

Elke Willke

# Tanztherapie

Theoretische Kontexte und  
Grundlagen der Intervention



HUBER



---

Willke  
**Tanztherapie**

Verlag Hans Huber  
**Programmbereich Gesundheit**



---

## Bücher aus verwandten Sachgebieten

Huwylar

### **Tanzmedizin**

Anatomische Grundlagen und gesunde Bewegung

3. A. 2005. ISBN 978-3-456-84134-2

Höhmann-Kost

### **Bewegung ist Leben**

Integrative Leib- und Bewegungstherapie – eine Einführung

2002. ISBN 978-3-456-83812-0

Bernard / Stricker / Steinmüller

### **Ideokinese**

Ein kreativer Weg zu Bewegung und Körperhaltung

2003. ISBN 978-3-456-83874-8

Steinmüller / Schaefer / Fortwängler (Hrsg.)

### **Gesundheit – Lernen – Kreativität**

Alexander-Technik, Eutonie Gerda Alexander und Feldenkrais als Methoden zur Gestaltung somatopsychischer Lernprozesse

2001. ISBN 978-3-456-83212-8

Todd

### **Der Körper denkt mit**

Anatomie als Ausdruck dynamischer Kräfte

2. A. 2003. ISBN 978-3-456-83927-1

Plahl / Koch-Temming (Hrsg.)

### **Musiktherapie mit Kindern**

2005. ISBN 978-3-456-84219-6

Aldridge

### **Musiktherapie in der Medizin**

1999. ISBN 978-3-456-82901-2

Weitere Informationen über unsere Neuerscheinungen finden Sie im Internet unter [www.verlag-hanshuber.com](http://www.verlag-hanshuber.com).

---

Elke Willke

# **Tanztherapie: Theoretische Kontexte und Grundlagen der Intervention**

Verlag Hans Huber

---

*Anschrift der Autorin:*

Dr. Elke Willke  
Königsbergerstr. 60  
50259 Pulheim

Lektorat: Dr. Klaus Reinhardt  
Bearbeitung: Korrekturbörse Karin Lüders, Krefeld  
Herstellung: Peter E. Wüthrich  
Umschlagillustration: Harald Schröder, Wiesbaden  
Umschlag: Atelier Mühlberg, Basel  
Druckvorstufe: ns prestampa sagl, Castione  
Druck und buchbinderische Verarbeitung: AZ Druck und Datentechnik, Kempten  
Printed in Germany

*Bibliographische Information der Deutschen Bibliothek*

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliographie;  
detaillierte bibliographische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.



Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen oder Warenbezeichnungen in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen-Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürfen.

*Anregungen und Zuschriften bitte an:*

Verlag Hans Huber  
Hogrefe AG  
Lektorat Medizin/Gesundheit  
Länggass-Strasse 76  
CH-3000 Bern 9  
Tel: 0041 (0)31 300 45 00  
Fax: 0041 (0)31 300 45 93  
[verlag@hanshuber.com](mailto:verlag@hanshuber.com)  
[www.verlag-hanshuber.com](http://www.verlag-hanshuber.com)

1. Auflage 2007

© 2007 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern  
ISBN 978-3-456-84423-7

# Inhalt

Vorwort .....	11
Einleitung .....	13
<b>Teil I</b>	
<b>Theoretischer Hintergrund .....</b>	<b>17</b>
<b>1. Geschichte und aktueller Stand der Tanztherapie .....</b>	<b>19</b>
1.1 Grundlagen der Entwicklung der Tanztherapie .....	20
1.2 Die Pionierinnen der Tanztherapie .....	24
1.2.1 Die Tanztherapie von Marian Chace .....	25
1.2.2 Der Ansatz von Lilian Espenak .....	26
1.2.3 Trudi Schoops Zugang zur Tanztherapie .....	27
1.2.4 Mary Whitehouse – die jungianisch-orientierte Tanztherapie .....	28
1.2.5 Weiterentwicklung der jungianisch-orientierten Tanztherapie .....	29
1.2.6 Die psychoanalytische Tanz- und Bewegungstherapie .....	30
1.2.7 Bartenieffs Beitrag zur Tanztherapie .....	32
1.2.8 Die weitere Entwicklung in den USA .....	34
1.3 Die Quellen der Tanztherapie in Deutschland .....	35
1.3.1 Geschichte der modernen Tanztherapie in Deutschland .....	39
1.3.2 Die Entstehung der Integrativen Tanztherapie .....	41
<b>2. Nähere Bestimmung des Standortes der Integrativen Tanztherapie .....</b>	<b>43</b>
2.1 Integrative Tanztherapie und Allgemeine Psychotherapie .....	43
2.1.1 Ressourcenaktivierung .....	44
2.1.2 Problemaktualisierung .....	46
2.1.3 Aktive Hilfe zur Problembewältigung .....	47
2.1.4 Therapeutische Klärung .....	47

