

## **Grupo „Danz doch eine mit“**

### **Gedanken über meine Ziele für dieses Projekt**

**Martin Esch 08.01.2015**

Es geht hier um Paartänzen. Damit sind zunächst die sog. „Ballroom“-Tänze gemeint, die vom Welttanzverband als Standard- und Latein-Tänze kodifiziert und organisiert werden. Diesen Tänzen verdanken die meisten von uns ihre erste Begegnung mit dem Paartänzen.

Mein Ziel ist es, diese Tänze aus ihrer Verwaltung durch die Tanzschulen zu befreien und uns lustvoll anzueignen:

- körperfreundlich statt den Körper einzwängend
- einfach tanzbar zur Förderung von Freude und Kommunikation
- einen individuellen Stil und Improvisation möglich machen
- hören und fühlen lernen auf das, was die Musik im eigenen Körper auslöst
- Konzepte von richtig und falsch auf ein Minimum zu beschränken, um dem Körper-Ich die Möglichkeit des Selbstausdrucks zu geben

Einer der Wege dahin kann durchaus das Üben vorhandener, kodifizierter Formen sein. Auch die „offizielle“ Variante eines Tanzes ist natürlich eine tanzbare Variante. Durch die Auseinandersetzung mit einem mir zunächst fremden Bewegungsablauf und den Versuch, mich ihm anzupassen, erweitere ich mein eigenes Spektrum an Bewegungsvarianten. Resultat dieser Auseinandersetzung sollte aber niemals Uniformität sein, sondern viele individuelle Varianten.

Um innerhalb der Tanzgruppe die Tanzpartnerinnen (ich verwende immer die weibliche Form und meine auch die Männer) wechseln zu können, bedarf es allerdings der Erarbeitung eines Minimums gemeinsamer Regeln, wie sie ohnehin für die meisten Tänzerinnen mit eher wenig Erfahrung zum Lernen hilfreich sind.

Den vorgestellten Zielen entsprechen methodisch die Prinzipien des schüler-zentrierten Unterrichts und der Inklusion:

- Die Schülerinnen bestimmen ihren eigenen Lernprozess und steuern selbst, wieviel Anregung/Herausforderung sie gerade benötigen.
- Tänze und Methoden werden zwischen Schülerinnen und Lehrerinnen einvernehmlich abgestimmt, was auch mal längere Diskussionen bedeutet, sich aber oft auch ohne große Worte im Prozess ergibt.
- Wer von einem bestimmten Tanz mehr weiß bzw. darin sicherer ist, hilft den anderen.
- Jeder tänzerische Ausdruck wird gleich wertgeschätzt.

Einen weiteren Fundus von Paartänzen bilden die, die aus anderen Kulturen überwiegend als echte Volkstänze, manchmal aber auch schon sehr kunstvoll entwickelt, nach Europa exportiert wurden. Hinzu kommen Paartänzen, die sich in Subkulturen unserer U.S.-amerikanisch dominierten Kultur herausgebildet haben, wie z.B. Rock'n'Roll, Lindy Hop etc. Manche dieser Tänze sind als einfache Volkstänze zu uns gekommen und somit recht leicht nach zu tanzen (was sie für meine Vorstellungen gut geeignet macht, z.B. Cumbia, Merengue). Andere haben im Zuge ihrer Europäisierung eine starke Spezialisierung erfahren, wodurch implizite Richtlinien von richtigem und falschem Tanzen innerhalb der jeweiligen Szene vorherrschen und erst ab einer sehr guten Beherrschung der Richtlinien Individualität und Improvisation akzeptiert werden (z.B. die verschiedenen Salsa-Stile, Lindy Hop).

Gegenüber diesen Paartänzen sollte uns die gleiche Respektlosigkeit leiten wie bei den Ballroom-Tänzen: Wir nehmen sie gerne als Herausforderung, neue Abläufe auszuprobieren, geben ihnen dann

aber unsere eigene Prägung und schrecken natürlich nicht davor zurück, neue Schritte und Kombinationen zu erschaffen.

