Beispiel ein Zirkusprojekt, ist das ideale Bewegungsangebot für Kinder.

Kaum ein anderer „Sport“ bietet eine so vielseitige, umfassende, abwechslungsreiche und kreative Bewegungsschulung.

Die Inhalte sprechen alle an – egal,

- ob Junge oder Mädchen, alt oder jung
- ob groß oder klein, stark oder schwach
- ob dick oder dünn, leicht oder schwer
- ob alleine oder in der Gruppe
- ob begabt oder auch unbegabt
- ja selbst für Menschen mit Behinderung ist in einem solchen Projekt „Platz zum Mitmachen“.

Die Inhalte der zirkuspädagogischen Arbeit orientieren sich immer an der Entwicklung, an den schon gemachten Erfahrungen und an den Bedürfnissen der Teilnehmer – somit können alle Menschen mitmachen und lernen.

Zirkuspädagogik ist demnach die spielerische Auseinandersetzung mit zirkusischen Inhalten. Das Ziel der Zirkuspädagogik liegt in der Erweiterung der Erfahrungsbereiche (Körper-, Sozial-, Materialerfahrung) im Sinne einer bewegungsorientierten Entwicklungs- und Persönlichkeitsförderung.

Zirkuspädagogische Arbeit unterstützt die Persönlichkeitsentwicklung durch Bewegung, Wahrnehmung und Handlung in sozialen Bezügen.

Kinder, Jugendliche und Erwachsene setzen sich im Zirkuskontext sinnvoll und kritisch mit sich selbst, ihrer dinglichen und personalen Umwelt auseinander!

Aktiv handelnd kann jeder Teilnehmer (Körper-, Material-, Sozial-) Erfahrungen sammeln, sich selbst als Verursacher des Geschehens erleben und demnach Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten gewinnen.

Ein chinesisches Sprichwort könnte die zirkuspädagogische Arbeit so definieren:

„Sagst du´s mir, so vergesse ich es.
Zeigst du´s mir, so merke ich es mir vielleicht.
Lässt du mich teilnehmen, so verstehe ich es.“

An dieser Stelle möchte ich noch einmal die Frage stellen:
„Warum der ganze Zirkus?“

Die zirkuspädagogische Arbeit bewirkt Wunderbares!

Zum einen kann sie in vielerlei Hinsicht, sowohl ganz individuell im Einzelfall als auch für ganze Gruppen, zielorientiert erarbeitet und eingesetzt werden.

Zum anderen darf und soll die zirkuspädagogische Arbeit auch ganz ohne Zielsetzung und ohne Ergebnisorientierung eingesetzt und angeboten werden – einfach so, weil es Spaß macht!

Denn auch im „nicht-therapeutischen Zirkusspielen“ kann sich keiner dem Prozess entziehen, dass viele in herkömmlichen Lernzielen angepeilte Fertigkeiten und Kenntnisse ganz von allein und ohne Absicht im spielerischen Tun einfach geweckt, geschult und gelernt werden!

Hier folgen nun einige Beispiele, welche Lernziele ganz bewusst oder auch absichtslos erreicht werden können.

Allgemeine pädagogische Lernziele:

- Steigerung der Konzentrationsdauer, der Frustrationstoleranz, der Selbstdisziplinierung und selbstständigen Arbeit
- Gruppenfähigkeit
- Fairness
- Integration verschiedenster Leistungsstufen, Fähigkeiten und Eigenarten
- Ästhetische Selbsterfahrung
- Vertrauen in die Zuverlässigkeit Dritter
- Steigerung des Selbstvertrauens und des Selbstwertgefühls durch Anerkennung innerhalb und außerhalb der Gruppe, insbesondere im Rahmen von Aufführungen.

Motorische Lernziele:

- Steigerung des Gleichgewichtssinns und des Orientierungsvermögens
- Steigerung der Stütz- und Haltekraft
- Allgemeine Verbesserung des Muskeltonus
- Ausleben des inneren Bewegungsdranges
- Erleben neuer Bewegungsformen
- Verbesserung der Auge-Hand-Koordination
- Höheres Maß an Körperwahrnehmung und Haltung.

Psychologische Lernziele:

- Erfahrung in der Auseinandersetzung mit der eigenen Körperwahrnehmung und der eigenen Leistungsfähigkeit bereichern
- Ausleben von Emotionen durch Improvisieren und Spielen von Situationen
- Angstabbau
- Verminderung von Lernstress und Prüfungsangst durch Erlernen neuer Methoden und Auftrittssituationen, in denen das Gelernte vor Zuschauern dargeboten wird
- Neurologische Verbesserung der Kommunikation zwischen linker und rechter Gehirnhälfte.

Soziale Lernziele:

- Verbesserung des Kommunikationsrepertoires durch ständigen Austausch in der Gruppe
- Lernen und Erfahren von Verlässlichkeit
- Steigerung der Konflikt- und Kritikfähigkeit
- Aushalten von Körperkontakt mit anderen aus der Gruppe.

Kognitive Lernziele:

- Steigerung der Kreativität
- Steigerung der Wahrnehmungsfähigkeit
- Finden neuer Lernmethoden
- Verbesserte Fehler- und Problemanalyse durch Wahrnehmen, Differenzieren und Auseinandernehmen einzelner Bewegungsabläufe mit dem Ziel, bestimmte Tricks oder Figuren zu beherrschen und Fehler zu minimieren
- Bewusstes Aufgeben von bestimmten Zielen, um anderen Zielen Entfaltungsfreiheit zu ermöglichen.

Bei all der übergroßen Fülle an positiven Lernmöglichkeiten, darf meiner Meinung nach aber auch der Bereich der „guten Negativerfahrungen“ nicht übersehen werden!

