

Martina Groth

**Das Tanzen als Inhalt und Methode der sozialen Arbeit**

DIPLOMARBEIT

HOCHSCHULE MITTWEIDA (FH)  
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Fachbereich Soziale Arbeit

Roßwein, 2009

Martina Groth

**Das Tanzen als Inhalt und Methode der sozialen Arbeit**

eingereicht als

DIPLOMARBEIT

an der

HOCHSCHULE MITTWEIDA (FH)  
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Fachbereich Soziale Arbeit

Roßwein, 2009

Erstprüfer: Prof. Dr. Jan-Peter Domschke

Zweitprüfer: Liane Günther

Vorgelegte Arbeit wurde verteidigt am:

## Bibliographische Beschreibung:

Groth, Martina:

Das Tanzen als Inhalt und Methode der sozialen Arbeit. 75 S.

Roßwein, Hochschule Mittweida/Roßwein (FH), Fachbereich Soziale Arbeit,  
Diplomarbeit 2009

## Referat:

Die Diplomarbeit befasst sich mit dem Medium Tanz als Inhalt und Methode der sozialen Arbeit in Gruppen. An zwei aktuellen Tanzprojekten in Chemnitz wird untersucht, was der Tanz bewirkt, für den Einzelnen, für die Gruppe und welchen Unterschied es macht, ob die Gruppe für sich tanzt bzw. sich mit einer Aufführung der Öffentlichkeit stellt.

Bei den Projekten handelt es sich zum einen um ein offenes Angebot zu Mitmachtänzen in der psychosozialen Kontakt- und Beratungsstelle in Chemnitz, zum anderen um das Tanzprojekt 55+ von „Armes Theater“ in der Schönherr Fabrik. Während die erste Gruppe beim Tanzen unter sich bleibt, wird sich die 2. Gruppe mit ihrem Tanz der Öffentlichkeit präsentieren.

Als Methoden verwende ich das Literaturstudium, ich werde ausgewählte Personen, Experten und Mittänzer befragen und die teilnehmende Beobachtung mit einbeziehen.

Inhaltsverzeichnis		
0	Einleitung	1
1	Ästhetik und Kunst in der sozialen Arbeit	4
2	Tanz als Inhalt der sozialen Arbeit	7
2.1	Was verstehe ich unter dem Begriff Tanz?	7
2.2	Tanz in Gruppen	8
3	Was kann Tanz bewirken?	10
3.1	Gesundheitsprävention und -förderung	10
3.2	Die heilende Wirkung des Tanzes	12
3.3	Körperorientierte Prozesse	14
3.4	Die Bedeutung von Bewegung und Tanz für die Selbst- und Fremdwahrnehmung	17
3.5	Erziehung durch Tanz	18
4	Erläuterungen zu „tanzenden Professionen“	21
4.1	Tanzpädagogen	22
4.2	Tanztherapeuten	23
4.3	Tänzer / Künstler	25
4.3.1	Die Bedeutung von Bernhard Wosien	27
4.3.2	Die Bedeutung von Trudi Schoop	30
5	Die Wechselbeziehung von Tanz zu weiteren Methoden der sozialen Arbeit	34
6	Multiprofessionelle Zusammenarbeit	42
7	Das „Tanzprojekt 55+“	44
7.1	Vom einmaligen Tanzprojekt zu fortlaufenden Tanzangeboten	44
7.2	Die Gruppe	46
7.3	Die Proben	50
7.3.1	Die künstlerische Leitung	53
7.4	Der Höhepunkt – die Aufführung	54
8	Das Tanzangebot in der Psychosozialen Kontakt- und Beratungsstelle (PSKB)	57
8.1	Die PSKB	57
8.2	Das Angebot Kreis- und Reigentänze	59
8.3	Die Gruppe	61
8.4	Die Tanzeinheiten	64
9	Vergleich der beiden Tanzangebote	68
10	Tanz will getanzt sein	73
Fußnotenverzeichnis		IV
Literaturverzeichnis		VI
Anlagen		IX

Ich lobe den Tanz  
denn er befreit den Menschen  
von der Schwere der Dinge  
bindet den Vereinzelten  
zu Gemeinschaft

Ich lobe den Tanz  
der alles fordert und fördert  
Gesundheit und klaren Geist  
und eine beschwingte Seele

Tanz ist Verwandlung  
des Raumes, der Zeit, des Menschen  
der dauernd in Gefahr ist  
zu zerfallen ganz Hirn  
Wille oder Gefühl zu werden

Der Tanz dagegen fordert  
den ganzen Menschen  
der in seiner Mitte verankert ist  
der nicht besessen ist  
von der Begehrlichkeit  
nach Menschen und Dingen  
und von der Dämonie  
der Verlassenheit im eigenen Ich

Der Tanz fordert  
den befreiten, den schwingenden Menschen  
im Gleichgewicht aller Kräfte

Ich lobe den Tanz

O Mensch lerne tanzen  
sonst wissen die Engel  
im Himmel mit dir  
nichts anzufangen

Augustinus<sup>(1)</sup>

## 0 Einleitung

Bei meiner Recherche zum Thema „Tanz in der sozialen Arbeit“ ist mir aufgefallen, dass in allen Lebensaltern, von Eltern-Kind-Kreisen an, über Angebote in Kindergärten und Schulen, in Freizeiteinrichtungen und Jugendclubs, in der Erwachsenenpädagogik bis hin zu Angeboten im Seniorenbereich, getanzt wird.

Körperliche Einschränkungen spielen zwar eine Rolle, sind aber kein Hinderungsgrund für Tanz. So hat sich zum Beispiel der Rollstuhltanz etabliert, es gibt sogar Wettbewerbe bis hin zu Meisterschaften. Im Seniorenbereich erfreuen sich Sitztänze zunehmender Beliebtheit.

Es wird getanzt zur Entspannung, zum Abbau von Stress und Aggression, zur körperlichen und geistigen Fitness.

Da gibt es die freie Bewegung zur Musik oder nach einer Choreographie. Es tanzt ein Einzelner, das Paar, die Gruppe.

Die Tänze werden geübt um des Tanzes willen oder um sich einer Öffentlichkeit zu präsentieren.

Es gibt Tanzschulen mit ausgebildeten Tanzlehrern, weiterhin Tanzpädagogen und Tanztherapeuten. Und es gibt die Künstler, die auf einer Bühne tanzen, wie z.B. die Balletttänzer und die Ausdruckstänzer.

Wieso also Tanz in der sozialen Arbeit? Sollte man den Tanz nicht lieber anderen Professionen überlassen? Ich bin der Meinung, wenn man den Menschen ganzheitlich - also als Einheit von Körper, Geist und Seele - betrachtet, dann gehört der Tanz als eine Möglichkeit des Ausdrucks von Befindlichkeiten in die soziale Arbeit mit hinein. Im Tanz wird manches sichtbar, z. B. wie es dem anderen gerade geht, was er vielleicht so gar nicht in Worte fassen kann.

Natürlich kann nicht jeder Sozialpädagoge auch ein Tanzpädagoge sein, aber jeder Sozialpädagoge sollte auf die Körpersprache seiner Klienten achten, weil daraus so viel abzulesen ist, was evtl. mit Worten nicht zur Sprache kommt. Auch möchte ich in dieser Arbeit auf die Wechselwirkung von Körper und Psyche eingehen. Also nicht nur der Körper reagiert auf die Psyche - ich sehe jemandem an, ob er fröhlich oder traurig ist - sondern die Psyche reagiert auch auf körperliche Aktivitäten. Dazu mehr unter Punkt 4 und 5, wo es um die Wirkungen von Tanz geht bzw. um die tanzenden Professionen.

Wie in anderen Bereichen der sozialen Arbeit gilt es natürlich auch beim Tanz, die Angebote auf die jeweilige Zielgruppe abzustimmen. Es gibt kein Grundrezept für alle

Gruppen. Tanz kann ein Weg sein über Freude und Wohlbefinden ein bestimmtes Ziel zu erreichen.

Bestärkt, mich mit diesem Thema in der Diplomarbeit zu beschäftigen, haben mich Filme wie „Dance for all“<sup>(2)</sup> oder „Rhythm is it“<sup>(3)</sup>. Während der erste Film von einem Tanzprojekt in den Townships von Kapstadt handelt, geht es im zweiten Film um ein Projekt an Berliner Schulen mit hohem Migrantenanteil. Es konnte gut vermittelt werden, wie der Tanz die Schülerinnen und Schüler selbstbewusster und teamfähiger macht. Mich hat beeindruckt, dass diese Filme so öffentlichkeitswirksam waren, dass im Nachgang weitere Tanzprojekte an bzw. mit Schulen entstanden sind.

Im Rahmen dieser Diplomarbeit werde ich mich mit zwei Tanzangeboten in Chemnitz beschäftigen. Auf der Grundlage von Fachliteratur zum Thema werde ich mich mit den Wirkungen von Tanz auseinandersetzen. Mittels Befragung ausgewählter Personen sowie der teilnehmenden Beobachtung möchte ich feststellen, inwieweit das die einzelnen Tänzerinnen für sich auch so wahrnehmen und was das für die jeweilige Gruppe und das soziale Miteinander bedeutet.

Bei den Angeboten handelt es sich zum einen um das „Tanzprojekt 55+“ – eine feste Gruppe von 15 Personen, die sich mittels Tanz oder besser Tanztheater mit der Problematik des Alterns beschäftigt. Das zweite ist ein offenes Angebot der Psychosozialen Kontakt- und Beratungsstelle in Chemnitz, wo 14-tägig zirka 10 Menschen, die von psychischen Krankheiten betroffen sind, zusammen Kreistänze tanzen. Während diese Gruppe für sich selbst tanzt, wird sich die vorher genannte der Öffentlichkeit präsentieren. Ich möchte mich damit beschäftigen, ob und wie sich dieser Unterschied auf die Gruppen auswirkt.

An dieser Stelle sei mir eine Anmerkung zur Wortwahl für die Bezeichnung von Personengruppen, einschließlich der Genderperspektive, in dieser Diplomarbeit erlaubt.

Ich habe mich bei der Wortwahl für Personengruppen, in denen beide Geschlechter integriert sind, zuerst einmal an der Fachliteratur orientiert, auf die ich mich in dem genannten Zusammenhang beziehe.

Außerhalb dieses Kontextes, wenn ich also über eigene Erfahrungen berichte bzw. größere Zusammenhänge beleuchte, die sich auf unterschiedliche Quellen beziehen, habe ich bewusst unterschiedliche Schreibweisen gewählt.

Hier habe ich eine Erfahrung aus den Tanzkreisen in diese schriftliche Arbeit einfließen lassen.

Während einer Tanzeinheit würde ich nie 1½ Stunden „nur“ im  $\frac{3}{4}$ -Takt tanzen und das in einem einfachen Walzerschritt. Nein, ich wechsele Tänze mit unterschiedlichen Taktarten und Schrittfolgen bewusst untereinander ab. Das gibt der Gruppe eine konzentriertere Atmosphäre, immer wieder neu auf den Rhythmus zu hören und auf die Schrittfolge zu achten. Diese wird also nicht müde von einem „monotonen Einerlei“.

So war mein Ziel bei der Wortwahl in dieser Arbeit auch, den Leser für verschiedene Facetten ein und derselben Personengruppe „wachzuhalten“. So sind z.B. die TeilnehmerInnen des Tanzangebotes für diese Zeit unbedingt auch die TänzerInnen, auch wenn sie wahrscheinlich nie im Leben auf einer Bühne tanzen werden. Um die wenigen Männer, die an diesen Angeboten teilnehmen, ab und zu besonders ins Bewusstsein zu rücken, verwende ich genauso die Bezeichnung Tänzer und schließe damit die vielen Frauen, die mittanzen nicht aus. Ich möchte die Männer nicht deshalb besonders ins Bewusstsein rücken, weil ich meine, dass Frauen weniger in diesen Kreisen vollbringen würden. Nein, meine Wahrnehmung ist nur folgende, dass an den verschiedenen Tanzangeboten viel mehr Frauen und Mädchen teilnehmen als Männer und Jungen. Eine Ausnahme bildet da aus meiner Sicht der Hip Hop.

Die Fragestellung, warum viele Angebote von Männern so wenig in Anspruch genommen werden, wäre meiner Meinung nach einer gründlichen Recherche wert, würde hier aber den Rahmen dieser Arbeit sprengen.

Wenn ich an griechischen Tanz denke, dann fallen mir z.B. eher Männer als Frauen ein.

Wenn ich also in dieser Arbeit die eher männlich besetzten Begriffe Teilnehmer oder Tänzer gebrauche, dann bezieht sich das gegebenenfalls, wenn die weibliche Form nicht zusätzlich benannt ist, auf beiderlei Geschlecht. Das ist bitte nicht als Abwertung der weiblichen Tänzerinnen zu sehen, sondern, wie bereits gesagt, geht es mir darum, die zahlenmäßig so viel kleinere Gruppe der tanzenden Männer ins Blickfeld zu rücken.

## 1 Ästhetik und Kunst in der sozialen Arbeit

Im Allgemeinen geht es in der sozialen Arbeit darum, die Lebenssituationen und Entwicklungschancen von Menschen in schwierigen Lebensphasen zu verbessern bzw. zu verhindern, dass solche Lebenslagen überhaupt entstehen.

Die entsprechenden Hilfeleistungen können dabei sehr unterschiedlich aussehen. Ein Ansatz ist es, den Blick auf die notwendigen äußeren Ressourcen zu lenken. Welche finanziellen, materiellen und sozialen Ressourcen braucht ein Mensch in unserer Gesellschaft, um ein menschenwürdiges Leben zu führen? Geld und Infrastruktur reichen dafür allerdings in der Regel nicht aus. Im Sinne einer Hilfe zur Selbsthilfe müssen deshalb die Hilfsangebote durch Bildungs-, Beratungs- und Erziehungsmethoden ergänzt werden. Hier tritt eine weitere Perspektive in das Zentrum professioneller Hilfeleistungen. Die Fähigkeit zur Lebensbewältigung und damit einhergehend die Verbesserung der Lebenssituation der Klienten wird durch die Förderung ihres Lern- und Entwicklungspotenzials wesentlich beeinflusst. Hier werden die inneren Ressourcen angesprochen, die jeder Klient mitbringt. Diese zu Tage zu fördern kann dem Klienten dabei helfen, soweit als möglich von der Unterstützung durch äußere Ressourcen unabhängig zu werden bzw. diese selbstbewusst einzufordern.

Wichtige Methoden kultureller und sozialer Bildungsarbeit sind hierbei ästhetisches Lernen und künstlerisches Gestalten.

Um mich dem ästhetischen Lernen, den Inhalten und Zielen, zu nähern, muss ich mir bewusst sein, welche Bedeutung Ästhetik für mich in diesem Zusammenhang hat. Zwei unterschiedliche Zugänge dazu sind mir bekannt und meines Erachtens sind beide für die soziale Arbeit wichtig.

Zum einen wird nämlich Ästhetik in einem umfassenden Sinn als Lehre von der menschlichen Sinneswahrnehmung bezeichnet. Hiermit ist alles gemeint, was unsere Sinne beschäftigt, was also unser Bewusstsein prägt, indem es Empfindungen und Gefühle in uns entstehen lässt. Zum anderen versteht sich Ästhetik im engeren Sinne als die Lehre vom Wahren und Schönen, etwas verkürzt gesagt als Theorie und Praxis der Kunst. Auf der einen Seite gibt es da also den alltagsästhetischen Zugang, der nach den Wahrnehmungs- und Deutungsmustern der Adressaten fragt, auf der anderen geht es um die gezielte Organisation ästhetischer Erfahrungen durch die Arbeit mit künstlerischen Medien.<sup>(4)</sup>

Beides sollte der Sozialpädagoge im Blick haben.

Wenn ich vom alltagsästhetischen Zugang ausgehe, dann muss mir bewusst sein, dass unsere Klienten die professionellen Hilfsangebote keineswegs „ästhetisch vor-

aussetzungslos“ in Anspruch nehmen, dass also ästhetische Erfahrungen in der sozialen Arbeit nicht zuallererst Elemente eines methodischen Settings sein können.

Ich darf nicht vergessen, dass der Alltag von ihnen nicht unerheblich durch (sozial)ästhetische Qualitäten definiert wird, die da sind: Stadtteilarchitektur und Sozialraum, familienspezifische Verhaltensformen, milieubildende Gruppensymbolik, widersprüchliche Mediatisierungserfahrungen, eigener Lebensstil und Selbstdarstellung. Diese bilden die ästhetisch geprägten Rahmenbedingungen unserer Arbeit. Die Beziehung Sozialpädagogin – Klient ist daher oft auch eine Begegnung unterschiedlicher sozialästhetischer Lebenswelten, die Bewältigung dieser Unterschiede kann über Erfolg und Misserfolg beruflichen Handelns entscheiden.<sup>(5)</sup>

Es kommt also in der sozialen Arbeit darauf an, zum einen die Lebenserfahrungen der Klienten wahrzunehmen und wertzuschätzen und zum anderen eine Atmosphäre zu schaffen, in der ästhetisches Lernen möglich und fruchtbringend ist.

Entsprechend der Fülle der Themen und der Zielgruppen in den Handlungsfeldern der sozialen Arbeit sind die Zielsetzungen ästhetischen Lernens sehr vielfältig. Eine außerordentlich wichtige Rolle spielen dabei zudem die Kreativität und die Phantasie der beteiligten Akteure bei der Arbeit mit ihren Medien.

Ästhetisches Lernen dient im Wesentlichen der Vermittlung von Schlüsselqualifikationen. Zu den allgemeinen Zielsetzungen gehören die Entwicklung der persönlichen Äußerungs- und Ausdrucksfähigkeit sowie einer differenzierten Wahrnehmungs- und Interpretationsfähigkeit. Damit verbunden wird die Kritik- und Urteilsfähigkeit erhöht und die Phantasie zu einer kreativen Problemlösefähigkeit und zu divergentem Denken angeregt. Besonders in Bezug auf den Einsatz in sozialpädagogischen Praxisfeldern sind diese Zielsetzungen jedoch noch ergänzungsbedürftig. Einige Beispiele sollen das verdeutlichen: Die im pädagogischen Handlungskonzept enthaltenen Selbsterfahrungs- und Selbstheilungskräfte sollten dafür genutzt werden, das Selbstbewusstsein und die Ich-Stärke der Klienten gezielt zu fördern. Einen weiteren Schwerpunkt bietet die Entwicklung von Kooperations- und Teamfähigkeiten in gruppenpädagogischen Angeboten. Belastungs- und Konfliktfähigkeit werden in der Auseinandersetzung mit divergierenden Auffassungen und Interessen entwickelt, zum einen im Sinne der Einübung von Toleranz, zum anderen aber auch als Erkennen und Durchsetzen eigener Sichtweisen und Interessen. Durch die Auseinandersetzung mit eigenen und fremden Deutungsmustern, auch in öffentlichen Räumen, soll die soziale Integrationsfähigkeit und Partizipationskompetenz unserer Klienten erhöht werden.<sup>(6)</sup>

Diese Aufzählungen erheben keineswegs den Anspruch auf Vollständigkeit, das ist auf Grund der Fülle der Themen und Zielgruppen in den Handlungsfeldern der sozialen Arbeit, wie oben beschrieben, auch gar nicht möglich. Wichtig war mir, anhand der

Beispiele aufzuzeigen, dass es hierbei um die Entwicklung der Fähigkeit zur eigenen Lebensgestaltung geht. Wenn wir die Menschen dabei unterstützen können, die ihnen zur Verfügung stehenden inneren Ressourcen dafür zu nutzen, dann ist ihnen für die Zukunft mehr geholfen, als wenn wir nur Hilfe mittels Ressourcen von außen geben. Sicher ist auch das manchmal nötig, wichtig aber ist, dass beide Hilfen in einem angemessenen Verhältnis zueinander stehen.

Eine ideale Ausgangsbasis für ästhetisches Lernen bietet das künstlerische Gestalten, weil derjenige, der sich künstlerisch betätigt, sich schöpferisch mit sich selbst und/oder mit der (Um-)Welt auseinandersetzt. Ob über die Medien Musik und/oder Tanz, Theater, Spiel, Poesie und bildende Kunst, bei dem, der sich mit Kunst befasst, trägt diese zur Entfaltung der Sinne bei. Kunst bietet die Möglichkeit des „Zu-sich-selbst-Kommens“ oder sogar die des „Aus-sich-Herauswachsens“. Für die Arbeit mit Menschen haben deshalb Kunstwerke und Kunst eine wesentliche Bedeutung. Immer wieder erlebe ich es gerade in der Arbeit mit Laien, welche ungeahnte Ressourcen bei der künstlerischen Gestaltung zum Vorschein kommen können und wie diese Erfahrungen diesen Menschen Kraft und Selbstbewusstsein geben. Von Kreft und Mielenz wird in diesem Zusammenhang (im Wörterbuch der sozialen Arbeit) festgestellt, dass die Authentizität in den Werken künstlerischer Laien in besonderer Weise erkenntnisfördernd und heilsam für die Identitätsbildung wirkt.<sup>(7)</sup>

Kreatives künstlerisches Gestalten macht es möglich, dass Erlebnissen, die der Sprache unzugänglich sind, nicht-verbal Ausdruck gegeben wird. In diesem Sinne ist Kunst ein wesentliches persönliches Ausdrucks- und Kommunikationsmittel.

## 2 Tanz als Inhalt der sozialen Arbeit

### 2.1 Was verstehe ich unter dem Begriff Tanz?

In dem Buch „Lernen durch Tanzen“ von Frau Brigitte Bergmann habe ich eine Beschreibung vom Wesen des Tanzes aus pädagogischer Sicht gefunden, welche meiner Meinung nach den Kern dessen trifft, was Tanz allgemein ausmacht.

„Pädagogisch betrachtet ist Tanz vorwiegend rhythmisch geformte Bewegung und seinem Wesen nach Spiel. Wenn die Menschen tanzen, so treten sie allein oder mit anderen in spielerische Aktion, empfinden den Rhythmus der Musik und lassen sich von ihm in ihrem Erleben mitreißen. Der Rhythmus fordert den Tanzenden geradezu auf, ihn aufzunehmen und sich ihm mit entsprechenden Bewegungen anzuschließen. Diese Fähigkeit des Sich-Einlassens auf emotionales Erleben, auf Stimmungen, auf „innere Bewegungen“ ist ein Anliegen ästhetischer Erziehung und Bildung.“<sup>(8)</sup>

Im Weiteren beschreibt sie Tanz als ein Ausdrucksmittel, welches dem menschlichen Bedürfnis nach Darstellung und Kommunikation entspricht.

Und sie sagt, dass die Quellen dafür bereits in der Leiblichkeit des Menschen verborgen sind.

Hier möchte ich auf meine Ausführungen über Trudi Schoop unter Punkt 5.3.2 hinweisen. Ihre Arbeit mit psychisch kranken Menschen war auf diese Überzeugung aufgebaut.

Was mit dieser Leiblichkeit gemeint ist, dass darunter mehr als der Körper zu verstehen ist, beschreibt Frau Birgit Mayer unter dem Aspekt, dass Tanz den ganzen Menschen betrifft. Sie verdeutlicht, dass beim Tanzen nie nur der Körper mit seinen Gelenken, Muskeln und Sehnen bewegt wird, sondern der ganze Mensch, der die Freude an der Bewegung spürt, der neue Ausdrucksmöglichkeiten erwirbt, der tanzend im non-verbalen Dialog mit sich und der Welt steht. Während der Körper die materielle Realität des Menschen darstellt, schließt der Leib die transmaterielle Welt, wie z.B. unsere Gefühle, mit ein. Tanzen kann daher zu einem lustvollen Erleben führen, welches mit einer Intensivierung des Körperempfindens verbunden ist. Durch seine kreativen Potenziale trägt Tanz zu einer Überschreitung alltäglicher Realitätserfahrungen bei. Hierbei können Ausdrucks- und Gestaltungsmöglichkeiten sowie Handlungsfähigkeiten und Bewältigungskompetenzen der Tänzer erweitert werden.<sup>(9)</sup>

Besonders wichtig ist mir, dass im sozialpädagogischen Kontext der Mensch und nicht seine tänzerische Leistung im Mittelpunkt steht. Tanz und Bewegung sind hier also nicht Selbstzweck, sondern ein Medium, um spezifische Ziele zu erreichen. Sowohl für den Einzelnen als auch für die Gruppe gehen diese Ziele weit über das Erlernen einer

Tanzrichtung hinaus. Doch dazu mehr unter Punkt 4, wo es um die Wirkungen von Tanz geht.

An dieser Stelle nur soviel, dass es beim Tanz ebenso wie in anderen Methoden der sozialen Arbeit, auch darauf ankommt, wie wir unser Gegenüber betrachten. Reduzieren wir den anderen auf seine Schwächen - also der Körperbehinderte, der psychisch Kranke usw. - oder gelingt es uns, den Menschen als Ganzes zu sehen, mit seinen Stärken, seiner Emotionalität, eben seinen gesunden und liebenswerten Anteilen.

Nicht vergessen dürfen wir nämlich, dass es beim Tanzen eine unmittelbare Verbundenheit von Subjekt und Objekt gibt. Das heißt, der eigene Körper ist zugleich der zu gestaltende Gegenstand, der Künstler sein eigenes Objekt.

Das heißt auch, der Künstler kann sich nicht hinter seinem Kunstwerk verstecken, nein, er bildet es selbst. Er kann zwar tanzend in eine Rolle schlüpfen, stellt diese aber trotzdem mit seiner eigenen Person dar. Anders als ein Bild, eine Skulptur, ein Gedicht von dem Gestaltenden getrennt werden kann, sind Tänzer als Person und Tanz immer miteinander verbunden. Gerade deshalb eignet sich dieser aber auch dazu, sich der eigenen Körper- und Sinneswahrnehmung bewusst zu werden, soziale Kontakte aufzunehmen und hochpersönliche Ausdrucksformen zu entwickeln.

Tanz, so wurde mir im Rahmen meiner Recherche zum Thema bewusst, wird schon lange als Aufgabe der sozialen Arbeit angesehen. Als Beispiel eines engagierten Tänzers, der von 1962-1975 an einer höheren Fachschule für Jugend- und Sozialarbeit lehrte, sei an dieser Stelle Bernhard Wosien genannt. Mehr zu seinem Leben unter Punkt 5.3.1.

Mir geht es in dieser Arbeit darum aufzuzeigen, welche wertvollen Qualitäten diese Art zu arbeiten hat, dass Tanz nicht nur der Unterhaltung und Ablenkung von Lebenswirklichkeiten dienen kann, sondern auch einer Auseinandersetzung mit sich selbst und dem Platz in der Gesellschaft.

## 2.2 Tanz in Gruppen

Da es verschiedenste Möglichkeiten zu tanzen gibt, möchte ich für diese Arbeit Tanz eingrenzen als Tanz in der Gruppe. Das hängt unter anderem damit zusammen, dass für mich nicht der künstlerische Wert des Tanzes im Vordergrund steht, sondern die Auswirkung auf das soziale Miteinander in der Gruppe und in diesem Zusammenhang auch das Befinden des Einzelnen in dieser.

Ich werde auf zwei unterschiedliche Arten zu Tanz in der Gruppe eingehen.

Die Art der ersten Gruppe könnte man wohl auch als Tanztheater bezeichnen. Es gibt eine Choreographie, welche aber nicht starr festgelegt ist, sondern in der Gruppe besprochen, diskutiert und verändert wird.

Situationen aus dem Leben werden tänzerisch umgesetzt, das heißt, dass sich im Tanz mit Lebenswirklichkeiten auseinander gesetzt wird, Situationen bewusst gespielt und verändert werden. Das alles mit Musik, welche das szenische Spiel zu Tanz werden lässt.

In der zweiten Gruppe steht das Erlernen von Kreis- und Reigentänzen nach Musik unterschiedlicher Kulturen und aus Klassik und Moderne im Mittelpunkt. Obwohl hier die Choreographie feststeht, vorgegebene Schritte erlernt werden, bringt sich doch trotzdem jeder Mittänzer/jede Mittänzerin individuell mit ihrer Person, mit körperlichen und geistigen Stärken und Schwächen ein. Gruppendynamische Prozesse laufen deshalb hier anders ab.

So unterschiedlich die Gruppenangebote auch sind, so ist doch ein wesentliches Merkmal bei beiden Gruppen, dass immer wieder mit Wiederholungen gearbeitet wird. Zum einen dienen diese dazu, dass sich Bewegungsabläufe festigen, zum anderen treten aber durch diese Wiederholungen auch bestimmte Facetten einer Bewegung in das Bewusstsein. Der Einzelne macht sich bewusst, was er mit dieser Bewegung ausdrücken will, kann erspüren, wie sich diese Bewegung anfühlt, wird sicherer in dieser usw.

Auf die Frage, was Tanz von Bewegung unterscheidet, sagte mir eine Tanztherapeutin: „Tanz ist die Wiederholung von Bewegung in einem bestimmten Rhythmus.“ In beiden Gruppen nehme ich wahr, wie sich auf diese Art und Weise Tanz entwickelt.

Diese Arbeitsweise hat mich auch in dieser Diplomarbeit beeinflusst. Manche Elemente des Tanzes bzw. der Gruppenarbeit beleuchte ich mehrmals, um auf die verschiedenen Facetten hinzuweisen, die diese enthalten.

