

Einleitung

Life cannot be repaired, it can only be recreated. (Eliade 1975: 30)

Die Integrative Tanztherapie ist eine kreative, ganzheitliche Behandlungsweise, die den Körper, die Bewegung und den Tanz für psychotherapeutische Zielsetzungen verwendet. Sie ist aufgrund ihres Mediums, des künstlerischen Tanzes, den kreativen und körpertherapeutischen Verfahren zuzuordnen. Sie fördert mit Hilfe des Mediums Tanz die psycho-physische Integration des Menschen.

Tanz lässt sich in vielfältiger Weise zur Behandlung einsetzen: als heilpädagogisches Angebot, als Rehabilitationsmaßnahme und im klinischen Bereich. Dafür gibt es zahlreiche Belege. In der psychiatrischen Rehabilitation ist Tanz- und Bewegungstherapie ein fester Bestandteil des Behandlungsangebots (Bräuninger/Blumer 2004). Die psychischen und psychosomatischen Störungen stellen eines der wichtigsten Arbeitsgebiete der Tanztherapie dar (Stanton-Jones 1992). Mayer (1998) stellt die Integrative Tanztherapie bei blinden Kindern und Jugendlichen vor, und Erhard (1990) zeigt Möglichkeiten der Tanztherapie bei lernbehinderten Kindern und Jugendlichen auf. Mit freiem Tanz bei körperbehinderten Menschen befassen sich z.B. Cantarella/Leyendecker (1995). Sie stellen fest, dass die Persönlichkeitsentwicklung durch freien Tanz gefördert wird. Dieses Buch grenzt die Betrachtung auf die Verwendung des Tanzes im psychotherapeutischen Arbeitsfeld ein.

Wie viele andere körpertherapeutischen und kreativen Verfahren hat sich die Tanztherapie aus der Praxis für die Praxis entwickelt. Systematische theoretische Ausarbeitungen oder empirische Forschungen stehen noch weitgehend an den Anfängen. In der Tanztherapie fehlen neben umfangreichen empirischen und qualitativen Studien allerdings auch Weiterentwicklungen und Ausarbeitungen eines soliden theoretischen Gerüsts für tanzpsychotherapeutisches Arbeiten. In dieses Feld ist das vorliegende Buch einzuordnen. Es liegt auf der Hand, dass sowohl qualitative als auch quantitative Studien für die Tanztherapie schwer zu realisieren sein dürften, solange das Verfahren selbst in seinen theoretischen wie auch praktischen Grundlagen viele offene Fragen aufweist.

Die Wurzeln der Tanztherapie liegen in der Zeit des Ausdruckstanzes und des Expressionismus, in der das Individuum und der individuelle Ausdruck eine zentrale Bedeutung erhalten. Insofern ist es folgerichtig, dass in der therapeutisch-praktischen Vorgehensweise das Individuum und der individuelle Prozess im Vordergrund stehen. Die Blickrichtung ist patientenorientiert¹ und weniger störungsspezifisch oder methodenorientiert. Es muss deshalb versucht werden, die Komplexität eines individuellen therapeutischen Prozesses mit theoretischen

1 Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird im Folgenden darauf verzichtet, jeweils die weibliche und männliche Bezeichnung von Personen zu verwenden. Wenn z.B. von Patienten gesprochen wird, sind immer auch Patientinnen gemeint.

Konzepten zu erfassen. Dies ist am ehesten möglich, wenn bisherige Konzeptualisierungen in ihrer Reichweite überprüft und die jeweils sich eröffnenden Perspektiven integriert werden, so dass die Ausschließlichkeit einseitiger Perspektiven aufgegeben wird. Eine Integration von empirisch überprüften Perspektiven legt Grawe mit seinem Entwurf einer allgemeinen Psychotherapie vor. Er empfiehlt, statt einer Entweder-oder-Haltung eine Sowohl-als-auch-Position einzunehmen (Grawe 1999a). Auch Petzold (1993a, b, c) hat in großem Rahmen ein integratives Konzept von Therapie vorgelegt. Die Integrative Tanztherapie versucht, der Notwendigkeit eines umfassenden Blickes auf das therapeutische Geschehen gerecht zu werden. Dieser Integrationsgedanke durchzieht die gesamte Arbeit.

