

Die Verhältnisse zum Tanzen bringen

Zur Bedeutung von Diskriminierung und Unterdrückung
für die Integrative Tanztherapie¹

Petra Rostock

Mich begleiten seit einigen Jahren Auseinandersetzungen und Verbindungen mit Menschen, die z.B. of Color² oder Trans* sind oder behindert werden. Sie machen mich auf meine eigenen Leerstellen, Vorannahmen und Privilegien aufmerksam, hinterfragen Wahrheiten und eröffnen neue Perspektiven. Je mehr ich zulasse, solche Auseinandersetzungen nicht rational zu führen, sondern leiblich zu spüren, umso näher komme ich einem Schmerz. Einem Schmerz darüber, dass jede Versicherung, Teil der Norm zu sein, mich in einem Körperpanzer hält. Ein Schmerz darüber, wie sehr das rassistische Denken, das ich von klein auf beigebracht bekommen habe, in meine tiefsten Bewusstseinsschichten eingedrungen ist. Ein Schmerz darüber, dass ich Teil der Unterdrückungsverhältnisse bin. Ein Schmerz darüber, dass alles, was ich über »die zu Anderen gemachten« gelernt habe, zu einer Trennung führt, zwischen mir und den »Geanderten«, aber auch von mir selbst. Ein Schmerz, den ich mir bewusst mache und der mir bewusst gemacht wird. Dem ich versuche, liebevoll zu begegnen, um in Verbindung gehen zu können. Um Verantwortung zu übernehmen. Um Herrschaftswissen zu verlernen und die eigenen Handlungsmöglichkeiten zu nutzen.

1 | Ich bedanke mich bei María Teresa Herrera Vivar, Lion Paechnatz und Nadja Massumeh Rasch, die meinen Text mit ihren vielfältigen Perspektiven und Korrekturen bereichert haben.

2 | People of Color ist eine in Widerstandskontexten entstandene politische Selbstbezeichnung von und für Menschen, die nicht weiß sind (vgl. Sow 2009: 20).

In meiner Ausbildung zur Integrativen Tanzpsychotherapeutin stolpere ich darüber, wenn in Ausbildungsseminaren selbstverständlich davon ausgegangen wird, dass Männer beim Paartanz führen und Frauen folgen (dabei war in der Gruppe keine*r »männlich« positioniert), wenn ein scheinbarer Konsens darüber herrscht, was »weibliche« Bewegungen sind und welcher der von uns getonten Füße der »männlichste« ist³. Ich stolpere darüber, weil sich darin zeigt, »dass die Existenz und Verschiedenheit von (nur) zwei Geschlechtern als unhinterfragtes Faktum gilt. [...] Dabei schließt die Kultur der Zweigeschlechtlichkeit andere geschlechtliche Positionen entweder aus oder kennzeichnet sie als defizitär« (Pohlkamp 2015: 10) und sie bestimmt die Möglichkeiten dessen, was überhaupt als Geschlecht und Sexualität anerkannt werden (vgl. Butler 1997; Jäger 2014: 27-36). Und ich stolpere, weil mir in solchen Momenten der Raum nicht mehr als ein Erfahrungsraum zur Verfügung steht, wenn ich merke, dass meine Erfahrungen, meine Lebensrealitäten und die aller Menschen, die jenseits der herrschenden geschlechtlichen und sexuellen Normen leben, hier nicht auftauchen: »A norm is something that can be inhabited. [...] Not to inhabit a norm (or not quite to inhabit a norm) can [...] come to feel that you do not belong in the places you live [...]. If you do not inhabit existing norms, it can be uncomfortable.« (Ahmed 2017: 119, 122, vgl. ebd. S. 25f.)

Ich stolpere, wenn Elemente aus »Afrikanischem Tanz« eingesetzt werden, die mit Bildern von »naturverbundenen und lebensfrohen Afrikaner*innen« arbeiten, die bei einem dreitägigen Dorffest tanzen, um Themen wie Erdung, Kontakt zum Boden, Verbundenheit erfahrbar zu machen. Aus einer rassismuskritischen Perspektive birgt dies nämlich die Gefahr der Reproduktion stereotypisierender und kolonialrassistischer Vorstellungen, in denen Gegensätze von »lebensfroh« vs. »ernst«, »naturverbunden« vs. »von der Natur entfremdet« konstruiert werden (Rotter 2016: 34) und in denen »Schwarz- bzw. Weißsein als sich gegen-

