

Die Einzigartigkeit im Alter

Choreographische Verfahren mit Tanzenden ab 60 Jahren

Gabriele Gierz

Nie hätte ich mir vorgestellt, dass die choreographische Arbeit mit Tanzenden ab 60 Jahren so erfüllend, inspirierend und berührend ist. Die Tänzer*innen dieser Altersgruppe, deren Heterogenität sich u.a. auch in der Problematik ihrer Benennung spiegelt, – z.B. spricht man von ihnen als Senioren, jungen Alten, Alten, Älteren, Silver Surfern, Recycled Teenagern oder Golden Agern (Amans 2013: 3-8) – bezeichne ich im Folgenden als »Tänzer*innen mit Lebenserfahrung«¹ oder auch als »alte Tänzer*innen«. Zwar gilt man im professionellen Tanzbereich schon mit vierzig als alt, dennoch ist die Bezeichnung insofern passend, als dieser Beitrag explizit die choreographische Arbeit mit Tänzer*innen im Alter thematisiert. Eine ausführlichere Erörterung des Altersbegriffs mit Bezug zum Tanz, auch im Hinblick auf den Wandel der Altersbilder, ist in meinem Artikel »Tanzkunst im Alter« zu finden (Gierz 2014: 200-203).

Alte Tänzer*innen haben aufgrund ihrer spezifischen Körperlichkeit und ihrer Lebenserfahrung ein tänzerisches Ausdruckspotenzial, das einzigartig ist, jedoch in meinen Augen leider viel zu wenig in der Öffentlichkeit oder auf der Bühne zu sehen ist. Zwar verfügen sie nicht mehr über junge, durchtrainierte Körper, die mit akrobatischen Höchstleistungen brillieren können – ihnen stehen jedoch andere, nicht minder interessante Formen von Virtuosität, Musikalität, Körper- und Raumwahrnehmung, Präzision und Präsenz zur Verfügung. Damit sprengen sie grundlegende Paradigmen in der Tanzwelt und gängige ästhetische

1 | Man kann sich natürlich fragen, inwiefern Lebenserfahrung sich in tänzerischen Begriffen umsetzen lässt (Amans 2013: 8), dennoch ist der Begriff wertschätzend und wird der Unterschiedlichkeit der Altersgruppe gerecht.

Vorstellungen von Tanz. Darüber hinaus schwingt durch ihre offensichtliche Gegenwart auf der Bühne immer sowohl eine philosophische als auch eine politische Dimension mit, in der tabuisierte Themen im öffentlichen Diskurs sichtbar werden wie z.B. die »Wertigkeit« von Körpern oder die »Teilgabe« von alten Menschen – damit ist der Beitrag gemeint, »den jedes Mitglied zur Gestaltung des gesellschaftlichen Miteinanders in allen Fragen, die sein Leben betreffen, leisten kann« (Gronemeyer, zitiert nach Klie 2012: 9)

Mittels eines Einblicks in die Arbeit mit dem *My Way Ensemble* (meiner Tanzkompanie mit vierzehn Tänzer*innen zwischen 69 und 89 Jahren), aus der in den letzten zehn Jahren vier abendfüllende Tanzperformances hervorgingen², möchte ich hier darstellen, inwiefern es altersspezifische Zugänge zu ästhetischen Konzepten und zeitgenössischen Arbeitsweisen im Tanz gibt.

Das *My Way Ensemble (MWE)* existiert seit 2006, und alle Mitglieder haben erst nach ihrem Ruhestand mit dem Tanzen angefangen. Unser Anliegen ist, auf der Basis des Individuellen und des Subjektiven künstlerisch-ambitionierte Tanzstücke mit ästhetischem Anspruch zu schaffen. Unsere Arbeit regt zu einem erweiterten Verständnis der Kategorie Professionalität an. Obwohl die Tänzer*innen selbst über keinerlei Tanzausbildung außerhalb unseres gemeinsamen Trainings verfügen, ist mein Interesse als Choreographin durchaus ein professionelles. Auch unsere Arbeitsweise spiegelt eine professionelle Haltung wider – in Bezug auf Engagement, Verbindlichkeit und Probenintensität (z.B. proben wir vor jeder neuen Aufführung ca. vier bis sechs Wochen täglich von 10 bis 18 Uhr)³.