Wenn Integration und mehrperspektivische Sichtweise auf Heilungsprozesse unabdingbar sind, dann müssen auch verschiedene Bereiche der therapeutischen Theorie und Praxis mehrperspektivisch angelegt sein. Dies wird in dem vorliegenden Buch versucht. Es entfaltet Teilbereiche der Integrativen Tanztherapie, zu denen bisher keine systematischen Ausarbeitungen vorliegen. Es wird gezeigt, in welcher Weise Konzepte über Tanz bestimmen, wie sich Tanz ausformt und welche Perspektiven sich dabei auf den Menschen und sein „In-der-Welt-Sein“ eröffnen. Aus diesen spezifischen Akzentuierungen von Tanz wird eine integrative Vorstellung von Tanz erarbeitet, aus der sich Schwerpunkte für die Tanztherapie ergeben. Ein zweiter Schwerpunkt beschäftigt sich mit den Möglichkeiten, wie die verschiedenen Sichtweisen des Tanzes als Medium der Therapie methodisch und technisch im Therapieprozess eingesetzt werden können. Hinzu kommt, dass die Integrative Tanztherapie neben den nonverbalen auch verbale Prozesse in der Therapie betont und es insofern notwendig ist, Methoden und Techniken zur Verfügung zu stellen, die beide Modi berücksichtigen.

Die Konzeption von Tanz sowie die Konzeption von Methoden und Techniken sind ineinander verwoben. Die Konzeptionen von Tanz stellen neben der unterschiedlichen Funktion des Tanzes einen unterschiedlichen Blick auf das Bewegungsmaterial des Tanzes heraus. Dieses Material ist in der Integrativen Tanztherapie der Inhalt, der mit Hilfe der Methoden und Techniken operativ werden und Effekte und Wirkungen auslösen soll.

Die rasante Entwicklung der Neurowissenschaften und das Zusammenwachsen mit der Psychotherapie verändern die Bedeutung von Psychotherapie insofern, als sie bestätigen, dass Psychotherapie die Struktur des Gehirns verändert. Es ist insbesondere der Faktor der realen Lebenserfahrung, der große Auswirkung auf die neuronalen Strukturen zu haben scheint. Daraus folgert Grawe (2004), dass Therapeuten Spezialisten werden müssen, um gezielte Lebenserfahrungen zu therapeutischen Zwecken herzustellen.

Wenn Therapieformen reale Erfahrungen herstellen und nicht nur Einsicht in die eigenen Strukturen fördern sollen, müssen sie nicht nur ihr theoretisches Gerüst verändern, sondern Medien, Methoden und Techniken zur Verfügung stellen, die solche Möglichkeiten betonen. Die Integrative Tanztherapie geht davon aus, dass sinnliche, emotionale und zwischenmenschliche Erfahrungen sowohl über

den Körper und die Bewegung wie auch über die Sprache eingebettet in die Interaktion zum Therapeuten eingeleitet werden können.² Erweiterte reale Körper-, Bewegungs- sowie emotionale Erfahrungen werden in der Tanztherapie gezielt durch die medialen Möglichkeiten des Tanzes geschaffen. Diese Erfahrungen sind so real wie jede andere Lebenserfahrung auch. So kann der tanztherapeutische Prozess Erkenntnis-, Erfahrungs- und Änderungsprozesse initiieren und festigen.