3 | In einem Seminar tonen wir unsere Füße. Alle Tonfüße werden unter eine Decke gestellt, so dass wir nicht wissen, welcher Tonfuß welcher*wem gehört. Dann wird die Decke weggenommen, wir üben uns im phänomenologischen Beschreiben der Füße. An einer Stelle fragt die Ausbilderin: »Welches ist der männlichste Fuß?« Von verschiedenen Teilnehmer*innen werden unterschiedliche Füße als der »männlichste« bezeichnet, der Fuß des einzigen männlich positionierten Teilnehmers ist allerdings nicht dabei.

seitig ausschließende dichotom angeordnete Kategorien« (Wachendorfer 2001: 56) begriffen werden.⁴ Auch wenn dies meist unbewusst geschieht, wirken diese Bilder schwächend und spaltend statt heilend.

Die Integrative Tanztherapie geht zwar von der Prämisse aus, dass soziale und biographische Eindrücke und Eingriffe im Leibgedächtnis gespeichert werden und über den Leib herausgearbeitet und bewusst gemacht werden können. »Der Körper und die Bewegung in der Integrativen Tanztherapie werden in ihrer sozialen Verfasstheit, in ihren historisch-gesellschaftlichen und individuellen Prägungen gedacht. [...] Es ist jedoch der Hintergrund, der mitgedacht werden *kann*, ohne speziell in den Fokus zu gelangen« (Willke 2007: 111, Hervorhebung P.R.). Demgegenüber plädiere ich dafür, diesen Hintergrund in den Fokus zu nehmen, weil unsere Erfahrungen, wie wir die Welt erleben und uns in ihr bewegen, unser Bezug zu uns selbst und zu anderen sich grundlegend anders gestalten, je nachdem, wie wir gesellschaftlich positioniert sind. Diskriminierung und Unterdrückung machen sich ebenso wie Privilegien und Macht an »race, class, age, gender, ability, and other perceived features of bodily and behavioral difference« (Johnson 2018: 78) fest. Sie formen unser Selbstbild und sie beeinflussen die Bedingungen für das Entstehen von Gesundheit und Krankheit.

Zum Integrativen Ansatz gehören auch die Achtung vor der Differenz des Anderen, die Verhinderung von Unterdrückung als ethische Maxime und das Moment permanenter Problematisierung von Wissensbeständen und der eigenen Position (Lachner 2007). Integrative Therapie fordert explizit dazu auf, »sich für ›gerechte Verhältnisse‹ einzusetzen« und »eindeutige politische Positionen für die Betroffenen zu beziehen« (Petzold/Regner 2006: 34f.). Dabei fehlt mir der Blick auf das Eigene: Als Therapeut*innen tragen wir zur Reproduktion von Gesellschaft bei, also muss mein Einsatz für gerechtere Verhältnisse bei mir selbst beginnen, bedarf

4 | Die Begriffe Schwarz und Weiß beschreiben sozio-historische und ideologische Konstruktionen innerhalb rassistischer Macht- und Herrschaftsverhältnisse, nicht biologische Tatsachen. Als gesellschaftliche Positionierung mit strukturellen Vorteilen und Privilegien, von der aus wir uns selbst, andere und die Welt betrachten, definieren und Normen setzen und die meist unsichtbar, unbenannt und unmarkiert bleibt, schreibe ich weiß klein. Schwarz schreibe ich als Ausdruck von Selbstermächtigung und politische Selbstbezeichnung groß (vgl. Sow 2009: 20-30; Wachendorfer 2001).

es der Selbstreflexion, welche Bedeutung z.B. Geschlecht oder Weißsein in der therapeutischen Beziehung entfalten.

Ich versuche zu verstehen, wie sich Diskriminierungs- und Unterdrückungserfahrungen am Körper festmachen und in den Leib einschreiben und wie sich der Körper/Leib gleichzeitig als lebendiges Archiv von Wissen und Erfahrungen und als Akteur von Widerstand und Transformation zeigt. Mich bewegt die Frage, für wen heilende Angebote heilsam sind und was wir tun können, damit tanztherapeutische Räume Orte der Transformation von Unterdrückungs- und Diskriminierungserfahrung sein können. Kurz gesagt möchte ich die Integrative Tanztherapie um eine diskriminierungssensible/re Perspektive erweitern. Mein Text zeigt einen Ausschnitt meiner Suchbewegungen, die um diese Fragen kreisen. Und er ist eine Einladung, sich mit der eigenen Haltung auseinanderzusetzen.