Auf eine kulturhistorische Betrachtung des Tanzes sowie die Erfassung von derzeitigen aktuellen Tanzrichtungen möchte ich nicht eingehen, das würde den Rahmen dieser Arbeit sprengen, wobei es sich sicher manchmal nicht vermeiden lässt, den eng gesteckten Rahmen meiner Betrachtungen zu verlassen, um auf umfassendere Zusammenhänge von Tanz, Körper- und Selbstbewusstsein und die Einbindung in Gemeinschaft einzugehen.

### 3 Was kann Tanz bewirken?

Dieser Punkt gehört zu den zentralen Fragestellungen dieser Arbeit.

Um Tanz als Aufgabe der sozialen Arbeit zu begründen, muss ich mir der Wirkungen bewusst sein. Nur so kann ich Tanz gezielt einsetzen, um damit meine Arbeit zu bereichern und Tanz als Medium für die Gestaltung von Gruppenprozessen zu nutzen. Außerdem muss ich mir meiner Rolle und Funktion bewusst sein, wenn ich Tänze in Gruppen anleite.

Der Übersicht halber habe ich versucht, die Wirkungen in verschiedene Teilbereiche zu unterteilen, wobei mir natürlich bewusst ist, dass es zwischen diesen Bereichen immer auch Überschneidungen gibt, weil die Prozesse parallel verlaufen.

#### 3.1 Gesundheitsprävention und -förderung

In der Presse ist immer wieder zu lesen, dass wir Deutschen uns zu wenig bewegen und die Bevölkerung im Allgemeinen zu Übergewicht neigt. Mit der Industrialisierung haben sich unsere Alltags- und Arbeitsaktivitäten radikal verändert und bieten kaum ganzkörperliches Erleben an. Gesundheitsschäden, die dadurch verursacht werden, sind allgemein bekannt. Hier können Bewegungen, die die einseitigen Gewohnheiten der Arbeitswelt ergänzen, einen guten Ausgleich bieten.

In ihrem Buch „Tanz dich ganz“ befasst sich die Tanzpädagogin Auguste Reichel in dem Abschnitt „Sich gesund tanzen“ mit der gesundheitsfördernden Wirkung von Tanz. Sie stellt fest, dass Tanzen den Organismus belebt, die Sinne aktiviert, das Selbstbewusstsein fördert, Gemeinschaft vermittelt und tröstet. Sie beschreibt, wie Tanz das Wohlbefinden und die Gesundheit im körperlichen, emotionalen und sozialen Leben unterstützt.

Wir sind uns dessen nur selten bewusst – aber unser Körper kann nur leben, indem Bewegung stattfindet. Jede Zelle muss mit Sauerstoff versorgt werden, das Blut fließt durch den Körper, die Organe arbeiten, das Herz schlägt, die Lunge atmet ..., auch wenn wir äußerlich ruhig erscheinen.

Wenn wir uns tanzend bewegen, werden diese Funktionen belebt und in Fluss gebracht. Dadurch, dass ich mich bewusst bewege, auf die Musik höre und auf die Mit-tänzerInnen achte, werden zudem auch meine Sinne stimuliert und angeregt, was zur Folge hat, dass Wahrnehmung und Handlungsfähigkeit aktiviert werden.

Tanzend kann ich auch Gefühle ausdrücken, ihnen Raum geben. Es geht beim kreativen Tanz nicht darum, perfekte Tanzschritte auszuführen, sondern authentisch zu sein, mich so zu zeigen, wie ich bin. So kann das Vertrauen zum eigenen Körper wiederge-

wonnen werden, was eine wichtige Basis für das Selbstvertrauen darstellt. Ob es, wie Frau Reichel beschreibt, die wichtigste Basis für das Selbstvertrauen ist, wage ich nicht zu beurteilen, weil ich der Meinung bin, dass psychische und emotionale Prozesse da genauso stark hineinwirken. Aber ich gehe mit, dass es auf alle Fälle ein wichtiger Baustein für die Entwicklung von Selbstbewusstsein ist. Im Punkt 4.4 werde ich noch intensiver auf dieses Thema eingehen.

Um festzustellen, dass Tanz Gemeinschaft vermittelt, braucht man kein „Tanzprofi“ zu sein. Wenn sich Menschen darauf einlassen, in Gruppen miteinander zu tanzen, dann entsteht sehr schnell ein Gemeinschaftsgefühl. Egal ob nach einer Choreografie oder im freien Tanz, in der Gruppe ist es wichtig, aufeinander zu achten. Welchen (Lebens-) Raum brauche ich? Wie begegne ich den MittänzerInnen? Dazu gibt es noch einen Rhythmus, durch den ich mich mit den anderen verbunden weiß.

Im Tanz kann geübt werden, sich als eigenständiger Mensch körperlich auszudrücken und sich trotzdem in die Gruppe der Tänzer einzuordnen. Frau Reichel verweist in diesem Zusammenhang auf den Kreistanz, wo Trennungsängste und Geborgenheitsdefizite gelindert werden. Hier wird Individualität zugunsten des kollektiven Ausdruckes zurückgestellt. Der Kreis macht vor allem das Gemeinsame sichtbar. Diese Wirkung konnte ich selbst schon oft bei Kreis- und Reigentänzen erfahren und es beschreibt wohl genau diese Qualität, die Bernhard Wosien beim Kennenlernen und der Erforschung von folkloristischen Tänzen in verschiedenen Kulturen so sehr beeindruckt hat. Dazu jedoch mehr unter Punkt 5.3.1.

Tanz kann Ausgleich und Ausdruck von Stimmungen wie Freude und Trauer sein. Dass im Tanz große Ängste klein werden können, beschreibt Trudi Schoop sehr eindrucksvoll. Für sie war dies Anlass, Ausdruckstänzerin und später Tanztherapeutin in einer psychiatrischen Klinik zu werden. Doch darauf gehe ich unter Punkt 5.3.2 näher ein.

In den vorangegangenen Ausführungen lassen sich die positiven Wirkungen von Tanz sicher gut nachvollziehen.<sup>(10)</sup>

Einen weiteren wichtigen Aspekt für die gesundheitsfördernde Wirkung von Tanz habe ich bei Ursula Schorn in dem Artikel über „Bewegungs- und Tanztherapeutische Methoden in der sozialen Arbeit“ gefunden. Sie beschreibt, dass tanzende Menschen nicht die passiv Erduldenden, sondern die aktiv Handelnden sind. Durch Tanz wird die Erlebnis- und Ausdrucksfähigkeit des Tanzenden gefördert, was zur Unterstützung der Persönlichkeitsentfaltung und zu Solidaritätserfahrungen führen kann. Gerade das ist ein wichtiger Aspekt für die soziale Arbeit. Wie aus dem Artikel hervorgeht war Frau Schorn unter anderem als Dozentin für Medienpädagogik an einer Fachhochschule für

Sozialpädagogik tätig, was diesen besonderen Blick auf den Tänzer, der sich an sozialen Maßstäben orientiert, erklärt.<sup>(11)</sup>

Ich verstehe diesen Bereich der Förderung der Persönlichkeitsentfaltung als einen wesentlichen Aspekt der Gesundheitsförderung, wie sie im Wörterbuch der Sozialen Arbeit beschrieben wird. Dort ist zu lesen, dass der Gesundheitsförderung eine große Bedeutung zukommt. Laut WHO (Ottawa-Charta 1986) zielt diese „auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Lebensumstände und ihre Umwelt zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen.“<sup>(12)</sup>

Wichtig scheint mir hierzu weiterhin, dass laut WHO Gesundheit nicht allein als Zustand körperlichen Wohlbefindens definiert wird, sondern dass das seelische und das soziale Wohlbefinden mit einbezogen wird.

Es geht hier also um das Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele, den drei Dimensionen des Leibes.

### 3.2 Die heilende Wirkung des Tanzes

Obwohl ich in Punkt 5.3.1 über Bernhard Wosien schreibe, möchte ich ihn schon an dieser Stelle zitieren, weil er darüber schreibt, dass er in seiner langjährigen Zusammenarbeit mit Sonderschulpädagogen, Psychiatern und Heilpädagogen die Erfahrung gemacht hat, dass Tanz eine große heilpädagogische und therapeutische Wirkung hat. Er stellt fest: „Leben ist Bewegung. Wo Bewegungsfunktionen gestört sind, werden sich Auswirkungen auf das Lebensverhalten zeigen und umgekehrt.“<sup>(13)</sup>

Er sagt, dass bei fast allen klinisch-psychiatrischen Fällen, egal ob es sich um psychogene oder milieubedingte Verhaltensstörungen handelt oder auch um somatisch bedingte Beeinträchtigungen, dies mit einer mehr oder minder starken Störung der Bewegungsfunktion und des Bewegungsablaufes einher geht. In diesem Zusammenhang weist er auf die Wechselwirkung und den Zusammenhang von Bewegungsfunktionen und psycho-physischen Funktionen hin.

Über die praktische Umsetzung dieser Erkenntnisse berichtet Frau Brigitte Bergmann. Sie ist unter anderem Pädagogin und Tanztherapeutin und bezieht sich in ihrem Buch „Lernen durch Tanzen“ in der Regel auf Kinder. Aus meiner Erfahrung mit Tanz aus Theorie und Praxis heraus, lässt sich vieles aber auch auf die Arbeit mit Erwachsenen übertragen. Sie sagt, dass die heilende Wirkung und die Gesundheitsvorsorge in der Erziehung durch Tanz vor allem durch die ungezwungene und vertrauensvolle Atmosphäre zwischen Erzieher/in und Kind entsteht. Verdrängtes, Ängste und Aggressionen, aber auch aufgestaute Gefühle wie Wut, Hass und Trauer sowie Empfindungen wie

Liebe und Freude usw. können getanzt werden. Wesentlich für den heilpädagogischen Tanz sei der erzieherische Grundgedanke, dass das Medium Tanz den Kindern die Möglichkeit bietet durch Mimik, Gestik und Körpersprache das auszudrücken, was verbal nicht möglich ist. Das wiederum kann ein Ventil oder ein Schonraum für entwicklungsgehemmte oder -gestörte, erziehungsschwierige oder verwahrloste Kinder sein, abgespaltene Dimensionen ihres Kindseins, Problemfelder und Konflikte im tanzenden Spiel nach Musik oder durch Tanzgestaltung auszuleben. Unbewusstes kann entladen, verarbeitet und geheilt werden.<sup>(14)</sup>

Hilde-Maria Lander und Maria-Regina Zohner beschreiben die heilenden Elemente des Tanzes folgendermaßen: „Bestimmte Bewegungen und Tänze bewirken lustbetonte, freudige, ausgleichende, beruhigende, aktive geistig-seelische Zustände. Diese wiederum wirken sich entsprechend positiv im menschlichen Körpergeschehen aus, biochemische Prozesse laufen ab, die heilende Substanzen tragen und zur Entwicklung von Lebensqualität beitragen können; diese wiederum kann sich günstig auf den Menschen, seine inneren und äußeren Bewegungen aus- und einwirken, der Kreislauf beginnt ...“<sup>(15)</sup>

Heilend kann in diesem Sinne auch sein, dass das psychische Befinden positiv beeinflusst wird. Ich denke an die krebserkrankte Frau, die regelmäßig einen Tanzkreis besuchte. Wenn ihre Kräfte es zuließen, dann kam sie. Sie sagte, dass sie hier auftanken kann, Kraft auch für die Bewältigung ihrer Krankheit und die Chemotherapie holen kann. Sie nahm zu dieser immer Musik von unseren Tänzen mit. Sie sagte: „Ich schließe dann die Augen, höre die Musik und tanze im Geiste. Das gibt mir Kraft, die Chemo zu überstehen, die Zeit im Krankenhaus ist nicht so lang, nicht so trist.“ In der Zeit der schweren Erkrankung war für sie dieses Tanzen, das gemeinsame Wiegen und gegenseitige Halten ein Trost.

Die Bedeutung von Rhythmus im Tanz ist ein Aspekt, den Frau Auguste Reichel verdeutlicht. Sie stellt fest, dass dieser Sicherheit und Vertrauen gibt und heilend wirkt. In ihren Ausführungen lässt sich das gut nachvollziehen.

Die stets fließende Zeit wird durch Rhythmus in spürbare Abschnitte eingeteilt. Als Gegenpol zu Unendlichkeit und Grenzenlosigkeit wird Zeit somit begreifbar. Musik und Tanz tragen zur emotionalen Gesundheit bei, indem sie diesem Bedürfnis nach Zeiteinteilung eine Form geben.

Auch unser Körper ist von Rhythmen geprägt. Herz, Atem, Kreislauf, Stoffwechsel und Zyklen begleiten den Menschen vom ersten Atemzug an. Erwachsene nutzen Rhythmen beim Umgang mit Babys. Sprechen, Singen, Wiegen und Gehen sind in einem

harmonischen Rhythmus tröstender und beruhigender Kontakt. Schaukeln, als tröstende Bewegung, erkennen wir auch bei kranken Menschen wieder.

Beim Tanz wird über den Kontakt mit dem Boden, über Schreiten, Stampfen und Springen dem Tanzenden Rhythmusgefühl vermittelt.

Vor allem bei Reigentänzen mit tragenden Tanzformen und wiegenden Schritten gibt der Rhythmus den Tänzern nach relativ kurzer Zeit Sicherheit und Vertrauen. Aber auch im individuellen Rhythmus des freien Tanzes kann dieses Gefühl erfahren werden.<sup>(16)</sup>

### 3.3 Körperorientierte Prozesse

In ihrem Buch „Bewegung und Tanz – Rhythmus des Lebens“ gehen Hilde-Maria Lander und Maria-Regina Zohner auf die Spezifik von körperorientierten Prozessen, deren Wirkweisen und ihren eigenen Erfahrungen aufgrund langjähriger Praxis mit Bewegungsthemen und Tänzten ein. Ihre verschiedenen Formen körperorientierter Arbeit beinhalten Lockerung, Entspannung, Körperwahrnehmung und -erleben, Aktivierung, Beruhigung, verinnerlichte Bewegung und Gestaltung, sowohl strukturgebunden als auch frei ...<sup>(17)</sup>

Auf einige Aspekte ihrer Arbeit, die mir besonders wichtig erschienen, möchte ich hier eingehen. Lander und Zohner stellen fest, dass durch Bewegung und Tanz Spannungen auf- oder abgebaut werden können. Überschüssige Energien werden so abgeleitet oder verflüssigt. Durch eine Beruhigung können neue Energien fließen oder zufließen und auch aus dem Wechsel von polaren Spannungen, wie aktiv und ruhig, entstehen neue Energien.

Für die Gestaltung von Gruppenprozessen ist es sinnvoll, bekannte Situationen, Tänze, Spiele mit Neuem zu mischen, da Unbekanntes eher Ängste erzeugt als schon Bekanntes. So kann man Unsicherheit und Sicherheit in der Balance halten. Zwischen neuen Elementen im Tanz sollte deshalb immer wieder Gewohntes bzw. Bekanntes angeboten werden. Ist eine Gruppe insgesamt neu, so gilt es Vertrautes abzufragen und behutsam zu beginnen.

Mit Berührungängsten der Gruppenteilnehmer ist sorgsam umzugehen, gleichzeitig aber auch Mut zu Kontakten zu machen. Oft ist eine Ambivalenz zwischen der Abwehr und der Sehnsucht nach leiblichen Kontakten vorhanden. Hier ist es wichtig, Schwierigkeiten, die sich aus dieser Problematik ergeben, zu thematisieren.

Ein wichtiges Thema, was ich auch selbst in Tanzkreisen oft zu Beginn erfahre, ist der Wunsch der TeilnehmerInnen, alles oder zumindest fast alles richtig zu machen. Hier geht es um internalisierte Ziele und Bedürfnisse der Betroffenen. Auch ich erlebe oft,

wie MittänzerInnen, die zunächst „alles richtig machen“ wollen, es als sehr entspannend erleben, wenn sie erfahren, dass es nicht das primäre Ziel ist, dass die Bewegungen und Tänze „richtig“ gemacht werden. Wichtig in diesem Zusammenhang ist nicht das äußere Erscheinungsbild des Tanzes, sondern der Prozess der Bewegungsentwicklung. Meine Erfahrung ist es auch, dass es vielen wesentlich leichter fällt Tänze zu lernen, wenn sie sich sozusagen in die Musik begeben, nicht ständig Schritte mitzählen und sich stattdessen auf die Freude am gemeinsamen Tanzen einlassen (können).

Der Aspekt, dass ein innerer Vollzug von Bewegungen nicht immer in äußeren Bewegungen sichtbar ist, lässt sich besser nachvollziehen, wenn man weiß, dass Lander und Zohner oft mit körperlich und/oder geistig behinderten Menschen arbeiten. Aber auch scheinbar gesunde Menschen können gehemmt sein, ihrer inneren Bewegtheit Ausdruck in äußerer Bewegung zu verleihen. Hier habe ich die Erfahrung gemacht, dass es für diese oft hilfreich ist, wenn ich darauf hinweise, dass wir Mitmachtänze und keine „Zuschautänze“ tanzen. Dass wir also keine Zuschauer haben, die unsere Bewegung kontrollieren, sondern jede/jeder für sich tanzt.

Für die Tanzanleiterin ist es jedoch schon sinnvoll, die Tänzer intensiv zu beobachten, aber auch einige Signale zu erfragen bzw. eigene Empfindungen zu sagen. Ich gestalte das so, dass ich in der Gruppe sage, warum ich die Tänzer beobachte. Dass es mir nicht um die Kontrolle der Schritte geht, sondern darum, ihre Befindlichkeit zu erfassen, auch um rückfragen zu können, ob ich mich evtl. unklar ausgedrückt habe, ob eine Schrittverbindung noch zu schwierig ist, ob erst einmal ein langsamerer Tanz dran ist, ob es jemandem nicht gutgeht ... Einige Male wurde mir so schon zurückgemeldet, dass es für manche hilfreich ist, dass ich mich selbst in der Anleitung als Lernende verstehe. Natürlich wächst mit der Erfahrung auch die Sicherheit, aber jeder Tänzer, jede Gruppe ist anders.

Bei Vera Birkenbihl habe ich gelesen, dass es wichtig ist Körpersprache zu lesen und zu deuten, dass ich aber immer auch kontrollieren soll, ob ich richtig gedeutet habe, sonst kann es zu großen Missverständnissen kommen. Wenn in einer Gruppe eine vertrauensvolle, lockere Atmosphäre herrscht, dann kann auch gut über die Befindlichkeiten gesprochen werden.

In diesem Zusammenhang möchte ich kurz auf die fünf Kriterien der Körperwahrnehmung eingehen. Es sind: Haltung, Mimik, Gestik, Abstand und Tonfall. Ein Signal allein hat dabei keine Aussagekraft. Es gibt keine körperliche Haltung oder Bewegung, die eine Bedeutung per se hat. Das muss ich beachten! Körpersprache und Sprache sind also voneinander abhängig.

Birkenbihl sagt, dass jemand, der sich seiner eigenen körpersprachlichen Signale nicht bewusst werden kann, auch die Signale anderer nie sehr exakt registrieren kann. Und umgekehrt, je mehr Einfühlungsvermögen ein Mensch in die eigene Gefühlswelt hat, desto mehr wird er auch für die anderer entwickeln können. Das ist ein wichtiger Aspekt, der beim sozialpädagogisch angeleiteten Tanzen in Gruppen zum Tragen kommen sollte. Die Wahrnehmung des eigenen Körpers, die Gefühle, die zum Ausdruck gebracht werden und auch die Wahrnehmung der Mit tänzer und deren Gefühle. Das dann auch noch zu verbalisieren bietet zum einen die Möglichkeit zu erfahren, wie man von anderen gesehen wird und zum anderen lernt man auch die Mit tänzer und ihre Befindlichkeiten besser kennen.

Birkenbihl schreibt noch etwas, was der körperlichen Bewegung, dem Tanz in sozialen Gruppenprozessen eine besondere Bedeutung gibt: „Das Problem der emotionalen Sicherheit eines Menschen kann nicht getrennt werden von der Frage nach der physikalischen Sicherheit, nach seiner Bodenhaftung durch die Füße.“<sup>(18)</sup> Das Wissen darum, dass wir mit unseren körperorientierten Angeboten Kindern, Jugendlichen, jungen bis alten Erwachsenen, Gesunden und Kranken mit dieser physikalischen Sicherheit auch ein Stück emotionale Sicherheit geben können, motiviert mich stark, diese Angebote in die Arbeit einzubeziehen.

Unter der Überschrift: „Aufrecht und selbstsicher“ sagt Auguste Reichel ergänzend dazu, dass die innere und äußere Aufrichtung Ausdruck des Selbstwertgefühls eines Menschen ist, dass mit dem aufrechten Stehen und Gehen Standfestigkeit und Gleichgewicht beginnen.<sup>(19)</sup>

Lander/Zohner drücken es so aus: „Körperarbeit will den Menschen seine Bewegung, seine Motio wahrnehmen lassen, damit er den Schritt tun kann, der zum Begreifen der inneren Bewegung, der Emotion führt. Körperwahrnehmung will den Menschen sein Gewicht fühlen lassen, vom Körpergewicht bis zu seiner Lebens-Gewichtigkeit ...“<sup>(20)</sup>

Das entspricht der ethischen Lebensauffassung von Carl Roger (Klienten zentrierte Gesprächsführung) oder auch Ruth Cohn (Themenzentrierte Interaktion), auf die ich unter Punkt 6 zurückkommen werde. Beide betonen, dass jeder Mensch wichtig bzw. „gewichtig“ ist und vertreten die Überzeugung, dass der Klient selbst verantwortlich und fähig ist, seine Probleme zu lösen und dafür auch geeignete Verhaltensweisen zu finden.

### 3.4 Die Bedeutung von Bewegung und Tanz für die Selbst- und Fremdwahrnehmung

Ich schließe mich der Meinung von Lander und Zohner an, dass das Ziel von Tanz im sozialpädagogischen Kontext der Mensch ist „in seinen werdenden Bewegungen, seinem kreativen Tun, Handeln und Sein und nicht ein losgelöstes Endprodukt.“<sup>(21)</sup> Dies gilt auch für Projekte wie das Tanzprojekt 55+. Obwohl ein „Endprodukt“ sprich eine Aufführung geplant ist, steht diese nicht losgelöst im Mittelpunkt. Der Prozess des Werdens steht im Mittelpunkt, die Freude am Entstehen des Tanzstückes und auch die Möglichkeit des Ausprobierens: Wie fühlt sich eine Bewegung an? Wie wirkt das auf die Zuschauer?

Das schult natürlich die Selbstwahrnehmung, ich muss mich bewusst auf der Tanzfläche bewegen, den Raum einnehmen, etwas mit meinem Körper ausdrücken. Dazu gehört auch, dass ich Verantwortung übernehme für mein Tun. Wenn ich mir das zutraue, geht das auch mit einer Selbstakzeptanz daher.

Eine Frau aus dem Projekt 55+ sagte mir: „Sie glauben ja gar nicht, was es für mich für eine Überwindung gekostet hat, das erste Mal auf der Diagonale zu gehen, mich so zu zeigen, von allen gesehen zu werden.“

Lander und Zohner nennen es einen Versuch, „mit meiner Person, wie sie sich bewegt, bewegen lässt, sich fühlt, Antwort zu suchen, vorläufige Antwort zu geben auf die Wahrnehmung und Gestaltung meines Lebens, meines Leibes.“<sup>(22)</sup>

Versuchen hat ja auch etwas mit Suchen zu tun, dieses Suchen nach Ausdruck habe ich in den Proben des Tanzprojektes 55+ immer wieder erlebt.

Aus meiner Erfahrung mit Kreistänzen kann ich sagen, dass auch dort die Suche nach eigenem Ausdruck eine Rolle spielt. Auch wenn es vielleicht leichter erscheinen mag, sich in einem Kreis einzuordnen als Tanztheater zu gestalten, so bringt sich doch auch hier jeder persönlich mit dem eigenen Körper ein.

Eine Frau aus dem Tanzkreis in der Psychosozialen Kontakt- und Beratungsstelle drückte es so aus: „Hier muss man ja richtig für sich alleine stehen, den eigenen Weg finden/gehen. Früher war ich auch gern tanzen, aber da wurde ich geführt und ich habe mich gut führen lassen, das wurde mir oft gesagt. Jetzt muss ich das selbst machen ... (Pause) aber es geht, ich krieg das hin ...“

Diese Sätze verdeutlichen, wie bei der Frau Selbstwahrnehmung, Selbstbewusstsein und -akzeptanz im Tanz gefördert werden.

Wenn Menschen in Gruppen tanzen, kann es gar nicht anders sein, als dass auch die Fremdwahrnehmung geschult wird. Keiner tanzt im leeren Raum und jeder tanzt in

Beziehung zu den anderen. Ein gemeinsamer Tanz kann nur entstehen, wenn jede/r auf sich und die anderen achtet. Da jede/r in den Tanz involviert ist und durch Selbstwahrnehmung um eigene Stärken und Schwächen weiß, fällt die Kooperation mit und die Toleranz gegenüber den Mitänzern leichter. Wichtig ist die gemeinsame Gestaltung des Tanzes - sowohl in vorgegebenen, übernommenen Strukturen als auch in kleinen improvisierten Formen.

Wenn dann das ganze noch Zielgruppen übergreifend geschieht, z.B. Junge – Alte, Gesunde – Kranke, dann gewinnt die Toleranz und Kooperation noch eine besondere Bedeutung.

Und auch da gibt es genügend Beispiele in der sozialen Arbeit: Rollstuhlfahrer tanzen mit sogenannten „Gehern“ und das aktuelle Projekt 55+ bezieht die Generation der Enkel mit ein. Auf meine Befragung hin sagten mir beide Generationen, dass sie das als Bereicherung empfinden.

### 3.5 Erziehung durch Tanz

In ihrem Buch „Lernen durch Tanzen“ beschreibt Frau Brigitte Bergmann, dass Tanzpädagogik Erziehung und Bildung durch Tanz ist. Sie begründet es damit, dass Tanz Technik mit Kreativität verbindet und somit als Entwicklungshilfe bei Kindern und Jugendlichen dient. Durch die bewusste Bearbeitung des Körperselbstbildes kann er unterstützend wirken, labile Lebensformen in der Phase des Heranwachsens zu überwinden und diese durch eine stabile Lebensform zu ersetzen. Damit ist Tanz ein Mittel, welches die individuelle Erziehung fördert und zum Finden der eigenen Identität beiträgt. Durch geeignete und gelenkte Bewegungsformen können innere Spannungen und Sperrungen abgebaut werden.

Tanz fördert die Individualisierung durch frei gestaltete Bewegungen und bietet gleichzeitig eine Hilfestellung zur sozialen Anpassung, was ein wesentlicher Aspekt der Sozialpädagogik und der sozialen Erziehung ist. Durch gemeinschaftliche Tanzübungen und Gruppenspiele fördert er die Integration.<sup>(23)</sup>

Tanz ist immer eine dialogische Erfahrung. Zum Erleben der eigenen Person kommt das Gestalten und Beeinflussen der Um- bzw. Mitwelt hinzu. Damit das ein guter Prozess wird, gehört die Bereitschaft und die Fähigkeit dazu, wachsam zu sein für das Außen und gleichzeitig innere Resonanzen wahrzunehmen. Indem ich auf diese Wahrnehmung reagiere, entsteht ein tänzerischer Dialog von mir selbst mit den anderen in der situativen Umwelt. Diese nonverbale zwischenmenschliche Kommunikation führt zu Selbsterfahrung und Erschließung der (Um-)Welt.

Tanz fördert die persönlichen Ausdrucksmöglichkeiten über das bewusste Gestalten von Mimik, Haltung, Atmung, Gestik oder über Gesamtkörperbewegungen.

Der Gruppenleiter sollte deshalb eine Atmosphäre ermöglichen, in der der Mensch ausdrücken kann, wie ihm zumute ist. Sowohl über vorgegebene Bewegungsformen als auch durch Improvisation kann sich der individuelle Ausdruck erweitern und differenzieren. In der Gruppe kann besprochen werden, wie die inneren Einstellungen und Gefühle mit dem leiblichen Ausdruck korrespondieren.

Tanz ist vor allem auch ein schöpferischer Akt. Das kreative Potenzial der Tänzer kann sich in spielerischer und phantasievoller Weise entfalten. So können sich zum einen neue Bewegungs- und Ausdrucksweisen entwickeln, es kann aber auch mit vertrauten Bewegungen und deren Bedeutungsgehalt experimentiert werden. Durch kleine Variationen gelingt es manchmal bis oft eigene Grenzen zu überwinden. So erschließen sich mir alternative Bewegungsmöglichkeiten, ich entdecke neue Ressourcen. Andererseits kann sich beim Tanzen von wiederholbaren Formen ein symbolischer Gehalt der Bewegungsmuster erschließen.

Formgebung und Wiederholbarkeit ermöglichen es, gleiche Themen immer wieder neu zu durchleben, sie wahrzunehmen, auszudrücken und ihren Sinn zu erforschen.

Für die Erziehung durch Tanz spielt die Einstellung und Methodik, mit der ein Gruppenleiter arbeitet, eine große Rolle.

Ich schließe mich Lander und Zohner an, die sagen: „Was wir voraussetzen ist Freude, Lust an der Bewegung, eine bewegte Heiterkeit tief drinnen, die nicht lehrbar ist. Wer Bewegung/Tanz schrecklich findet, sollte sich daran nicht vergreifen.“<sup>(24)</sup> Aus meiner Erfahrung heraus kann ich das nur bestätigen. Eine positive Einstellung nimmt die anderen mit. Hilfreich kann es auch sein, dass immer wieder das Tanzen und nicht das Erlernen von Schrittfolgen in den Mittelpunkt gestellt wird. Das gibt eine gewisse Leichtigkeit und Verspannungen können so gelöst werden.