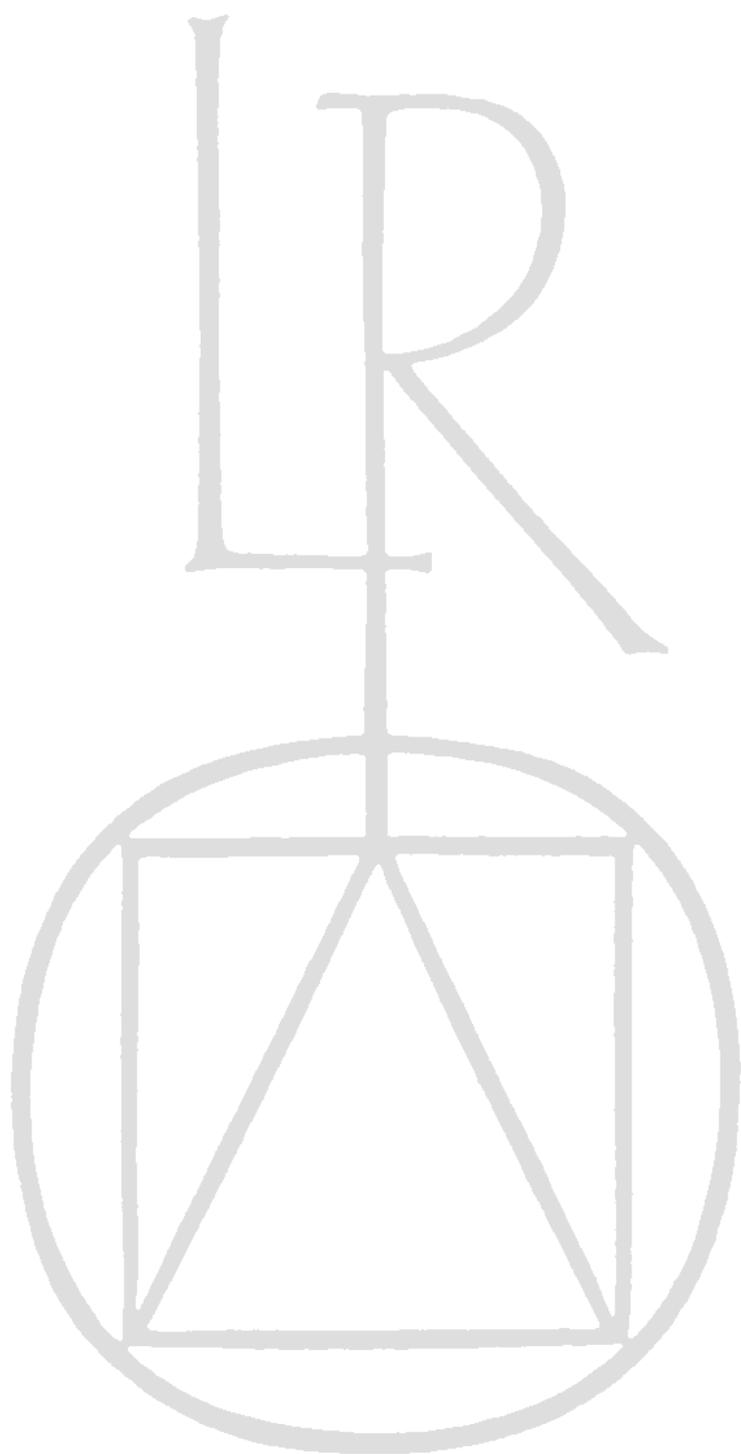
Nach einem Überblick über die Geschichte und den gegenwärtigen Stand der Tanztherapie in *Kapitel 1* geht es in *Kapitel 2* darum, den Standort der Integrativen Tanztherapie im Feld der körperpsychotherapeutischen Verfahren zu bestimmen und einen Abriss der Faktoren darzulegen, die in diesen Ansatz integriert werden. Empirische Forschungsergebnisse sowie die Problematik der Forschung in der Tanztherapie werden kurz diskutiert. Das Medium Tanz und die Bedeutung von Tanz in der Integrativen Tanztherapie werden in *Kapitel 3* näher analysiert. Hierzu werden sechs Paradigmen von Tanz vorgestellt, die in ihren theoretischen Annahmen sowie in den praktischen Vorgehensweisen verschiedene Aspekte von Tanz betonen. Dieser Teil hat das Ziel, die integrative Sichtweise von Tanz zu begründen.

In engem Zusammenhang mit der Vorstellung und der konzeptionellen Erfassung von Tanz und Bewegung steht die Methodik der Integrativen Tanztherapie. In *Kapitel 4* werden grundlegende Parameter einer Methodik herausgearbeitet und für die Integrative Tanztherapie definiert. Methoden und Techniken werden erörtert und mit ihren Möglichkeiten und Grenzen dargestellt. Es wird gezeigt, dass Methoden und Techniken der Therapeutin Handlungsmöglichkeiten zur Feinsteuerung des therapeutischen Prozesses zur Verfügung stellen, die sie individuell auswählen, kombinieren und verändern muss. Ausgewählte Aspekte einer Behandlungstheorie und der Praxis vertiefen in *Kapitel 5* und *Kapitel 6* die theoretische Ausarbeitung des praktischen Vorgehens. Zahlreiche praktische Beispiele konkretisieren die Ausarbeitungen und geben einen Einblick in die Vorgehensweise. Abschließend werden in einem *Resümee* die Kernaussagen dieser Arbeit zusammengefasst.