DISKRIMINIERUNG UND UNTERDRÜCKUNG ALS ALLTAGSERFAHRUNGEN MIT LEIBLICHEN EFFEKTEN

Um mich dem Leib-Erleben von Diskriminierung, Unterdrückung und Widerstand zu nähern, habe ich bisher vier jeweils ca. einstündige Interviews mit unterschiedlich gesellschaftlich positionierten Personen aus meinem Umfeld geführt.⁵ Entscheidend für die Auswahl der Interviewpartner*innen war, dass sie 1. aufgrund ihrer sozialen Positionierung eine »powerful source of embodied, authoritative knowledge« (Caldwell 2013: 197) über Diskriminierung und Unterdrückung sind; 2. Erfahrungen mit leibzentrierten Praktiken aufweisen (u.a. Integrative Tanztherapie, Grinberg Methode, Shiatsu, Aikido, integrated dance, Queer Tango) und damit die Fähigkeit haben, leibliches Erleben in Worte zu fassen. Die Interviews ermöglichen es mir, ein tieferes Wissen um und Verständnis davon zu gewinnen, wie sich Diskriminierung und Unterdrückung in unser Leibgedächtnis einschreiben und zum Ausdruck kommen und dieses Wissen für eine diskriminierungssensible/re Integrative Tanztherapie zu erschließen. Zur Einordnung der Ergebnisse habe ich mich insbesondere mit den leiblichen Auswirkungen von Hetero-/Sexismus (vgl. Ahmed

5 | Ich danke meinen Interviewpartner*innen für die Erlaubnis, ihre Äußerungen zu veröffentlichen.

2017; Jäger 2014; Pohlkamp 2015; Young 1993), von Rassismus (vgl. Mecheril/Velho 2013; Rotter 2015; Velho 2011; Yeboah 2017) und deren Überschneidungen (vgl. u.a. Kilomba 2008; Rotter 2016) auseinandergesetzt.

Jedes Interview begann mit einer Erläuterung zu meinem Vorhaben und dem Hinweis, dass meine Interviewpartner*innen jederzeit entscheiden können, ob sie meine Fragen beantworten und welche Erfahrungen sie teilen möchten. Um die Aufmerksamkeit auf das leibliche Erleben zu lenken, habe ich sie zum Einstieg durch eine kurze Körperwahrnehmungsübung geleitet. Danach habe ich u.a. nach konkreten Diskriminierungs-/Unterdrückungserfahrungen gefragt, nach Erfahrungen des Widerstandes gegen Diskriminierung/Unterdrückung und nach notwendigen Bedingungen für Transformation und Heilung von Diskriminierung/Unterdrückung. Ich habe bewusst allgemein nach Diskriminierung/Unterdrückung gefragt, um den Interviewten die Entscheidung zu überlassen, welche Erfahrungen für sie die eindrucklichsten waren und welche davon sie bereit waren, mit mir zu teilen. Außerdem wollte ich der Erkenntnis Rechnung tragen, dass die herrschenden Unterdrückungssysteme miteinander verwoben sind. Sie können weder separat voneinander betrachtet werden noch sind sie miteinander gleichzusetzen, wie Schwarze Feminist*innen und Autor*innen of Color seit langem betonen (Brah/Phoenix 2004; The Combahee River Collective 1982). Hier bedarf es weiterer Forschung, die sowohl die jeweils spezifischen leiblichen Effekte verschiedener Unterdrückungsformen in den Blick nimmt als auch dem Rechnung trägt, wie »these various forms of discrimination are mutually reinforcing« (Johnson 2018: 54).

Um das leibliche Erleben von Diskriminierung und Unterdrückung erfassen zu können, habe ich meine Interviewpartner*innen wiederholt dazu eingeladen wahrzunehmen, wie sie sich spüren, wenn sie mir von Diskriminierungs-/Unterdrückungserfahrung erzählen bzw. wie sie sich in der Situation gespürt haben, was genau sie spüren und wo sie etwas spüren, alle auftauchenden Empfindungen, Gefühle, Bilder, Farben, Formen. Manchmal habe ich dazu eingeladen, eine Erzählung zu »verleiblichen« und das Empfinden dabei verbal zu beschreiben. Ebenso habe ich beschrieben, welche leiblichen Ausdrücke ich bei den Interviewten wahrgenommen habe. Auch meine eigenen leiblichen Resonanzen habe ich notiert.