Eines meiner zentralen Anliegen ist, dass mit der Lust an Exzellenz und einer engagierten Arbeit an einem »Kunstprodukt« das Miteinander und die Gleichwertigkeit jeder und jedes Einzelnen einhergeht. Das bedeutet Wertschätzung für die Einzigartigkeit aller Beteiligten, verbunden mit einer Atmosphäre von gegenseitigem Respekt. Ausgehend von der

2 | Unsere Tanzproduktionen entstehen unter dem Dach des Vereins fokus!tanzperformance e.V. und in Kooperation mit professionellen Künstler*innen, von allen Beteiligten sind die Tänzer*innen die Einzigen, die keine Profis sind.

3 | Da es also folgerichtig so wenig professionelle alte Tänzer*innen gibt und unsere Kompanie aus Menschen ohne tänzerische Ausbildung besteht, spreche ich im Folgenden konkret über meine Erfahrungen mit »Amateur-Tänzer*innen« im Alter.

Positiven Psychologie, die sich mit den »Bedingungen, Wirkungen und Wechselwirkungen, die eine optimale Entwicklung von Personen, Gruppen und Organisationsformen ermöglichen« beschäftigt (Steinebach et al. 2012: 18) und inspiriert vom Konzept der Kohärenz aus der Salutogenese⁴, sehe ich Schätze im Alter, die es freizulegen und für den Tanz erfahrbar zu machen gilt.

Im Folgenden werde ich zunächst kurze Schlaglichter werfen auf Diversität und auf die gegenwärtige Situation von alten Tänzer*innen im Zeitgenössischen Tanz, um mich dann mit drei Diskussionsfeldern zu beschäftigen:

1. Alte Tänzer*innen auf die Bühne! Was haben Alte, das Junge nicht haben und worin bestehen diese bereits erwähnten »Schätze«?
2. Fragen und Erkenntnisse zur Ästhetik bei Tanzstücken mit alten Tänzer*innen unter Bezugnahme zu zeitgenössischen Arbeitsweisen aus produktionsästhetischer Sicht.
3. Altersspezifischen Zugänge zu choreographischen Verfahren und Besonderheiten in der Vermittlung.

Die Themen Diversität und Heterogenität sind zentrale Begriffe im Zeitgenössischen Tanz. Vielfalt und Verschiedenartigkeit sind auch die charakteristischen Merkmale für Tänzer*innen mit Lebenserfahrung – das trifft zu auf alle Gruppen älterer Tanzenden, mit denen ich bisher gearbeitet habe. Trotzdem sind alte Menschen im Zeitgenössischen Tanz, genauso wie in allen anderen Tanzsparten, weitgehend marginalisiert. Das gilt nicht nur für den institutionalisierten Tanzbereich, sondern auch für die freie Szene. Die bestehenden Förderstrukturen, die es ermöglichen sollen, ungewohnte Wege zu gehen, sind immer noch zum großen Teil so angelegt, dass vor allem »innovative, progressive und frische« Konzepte gefördert werden – doch leider werden diese immer noch mit jungen aufstrebenden Talenten assoziiert (Kunst 2012, zit.n. Martin 2017: 19). So bleibt den zunehmend mehr werdenden Künstler*innen mit einem Interesse an Alter und den damit verbundenen Lern- und Entwicklungs-

4 | Die Salutogenese beschäftigt sich mit den Faktoren, die zur Entstehung und Erhaltung von Gesundheit führen. Das Konzept der Kohärenz besteht aus der Triade Verstehbarkeit, Handhabbarkeit, Sinnhaftigkeit. Einen Überblick erhält man bei <https://de.wikipedia.org/wiki/Salutogenese>

prozessen bislang nur der Versuch, finanzielle Nischen zu finden: mit viel Eigeninitiative und selbst initiierten Projekten müssen sie sich auf die Suche nach Unterstützer*- und Förder*innen machen. So arbeiten auch wir.

1. ALTE TÄNZER*INNEN AUF DIE BÜHNE! WAS HABEN ALTE, DAS JUNGE NICHT HABEN?

Das Alter besticht durch Originalität in Bezug auf die Persönlichkeitsentwicklung. Unbestritten: wir sind alle einzigartig, aber die Einzigartigkeit im Alter ist essenzieller, vom Leben »durchgeformt« und damit vielgestaltiger als bei jungen Leuten. Alte Menschen sind durch einen langen Entwicklungsprozess gegangen, haben in ihrem Leben schon viele Entscheidungen getroffen und sind an einen Punkt gelangt, wo definitiv nicht mehr alle Optionen offen stehen, aber doch noch ganz schön viele. Das sieht man auch an den Tänzer*innen des *MWE* – denn abgesehen davon, dass hier verschiedene Generationen vertreten sind, mit einem Altersunterschied von z.T. 20 Jahren – sind sie extrem unterschiedlich und dabei ausgesprochen ausdifferenziert in ihren Ansichten und in ihrer Haltung zum Leben.