2.2	Integrative Tanztherapie im Feld der Körpertherapie .....	49
2.2.1	Das Beziehungskonzept .....	50
2.2.2	Das Konzept der Wahrnehmung .....	54
2.2.3	Affektorientierung .....	56
2.2.4	Lern- und Übungszentrierung .....	57
2.3	Probleme und Stand der Forschung in der Tanztherapie .....	60
2.3.1	Forschungsmethodik .....	61
2.3.2	Forschung in künstlerischen Therapieformen .....	63
2.3.3	Stand der Forschung in der Tanztherapie .....	64
2.4	Zusammenfassung und Folgerungen .....	68
<b>3.</b>	<b>Der Tanz als Medium der Integrativen Tanztherapie .....</b>	<b>71</b>
3.1	Tanz und Gesellschaft .....	72
3.2	Historische Betrachtung und Stand der konzeptionellen Entwicklung von Tanz in der Therapie .....	75
3.2.1	Tanz bei den Pionierinnen der Tanztherapie .....	75
3.2.2	Weiterentwicklungen der Tanzkonzeptionen in der Tanztherapie .....	79
3.2.3	Bemerkungen zum Tanz als Kunst und Tanz in der Therapie .....	83
3.3	Tanzanalysen – künstlerische Tanzkonzeptionen im Vergleich .....	85
3.3.1	Tanz als zelluläre Einheit mit der Welt, Tanz als Ähnlichkeit oder Abbild (Deborah Hay) .....	89
3.3.2	Tanz als Ausdruck von Perfektion und Schönheit (George Balanchine) .....	91
3.3.3	Tanz als Ausdruck von Emotionen und existenziellen menschlichen Zuständen (Martha Graham) .....	92
3.3.4	Tanz als reine Bewegung des Körpers (Merce Cunningham) .....	93
3.3.5	Tanz als Körperbotschaft – der «postmodern dance» .....	96
3.3.6	Tanz als Spiegel gesellschaftlich-körperlicher Normierungen – das deutsche Tanztheater .....	100
3.3.7	Exkurs zum zeitgenössischen Tanz .....	104
3.3.8	Körper-, Subjekt- und Ausdruckskonzepte .....	106
3.4	Tanz in der Integrativen Tanztherapie .....	111
3.4.1	Tanz als zelluläre Einheit mit der Welt – Aspekt der Verbundenheit und Harmonie .....	112

3.4.2	Balanchines Konzept von Tanz – die ästhetische Komponente .....	113
3.4.3	Cunningham und «postmodern dance» – Erforschung der Bewegungsmöglichkeiten .....	115
3.4.4	Moderner Tanz und Ausdruckstanz – die Bedeutung der Affekte und die Ausdrucksarbeit in der Integrativen Tanztherapie .....	117
3.4.5	Deutsches Tanztheater – Bewusstheit und Sinnverständnis durch Tanz .....	127
3.5	Zusammenfassung und Folgerungen .....	131
<b>Teil II</b>		
<b>Methodischer Teil</b> .....		137
<b>4. Methoden und Techniken der Integrativen Tanztherapie</b> .....		139
4.1	Zu den Begriffen Methode und Technik .....	141
4.1.1	Methodenfragen in der Pädagogik .....	141
4.1.2	Verwendung und Definition der Begriffe Methode und Technik in der Psychotherapie .....	150
4.1.3	Methodenthematik in verschiedenen Ansätzen der Tanztherapie .....	162
4.1.4	Zusammenfassung und Folgerungen für die Methodik der Integrativen Tanztherapie .....	164
4.2	Dimensionen der Methodik in der Integrativen Tanztherapie .....	166
4.2.1	Definition von Methoden und Techniken .....	166
4.2.2	Differenzierung von Zielen .....	169
4.2.3	Zusammenhang von Methoden und Inhalten .....	171
4.2.4	Themen .....	173
4.2.5	Modifizierung der Ziele, Methoden und Techniken durch mehrfache rekursive Schleifen .....	174
4.3	Methoden der Integrativen Tanztherapie .....	177
4.3.1	Unterscheidung von Methoden der Gesprächs- und Methoden der Bewegungsführung .....	179
4.3.2	Methoden der verbalen Prozessführung .....	181
4.3.3	Methoden der Bewegungsführung .....	190
4.3.4	Abschließende Bemerkungen zu den Methoden .....	237