Erfahrungen mit Tanztherapie in Kliniken, in ambulanten Gruppen, in Weiterbildungsveranstaltungen, auf zahlreichen Kongressen und in der ambulanten Praxis stellen den Hintergrund dar, aus dem die Fallbeispiele stammen. Die meisten der Fallbeispiele sind aus der ambulanten Praxis der Autorin und vor diesem Hintergrund zu verstehen. Fallbeispiele aus der Arbeit in psychiatrischen und psychosomatischen Kliniken würden andere Akzente betonen.

Insgesamt sollen die Beispiele dem Leser die Praxis der Integrativen Tanztherapie verdeutlichen und eine Verbindung zur eigenen Arbeitsweise erleichtern, keinesfalls aber ein präskriptives Modell des Vorgehens postulieren. Mit diesen Beispielen soll eine Absicht dieser Arbeit unterstrichen werden, aus der Praxis für die Praxis Lernprozesse anzuregen und zu unterstützen.

2 Etwas salopp wird im Focus 44/2004 (S. 90) der Slogan geprägt: „Sprechen ist gut, üben ist besser“ und die Forderung aufgestellt, dass sich „Therapeuten aus ihrem Sessel erheben sollten“! Tanztherapie ist hier der Zeit offensichtlich weit voraus!



Teil I: Theoretischer Hintergrund

I. Geschichte und aktueller Stand der Tanztherapie

Tanztherapie ist eine in den USA seit etwa achtzig Jahren praktizierte Therapieform. Sie hat sich dort aus ihren Anfängen als unterstützende Methode immer mehr zu einer eigenständigen Therapieform entwickelt. Ihre grundlegenden Ideen über heilende Prozesse sind jedoch teilweise uralt und heute noch in vielen alten Kulturen lebendige Tradition. Heilung durch Rhythmus, Gruppenrituale, tänzerische Ekstase, durch „Verkörperung“ böser Geister und Ähnliches gehören und gehörten zur selbstverständlichen Tradition und zur Lebenswelt archaischer Menschen und Kulturen (Schott-Billman 1972). Die moderne Tanztherapie beruft sich einerseits auf diese uralten Wurzeln, Gedanken und das Wissen von Tanz als heilkräftiges Medium. Andererseits steht sie auch in der Tradition der modernen westlichen Zivilisation und deren Wissen und Anschauungen von Heilung und Therapie.

Unter den Formen expressiver und kreativer Therapien nimmt die Tanztherapie eine besondere Stellung ein. Sie greift auf eines der ältesten therapeutischen und künstlerischen Medien der Menschheit zurück – den Tanz. Tanz gilt als eine der ersten und ältesten Formen menschlichen Ausdrucksstrebens überhaupt. Auf die historischen Quellen und Vorläufer des Tanzes als Heilungsform soll hier nur ganz allgemein eingegangen werden. Es genügt für diesen Kontext festzustellen, dass sich Tanz als Heilungsform die Kraft der Bewegung zum Ausdruck und zur Mitteilung zu Nutze macht. Heilungstänze und Heilungsrituale sind Ausdruck spezifischer Formen von Gemeinschaft. Sie gewinnen ihre besondere Ausprägung durch die jeweils Tradition gewordene Anschauung von Gesundheit und Heilung, die zu einer bestimmten Zeit und an einem bestimmten Ort vorherrschen. Seit Urzeiten ist es charakteristisch, dass Heilung durch Tanz in einem sozialen Zusammenhang steht. So wie an allen anderen Ritualen nimmt auch an Heilungsritualen und -tänzen die Gemeinschaft teil und Anteil. Der gemeinsame Tanz, das gemeinsame Ritual bindet den Kranken in den sozialen Raum ein und schafft damit gerade in der Zeit eine Verbindung, in der der Mensch durch sein „Krank-Sein“ aus der sozialen Gemeinschaft herauszufallen droht.³ Der Zustand des Krank-Seins wird allen zugänglich und sichtbar, und über den Tanz bietet sich eine für alle begreifbare und erfahrbare Möglichkeit zur Bewältigung und Heilung von Leiden.