Alterungsprozesse können nach Kruse und Wahl »prinzipiell auch die Entwicklung von Kreativität begünstigen« (Kruse/Wahl 2012: 358). Sofern eine reflektierte Auseinandersetzung mit den Entwicklungsanforderungen im Lebenslauf stattgefunden hat, verfügen Menschen im Alter über ein hochentwickeltes, bereichsspezifisches Expertenwissen und über effektive Handlungsstrategien zur Bewältigung von Anforderungen (Kruse/Wahl 2012: 362) – das sind wichtige Voraussetzungen für Kreativität. Ältere Menschen verfügen »dann – wenn es ihnen gelingt, für neue Perspektiven, Erfahrungen und Erkenntnisse offen zu bleiben und diese kontinuierlich in ihre Wissenssysteme zu integrieren – über erhebliche Potenziale.« (Kruse/Wahl 2012: 367) Durch den (idealerweise) lebenslangen bewussten Umgang mit Veränderungen, Einschränkungen oder Verlusten in Verbindung mit der gewonnenen Freiheit in Bezug auf Arbeitsanforderungen haben alte Menschen die Chance, eine größere Gelassenheit bei Problemlösungen zu entwickeln als junge. Und sie können es sich leisten, »originell« zu sein – ein Risiko, das bei jüngeren Tanzprofis aufgrund von Vermarktungszwängen zumindest am Anfang der beruflichen Karriere oft nicht eingegangen wird. Meiner Erfahrung

nach haben sie durch ihren großen Erfahrungsschatz auch einen größeren »Assoziationspool«, in dem sich aufgrund ihres Körpergedächtnisses viele Erinnerungen und Anknüpfungspunkte befinden, die sie für künstlerisch gestaltende Prozesse im Tanz heranziehen können.

Dazu kommt: Alte Körper sind einzigartig. Sie verweigern sich der Uniformität, sind nicht mehr beliebig formbar und lassen sich nicht als »geschmeidiges« Material verwenden – das macht sie interessant. Die Spannung, die entsteht, wenn ein alter Mensch sich in seiner spezifischen Körperlichkeit tänzerisch ausdrückt, hat eine besondere Qualität, eine Brisanz, die nicht nur im Erkennen von Vergänglichkeit liegt. Den Körpern im Alter sind Erinnerungen eingeschrieben, jede Falte ist Ausdruck von getroffenen Entscheidungen und damit verbundenen Gefühlen. Der Körper sagt aus sich heraus etwas aus – wie eine »Ladung«, die ihm zu eigen ist, ohne dass er sich bewegen müsste. Körperspuren, die z.B. von siebzig Jahren gelebtem Leben herrühren, sind naturgemäß ausgeprägter als die von zwanzig Jahren. Sie zeigen sich z.B. in einer ganz spezifischen, durch das Leben entstandenen Körperhaltung, oder in der Art, wie die Balance gehalten wird oder in ganz eigenwilligen Bewegungsmustern und -vorlieben, die sich über lange Zeit herauskristallisiert haben. Daraus entsteht eine zusätzliche Stärke im Ausdruck.



Abb. 1: My Way Ensemble. Choreographie: Gabriele Gierz.

Foto: Alexandra Heneka

Das Alter soll hier nicht mit der verklärten Brille betrachtet werden: Es reicht eben gerade nicht, einfach nur alte Menschen auf die Bühne zu stellen und darauf zu bauen, dass diese dann tiefgründig und berührend sind. Die Schätze des Alters werden nur sichtbar, wenn man in einen künstlerischen Auseinandersetzungsprozess tritt, der vorhandene Ausdruckspotenziale nutzt, Wissen und Fähigkeiten freilegt, um diese in einer zuvor noch in der Art nicht da gewesenen Synergie zusammen zu bringen und zu inszenieren.