Nicht perfekte Bewegungen machen die „Schönheit“ des tänzerischen Endproduktes aus, sondern beseelte und begeisterte Bewegungen. So kann auch in ungelungenen Bewegungen Harmonie aufscheinen, z.B. bei behinderten Menschen. Vielleicht, so geben Lander und Zohner zu bedenken, müssen wir auch neu schauen lernen.

Im sozialpädagogischen Kontext ist es wichtig, lieber keinen so perfekten Tanz, dafür jedoch die Freude und Bewegungslust zu erhalten.

Der Prozess des Werdens steht gleichrangig zum Endprodukt. Der Weg zum fertigen Tanz, die Erfahrungen, die dabei gemacht werden können, der gesamte Prozess des schöpferischen Entstehens ist mindestens genauso wichtig.

Deshalb fordert Auguste Reichel: „Gute Tanzpädagoginnen sollen die TeilnehmerInnen in Ihrem Bewegungsausdruck respektieren, inspirieren und einfühlsam begleiten können.“<sup>(25)</sup>

Sprich: Der Weg ist das Ziel!

Nur über den Weg der Akzeptanz können im Tanz Kreativität, Gestaltungsfähigkeit, Phantasie und Ausdruck gefördert werden.

Auch Bernhard Wosien, über den ich im Punkt 5.3.1berichte, sieht Tanz als funktionales Mittel zur Erziehung.

#### 4 Erläuterungen zu „tanzenden Professionen“

Auf Grund der vielen positiven Wirkungen, die Tanz für den Einzelnen sowie für die sozialen Beziehungen innerhalb von Gruppen haben kann, stellt sich natürlich die Frage, wie dieses Medium in die soziale Arbeit einbezogen werden kann. Wie schon in der Einleitung beschrieben, ist ein Sozialarbeiter nicht gleichzeitig auch Tanzpädagoge oder Tanztherapeut.

Jetzt gibt es zwei Möglichkeiten für einen Sozialarbeiter, der ein Gruppenangebot schaffen will, in das Tanz integriert ist:

Zum einen kann er „Profis“, z.B. Tanzpädagogen oder -therapeuten, aber auch Tänzer in die Gruppenangebote einbeziehen, oder er kann sich im Studium bzw. über Weiterbildungsangebote selbst dafür qualifizieren.

Dass beides möglich ist, dafür sprechen zum Beispiel Projekte in Zusammenarbeit mit Tanzpädagogen, -therapeuten und Künstlern, andererseits gibt es an einigen Hochschulen für soziale Arbeit Tanzpädagogen, die die Studenten unterrichten. Auch in unserem Studiengang in Roßwein war eine Blockwoche unter der Leitung einer Tanzpädagogin eine verbindliche Lehrveranstaltung, um Tanz als kreative körperorientierte Methode für die Arbeit in Gruppen kennenzulernen. Natürlich ist eine Woche sehr wenig, um diese Methode selbst anzuwenden, vor allem viel zu kurz, um sich intensiv mit den Möglichkeiten und Wirkungsweisen zu befassen, aber für den interessierten Sozialarbeiter gibt es genug Möglichkeiten der Weiterbildung und vor allem der Selbsterfahrung, durch die er befähigt wird, selbst kompetente Angebote zu gestalten.

Um gezielt einen „Profi“ zu finden, sei es als Kooperationspartner bzw. zur Nutzung von Weiterbildungsangeboten für sich selbst, sollte man sich vorher mit den spezifischen Methoden von Tanzpädagogik, -therapie und Ausdruckstanz bzw. Tanztheater beschäftigen. Da diese Professionen allesamt mit dem Medium Tanz arbeiten, gibt es in dem, was sie tun bzw. in den Wirkungen auf Gruppen, Gruppendynamiken, natürlich Überschneidungen. Aber es gibt auch große Unterschiede in der Arbeitsweise und deshalb ist es sinnvoll, je nach spezifischer Zielgruppe für ein Gruppenangebot auch eine spezifische Arbeitsweise zu wählen.

Im Folgenden möchte ich deshalb die verschiedenen Professionen vorstellen.

## 4.1 Tanzpädagogen

Unter den verschiedenen Ausbildungsmöglichkeiten für Tanzpädagogen habe ich durch die jeweiligen Präsentationen der Schulen im Internet große Unterschiede bezüglich der Inhalte des Studiums und der späteren Arbeitsweise gefunden.

Meine erste Vorstellung vom Berufsbild einer Tanzpädagogin entsprach vor allem dem, wie die Palucca-Schule in Dresden ihr Ausbildungsangebot im Internet präsentiert. Dort erfahre ich, dass die Studierenden dazu befähigt werden, sowohl Kinder und Jugendliche als auch Erwachsene im künstlerischen Tanz zu unterrichten. Dazu bekommen sie am Anfang einen Einblick in die Technik und Methodik verschiedener Tanzrichtungen und können sich später auf ihre jeweiligen Interessensgebiete spezialisieren. Als spätere berufliche Einsatzgebiete werden Tätigkeiten als Tanzpädagogen in der tänzerischen Früherziehung sowie Lehr- und Unterrichtstätigkeiten in professionellen Ensembles, an Tanz-, Ballett- oder Musikschulen genannt.<sup>(26)</sup>

Bei diesem Studium steht also die Vermittlung von künstlerischen Fähigkeiten im Vordergrund. Für die genannten späteren Einsatzgebiete ist das auch von großer Bedeutung. Für die soziale Arbeit finde ich jedoch wesentlich interessanter, wie sich das Deutsche Institut für Tanzpädagogik vorstellt, wo Integrative Tanzpädagogik unterrichtet wird.

Als Inhalt der Ausbildung wird hier neben den tanzkünstlerischen und methodischen Kompetenzbereichen auch die soziale Kompetenz genannt.

Natürlich geht es auch in dieser Ausbildung um die Didaktik und Methodik des Tanzunterrichtes, die Grundlagen und Strukturen des Tanzes und die Prinzipien der menschlichen Bewegung. Wichtig scheint mir im Kontext zur sozialen Arbeit jedoch besonders, dass das Verstehen-Lernen von Gestaltungs- und Gruppenprozessen gleichwertig zu den anderen Teilbereichen in den Unterricht einbezogen wird.

In der Integrativen Tanzpädagogik geht es also um die Erweiterung des tänzerischen Könnens unter künstlerisch-pädagogischen und unter persönlichkeitsbildenden Aspekten. Dazu gehören die Kreativitätsentfaltung, die Kommunikations- und Reflexionsfähigkeit, die Sensibilisierung der Sinne, die Förderung der ästhetischen Wahrnehmung und die Fähigkeit, die Erfahrungen angemessen zu verbalisieren. In spielerischer Auseinandersetzung mit Körper und Bewegung wird ein Übungsfeld für grundlegende Kompetenzen, wie Kooperationsfähigkeit, Kreativität, Entscheidungsfähigkeit und Eigenwahrnehmung geschaffen, was sich auch auf die persönlichen Handlungskompetenzen auswirkt.

Die Wurzeln der Integrativen Tanzpädagogik liegen in der praktischen Pädagogik, der humanistischen Psychologie und der Breite der Tanzkunst. Diese Verbindung bietet die

Chance, Menschen in ihrer Entwicklung zu unterstützen, was auch Ziel der sozialen Arbeit ist.

Integrative Tanzpädagogik ist kein eigenständiges Berufsbild, sondern geeignet als Zusatzausbildung mit Zertifizierung für Erzieher und Pädagogen, Tänzer und Sportlehrer, Menschen in heilenden und helfenden Berufen, überhaupt alle, die Tanz in ihren Arbeitsalltag integrieren möchten und - das finde ich sehr interessant - Menschen, die mit Führungsaufgaben betraut sind.<sup>(27)</sup>

An dieser kurzen Ausführung wird deutlich, dass es schon in der Ausbildung zum Tanzpädagogen große Unterschiede gibt. Ich konnte den Eindruck gewinnen, dass eine Ausbildung zum Tanzpädagogen, welche auch mit einem staatlich anerkannten Abschluss endet, sicher einen höheren künstlerischen Anspruch hat, wohingegen die Integrative Tanzpädagogik als Zusatzausbildung für einen Sozialpädagogen für den Einsatz in der Gruppenarbeit den Wert daraus schöpft, dass hier die sozialen Bezüge im Tanz eine große Rolle spielen.

#### 4.2 Tanztherapeuten

Auch bei den Tanztherapeuten gibt es verschieden ausgerichtete Ausbildungen.

Um den Beruf des Tanztherapeuten vorzustellen, möchte ich mich zuallererst an dem orientieren, was der Berufsverband der TanztherapeutInnen Deutschlands (BTD e.V.) als Inhalt und Ziel von Tanztherapie bezeichnet.

Und zwar versteht sich Tanztherapie hier „als die psychotherapeutische Verwendung von Tanz und Bewegung zur Integration von körperlichen, emotionalen und kognitiven Prozessen des Menschen“.<sup>(28)</sup>

In dieser künstlerischen Therapie wird Tanz und Bewegung als Medium zur Persönlichkeitserweiterung genutzt.

Es wird davon ausgegangen, dass die Einbeziehung der Körpersprache eine erhebliche Erweiterung der therapeutischen Möglichkeiten bietet. Durch die Einbeziehung des Körpers und dessen Gedächtnis kann es ermöglicht werden, dass auch vorsprachliche Erlebnisse in der Therapie berücksichtigt werden. So kann über Körpersprache zum Ausdruck kommen, was verbal vielleicht nie formuliert werden könnte.

Tanz und Bewegung wird als eine Ausdrucksform für eigene Gefühle, körpersprachliche Kommunikation und Interaktion mit anderen genutzt. Hier besteht ein Berührungspunkt zum Ausdruckstanz bzw. zum Tanztheater und mir fällt in diesem Zusammenhang auf, dass berühmte TänzerInnen aus dem Ausdruckstanz später auch Tanztherapeutinnen geworden sind. Dazu aber mehr im nächsten Abschnitt unter Punkt 5.3.

Bei der Tanztherapie kommt dazu, dass diese Ausdrucksformen zur Gestaltung der therapeutischen Beziehung genutzt werden.

Für den Verlauf der Therapie wird festgestellt, dass die Arbeit mit den Patienten bzw. Klienten bei den gesunden Persönlichkeitsanteilen beginnt. Damit werden die psychische Stabilität und die Ich-Stärke einer Person gefördert. Hier sehe ich auch Berührungspunkte zur sozialen Arbeit. Ein gutes Beispiel dafür ist die Arbeit in den Psychosozialen Kontakt- und Beratungsstellen (PSKB), die zwar nicht therapeutisch arbeiten, aber auch bei den gesunden Persönlichkeitsanteilen ansetzen und damit die psychische Stabilität ihrer Klienten fördern. Dazu mehr unter Punkt 9.1, wo die Arbeit der PSKB vorgestellt wird.

Hier möchte ich zunächst einige Ziele der Tanztherapie, wie sie der Berufsverband der Tanztherapeutinnen definiert, vorstellen.

An erster Stelle stehen hier die Förderung der Körperwahrnehmung und die Entwicklung eines realistischen Körperbildes. Dies dient als Grundlage eines adäquaten Selbsterlebens und einer angemessenen Fremdwahrnehmung.

In der Tanztherapie werden emotionale Erlebnisse, intrapsychische Konflikte und strukturelle Defizite von Patienten bearbeitet.

Es geht im Weiteren um den Erwerb neuer Möglichkeiten von Beziehungsgestaltung und Handlungskompetenz sowie die Verwirklichung individueller Bedürfnisse im Einklang mit sozialer Kompetenz. Dieser letzte Satz macht deutlich, wie sich die Ziele der Tanztherapie mit denen der sozialen Arbeit überschneiden, dass es hier Berührungspunkte gibt, die die Zusammenarbeit einfach sinnvoll erscheinen lassen.

Neben dem Berufsverband der Tanztherapeutinnen Deutschlands gibt es noch die Deutsche Gesellschaft für Tanztherapie e.V. (DGT, Verein).<sup>(29)</sup>

Während sich im Berufsverband der TanztherapeutInnen, wie es der Name sagt, eben die Tanztherapeutinnen, die AusbilderInnen, LehrtherapeutInnen usw. organisieren, also Leute, die direkt tanztherapeutisch arbeiten, geht es der Deutschen Gesellschaft für Tanztherapie nicht nur um den Zusammenschluss von Personen, die auf dem Gebiet der Tanztherapie tätig sind, sondern auch um die Vernetzung mit verwandten Disziplinen aus den Bereichen Gesundheit, Erziehung, Wissenschaft, Tanzkunst und Tanzpädagogik. So gehört es zu den Zielen der DGT, die personalen, sozialen und fachlichen Kompetenzen bei Personen, die in therapeutischen, sozialen, pflegerischen und pädagogischen Berufen arbeiten, zu erweitern, indem spezifische Ausbildungs- und Fortbildungsmöglichkeiten für diese geschaffen werden.

Meiner Meinung nach wird eben wegen dieser Kooperation mit Fachleuten, die in angrenzenden bzw. ähnlichen Verfahren tätig sind, von integrativer Tanztherapie gespro-

chen. Integrative Tanztherapie wird als tiefenpsychologisches Verfahren der Psychotherapie beschrieben. Aufbauend auf deren Grundgedanken wurden differenzierte Konzepte und Methoden entwickelt, die eine psychotherapeutische Arbeit mit unterschiedlichen Patientenpopulationen erlauben. Von der inhaltlichen Arbeit mit den Patienten kann ich daher keinen wesentlichen Unterschied zu der Arbeit feststellen, wie sie beim Berufsverband der TanztherapeutInnen beschrieben wird. Beide, TanztherapeutInnen und integrative TanztherapeutInnen, arbeiten in der Prävention, in der Behandlung und Rehabilitation Erwachsener, in Heimen, stationären, teilstationären und ambulanten psychiatrischen und psychosozialen Einrichtungen, mit Kindern, Jugendlichen, Behinderten, Suchtkranken, alten Menschen und in freier Praxis.

Der Bezug zur sozialen Arbeit wird sowohl durch die Inhalte der Arbeit, als auch durch die genannten Handlungsfelder ersichtlich.

#### 4.3 Tänzer / Künstler

In diesem Abschnitt geht es mir in erster Linie darum aufzuzeigen, auf welche Weise sich TänzerInnen intensiv mit Bewegung, mit der „Bewegtheit“ der Menschen befasst haben.

Sie haben sich die Menschen genau angeschaut, aufgenommen und gespiegelt, was in ihnen vorgeht. Sie wollten mit ihren Tänzen in Beziehung zu ihren Zuschauern bzw. MittänzerInnen treten.

Ich kenne diese Tänzer nicht persönlich, muss also von dem ausgehen, was sie selbst über sich bzw. andere über sie geschrieben haben.

Die Reihenfolge und die Auswahl der genannten Künstler soll keine Wertigkeit der Person sein, sondern ist dem Thema dieser Arbeit - also dem Tanz im sozialpädagogischen Kontext - gewidmet. Ich muss sagen, dass es gerade auf dem Gebiet des Ausdruckstanzes und des Tanztheaters so viele Tänzer und Tänzerinnen, die mit ihren Tänzen auch soziale Anliegen verknüpfen, gibt, dass ich sie weder alle kennen noch alle nennen kann.

Einige haben sich auf Grund ihrer eigenen Tanzerfahrung mit der Wirkung von Tanz bei Gesunden und Kranken auseinandergesetzt. Manche von ihnen haben sich deshalb auf einen Tanzweg mit Laien eingelassen.

Es beeindruckt mich immer wieder, wenn aus Tänzern Tanzpädagogen oder Tanztherapeuten werden.

Zwei Tänzer, die diesen Schritt gegangen sind, möchte ich etwas ausführlicher vorstellen. Das ist zum einen Bernhard Wosien und zum anderen Trudi Schoop.

Mit der Biografie von Bernhard Wosien beschäftigte ich mich, weil ich durch Friedel Kloke-Eibl den Meditativen Tanz kennenlernte, dessen Begründer Bernhard Wosien ist. Ich finde seinen Lebensweg, seinen Tanzweg, so interessant für das Thema Tanz in der sozialen Arbeit, dass ich ihn hier in Auszügen vorstellen möchte.

Trudi Schoop ist den Weg von einer Ausdruckstänzerin zur Tanztherapeutin gegangen. Sie hat mit psychisch kranken Menschen gearbeitet. Oft war eine verbale Kommunikation am Anfang der Therapie mit diesen nicht möglich und sie hat mit ihnen getanzt, wodurch bei diesen Menschen etwas in Bewegung gekommen ist. Mit welcher Ausdauer und Geduld sie das teilweise gemacht hat, beeindruckte mich stark.

Ich habe sie deshalb ausgewählt, weil ich in dem Projekt in der psychosozialen Kontaktstelle auch mit psychisch kranken Menschen tanze und mich die Art, wie Trudi Schoop ihre Arbeit beschreibt, sehr fasziniert.

Bevor ich näher auf diese beiden Tänzer eingehe noch ein paar wenige Aussagen, die ich zum Teil von TänzerInnen gehört bzw. über sie gelesen habe.

Für die Tanztherapie wurde festgestellt, dass Tanz und Bewegung als Ausdrucksform für eigene Gefühle, körpersprachliche Kommunikation und Interaktion mit anderen genutzt wird. Im Ausdruckstanz bzw. im Tanztheater werden in Erweiterung dessen die Gefühle der darzustellenden Personen in Bewegung, in Körpersprache umgesetzt und dadurch ausgedrückt.

Das erfordert ein intensives Erarbeiten der Körpersprache, zum einen, indem man den anderen genau beobachtet, Mimik, Gestik, Haltung und Bewegung, aber auch, indem man diese Bewegung selbst ausführt, nachspürt, wie sich eine bestimmte Haltung usw. anfühlt.

So beschreibt Ursula Fritsch in ihrem Buch „Tanz, Bewegungskultur, Gesellschaft“ unter der Überschrift „Von Tanzkünstlern lernen“ von einigen Tänzern konkret, wie sie das praktisch umgesetzt haben.

Viele Aussagen ähneln sich, deshalb möchte ich hier nur drei Künstler herausgreifen. Immer wieder geht es darum, die Bewegungssprache zu ergründen bzw. zu verstehen. Dabei interessiert den einen mehr, wie sich jemand bewegt, einen anderen, was ihn bewegt, was also in ihm vorgeht.

Für Merce Cunningham z.B. sind Bewegungen stets ausdrucksvoll. Er sagt: „Ich habe immer gespürt, dass Bewegung an sich expressiv ist, unabhängig davon, ob Ausdruck angestrebt ist oder nicht.“ Und „Gesten sind beredt: Momente, die nicht bewusst etwas ausdrücken sollen und es dennoch tun.“<sup>(30)</sup>

Das ist etwas, was auch mich bei Körperarbeit fasziniert. Während mit Worten der andere sich zurücknehmen kann, spricht sein Körper jederzeit.

Für Maurice Béjart war es wichtig, das, was er von anderen wusste, z.B. was er über sie gelesen hatte, in eigene Bewegung umzusetzen. Durch die tänzerische Gestaltung nähert er sich ihnen und macht sie sich verständlich. Ja, er geht sogar darüber hinaus: „Sich ein fremdes Gegenüber zu erschließen, hat auch damit zu tun, mehr über **sich** zu erfahren. In den verschiedenen Seiten des Anderen spiegeln sich Seiten des Ich.“<sup>(31)</sup> Dieser Aspekt betrifft also insbesondere die Selbst- und Fremdwahrnehmung, wie in Punkt 4.4 beschrieben.

Zu ihrem Ausgangsmaterial für Choreografien kommt Pina Pausch über einen scheinbar ganz einfachen, elementaren Ansatz: „Was ich tu, ich gucke. Vielleicht ist es das. Ich habe immer nur Menschen beguckt ...“

Dass sie soviel sieht beim „Gucken“ liegt daran, dass sie Fragen hat: „Ich hab nur menschliche Beziehungen gesehen oder versucht zu sehen und darüber zu sprechen. Das ist, wofür ich mich interessiere. Ich weiß auch nichts Wichtigeres als das.“<sup>(32)</sup>

Dieses „Gucken“ spielt dann in der Sozialarbeit eine besonders große Rolle, wenn wir es mit Menschen zu tun haben, die sich, aus welchen Gründen auch immer, nicht so gut verbal ausdrücken können.

Doch auch wenn sich der andere sehr gut verbal ausdrücken kann, sollten wir das „Gucken“ nicht vergessen. Hier können wir nämlich feststellen, ob der andere auch mit dem Körper aussagt, was er mit Worten formuliert. Wenn wir den Eindruck haben, dass dem nicht so ist, dann sollte das im Gespräch auf alle Fälle angesprochen werden.

#### 4.3.1 Die Bedeutung von Bernhard Wosien

Von Bernhard Wosien habe ich zum ersten Mal während einer berufsbegleitenden Tanzausbildung gehört. Friedel Kloke-Eibl, meine Tanzlehrerin, war Jahre zuvor die Schülerin von Bernhard Wosien, dem Begründer der Tanzform „Meditativer Tanz“.

In seinem Buch „Der Weg des Tänzers – Selbsterfahrung durch Bewegung“ habe ich viel aus seinem Leben und von seiner Motivation zu tanzen erfahren.

1908 in den Masuren geboren, war er mit 15 Jahren Mitglied des Balletts „Junge Bühne“ in Breslau. Er studierte später evangelische Theologie, Kunstgeschichte, Malerei und künstlerischen Tanz in Breslau und Berlin.

Viele Jahre hat er sich dem klassischen Tanz verschrieben und brachte es zum Ballettmeister, Choreographen und Solotänzer.

1952 – 54, also mit Mitte 40, suchte und fand er ein neues Aufgabenfeld, indem er einen Forschungsauftrag beim Staatlichen Ensemble für Sorbische Volkskunst in Bautzen annahm, welcher die Volkstums- und Brauchtumsforschung zum Inhalt hatte. Von

der Kraft und Energie dieser Tänze war er sehr beeindruckt. Sein Engagement auf diesem Gebiet wurde belohnt, als er 1962 den Staatspreis für Volkstumsarbeit erhielt. Von 1962 – 75 arbeitete er dann u.a. als Dozent für Tanzpädagogik an der höheren Fachschule für Jugend- und Sozialarbeit in München. Gleichzeitig war er Mitarbeiter am Friedrich-Meinertz-Institut und an der Heckscher-Klinik ebenfalls in München und beschäftigte sich dort mit der Entwicklung von bewegungs- und ausdrucks-therapeutischen Methoden und der empirischen Erforschung heilpädagogischer Verfahren bei milieugeschädigten, verhaltensgestörten und cerebralgeschädigten Kindern. Zum Teil parallel dazu hatte er von 1965-86 einen Lehrauftrag als Tanzpädagoge an der Philipps-Universität Marburg/Lahn, am Institut für Sonderschulpädagogik.

Zum einen wird hier deutlich, wie lange schon Tanzpädagogik in die Sozialarbeit einfließt, zum anderen, wie eng das Verhältnis zur Tanzpädagogik und -therapie sein kann bzw. ist.

Ab 1976 widmete er sich der Verbreitung des Meditativen Tanzes.

Noch 1985, er war also 77 Jahre alt, übernahm er die Filmrolle eines alten Ballettmeisters. Ein Jahr später verstarb er in München.

Als ich die ersten Meditativen Tänze von Bernhard Wosien kennen lernte, das war so ca. 1993, wusste ich noch nichts von seiner Arbeit als Tanzpädagoge und seiner Erforschung von heilpädagogischen Verfahren. Intuitiv konnte ich jedoch damals schon den Einfluss von Tanz auf meine eigene Körperwahrnehmung, mein Selbstbewusstsein, im Sinne von „mir selbst bewusst sein“ und die Atmosphäre in der Gruppe wahrnehmen. Bernhard Wosien spricht davon, dass die verschiedenen Elemente der Reigen mit ihren dynamisierenden, die Spannung abbauenden, Verkrampfungen lösenden Eigenschaften das Freiwerden von kreativen und gleichzeitig ordnenden Kräften fördert. Und dass durch Nachspüren, Verweilen und Nachfolgen die Bewegungssprache des Tanzes erlernt wird – also im Sich- Öffnen für den Tanz, was für den einzelnen bedeutet, ein Suchend-Lernender zu sein.<sup>(33)</sup>

Bernhard Wosien hat in langjähriger Zusammenarbeit mit Sonderschulpädagogen, Psychiatern und Heilpädagogen die Erfahrung gemacht, dass der Tanz in besonderem Maße heilpädagogische und therapeutische Wirkung hat. Er verweist auf die Wechselbeziehung und den Zusammenhang von Bewegungsfunktionen und psychophysischen Funktionen.

Weiterhin beschreibt er, wie Tanz als funktionales Erziehungsmittel eingesetzt werden kann: „Er verlangt Anpassung und Einordnung, schafft Ausgleich und Befreiung, beflügelt die Phantasie, entspannt und lockert und bietet eine Ebene, von der aus man in die Vielseitigkeit der Bildung gehen kann. Harmonische Ausbildung der Persönlichkeit

verlangt auch eine positive Gemeinschaftsbezogenheit.<sup>“(34)</sup> Dies ist für mich ein wichtiges Argument für Tanz in sozialen Einrichtungen, Kindertagesstätten, Schulen, Jugendclubs, Mehrgenerationenhäuser, Seniorenclubs usw.

Bernhard Wosien gelangte zu der Überzeugung, dass der Tanz sich als ideales Medium der Pädagogik anbietet, sowohl für das Zu-Sich-Selbst-Finden als auch für das Zur-Gemeinschaft-Finden.

Gerade auch in seiner Arbeit mit Jugendlichen, die sich oft gegen das Traditionelle auflehnen, hat er festgestellt, dass Tanz den Sinn für Regel, Gesetz und Ordnung und Gleichgewicht provoziert. Der dabei vergossene Schweiß ist ihm dabei genügend Beweis für echte Intensität und Begeisterung der Tanzenden.

Wenn er im rechten Sinn pädagogisch eingesetzt wird, bietet der Tanz die Entwicklung von Bewegung, Bewegungsspielraum, Rhythmus, Ordnung, Musik- und Bewegungsausdruck, Raumbezogenheit, Ich- und Partnerbezogenheit und Gemeinschaftsbezogenheit.

Jedoch sollte es der Tanzlehrer vermeiden, seine Tänze mit dem Buch im Kopf beizubringen. „Musik, Choreographie und Unterrichtssprache sollten eine Einheit bilden, denn im Sinne einer Aktion ist Tanz weniger Pädagogik (als wissenschaftliche Disziplin), sondern bereits Menschenbildung.“<sup>“(35)</sup>

Auch Bernhard Wosien betont, dass die Freude am gemeinsamen Miteinander den Vorrang hat!

Auf Grund seiner Erfahrungen mit europäischen Reigen- und Gruppentänzen stellte er fest, dass diese sich besonders als Modelle für die Gemeinschaftsbeziehung eignen. Er vertrat die Meinung, dass es einer Gesellschaft ein Anliegen sein sollte, persönlichkeitsbildende Faktoren zu fördern und schöpferisch mitgestaltende Menschen zu erziehen. Diesem Anliegen hat er sich viele Jahre selbst gestellt, sei es als Dozent bzw. Lehrbeauftragter für Tanzpädagogik oder bei der Verbreitung von Meditativen Tänzen. Mich beeindruckt, dass er bei seiner intensiven Arbeit nicht sich selbst in den Mittelpunkt stellt, sondern immer auch den Blick auf die Mittänzer richtet. Den Abschnitt über Tanz in Pädagogik und Therapie beendet er mit dem Satz: „Wo Menschen miteinander tanzen, erziehen und bilden sie sich selbst.“<sup>“(36)</sup>

Es würde den Rahmen des Themas dieser Diplomarbeit sprengen, würde ich auf alle Etappen des Lebens von Bernhard Wosien näher eingehen. Aber es scheint mir doch von großer Bedeutung zu sein, wie ihn, nach einer langen Zeit als Solotänzer und Choreograph an verschiedenen Bühnen, die Tanzfolklore ergriffen hat, die so ganz anders war als der Bühnentanz. Er sagt selbst:

„Die Volkskunst ist aus der sozialen Gemeinschaft gewachsen, autochthon. Sie findet in der Landschaft statt, vor den Häusern und Feldern der Familien, auf dem Platz der Gemeinde, draußen. Diese Kunst ist introvertiert. Die Menschen finden sich im Kreis, schauen sich an. Sie benötigen keine Zuschauer, sind gar nicht auf sie eingestellt.“<sup>(37)</sup> Er erkennt die religiösen und kultischen Hintergründe dieser Tänze und ich möchte mich ihm anschließen, wenn er sagt: „Man muss diese Tänze tanzen, um dies zu entdecken ... um ihre heilende, therapeutische Wirkung zu erleben und zu spüren.“<sup>(38)</sup> Ich denke, so hat er Tanz verstanden und tanzend gelebt. Über seine Tätigkeit als Dozent bzw. Lehrbeauftragter für Tanzpädagogik ist mir wenig bekannt. Soviel aber, dass die Volkstums- und Brauchtumsforschung beim Staatlichen Ensemble für Sorbische Volkskunst dieser Zeit voraus ging, dass er also nicht direkt von der Bühne kam. Und ich kann es mir nicht anders vorstellen, als dass er mit seinen Studenten getanzt hat und so die Pädagogik in das leibhaftige Tanzen einfließen ließ. Da mir das Thema „Tanz will getanzt sein“ sehr wichtig ist, werde ich am Ende meiner Diplomarbeit unter Punkt 10 noch einige Ausführungen dazu machen.