All dies führt uns immer wieder zu der Polarität, mit der wir es beim Tanzen zu tun haben: dem Wechselspiel zwischen der jeweiligen Musik und unserem Körper-Ich. Mit „Körper-Ich“ meine ich den Teil in uns, der ohne feste Vorstellungen, wie etwas auszusehen hat, spielerisch auf die Musik reagiert und seinen Reaktionen im ebenso spielerischen Zusammenschwingen mit der Partnerin einen Ausdruck zu geben versucht.

Unser aller Verhältnis zu den eigenen Körper-Reaktionen wird leider sozialisationsbedingt von vielfältigen Unsicherheiten, Verspannungen und Rigiditäten geprägt. Diese behindern natürlich den freien Bewegungsfluss beim Tanzen. Andererseits ist Tanzen und gerade auch Paartanzen eine große Hilfe, sich hieraus in behutsamen Schritten zu lösen. Die Gruppe unterstützt uns dabei durch ein gemeinsames Feld des Sich-Bewegens zu einer gemeinsam gehörten Musik. Unsere Körperschwingungen stecken uns gegenseitig positiv an, reißen uns ein Stück mit – sei es durch Körperkontakt oder auch durch Zuschauen, Hören, Fühlen.

Hinzu kommt – wenn alles gelingt – die Verlängerung der oben beschriebenen pädagogischen Methoden ins Innere jeder einzelnen: ein Bewusstwerden dessen, wie sich mein Körper tatsächlich bewegt, gepaart mit einer wohlwollend-abwartenden Akzeptanz des eigenen Bewegungsspektrums. Nur in einem solchen inneren Klima kann ich mich entwickeln.

Als weitere Methoden, um uns das Lernen zu erleichtern, haben sich bewährt:

- Übungen ganz ohne Partnerin
- Häufige Rotation zwischen den Paaren  
Beides dient der Förderung der individuellen Sicherheit mit dem Ziel, möglichst viele meiner Schritte auch ohne Halt einer Partnerin tanzen zu können.
- Feed-back-Runde am Ende zur Weiterentwicklung der gemeinsamen pädagogischen Arbeit

Zum guten Schluss noch meine Vorstellungen zum Thema „Wer führt?“:

Zunächst führt jede sich selbst. Je besser ich mich alleine durch die Figuren bewegen kann, desto besser funktioniere ich als Teil eines Paares.

Der Führungsaufgabe beim Paartanzen bleiben dann die folgenden Aufgaben:

- entscheiden, welche Figur jeweils getanzt wird, und Kommunikation an die Partnerin
- ähnlich bezüglich Tanzrichtung und Länge der Schritte bzw. Ausdehnung der Figur
- dto. für die Körperrichtungen (Drehung, rechts/links) innerhalb des Paares
- dto. für die Tanzhaltung einschl. der Positionierung der Körper zueinander (wobei sich dies meist aus der Figur ergibt)

ALLE diese Führungsaufgaben können von jedem Teil eines Paares ausgeübt werden und auch aus beiden Tanzhaltungen. Viele gute Tänzerinnen schaffen es spielend, aus der „Frauen“-Tanzhaltung heraus ihre tänzerisch weniger gebildeten Männer elegant und effektiv zu führen.

Wie konkrete einzelne Menschen und einzelne Paare mit dem Thema Führung umgehen, bleibt natürlich ihnen überlassen:

- ob es eine feste Absprache gibt, wer führt (zum Lernen vor allem dann sinnvoll, wenn eine der beiden einen deutlichen Erfahrungsvorsprung hat),
- oder ob man sich immer wieder mal bewusst abwechselt,
- ob man es von der Tagesform, der Konzentrationsfähigkeit oder vom Tanz abhängig macht,
- oder ob es sich in magischen Momenten einfach aus gegenseitiger Empathie ergibt ... ,  
alles ist möglich und in Ordnung.