4.4 Techniken der Integrativen Tanztherapie .....	238
4.4.1 Techniken der verbalen Prozessführung .....	238
4.4.2 Techniken und Inhalte zur Bewegungsführung .....	245
4.5 Differenzierende Anmerkungen zur Verwendung von Methoden und Techniken .....	280
4.6 Zusammenfassung .....	282

**Teil III**

<b>Ausgewählte Aspekte einer Behandlungstheorie und Behandlungspraxis .....</b>	<b>285</b>
---	------------

<b>5. Vom Sinn und Unsinn des Spiegelns – Zur Kritik und Revision einer tanztherapeutischen Interventionstechnik .....</b>	<b>287</b>
--	------------

5.1 Hintergrund und Konzeptionen .....	290
5.1.1 Der Spiegel und die Spiegelmetapher .....	290
5.1.2 Spiegeln in der Entwicklungspsychologie und in der Entwick- lungsforschung .....	292
5.1.3 Spiegeln in der Behandlungstheorie der Psychoanalyse .....	297
5.1.4 Das Spiegeln in der tanztherapeutischen Praxis .....	301
5.1.5 Beispiele aus der eigenen Praxis .....	308
5.1.6 Zusammenfassung und kritische Anmerkungen .....	311
5.2 Weiterentwicklung der Spiegeltechnik in der Integrativen Tanztherapie .....	313
5.2.1 Differenzierung der Spiegeltechnik durch das Kestenberg Movement Profile .....	313
5.2.2 Der Beitrag von Stern zur weiteren Differenzierung der Interventionstechnik .....	322
5.3 Folgerungen für die Praxis .....	326
5.4 Schlussbemerkung .....	330

<b>6. Intermediale Transformationen – Zur Arbeit mit Bildern in der Integrativen Tanztherapie .....</b>	<b>331</b>
---	------------

6.1 Die Verwendung von Bildern und Bewegung in der Psycho- therapie .....	333
6.1.1 Bilder und Bewegung als Diagnoseinstrument .....	334
6.1.2 Malen und Tanzen als Beschäftigungstherapie .....	335

6.1.3	Induzierung von Veränderung durch die Medien .....	336
6.1.4	Heilung durch das Medium per se .....	337
6.1.5	Die phänomenologische Betrachtungsweise der Arbeit mit Medien .....	338
6.2	Unterschiede von Tanz, Bewegung und Bild .....	339
6.2.1	Tanz und Bewegung in der bildenden Kunst .....	340
6.2.2	Weitere Unterscheidungskategorien .....	341
6.3	Bemerkungen zum Prozess der Sinnfindung .....	351
6.4	Intermediale Transformationen in der Praxis .....	354
6.4.1	Die ersten Reaktionen .....	357
6.4.2	Das Bild als offener Inhalt für Bewegungsimprovisationen ...	358
6.4.3	Fokussierung auf die Gesamtqualität des Bildes .....	359
6.4.4	Fokussierung auf interessierende Bildausschnitte .....	359
6.4.5	Fokussierung auf Bildelemente als Inhalte für Improvisa- tionen .....	360
6.4.6	Fokussierung auf die Wahrnehmung .....	362
6.4.7	Ein Praxisbeispiel .....	365
6.4.8	Das Körperselbstbild und das gemalte Bild vom Körper .....	368
6.4.9	Das Panorama .....	379
6.4.10	Das Selbstporträt .....	380
6.5	Ein Interview .....	383
6.6	Zusammenfassung .....	397
<b>Resümee</b>	.....	<b>401</b>
<b>Literatur</b>	.....	<b>411</b>