Ausdrücken, mitteilen, miteinander teilen, aktiv werden und die eigene Macht zurückgewinnen über die Ohnmacht und Passivität des Erleidens sind Elemente, die sich immer wieder in der Verwendung des Tanzes als Heilungsmedium finden und die auch in der modernen Tanztherapie einen wichtigen Stellenwert einnehmen.

3 Diesen Aspekt betont besonders Anna Halprin (2000). Die soziale Gemeinschaft hat in ihren tänzerischen Ritualen bei der Arbeit mit AIDS- und Krebspatienten einen bedeutenden Stellenwert.

I.1 Grundlagen der Entwicklung der Tanztherapie

In der Psychiatrie wird schon seit dem ersten Drittel des 19. Jahrhunderts Tanz neben anderen kreativen Ausdrucksformen wie Theaterspiel, Musizieren oder Malen zur Behandlung eingesetzt (Petzold/Sieper 1990). Die moderne Tanztherapie kann sich aufgrund einer veränderten Vorstellung von Tanz entwickeln. Tänzer entdecken zur Zeit des Expressionismus nach einer langen Zeit der Normierung und Formalisierung der Bewegung im klassischen Ballett den menschlichen Körper und seine „natürlichen“ Bewegungsmöglichkeiten wieder. Sie stellen den Tanz als Ausdruck des individuellen Menschen, seiner Gefühle, Wünsche, Hoffnungen und Bedürfnisse in den Mittelpunkt ihrer Kreativität.

Modern dance replaced the fading content of Western dance with certain key notions: spontaneity, authenticity of individual expression, awareness of the body, themes that stressed a whole range of feelings and relationships. (Bartenieff 1972: 6)

Es ist Isadora Duncan, die radikal mit der Tanzsprache des 19. Jahrhunderts bricht, die vor allem aus dem Bewegungsrepertoire des Balletts besteht. Sie leitet eine Gegenreaktion gegen die einseitige Betonung formalistischer und technisierter Aspekte im Tanz ein und initiiert dadurch die Entwicklung des expressionistischen Tanzes. Ein neues Paradigma, das des Selbst-Ausdrucks, ersetzt die Idee der Selbst-Präsentation des 19. Jahrhunderts. Isadora Duncan gelingt es, durch die Wiederentdeckung der Natur und im Rückgriff auf die Ästhetik der griechischen Antike die Einschränkungen des klassischen Balletts zu durchbrechen und eine neue, allerdings nur für sie gültige tänzerische Bewegungssprache zu schaffen.

Neben Isadora Duncan sind es weitere Tänzer, die neue Formen suchen, um die Belange der damaligen Zeit und der menschlichen Seele auszudrücken und die die Veränderung des Tanzverständnisses vorantreiben. Zur ersten Generation zählen in den USA u. a. Loie Fuller, Ruth St. Denis und Ted Shawn und in Deutschland Rudolf von Laban. Zur zweiten Generation gehören ihre direkten Schüler. In den USA sind dies Doris Humphrey und Martha Graham, die in den USA dem Modern Dance zum Durchbruch verhelfen, und in Deutschland Mary Wigmann, die den deutschen Ausdruckstanz begründet (Levy 1988: 2 ff.; Willke 1985: 467 ff.).

Die deutsche Ausdruckstanzbewegung und der Modern Dance setzen die Reaktion gegen die Tradition des Balletts fort und entwickeln ein Tanzverständnis, das für die Tanztherapie bis heute mitbestimmend ist. Der Tanz soll den menschlichen Körper und seine organischen Bewegungsmöglichkeiten in den Mittelpunkt stellen. Er soll aus der individuellen Erfahrung und dem emotionalen Erleben entstehen. Für Wigmann und Graham ist der Tanz eine Möglichkeit, sich als Persönlichkeit zu verwirklichen und Zuständen und Gefühlen individuellen Ausdruck zu verleihen. Diese Konzentration auf den individuellen Ausdruck schließt natürlich aus, sich festgelegter, tradierter Techniken zu bedienen.