Die Interviews habe ich mit dem Einverständnis der Interviewten aufgenommen und transkribiert. Zur Auswertung habe ich einzelnen

Fragen meines Interviewleitfadens ganze Interviewpassagen zugeordnet, die besonders anschaulich 1. leibliche Reaktionen auf Diskriminierung/ Unterdrückung und 2. leibliches Erleben von Widerstand beschreiben. Diese Passagen habe ich zusammengefasst und verdichtet und dabei nach leiblichen Effekten gesucht, die sich entweder in allen Interviews wiederholen oder singular für einzelne Personen waren. Mein Ziel war, möglichst alle Reaktionen, die genannt wurden, aufscheinen und die Erzählungen so für sich sprechen zu lassen, dass sie auch beim Lesen leibliche Resonanzen hervorrufen. Für den ganzen Text habe ich versucht, eine »verleiblichte« Sprache zu finden, die berührt und zum Mitschwingen, -fühlen und -denken einlädt (vgl. Johnson 2018: 13f.).

Alle vier Interviewpartner*innen berichten von alltäglichen Diskriminierungserfahrungen. Sie erzählen von Sexismus, von Rassismus, von Behindertenfeindlichkeit und Trans*phobie. Diese Alltagserfahrungen und ihre psychischen und physischen Auswirkungen werden sowohl in therapeutischen Settings als auch in therapeutischen Ausbildungen kaum thematisiert. Dabei hatte Chester Pierce schon in den 1970er Jahren das Konzept der »racial microaggressions« eingeführt, um die alltäglichen, subtilen, oft automatischen Abwertungen und Beleidigungen gegenüber Schwarzen Amerikaner*innen zu beschreiben. Heute wird der Begriff für alle gesellschaftlich marginalisierten Gruppen verwendet und fokussiert auf »the brief and commonplace daily verbal, behavioral, and environmental indignities, whether intentional or unintentional, that communicate hostile, derogatory, or negative [...] slights and insults to the target person or group.« (Sue 2010: 5) Eine einzelne Mikroaggression alleine hat womöglich nur geringe Auswirkungen, meist handelt es sich jedoch um eine kontinuierliche Alltagserfahrung marginalisierter Personen. Durch diese wiederkehrenden Verletzungen können kumulative Traumatisierungen entstehen, die in ihrer Häufung krank machende Wirkung entfalten: [T]hey assail the self-esteem of recipients, produce anger and frustration, deplete psychic energy, lower feelings of subjective well-being and worthiness, produce physical health problems, shorten life expectancy, and deny [...] equal access and opportunity in education, employment, and health care.« (Sue 2010: 6)

Die von meinen Interviewpartner*innen beschriebenen leiblichen Reaktionen auf Diskriminierung und Unterdrückung sind komplex und schmerzhaft. Sie sind mit Gefühlen von Schwere auf der Brust und über dem Bauchnabel verbunden. Mit Machtlosigkeit und Trauer. Mit dem Ge-

fühl, auf etwas fixiert zu werden, das von außen kommt: »[E]in Gefühl [...] als würde der Körper nach Innen fallen oder als würde etwas in sich zusammenfallen. [...] Als würde ich schrumpfen oder klein werden und es ist auch mit einem Gefühl von Traurigkeit verbunden. [...] Und auch mit so einer Starre.« (N., 37, weiß, Mann mit Transitions Geschichte, queer)⁶

Diskriminierung und Unterdrückung rauben den Betroffenen Kraft und Lebendigkeit. Machen handlungs- und bewegungsunfähig. Lassen schrumpfen und klein werden. Starr. Knochig. Fragil. Dabei sind diese Gewaltwiderfahrnisse nicht nur im Moment des Geschehens mit leiblichen Reaktionen verbunden. Sie hinterlassen leibliche Spuren, insbesondere dann, wenn Heilung und Transformation noch nicht stattfinden konnten. Es bleiben Gefühle von Enge, von Beklemmung, die das Atmen schwer machen. Von stecken gebliebener Traurigkeit, zugeschnürter Kehle. Eine Sorge, von Tränen überschwemmt zu werden. Unterdrückungserfahrungen können sich zu einem Korsett schnüren, das die eigene Lebendigkeit begräbt:

Wie schon früh etwas in mir tot gegangen ist, weil ich das so doll wegmachen musste. [...] Wie so ein Korsett, [...] was mich als kleines Kind in irgendeiner Form gehalten hat, damit ich nicht völlig auseinander falle. Was ich aber jetzt nicht mehr haben will, weil es immer zwischen mir und irgendwas anderem steht. Und auch ein bisschen das, was in mir ist, sozusagen dadrunter hält und verdeckt, versteckt, [...] beerdigt, begräbt. (L., weiß, nicht von der Gesellschaft behindert, queer, non-binär)

Ungleichheitsverhältnisse verfestigen sich auf der leiblichen Ebene. Sie beeinflussen Selbstwahrnehmung, Selbstwert sowie das eigene leibliche Erleben. Fremdbestimmte Körperwahrnehmungen werden zu scheinbar unhintergehbaren Tatsachen. Gleichzeitig sind Menschen nicht nur Opfer von Unterdrückung und Diskriminierung sondern verfügen über enorme Widerstandspotenziale. Diese sind abhängig von der Art der Unterdrückung und von einer Vielzahl lebensbestimmender Faktoren, wie dem individuellen Bewältigungspotenzial und der Ressourcenlage im Sinne prekärer oder chancenreicher Lebensumstände. Wie genau und

6 | Ich habe meine vier Interviewpartner*innen gebeten, sich selbst zu positionieren und füge diese Selbstpositionierungen als Vorstellung der Interviewpartner*innen hinter jedem ersten Zitat der jeweiligen Person ein.

wann Unterdrückung und Diskriminierung internalisiert werden, wie sich das auf das leibliche Erleben auswirkt und welche Widerstandsstrategien Menschen, die permanent Diskriminierung und Unterdrückung ausgesetzt sind, entwickeln, um nicht an den Verhältnissen zu erkranken, dazu bedarf es weiterer Forschung.

LEIBLICHES ERLEBEN VON WIDERSTAND

Meine Interviewpartner*innen berichten von verschiedenen situationsbedingten Umgangsstrategien mit Unterdrückung und Diskriminierung, mit denen sie eine Internalisierung der negativen Fremdbilder abwehren: L. wappnet sich mit einem Schutzschild, das, wenn L. sich unsicher fühlt, hauptsächlich im Brustkorb etwas eng macht. Wenn L. richtig Angst hat, ist das Schutzschild mehr im Oberbauch. S. (einäugige Theaterpädagogin) gibt sich in Situationen, in denen sie Mikroaggressionen antizipieren kann – bspw. normative Weiblichkeitsanforderungen im familiären Kontext –, bewusst Entspannung, um so zu wirken, als ob es sie eigentlich nicht berührt. In Situationen, in denen die Unterdrückungserfahrung mit großer persönlicher Betroffenheit einhergeht, mit dem Gefühl, als Mensch vergessen worden zu sein, schützt S. sich durch größtmögliche räumliche Unsichtbarkeit:

»Ich vermeide dann Situationen, wo ich einfach mal nur im Raum rumstehe. [...] [D]ann setzte ich mich lieber so hin, dass ich an der Wand lehne [...], immer Knie hoch und [...] Bauch schützen und dass ich beobachten kann, aber eigentlich keiner mich beobachten kann, weil ich hinter meinen Beinen bin.« (S.)

Um sich zu befreien und die gemachten Erfahrungen zu transformieren, braucht es eine bestimmte Energie. M. (30 Jahre alt, queer) beschreibt, wie sie sich mit dem Bedürfnis, sich zu bewegen, sich auszudrücken oder die Haltung zu ändern gegen die schwächenden Reaktionsmuster auf Diskriminierung und Unterdrückung wehrt. Das erfordert eine Aufrichtung, die sie wachsen und ausdehnen lässt, mit der sie sich gegen das Eindringen von Unterdrückung und Diskriminierung stemmen kann: »Ganz viel Raum. [...] Ich glaube, das ist das einzige, was hilft. Groß und laut sein. [...] Stark.« (M.) Alle vier Interviewpartner*innen beschreiben, dass Wut hilft, aktiv zu werden und sich für sich einzusetzen. Wut gibt

einen Schub. Das Gesicht wird heiß. Das Herz fängt richtig an zu schlagen. Adrenalin wird ausgestoßen. Der Puls geht hoch. Aufregung wird spürbar. Widerstand bedeutet, nach Außen zu gehen und dem eigenen Erleben Raum zu geben. Mit sich in Verbindung zu sein. Das ermöglicht Lebendigkeit. Licht. Freude. Präsenz. Beweglichkeit. Es entlastet und transformiert das eigene Leiberleben:

Das hat sich dann viel lebendiger angefühlt [...] [A]ls würde dann auch plötzlich so was aufgehen oder wieder ein bisschen heller werden oder als würde sich Energie entladen und ich hab mich danach [...] ganz gut gefühlt [...] weil ich es nicht nach Innen genommen hab, sondern wieder was rausgegeben hab [...]. So als würde die Wolke von der Sonne verschwinden, plötzlich wird es heller so drum herum überall. Als würde der Raum sich weiten. (N.)

Auch Momente des Widerstandes hinterlassen leibliche Spuren: »Diese Agilität in der Kampfhaltung, die habe ich manchmal auch so im Alltagsleben. [...] Ich fühle mich total cool. Ich bin jetzt da.« (M). Diese Spuren können mit Methoden und Techniken der Integrativen Tanztherapie wahrgenommen, verstärkt, entfaltet und gefestigt werden und dadurch Veränderungen ermöglichen. Mit Tanz kann ich erfahren, welches leibliche Erleben ich davon habe, normative Anforderungen an mich und meinen Körper/Leib zu erfüllen und/oder an ihnen zu scheitern. Tanz bietet Möglichkeitsräume, diese Anforderungen zu unterlaufen, zu überschreiten, zu dekonstruieren. Tanztherapie kann ein Ort sein, an dem soziale Normen überschrieben und neue Handlungs- und Seinsmöglichkeiten eröffnet werden. Was also braucht es, um die Verhältnisse zum Tanzen zu bringen?

WIE DIE VERHÄLTNISSE ZUM TANZEN BRINGEN?

Hilfreich erscheint mir in jeder Hinsicht die Dezentrierung der eigenen Position. Zu erkennen: Meine Welt, meine Normalität sind nicht die einzig möglichen. Sich damit auseinanderzusetzen, wie die eigenen Privilegien in der therapeutischen Interaktion Wirkung entfalten: Wie setze ich nonverbale Kommunikation ein? Wie nutze ich Raum oder Berührung? Welche Informationen über Status und Macht werden damit transportiert (Johnson 2018: 55-61)? Zu berücksichtigen, wie meine Vorannahmen, die

Anwesenheit »unsichtbarer Dritter« (Lachner 2007: 312) das Ergebnis der Bewegungsbeobachtung beeinflussen: Wie nehme ich wahr? Wie bewerte ich? Vor welchem Hintergrund? Welche gesellschaftlichen Normen habe ich internalisiert, davon, wie ein Körper auszusehen, sich zu bewegen und zu verhalten hat (Caldwell 2013)?

Wie wird z.B. Geschlecht von mir dargestellt, in meiner Kleidung, meinen Handlungen, meinen Bewegungen? Wann/wo handle ich geschlechterstereotyp oder -untypisch? Wann/wo entspreche/erfülle ich Geschlechterrollenerwartungen? Wann/wo nicht? Existieren für mich nur Männer und Frauen? Oder begreife ich Geschlecht als Kontinuum, das sich nicht am Körper festmachen lässt? Frage ich Patient*innen, mit welchem Pronomen sie angesprochen werden möchten? Bewerte ich Verhalten geschlechtsspezifisch? Wann überhaupt nehme ich das Geschlecht meines Gegenübers wahr? Wie gehe ich damit um, wenn ich irritiert bin, weil ich das Geschlecht meines Gegenübers nicht einordnen kann (vgl. Günther 2015; Johnson 2014)?

