

Einführung

↳

Ich habe begonnen, dieses Buch zu schreiben, um besser zu verstehen, was ich fühle, was mich bewegt und was ich bewege, wenn ich Tango tanze. Persönlich hat der Tango-Tanz in mir nicht immer in Worten zu beschreibende, starke Emotionen ausgelöst - und tut es fortlaufend. Ich habe mich gefragt, warum das so ist. Als Tanztherapeutin wollte ich meine Arbeit durch neue Werkzeuge bereichern und wollte andere zu deren Gebrauch motivieren. Dazu benötigte ich ein Fundament der Tango-Techniken, um meine Arbeit mit einem reicheren Repertoire für die Verbindung mit der Tanz- und Bewegungstherapie auszustatten. Das Zusammentreffen mit Rodolfo Dinzel im *Estudio* in meinem ersten Improvisations-Seminar im Jahr 2009 war entscheidend. Los Dinzel, Rodolfo und Gloria, Tänzer, Pädagogen und Theoretiker des Tangos, haben das *Sistema Dinzel*© zusammen entwickelt und das Bildungszentrum des Tangos, CETBA (*Centro Educativo del Tango de Buenos Aires*), gegründet. Dieses Buch ist das Ergebnis eines über vier Monate langen Gesprächs und Austauschs von Erfahrungen, Visionen und Methoden mit Rodolfo Dinzel.

Die Tanz- und Bewegungstherapie, „DMT“ (*Dance Movement Therapy*), ist eine Methode der Psychotherapie auf psychodynamischer Basis, ausgehend von der Annahme, dass die Erfahrungen der frühesten Kindheit unsere psychophysische Entwicklung beeinflussen. Unsere Fähigkeiten im Umgang mit Beziehungen, mit Konflikten, mit vielfältigsten Ereignissen unseres Lebens gründen in diesen Erfahrungen der frühesten Kindheit. Die DMT setzt in ihrer Arbeit an die Stelle der verbalen Kommunikation die Bewegung, um den Menschen im Prozess der emotionalen, mentalen und physischen Integration zu begleiten. Hauptziele der Methode sind die verbesserte Selbstwahrnehmung, die psychophysische Aktivierung, die Entwicklung sozialer und kommunikativer Kompetenzen, das Beobachten und bewusste Öffnen

des eigenen emotionalen Spielraumes. Bewegung bietet mittels strukturierter Muster oder mit den Mitteln der Improvisation die Möglichkeit, Verhaltensmodelle zu beobachten und sie zu reflektieren, indem sie in einem geschützten Umfeld als expressive Form ausgearbeitet oder in diese integriert werden.

Die kulturellen Wurzeln des Tangos und seine formale Struktur lassen diesen Tanz zu einer komplexen Erfahrung nicht nur auf physischer, sondern auch auf psychischer und emotionaler Ebene werden. Diese formale Struktur basiert auf der Verbindung. Genau diese Suche nach Verbindung zu den eigenen Emotionen, mit dem eigenen Körper und mit der Physis des Anderen wird zum wertvollen Instrument für alle, die sich mit Aktivitäten aus dem Bereich der kreativen Bewegung befassen. Tango wird auf formaler Ebene durch seine Technik, wie auf emotionaler Ebene wegen seines Gehalts, zum Instrument eines tieferen Bewusstwerdens der eigenen Bewegungsabläufe, des Prozesses also, den wir „Kinästhesie“ nennen.

Die Suche nach Verbindungen zu den am tiefsten liegenden Emotionen in der formalen Struktur einer Ausdrucksform wie der des Tangos kann damit allen helfen, die sich mit kreativer Bewegung befassen. Ob auf künstlerischem Gebiet oder in der therapeutischen, sozialen oder pädagogischen Arbeit: Im Tango erkennen wir uns selbst.

Die Untersuchungen dieses Buches, das theoretische Erörterungen mit praktischen Beispielen verbindet, sollen ein wertvolles Werkzeug sein für Tanztherapeuten, die den Tango in die Arbeit mit ihren Klienten einfließen lassen wollen, aber auch für professionelle Tänzer, die mit einem anderen Blick das Potential ihrer künstlerischen Arbeit entdecken und verstehen wollen. Die theoretische Basis der DMT bilden Studien, die die kommunikativen Prozesse zwischen Mutter und Kind (die Primärbeziehungen), die für die Entwicklung empathischer Fähigkeiten verantwortlichen Faktoren und die unterschiedlichen Ausformungen der Beziehungen des Individuums zu seiner Umgebung untersuchen.

Der Tango erlaubt da, wo er bewusst als therapeutisches Instrument eingesetzt wird, die verschiedenen Arten von Kommunikation im Innern einer Beziehung bewusst auszuüben und zu ändern. Es ist ein Tanz in Umarmung, in dem das Halten der Verbindung, *el vínculo*, gleichzeitig spielerisches Element und seine wichtigste Voraussetzung ist. Ohne die Verbindung durch die Umarmung kein Tango, und das Halten dieser Umarmung ist darüber hinaus eine klare und kreative Aktivität.