# Vorwort

Meine persönliche Motivation zu diesem Buch entstand einmal aufgrund früherer Erfahrungen mit den Wirkungen der Bewegung und des Tanzes und aus der jahrelangen praktischen und theoretischen Arbeit auf dem Feld des Tanzes und der Tanztherapie. Als Akrobatenkind konnte ich den Salto schon, ehe ich laufen konnte, und machte Handstände auf den Armen meines Vaters. Spagat, Brücke, Flickflack und Salti waren mir als Kind so selbstverständlich wie anderen das Gehen und Laufen. In späteren Jahren setzte ich als Leistungsturnerin meine Bewegungskarriere fort. Während des Studiums wurde ich von Maja Lex, der Begründerin des Elementaren Tanzes, für den Tanz entdeckt. Die Wirkungen ihres Improvisationsunterrichtes ließen mich manchmal verwirrt und ratlos, manchmal verängstigt, aber immer suchend zurück. Suchend und fragend: «Was passiert eigentlich mit dem Menschen in diesem Kontext?» Später fragten mich immer wieder Teilnehmer meines Tanzunterrichts, ob ich denn wüsste, was ich mit ihnen mache, und äußerten: «Du machst ja Therapie mit uns.»

Als Diplomsportlehrerin mit dem Spezialfach künstlerischer Tanz habe ich in zahlreichen tanzpädagogischen Kontexten gewirkt, in Schulen, in Vereinen, an Universitäten, bei Workshops und Fortbildungen. Immer wieder begegnet mir dort bis heute die beeindruckende Wirkung des Tanzes und des Tanzens. In meinem Zweitstudium der Psychologie beschäftigte ich mich mit den psychologischen Aspekten der Bewegungstherapie, da zu der damaligen Zeit (1974) Tanztherapie in Deutschland nicht existierte (Willke 1988/1989/1990). Vertiefte Studien der Tanztherapie in den USA sowie eine psychotherapeutische Ausbildung gaben mir die Grundlage dafür, Tanztherapie als Körper- und Psychotherapie in Deutschland zu entwickeln, zu praktizieren und als eigenständige Weiterbildung in Zusammenarbeit mit der Deutschen Gesellschaft für Tanztherapie, die von mir mitbegründet wurde, zu etablieren (Willke 1976, 1978 b, 1985, 1991 b).

Aus den persönlichen und langjährigen professionellen Erfahrungen entstand sehr schnell die Frage nach der Wirkung von Tanz und vor allem nach dessen therapeutischem Potenzial. Die vorliegende Arbeit zeigt einen Ausschnitt aus diesen Entwicklungen, Überlegungen und Praxiserfahrungen.

## Danksagung

Das Buch stellt einen Teil der Entwicklungen und Denkweisen sowie der praktischen Arbeit der Integrativen Tanztherapie dar. Die Kolleginnen der Deutschen Gesellschaft für Tanztherapie tragen seit über fünfundzwanzig Jahren zu diesen Entwicklungen bei. Allen gebührt hierfür großer Dank.

Großen Dank schulde ich insbesondere Birgit Mayer, die mit unerschöpflicher Neugier und kritischen Fragen die Entstehung des Buches begleitet, das Manuskript wieder und wieder gelesen und mit einer ungeheuren Präzision korrigiert hat. Danken möchte ich auch Anne Fallis für die Anregungen zu einzelnen Kapiteln sowie für ihre Begeisterung über das Manuskript, die mir über motivationale Tiefen hinweghalf. Danken möchte ich Susanne Quinten und Heidrun Waidelich für ihre kritischen und hilfreichen Anmerkungen zu einigen Kapiteln. Annette Guionnet-Geis hat mir ihre Selbstporträts zur Verfügung gestellt, Brigitte Boesten hat die Körperbilder fotografiert und die Teilnehmerinnen unserer Fortbildungen haben die Erlaubnis zum Abdruck gegeben. Hierfür bedanke ich mich ganz herzlich.