2. FRAGEN UND ERKENNTNISSE ZUR ÄSTHETIK BEI TANZSTÜCKEN MIT ÄLTEREN TÄNZER*INNEN

Zeitgenössische Arbeitsweisen im Tanz lassen sich kaum kategorisieren oder historisch genau einordnen. Es gibt keine festgelegten Auffassungen von Ästhetik (Clavadetcher/Rosini 2007: 12f.), vielmehr besteht ein Verständnis von Tanz als Denkbewegung. Heterogenität, Selbstreferenzialität und Hybridität sind wesentliche Merkmale. Unterschiedlichste Kunstsparten (Literatur, Theater, Musik, Objekte, Film etc.), Tanzstile und somatische Praktiken und Körper-Ansätze werden miteinander kombiniert oder einander gegenübergestellt, und oft steht gerade die bewusste Thematisierung dieser Widersprüche im Zentrum des Interesses. Der Körper als Subjekttträger und als Ausdruck der Persönlichkeit wird infrage gestellt, im Vergleich zum Modernen Tanz erfolgt auch nicht unbedingt eine Sinnzuweisung durch den Körper oder den Tanz selbst. Die Zuschauenden sind aufgefordert, sich mit der dargebotenen Komplexität aktiv auseinanderzusetzen bzw. sich an der Interpretation zu beteiligen. Damit geht der Anspruch eines nichthierarchischen Umgangs mit Kunst einher.

Demzufolge finden sich im Zeitgenössischen Tanz sehr unterschiedliche Zugänge zu Inszenierungsprozessen, zur Erzeugung von Sinn und zur Haltung zum Körper. Das Spektrum reicht von einer Ästhetik, die sich durch die extreme körperliche Beweglichkeit der Tänzer*innen charakterisiert und athletisch-artistische Höchstleistungen voraussetzt, mit einer Virtuosität, die von den Bewegungsmöglichkeiten eines Nicht-Tänzers weit entfernt ist (z.B. Sidi Labi Chercaoui, *Fractus V*)⁵, bis zu den

5 | Zu sehen auf: <https://www.youtube.com/watch?v=qn5xXNb0v0A>

Ansätzen des Konzepttanzes, dessen Fokus auf konzeptionelle und performative Formen gerichtet ist. Hier braucht es nach Klein nicht unbedingt den Körper selbst oder tänzerische Bewegungen eines Menschen als sichtbares performatives Ereignis (Klein 2011: 59)⁶. Die Choreographie – verstanden als Anordnung von Bewegung in Zeit und Raum – kann fast bis zum »Nichttanz« reduziert sein oder auch nur in den Köpfen der Zuschauenden stattfinden. Eine intellektuelle Einbindung der Zuschauenden in den performativen Akt wird vorausgesetzt (z.B. Laurent Chetouanne).⁷

Der Freiraum, die Offenheit und Nichthierarchie, wie sie im Zeitgenössischen Tanz postuliert und auch praktiziert wird, ist offensichtlich ein idealer Nährboden für Tanzkompanien wie unsere. Befänden wir uns immer noch im Zeitalter der klassischen Ballettnormen oder müssten wir uns an die Parameter des modernen Tanzes halten, wäre die Arbeit des *My Way Ensembles* in der bestehenden Form evtl. gar nicht möglich. Es gäbe vielleicht nicht das Publikum, dessen Interesse an einer anderen Ästhetik sich an unseren ausverkauften Vorstellungen und begeisterten Rückmeldungen per Mail oder in Briefen ablesen lässt und daran, dass es offensichtlich das Bedürfnis gibt, sich in anschließenden Gesprächen über die Themen und die Aufführungen mit uns auseinanderzusetzen.

Auch wenn die Tanzproduktionen des *MWE* in einem eher traditionellen Bühnensetting stattfinden, sind sie produktionsästhetisch durchaus dem Zeitgenössischen Tanz zuzuordnen. Die Aufführungen werden von Life-Musiker*innen begleitet und zeigen in ihrer Ästhetik eine große Vielseitigkeit: Schlicht und eher reduziert mit den Tänzer*innen im leeren Raum auf schwarzem Tanzboden (wie bei »Ahnen ...«) oder medial inspiriert durch den Einsatz von Bühnenbild und Video-Elementen (wie bei »ZAPP!«). Offenheit bezüglich der Sinnzuweisung und Überlappungen von Bedeutungsebenen bestimmen auch unsere Tanzperformances. Sinn wird bei uns zwar bereits insofern produziert, dass es in unseren Tanzperformances immer ein Thema gibt, mit dem wir uns auseinandersetzen haben und auf das auch durch den Titel bereits hingewiesen wird.⁸

6 | »Choreografischer Baukasten«, Modul Text (Klein 2011).

7 | Zu sehen auf: <https://www.youtube.com/watch?v=49WJgVCpRrU>, 0.00 - 1.43 min.