Dass beim Üben der einzelnen Disziplinen nicht alles nach zwei-, dreimal probieren gelingt oder beim Aufführen mal ein Trick daneben geht, sind in der Zirkuswelt wie auch im alltäglichen Leben ganz normale Ereignisse.

Beim „Zirkusspielen“ können wir allen Teilnehmern das „Spiel des Lebens“ näher bringen, indem wir sie an ihre eigenen Grenzen stoßen lassen. Es tut gut, sich bewusst öfters in Situationen zu begeben, in denen man scheitert. Daraus kann man lernen und besser werden. Wichtig dabei ist: man darf bloß nicht aufgeben!

Indem wir den Kindern und Jugendlichen Zuwendung schenken und sie immer wieder ermutigen, fördern wir etwas ganz Wichtiges, nämlich Zuversicht und Selbstbewusstsein. Das macht sie unabhängiger vom Auf und Ab des Lebens.

Und wenn wir den Kindern und Jugendlichen Freude an der Sache vermitteln und Raum schaffen, einfach mal nach dem „Lustprinzip“ zu experimentieren, ohne daß gleich ein Lob ausgesprochen werden muss, dann machen wir sie unabhängiger von Zustimmung und Ablehnung.

Denn: Verlieren will auch gelernt sein!

Und noch ein drittes mal die Frage: „Warum der ganze Zirkus?“

Kindern und Jugendlichen fehlen oftmals ganzheitliche und sinnvolle Beschäftigungsmöglichkeiten, durch die sie ihre Freizeit aktiv gestalten können.

Schauen wir allgemein (und auch im Besonderen) in die Welt des Zirkus und in die zirkuspädagogische Arbeit hinein, so fällt auf, daß sie für alle beteiligten Personen eine immense Faszination ausstrahlt.

Zirkus ist ein Ort mit vielseitigem Lerncharakter und bietet ein hohes Maß an Identifikationsmöglichkeiten.

Das Mitmachen in einem Zirkusprojekt hat zu alledem noch einige weitere positive Nebeneffekte, wie zum Beispiel:

- Unser Alltag ist oft mit Stress und Sorgen beladen, welche nicht nur unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit beeinträchtigen, sondern auch Lebensfreude und Enthusiasmus verhindern.

Durch das „Zirkus spielen“ lassen sich Menschen langfristig für ein aktives Leben begeistern. Wer sich viel bewegt, tut viel für seine Gesundheit und indem wir uns von unserem „Arbeitsalltag“ ein wenig lösen, können wir andere Lebensimpulse erleben und uns dabei erholen.

So können wir neue Motivation und Energie schöpfen. Ist aber unsere „innere Welt“ frei von Anspannungen, so ist dies auch eine gute Grundlage für Kreativität, Inspiration und Freude am Leben.

- Im Ausprobieren und Üben der Zirkusdisziplinen (alleine oder auch in der Gruppe) kann das Kind bzw. der Jugendliche manchmal ein „Bild von sich selbst“ finden, welches richtiger und realistischer ist, als es der Alltag zu zeigen vermag.

Solch ein Spiegelbild von sich selber zu bekommen, ist eine gute Grundlage an seiner eigenen Identität zu arbeiten,

welche erfahrungsgemäß nicht irgendwann mal fertig ist, sondern immer wieder neu gestaltet werden muss. Gerade Kinder und Jugendliche stehen voll in dem wichtigen Prozess ihrer eigenen Persönlichkeitsentwicklung.

Durch das „zirkensische Spielen“ können die dabei neu gefundenen Selbsterkenntnisse für jeden Einzelnen eine Hilfe sein, sich anders, also individueller und authentischer zu entwickeln.

Den jungen Menschen wird hier gezeigt, dass man sie mit ihren Fähigkeiten und Charakterzügen ernst nimmt. Gleichzeitig wird dabei auch ihre Selbstständigkeit und Eigenverantwortung gefördert, was sich im späteren Leben positiv auswirken wird.

Zusammenfassend möchte ich an dieser Stelle ein Zitat anführen, welches in sehr treffenden Worten den zirkuspädagogischen Gedanken formuliert:

„Überhaupt stellt der Kinderzirkus ein ausgezeichnetes Erziehungsmittel dar. Sozialisation, Einordnung, Disziplin, aber auch Selbstentfaltung durch spielerisches Lernen, all das, worüber Fachleute theoretisieren, hier wird es zur Selbstverständlichkeit.

Der erzieherische und therapeutische Wert, der im konsequenten und ausdauernden Verfolgen eines selbstgewählten Trainingszieles liegt (z. B. das Überqueren eines schwankenden Drahtseiles), ist nach meinen Erfahrungen gar nicht hoch genug zu veranschlagen.

So ist dieses kindliche akrobatische Training mehr als eine Spielerei. Es ist eine kindgemäße Form der Erziehung zur Selbstständigkeit, eine harte, frei gewählte Schule der Selbsterziehung.

Die hier im Laufe der Jahre gemachten Erfahrungen und die Erfolge, gerade bei verwahrlosten Kindern von der Straße, sollten aufhorchen lassen und zur Nachahmung anregen.“ (Ernst J. Kiphard, 1963)

Zum Ende hin kommt mir noch ein Gedanke:

Der Zirkus und die zirkuspädagogische Arbeit sind ganz bestimmt nicht ein Wunderheilmittel für alle Fälle und es muss auch nicht immer dieses Medium sein, auf das gebaut wird – aber unsere Welt und unser Leben wären ohne den Zirkus um vieles ärmer, freudloser und eintöniger!

Also: „Warum der ganze Zirkus?“

Weil in dieser geheimnisvollen, besonderen „Welt“ ein jeder Mensch seinen Platz hat und zum „Beschenken“ werden kann. Tun wir uns etwas Gutes, weil wir es uns wert sind!