#### 4.3.2 Die Bedeutung von Trudi Schoop

In ihrem Buch „... komm und tanz mit mir!“, das 1974 erschien, gibt Trudi Schoop Einblicke in ihr Leben. Sie berichtet über ihre Kindheit, die Zeit als Bühnentänzerin und über ihre Arbeit mit kranken und gesunden Menschen. Zu dem Zeitpunkt ist sie über 70 Jahre alt – und sie blickt auf ein an Erfahrung reiches Leben zurück. Ein Leben, was geprägt ist von Einfühlungsvermögen und Verständnis für die Gefühlswelt des Menschen und wie diese im Körper zum Ausdruck kommt.

Sie wurde 1903 geboren, stammte aus einer wohlhabenden Züricher Familie, hatte zwei Brüder und eine Schwester und ihr Zuhause war geprägt von einer offenen Atmosphäre. Viele Gäste gingen ein und aus. Sie erinnert sich an herrliche Sommer, in denen sie die meiste Zeit mit ihren Geschwistern im Freien verbrachte. Während sie einerseits so eine glückliche Kindheit beschreibt, hielten sie parallel dazu eine lange Zeit unfassliche Ängste gefangen. Etwa sechsjährig begann sie deshalb, sich manchmal stundenlang ins Musikzimmer einzuschließen, um nach Musik vom Grammophon zu tanzen. Das waren für sie Stunden großen Glücks, in denen ihre Ängste und Zwänge vergessen waren. Viele Jahre tat sie das. Sie sagt, dass sie sich so gesund getanzt hat und dass diese Erfahrung sie später bewog, mit psychotischen Menschen zu tanzen.

In dieser Zeit wurde ihr bewusst, dass es ihr wichtig war, sich mit ihrem Körper auszudrücken. Als sie eines Abends beim Essen verkündete, dass sie Tänzerin werden wollte,

brachen Familie und Freunde in ein schallendes Gelächter aus, so dass an eine Fortsetzung ihrer sorgfältig geplanten Rede nicht zu denken war. Einzig ihre Mutter kam ihr zu Hilfe. Diese sagte, dass sie es wunderbar findet, wenn Trudi weiß was sie will und dass man ihr eine Chance geben soll.

So wagte sie sich mit 16 Jahren an die Gestaltung von Tänzen und trat ein halbes Jahr später im Pfauentheater ihrer Heimatstadt mit einer Solodarbietung auf. Nachdem sie sich lange Zeit das Tanzen autodidaktisch beigebracht hatte, nahm sie später auch professionellen Tanz- und Ballettunterricht. 1921 gründete sie ihre erste eigene Tanzschule. Sie beobachtete ihre Schüler genau und begann dabei zu erkennen, was für eine schwere Aufgabe es für Menschen ist, Gefühle und Fantasie körperlich auszudrücken. Sie stellte fest, dass sich Minderwertigkeitsgefühle, Angst und Konflikte aller Art hemmend auf das körperliche Ausdrucksvermögen auswirken.

Sie studiert den Menschen, indem sie auf der Straße Unbekannten folgt, ihre Gangart und ihre Haltung nachahmt und sich vorstellt, dass es ihr dadurch möglich wäre, deren Geisteszustand zu erfühlen. Sie schaut genau hin und sagt selbst, dass sie wie besessen war von den Gesten der Menschen, dem Minenspiel usw.

Das hat auch ihre Tänze verändert. Sie versucht, beobachtete Alltagsgeschichten in Bewegung umzusetzen und sie in eine breitere, allgemeinere Beziehung zu stellen. In ihrem Bruder Paul findet sie den Komponisten für ihre Tänze

Tourneen führen sie in den Folgejahren in zahlreiche europäische Großstädte, wie Berlin, Oslo, Amsterdam, Prag, Stockholm und Paris und in die USA.

Tanz ist für sie immer auch politisch. Während der Wirren des Zweiten Weltkrieges arbeitete, spielte und tanzte sie nicht nur mit Waisenkindern im Pestalozzi-Dorf, sondern trat zusammen mit anderen Künstlern im Kabarett „Cornichon“ auf. Während also nachts über Zürich fremde Bomber flogen, spielten, sangen und tanzten sie vor ausverkauftem Haus ihre politischen Botschaften.

Nach dem Krieg hatte das Kabarett seinen Zweck erfüllt und so ging sie mit ihrer wieder gegründeten Gruppe auf Tournee durch Europa und Amerika.

1948 beendete sie ihre Bühnenkarriere und siedelte bald nach Kalifornien über.

Hier begann sie in den 50er Jahren mit Patienten in einer psychiatrischen Klinik zu tanzen. In diesem für sie neuen Tätigkeitsfeld trug sie entscheidend zur Entwicklung der Tanztherapie bei. Sie gilt heute als eine der Mütter der Tanztherapie.

Wertvoll, auch für die soziale Arbeit, erscheinen mir ihre Erfahrungen, von denen sie aus dieser Zeit berichtet. Zum Teil finden diese sich auch unter Punkt 4, zur Fragestellung: „Was kann Tanz bewirken?“ wieder.

Sie sagt zum Beispiel, dass sie erkannt hat, „dass jeder Mensch auf dieser Erde ein Künstler ist, der an der Gestaltung seines Menschen und seiner Welt mithelfen möch-

te.“<sup>(39)</sup> In ihrem Buch „... komm und tanz mit mir“ berichtet sie unter anderem von den Anfängen ihrer Arbeit in dieser Klinik. Sie beschreibt, wie sie die Patienten erlebte und wie schwer es manchmal war, diese überhaupt zu erreichen. Und trotzdem hat sie nicht aufgehört an sie zu glauben. Die Erfolge in ihrer Arbeit, die besonders am Anfang doch recht mühsam war, wobei sie an und mit den Patienten lernte, haben sie aber dennoch weiter dazu ermutigt.

Nach ihrer eigenen Aussage hat sie sich nur für eine kurze Zeit bemüht, Tanztherapie „wissenschaftlich“ oder „klinisch“ zu betreiben. Schnell hat sie für sich erkannt, dass sie, um ihren Patienten und Schülern zu begegnen, von der künstlerischen Gestaltung ausgehen müsste. Es ist ihr wichtig, dass Tanz immer an der gesunden Seite des Menschen ansetzt, die in jedem, mag er noch so krank oder verwirrt sein, vorhanden ist. Sie ist sich sicher, dass jeder, der die Welt des Tanzes erlebt hat, weiß, wie viel Freude der Körper uns geben kann. Deshalb möchte sie bei ihren Patienten dieses angeborene Talent des Körpers zur Freude an sich selbst wieder aufleben lassen. Sie will versuchen die seelischen Wunden dieser Menschen zu heilen, indem sie sich bemüht, ihnen ein neues und positives Gefühl für ihren eigenen Körper zu vermitteln.

Für die klinische Arbeit von Trudi Schoop erscheint mir außerdem sehr wichtig, dass sie die Tanztherapie nicht als alleinige Methode zur Heilung der Patienten ansah. Über die Wechselwirkungen, die es zwischen einer auf den Körper ausgerichteten Methode und der Verwendung von Beruhigungsmitteln gibt, schreibt Dr. May im Vorwort zum Buch „... komm und tanz mit mir“ unter anderem, dass diese Behandlungsmethoden nicht als Gegensätze betrachtet werden oder im Wettstreit miteinander liegen sollten, sondern dass der einsichtige Therapeut sie in der Kombination und zeitlichen Abfolge verwendet, die den Patienten am wirkungsvollsten von seiner Psychose befreit.

Dafür erscheint ihm jedoch eine lediglich technische Ausbildung und auch die Länge der Erfahrung nicht maßgebend zu sein. Wichtiger ist ihm, mit welcher Einstellung man dem Patienten gegenübersteht. Dazu gehören für ihn eine ehrliche Zuneigung zum Patienten und eine Duldsamkeit gegenüber menschlichen Schwächen, vor allem aber eine hohe Achtung vor der Einzigartigkeit eines jeden Menschen, ein humorvolles Annehmen der eigenen Fehlbarkeit des Therapeuten ebenfalls. Er sagt, dass solche Therapeuten den Patienten nicht als psychiatrischen Fall sehen, sondern mit den Worten von Trudi Schoop, als einen „faszinierenden Fremden“.<sup>(40)</sup>

Für mich gibt es keinen Zweifel, dass auf dieser Basis eine gute Zusammenarbeit zwischen den Professionen zum Wohle von psychisch kranken Menschen in der Therapie möglich war und ist.

Hier sehe ich auch wieder den Anknüpfungspunkt zur sozialen Arbeit, sowohl konkret zur Arbeit in der psychosozialen Kontaktstelle als auch in der Einstellung zum Klienten allgemein, also auch in anderen Arbeitsbereichen.

Trudi Schoops Leben und besonders ihr Wirken in der psychiatrischen Klinik hat mich sehr beeindruckt. Ich verstehe Tanztherapie als eine sehr gute Methode in der Arbeit mit psychisch kranken Menschen. Sie kann aber, wie oben dargestellt, nur ein Baustein sein, der im Zusammenspiel mit anderen Methoden wirksam angewandt wird.

## 5 Die Wechselbeziehung von Tanz zu weiteren Methoden der sozialen Arbeit

Nachdem ich auf die verschiedenen Wirkungen von Tanz eingegangen bin und die Bedeutung von tanzenden Professionen für die soziale Arbeit beleuchtet habe, liegt die Frage nahe, ob und wie es eine Wechselbeziehung von Tanz zu weiteren Methoden der sozialen Arbeit gibt.

Denn abgesehen davon, dass der Einzelne tänzerische Fähigkeiten erlangt, wirken sich Tanzangebote in Gruppen positiv auf das soziale Miteinander der Teilnehmer aus. Wo und wie können diese positiven Auswirkungen auf das soziale Miteinander in der sozialen Arbeit genutzt werden und welche Ressourcen bringt ein Sozialarbeiter durch sein Studium dafür bereits mit? Welche Methoden der sozialen Arbeit sind geeignet, mit Tanz verknüpft zu werden?

Auf die Frage, wo und wie können die positiven Auswirkungen von Tanz auf das soziale Miteinander in der praktischen Arbeit genutzt werden, möchte ich hier nur beispielhaft eingehen. Eine umfassende Beantwortung dieser Frage könnte ein eigenes Thema für eine Diplomarbeit sein, weil sich aufgrund der Fülle der Themen und der Zielgruppen in den Handlungsfeldern der sozialen Arbeit auch eine mindestens ebenso große Fülle von Einsatzmöglichkeiten von Tanz als ein Medium, das Gemeinschaft vermittelt und der Förderung und Wahrnehmung eigener Ressourcen dient, ergibt. Hier gilt, wie für ästhetisches Lernen und künstlerisches Gestalten im Allgemeinen auch, dass die Kreativität und die Phantasie der beteiligten Akteure bei der Arbeit mit ihren Medien eine außerordentlich wichtige Rolle spielt.

Folgende Einsatzfelder von Tanz stellen also nur einen Ausschnitt aus den gesamten Möglichkeiten dar, ich möchte sie aber trotzdem benennen, weil sie möglicherweise die Phantasie eines Sozialarbeiters anregen könnten, in seinem Handlungsfeld ebenfalls das Medium Tanz einzusetzen.

Tanzangebote können die Gemeinwesenarbeit bereichern. Stadtteilprojekte gewinnen evtl. an Attraktivität, wenn hier verschiedene Generationen Tanzangebote wahrnehmen können, ob generationsübergreifend in Mehrgenerationenhäusern oder in altersspezifischen Angeboten, vom Kinder- und Jugendhaus bis zum Seniorenclub. Bei Stadtteilfesten können sich solche Gruppen dann präsentieren. Auch für die interkulturelle Arbeit bedeutet es eine Bereicherung, wenn sich fremde Kulturen uns über ihre Tänze vorstellen. So werden diese Menschen auf eine besondere Weise wahrgenommen. Gelingt es den Trägern von sozialen Stadtteilprojekten, solche Musik- und Tanzprojekte in die Arbeit im Wohngebiet zu integrieren, werden damit Möglichkeiten der Begeg-

nung und des Miteinanders von ausländischen und einheimischen Mitbürgern geschaffen. Mir fällt da die Interkulturelle Woche in Chemnitz ein. Da wird gesungen, musiziert und getanzt, aber es werden auch Probleme angesprochen, die es im Miteinander gibt. Tanz kann in den verschiedensten Bereichen der sozialen Gruppenarbeit eingesetzt werden. Im Tanz kann gelernt werden, sich in eine Gruppe zu integrieren. Jede/r ist wichtig, jede/r hat seinen Platz. Und vor allem, alle, die mitmachen, sind auch wirklich dabei. Im Gruppengespräch kann sich evtl. einer zurücklehnen, innerlich aussteigen, ist zwar körperlich noch dabei, mit seinen Gedanken aber ganz woanders. Das ist beim Tanz anders. Wenn da jemand aus der Gruppe aussteigt, so ist das sofort sichtbar. Körperliche Einschränkungen spielen dabei kaum eine Rolle, wenn der Anleitende es versteht, die Menschen mit diesen zu integrieren.

So kann es zum Beispiel für blinde Menschen eine völlig neue Erfahrung sein, sich im Tanzkreis an den Händen zu halten, im Kreis den anderen zu führen und selbst geführt zu werden. Bei Menschen, die nicht sehen können spielt der Tastsinn eine viel größere Rolle als bei sehenden Menschen. Im Tanzkreis nehmen diese Menschen die anderen Gruppenmitglieder auf einer ganz anderen Ebene wahr, als wenn sie im Gesprächskreis beieinander sitzen und sich „nur hören“. Der Nachbar, der nicht spricht und sich nicht bewegt, kann also kaum wahrgenommen werden.

Also auch für Blinde gilt genauso wie für Sehende, durch das Medium Tanz kommen sie auf einer ganz anderen Ebene in Kontakt als mittels Gesprächen.

Auch mit Gehörlosen und deren Familien habe ich schon getanzt. Hier hat mich besonders beeindruckt, wie sie sich von ihren Angehörigen in den Rhythmus des Tanzes mitnehmen ließen und wie sie diesen auch aus den Schwingungen des Bodens aufnahmen. Diese Erfahrung möchte ich wiedergeben, um Berührungsängste gegenüber dem Gebrauch des Mediums Tanz bei Gehörlosen abzubauen. Meine Erfahrung ist, dass die gehörlosen Menschen sich nicht ausgeschlossen fühlten, sondern selbst auch die Lebensfreude zum Ausdruck brachten, die beim Tanzen entsteht.

Hier also nur ein kleiner Ausschnitt von Möglichkeiten, wo Tanz in den Handlungsfeldern der sozialen Arbeit zum Einsatz kommt. Weitere Beispiele dazu finden sich in verschiedenen Punkten dieser Diplomarbeit immer dann, wenn ich einen Aspekt des Tanzes an einem Beispiel aus der Praxis verdeutlichen will.

An dieser Stelle möchte ich noch einmal betonen, dass im sozialpädagogischen Kontext der Mensch und nicht seine tänzerische Leistung im Mittelpunkt steht. Das zu vermitteln, dazu bedarf es bestimmter Fähigkeiten von demjenigen, der das Angebot anleitet. Und damit komme ich zu der Fragestellung: Welche Ressourcen bringt ein Sozialarbeiter aufgrund seiner Methodenkenntnis, die er im Studium erworben hat, für die

Gestaltung von Tanzangeboten in Gruppen bereits mit? Welche Methoden der sozialen Arbeit sind also geeignet, mit Tanz verknüpft zu werden?

Hier möchte ich zuerst auf die Methode der Themenzentrierten Interaktion (TZI) eingehen, welche ich in meiner Arbeit in der Selbsthilfekontaktstelle in Chemnitz als eine sehr hilfreiche Methode für die Arbeit in Gruppen kennenlernte.

Was ist TZI?

Hierbei handelt es sich um ein Gruppenverfahren, das aus den Erkenntnissen der Psychoanalyse und den Einflüssen der Gruppentherapie entstanden ist. Das zentrale Anliegen ist das Lebendige-Miteinander-Lernen. Ein ganzheitliches Lernen mit dem Ziel, sich selbst und andere so zu leiten, dass die wachstumsfördernden und heilenden Anlagen im Menschen angeregt und gefördert werden, nicht aber die stagnierenden und krankmachenden Tendenzen. Sach- und Beziehungsebene sind im System der TZI gleich wichtig. „In der praktischen Umsetzung bedeutet dies, ein Klima herzustellen, in dem die Lernenden sowohl in ihren kognitiv-rationalen als auch in ihren emotional-sozialen Fähigkeiten ernst genommen und unterstützt werden.“<sup>(41)</sup>

TZI kann überall dort eingesetzt werden, wo Menschen miteinander in Kontakt treten, z.B. Teams, Abteilungen, Schulklassen, Wohngruppen, Vereine, Familien, Selbsthilfegruppen. Sie „lehrt das Sich-selbst- und Gruppenleiten und fördert ein vertieftes Verstehen von einzelnen Personen, deren Interaktion in der Gruppe, den Sachthemen und den jeweiligen Beziehungen dieser drei Faktoren zum ‘äußeren Umfeld’. Eine TZI-Ausbildung ist also eine zusätzliche Qualifikation und kein Ersatz für eine didaktische, betriebswirtschaftliche oder sozialwissenschaftliche Grundausbildung in den jeweiligen Praxisfeldern, in denen mit TZI gearbeitet werden kann.“<sup>(42)</sup>

Was bedeutet, dass diese Methode auch keine Tanzausbildung ersetzen kann. Mit Blick auf das Gruppengeschehen bietet sie allerdings optimale Voraussetzungen, um soziales Lernen zu ermöglichen.

Es gibt beim TZI drei Axiome, also Grundannahmen, die eine wertgebundene Ausgangsbasis für humanes Handeln bieten. Sich mit diesen zu beschäftigen halte ich für außerordentlich wertvoll, auch und gerade für Sozialarbeiter, weil sie als ethische Forderungen richtungsweisend sind. Ich werde hier nicht näher darauf eingehen, weil es über das Thema „Ethik in der sozialen Arbeit am Beispiel der Grundannahmen des TZI“ so viel zu schreiben gäbe, dass es den Rahmen dieser Diplomarbeit sprengen würde.

Stattdessen möchte ich kurz auf die Postulate des TZI eingehen, in denen die Umsetzung der Axiome im alltäglichen gesellschaftlichen Leben beschrieben wird.

Das erste Postulat ist das der Selbstverantwortung. Es bezieht sich auf die Fähigkeit des Menschen, sich selbst zu leiten und für die eigenen Interessen und das persönliche Wohlergehen Verantwortung zu übernehmen. Dabei gilt es gleichzeitig, die Bedürfnisse der anderen sowie die äußeren Gegebenheiten im Blick zu haben.

Das zweite Postulat ist das Prinzip der Arbeitsfähigkeit in einer Gruppe. Hier gilt, dass Störungen Vorrang haben. Dass diese also nicht unterdrückt oder weggeschoben werden, sondern wahrgenommen und thematisiert. Oft reicht schon ein Aussprechen der Aufmerksamkeitsverschiebung aus, damit die betreffende Person wieder bereit ist, sich in den Gruppenprozess einzubringen. Nach meiner Erfahrung nimmt die Bearbeitung einer 'Störung' zwar unter Umständen einiges an Zeit in Anspruch, tatsächlich ist diese Zeit aber nicht 'vertan', denn in der Regel arbeitet die Gruppe nach der Offenlegung und Beseitigung einer Störung umso intensiver zusammen.

Besonders hilfreich für die Arbeit in Gruppen finde ich das Arbeitsprinzip der dynamischen Balance. Dieses lässt sich sehr anschaulich am TZI-Symbol, dem gleichseitigen Dreieck im Kreis, nachvollziehen.



„Die Eckpunkte (Ich, Wir, Es) fügen sich in den Kreis (Globe) ein. Die dynamische Balance, die in der Graphik so bestechend einfach dargestellt wird, ist in der Realität nicht statisch. Sie muss im Gruppenverlauf immer wieder erarbeitet werden.“ Es geht um die Balance zwischen den Bedürfnissen des Einzelnen, der Gruppe, die sich aus den vielen einzelnen „Ichs“ zusammensetzt und der Präsenz des Themas in der Gruppe.<sup>(43)</sup>

Unter Globe verstehen wir sozusagen die Rahmenbedingungen für die Gruppenarbeit, die auf diese einen nicht unerheblichen Einfluss haben. Zu den Globe-Aspekten gehören unter anderem die räumlichen Gegebenheiten, die unterschiedlichen Lebenswirklichkeiten der Teilnehmenden, gesellschaftliche Normen und natürlich auch aktuelle Nachrichten zu politisch brisanten und menschlich bewegenden Themen.

Wichtig für die Arbeitsfähigkeit in der Gruppe ist weiterhin die Struktur als methodische Basis. Hier gilt es, alle bekannten Fakten und Wahrscheinlichkeiten voranzuplanen und dabei offen zu sein für Wahrnehmungen im Hier und Jetzt. Der Gruppenprozess ist

nämlich nur bedingt planbar und macht eine flexible Handhabung der geplanten Strukturen in der konkreten Gruppensituation notwendig. Strukturen sind nur so lange hilfreich, wie sie den aktuellen Gruppenprozess unterstützen und den Bedürfnissen der Gruppe entsprechen.

Eine wesentliche Voraussetzung für soziales Lernen ist ein vertrauensvolles Klima. Dieses kann durch Zuhören, Offenheit, Anerkennung, Diskretion und Nicht-recht-haben-Müssen entstehen und es wächst in einer Atmosphäre, in der es nicht nur erlaubt, sondern sogar erwünscht ist, Fehler zu machen und etwas Neues auszuprobieren.

Diese Erfahrung mache ich in den Tanzgruppen immer wieder. Besonders auch in der Gruppe mit psychisch kranken Menschen. Über diese Erfahrung berichte ich unter Punkt 9.

Auch wenn es zu TZI noch viel zu sagen gäbe, möchte ich meine Ausführungen hierzu jetzt beenden. Für den Gesamtrahmen dieser Diplomarbeit sind sie schon recht ausführlich und zwar deshalb, weil ich zu der Auffassung gelangt bin, dass die Anwendung dieser Methode für mich sehr hilfreich war bei der Durchführung des Tanzangebotes in der PSKB. Ich habe diese Methode nicht von Anfang an bewusst angewandt. In der Reflexion über den Gruppenprozess ist mir aber aufgefallen, dass ich unbewusst angewandt habe, was ich mir in der Zeit als Selbsthilfeberaterin für die Arbeit mit Gruppen bewusst erarbeitet habe.

Letztendlich ist es doch mit vielen Lernprozessen so, am Anfang ist es ein mühsames Erarbeiten und mit der Zeit verselbständigt sich dieser Prozess. Man muss sich die einzelnen Elemente nicht ständig ins Bewusstsein rufen, sondern wendet sie einfach an.

Es lässt sich auch vergleichen mit einer Grundeinstellung, die man seiner Arbeit bzw. den Klienten gegenüber hat.

So möchte ich es auch verstanden wissen, wenn ich sage, dass ich meine Kenntnisse oder auch Erkenntnisse aus der klientenzentrierten Gesprächsführung nach Rogers in die Arbeit mit dem Medium Tanz einbeziehe. Natürlich lässt sich diese Methode nicht 1:1 übertragen, da es sich zum einen um verbale Gesprächsführung handelt, zum anderen geht es bei dieser Methode auch nicht um die Arbeit mit Gruppen, sondern in der Regel um ein Zweier-Gespräch Klient – Therapeut.

Was mir aber aus dieser Methode für Angebote und Projekte mit dem Medium Tanz wichtig ist, ist zuallererst die klientenzentrierte Lebensauffassung, nämlich die Überzeugung, „dass dem Menschen eine Tendenz zur Entwicklung aller seiner Fähigkeiten innewohnt, die der Erhaltung oder Förderung seines Organismus – seiner Geist und Körper umfassenden Gesamtperson dienen.“<sup>(44)</sup>

Diese Lebensauffassung geht mit einer hohen Wertschätzung der inneren Ressourcen eines Klienten einher.

Ein wichtiges Merkmal der klientenzentrierten Gesprächsführung ist auch die Partnerschaftlichkeit im Umgang mit dem Klienten. Das ist mir auch in den Tanzangeboten sehr wichtig. Ich stehe als Mensch einem Menschen gegenüber, interessiere mich für dessen Befinden und ziehe kein Programm durch.

Was bei Rogers mit systematischem Zuhören beschrieben wird, möchte ich für das Tanzen erweitern auf das systematische Wahrnehmen des anderen. Auch Rogers hat mit systematischem Zuhören nicht nur das Hören auf den Wortlaut gemeint. Für ihn waren Tonfall, Mimik, Gestik und Körperhaltung genauso wichtig. Und er gibt damit dem Therapeuten die Aufgabe, das zu erfassen, was der andere (noch) nicht verbalisieren kann.

Um zu erfahren, ob ich den Klienten richtig verstehe, ist es wichtig, dass ich meine Wahrnehmung ihm gegenüber in Worte fasse und sie diesem zurückgebe. Zum einen erfahre ich so, ob ich ihn richtig verstehe, zum anderen drückt ein Klient evtl. auch etwas aus, was ihm selbst noch gar nicht so bewusst ist. Hier erhält er die Möglichkeit, sich selbst zu erforschen. Im Annehmen dessen, was ich ihm sage, aber auch in der Ablehnung lernt er, sich selbst klarer und differenzierter zu sehen. Durch dieses Erforschen von Gefühlen und Affekten werden die Selbstheilungskräfte des Klienten gefördert.

Rogers betont, wie wichtig das Annehmen und Wertschätzen des Klienten ist. Auch wenn ich verschiedene Verhaltensweisen von diesem ablehne, so lehne ich doch nicht die ganze Person ab. Dazu ist es natürlich auch wesentlich, dass ich lerne, mich differenziert auszudrücken.

An den Therapeuten geht die Forderung, in seinem Verhalten echt und selbstkongruent zu sein. Damit ist die Übereinstimmung von innerem Erleben und äußerem Verhalten gemeint.

Natürlich sollte ich deshalb nicht alle meine inneren Befindlichkeiten nach außen kehren. Mir muss jederzeit bewusst sein, dass ich für den Klienten da bin und nicht umgekehrt er für meine Bedürfnisse zuständig ist. Deshalb sollte meine Echtheit selektiv sein, das heißt, alles, was ich sage, muss authentisch sein, aber nicht alles Authentische muss gesagt werden.

Ich denke, an diesen Ausführungen wird deutlich, dass auch die Kenntnis der Methode „Klientenzentrierte Gesprächsführung nach Rogers“ hilfreich für das Gestalten von Tanzangeboten in Gruppen ist.

Wichtig war und ist mir in diesem Zusammenhang die Kommunikation ohne Worte, die beim Tanz stattfindet. Während ein Klient in einem Gespräch einfach mal still sein

kann, kann sich ein tanzender Mensch nicht „verstecken“. Sein Körper spricht unentwegt. Ich sollte mich nur nicht dazu verleiten lassen zu meinen, ich würde nonverbal auch alles richtig verstehen. Eine verbale Rückmeldung als Kontrolle ist wichtig!

In der Gruppe ist es natürlich auch manchmal so, dass einer nicht vor allen anderen seine Gefühle in Worte fassen will. Auch das muss ich akzeptieren. Gut ist es, wenn außerhalb der Gruppe die Möglichkeit besteht, im Zweiergespräch Themen aufzugreifen, die (noch) keinen Platz in der Gruppe haben.

Andererseits ist es für manche auch eine sehr beglückende Erfahrung, wenn sie in einer Atmosphäre des Angenommenseins und der Wertschätzung über ihre Befindlichkeit zu sprechen lernen und dabei merken, wie respektvoll damit in der Gruppe umgegangen wird.

Zum Abschluss dieses Kapitels möchte ich noch kurz auf die Methode des Empowerment eingehen. Im „Wörterbuch für soziale Arbeit“ lese ich hierzu unter anderem: „E meint den Prozess, innerhalb dessen Menschen sich ermutigt fühlen, ihre eigenen Angelegenheiten in die Hand zu nehmen, ihre eigenen Kräfte und Kompetenzen zu entdecken und ernst zu nehmen und den Wert selbst erarbeiteter Lösungen schätzen zu lernen.“ Im Folgenden werden Lernprozesse beschrieben, die für die Arbeitsweise von Sozialpädagogen wichtig sind. Ich möchte hier lediglich den ersten Punkt herausgreifen: „ Von der Defizit- oder Krankheitsperspektive zur Ressourcen- oder Kompetenzperspektive. Das Wissen um die Stärke der Menschen und der Glaube an ihre Fähigkeiten, in eigener Regie eine lebenswerte Lebenswelt und einen gelingenden Alltag herzustellen, führt mit Notwendigkeit zu einer anderen beruflichen Perspektive als im Falle eines professionellen Szenarios der Hilfebedürftigkeit.“<sup>(45)</sup>

Ich habe die zwei Textstellen aus dem „Wörterbuch für Soziale Arbeit“ deshalb wörtlich übernommen, weil daran deutlich wird, wie hoch die Übereinstimmung z.B. mit den Zielen von integrativer Tanzpädagogik und auch Tanztherapie ist. Tanz im Kontext von sozialer Arbeit sollte in diesem Sinne nie lediglich als Freizeit- oder Spaßfaktor gesehen werden, sondern immer auch als eine Form von Empowerment!