8 | Z.B. »My Way – getanzte Lebenswege«, »Ahnen...« und »ZAPP! – oder die Kunst, eine Entscheidung zu treffen«.

Dennoch: Selbst wenn jede Szene in unseren Tanzperformances eine für mich als Choreographin ableitbare Bedeutungsebene hat, ist diese für die Zuschauenden nicht unbedingt einsichtig und nachvollziehbar. Und das ist intendiert, denn die Zuschauenden sollen eingeladen werden, sich in das Stück einzufühlen und sich aus dem Gesehenen seine eigene Geschichte zu konstruieren – statt nur auf der Jagd danach zu sein, was die Künstlerin damit sagen wollte.

Eine interessante Gegenläufigkeit in der Arbeit mit dem *My Way Ensemble* zu den Tendenzen des Zeitgenössischen Tanzes gibt es in Bezug auf die Verwendung von tänzerischen Formen, die dort aufgrund des erweiterten Tanzbegriffs oft auf der Strecke bleiben. Die Diskrepanz zwischen dem, was ein Tänzerkörper einerseits »verspricht« (oder was wir uns davon versprechen oder auch nicht) und inwiefern er diese Erwartungen erfüllt, zeigt sich beim Vergleich mit den *My Way*-Produktionen deutlich: Während in vielen konzeptbasierten Aufführungen ausgebildete Tänzer*innen auf der Bühne kaum mehr tanzend zu sehen sind, zeigen in unseren Tanzperformances alte, nicht-professionell ausgebildete Menschen – von denen man es am wenigsten erwartet – genau das: tänzerische Formen der Bewegung!

Die vielleicht größte Divergenz zwischen meinem Ansatz mit dem *My Way Ensemble* und den Entwicklungen im Zeitgenössischen Tanz besteht in der Sicht auf den Körper und dessen Subjektivität. Im Zeitgenössischen Tanz gibt es nach Siegmund »die Tendenz, Tanz und Bewegung nicht mehr als authentischen Ausdruck menschlicher Subjektivität zu begreifen« (Siegmund 2006: 37). Aufgrund meiner eigenen Erfahrungen muss ich dem widersprechen: Bei Choreographien mit alten Tänzer*innen ist es gerade der Körper – als Träger von Subjektivität, Persönlichkeit und Lebenserfahrung, der als zentrales Ausdruckselement fungiert und der eine besondere sinnliche Erfahrung ermöglicht – auch auf Seiten der Zuschauenden. Nach Louppe »berührt der Körper des Tänzers, sogar ohne es selbst zu wissen, [...] den Körper eines jeden Zuschauers, hält mit dessen Kinesphäre Zwiesprache und bereichert ihn durch eine ständig erneuerte Erfahrung« (Louppe 2009: 57).

Immer wieder stellt sich die Frage: Welche Körper sind auf der Bühne zu sehen, welche sind sehenswert? Mit welcher Art von Körper möchte ich als Choreographin arbeiten? Verstehe ich Tänzerkörper als Leistungskörper, als geschulte Körper, die »mehr« können oder »ästhetischer« sind als andere? Oder kann ich diese eingeschränkte Sichtweise erweitern? Es

gibt ja nicht nur eine Art von Körper, und, so Louppe, »der anatomische Körper, der dem Kanon eines einzigen Ideals gehorcht, so wie ihn die klassische Ästhetik glorifizierte, bedeutet die Auslöschung aller möglichen Körper« (2009: 57). Xavier Le Roy sagt, »[...] dass es nicht notwendig ist, dem Publikum eine bestimmte Körperlichkeit anzubieten, mit der es sich identifizieren kann in der Art wie ›Wow, tolle Körper, phantastisch, was die können«. Ich möchte dazu beitragen, solche Identifikationsmuster zu ändern, weil sie fremdbestimmen.« (Le Roy, zit.n. Siegmund 2009: 20).

Interessant ist die Frage, ob der Umgang mit dem Körper im Zeitgenössischen Tanz – trotz aller somatischen Praktiken – nicht letztlich doch einer Negierung des Körpers in seiner Materialität gleichkommt. Denn weder die virtuoson Hochleistungstänzer*innen, die keine körperlichen Grenzen zu kennen scheinen, noch der Konzepttanz, in dem der Körper und der Tanz gar keine Rolle mehr spielen, setzen sich mit dem Körper in seiner Materialität und mit seinen Brüchen auseinander. Die professionellen Tänzerkörper werden trainiert und funktionieren, egal ob man das auf der Bühne dann sehen kann oder nicht. Körperliche Bruchstellen oder ungewollte Verletzlichkeiten haben in der Regel keinen Platz auf der Bühne.