Von ganzem Herzen möchte ich meinen Patientinnen und Patienten und den Teilnehmerinnen an den Fortbildungen danken, die sich mir anvertraut haben und an deren Freuden und Leiden ich teilhaben konnte. Sie alle haben mir immer wieder die Wirkung des Tanzens gezeigt und meine Erfahrung und mein Wissen bereichert.

Besonderen Dank gebührt Prof. Dr. Gerd Hölter für die Förderung und Begleitung meiner wissenschaftlichen Arbeit und Prof. Dr. Hilarion Petzold für die Unterstützung, die ich in den vielen Jahren der Entwicklung der Integrativen Tanztherapie erfahren habe.

Köln, im Januar 2007

Elke Willke

---

# 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 patientenorientiert<sup>1</sup> und weniger störungsspezifisch oder methodenorientiert. Es muss deshalb versucht werden, die Komplexität eines individuellen therapeutischen Prozesses mit theoretischen 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 1999 a). Auch Petzold (1993 a, 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 Bewe-

---

1 Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird im Text die weibliche Form benutzt, wenn es um das Feld der Tanztherapie geht. Ansonsten wird die männliche Form gebraucht – selbstverständlich sind jeweils beide Geschlechter mitgemeint.

gungsmaterial 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.<sup>2</sup> 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.

---

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!



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 dem Therapeuten Handlungsmöglichkeiten zur Feinsteuerung des therapeutischen Prozesses zur Verfügung stellen, die er 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 dieses Buches 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 der Leserin 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.

Teil I

# Theoretischer Hintergrund



# 1 Geschichte und aktueller Stand der Tanztherapie

Tanztherapie ist eine in den USA seit etwa sechzig 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 uralte 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 bezieht 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.<sup>3</sup> 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.

### 1.1 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

---

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.

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 und Tänzerinnen, 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 jeder Choreographin verwirklicht. Die Zuschauer werden hier zum ersten Mal aufgefordert, sich mit den 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 Tänzerin soll die Gefühle, die sie tanzt, 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 jeder Choreographin 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 Vertreter 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 Choreographin 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 2002 b: 14)

Aber es sind nicht nur die revolutionären Veränderungen im Tanz und seine neuen Themen, die die Entwicklung der Tanztherapie begünstigen. Der Fokus auf Selbstaussdruck, 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 Entste-

hung 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 Tänzer, 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 S. Freud, A. Adler und C. G. Jung heraus, es entwickeln sich ebenfalls nonverbale körperorientierte und gruppenorientierte Methoden, die die Entwicklung der Tanztherapie begünstigen. W. Reich und sein Schüler A. 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; Schefflen 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 Pesso (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 Therapieformen<sup>4</sup>, die Entstehung der humanistischen Psychologie und der aktionsorientierten Psychotherapieformen sowie die Forschungen zum nonverbalen Verhalten ist die heutige Tanztherapie nicht denkbar.<sup>5</sup>

Die Gründung der American Dance Therapy Association im Jahre 1966 durch Tanztherapeutinnen 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. 25 Jahren.

### 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

---

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).

Tanzstudios, Berichten 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.<sup>6</sup>

Chace entwickelt Ideen zur therapeutischen Beziehung. Für sie ist die kinästhetische Empathie, die interpersonale Beziehung auf einer Bewegungsebene, besonders bedeutsam. Ihr erstes Ziel in der Therapie ist es, eine effektive und empathische Interaktion zwischen Patientin und Therapeutin und den Gruppenmitgliedern untereinander herzustellen. Sie teilt dieselbe Grundeinstellung mit

---

6 Genauer werden die Vorstellungen der Pionierinnen von Tanz in Kapitel 3 behandelt.

dem Psychoanalytiker Ferenczi, der für die Integrative Therapie und die Integrative Tanztherapie einen wichtigen Theoriehintergrund bietet. Auch für ihn integrieren Therapeut und Patient auf einer konkreten körperlichen Ebene, und für ihn ist die therapeutische Beziehung ebenfalls im empathischen Verstehen gegründet (Ferenczi 1982). Chace etabliert diese Beziehung, indem sie die Bewegungskommunikationen der Patientin kinästhetisch und über den visuellen Sinn zu erfahren und zu erfassen sucht. Indem sie durch Bewegungen und/oder durch verbale Aussagen die Bewegungen der Patientin wiedergibt, will sie ein Gefühl von Verstehen und Akzeptanz vermitteln.