Das war der Anfang des neuen künstlerischen Tanzes in Deutschland, und das meint nichts anderes, als daß im Tanz von nun an der ganze, ungeteilte Mensch wieder in Erscheinung trat. Der tanzende Mensch ward sich der strömenden Kraft seiner naturgegebenen Bewegungen wieder bewußt, und die rhythmische Sprache seiner Gebärde empfing Sinn und Bedeutung durch ihre Verankerung im lebendigen menschlichen Sein. (Wigmann 1936: 9)

Subjektive psychologische Themen werden individuell im Bewegungsvokabular jedes Choreographen und jeder Choreographin verwirklicht. Die ZuschauerInnen werden hier zum ersten Mal aufgefordert, sich mit den Tänzern, Tänzerinnen und dem Tanz zu identifizieren und ihre eigenen Lebenserfahrungen zu fühlen, statt wie bisher nur zu sehen. Die TänzerInnen divergieren bezüglich der Themen, die für sie wichtig sind, wie auch in der choreographischen Umsetzung, dennoch legen sie den Akzent vorwiegend auf das innere Erleben der Charaktere. Die Tanzbewegung soll den inneren Prozess des getanzten Charakters aufzeigen. Dazu gehört in der Zeit des Modernen- und des Ausdruckstanzes eine intensive psychologische und physische Introspektion.

Die TänzerInnen sollen die Gefühle, die sie tanzen, selbst erleben, und gleichzeitig sollen diese Emotionen abstrakt verkörpert werden. Die Tanzbewegungen sind insofern abstrakt, als das innere Erleben und dessen Ausdruck um das rein Persönliche bereinigt sind und sie nur die universelle Bedeutung ausdrücken.

Whatever the theme, the choreographer tried to extract its essential features and present them as a metaphysics of human experience that transcended both culture and history. (Foster 1986: 151)

Würde ein Impuls ungefiltert herauskommen, so fehlten dem Tanz Form und spezifische Wirkung. Verlöre er seine persönliche Motivation und die Verbindung zur inneren Notwendigkeit, dann wäre er nur noch eine akademische Übung. Deutlich wird, dass es nicht um den Selbstaussdruck der individuellen TänzerIn gehen kann. Tänze entstehen bei allen ChoreographInnen aus der Motivation zum Selbst-Ausdruck. Dieser muss allerdings in eine Abstraktion transformiert werden, um als Kunst zu gelten.

Jeder künstlerische Tanz, das gilt auch für die VertreterInnen des Modernen Tanzes und des Ausdruckstanzes, möchte mit seiner darstellerischen Absicht die Zuschauer mit anderen möglichen Welten konfrontieren. Diese darstellerische Absicht macht es erforderlich, das Material bewegungstechnisch und choreographisch zu transformieren.

Man kann sich die Herstellung eines Kunstwerks als einen Entscheidungsprozeß vorstellen, der die Probleme sieht und unter Erwägung von Alternativen Problemlösungen sucht; oder auch etwas festlegt, um damit ein Problem zu erzeugen, das es ermöglicht, das Festgelegte als Lösung eines Problems zu behandeln [...]. (Luhmann 1990: 21)

Die Analyse dieser „Konstruktionen“ zeigt, dass jeweils eigene disziplinierende Strategien, Codierungssysteme und theatralische Darstellungsgebote der Choreographen vorliegen.

Der moderne Tanz entlässt seine tanzenden Körper jedoch keineswegs in die Freiheit, in freie Bewegungen oder führt sie zu einem freien Ausdruck ihrer selbst. Vielmehr formen und inszenieren seine bewegungstechnischen und choreographischen Innovationen solcherart ästhetisierte Körpererscheinungen. (Huschka 2002b: 14)

Aber es sind nicht nur die revolutionären Veränderungen im Tanz und seine neuen Themen, die die Entwicklung der Tanztherapie begünstigen. Der Fokus auf Selbstausdruck, Selbstexploration und Selbstverwirklichung, die Suche nach dem „inneren Tanz“ hängt eng zusammen mit der Entdeckung des Unbewussten und der Akzeptanz des Konzepts unbewusster Motivationen. In der Zeit der Entstehung des Modernen Tanzes gewinnen die Werke von S. Freud, A. Adler, J. L. Moreno und C. G. Jung weite Anerkennung und Verbreitung. Viele moderne Tänzer dieser Zeit schließen Zugänge zum Unbewussten und daraus gewonnene Einsichten in ihre Arbeitsweise und Lehrmethode und auch in ihre Choreographien ein.