Aufgrund dieser besonderen Bedeutung der Verbindung kann das Tango-Tanzen auch solchen Menschen in ihrer persönlichen Entwicklung helfen, die in den frühkindlichen Beziehungen Defizite erlebt haben: Er kann als Reflektionsfläche dienen und er öffnet einen Erkenntnisraum, in dem neue und befriedigendere Beziehungen entstehen können. Tango bietet die

Chance, eine stabile Beziehung mittels einer klaren und erfüllenden Tätigkeit zu erleben, was im therapeutischen Kontext zum bewussten Prozess wird.

Für die auf den Tango bezogene Bewegungsanalyse werden einige Kategorien aus der DMT genutzt werden. Die Kategorien der Analyse des Choreografen und Tanztheoretikers Rudolf von Laban, seiner Schülerin Irmgard Bartenieff und der Psychoanalytikerin und Therapeutin Judith Kestenberg sind beschrieben und mit Beispielen versehen in Susanne Benders „Die psychophysische Bedeutung der Bewegung“, einer Publikation aus dem Jahre 2007, die eine wichtige theoretische Grundlage für das vorliegende Buch ist. Die Anwendung der Bewegungsanalyse auf den Tango macht es möglich, ihn in seinen Auswirkungen auf die Person zu erklären, und bildet einen theoretischen Kontext für das Verständnis emotionaler Phänomene. Durch die Analyse seiner praktischen Ausübung werden so die Potentiale des Tangos nachvollziehbar: Die Entwicklung eines Bewusstseins und einer erhöhten Aufmerksamkeit für sich selbst, den Partner und die gegenwärtige Umgebung, also den Raum, die Musik und die Gemeinschaft.

Schwierig ist dieser Austausch zweier Disziplinen, Tango und DMT, im Hinblick auf ihr jeweiliges Untersuchungsobjekt: Während es in der Bewegungsanalyse aus Sicht der DMT das Individuum ist, das im Fokus der Untersuchung steht, ist es im Tango nach Dinzel das Paar. Rodolfo und Gloria Dinzel sehen drei Objekte, die beim Tango eine Rolle spielen: der Mann, die Frau und das Paar - „*hombre, mujer y pareja*“, (vgl. Rodolfo und Gloria Dinzel, „*Tango, una danza: esa ansiosa búsqueda de la libertad*“).

Die Bedeutung der Einheit „Paar“ basiert auf der Bedeutung, die der psychophysischen Bewusstheit des „Zu-zweit-Seins“ („*siendo de a dos*“) beigemessen wird.

Rodolfo und Gloria Dinzel messen dem Verb „sein“ eine besondere Bedeutung zu und benutzen, wo im Spanischen eigentlich *estar* („sein“ im Sinne einer Zustandsbeschreibung) korrekt wäre, das Verb *ser* („sein“ als Vorgang): Ein Ausdruck für die Idee vom Paar als einer Einheit, einem „für sich Sein“, das nicht einfach statischer Zustand ist, sondern etwas, das „sich abspielt“. Zweck dieser Art der Verbindung ist es, mit dem anderen frei zu sein (*ser libre con el otro*), zusammen mehr zu sein als die Summe zweier Individuen.

Auch die vorliegende Untersuchung legt großen Wert auf diese Unterscheidung zwischen Paar und Individuum.

Einige der Elemente, die den Tango ausmachen, lassen Vergleiche mit Modellen der psychophysischen Entwicklung des Menschen vom ersten einfachen Stadium hin zur Entwicklung expressiver und kommunikativer Kompetenzen zu.

Zur Analyse dieser Prozesse nutzen wir die Kategorien der psychophysischen Entwicklung des Kindes von Bartenieff (vgl. hierzu die Ausführungen von Peggy Hackney, London 1998) sowie die Spannungsfluss-Rhythmen, die nach Judith Kestenberg mit den Entwicklungsphasen der Psychoanalyse (oralen, analen, phallisch-ödipaler Phase) verbunden sind.

Studiert man die Bewegungen des Tangos aus Sicht der Theorie Labans, begegnet man der Kategorie Raum, also den Elementen Kinesphäre, Dimensionen und Flächen. In einem anderen Teil seiner Analyse nutzt Laban die vier Antriebsfaktoren (englisch: *efforts*): Raum, Zeit, Kraft / Gewicht und Fluss.

Die Unterscheidung von bipolarem und unipolarem Formfluss geht originär aus der Theorie von Judith Kestenberg als Prinzip hervor und bezieht sich auf die jeweilige individuelle Modalität zu sein, Beziehungen zur Außenwelt zu unterhalten und zu kommunizieren.

Bezüglich der Kategorie Form, wie sie sowohl bei Laban als auch bei Kestenberg vorkommt, werden wir vor allem auf die stillen Formen und auf die Formen in Flächen Bezug nehmen. Judith Kestenberg analysiert die Antriebe auch in Situationen des Lernens oder des emotionalen Unbehagens und nennt sie in diesen Fällen Vorantriebe, sieht darin also Vorläufer der eigentlichen Antriebe (*efforts*).

Im vorliegenden Buch wird sich auch eine Beschreibung der verschiedenen Körperteile bezüglich ihrer Funktion im Tango finden.

Abschließend werden einzelne klinische Fälle von Personen mit physischen und psychischen Störungen vorgestellt. Personen, die im Laufe ihrer Erfahrung mit Tango Instrumente erlernt haben, ihre persönliche Situation mit anderen Augen zu sehen und in diesem Tanz ein Mittel gefunden haben, Beziehungs- und Handlungsmuster positiv zu verändern.