An ein paar Beispielen möchte ich dies verdeutlichen:

In Tanzangeboten spielt die Orientierung an den Stärken der TeilnehmerInnen eine große Rolle. Sie werden also nicht auf ihre Schwächen reduziert. Auch wenn ich mir in der PSKB bewusst bin, dass die Menschen, die dort das Tanzangebot wahrnehmen unter anderem auch psychisch krank sind, so war es mir doch wichtig, das Angebot nicht „Tanzen für psychisch Kranke“ zu nennen, sondern „Tanzangebot in der PSKB“. Es war mir wichtig, nicht schon im Namen diese Menschen auf ihre Krankheit zu reduzieren.

Empowerment bedeutet auch, dass Klienten keine passiv-abhängige Rolle einnehmen, sondern eine aktive. Dass sie gleichberechtigt und gleichwertig sind, fähig zur Lebensbewältigung und Akteure der eigenen Entwicklung. Das zu transportieren, dazu bietet Tanz eine gute Gelegenheit. Dazu bedarf es natürlich auch bestimmter Kriterien auf der Seite des Sozialarbeiters. Dieser soll menschlich, authentisch, sozial integrierend und emphatisch-verstehend sein. Auch hier gibt es wieder Parallelen zu integrativer Tanzpädagogik und -therapie. Es wäre einfach eine Chance sozialen Lernens vertan, wenn ich Tanz nur als eine Form der „Körperertüchtigung“ anwenden würde.

Ein wichtiges Anliegen in diesem Abschnitt war mir, aufzuzeigen, welche Kompetenzen ein Sozialpädagoge für Tanzangebote in Gruppen schon mitbringt, auch wenn er (noch) keine Tanzausbildung hat. Mit Blick auf die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten von Tanz in den Handlungsfeldern der sozialen Arbeit und mit dem Wissen darum, dass manch ein Sozialpädagoge evtl. Tanz einsetzen möchte, sich selbst für die Anleitung vom Tänzerischen her aber als ungeeignet empfindet, komme ich deshalb nun auf die Chancen multiprofessioneller Zusammenarbeit zu sprechen.

## 6 Multiprofessionelle Zusammenarbeit

Soziale Handlungsfelder sind so vielschichtig, dass eine Profession allein, sei es Sozialpädagoge, Erzieher oder Psychologe, nicht optimal die Bedarfe der jeweiligen Klienten abdecken kann.

Ich möchte aber an dieser Stelle nicht über multiprofessionelle Zusammenarbeit in der sozialen Arbeit allgemein schreiben, sondern im Bezug auf Tanz in der sozialen Arbeit. Inwiefern hier Tanzpädagogen, -therapeuten oder Künstler in die Arbeit einbezogen werden, hängt zum einen wohl vom künstlerischen oder therapeutischen Anspruch des Projektes ab, andererseits kann es ein bestimmtes Budget für ein Projekt auch erforderlich machen, auf eigene Ressourcen des Projektträgers zurückzugreifen.

Wichtig bei Projekten, wo verschiedene Professionen mitwirken, erscheint mir vor allem die Zusammenarbeit dieser, so dass es nicht ein „Nebeneinander-her-Arbeiten“ ist. In welchem Rahmen dies geschieht, ist sicher projektbezogen abzustimmen. Ich halte es zum Beispiel für durchaus sinnvoll, wenn der Sozialarbeiter seine Klienten nicht einfach an den Tanzpädagogen „abgibt“ und nach dessen Einheit wieder „übernimmt“, sondern, wenn es möglich ist, er auch dabei bleibt. So lernt er seine Klienten besser kennen, entdeckt an ihnen vielleicht ganz neue Seiten und wenn er nicht nur zusieht, sondern aktiv mit dabei ist, kann dadurch auch eine Begegnung zwischen ihm und den Klienten stattfinden, die - im wörtlichen Sinne - eine Basis schafft für eine weitere Zusammenarbeit auf Augenhöhe. Im späteren Gespräch kann auf Erlebnisse und Erfahrungen aus vorangegangenen Tanzeinheiten Bezug genommen werden.

Gerade auch in größeren Gruppen kann der Sozialpädagoge sozusagen als Assistent den Tanzpädagogen oder den Künstler unterstützen. Ich denke da zum Beispiel an ein Tanzprojekt, welches letztes Jahr in Schwerin stattgefunden hat. Dort wurde im Februar „Carmina Burana“ auf die Bühne gebracht. Initiator war der Generalmusikdirektor Herr Matthias Foremny. Das Mecklenburgische Staatstheater war auf die Schulsozialarbeiterin der Schule am Fernsehturm zugegangen, weil diese im Vorfeld Interesse an einer Zusammenarbeit geäußert hatte. Die Schulsozialarbeiterin begleitete das Projekt von Anfang an und nutzte die Chance, ihre Schüler auf eine neue, kreativ gestaltende Art kennenzulernen. Multiprofessionelle Zusammenarbeit gab es, indem ein ehemaliger Tänzer, heute Choreograph, die Proben leitete und die Theaterpädagogin sich um den organisatorischen Rahmen kümmerte. Voller Stolz erzählte sie mir, dass nicht nur Angehörige der Kinder, wie Eltern und Großeltern zu der Aufführung gekommen wären, sondern auch Besucher, die keinen familiären Bezug zu den Darstellern hatten. So eine Aufführung auf der Bühne des Theaters ist natürlich für die jungen Akteure etwas ganz Besonderes! Herausheben möchte ich, dass in diesem Projekt 180 Kinder und

Jugendliche verschiedener sozialer- und Bildungsschichten zusammen auf der Bühne standen. So war es möglich, dass die Kinder und Jugendlichen aus einem schwierigen sozialen Umfeld wirklich integriert wurden.

Und gerade um Integration geht es in der Schulsozialarbeit. Die Schulsozialarbeiterin allein hätte so ein Angebot nicht auf die Beine stellen können. Deshalb hat sie klug gehandelt, indem sie sich Kooperationspartner gesucht hat.

Dieses Beispiel soll aber keineswegs eine Abwertung von kleinen Projekten sein. Auch wenn sich zum Beispiel nur eine kleine Gruppe zu einem wöchentlichen Tanzangebot trifft, welches in einer Begegnungsstätte stattfindet, kann das für diese Menschen wirk-same soziale Arbeit sein mit vielen Auswirkungen, wie unter Punkt 4 beschrieben.

In dem Tanzangebot in der PSKB konnte ich die Erfahrung machen, dass es für die Etablierung dieses Angebotes innerhalb der Kontakt- und Beratungsstelle sogar hilf-reich war, dass ich als Mitarbeiterin bzw. Praktikantin dieses initiiert habe.

Nachvollziehen lässt sich das in meinen Ausführungen dazu unter Punkt 9.

Abschließend zu diesem Punkt möchte ich sagen, dass die multiprofessionelle Zu-sammenarbeit in großen Tanzprojekten, die dann auch noch in Aufführungen münden, neben der Wirkung auf die Teilnehmer selbst noch einen großen öffentlichkeitswirksa-men Wert haben. So ist es möglich, dass Menschen, die eher am Rand der Gesell-schaft stehen oder aber eher mit negativen Schlagzeilen ins Bewusstsein der Men-schen rücken, eine positive Aufmerksamkeit von der Öffentlichkeit bekommen.

Es kann also kein allgemeingültiges Konzept für die multiprofessionelle Arbeit in Pro-jekten geben. Wichtig für das Gelingen einer solchen Arbeit erscheint mir die gegensei-tige Achtung und der Respekt vor den jeweils anderen Professionen und natürlich, nicht zu vergessen, auch vor den Projektteilnehmern.

## 7 Das „Tanzprojekt 55+“

### 7.1 Vom einmaligen Tanzprojekt zu fortlaufenden Tanzangeboten

„Tanzprojekt 55+“ ist der Name einer Gruppe von Tänzerinnen und Tänzern, die sich Anfang des Jahres 2004 nach einer Ausschreibung des Opernhauses im Ballettsaal desselben erstmals zusammengefunden hat. Aus dem zeitlich begrenzten Projekt ist heute für einige, die von Anfang an dabei waren, aber auch für neu hinzugekommene eine kontinuierliche Gruppe von Tänzerinnen und Tänzern geworden, die nicht müde wird, in größeren Abständen neue Tanzprojekte zu gestalten und aufzuführen.

Die Idee zum Projekt kam von zwei tanzbegeisterten Frauen jenseits der 55, die sich nicht auf die passive Rolle der Zuschauerinnen beschränken, sondern selbst tanzen wollten. Ein glücklicher Umstand war, dass das Ehepaar Händler als künstlerische Leitung des Ballettes am Opernhaus Chemnitz von Anfang an für die Idee zu begeistern war. Eine Gruppe von MittänzerInnen, allesamt über 55, hatte sich schnell gefunden.

Bei der Auswahl ging es den Händlers nicht vordergründig um Talent, sondern das richtige Körper- und Rhythmusgefühl. Das Ziel des Projektes war, Erlebtes und Gelebtes in eine tänzerische Form umzusetzen, um auf diese Weise kleine Geschichten von großen Gefühlen zu erzählen.

Wichtig war von Anfang an die Freude an der Musik, an der Bewegung und vor allem die Freude auf die Gemeinschaft, und das wohl besonders für die, die ihre Berufslaufbahn bereits beendet hatten und somit auch nicht mehr die Alltagsstruktur und die alltäglichen Kontakte zu Kollegen hatten.

So ist die Gruppe auch recht schnell zusammengewachsen. Es wurden gemeinsame Ausflüge unternommen, Geburtstage zusammen gefeiert, bei Krankheit wurde der/die Betroffene besucht.

Die Probenstunden waren von Anfang an sehr intensiv. Vor der Premiere wurden öffentliche Proben angesetzt, wohl auch um sich auszuprobieren, zu erfahren, wie es ist, vor Publikum zu stehen. Ramona Bothe-Christi schreibt dazu: „Wer einmal das Glück hatte, eine Probe des Tanzprojektes 55plus zu erleben, der wird optimistisch in seine Zukunft schauen, denn er sieht, dass Kraft, Ausdruck, Schönheit und Eleganz sowie ansteckende Lebensfreude kein Privileg der Jugend ist, sondern dass bewusst gelebtes und erfahrenes Leben selbst nach acht Jahrzehnten (so alt ist die älteste Tänzerin) in berührenden Bewegungen ebenso berührend wie ästhetisch-künstlerisch erstaunlich erzähl- und nacherlebbar ist.“<sup>(46)</sup>

Und so wurden auch die Aufführungen in Opern- und Schauspielhaus ein Erfolg!

Dieser Erfolg begründet sich auf ein Arbeiten in tiefem Respekt voreinander. Sowohl der TänzerInnen vor den Choreografen, als auch der Choreografen vor den Lebenserfahrungen der TänzerInnen. Dieser gegenseitige Respekt macht es möglich, dass die Proben zu einem Quell für Ideen, einer Fundgrube kaum vermuteter Fähigkeiten und einem gegenseitigen Entdecken von Persönlichkeit werden.

Zum Zeitpunkt der Aufführung im Mai 2006 steht bereits fest, dass die Händlers das Theater der Stadt Chemnitz verlassen. Für die Gruppe, die auch in Zukunft weiter Tanzprojekte gestalten will, ist es zunächst ungewiss, wie und ob es überhaupt weitergehen wird.

Ziemlich schnell war klar, dass dies im Theater nicht möglich sein wird.

Wieder ein glücklicher Umstand machte es möglich, dass die Gruppe daran nicht zerbrach.

Frau Liane Günther vom „Armes Theater“ in der Schönherrfabrik gehörte von Anfang an zu den Tänzern und sie schlug vor, dass die Gruppe dort ein neues „Zuhause“ findet. Sie selbst ist Theaterwissenschaftlerin und bietet an, in Zukunft zusammen mit Frau Monika Meyer die künstlerische Leitung der Gruppe zu übernehmen.

Natürlich bringt es dieser Wechsel mit sich, dass einige diese verlassen, neue kommen jedoch hinzu und so entsteht ganz schnell wieder eine kontinuierliche Gruppe.

„Armes Theater“ ist ein professionelles Theater, in welchem Amateuren, ganz besonders Kindern und Jugendlichen, Kunst vermittelt wird. Und hier entsteht eine neue Herausforderung für das „Tanzprojekt 55+“. Durch die Begegnungen von Jung und Alt vor und nach den Proben kam es zu der Fragestellung, ob die beiden Altersgruppen nicht auch einmal ein Projekt gemeinsam machen könnten. Es stellte sich heraus, dass beide Gruppen diese Idee interessant fanden und so wurde ein gemeinsames Projekt geplant.

Das neue Stück heißt „SEHN-sucht“. Es geht also um die Sehnsüchte der Menschen, die Sehnsucht der Älteren nach dem Gebrauchtwerten und die der Jüngeren nach dem Sich-beweisen-Wollen. Reibung und Spannung sind in diesen unterschiedlichen Bedürfnissen vorprogrammiert. Körperlich soll dies auf der Bühne zum Ausdruck kommen, aber auch Lösungsmöglichkeiten und Kontaktsuche über Generationengrenzen hinweg werden tanzend dargestellt. Das bedeutet für beide Generationen eine Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensrolle und dem, was dem Leben Sinn gibt.

Insofern war der Wechsel vom „Tanzprojekt 55+“ in „Armes Theater“ für beide, die Gruppe und die Spielstätte, eine Bereicherung. Im öffentlichen Raum ist die Begegnung zwischen den Generationen auf Grund von Familienkonstellationen, die nicht mehr so eng zusammen leben, aber auch durch generationsspezifische Angebote eingeschränkter, was auch dem gegenseitigen Verständnis entgegen steht. Im Bühnen-

raum findet nun eine Begegnung von Jung und Alt statt, die wir uns manchmal für das alltägliche Leben wünschen.

In einer Zeit, in der Lebensrollen nicht mehr so festgeschrieben sind wie früher, in der es aber auch viel mehr Unsicherheiten für jüngere Menschen gibt, was die berufliche Entwicklung betrifft und in der die Zeit nach dem Ende des Berufsleben für ältere Menschen eine relativ lange sein kann, ist es besonders wichtig, sich auch außerhalb der Berufstätigkeit Tätigkeitsfelder zu suchen, wo man aktiv am Leben teilhaben kann.

Besonders wertvoll finde ich für dieses Projekt, dass es einen Prozess des Miteinander-Lernens und des gegenseitigen Akzeptierens über Generationsgrenzen hinweg gibt.

Durch die Aufführung vor einem persönlich interessierten Publikum wird das Thema eine weitere Breitenwirksamkeit erzielen.

## 7.2 Die Gruppe

Die Gruppe besteht aus 15 TänzerInnen, 12 Frauen und 3 Männern im Alter von 55 bis 86 Jahren. Die meisten von ihnen sind nicht mehr berufstätig, also im Ruhestand. Das bedeutet auch, nicht mehr täglich einer Arbeit nachzugehen und darauf angewiesen zu sein, sich den Tagesablauf selbst zu strukturieren.

Um die Tänzerinnen und Tänzer kennenzulernen, stellte ich ihnen Fragen und es zeigte sich eine große Bereitschaft, mit mir ins Gespräch zu kommen.

Zunächst interessierte mich natürlich, was ihnen der Tanz und was ihnen die Gruppe bedeutet.

Ich finde die Antworten sehr wichtig und möchte deshalb ausführlich darauf eingehen.

Auf die Frage, welche Bedeutung der Tanz für sie habe, war der Konsens in der Gruppe, das an erster Stelle der Spaß und die Freude an der Bewegung nach Musik stehen. Für die Menschen ab 55 Jahren ist es eine sportliche Betätigung, bei der man sowohl die eigene Kraft spüren und den Körper beweglich halten als auch Entspannung finden kann. Tanzen bedeutet für sie Geselligkeit und gibt ihnen Lebensfreude. Beim Erlernen von Bewegungsabläufen wird die Konzentration geschult, Bewegungen müssen gezielt koordiniert werden, so bleiben die Leute körperlich und geistig fit. Dass dabei auch auf die Körperhaltung geachtet wird, wurde als wichtig befunden.

Ein weiteres Kriterium war, dass Tanz ein Medium ist, Erlebtes auszudrücken, Gefühle auszuleben und sich selbst besser wahrzunehmen.

„Tanz ist mein Leben“, so sagte eine Frau. Eine andere: „Er ist meine große Leidenschaft, die viele Jahre nicht verwirklicht wurde!“. Hier können sich die TänzerInnen schauspielerisch betätigen, sie sind in ein Kollektiv eingebunden und das wöchentliche Training gibt Struktur im Zeitablauf, besonders für die, die nicht mehr im Arbeitsprozess

stehen. Eine Teilnehmerin sagte mir, dass sie durch den Tanz in dem neuen Lebensabschnitt nach dem Ausstieg aus dem Berufsleben eine neue Lebensqualität gefunden hat. Eine Frau ist froh, nach langer schwerer Krankheit wieder tanzen zu können, eine andere fand darin den vollen Ersatz für das lebenslange Hobby, in einem Orchester mitzuspielen, was aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr möglich war.

Besonders an den letzten beiden Aussagen wird deutlich, dass es in diesem Tanzprojekt nicht darum geht, makellos schöne und durchtrainierte Körper vorzustellen, sondern Menschen, die auf Grund ihrer Lebenserfahrung ihre eigene Authentizität gewonnen haben, die ihre Körperhaltung, ihren Ausdruck, ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung schulen und dadurch befähigt werden, tänzerisch etwas darzustellen, Alltagserleben in Bewegung umzusetzen.

Um zu erfahren, inwieweit der soziale Aspekt in dem Tanzprojekt 55+ eine mehr oder weniger große Rolle spielt, stellte ich die Frage nach der Bedeutung der Zugehörigkeit zur Gruppe für den einzelnen.

Auch hier möchte ich ausführlich auf die Antworten eingehen, weil diese nicht die Meinung von Tanzpädagogen oder -therapeuten widerspiegeln, die ein berufliches Interesse an Tanz haben, sondern die Tanzgruppenmitglieder kommen selbst zu Wort, geben ihre ganz eigenen Ansichten wieder.

Teilweise überschneiden sich die Antworten natürlich mit denen aus der vorhergehenden Frage.

Oft bekam ich die Antwort, dass es ihnen wichtig ist, mit Gleichgesinnten etwas zu tun, soziale Verbindungen zu knüpfen, nicht zu vereinsamen, integriert zu sein. Die TänzerInnen haben Spaß und Freude am Erarbeiten des Projektes und daraus folgt die gemeinsame Freude am Erreichten.

„Ohne Tanzdonnerstag fehlt was“, man gehört zur Gruppe, es bilden sich Freundschaften heraus. Alltagsgedanken und -sorgen können hier verblasen. Die Geselligkeit beim Tanz wird als große Lebensbereicherung angesehen.

Die Gruppe stellt sich aufeinander ein. Beeindruckt hat mich, dass auch das Synchronisieren von Bewegungen jemand in diesem Zusammenhang wichtig war.

Es werden Freunde gewonnen, die sozialen Kontakte gehen über das gemeinsame Tanzen hinaus. Es gibt kleine Feiern, wie Geburtstage und Weihnachten und auch gemeinsame Unternehmungen, wie z.B. Besuche im Schauspielhaus. Die Gruppenmitglieder lernen sich kennen; die Interessen, Ideen, Hobbys der anderen und empfinden dies oft als Bereicherung.

Als „Teil des Lebens im Alter“ wird die Gruppe bezeichnet.

An den Antworten lässt sich ablesen, dass es den Beteiligten nicht um den Tanz allein geht, sondern auch um die Gemeinschaft in der Gruppe, sonst könnte ja auch jeder Zuhause in seinem Wohnzimmer tanzen. Beim Tanzen gehen sie aufeinander zu, treten miteinander in Kontakt – das ist mit der Übungsstunde nicht abgeschlossen. Es lässt sich nicht genau bestimmen, ob die Gemeinschaft vordergründig gesucht wird oder ob sie sozusagen ein „Nebenprodukt“ des gemeinsamen Tanzens ist. Sicher sind die Anteile bei unterschiedlichen Personen verschieden stark und oft ist die Motivation auch nicht 100 % bewusst. Offensichtlich ist aber schon, dass bei Menschen, die nicht mehr im Arbeitsprozess eingebunden sind, die privaten Kontakte einen höheren Stellenwert haben als bei denen, die es noch sind, wo der Tagesablauf durch die Arbeit strukturiert wird und Kontakte zu KollegInnen da sind.

Da es aber doch die Mehrzahl der TänzerInnen betrifft, nicht mehr berufstätig zu sein und ihnen dementsprechend viel Freizeit zur Verfügung steht, hat mich sehr interessiert, ob sie noch weitere Hobbys haben.

Auf Befragung der Einzelnen fand ich heraus, dass es da noch eine ganze Reihe weiterer Hobbys gibt. Sie wirken also nicht nur auf der Bühne aktiv, sondern sind es auch in ihrem weiteren Lebensumfeld.

Auf die Antworten möchte ich jetzt nicht detailliert eingehen, weil dies für das Thema der Arbeit nicht so wichtig ist. Jedoch ist es so, dass ein grober Überblick die Vielfalt der Interessen widerspiegelt.

Die TänzerInnen bewegen sich bei Sport und Spiel: in der Halle, bei Gymnastik und Yoga und im Freien beim Wandern und Rad fahren. Sie engagieren sich in Vereinen, interessieren sich für Kunst und Kultur, genießen diese bei Konzert- und Theaterbesuchen, spielen selbst Theater oder ein Instrument. Jeweils einmal genannt werden: Englisch lernen, Origami-Falttechnik, Seidenmalerei, Specksteingestaltung sowie Puppen- und Teddyanfertigung.

Ich nenne diese Hobbys zum einen um deutlich zu machen, wie unterschiedlich und vielfältig die Interessen der Tänzerinnen und Tänzer doch sind, die sich hier treffen.

Andererseits ist es so, dass der Schluss nahe liegt, dass Menschen, die tänzerisch für Neues offen sind, auch sonst im Leben offen sind für Neues.

„Es ist des Lernens kein Ende!“, sagt ausgerechnet die Älteste der TeilnehmerInnen. In dieser offenen Atmosphäre akzeptieren sich die Tänzerinnen und Tänzer gegenseitig mit ihren unterschiedlichen Interessen und Neigungen.

Da im derzeitigen Projekt ein Tanzstück geprobt wird, wo junge Akteure, also die Generation der Enkel, zu den Leuten vom Tanzprojekt 55+ dazukommen, habe ich noch

die Frage gestellt, wie wichtig ihnen die Zusammenarbeit mit der Generation der Enkel ist.

Interessanterweise wurde die Frage bzw. wurden die Antworten nicht lediglich auf das Tanzprojekt bezogen, sondern teilweise allgemein der Kontakt und die Beziehungen zu jungen Menschen beschrieben.

Einige erzählten mir, dass sie selbst Enkel haben, viel Zeit mit ihnen verbracht haben bzw. verbringen und ein guter Kontakt zu ihnen wichtig ist.

Insgesamt wurde die Zusammenarbeit positiv bewertet und als wichtig angesehen. Es gab bei manchen auch anfängliche Skepsis, die jedoch überwunden werden konnte. Auch wenn die Proben vom Tanzprojekt 55+ bereits ohne Jugend spannend und erlebnisreich waren, so bringt die Jugend doch neue Aspekte in die Gruppe. So wurde gesagt, dass die Generationen voneinander lernen können und sich dadurch besser verstehen. Der Kontakt zu den jungen Leuten erhält selbst jung. Daraus wächst Verständnis für die Ideen und Ansichten der jeweils Anderen, aber auch deren Konflikte. Die gegenseitige Akzeptanz kann so wachsen und Berührungsängste werden abgebaut.

Die Erfahrung, dass man mit der Freude an der Bewegung nach Musik trotz unterschiedlichen Alters gemeinsam etwas erreichen kann, tut den Teilnehmern gut, die gemeinsamen Proben machen Spaß!

Jemand sagte: „Die Kinder und die Jugend sind doch schließlich unsere Zukunft!“.

Die Jungen und Mädchen, die hier im Projekt mitmachen, wurden direkt dafür gesucht und angesprochen. Über das Miteinander von Alt und Jung werde ich unter Punkt 8.3 berichten. Nur soviel an dieser Stelle: Die „Jungen“ sind freiwillig und gerne dabei! Vielleicht gab es auch bei manchen von ihnen am Anfang Berührungsängste, aber auch von ihnen habe ich erfahren, dass sie gerne beim Projekt mitmachen und sich auf den Auftritt freuen.

Und damit bin ich bei der Frage, wie wichtig es für die TeilnehmerInnen vom „Tanzprojekt 55+“ ist, dass sie für eine Aufführung proben.

Hier sind die Antworten, das heißt also auch die Einstellungen und Meinungen dazu, sehr unterschiedlich! Der Spannungsbogen reicht von nicht bzw. nicht besonders wichtig bis zu sehr wichtig: „Ich brauche immer ein Ziel!“. Die Aufführung wird als Anreiz, sich bei den Proben anzustrengen, aber auch als eine Art Höhepunkt im Projekt, eine „Belohnung für die Mühe“ angesehen. Sie gibt Ansporn dazu, weiterzumachen, sich Fähigkeiten anzueignen, zu lernen. „Ohne Aufführungen könnte man auch in einer Gymnastikgruppe oder beim Gesellschaftstanz mitmachen“, wird mir gesagt.

Zwei Antworten fand ich für mich besonders interessant. Zum einen: Die Aufführung ist „wichtig nur in dem Sinne, anderen Menschen zu vermitteln und zu zeigen, dass auch im Alter Herausforderungen angenommen werden können“ und „Ja, es macht Freude anderen zu zeigen, dass man sich auch noch im Alter ästhetisch nach Musik gemeinsam bewegen kann“.

Damit gewinnt das Projekt nämlich einen besonderen Aspekt, der öffentlichkeitswirksam ist. Die Gruppe übt nicht nur für sich selbst, sondern sie tut es auch, um sich in einer Aufführung anderen mit ihrem Tanzstück zu präsentieren. Zum einen ist das natürlich ein „Spiel“, sie stellen etwas dar, aber da dies mit bzw. durch ihre Körper geschieht, ist das natürlich auch etwas ganz Persönliches.

Und damit komme ich zum nächsten Punkt dieser Arbeit – in dem ich über meine Erfahrungen während meiner Anwesenheit bei den Proben berichte.

### 7.3 Die Proben

Die TänzerInnen sind in der Regel pünktlich. Sie begrüßen sich sehr herzlich und durch Fragen nach dem derzeitigen Befinden wird schon in diesem Moment für mich das Interesse aneinander spürbar. Mitglieder der Gruppe, die - aus welchen Gründen auch immer - nicht zur Probe erscheinen können, melden sich vorher telefonisch ab. Es herrscht also eine gewisse Verbindlichkeit in der Gruppe, kein beliebiges Kommen und Gehen.

Wenn jemand Geburtstag hatte, wird mit der Probe nicht begonnen, bevor dem „Geburtstagskind“ gratuliert wurde.

Frau Meyer, die die Choreographie mit den Tänzern erarbeitet, gibt Informationen zum geplanten Probenablauf und evtl. für die nächsten Termine.

Die Probe beginnt dann mit einer Erwärmung. Bei flotter Musik werden verschiedene Bewegungsmuster ausgeführt, die unter anderem der Koordination des gesamten Körpers, der Arme, Beine etc. dienen. Es geht auch darum, bewusst „seinen Raum“ einzunehmen. Dadurch wird das Körperbewusstsein geschult und auch die Position im Raum und zu den anderen besser wahrgenommen.

Ich bin beeindruckt, wie kraftvoll und energiegeladen die Tänzer auf mich wirken!

Es passiert auch einmal, dass sich jemand an den Rand setzt, weil es ihm heute nicht so gutgeht – auch das wird akzeptiert. Jede/r ist für sich selbst verantwortlich.

Manchmal schließt sich ein Tanz an, bei dem eine Schrittfolge zuerst im Kreis geübt, später dann die gleiche Schrittfolge frei im Raum mit Partnerwechsel getanzt wird. Hier kommt eine gewisse Gruppendynamik ins Spiel. Wer tanzt mit wem? Wer sucht sich aktiv einen neuen Partner? Wer lässt sich lieber finden? Hier gibt es für die Akteure

zwei Möglichkeiten: entweder sich so zu verhalten, wie sonst auch im Leben, aktiv suchen oder sich finden lassen, oder aber auch einmal aus der gewohnten Rolle herauszugehen und bewusst einmal die andere Rolle einzunehmen, auszuprobieren, wie sich das anfühlt.

Danach wird an der Choreographie gearbeitet. Diese ist nicht starr vorgegeben, sondern wird in der Gruppe gemeinsam erarbeitet, sie verändert sich sozusagen im Tun. Natürlich ist es notwendig, dass jemand den „Hut“ aufhat, aber die einzelnen TänzerInnen sind am Prozess aktiv beteiligt. Neue Schritte/Sequenzen werden erklärt, ausprobiert. Manche Stelle mehrfach wiederholt, mit Veränderungen geprobt. Es scheint manchmal ein Widerspruch zu sein zwischen der Authentizität der einzelnen Person und andererseits dem „Sich-in-eine-Rolle-Geben“.