Während Psychoanalytiker versuchen, durch verbale Methoden das Unbewusste zu entschlüsseln, beginnen TänzerInnen, Methoden der Beobachtung und Methoden der Verwendung von Bewegung zu entwickeln, um Zugang zu unbewussten Schichten der Persönlichkeit zu finden. Als einige herausragende Tänzerinnen in den USA an psychiatrischen Kliniken und privaten Praxen zu arbeiten beginnen, ist der Weg frei, Tanz als Heilungs- und Behandlungsmethode wieder zu entdecken und in seinen modernen Aspekten zu erforschen.

Mary Whitehouse und Marian Chace, Letztere arbeitet eng mit J. L. Moreno zusammen, sind so sehr an der Interaktion von Psyche und Körper interessiert, dass sie sich nur noch auf die psychotherapeutischen Aspekte von Tanz konzentrieren. Der Übergang von künstlerischem Tanz zu Psychotherapie durch Tanz wird hierdurch vollzogen.

In der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts kristallisieren sich nicht nur die tiefenpsychologischen Hauptströmungen von Freud, Adler und Jung heraus, es entwickeln sich ebenfalls nonverbale körperorientierte und gruppenorientierte Methoden, die die Entwicklung der Tanztherapie begünstigen. Reich und sein Schüler Lowen (1972, 1978) lenken die Aufmerksamkeit auf die Körperstruktur, deren Ausdruck und auf die Möglichkeit, durch gezielte Übungen psychische Veränderungen zu erreichen. Der Psychiater H. S. Sullivan entwickelt die interpersonale Theorie der Persönlichkeit, die besonders von Marian Chace als Grundlage in ihre Arbeit aufgenommen wird. O. Rank (1989) konzipiert in seinem Buch „Art and Artist“ die heilenden Kräfte der Kunst und beeinflusst dadurch C. Rogers und P. Goodman.

Wissenschaftler befassen sich in demselben Zeitraum mit dem Thema der nonverbalen Kommunikation, mit der Beziehung von Körper und Seele und mit dem Körperbild (Fisher 1958; Schilder 1950). Besonders in den sechziger und siebziger

Jahren weiten sich die Studien zu nonverbalen Interaktionen immens aus (Argyle 1987; Birdwhistell 1952; Condon 1968; Kendon 1970; Scheflen 1964, 1972).

Die Grundzüge der humanistischen Psychologie durch C. Rogers (1961) und A. Maslow (1962) beeinflussen durch ihren nichtanalytischen, nichtwertenden und nichtdiagnostizierenden Ansatz tanztherapeutische Konzepte und Entwicklungen maßgeblich. Die Betonung der Einzigartigkeit des Individuums und die Idee eines kreativen und expressiven Menschen sowie der Akzent auf dem menschlichen Potenzial anstelle einer am Defizit orientierten Sichtweise sind heute, nicht nur für die Tanztherapie, selbstverständlich. „How can dance focus on pathology, when the very essence of dance is in creativity, mobility, aliveness?“ (White 1987: 13).

Nicht zuletzt sind weitere aktionsorientierte Psychotherapieformen wie die Gestalttherapie (Perls 1977), das Psychodrama (Moreno 1975) und die psychomotorische Therapie von Pessó (1969) Einflussgrößen, die die Entwicklung der Tanztherapie als eigenständige Therapieform, die mit dem Körper und der Bewegung arbeitet, unterstützen.

Zusammenfassend lässt sich festhalten: Tanztherapie entsteht aus der veränderten Auffassung von Tanz der zwanziger Jahre, repräsentiert durch den Ausdruckstanz in Deutschland und den Modern Dance in den USA. Ohne die gleichzeitige Entwicklung und Ausbreitung von tiefenpsychologischem Gedankengut sowie deren Weiterentwicklung in körpertherapeutische Ansätze, ohne die Entwicklung anderer kunsttherapeutischer Therapieformen⁴, die Entstehung der humanistischen Psychologie und der aktionsorientierten Psychotherapieformen sowie die Forschungen zum nonverbalen Verhalten ist die heutige Tanztherapie nicht denkbar.⁵

Die Gründung der American Dance Therapy Association im Jahre 1966 durch Tanztherapeuten unter der Leitung von Marian Chace ist ein bedeutender Schritt zu einem anerkannten Berufsstand. Vergleichbare Bestrebungen gibt es in Deutschland und auf europäischer Ebene seit ca. 40 Jahren. Hier ist vor allem die Gründung der ersten Deutschen Vereinigung zur Tanztherapie zu nennen (DGT), die aus der Interessengemeinschaft Tanztherapie (1980) hervorging und neben berufspolitischer Arbeit auch Fort- und Weiterbildungen anbot. 1995 vereinten sich mehrere Ausbildungsinstitute zum Berufsverband der TanztherapeutInnen Deutschlands (BTD). In diesem Verband werden bis heute die berufspolitischen Interessen von TanztherapeutInnen vertreten.