In Japan gibt es die Kintsugi-Technik, ein japanisches Reparaturverfahren, durch die beschädigte Keramik- und Porzellangegenstände mit Urushi-Lack und feinstem Pudergold wieder zusammengesetzt und dadurch wieder gebrauchsfähig werden (Drescher 2014). Die Bruchstellen werden mit Gold gekittet und so entstehen aus Weggeworfenem wunderbare Unikate. Diese Vorgehensweise basiert auf dem ästhetischen Konzept des Wabi-Sabi. Nach Martin (2007) geht es dabei um die Bereitschaft, Dinge so zu akzeptieren, wie sie sind, also in ihrer Unvollkommenheit und in ihrer Vergänglichkeit (vgl. Martin 2007: 15). Wabi symbolisiert die Einfachheit und Ruhe und den Raum, und Sabi bezieht sich auf das Alter, also auf Objekte, die eine Patina haben, und schätzt Spuren, die mit einem natürlichen Alterungsprozess einhergehen.

Dieses Bild ist für mich berührend, weil es im Leben eben immer wieder Brüche gibt, und wenn diese nicht weggewischt werden – sondern »vergoldet« – werden sie damit wertvoll und in ihrer Einzigartigkeit sichtbar. Und hier befindet sich auch genau der Ort, an dem ich dem Tanz mit alten Menschen eine besondere Bedeutung für die Bühne zuschreibe. Der normale und auch alternde Körper wird in seiner Verletzlichkeit und

in seinen Brüchen nicht negiert, sondern zeigt sich in seiner Kostbarkeit und Einzigartigkeit. Indem alte Menschen auf der Bühne tanzen haben wir die Gelegenheit, eine andere Ästhetik zu kultivieren: eine, die Schönheit nicht nur in der Perfektion und einer präzise wiederholbaren körper-technischen Leistung sieht, sondern die den Reiz des Uneinheitlichen, des Verborgenen und des Nicht-Perfekten wertschätzt. Und das ist in der Tat ein Geschenk an die Gesellschaft.

3. ALTERSSPEZIFISCHE ZUGÄNGE ZU CHOREOGRAPHISCHEN VERFAHREN UND BESONDERHEITEN IN DER VERMITTLUNG

Die Arbeit in den Proben mit dem *My Way Ensemble* besteht darin, mit den Tänzer*innen Bewegungen zu generieren, diese entlang ihrer Möglichkeiten weiterzuentwickeln und zu variieren, dann das Gefundene festzulegen und zu längeren Sequenzen oder Szenen zu verdichten. Diese werden schließlich innerhalb einer größeren Einheit (der möglichen Performance) angeordnet und strukturiert. In diesem Prozess helfen unterschiedliche choreographische Verfahren, die ich in die fünf Bereiche Körpererfahrung/Körperbildung, Improvisation, Komposition, Ensemble- und Präsenzarbeit gliedere.

Ich kann dieses Thema hier nur zusammenfassend behandeln. Auf den ersten Blick scheint meine choreographische Herangehensweise sich nicht wesentlich von denen vieler zeitgenössische Choreograph*innen mit professionellen Tänzer*innen zu unterscheiden. Dennoch muss ich in der Arbeit mit älteren Tanzenden einige Grundfesten des Tanzes in Bezug auf den Tänzer als Mensch und seinen Körper im Tanz infrage stellen.

Wenn es um die Entscheidung zwischen Produkt und Prozess geht, wird im professionellen Bereich der menschliche Aspekt leider oft hinten angestellt. In der Arbeit mit älteren Tänzer*innen ist es aber essenziell (und nicht nur wünschenswert), eine entspannte Atmosphäre zu gewährleisten mit einem kreativen Spielraum, in dem Rücksicht auf persönliche und körperliche Befindlichkeiten der Tänzer*innen genommen wird, ohne dass diese die Proben dominieren. Statt Leistungsdruck Wertschätzung und gegenseitigen Respekt in den Vordergrund zu stellen, benötigt die radikale Abkehr von der sowohl für den Tanz als auch für das

Alter typischen defizitären Haltung, sich kontinuierlich an den eigenen körperlichen und mentalen Schwächen abzarbeiten. Es ist gar nicht so leicht, Freude oder Lust am Erweitern konkreter körperlicher Grenzen zu kultivieren und sich trotz möglicherweise bestehender Einschränkungen unbeirrt darauf zu konzentrieren, was denn überhaupt möglich ist und was ein Gefühl von Freude oder Interesse hervorruft. Oder sich »einfach« zu erlauben, nichts mehr werden zu müssen, sondern alles zu sein, was man sein könnte.