Es wird konzentriert an der Choreographie gearbeitet. Über Sequenzen wird auch diskutiert. Warum soll die Bewegung gerade so sein, wie empfinde ich mich in dieser Bewegung? Wie habe ich ähnliche Situationen privat erlebt? Zum Beispiel wenn einer sich aus der Gemeinschaft zurückzieht bzw. von dieser ausgeschlossen wird?

Es wird über soziale Probleme gesprochen. Wer hilft wem? Wer oder was hat mir in einer schwierigen Situation geholfen?

Jede/r Einzelne ist hier wichtig. Jede/r Einzelne auch sichtbar. Wichtig ist die Körperhaltung, der Ausdruck des Einzelnen, genauso wichtig das Zusammenspiel der Gruppe. Dabei werden die individuellen Fähigkeiten der Einzelnen berücksichtigt bzw. kommen gezielt zum Einsatz.

Dabei muss jeder auch auf die anderen achten, nicht allein auf die persönliche Leistung, auch auf das Zusammenspiel kommt es an, auf die Darstellung durch die gesamte Gruppe. Denn nur so kann diese tänzerisch eine Geschichte und deren Inhalt darstellen, ohne Worte zu gebrauchen. Es geht letztendlich darum, dass das Stück aussagekräftig für das Publikum wird.

Besonders schwierige Sequenzen werden auch besonders intensiv erarbeitet und besprochen, so zum Beispiel fallen lassen und gehalten werden. Das wird ausprobiert, körperlich. Aber es wird auch darüber gesprochen: Wie fühlt sich das an, wenn ich mich fallen lasse? Was benötige ich, dass ich davor keine Angst zu haben brauche? Wie fühlt es sich an, gehalten zu werden?

Bei aller konzentrierten Arbeit ist auch immer Zeit für einen Spaß. Man sieht es den Akteuren an, dass sie mit Eifer und Freude dabei sind. In „Wartezeiten“ schwingen die Tänzer zur Musik, manchmal gibt es auch leise „Nebengespräche“. Aber sobald es weitergeht, sind sie wieder voll dabei.

Die TänzerInnen sind in einem Prozess des Lernens für und mit der Choreografie, was für sie auch bedeutet, offen für Neues zu sein.

So intensiv ich die Zeit der Probe erlebe, die meisten in der Gruppe freuen sich, wenn am Ende noch etwas Zeit für „was Schönes“- so nennen sie es - ist. Also als Abschluss ein bekannter Tanz, gerne etwas „Flottes“, getanzt wird. Es ist erstaunlich: Die Gesichter strahlen, alle sind intensiv dabei, so als wäre gerade der Beginn der Probe und keine zwei Stunden intensive Arbeit läge hinter ihnen.

Bei den ersten Proben, bei denen ich dabei war, waren die Leute vom Tanzprojekt 55+ unter sich. Die jungen Leute kamen erst später dazu.

Die gemeinsamen Proben sind erst einmal anstrengender, aber die gegenseitige Akzeptanz ist von Anfang an da. Für beide Gruppen, die „Alten“ und die „Jungen“, gibt es immer wieder Pausen und es müssen auch die gemeinsamen Passagen geübt werden. Dadurch hat man den Eindruck, dass die zwei Stunden Probenzeit viel schneller vergehen als sonst.

Und der Termin bis zur Aufführung rückt näher!

Zu Beginn einer Probe Ende Mai gibt Frau Meyer deshalb der Gruppe bekannt, dass die nächsten Proben anstrengend werden, das bedeutet, dass es mehr Möglichkeiten als sonst zum Mitgestalten gibt jedoch weniger zum Tanzen. Der Termin der Aufführung rückt heran. Das erfordert jetzt ein sehr konzentriertes, anstrengendes Üben, aber das Ziel, die Aufführung, ist in Aussicht!

Danach wird dann auch wieder Zeit für lockerere Proben sein, mit mehr Möglichkeiten, tänzerische Formen zu üben.

Ich hatte den Eindruck, dass das der Gruppe gutgetan hat. Natürlich sind alle vor der Premiere mächtig aufgeregt und es steht die Frage im Raum, ob alles gutgehen wird. Die Erfahrung der professionellen Leitung des Projektes ist, dass in aller Regel selbst bei „Profis“ vor einer Premiere große Aufregung herrscht, die Konzentration während dieser dann aber so hoch ist, dass alles gelingt. Und das sagen sie ihren „Amateurlünstlern“ auch, denn das beruhigt ein ganzes Stück. Und da sich die Gruppe im Vorfeld einig war, dass sie einen Auftritt will, zieht sie jetzt auch die anstrengenden Proben gemeinsam durch.

Man muss ja auch bedenken, dass die Akteure Amateure sind und wenig Bühnenerfahrung haben, viele zum ersten Mal in diesem Tanzprojekt 55+ auf der Bühne stehen. Eine Frau hat mir zum Beispiel erzählt, dass sie sich früher nie gezeigt hat. Selbst mündliche Kontrollen in der Schule waren furchtbar. Das erste Mal während einer Probe allein auf der Diagonale im Raum zu gehen, war für sie sehr aufregend! Auf der Bühne zu stehen ist für sie ein völlig neues Gefühl.

Hier wird sie gesehen, hier zeigt sie sich.

Das erfordert viel Mut, wird aber auch mit Anerkennung belohnt.

Nach manchen Proben gibt es im Anschluss noch eine Geburtstagsrunde. Mit Blumen und etwas zu essen und zu trinken.

Dieses gemeinsame Tanzen gibt der Gruppe auch einen mentalen Zusammenhalt.

Manche verabreden sich nach der Probe zu einem Theater- oder Museumsbesuch.

### 7.3.1 Die künstlerische Leitung

Weil das Miteinander in einem Projekt natürlich auch in einem hohen Maße von der Leitung, in diesem Falle von der künstlerischen Leitung, abhängt, habe ich auch die beiden Frauen befragt, die diese übernommen haben.

Frau Monika Meyer ist eine ehemalige Bühnentänzerin am Opernhaus Chemnitz und arbeitet choreografisch mit der Gruppe. Auf meine Frage, wie sie zu dem Projekt gekommen sei, sagte sie mir, dass Liane Günther sie angesprochen habe, ob sie sich diese Arbeit vorstellen könne. Vorher hatte sie viele Jahre im Opernhaus den Kindern des Kinderballettes Unterricht gegeben. Zunächst hatte sie erst einmal Scheu davor, mit älteren Menschen tänzerisch zu arbeiten. Doch dann hat sie diese überwunden und es einfach probiert. Heute ist sie froh darüber. Auf meine Frage, ob die Arbeit anders ist als mit Kindern sagt sie, dass dem nicht wirklich so sei. Eine Probe erfolgt in einem festen Ablauf: Einarbeitung, Training, Choreografie. Das Besondere in einer Gruppe mit älteren Menschen ist, dass diese durch ihre Lebenserfahrung mehr Authentizität in ihren Bewegungen einbringen. Und dass mit dem Stück, was zur Aufführung kommen soll, Problemen dieser Generation tänzerisch Ausdruck gegeben werden soll.

Die Proben dazu verlaufen von Anfang an prozess- und zielorientiert, wobei kurz vor dem Auftritt das zielorientierte Arbeiten im Vordergrund steht.

Frau Meyer sieht es auch so, dass das Projekt ein soziales Projekt ist. Das Miteinander spielt eine große Rolle, sowohl in den Übungseinheiten als auch außerhalb.

Obwohl sie selbst keine Sozialarbeiterin ist, beantwortet sie die Frage, ob Tanz Inhalt und Methode der sozialen Arbeit sein sollte, ganz klar mit Ja! Sie begründet dies damit, dass Tanz die ursprünglichste aller Ausdrucksmöglichkeiten sei. Sie betont, dass das Tanzen in Kreisform eine ursprüngliche Art und Weise ist, sich zu begegnen. Hier haben die Mittänzer Augen- und Körperkontakt. Tanz bedeutet für sie die Beschäftigung mit Musik und Rhythmus. Dabei lernt der Tänzer seinen Körper kennen und seine Körpersprache zu erweitern, was auch für die Körperausstrahlung eines Menschen von Bedeutung ist. Wie sich das in der Gruppe konkret auswirkt, darüber habe ich besonders unter Punkt 8.2 einiges geschrieben.

Liane Günther ist im Projekt für die Inszenierung und Stückentwicklung zuständig und so kann es nicht verwundern, dass sie den sozialen Charakter des Projektes besonders auch in der Aussage des Stückes sieht, dem Aufnehmen der Konflikte zwischen den verschiedenen Generationen, der Auseinandersetzung mit diesen und den Versuchen einer konstruktiven Annäherung zwischen den Generationen. Ihre Erfahrungen kommen diesbezüglich mehr aus der Theaterarbeit, die ebenso soziale Probleme und Spannungen aufnimmt.

Auch sie weist auf die sozialen Beziehungen innerhalb der Gruppe hin.

Von Anfang an war mir bei den Proben aufgefallen, dass als Anrede unter allen Beteiligten, Leitung und TeilnehmerInnen, das vertrauensvolle Du benutzt wird.

Dies geschieht in einem sehr respektvollen Ton, der den jeweils anderen ernst nimmt. Hier steht also nicht die Leitung über den Teilnehmenden, sondern es ist ein Miteinander auf Augenhöhe.

#### 7.4 Der Höhepunkt – die Aufführung

„SEHN-sucht“ – so heißt das Tanzstück, welches die Leute vom Tanzprojekt 55+ gemeinsam mit den Jugendlichen und Kindern auf die Bühne bringen wollen.

Da die Premiere am 27.06.09, also erst nach der Fertigstellung dieser Arbeit stattfinden wird, werde ich in diesen Ausführungen darauf eingehen, wie ich die Vorbereitung auf die Premiere erlebe, wie das bei den Endproben immer vollständiger werdende Tanzstück auf mich als Zuschauer wirkt und wie ich die Aufführung der vorhergehenden Premiere im Mai 2006 erlebte. Damals hatte ich während der Probenzeit noch keinen Kontakt zum Tanzprojekt, kannte allerdings einige wenige Akteure und war, da ich selbst gerne tanze, sehr neugierig auf die Aufführung.

Doch zunächst zur aktuellen Vorbereitung auf die Premiere Ende Juni: Von Woche zu Woche kann man spüren, dass es eine immer größer werdende Anspannung und Aufregung vor der öffentlichen Aufführung gibt. Aber alle wollen diese und Lampenfieber gehört dazu. Und sowohl die beiden Frauen, die die künstlerische Leitung innehaben, als auch die TänzerInnen sind sich einig, dass sie es schaffen.

Bei den letzten Proben geht es manchmal auch recht chaotisch zu. Über eine lange Zeit wurden die einzelnen Tanzstücke eingeübt, nun ist es natürlich auch wichtig, die Übergänge zu üben, schließlich werden die Akteure die ganze Zeit auf der Bühne stehen und nicht nach jeder Sequenz rausgehen. Auch gibt es keinen Vorhang, der fällt. Jeder ist sich also bewusst, dass er die ganze Zeit während der Aufführung von ca. einer Stunde auf der Bühne präsent sein wird.

Das ist anstrengend!

Auch wenn es noch ein paar Wochen bis zur Aufführung sind, so kann ich schon heute sagen, das Proben hat sich gelohnt! Über die Zeit, die ich dabei sein konnte, hat sich die Aussagekraft der Tanzstücke wesentlich erhöht. Wie Kraft, aber auch Verletzlichkeit, Gruppengefühl und Einsamkeit dargestellt werden, beeindruckt mich sehr. Und auch dass aus den Sequenzen für Junge bzw. Alte ein echtes Zusammenspiel geworden ist.

Ich sehe, wie Alltagsszenen umgesetzt werden in tänzerisches Spiel, wie es Auseinandersetzung sowohl mit Gleichaltrigen als auch unter den verschiedenen Generationen gibt, wie Konflikte mit sich selbst und der Umwelt ausgetragen werden und wie auch Möglichkeiten der Begegnung und Kommunikation jenseits von Altersgrenzen entstehen. Ich bin gespannt auf die Premiere. Gespannt, wie das Stück vom Publikum aufgenommen wird. Es ist kein Märchen in einer heilen Welt, aber es macht Lust, sich auch in den Dialog zwischen den Generationen hineinzubegeben, weil er am Schluss eine Bereicherung für alle Beteiligten ist.

Dass nicht nur die Jungen, sondern auch die Älteren bei diesem Stück gut rüber kommen, macht auch Lust auf das eigene Älterwerden.

Das gemeinsame Proben hat den Beteiligten Spaß gemacht und das Tanzprojekt 55+ soll auf alle Fälle weitergehen.

Mit der Aufführung rücken die TänzerInnen ihr Thema, die unterschiedlichen Sehnsüchte und Bedürfnisse der Generationen, aber auch sich selbst ins Licht der Öffentlichkeit. Das erfordert Mut, keiner kann sich während der Aufführung hinter einem anderen verstecken, aber sie bekommen auch nach dem Auftritt etwas zurück, nämlich die Anerkennung und Würdigung vom Publikum.

An dieser Stelle kann ich vorerst nur von der Aufführung im Mai 2006 im Schauspielhaus berichten. Es waren viele Besucher gekommen, der Zuschauerraum war fast vollständig besetzt. Natürlich waren auch viele Angehörige und Freunde der Darsteller darunter, aber auch einige, die evtl. selbst gerne bei so einem Projekt mitmachen würden. Und dementsprechend fieberten viele Zuschauer mit den Darstellern mit.

Erleben konnte ich eine mich sehr berührende Vorstellung. Unter dem Thema „BEWEGTES – ERLEBTES“ stellten die Mitwirkenden Sequenzen aus ihren Leben dar. Dadurch war das Stück sehr authentisch. Es war aber auch voller Kraft, Schönheit und Eleganz. So konnte dem Publikum gut vermittelt werden, dass ansteckende Lebensfreude nicht ein Privileg von Jugend ist.

Ich kann mich noch sehr gut an diese Aufführung erinnern. Daran, dass ich sehr beeindruckt war und spätestens beim Schlussapplaus war klar, dass es wohl den meisten so ging.

Bei der neuen Premiere kommt nun der Dialog mit den Generationen hinzu. Ich hoffe sehr, dass dieser Dialog durch die Aufführung von der Bühne unter die Zuschauer transportiert wird und von diesen in ihr jeweiliges Umfeld.

Die Akteure hatten in den Proben den Kontakt und Austausch mit der jeweils anderen Generation, diese Erfahrung hat sie bereichert. In ihren getanzten Geschichten bieten sie den Zuschauern genug Anregungen zum Austausch darüber bzw. auch über deren eigene, vielleicht ganz andere Erfahrungen.

Wenn diese Aufführung eine Oma anregt, ihren Enkel wieder einmal anzurufen oder ein Enkelkind, doch einmal wieder bei den Großeltern vorbeizuschauen, dann ist schon viel erreicht. Wenn jedoch daraus Ideen für weitere, vielleicht ganz anders geartete Projekte entstehen, wo verschiedene Generationen miteinander in Kontakt kommen, noch mehr!

Dass das Stück ehrlich ist und keine heile Welt vorspielt, macht es so greifbar, dass es jedoch nicht bei Rivalitäten und Konkurrenz stehen bleibt, sondern weiter geht, bis zu einem möglichen Miteinander, kann dazu ermutigen.

## 8 Das Tanzangebot in der Psychosozialen Kontakt- und Beratungsstelle (PSKB)

Durch meine Arbeit in der Selbsthilfekontaktstelle kannte mich eine Frau, die auch Besucherin der PSKB ist. Sie wusste, dass ich eine Tanzausbildung gemacht habe und hatte mich schon vor längerer Zeit daraufhin angesprochen, ob ich Kreistänze auch für Selbsthilfegruppen anbieten könnte. Sie selbst war sehr daran interessiert. Im Vorfeld meines Praktikums in der PSKB sprach ich deshalb mit einer Mitarbeiterin, ob es möglich wäre, in dieser Zeit so ein Angebot zu schaffen.

Die Mitarbeiterin fand die Idee grundsätzlich gut, konnte aber nicht einschätzen, ob das Angebot dann auch angenommen wird. Sie riet mir, mich erst einmal in der PSKB bekannt zu machen und bei den Besuchern der Begegnungsstätte nachzufragen, ob Interesse an diesem Angebot besteht. Das habe ich getan, und da einige sofort von der Idee begeistert waren, wollte ich einen ersten Termin im Dezember 2007 wagen.

Um nachvollziehen zu können, in welchem Kontext sich dieses Angebot befindet, möchte ich zunächst die Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle vorstellen.

### 8.1 Die PSKB

Die Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle bietet, wie es der Name sagt, psychisch kranken Menschen Möglichkeiten zu sozialen Kontakten untereinander sowie fachliche Beratungsangebote. Die drei Arbeitsschwerpunkte der PSKB sind die Begegnungsstätte mit den tagesstrukturierenden Angeboten, die Beratungsstelle, sowohl für psychisch Kranke als auch für Angehörige von psychisch Kranken, sowie das betreute Wohnen.

Die PSKB ist ein offenes Angebot, das heißt, keiner wird dazu verpflichtet dahin zu gehen. Es ist auch kein therapeutisches Angebot, wie z.B. eine Tagesklinik. Sie wird aber durch das Klinikpersonal den Patienten gerne sozusagen als „Nachsorge“ zu einer Therapie empfohlen. Das geschieht beispielsweise durch telefonische Vermittlung, so wissen die Mitarbeiter der Begegnungsstätte Bescheid, wenn ein neuer Besucher kommt oder aber ein Mitarbeiter der Klinik ist evtl. bei dem/den ersten Besuch/en dabei. Manche Besucher finden auch allein den Weg zur Begegnungsstätte. Sie haben von anderen Betroffenen davon gehört oder in einer Beratungsstelle davon erfahren. Auch gesetzlich bestellte Betreuer stellen ihren Betreuten gerne die Begegnungsstätte vor, weil sie es als hilfreich sehen, wenn diese hier in soziale Strukturen eingebunden sind und nicht Zuhause vereinsamen.

Die Begegnungsstätte wird von den Besuchern ganz unterschiedlich genutzt. Im Vordergrund stehen die gesunden Anteile und Fähigkeiten der Besucher. Sie werden also

in dem Sinne nicht betreut, sondern unterstützt und angeleitet, selbst aktiv zu werden. Das fängt bei ganz alltäglichen Sachen an, wie der gemeinsamen Zubereitung der Mahlzeiten, wo für die Besucher dann auch nur der Selbstkostenpreis zu entrichten ist. Der Abwasch nach dem Essen und auch die Reinigung der Räume ist Aufgabe der Besucher. Hier sind sie in eine soziale Gemeinschaft eingebunden und manche lernen hier neu Alltagsaufgaben zu erledigen. Interessenspezifische Angebote, wie Gartenarbeit, Radeln, Wandern, Gymnastik, Singen, Gesprächsgruppe, Themenabende usw. werden in einem Monatsprogramm bekanntgeben. In diese Angebote reiht sich auch das Tanzangebot ein.

Dabei sind die Mitarbeiter der PSKB offen und flexibel, auf die Interessen und Wünsche der Besucher einzugehen. Das soll die Eigenaktivität und Eigenverantwortung der Besucher unterstützen und fördern.

Die Angebote werden ganz unterschiedlich genutzt. Es gibt Besucher, die kommen fast jeden Tag und bleiben vom Frühstück bis zum Nachmittag, wenn die Begegnungsstätte schließt, andere kommen nur an dem Tag, an dem sie auch ein bestimmtes Angebot nutzen wollen, bleiben dann aber auch zu den Mahlzeiten. Und manche kommen wirklich nur zu speziellen Angeboten und sehen sich deshalb auch gar nicht als Besucher der Begegnungsstätte, sondern der PSKB.

Die Aufgaben der Mitarbeiter sind klar strukturiert und nach den Bereichen Begegnungsstätte, Beratungsstelle und betreutes Wohnen aufgeteilt. In Ausnahmefällen, wie Urlaubs- oder Krankheitsvertretung oder auch in Krisensituationen, übernimmt ein Mitarbeiter auch mal in einem anderen Bereich die Vertretung, aber das soll dann auch die Ausnahme bleiben. Diese klare Aufgabenteilung ist zum einen wichtig für die Mitarbeiter, aber auch für die Klienten bietet sie eine klare Strukturierung.

Durch mein Praktikum konnte ich die Arbeit in der PSKB kennenlernen. Es ist eine anstrengende, aber auch sehr schöne Arbeit.

Um auf Trudi Schoop zurückzukommen, auch in dieser Arbeit ist es wichtig, den Besucher/Klienten nicht als psychiatrischen Fall zu sehen, sondern als den „faszinierenden Fremden“. Der Besucher ist z.B. Herr X, der gerne kocht, im Garten arbeitet, Geschichten schreibt und auch eine Schizophrenie hat. Oder Frau Y, die gerne die Tiere versorgt, einkaufen geht, singt, der das aber manchmal alles ganz schön schwerfällt, wenn sich die Depression gerade bemerkbar macht. So fühlen sich die Menschen hier angenommen. Sie werden nicht auf ihr Krankheitsbild reduziert, sondern die ganze Person mit ihren Stärken und Schwächen wird gesehen.

Gut gefallen hat mir, dass im Team viel über die Besucher geredet wird. Nicht im negativen Sinne, sondern damit bei Auffälligkeiten oder sich abzeichnenden Krankheitschüben rechtzeitig interveniert werden kann.

Gerade hier ist mir auch bewusst geworden, wie wichtig das Wahrnehmen der Körpersprache ist. Manche Menschen reden nicht so gerne über ihre Probleme in der Gruppe und sprechen die Mitarbeiter vielleicht auch nicht gleich an. Manchmal ist es ihnen vielleicht auch noch gar nicht bewusst, dass sie heute besonders aggressiv, unruhig oder traurig wirken. Da kann es sehr hilfreich sein, wenn ein Mitarbeiter der PSKB auf diese Person zugeht und nachfragt, was denn los ist. Es ist möglich, dass z.B. ein verpasster Bus oder eine verschüttete Tasse Kaffee zu einer kurzzeitigen Verstimmtheit geführt hat, sowas lässt sich sicher schnell auflösen, es können aber auch Anzeichen für einen Krankheitsschub sein und dann kann im Einzelgespräch besprochen werden, was dem Betroffenen jetzt helfen kann.

## 8.2 Das Angebot Kreis- und Reigentänze

Kreis- und Reigentänze umfassen schnelle und langsame Tänze nach moderner und klassischer Musik. Es werden traditionelle Tänze verschiedener Völker getanzt, aber auch moderne Choreografien.

Nun kann es gar nicht anders sein, als dass sich das Konzept dieses Angebotes ins Gesamtkonzept der Psychosozialen Kontakt- und Beratungsstelle einfügt. 14-tägig besteht für Besucher der PSKB die Möglichkeit, sich nicht nur durch das Erlernen und Wiederholen von Kreis- und Reigentänzen geistig und körperlich fit zu halten, sondern sich auch aktiv in den Gruppenprozess dieses Tanzgeschehens einzubringen. Besonders für Menschen, die in ihrer Beziehungsfähigkeit eingeschränkt sind und die deshalb Probleme im Umgang mit anderen Menschen haben, ist das eine große Herausforderung.

Deshalb ist es wichtig, dass das Angebot in einer freundlichen und von Leistungsdruck freien Atmosphäre stattfindet. Nicht das Erlernen von perfekten Tanzschritten ist das Ziel, sondern die Freude an der gemeinsamen Bewegung.

So ist das Angebot als solches prozess- und nicht zielorientiert.

Dabei bieten die Kreis- und Reigentänze die Möglichkeit, sich als Einzelner und gleichzeitig auch als Teil der Gemeinschaft zu erleben. Beim Kreistanz ist es wichtig, dass die Einzelnen aufeinander achten, sonst entsteht Chaos im Kreis. Die durchgefasste Handhaltung kann Orientierung bieten, was den Abstand untereinander betrifft und eine gestaltete Mitte, z. B. mit Tuch und Blumen, bietet eine Orientierung im Raum.

Was tanzend erlebt wird, wird immer auch verbalisiert. So ist es immer wieder Thema, wie der Einzelne sich fühlt, welche Tänze wie ansprechen, was schwierig ist, was Spaß macht. Manches wird unmittelbar nach einem Tanz angesprochen, aber auch die Pause ist dazu da, miteinander ins Gespräch zu kommen.

Das Tanzangebot ist ein sozialpädagogisches Angebot der PSKB und keine Tanztherapie! Wichtig ist es vor allem, an den gesunden Anteilen der Nutzer dieses Angebotes anzusetzen, die Freude an der gemeinsamen Bewegung, sich selbst und die anderen tanzend wahrzunehmen. Das löst sicher nicht alle Probleme der Anwesenden, aber es kann Selbstvertrauen geben, bestehende Probleme anzugehen oder mit anderen Mit tänzerInnen auch außerhalb des Angebotes in Kontakt zu bleiben und so die zum Teil mit der Erkrankung einhergehende Isolation zu überwinden.

Es kann geschehen, dass während eines Tanzes bei einer Tänzerin/einem Tänzer sehr starke Gefühle aufbrechen, sei es eine bestimmte Erinnerung, die mit einer Melodie verbunden ist oder die Nähe zu den anderen Mit tänzern oder was auch immer. Auf alle Fälle ist es gut, wenn noch eine zweite Sozialpädagogin die Gruppenarbeit begleitet, weil sie mitgehen kann, wenn jemand den Raum verlässt. Da sich die Mit tänzerInnen an der Anleitenden orientieren, wäre es ungünstig, wenn diese den Raum während der Tänze verlassen würde.

Vor der Pause gibt es Musik zu einem freien Tanz. Der geschützte Raum, in dem sich die Gruppe bewegt, bietet die Möglichkeit, sich beim freien Tanz besonders intensiv und individuell auszuprobieren. Unsichere, ängstliche Menschen werden hier eher zurückhaltend agieren. Deshalb ist es auch kein Problem, wenn jemand sich bei diesem Tanz herausnimmt und evtl. an die Seite setzt. Schon das Wissen um diese Möglichkeit und darum, dass es kein Durchhalten-Müssen gibt, hilft manch einem, es trotz Unsicherheit zu probieren. Manch einer findet vielleicht auch erst nach einer geraumen Zeit in der Gruppe den Mut, sich frei zu bewegen. Auch wenn bei diesem Angebot die gesunden Anteile der Tänzerinnen im Mittelpunkt stehen, so darf doch nicht vergessen werden, dass die psychische Erkrankung der Grund ist, warum diese Menschen die Kontaktstelle besuchen. Mit diesem Wissen nehme ich die Befindlichkeiten der Gruppe auf.

Es ist wichtig bei der Raumgestaltung auf eine freundliche, helle Atmosphäre zu achten und bei der Musikauswahl auf eine Ausgewogenheit von schnellen und langsamen Tänzen. Des Weiteren sollte immer der Ablauf der Tänze so gestaltet werden, dass zum einen vertraute Tänze das Gefühl von Sicherheit geben, zum anderen das Erlernen von neuen Tänzen das Selbstvertrauen stärkt. Auch wenn ein Tanznachmittag vom Ablauf her vorbereitet ist, sollte die Anleitende dazu in der Lage sein, auf aktuelle Probleme von Einzelnen oder in der Gruppe einzugehen. Wenn z.B. ein Anwesender sehr unruhig ist, muss ich ein Gefühl dafür entwickeln, was ihm und der Gruppe jetzt gut tut. Es kann sein, ein ruhiger, aber anspruchsvoller Tanz hilft, wieder ruhiger zu werden. Manch einem hilft es aber mehr, wenn erst einmal die Möglichkeit geboten wird, bei einem schnellen Tanz die Unruhe sozusagen in Bewegung umzusetzen.

Dafür gibt es kein allgemeingültiges Rezept. Bei Menschen, die uns bekannt sind, können wir eher einschätzen, was ihnen guttut. Im Zweifelsfalle ist es aber immer besser zu fragen.

Eine Hilfe für die Gestaltung kann die Themenzentrierte Interaktion sein, über die ich in Punkt 6 geschrieben habe.

Wichtig ist mir in diesem Zusammenhang vor allem, dass Störungen Vorrang haben. Es hilft nicht wirklich, wenn ich diese ignoriere. Deshalb sollte ich sie verbalisieren und wie oben beschrieben darauf eingehen. Wenn sich alle TeilnehmerInnen ernst- und wahrgenommen fühlen, dann gibt es auch eine gute Gruppenatmosphäre. Und wenn ich der Freude am Tanz Raum gebe, dann gewinnt das Tanzen als Inhalt der Treffen eine ganz andere Bedeutung, als wenn es um das alleinige Erlernen von Tanzschritten ginge.

Es kommt also sehr auf meine Einstellung als Tanzlehrerin an. Ich möchte die Menschen zum Tanzen motivieren. Das soll vor allem Spaß machen! Und so lehre ich auch die Tänze. Gleichzeitig motiviere ich aber auch, wenn ein Tanz nicht ganz einfach ist, die Schritte auszuprobieren, sich auf den Prozess des Lernens einzulassen, ohne gleich von Anfang an die Schrittfolge zu beherrschen.

Wie bei anderen Angeboten der PSKB steht also auch bei diesem die Motivation im Vordergrund, das Vertrauen auf eigene Fähigkeiten der Besucher zu stärken, die Selbstwahrnehmung, besonders auch der gesunden Anteile in ihnen zu erhöhen und Raum zu bieten für soziale Kontakte untereinander.