Als weiße*r Therapeut*in muss ich die kognitive Dissonanz lösen, die dadurch entsteht, dass ich mich selbst als den ethischen Werten einer gerechten Integrativen Therapie verpflichtet verstehe und gleichzeitig eine privilegierte Position innerhalb rassistischer Verhältnisse inne habe. Für die therapeutische Arbeit bedeutet das z.B. zu erkennen, dass es einerseits Bewusstheit und Wissen um Rassismen und deren Auswirkungen bedarf und andererseits die Bereitschaft, Illusionen über die eigenen Kompetenzen zu verlieren und anzuerkennen, dass ich die Anderen nicht »wissen« kann. Anti-Rassismus-Trainings zu besuchen, die mir dabei helfen zu verstehen, wo meine eigene gesellschaftliche Position ist und was ich über Rassismus und über Weißsein unbewusst internalisiert habe. Professionelle Umgangsformen für die eigenen Erfahrungen der Hilflosigkeit, Unsicherheit, von Schuld und Scham bei der Behandlung von Schwarzen Patient*innen oder Patient*innen of Color zu erlernen. Zu entdecken, wer in der eigenen Institution in welchen Positionen arbeitet und sich zu fragen, warum (Mecheril/Velho 2013; Vehlo 2011; Wachendorfer 2000; Yeboah 2017). Mich über Herkunft und Geschichte der von mir verwendeten Tanztechniken, -stile und -methoden zu informieren und mich zu fragen, welche Vorstellungen ich in ihrer Anwendung vermittele, wer darin eine über- oder unterlegene Position einnimmt und welche Effekte das auf mich und auf andere hat.

Die Auseinandersetzung mit Unterdrückung und Diskriminierungen bleibt ein lebenslanger Prozess, für den es förderlich ist, die Beschränktheit der eigenen Möglichkeiten anzuerkennen, sich mit der eigenen Ohnmacht zu konfrontieren und eine versöhnliche Grundhaltung mit sich selbst einzunehmen. Die Auswirkungen von eigenen Privilegierungen und/oder De-Privilegierungen zu erkennen und zu transformieren, braucht geschützte Räume, in denen sich Therapeut*innen fehlbar und verletzlich zeigen und in Kontakt mit den eigenen Gefühlen von Schuld, Scham, Wut, Angst und Hilflosigkeit kommen können, um diese nicht an Patient*innen auszuagieren, sondern im kollegialen Austausch einen heilsamen Umgang mit ihnen zu finden. Die Reflexion der Bedeutung sozialer Konstruktionen von »race«, Klasse, Geschlecht, Alter, Behinderung, religiöser und sexueller Orientierung für Therapeut*innen und Therapie sowie die Thematisierung von Macht muss dafür in Aus- und Fortbildungen, in Kontrollanalyse und Supervision integriert werden.

Wenn Menschen sich angenommen fühlen in ihrem So-sein, wenn Raum ist für Begegnungen jenseits abwertender oder pathologisierender Zuschreibungen, ermöglicht Tanz Glücksgefühle. Leichtigkeit. Wachsen in alle Richtungen. Dann hat Tanz das Potenzial unsere von Unterdrückung und Diskriminierung gebeugten Leiber aufzurichten:

»Ich hatte, bis ich 16 war [...] ein fast weißes Auge in der Augenhöhle und [...] als [...] die soziale Anerkennung wichtig wurde, habe ich dann manchmal, wenn mir Menschen entgegengekommen sind, dann auch runter geguckt [...] Das ist auch ein Verstecken [...] Ich bin auch kleiner geworden dann auf einmal, Zentimeter so gefühlt. [...] Und dann habe ich zum Glück Theater und Tanz ganz viel gemacht [...] und ich glaube, das hat mich da rausgeholt, [...] mich zu beugen sozusagen. [Interviewerin: Das hat dich aufgerichtet?] Ja, total.« (S.)

LITERATUR

- Ahmed, Sara (2017): *Living a Feminist Life*, Durham und London: Duke University Press.
- Brah, Avtar/Phoenix, Ann (2004): Ain't I A Woman? Revisiting Intersectionality, in: *Journal of International Women's Studies* Jg. 5 Nr. 3, S. 75-86.
- Butler, Judith (1997): *Körper von Gewicht*, Frankfurt a.M.: Suhrkamp.