Das Thema Diversität als Choreographin ernst zu nehmen, bedeutet die Unterschiedlichkeit der Tänzer*innen zu berücksichtigen und durch kompetente Vermittlung Einstiege anzubieten, die es ihnen ermöglichen, die gestellten Aufgaben auf ihre ganz »eigensinnige« Art zu lösen und die dabei auch Rückzugsmöglichkeiten offen lassen, so dass sich niemand unzulänglich fühlen muss. Das impliziert vor allem einen großzügigen Umgang mit der Zeit, denn Handlungsspielräume lassen sich nicht takten. Ein wesentlicher Unterschied zum professionellen Bereich, in dem meistens unter großem Zeitdruck gearbeitet wird, ist, dass ich mir in der Arbeit mit dem *My Way Ensemble* den Luxus erlauben muss, in aller Ruhe an einem Stück zu feilen.

Choreographische Verfahren, die eine Offenheit bezüglich ihrer Umsetzung erlauben, enthüllen das besondere Ausdruckspotenzial von älteren Tanzenden am besten. Für das Warm-up hat sich ein Wechsel zwischen freien, thematisch orientierten verbalen Vorgaben (anatomisch-körperliche Referenzpunkte, Körperaktionen, Kinesphäre, Raumkonzepte, Antriebskräfte⁹) und einfachen, aber festgelegten Bewegungssequenzen bewährt. Auch das Warm-Up mit den Elementen des BrainDance nach Ann Green Gilbert hat sich als Einstieg bewährt (Gilbert 2006).

Strukturierte Improvisation ist ein übergreifendes Mittel, das in allen Bereichen unserer Proben zum Tragen kommt und das ein individuelles Erforschen und gleichzeitig Ausprobieren von Unbekanntem erlaubt. Für das Entwickeln von (neuen) Bewegungen eignen sich Aufgaben mit abstrakten, narrativen oder emotionalen Themen, die dann im Rahmen von gemeinsamen Improvisationen alleine, zu zweit oder in Kleingrup-

9 | Für die Gestaltung von Unterrichtseinheiten nach vielfältigen Kategorien, aber auch zur Vertiefung der eigenen Beobachtungsfähigkeit sind die Laban Bartenieff Bewegungsstudien sehr hilfreich. Einen Überblick über die Kategorien der Bewegung nach Laban ist bei Kennedy in Kapitel 1 zu finden (Kennedy 2010: 5-8).

pen tänzerisch umgesetzt werden. Kompositorische Elemente werden innerhalb von sog. Improscores¹⁰ erarbeitet, die das Zusammenspiel der Tänzer*innen organisieren. Dies erfordert seitens der Tänzer*innen spezifische *skills*, wie die Fähigkeit eines »responsive body, dem Lösen kombinatorischer Probleme, schnellem Denken und Tanzen, dem Antizipieren, der Bereitschaft, Risiko einzugehen und der Fähigkeit zur Imagination« (Lampert 2007, zit.n. Barthel 2017: 47), lässt aber vor allem den Freiraum, spontane Bewegungsideen innerhalb dieser Strukturen auszuprobieren und zu entfalten.

Der Musik kommt in unserer Arbeit eine wichtige Bedeutung zu. Sie schafft eine zusätzliche Atmosphäre, die die Tänzer*innen stimuliert und ihnen neue Bewegungsspielräume eröffnet. Auch wenn ich immer wieder betone, dass Tanz auch ohne Musik möglich ist und vielmehr, dass die Vielfalt der eigenen Bewegungsrhythmen ohne Musik viel besser erfahrbar ist, gibt es doch ganz klare Präferenzen, sich von der musikalischen Stimmung tragen und inspirieren zu lassen.

FAZIT

Ich wünsche mir, dass zunehmend mehr alte Menschen sich trauen, mit dem Tanzen anzufangen und dass immer zahlreicher ältere Profi-Tänzer*innen nicht damit aufhören. Es wäre schön, wenn der Umgang mit Reifeprozessen und mit körperlichen Bruchstellen ein integrierter Teil unseres Tanzverständnisses würde, der sich auch in den Förderstrukturen widerspiegelt. Schließlich altern wir unser Leben lang – mit sieben Jahren genauso wie mit dreißig oder siebzig.