### 8.3 Die Gruppe

Da es sich um ein offenes Angebot der PSKB handelt, gibt es keine kontinuierliche Gruppe, was ich manchmal bedauere, andererseits bietet so eine offene Gruppe in wechselnder Zusammensetzung auch eine große Chance. Im Vordergrund steht der gemeinsame Tanz und nicht, wer am schnellsten und besten die Tänze beherrscht. Zum einen ist es für die, die schon länger die Gruppe besuchen, schön, wenn sie die „Neuen“ mit ihrem Wissen und ihren Fähigkeiten unterstützen können. Andererseits fallen die, denen es schwerer fällt, die Schrittfolgen zu erlernen, nicht so auf, weil oft auch neue Tänzer dabei sind, die die Schrittfolgen sogar noch weniger kennen und können.

Zu den einzelnen Veranstaltungen kommen ca. 7 – 15 TeilnehmerInnen, in der Mehrzahl Frauen. Die Anzahl der teilnehmenden Männer reichte bisher von null bis maximal drei.

Da die tänzerischen Fähigkeiten, wie musisches Empfinden, Rhythmusgefühl und körperliche Beweglichkeit bei den Einzelnen sehr unterschiedlich sind, ist es sehr wichtig, sich immer wieder neu auf die anwesende Gruppe einzustellen.

Trotz des offenen Charakters der Gruppe gibt es so was wie einen festen Kern. Leute, die zwar auch nicht zu jedem Termin kommen, aber doch mit einer gewissen Kontinuität, so dass sie einige Tänze schon recht gut kennen und das gibt dem Tanzkreis eine gewisse Stabilität. Je besser ein Tanz nämlich in der Gruppe bekannt ist, umso mehr wird aus Schritte lernen und - zählen wirklicher Tanz.

In einer Atmosphäre der gegenseitigen Achtung und Akzeptanz werden die neuen Mit-tänzerInnen immer bereitwillig aufgenommen. „Fehler machen“ ist normal, gehört zu einem normalen Lernprozess einfach dazu, das ist für viele aus der Gruppe eine wichtige Erfahrung, gerade für Menschen, die glauben, sie müssten immer perfekt sein, um anerkannt und geachtet zu werden.

Die TänzerInnen sind nur zum Teil BesucherInnen der Begegnungsstätte. Manche kommen auch nur zu bestimmten Angeboten in die PSKB, z.B. wandern und/oder singen und manche kommen auch nur zu diesem einen Angebot.

Das ist aber kein Problem. Zu jedem Tanztermin gibt es auch eine Pause, gerade für die TeilnehmerInnen, die keine Besucher der Tagesstätte sind, eine gute Möglichkeit sich unter einander kennenzulernen.

Tanzen verbindet und ich freue mich sehr, wenn ich mitbekomme, dass sich manche aus der Gruppe auch zu anderen Unternehmungen treffen.

Besonders gefreut hat mich auch, dass ein paar TänzerInnen, die auch andere Angebote innerhalb der PSKB wahrnehmen, sich mit unseren Tänzen in die Silvesterfeier 2008/09 einbringen wollten, die Besucher in Eigenregie, also ohne professionelle Begleitung, in den Räumen der Kontaktstelle, organisiert und veranstaltet haben. Und sie haben auch wirklich mit den anderen getanzt. Auch wenn es bei der Anleitung und Umsetzung kleine Probleme gab, so haben sie doch einen eigenen Beitrag zur Gestaltung der Feier beigetragen, haben den Mut gefasst, sich vor die Gruppe zu stellen und den Menschen, die diese Tänze noch nicht kennen, die Schrittfolgen zu erklären. Das ist auf alle Fälle anerkennenswert!

Auf die Krankheitsbilder der TeilnehmerInnen am Tanzangebot möchte ich hier nicht eingehen und zwar deshalb, weil im Vordergrund eben die gesunden Anteile dieser Menschen stehen sollen und nicht ihre Krankheit.

Natürlich darf ich die Tatsache, dass diese Menschen auch krank sind, nicht aus den Augen verlieren. Ich achte immer auf die Atmosphäre in der Gruppe und auf die Befindlichkeiten der Einzelnen. Und ich finde es sehr wichtig, dass die im Umgang mit diesen Menschen und ihren Krankheitssymptomen vertraute Sozialarbeiterin bei Be-

darf auch jemanden begleiten kann, der die Gruppe verlässt, um abzuklären, ob akuter Gesprächsbedarf besteht bzw. was der Grund für das Abbrechen des Tanzens vor dem Ende der Veranstaltung ist.

Es kann zum Beispiel sein, dass jemand einfach körperlich erschöpft ist und deshalb nicht die gesamte Zeit mittanzen kann. Und auch da ist es mir wichtig, dass die TeilnehmerInnen jederzeit aus dem Kreis gehen können. Die Menschen sind sehr unterschiedlich belastbar und ein wichtiges Ziel in der Gruppe ist auch, auf eigene Grenzen zu achten bzw. achten zu lernen.

Rückblickend stelle ich fest, dass es für die Etablierung des Tanzangebotes innerhalb der Kontakt- und Beratungsstelle hilfreich war, dass ich als Mitarbeiterin bzw. Praktikantin dieses initiiert habe.

Tanzen ist für einige BesucherInnen etwas, was sie zumindest in der Öffentlichkeit lange nicht praktiziert haben. Es gibt eine gewisse Scheu, sich tanzend vor anderen zu zeigen. Hier war es für manche hilfreich, dass sie mich durch verschiedene andere Angebote bereits kannten. Sie wussten also, wer ich bin und sie kannten vor allem meine Art, mit ihnen umzugehen. So wurden Berührungsängste abgebaut. Ich hatte auch die Möglichkeit BesucherInnen bewusst anzusprechen, sie einzuladen. Dabei hatte ich manchmal den Eindruck, dass sich der Eingeladene freut, dass er auch gemeint ist. Wo er doch von Angehörigen oder Bekannten gesagt bekommen hat, dass er dafür nicht geeignet sei. Ich meine damit nicht diejenigen, die nicht tanzen wollen, denn diese Entscheidung sollte jeder für sich selbst fällen können. Ich meine die, die schon wollen, sich aber, aus welchen Gründen auch immer, nicht trauen. Diesen konnte ich mit der persönlichen Einladung die Scheu davor nehmen, nicht gemeint zu sein. Nachdem mein Praktikum in der PSKB abgeschlossen ist, ich also nur als Gast dieses Angebot anleite, fehlt mir diese enge Beziehung zu den Besuchern, was ich sehr schade finde.

Während meines Praktikums habe ich auch mit den BesucherInnen zu anderen Gelegenheiten in der PSKB getanzt, so zum Beispiel bei einem Sommerfest. Ich will damit sagen, dass Tanz mehr in weitere Bereiche einer Einrichtung einbezogen werden kann, wenn eine Mitarbeiterin dieser dazu befähigt ist und nicht jedesmal von außen jemand dafür geholt werden muss. Wobei es sich nicht ausschließt, wenn es ein Angebot in einer Einrichtung gibt, welches von jemand Externen angeleitet wird und zusätzlich eine Mitarbeiterin aus der Einrichtung Elemente davon oder auch andere Tänze zu anderen Gelegenheiten zum Einsatz bringt.

Bezüglich meines Praktikums möchte ich noch sagen, dass ich es gut fand, wenn ich außerhalb der Tanzeinheiten auch Zeit mit den Teilnehmern verbringen konnte, so war

es möglich bei späterer Gelegenheit mit diesen über Einzelheiten zu sprechen, die mir bei ihnen während des Tanzens aufgefallen sind, auch sich scheinbar widersprechende Ausdrucksweisen. Das ist mir jetzt im Moment nicht mehr möglich. Damit habe ich also einen Vorteil beleuchtet, wenn sozusagen jemand „Internes“ ein Tanzangebot anbietet. Andererseits ist ja immer eine Sozialarbeiterin aus der Einrichtung dabei. So sind wir zwar nicht das klassische Beispiel einer multiprofessionellen Zusammenarbeit, aber eines dafür, wie die Zusammenarbeit von Mitarbeitern, die in einer Einrichtung fest angestellt sind und solchen, die nur punktuell in Angebote eingebunden sind, funktionieren kann.

#### 8.4 Die Tanzeinheiten

Eine Tanzeinheit geht über die Zeit von 1,5 Stunden. Enthalten ist darin eine kurze Pause, die dafür genutzt wird, etwas zu trinken und auch miteinander ins Gespräch zu kommen.

Beim ersten Termin im Dezember 2007 waren 10 Besucher da, eine Sozialarbeiterin der PSKB, die dieses Angebot die ganze Zeit begleitete, und ich. Die erste Einheit bis zur Pause war ziemlich „chaotisch“. Wie schon gesagt, waren die Voraussetzungen, wie musisches Empfinden und körperliche Beweglichkeit, sehr unterschiedlich. Überhaupt gingen die Vorstellungen, was wir in der gemeinsamen Zeit machen, sehr weit auseinander. Das hat auch mich zunächst erst einmal verunsichert. Ich wusste für einen Moment nicht, ob ich zur Anleitung eines solchen Angebotes in diesem Rahmen überhaupt fähig bin.

In der Pause machten wir dann eine Runde, wo jeder seine Erwartungen äußern konnte und auch ich die Möglichkeit hatte darzulegen, welche Erwartungen ich erfüllen kann und welche nicht und wie meine Vorstellungen zu diesem Angebot aussehen.

In der zweiten Einheit war dann auch eine viel ruhigere Atmosphäre. Die Aussprache hatte Wirkung gezeigt. Den meisten hatte es dann doch gefallen und auch ich wusste im Nachhinein, was ich das nächste Mal anders machen müsste, z.B. sind sehr ruhige Tänze eher schwierig. Das halten einige nicht aus. Lieber etwas derbere Folklore, das kommt bei den meisten gut an. Ein ruhiger Tanz geht dann mal nach drei schnellen, wenn die Leute schon ins Schwitzen kommen.

Am Ende dieser Einheit habe ich abgefragt, ob ein neuer Termin im Januar gewünscht wird. Diese Frage wurde eindeutig mit Ja beantwortet und so trafen wir uns im Januar wieder. Diesmal waren 8 Besucher da. Einige, die doch eine andere Vorstellung vom Tanz hatten, sind weggeblieben, manche hatten an dem Tag auch schon etwas anderes vor, aber dafür waren auch Neue gekommen. Diesmal war von Anfang an ein gutes

Klima. Ich selbst war in der Funktion der Anleitenden auch schon viel sicherer. Aufgeschrieben habe ich mir zu diesem Nachmittag: „Menschen, die sonst vielleicht nicht viel Freude haben, können ihrer Freude beim Tanz Ausdruck verleihen.“ Ich denke dabei an eine Frau, die äußerlich ziemlich ungepflegt wirkt und außer der psychischen Erkrankung auch eine erhebliche Intelligenzminderung hat. Bei ihr ist mir besonders aufgefallen, wie sie sich beim Tanz innerlich aufrichtet und ihr Gesicht förmlich strahlt.

Beim nächsten Mal, im Februar, waren dann 12 Besucher da. In der Pause fragte ich, wie das Tanzen für sie ist. Hier ein paar Antworten: „wie Therapie“, „Sport“, „hält Körper und Geist fit“, „mal von schweren Gedanken loskommen“.

Die Fragen: „Wie ist das für euch?“ oder „Was gefällt dir oder auch nicht?“ kamen von mir noch öfter in die Gruppe. Ich denke, damit haben sich meine „MittänzerInnen“ auch ernst- und angenommen gefühlt.

Da das Angebot nun so gut angenommen wurde, war ich ermuntert, es auf zweimal im Monat zu erweitern. Von Mal zu Mal war nämlich auch eine größere Sicherheit beim Tanzen in der Gruppe zu spüren. Es ist für die Tänzer einfacher, wenn sie auf Vertrautes zurückgreifen können und auch wenn immer wieder Neue in die Gruppe kommen, so nehmen doch die, welche die Tänze schon ein wenig kennen, die anderen mit. Überhaupt ist dieses Gruppengefühl beim Tanzen beeindruckend. Die Mitarbeiterin der PSKB hatte Bedenken, ob sich einige Tänzer überhaupt anfassen würden, weil manche ziemlich große Kontaktprobleme hätten. Also, sie fassen sich an und sie tanzen zusammen, das finde ich wunderbar. Beim Kreistanz ist es auch noch so, dass die Haltung der Hände eine besondere Bedeutung hat. Die Rechte nimmt, die Linke gibt. So bleiben Geben und Nehmen im Kreis. Keiner nimmt nur und keiner soll nur geben. Dieser Symbolgehalt in den Tänzen spielt auch eine Rolle für das Zusammensein in dieser Gruppe, in Gruppen allgemein.

Die fröhliche und lockere Atmosphäre wird auch mit in die Pause genommen.

Eine Frau erzählt, dass sie auch einen Zeichenkurs in der „Haltestelle“ mitmacht. Dass die „Haltestelle“ ein Wohnungslosen-Treff in Chemnitz ist, wussten sicher die wenigsten der anderen Anwesenden. Es hat mich beeindruckt, dass diese Frau, die von Sozialgeld lebt, sich so für kreatives Gestalten interessiert.

Sie sagte auch beim Tanzen, dass es für sie eine Herausforderung ist, für sich allein zu stehen (zu tanzen), früher wäre sie immer geführt worden, hier muss sie es selbst tun. Es hat mich beeindruckt, wie die Frau das wahrgenommen hat und auch verbal ausdrücken konnte.

Einmal wollten zwei Männer nur zum Zuschauen kommen und sich an den Rand setzen und wie sie sagten „lästern“. Wir konnten das verhindern, indem sie mit eingebunden wurden. Sie haben dann sogar sehr gut mitgetanzt.

Eine gute Erfahrung bei Kreistänzen ist auch, dass wir aufeinander achten müssen, denn sonst entsteht Chaos im Kreis. Immer wieder sage ich auch, vor allem wegen der Neuen, dass keiner perfekt sein muss, ich merke, wie das einige lockerer macht. Das wurde auch von einer Mittänzerin bestätigt, die noch einen weiteren Tanzkreis besucht und sich dort, wie sie sagt, mehr gestresst fühlt. Manche sind richtig stolz, dass sie nun schon so viele Tänze gelernt haben.

Für mich kann ich sagen, dass ich durch dieses Angebot während meines Praktikums in der PSKB ganz viel gelernt habe. Das Wichtigste für mich ist vielleicht, dass ich mich mit meinem Angebot auf eine bestimmte Gruppe einstellen kann, dass wir gemeinsam miteinander wachsen. Mein Einstellen auf die Gruppe wurde auch von den MittänzerInnen des Öfteren lobend erwähnt. Es war/ist also wirklich ein Miteinander. Und das erfordert in manchen Tanzeinheiten ein hohes Maß an Flexibilität und Kreativität. Ich stelle mich immer auf die Teilnehmer der Tanzeinheit und auf deren Befindlichkeit ein. Der Ablauf ist im Groben natürlich schon geplant, kann je nach Bedarf aber verändert werden.

Immer wieder betone ich, dass das Ziel der Veranstaltung nicht ein perfekter Tanz ist, sondern die Freude am gemeinsamen Tanz im Mittelpunkt steht.

Deshalb frage ich immer wieder nach, wie es dem Einzelnen gerade geht. Dadurch wird auch die Selbstwahrnehmung dieser geschult. Wir probieren gemeinsam aus, wie Bewegungen sich anfühlen, z.B. wenn ich mich bei einem griechischen Tanz besonders aufrichte und ob es anders ist, wenn ich gebeugt gehe.

Tanzen tut uns gut, so sind sich die TeilnehmerInnen einig. Einmal kam zur Sprache, dass es doch so eine Krankheit gäbe, bei der man besser tanzen als laufen kann. So ähnlich, wie Stotterer beim Singen teilweise ihr Stottern überwinden können. Mir fiel die Geschichte eines Bekannten ein, der, an Parkinson erkrankt, um seine krankheitsbedingte Starre zu überwinden, tanzend ein Kaufhaus verlassen hat. Beim nächsten Tanztermin brachte ich das Buch, in dem die Geschichte steht, mit, um sie den anderen vorzulesen. Ich finde diese Episode deshalb wichtig, weil hier deutlich wird, dass die TeilnehmerInnen sozusagen über ihren „Tellerrand“ psychische Erkrankung hinaus schauen, bewusst wahrnehmen, auch andere Menschen haben Probleme und suchen eigene Bewältigungsmöglichkeiten.

Tanz kann natürlich nur ein Baustein in der Bewältigung von Krankheit und bei der Schaffung neuer Handlungskompetenzen sein. Es muss immer ein Zusammenspiel von verschiedenen Methoden geben.

Gesundheitsfördernde Maßnahmen, Sport treiben, Gartenarbeit und auch gemeinsame Zubereitung gesunder Malzeiten gehören sicher dazu. Ich denke jedoch, dass der Tanz dafür noch einmal eine besondere Qualität hat. Ob das für den Einzelnen so ist,

ist sicher ganz individuell. Aber die Menschen, die der Tanz innerlich anspricht, die nehmen diese Musik und diese Bewegung auch ein Stück mit in den Alltag.

In diesem Zusammenhang wies mich Frau Winger, die Sozialarbeiterin, darauf hin, dass nach ihrer Wahrnehmung gerade die Rhythmisierung der Zeit durch Musik und Bewegung die heilende Wirkung des Tanzes bei Menschen mit psychischen Erkrankungen ausmacht. Ich schrieb zu diesem Thema unter Punkt 4.2. Sie sagt, mit der psychischen Erkrankung sei das Leben der Betroffenen „aus dem Takt geraten“. Dabei spielt es jetzt keine Rolle, ob das Leben durch die Erkrankung aus dem Takt geraten ist bzw. ob das Leben durch ein besonderes Ereignis aus dem Takt geriet und die psychische Erkrankung eine Folge davon ist. Sie nennt als Beispiele, dass für Depressive die Zeit bleiern ist, während in der Manie alles übersteigert ausagiert wird. Durch Tanz findet der Körper wieder einen Rhythmus. Natürlich nicht durch eine einzelne Übungseinheit, aber häufige Wiederholungen unterstützen diesen Prozess.

Deshalb bin ich sehr froh, dass ich mit diesem Angebot mein Praktikum arg in die Länge gezogen habe und gleichzeitig mit der Zeit die Gruppe auch gewachsen ist, was in einem 5-wöchigen Praktikum so nicht möglich gewesen wäre. Aus dem zeitlich abgegrenzten Projekt ist ein laufendes Angebot entstanden.

## 9 Vergleich der beiden Tanzangebote

Zunächst möchte ich betonen, dass es trotz erheblicher Unterschiede, sowohl was die Zielgruppe betrifft, die Art zu tanzen und auch darin, ob die Gruppe mit ihrem Programm an die Öffentlichkeit gehen will oder nicht, eine große Gemeinsamkeit in den Tanzangeboten gibt: Bei beiden steht die Freude an der Bewegung zu rhythmischer Musik für die Teilnehmer im Vordergrund!

Ein paar weitere Gemeinsamkeiten möchte ich benennen:

Die TeilnehmerInnen kommen freiwillig, aus eigenem Entschluss. Ein positives Gemeinschaftsgefühl ist in beiden Gruppen vorhanden. Natürlich sind in der geschlossenen Gruppe des Tanzprojektes 55+ die Beziehungen auf Grund auch der verbindlichen Treffen enger, aber auch bei den TänzerInnen in der PSKB gibt es dieses Gemeinschaftsgefühl, wobei Neue schnell in die Gruppe aufgenommen werden.

Ich erlebe in den Gruppen eine große Akzeptanz untereinander, was sich besonders dann bemerkbar macht, wenn unterschiedliche Stärken und Schwächen zum Vorschein kommen. Entsprechend der unterschiedlichen Tanzformen wird natürlich in den Gruppen unterschiedlich damit umgegangen. Während es bei den Kreistänzen hilfreich sein kann, wenn zwischen zwei unsicheren Tänzern eine Person kommt, die sicher die Schrittfolge kennt und sich nicht so leicht „aus dem Takt“ bringen lässt, ist es beim Tanztheater möglich, die Rollen an den Stärken und Schwächen der Einzelnen orientiert auszuwählen.

In beiden Gruppen werden neben der körperlichen Beweglichkeit auch die Eigen- und Fremdwahrnehmung geschult. Es wird nicht nur mit dem Körper gearbeitet, sondern es wird auch darüber gesprochen, wie sich der Tanz, die Bewegung anfühlt, es wird die eigene Befindlichkeit reflektiert. Sowohl im darstellenden Tanz als auch bei den Kreistänzen tanzt keiner für sich allein, sondern immer auch in Beziehung zu den anderen. Nicht nur auf der Bühne würde Chaos herrschen, wenn die einzelnen Tänzer nicht aufeinander achten würden, auch ein Kreistanz könnte niemals funktionieren, wenn sich die Tänzer nicht aufeinander einstellen würden. Ich möchte an dieser Stelle auf Punkt 4 „Was kann Tanz bewirken?“ hinweisen, denn sowohl das Thema Gesundheitsprävention und -förderung als auch die anderen Unterpunkte zu Punkt 4 lassen sich mehr oder weniger auf beide Gruppen beziehen.

Auf den wesentlichen Unterschied, dass beim Tanztheater die Tänzer gleichzeitig auch Darsteller sind und in eine Rolle schlüpfen, während beim Kreistanz eine gemeinsame Schrittfolge erlernt wird, möchte ich an dieser Stelle nicht näher eingehen. Was das für die jeweilige Gruppe bedeutet, habe ich in den Punkten 8 und 9 beschrieben.

Um mich nicht zu wiederholen möchte ich deshalb einen neuen Aspekt aufgreifen, der eine große Rolle in dem Zusammenhang spielt, ob eine Gruppe sich der Öffentlichkeit präsentieren will oder nicht. Ich habe in meiner langjährigen Tätigkeit als Mitarbeiterin in der Selbsthilfekontaktstelle in Chemnitz die Erfahrung gemacht, dass es bestimmten Gruppen leichter oder schwerer fällt, sich in der Öffentlichkeit vorzustellen. Egal, um welches Anliegen oder Angebot es sich handelt, ob es sich um ein Tanzprojekt handelt oder ein Theaterstück oder ob es um eine Gruppe kranker oder behinderter Menschen geht, die ihre Probleme und Nöte der Öffentlichkeit mitteilen wollen: Je mehr diese Personengruppe auf Grund ihrer Krankheit, ihrer Behinderung oder ihres sozialen Status in der allgemeinen Bevölkerung stigmatisiert wird, desto weniger sind die Betroffenen bereit bzw. in der Lage, sich der Öffentlichkeit zu präsentieren.

In der Selbsthilfekontaktstelle haben wir solche stigmatisierten Gruppen unterstützt, indem wir für diese z.B. Öffentlichkeitsarbeit gemacht haben. Auch Vernetzungsmöglichkeiten zu gleichbetroffenen Gruppen oder zu Selbsthilfeorganisationen bundesweit haben den Einzelnen oft geholfen, aus ihrer Isolation herauszufinden und sich für ihre Interessen einzusetzen. Als hilfreich wurden uns oft auch die Treffen von unterschiedlichen Selbsthilfegruppen genannt. Hier erlebten die Leute, die sich im Alltag oft stigmatisiert fühlten, eine offene Atmosphäre und konnten mit anderen über ihre Probleme sprechen. Dabei spielte es keine wesentliche Rolle, ob einer z.B. eine Behinderung hatte oder ein Suchtproblem. Im Mittelpunkt war die Person. Und das Verständnis dafür, dass der andere auch Probleme hat, half manchmal auch in der Bewältigung der eigenen.

Über Selbsthilfeorganisationen, Angehörigenunterstützung, aber auch die Unterstützung von Prominenten, wie Politikern, Sportlern oder Künstlern, ist es so schon gelungen, Personengruppen oder zumindest schon mal ihre Themen in das Bewusstsein der Öffentlichkeit zu rücken und sie damit ein ganzes Stück zu entstigmatisieren. Ich denke da z.B. an Behindertengruppen, speziell fallen mir die Langdon-Down-Kinder ein. Ich denke an soziale Gruppen, wie die Menschen, die in homosexuellen Beziehungen leben und ich denke auch an kranke Menschen, wie z.B. die Aids- oder die Suchtkranken.

Bezogen auf die beiden Tanzgruppen, über die ich hier schreibe, stelle ich fest, dass die Gruppe der alten Menschen in den letzten Jahren ein ganzes Stück entstigmatisiert wurde. Das konnte hauptsächlich dadurch geschehen, dass ältere Menschen, die körperlich und geistig fit sind, sich aktiv in die Gesellschaft eingebracht haben, sei es im Gemeinwesen, in Bürgerzentren, Mehrgenerationenhäusern, in der Politik oder in der

Kultur. Auf Grund auch der sogenannten „Alterspyramide“ sind sie nicht zu übersehen und sie werden dort, wo sie sich selbstbewusst zeigen, ernst genommen. Auf Grund der hohen Anzahl von älteren Menschen hat auch die Werbung diese für sich entdeckt, sei es das Kosmetikprodukt oder die Brille. Inwieweit man sich von der Werbung beeinflussen lässt, sei dahin gestellt, aber es ist kein Tabu, sich als älterer Mensch zu zeigen.

Dass diese Menschen aber nicht nur Konsumenten sind, sondern aktiv ihr Leben gestalten und sich in die Gemeinschaft auch mit jüngeren einbringen, zeigen Projekte wie das „Tanzprojekt 55+“. Dass sie damit an die Öffentlichkeit gehen, fördert die Breitenwirksamkeit des Projektes. Das dient der Ermunterung von Alten und Jungen, miteinander ins Gespräch zu kommen bzw. im Gespräch zu bleiben. Wir, die Jüngeren, werden auch einmal älter, und der Anteil der alten Menschen in der Bevölkerung wächst. Also tun wir gut daran, uns auch mit unserem eigenen Älterwerden zu beschäftigen.

Mit der Vorbereitung auf die Premiere ist für die TänzerInnen im Projekt 55+ viel Aufregung bis hin zu Stress verbunden. Aber sie nehmen das bereitwillig in Kauf, weil sie eine Aussage an das Publikum richten wollen. Ihr Projekt ist zielorientiert – und auch wenn sich manch eine/r schon auf die Zeit nach den Auftritten freut, wo es in den Proben wieder ruhiger zugehen wird als jetzt, so werden sie doch auch stolz darauf sein, dass sie den Auftritt gewagt haben und die Anerkennung und den Applaus vom Publikum bekommen haben.

Zu der Tanzgruppe in der Psychosozialen Kontaktstelle möchte ich in diesem Zusammenhang sagen, dass ich, wiederum in der Zeit als Mitarbeiterin der Selbsthilfekontaktstelle, häufig erfahren habe, wie stigmabehaftet psychische Krankheit selbst unter Betroffenen und ebenso unter den Angehörigen von psychisch Kranken ist. Mindestens so angstbehaftet wie die Krankheit selbst ist oft die Angst davor, von der Öffentlichkeit als psychisch krank wahrgenommen zu werden. Sei es die Angst davor, dass die Nachbarn es erfahren könnten, sie könnten mich dann meiden, oder die Arbeitskollegen, die mich dann vielleicht mobben, oder der Chef, der dann evtl. an eine Kündigung denkt. Psychische Krankheit ist mit einem größeren Tabu belegt als körperliche Erkrankungen.

In der Selbsthilfekontaktstelle habe ich oft erlebt, dass Betroffene zwar Hilfe gesucht haben, dass aber der Grund, warum sie das bei uns und nicht in der Psychosozialen Kontakt- und Beratungsstelle taten, nicht immer der Gedanke der Selbsthilfe war, sondern der Gedanke der Stigmatisierung der psychischen Erkrankung. „Ich gehe in eine Selbsthilfegruppe“ hört sich neutraler an als „ich gehe in die Psychosoziale Kontaktstel-

le“. Hier ist es uns oft gelungen in Zusammenarbeit mit der PSKB Vorurteile abzubauen. Heute gibt es inzwischen Betroffenenverbände von psychisch Kranken, die sich selbstbewusst an die Öffentlichkeit, aber auch an Mediziner und Therapeuten wenden. Trotzdem kann ich es verstehen, wenn sich psychisch kranke Menschen nicht auf die Diagnose „psychisch krank“ festlegen lassen wollen. Eine Frau sagte: „Wer ist denn gesund oder krank? Haben nicht alle Menschen gesunde und kranke Anteile?“ Und da kann ich ihr nur recht geben. Wenn ich die Gruppe tanzen sehe, dann sehe ich diese gesunden Anteile, diese Lebensfreude, die der Tanz ihnen gibt. Die Psychosoziale Kontaktstelle bietet ihnen einen geschützten Raum, wo sie über ihre Krankheit und die daraus wachsenden Probleme sprechen können. Sie bietet aber auch einen Raum, wo sie ihre gesunden Anteile wachrufen und fördern können. Ich kann es gut verstehen, wenn diese Gruppe vorerst nicht in die Öffentlichkeit gehen will.

Leben ist immer ein Prozess und vieles kann sich entwickeln.