- Caldwell, Christine (2013): Diversity Issues in Movement Observation and Assessment, in: *American Journal of Dance Therapy* Jg. 35 Nr. 2, S. 183-200.
- Günther, Mari (2015): Psychotherapeutische und beratende Arbeit mit Trans*Menschen, in: *Verhaltenstherapie & psychosoziale Praxis* Jg. 47 Nr. 1, S. 113-124.
- Jäger, Ulle (2014): *Der Körper, der Leib und die Soziologie. Entwurf einer Theorie der Inkorporierung*, Sulzbach/Taunus: Ulrike Helmer Verlag.
- Johnson, Rae (2014): Contacting Gender, in: *Gestalt Review* Jg. 18 Nr. 3, S. 207-225.
- Johnson, Rae (2018): *Embodied Social Justice*, New York: Routledge.
- Kilomba, Grada (2008): *Plantation Memories. Episodes of Everyday Racism*, Münster: Unrast.
- Lachner, Gabriele (2007): Ethik und Werte in der Integrativen Therapie, in: Sieper, Johanna/Orth, Ilse/Schuch, Waldemar (Hg.): *Neue Wege Integrativer Therapie. Klinische Wissenschaft, Humantherapie, Kulturarbeit – Polyloge*, Bielefeld und Locarno: Edition Sirius, S. 299-338.
- Mecheril, Paul/Velho, Astride (2013): Rassismuserfahrungen. Von Abwehr und Hilflosigkeit zu Empowerment und involvierter Transformation, in: Opferperspektive e.V. (Hg.): *Rassistische Diskriminierung und rechte Gewalt: beraten, informieren, intervenieren*, Münster: Westfälisches Dampfboot, S. 204-214.
- Petzold, Hilarion G./Regner, Freihart (2006): Integrative Traumatherapie – engagierte Praxis für Gerechtigkeit und Menschenrechte. Ein Interview mit Hilarion G. Petzold durch Freihart Regner, in: *Psychologische Medizin* Jg. 17 Nr. 4, S. 33-55.
- Pohlkamp, Ines (2015): *Genderbashing. Diskriminierung und Gewalt an den Grenzen der Zweigeschlechtlichkeit*, Münster: Unrast
- Rotter, Pasquale Virginie (2015): We can breathe, in: Rosa-Luxemburg-Stiftung. Gesellschaftsanalyse und politische Bildung e. V. (Hg.): *Dossier Empowerment des Antifra-Blogs*. Online unter [http://antifra.blog.rosalux.de/we-can-breathe/\[18.10.2017\]](http://antifra.blog.rosalux.de/we-can-breathe/[18.10.2017])
- Rotter, Paquale Virginie (2016): Mein Körper irgendwo in Europa. Situationen, Beobachtungen und Analysen zur empowerment-orientierten Befreiung Schwarzer (weiblicher*) Körper und Körper of Color, in: *Südlink* Nr. 176, S. 32-34.
- Sow, Noah (2009): *Schwarzland Schwarz Weiß. Der alltägliche Rassismus*, München: Goldmann.

- Sue, Derald Wing (2010): *Microaggressions in Everyday Life: Race, Gender, and Sexual Orientation*, Hoboken: Wiley.
- The Combahee River Collective (1982): A Black Feminist Statement, in: Hull, Gloria/Bell-Scott, Patricia/Smith, Barbara (Hg.): *All The Women Are White, All The Blacks Are Men, But Some Of Us Are Brave: Black Women's Studies*, New York: The Feminist Press, S. 13-22.
- Velho, Astride (2011): Auswirkungen von Rassismuserfahrungen auf die Gesundheit, das Befinden und die Subjektivität. Ansätze für eine reflexive Berufspraxis, in: Landeshauptstadt München, Direktorium/Ami-gra (Hg.): *Alltagsrassismus und rassistische Diskriminierung. Tagungsdokumentation*, S. 12-39. Online unter www.elina-marmer.com/wp-content/uploads/2014/02/fachtagung_alltagsrassismus.pdf [13.02.2018]
- Wachendorfer, Ursula (2000): Weiß-sein – (k)eine Variable in der Therapie, in: *Psychologie und Gesellschaftskritik* Jg. 24 Nr. 1, S. 55-68.
- Wachendorfer, Ursula (2001): Weiß-Sein in Deutschland. Zur Unsichtbarkeit einer herrschenden Normalität, in: Arndt, Susan (Hg.): *AfrikaBilder. Studien zu Rassismus in Deutschland*, Münster: Unrast, S. 87-101.
- Willke, Elke (2007): *Tanztherapie. Theoretische Kontexte und Grundlagen der Intervention*, Bern: Huber.
- Yeboah, Amma (2017): Rassismus und psychische Gesundheit in Deutschland, in: Fereidooni, Karim/El, Meral (Hg.): *Rassismuskritik und Widerstandsformen*, Wiesbaden: Springer VS, S. 143-161.
- Young, Iris Marion (1993): Werfen wie ein Mädchen. Eine Phänomenologie weiblichen Körperverhaltens, weiblicher Motilität und Räumlichkeit, in: *Deutsche Zeitschrift für Philosophie* Jg. 41 Nr. 4, S. 707-725.