LITERATUR

Armans, Diane (Hg.) (2013): *Age and Dancing. Older people and community dance practice*, Houndmills, Basingstoke, Hampshire: Palgrave Macmillan.

10 | Impro-Scores sind regelgeleitete, strukturierte Bewegungs- oder Interaktionsanweisungen. Mehr darüber findet man im Modul Spielweisen im »Choreografischen Baukasten« (Klein 2011: 9).

- Barthel, Gitta (2017): *Choreographische Praxis. Vermittlung in Tanzkunst und Kultureller Bildung*, Bielefeld: transcript Verlag.
- Clavadetscher, Reto/Rosiny, Claudia (Hg.) (2007): *Zeitgenössischer Tanz: Körper-Konzepte-Kulturen. Eine Bestandsaufnahme*, Bielefeld: transcript Verlag.
- Drescher, Stefan (2014): *Kintsugi Technik*, Niederjahna: Eigenverlag.
- Gierz, Gabriele (2014): Tanzkunst im Alter, in: Behrens, Claudia/Christiana Rosenberg (Hg.): *Tanzzeit – Lebenszeit*, Jahrbuch für Tanzforschung Bd. 24., Leipzig: Henschel, S. 196-218.
- Gilbert, Anne Green (2006): *Brain Compatible Dance Education*, Reston Va: National Dance Association/AAHPERD.
- Kennedy, Antja (Hg.) (2010): *Bewegtes Wissen. Laban/Bartenieff-Bewegungsstudien verstehen und erleben*, Berlin: Logos Verlag.
- Klein, Gabriele (Hg.) (2011): *Choreografischer Baukasten*, Bielefeld: transcript Verlag.
- Kruse, Andreas/Wahl, Hans Werner (2010): *Zukunft Altern. Individuelle und gesellschaftliche Weichenstellungen*, Heidelberg: Spektrum Akademischer Verlag.
- Louppe, Laurence (2009): *Poetik des zeitgenössischen Tanzes*, Bielefeld: transcript Verlag.
- Martin, Susanne (2017): *Dancing Age(ing). Rethinking Age(ing) in and through Improvisation Practice and Performance*, Bielefeld: transcript Verlag.
- Siegmund, Gerald (2006): *Abwesenheit: Eine performative Ästhetik des Tanzes. William Forsythe, Jérôme Bel, Xavier Le Roy, Meg Stuart*, Bielefeld: transcript Verlag.
- Steinebach, Christoph/Jungo, Daniel/Zihlmann, René (Hg.) (2012): *Positive Psychologie in der Praxis*, Weinheim, Basel: Beltz Verlag.

Internetdokumentation

- Baudson, Tanja Gabriele (2009): Positive Psychologie. Von der Defizitorientierung zur Selbstverwirklichung, in: *Mind Magazin* 72, S. 6-8. Online unter <https://www.uni-due.de/imperia/md/content/dia/mindmag72-tgb.pdf> [07.01.2018]
- Cherkaoui, Sidi Larbi. Fractus V. Online unter <https://www.youtube.com/watch?v=qn5xXNb0v0A> [25.01.2018]

- Gintersdorfer/Klaßen: Logobi 03 mit Laurent Chétouane, Franck Edmond Yao. Online unter <https://www.youtube.com/watch?v=49WJgVCpRrU>. [25.01.2018]
- Klie, Thomas (2012): *Teilhabe und Teilgabe*. Neue Bilder selbst- und mitverantwortlichen Lebens im Alter, S. 9. Online unter www.stmas.bayern.de/imperia/md/content/stmas/stmas_internet/senioren/klie_teilhabe_und_teilgabe.pdf, [25.03.2018]
- Martin, Richard: (2007): *Wabi-Sabi*, S. 15 Online unter http://dt.pepperdine.edu/courses/greatbooks_v/gbv_101/Wabi-%20Sabi.PDF [09.02.2018]
- Salutogenese. Online unter <https://de.wikipedia.org/wiki/Salutogenese> [03.02.2018]
- Siegmund, Gerald (2009): HVO: *Zeitgenössische Ästhetik von Tanz und Performance*, S. 20. Online unter <https://de.slideshare.net/guest946057f/hvo-zeitgenoessische-aesthetik-von-tanz-und-performance> [09.04.2018]