So habe ich im Leipziger Selbsthilfeverein Durchblick e.V. erlebt, wie psychisch Kranke souverän mit ihrer Erkrankung umgehen und mit der Ausstellung „Die Geschichte der Psychiatrie in Deutschland“ auch eine weite interessierte Öffentlichkeit erreichen. Bis überall so offen mit diesem Thema umgegangen wird, kann es noch lange dauern, vielleicht wird es nie erreicht. Aber wenn wir die Betroffenen unterstützen können, ihr Selbstbewusstsein zu stärken, so ist das für sie auf alle Fälle eine Hilfe, mit ihrer Erkrankung souverän umzugehen und nicht in die Isolation zu geraten.

Ein nicht unwesentlicher Aspekt für den Vergleich der beiden Tanzangebote bezieht sich auf die Rolle, die ich in ihnen jeweils innehatte. Während ich im Tanzprojekt 55+ ganz klar die Zuschauerrolle innehatte, war ich im Tanzangebot in der PSKB die Anleitende und gleichzeitig Mittänzerin im Kreis.

Auf diese Art und Weise habe ich die Gruppen unterschiedlich wahrgenommen.

Bei der Gruppe, die sich präsentieren will, habe ich schon vor der Premiere die Zuschauerrolle eingenommen. Den Gesamteindruck, der durch den szenischen Tanz entsteht sowie die Körpersprache der Einzelnen habe ich mit meinen Augen beobachtet. Die Tänzer waren nicht nur bereit sich im Tanz zu zeigen, sondern darüber hinaus auch verbal – indem sie meine Fragen beantworteten.

Diese Rolle des Zuschauers oder Beobachters von außen hätte ich in der anderen Gruppe nicht einnehmen mögen. Hier ging es doch gerade darum, dass kein Zuschauer von außen zusieht. Es war auch so, dass Praktikanten, die beim Tanzangebot dabei waren, nie außen saßen, sondern immer mitgemacht haben. Dieses „Mitmachen“ bewirkt natürlich, dass es zu einer nonverbalen Kommunikation kommt.

Während ich bei der anderen Gruppe von außen schaue, bewege ich mich hier mit der Gruppe. Wir gehen aufeinander zu, voneinander weg, auf der Kreislinie, mal langsam, mal schnell. So erleben mich die anderen auch als Teil der Gruppe.

Durch diese unterschiedlichen Rollen oder auch Positionen in der Gruppe hatte ich auch einen unterschiedlichen Zugang zu den Gruppenmitgliedern.

Ich finde dies aber nicht hinderlich für das Ziel dieser Diplomarbeit. Im Gegenteil, es hat meinen Blick geweitet, aus der Rolle der Anleitenden herauszutreten und die Beobachterposition einzunehmen.

Umgekehrt ist es aber auch so, dass ich gerade durch die Selbsterfahrung im Tanz besser verstehen konnte, was die anderen Tänzer empfinden.

Ich habe auf diese Art und Weise zwei sehr unterschiedliche Möglichkeiten von Tanz in Gruppen kennengelernt und die Erfahrung gemacht, dass sowohl Sozialarbeiter in ihren Handlungsfeldern Tanzangebote initiieren können, dass aber auch andere Professionen, in diesem Falle eine Theaterwissenschaftlerin und eine Tänzerin, Projekte mit sozialen Inhalten verknüpfen. Diese Erkenntnis bietet einen sehr breiten Rahmen für den Einsatz von Tanz in den Handlungsfeldern der sozialen Arbeit.

Um diese Diplomarbeit schreiben zu können, habe ich viel über Tanz gelesen. Ich habe Gruppen beim Tanzen zugesehen und mit vielen Menschen über Tanz gesprochen. Sowohl mit den TeilnehmerInnen aus den beiden Gruppen als auch mit der künstlerischen Leitung vom Tanzprojekt 55+ sowie mit der Sozialpädagogin, die das Angebot in der PSKB begleitete. Auch mit angehenden und ausgebildeten Tanzpädagogen und Tanztherapeuten war ich im Gespräch. Ich habe dabei viel gelernt und mir ist manches ins Bewusstsein gerückt, was ich bisher vielleicht tanzend erahnte, vorher so aber nicht in Worte hätte fassen können.

Und trotz der vielen Erkenntnisse, die ich dabei gewonnen habe oder gerade ihretwegen komme ich zu dem Schluss: „Tanz will getanzt sein“.

Man kann noch so viel über die Wirkungen von Tanz schreiben und welche Bedeutung er für den Einzelnen bzw. für die Gruppe hat – um das Wesentliche des Tanzens zu erfassen, muss man sich hineinbegeben in dieses Medium.

Deshalb bin ich froh, dass ich während der Ausarbeitung des Themas auch selbst tanzte. Tanzend habe ich mir neue Kraft geholt, wenn ich meinte, ich komme nicht damit voran in Worte zu fassen, was mit dem Körper ausgedrückt wird und zum großen Teil nonverbal in der Gruppe geschieht. Beim Tanzen kam wieder etwas zum Fließen. Gehörtes und Angelesenes hat durch das körperliche Erleben eine besondere Bedeutung bekommen. Ich konnte den Worten in der Bewegung nachspüren: „Stimmt das so? Wie fühlt sich das an? Kann ich das nachvollziehen?“ Theorie und Praxis wurden so miteinander verbunden.

Erst gegen Ende meiner Diplomarbeitsphase wurde mir bewusst, dass natürlich alle Auswirkungen des Tanzes, wie unter Punkt 4 beschrieben, auch mich selbst, diejenige, die tanzend ein Angebot anleitet, betreffen. Was zur Unterstützung der Klienten durch die Förderung ihrer inneren Ressourcen gedacht war, tut mir auch selbst gut und schult meine Selbst- und Fremdwahrnehmung. Ich bin ja auch selbst in dem Prozess des lebenslangen Lernens, und wie sollte ich Körpersprache besser verstehen lernen, als dass ich bewusst mit ihr arbeite.

Die Bereitschaft der TänzerInnen mit mir ins Gespräch zu kommen war ein weiterer Aspekt, der mich immer wieder Theorie und Praxis verknüpfen ließ. Beim Tanzangebot in der PSKB war das ja von Anfang an gegeben, aber dankbar bin ich auch dafür, dass

ich beim Tanzprojekt 55+ nicht nur bei den Proben dabei sein konnte, sondern dass auch dort die TänzerInnen bereit waren, mir auf meine Fragen Antwort zu geben.

Die Begeisterung für den Tanz und das wohlwollende Miteinander der Tänzer haben mich gerne zu den Proben kommen lassen.

Bei demjenigen, der selbst tanzt oder der anderen beim Tanzen aufmerksam zuschaut, werden beim Lesen dieser Arbeit innere Bilder entstehen und vielleicht auch Erinnerungen an Erlebtes zu Tage kommen.

Um wirklich zu spüren, wie Tanz wirkt, um es selbst, am eigenen Leib, zu erfahren, muss man jedoch selbst tanzen. So wie man auch wirklich einen Tänzer beim Tanzen zusehen muss, um die Ausdruckskraft der Bewegung wahrzunehmen.

Ich möchte an dieser Stelle eine kleine Geschichte aus dem Leben von Trudi Schoop erzählen. Ausschnitte aus ihrer Biografie und Erkenntnisse aus ihrer Arbeit mit psychisch Kranken befinden sich in den vorangegangenen Abschnitten. Sie ist eine Frau, die mich aufgrund ihrer Leidenschaft für den Tanz und für die Menschen sehr fasziniert.

In ihrem Buch: „... komm und tanz mit mir!“ berichtet sie über ein Bewerbungsgespräch in einer psychiatrischen Klinik in Kalifornien.

Sie hatte sich als Tanztherapeutin beworben und war schon auf dem Weg zur Klinik ganz aufgeregt und wusste nicht, was sie sagen sollte, noch dazu in Englisch, ihre Muttersprache war Schweizerdeutsch. Ihre Schwester hatte sie vorher noch einmal gewarnt, dass sie nicht „okay“ sagen solle, dass tue ein gebildeter Mensch nicht ... Noch während sie durch die Klinik zum Konferenzzimmer ging, wo das Bewerbungsgespräch stattfinden sollte, versuchte sie, sich Worte im Kopf zurechtzulegen.

Der Direktor des Krankenhauses stellte ihr seine Kollegen vor, sie beschreibt diese als eine „Gruppe uninteressierter Gesichter“.

Und dann kam die Frage des Direktors: „Nun also, Frau Schoop, was können sie für uns tun? Wir wüssten gerne etwas über ihre Methode, wie Sie sie anwenden und welchen Erfolg Sie sich davon versprechen. Was wollen Sie im Einzelnen mit den Patienten tun?“

Ohne Überlegung, eindringlich, ernst, kamen folgende Worte aus ihrem Mund:

„Okay, ich möchte mit ihren Patienten tanzen, okay?“ – Schweigen – „Okay“ – Mit diesem einen, wie sie sagt, herrlichen Wort, machte er sie zur Tanztherapeutin.

Die folgenden Worte nahmen ihre Ohren nur vage wahr: „..... Ich sah Ihre Vorstellung in Chicago ... ihre Pantomimen ...ein instinktives Erfassen des menschlichen Verhaltens ... interessant zu sehen, wie Sie dies therapeutisch anwenden ... neuer Weg der Behandlung ...“

Sie schreibt, dass dieses Interview nur drei Minuten dauerte, aber dass sich innerhalb dieser winzigen Zeitspanne das Blatt ihres Lebens wendete.

Aus der Ausdruckstänzerin sollte eine Tanztherapeutin werden.<sup>(47)</sup>

Nicht mit ihren knappen Worten konnte sie den Direktor des Krankenhauses überzeugen, dass sie für die Arbeit als Tanztherapeutin geeignet sei - eine Ausbildung hatte sie dafür noch nicht - sondern damit, wie sie sich in andere Menschen hineinversetzen konnte und das mit ihrer Körpersprache zum Ausdruck gebracht hat.

Weil beim Tanzen ganz viel nonverbal geschieht und weil es nicht das gleiche ist, ob ich über Tanz rede oder selbst tanze, kann diese Arbeit nur zum Teil erfassen, was Tanzen in der Gruppe bedeutet.

So, wie ich in Klienten- oder Gruppengesprächen verbal auf diese eingehe, so kann ich beim Tanz auf der körperlichen Ebene mit anderen arbeiten. Und es bedarf dabei manchmal gar nicht vieler Worte.

Deshalb finde ich es ganz wichtig, dass alle, die Tanz in Gruppen in ihre Arbeit einbeziehen wollen, sich dieses Medium nicht allein über Lehrbücher aneignen sollten. Um die Theorie mit der Praxis zu verbinden, muss man auch praktische Erfahrung mit Tanz sammeln. So können sich Theorie und Praxis gegenseitig aufbauen und ergänzen.

Mit Worten von Trudi Schoop möchte ich die Ausführungen dieser Arbeit beschließen: Nachdem sie nämlich ihre Erfahrungen mit Tanz aufgeschrieben hatte, die ihre „Theorie“ bildeten, welche sie dem Direktor des Krankenhauses vor so vielen Jahren nicht erklären konnte, scheinen diese einleuchtend und durchführbar zu sein.

„Aber“, so sagt sie, „irgendwie fehlt ein wichtiges Etwas – der tänzerische Geist selbst. Aber es gibt einfach keine Worte, um das Gefühl der Freude, das Entzücken über sich selbst, die Lust am Dasein zu beschreiben, die den tanzenden Menschen umgibt.“

Wann haben Sie das letzte Mal getanzt?<sup>(48)</sup>

## Fußnotenverzeichnis

- (1) Klein, Petra (1998): Tanztherapie; S. 13
- (2) vgl. Kinofilm „Dance for all“: <http://danceforall-derfilm.de/>
- (3) vgl. Kinofilm „Rhythm is is it“:  
[http://rhythmisit.com/en/php/index\\_noflash.php?HM=1&SM=2](http://rhythmisit.com/en/php/index_noflash.php?HM=1&SM=2)
- (4) vgl. Jäger, Jutta, Kuckhermann, Ralf (2004): Ästhetische Praxis in der sozialen Arbeit; S. 11 f
- (5) vgl. s. o.; S. 249
- (6) vgl. s. o.; S. 41 f
- (7) vgl. Kreft Dieter, Mielenz, Ingrid (1996): Wörterbuch Soziale Arbeit; S. 388
- (8) Bergmann, Brigitte (2006): Lernen durch Tanzen; S. 53
- (9) vgl. Mayer, Birgit in: Jäger, Jutta, Kuckhermann, Ralf (2004): Ästhetische Praxis in der sozialen Arbeit; S. 203 ff
- (10) vgl. Reichel, Auguste (1999): Tanz dich ganz; S. 12 f
- (11) vgl. Schorn, Ursula (2008): Bewegungs- und Tanztherapeutische Methoden in der sozialen Arbeit, S. 4
- (12) Kreft Dieter, Mielenz, Ingrid (1996): Wörterbuch Soziale Arbeit; S. 255
- (13) Wosien, Bernhard (1998): Der Weg des Tänzers; S. 57
- (14) vgl. Bergmann, Brigitte (2006): Lernen durch Tanzen; S. 59
- (15) vgl. Lander, Hilda Maria, Zohner, Maria-Regina (1991): Bewegung und Tanz – Rhythmus des Lebens; S. 205
- (16) vgl. Reichel, Auguste (1999): Tanz dich ganz; S. 70
- (17) vgl. Lander, Hilda Maria, Zohner, Maria-Regina (1991): Bewegung und Tanz – Rhythmus des Lebens; S. 206
- (18) Birkenbihl, Vera F. (1991): Signale des Körpers; S. 72
- (19) vgl. Reichel, Auguste (1999): Tanz dich ganz; S. 39
- (20) Lander, Hilda Maria, Zohner, Maria-Regina (1991): Bewegung und Tanz – Rhythmus des Lebens; S. 205
- (21) s. o.; S. 204
- (22) s. o.; S. 204
- (23) vgl. Bergmann, Brigitte (2006): Lernen durch Tanzen; S. 56
- (24) Lander, Hilda Maria, Zohner, Maria-Regina (1991): Bewegung und Tanz – Rhythmus des Lebens; S. 203
- (25) Reichel, Auguste (1999): Tanz dich ganz; S. 15
- (26) vgl. Palucca Schule Dresden: <http://www.palucca-schule-dresden.de/>

- (27) vgl. Deutsches Institut für Tanzpädagogik e.V. (DiT):  
<http://www.d-it.info/index.html?/itp.html>
- (28) vgl. Berufsverband der TanztherapeutInnen Deutschlands (BTD e.V.):  
<http://www.btd-tanztherapie.de/>
- (29) vgl. Deutsche Gesellschaft für Tanztherapie e.V. (DGT):  
<http://www.dgt-tanztherapie.de/>
- (30) Merce Cunningham in: Fritsch, Ursula (1988): Tanz, Bewegungskultur, Gesellschaft; S. 254
- (31) Maurice Béjart in: s.o.; S. 250
- (32) Pina Pausch in: s.o.; S. 268
- (33) vgl. Wosien, Bernhard (1998): Der Weg des Tänzers; S. 27 und 112
- (34) s. o.; S. 57
- (35) s. o.; S. 58
- (36) s. o.; S. 58
- (37) s. o.; S. 89
- (38) s. o.; S. 89
- (39) Schoop, Trudi (1981): .... komm und tanz mit mir!; S. 128
- (40) vgl. s. o.; S. 6
- (41) Löhmer, Cornelia, Standhardt, Rüdiger (2006): TZI – Die Kunst sich selbst und eine Gruppe zu leiten; S. 15
- (42) s. o.; S. 15 f
- (43) vgl. s. o.; S. 58 ff
- (44) Rogers, Carl R. (1983): Therapeut und Klient; S. 134
- (45) Kreft Dieter, Mielenz, Ingrid (1996): Wörterbuch Soziale Arbeit; S. 164 f
- (46) Ramona Bothe-Christi im Programm zur Aufführung „BEWEGTES-ERLEBTES“ des Tanzprojektes 55 PLUS im Schauspielhaus Chemnitz, Mai 2006
- (47) vgl. Schoop, Trudi (1981): .... komm und tanz mit mir!; S. 24 ff
- (48) s. o.; S. 128

## Literaturverzeichnis

- Baer, Udo, Frick-Baer, Gabriele (2001): Leibbewegungen : Methoden und Modelle der Tanz- und Bewegungstherapie, Neukirchen-Vluyn: Affenkönig Verlag
- Bergmann, Brigitte (2006): Lernen durch Tanzen, Ein körperorientierter Lernansatz für Kinder nach Montessori, 2. Auflage, Weinheim und Basel: Beltz Verlag
- Birkenbihl, Vera F. (1991): Signale des Körpers : Körpersprache verstehen, 7. Auflage, München: Moderne Verlagsgesellschaft mbH
- Cohn, Ruth C. (1994): Von der Psychoanalyse zur Themenzentrierten Interaktion, 12. Auflage, Stuttgart: Klett-Cotta
- Duden; Fremdwörterbuch (2005), 8., neu bearbeitete und erweiterte Auflage, Mannheim: Dudenverlag
- Fritsch, Ursula (1988): Tanz, Bewegungskultur, Gesellschaft; Verluste und Chancen symbolisch-expressiven Bewegens, Frankfurt und Griedel: AFRA Verlag
- Jäger, Jutta, Kuckhermann, Ralf (2004): Ästhetische Praxis in der sozialen Arbeit; Wahrnehmung, Gestaltung und Kommunikation, Weinheim und München: Juventa Verlag
- Karoß, Sabine, Welzin, Leonore (2001): Tanz, Politik, Identität, Hamburg: LIT Verlag
- Klein, Petra (1998): Tanztherapie, Ein Weg zum Ganzheitlichen Sein, 2. überarbeitete Auflage, Kiel: Dieter Balsies Verlag
- Kossellek, Ina und Ronald u.a. (1993): Tanz als ganzheitliches Therapieangebot : Praxiserfahrungen und Grundlagen, München: Pflaum Verlag
- Kreft Dieter, Mielenz, Ingrid (1996): Wörterbuch Soziale Arbeit, 4. Auflage, Weinheim und Basel: Beltz Verlag
- Lander, Hilda Maria, Zohner, Maria-Regina (1991): Bewegung und Tanz – Rhythmus des Lebens : Handbuch für die Arbeit mit Gruppen, 3. Auflage, Mainz: Matthias-Grünwald-Verlag
- Lander, Hilda Maria, Zohner, Maria-Regina (1992): Trauer und Abschied; Ritual und Tanz für die Arbeit mit Gruppen, Mainz: Matthias-Grünwald-Verlag
- Langmaak, Barbara (2000): Themenzentrierte Interaktion, Einführende Texte rund ums Dreieck, unveränderter Nachdruck der 3., korrigierten Auflage, Weinheim und Basel: Beltz Taschenbuch
- Löhmer, Cornelia, Standhardt, Rüdiger (2006): TZI – Die Kunst sich selbst und eine Gruppe zu leiten, Einführung in die Themenzentrierte Interaktion, Stuttgart: Klett-Cotta

- Miedaner, Lore (2001): Alt und Jung entdeckt sich neu; Integrative Pädagogik mit Kindern und Senioren, Freiburg im Breisgau: Verlag Herder
- Milz, Helmut (1994): Der wiederentdeckte Körper, Vom schöpferischen Umgang mit sich selbst, München: Deutscher Taschenbuch Verlag GmbH & Co. KG
- Otto, Hans-Uwe, Thiersch, Hans (2001): Handbuch Sozialarbeit/Sozialpädagogik, 2. Auflage, Neuwied, Kriftel: Luchterhand Verlag GmbH
- Petzold, Hilarion (1986): Leiblichkeit: philosophische, gesellschaftliche und Therapeutische Perspektiven, 2. Auflage, Paderborn: Junfermannsche Verlagsbuchhandlung
- Pohlmann, Michael (2003): Träume, es gelte dir, Dresden: Druckerei & Verlag Christoph Hille
- Reichel, Auguste (1999): Tanz dich ganz; Kreativ tanzen und bewegen, Münster: Ökotopia Verlag
- Reichelt, Fe (2004): Ausdruckstanz und Tanztherapie, 6. Auflage, Frankfurt am Main: Brandes & Apsel Verlag
- Reitz, G., Rosky, T., Schmidts, R., Urspruch, I. (2005): Heilsame Bewegungen; Musik-, Tanz- und Theatertherapie, Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft
- Rogers, Carl R. (1983): Therapeut und Klient; Grundlagen der Gesprächspsychotherapie, Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag GmbH
- Schoop, Trudi (1981): .... komm und tanz mit mir!, Zürich: Verlag Musikhaus Pan AG
- Schorn, Ursula: Bewegungs- und Tanztherapeutische Methoden in der sozialen Arbeit; in: „Zeitschrift für Tanztherapie“ – Körperpsychotherapie und Kreativtherapie; 27/28/2008-15. Jahrgang; Köln: Claus Richter Verlag
- Siegel, Elaine V. (1997): Tanztherapie; Seelische und körperliche Entwicklung im Spiegel der Bewegung; ein psychoanalytisches Konzept, 4. Auflage, Stuttgart: Klett-Cotta
- Soyka, Amelie (2004): Tanzen und tanzen und nichts als tanzen, Tänzerinnen der Moderne von Josephine Baker bis Mary Wigman, Berlin und Grambin: AvivA Verlag
- Weber, Wilfried (1996): Wege zum helfenden Gespräch; Gesprächspsychotherapie in der Praxis, Ein Lernprogramm mit kurzen Lernimpulsen, praxisnahen Hinweisen und vielen praktischen Übungen, München; Basel: Ernst Reinhardt, GmbH & Co, Verlag München
- Weißmann, Eva (1998): Tanz-Theater-Therapie, Szene und Bewegung in der Psychotherapie, München und Basel: Ernst Reinhardt, GmbH & Co, Verlag

- Wilke, Elke, Hölter, Gerd, Petzold, Hilarion (1999): Tanztherapie – Theorie und Praxis, 3. Auflage, Paderborn: Junfermannsche Verlagsbuchhandlung
- Wosien, Bernhard (1998): Der Weg des Tänzers; Selbsterfahrung durch Bewegung, 2. durchgesehene Auflage, Weilersbach: G. Reichel Verlag
- Berufsverband der TanztherapeutInnen Deutschlands (BTD e.V.):  
<http://www.btd-tanztherapie.de/>; verfügbar am 20.05.09
- Deutsche Gesellschaft für Tanztherapie e.V. (DGT):  
<http://www.dgt-tanztherapie.de/>; verfügbar am 20.05.09
- Deutsches Institut für Tanzpädagogik e.V. (DiT):  
<http://www.d-it.info/index.html?itp.html>; verfügbar am 20.05.09
- Kinofilm „Dance for all“: <http://danceforall-derfilm.de/>; verfügbar am 20.05.09
- Kinofilm „Rhythm is it“:  
[http://rhythmisit.com/en/php/index\\_noflash.php?HM=1&SM=2](http://rhythmisit.com/en/php/index_noflash.php?HM=1&SM=2); verfügbar am 20.05.09
- Palucca Schule Dresden: <http://www.palucca-schule-dresden.de/>; verfügbar am 20.05.09

Anlagen:

- Teilnahmebestätigung Tanzausbildung
- Flyer: „SEHN-sucht“ ein Projekt der Tanzgruppe 55+
- Flyer: „Dance for all“

AUSBILDUNGSINSTITUT  
MEDITATION DES TANZES - SACRED DANCE  
Friedel Kloke-Eibl



TEILNAHMEBESTÄTIGUNG

Martina Groth

hat an unserem Ausbildungsinstitut eine 3-jährige Ausbildung absolviert.

UNTERRICHTSFÄCHER:

Meditation des Tanzes  
Sacred Dance  
Musik  
Rhythmik

Klassisches Training  
Folklore  
Atemarbeit  
Schulung des Körperbewusstseins

Philosophie  
Didaktik  
Methodik  
Tanznotation

Oberthingau, 10. November 2004

Ausbildungsleitung: F. Kloke-Eibl

M  
E  
D  
I  
T  
A  
T  
I  
O  
N  
  
D  
E  
S  
  
T  
A  
N  
Z  
E  
S



Die Jugend wäre eine noch viel schönere Zeit, wenn sie etwas später im Leben käme ... ein Projekt von 5 bis 85

## SEHN-sucht

Der Konflikt zwischen Jung und Alt ist ein Jahrtausende altes Kräfterennen. Alle wollen alt werden, wenige aber alt sein. Ist Jugend eine Geisteshaltung?

Wohin mit den Ansprüchen an das Leben, wenn man sich im Alter an den Rand einer Gesellschaft gedrängt fühlt ?

Muss man noch Platz machen für

nachfolgende Generationen mit dem Wissen um die heutige Prognose der demografischen Entwicklung? Junge

Leute sind auf der Suche nach Identität,

brauchen Vertrauen, Raum, Anerkennung, müssen ihre Ansprüche an ihr Leben testen... Alle suchen nach

Erfüllung. Nach der Anerkennung ihrer Werte.

Haben nicht alle – ob alt oder jung – die gleichen Sehnsüchte und das gleiche Recht nach beruflicher Erfüllung und nach Partnerschaft?

Die Inszenierung gibt keine Antworten. Sie arbeitet mit den biografischen Erfahrungen der Darstellerinnen und Darsteller und möchte, dass sich die

Zuschauer an der Kommunikation über diese Fragen beteiligen. (Liane Günther, Stückentwicklung und dramaturgische Begleitung)

**Premiere 27.06.09 um 19:00 Uhr | 1.Vorstellung 28.06.09 um 16:00 Uhr**

Stückentwicklung, Choreografie und Training: Monika Meyer | Ausstattung: Team | Licht: Alexander Baier

TänzerInnen: Gabriele Albers, Ingrid Bartussek, Christine Bauer, Elfriede Blank, Heidemarie Boyke, Larissa König-Klar, Hannerlore Parthey,

Ilona Pfeiffer, Roswitha Rudolph, Karin Seiferth, Eva Voigtmann, Anita Zschoke | Tänzer: Siegfried Bauer, Gerhard Fischer, Wilfried Vogel

Beatbox: Ronny Lorenz, Stefan Reinhold | Breakdance: Jens Fellmer, Arian Fritzsche | Klassisch: Henriette

Münch, Josephine Weber

HippHopp: Max Wittig | Drum'n'Bass: Lisa Arnold, Tina Ponhaus, Melanie Wolf | Kinder: Alisa Lehmann, Jenny Seidel

Armes Theater | schönerr.fabrik | Schönherstr. 8 | 09113 Chemnitz | [www.armestheater.de](http://www.armestheater.de) | 0371 - 355 66 50



# DANCE FOR ALL

„Ich unterrichte diese Kinder jeden Tag nach der Schule, und sie haben sich als wirklich ungewöhnlich herausgestellt. Sie sind zielstrebig, hingebungsvoll und haben großes Talent. Für mich ist diese Arbeit sehr erfüllend und mir macht diese Herausforderung viel Freude.“ PHYLLIS SPIRA



Im Jahr 1991 gründeten Phyllis Spira und Philip Boyd in den Townships von Kapstadt das Tanzprojekt Dance for All.

Phyllis Spira, eine weltweit bekannte und umjubelte Prima Ballerina aus Südafrika, ist zusammen mit ihrem Mann Philip Boyd das Herz von **DANCE FOR ALL**. Inzwischen werden dort rund 1000 Kinder unterrichtet.

Phyllis Spiras Training und die von ihr vorgelebte Disziplin und Begeisterung für den klassischen Tanz ermöglichte einigen ihrer Schüler sogar den Sprung auf das internationale Parkett.

Der Film **DANCE FOR ALL** folgt drei Tänzern auf ihrem Weg voller Träume und harter Arbeit. Der mitreißende Tanzfilm aus den Townships Kapstadts wurde bereits auf zahlreichen Festivals mit großem Erfolg gezeigt und kommt nun endlich ins Kino!

„Ihr schreibt gerade die Geschichte eures Lebens. Vor uns liegt ein weiter Weg. Die Welt steht uns offen.“

PHILIP BOYD ZU SEINEN SCHÜLERN IN DANCE FOR ALL

## DAS PROJEKT DANCE FOR ALL

Philip Boyd und Phyllis Spira gründeten vor 17 Jahren **DANCE FOR ALL** in den Townships von Kapstadt.

Ihr größter Traum war es, den Kindern und Jugendlichen, die in den Townships leben, eine Zukunft zu eröffnen, einen geregelten Tagesablauf und verpflichtende Werte zu vermitteln – und eine professionelle Company mit ihren Schülern aufzubauen.

Für besonders begabte Schüler besteht die Möglichkeit, an dem Jugendausbildungs-Programm teilzunehmen, das nicht nur alle Tanzformen lehrt, sondern auch Stipendien und Sponsorships für weiteres Training bietet.

Anfangs wurde ihr Projekt, schwarzen Kindern klassischen Tanz beizubringen, von anderen südafrikanischen Tänzern belächelt, 2005 hatten sie es geschafft: Mit der Gründung der Youth Company bauten sie eine professionelle Company für ihre besten Schüler auf.

**DANCE FOR ALL** hilft diesen Kindern, einer besseren Zukunft entgegenzuarbeiten. Das Programm zeigt den Kindern einen Ausweg aus ihrem hoffnungslosen Leben auf der Straße und bringt ihnen die Magie des Tanzens näher.

## Einverständniserklärungen

Der Verfasserin dieser Arbeit liegt eine Einverständniserklärung von den interviewten Personen zur Veröffentlichung ihrer Aussagen vor.

## Erklärung

Ich erkläre, dass ich die vorliegende Arbeit selbständig und nur unter Verwendung der angegebenen Literatur und Hilfsmittel angefertigt habe.

Chemnitz, 04.07.2009