4 Der Begriff Kunsttherapie schließt hier alle Formen der Therapie mit künstlerischen Medien ein: Tanz, Musik, Drama, Poesie, Malerei etc.

5 In der Geschichte der Körperpsychotherapie lässt sich noch eine weit engere Verknüpfung von Psychoanalyse, Gymnastik und Tanz verfolgen (vgl. Geuter 2000).

1.2 Die Pionierinnen der Tanztherapie

Alle Pionierinnen der Tanztherapie haben in der Epoche des Ausdruckstanzes und des Modernen Tanzes Tanz studiert, oder sie haben bei Mary Wigman gelernt. Die Anfänge der Tanztherapie in den USA sind geprägt durch wenige charismatische Tänzerinnen, die eine große Erfahrung im Tanz als künstlerischem Ausdrucksmedium mitbringen. Klinikerin, Psychologin oder Psychotherapeutin ist zunächst keine von ihnen.

Fünf Tänzerinnen mit unterschiedlichen Persönlichkeiten und unterschiedlicher tänzerischer Erziehung markieren den Beginn der Tanztherapie in den USA: Franziska Boas, Marian Chace und Lilian Espenak an der Ostküste, Mary Whitehouse und Trudi Schoop an der Westküste. Durch Erfahrungen in ihren Tanzstudios, Berichte von Teilnehmern, eigenen Beobachtungen und durch Kontakt mit tiefenpsychologischen Therapeuten und psychiatrischen Institutionen entdecken sie den Tanz als therapeutisches Medium wieder und erhalten Gelegenheit, Tanz in verschiedenen Institutionen zu erproben. Im Folgenden werden die Gedanken und Arbeitsweisen der Pionierinnen sowie die Beiträge von Bartenieff, die Weiterentwicklung der jungianischen Tanztherapie, der psychoanalytische Ansatz und weitere Entwicklungen skizziert. Franziska Boas Einfluss auf die Tanztherapie bleibt gering, deshalb wird nachfolgend ihr Ansatz nicht weiter aufgenommen.

1.2.1 Die Tanztherapie von Marian Chace

Marian Chace ist Tänzerin in der Tanzgruppe von Ruth St. Denis und Ted Shawn, ehe sie ihr eigenes Tanzstudio eröffnet. Dort entdeckt sie bald, dass einige ihrer Schüler nicht kommen, um ihre tänzerischen Fertigkeiten zu schulen, sondern um über das Tanzen mehr Vertrauen und Selbstbewusstsein zu entwickeln. 1940 hat sie schon zwei unterschiedliche Gruppen von Schülern: eine Gruppe, die sich in Tanz trainiert, und eine zweite, die über das Tanzen Lebenshilfe sucht. 1942 beginnt sie an einer psychiatrischen Klinik mit einem Tanzprogramm in „social dance“. Seit 1942 widmet sie sich als Tanztherapeutin hospitalisierten psychiatrischen Patienten. Sie ist die treibende Kraft, die schließlich 1965/66 zur Gründung der American Dance Therapy Association führt.

Marian Chace beeinflusst, genauso wie Trudi Schoop, die tanztherapeutische Arbeit mit psychiatrischen Patienten wesentlich. Sie entwickelt ihren Ansatz durch den Kontakt mit schwer gestörten Patienten in psychiatrischen Krankenhäusern. Diese Patienten sind oft nicht in der Lage, zu sprechen oder sich frei zu bewegen, geschweige denn sich frei auszudrücken.

Für Chace ist Tanz hauptsächlich ein Mittel zur Kommunikation und erfüllt ein grundlegendes menschliches Bedürfnis. Jeder Mensch, auch der schwer kranke, hat den Wunsch zu kommunizieren. Deshalb ist Tanz ein Medium, das sehr gut geeignet ist, um Menschen in einem Kommunikationsprozess zu engagieren.⁶

⁶ Genauer werden die Vorstellungen der Pionierinnen von Tanz in Kapitel 3.3 behandelt.