Chace hat durch ihre zahlreichen Aufsätze (Chaiklin 1975) und auch durch ihre vielen Schüler dazu beigetragen, dass ihre Grundgedanken zur Gruppentanztherapie bei psychiatrischen Patienten heute fast selbstverständliches Wissen sind. Besonders die Methode des «Chace-Kreises» und die Technik des «Spiegeln» werden heute isoliert und leider auch oft undifferenziert als Technik angewandt.<sup>7</sup>

### 1.2.2 Der Ansatz von Lilian Espenak

Lilian Espenak lernt in Europa den Modernen Tanz kennen. Sie gehört zur ersten Tanzgruppe von Mary Wigman und wird durch die persönliche Begegnung und Arbeit mit Wigman und Laban geprägt. Sie arbeitet in den USA mit neurotischen und psychotischen Patienten sowie mit retardierten und geistig behinderten Kindern in Krankenhäusern.

In ihrer Arbeit betont sie die Reintegration der Haltung als Basis für die Entwicklung oder Reintegration von körperlich-seelischen Problemen. Sie benutzt die ganze Vielfalt moderner tänzerischer Möglichkeiten z. B. Musik, Improvisation, Objekte wie Masken, Fächer und Perkussionsinstrumente.

Espenak (1985) orientiert sich an dem individualpsychologischen Ansatz von A. Adler und integriert Ideen aus der reichianischen Körpertherapie A. Lowens. Espenak nimmt an, dass die Arbeit mit dem Körper physische Stärke, Grounding und ein expressives Bewegungsvokabular entwickelt und dass dies dazu beiträgt, die ursprünglichen Gefühle von Unterlegenheit und Abhängigkeit (Adler) zu überwinden. In ihrer Gruppentherapie ist es wichtig, die Beziehung der Gruppenmitglieder untereinander zu fördern, damit sie soziale Gefühle (Adler) entwickeln können.

Espenak strukturiert ihre Therapiestunden folgendermaßen: Zu Beginn der Behandlung wendet sie einen Bewegungsdiagnostest an, um die Stärken und

---

<sup>7</sup> Vgl. dazu Kapitel 5.

Schwächen der psychophysischen Integration der Patientin herauszufinden. Diesen Test hat sie selbst entwickelt. Aufgrund der Ergebnisse arbeitet sie einen Behandlungsplan aus. Die Idee, standardisierte Informationen über die Patientin und ihre Bewegungsmöglichkeiten zu erhalten, ist zur damaligen Zeit für die Tanztherapie neu. Aus heutiger Perspektive scheinen sowohl der Bewegungsdiagnosetest wie auch die Interpretationen etwas simplifiziert und für die Komplexität der Bewegung nicht adäquat. Ein Beispiel soll dies verdeutlichen: Eine Kategorie ihres Testes nennt sie «body image». Die Patientin muss auf Zehenspitzen gehen. Die Position und die Art und Weise, wie diese Aktivität ausgeführt wird, soll Informationen über die Ich-Stärke und «self-assertion» der Patientin geben.

Soweit ersichtlich hat Espenak Tanztherapeutinnen der zweiten Generation beeinflusst. Sie scheint jedoch keine Schüler gehabt zu haben, die ihr theoretisches Konzept weitergeführt haben.

### **1.2.3 Trudi Schoops Zugang zur Tanztherapie**

Die Schweizerin Trudi Schoop wird in Europa vor dem Zweiten Weltkrieg durch viele Tanzprogramme und besonders durch ihre Tanzkomödie «Fridolin» bekannt und berühmt. Zu Beginn des Krieges löst sich ihre Tanzgruppe auf, und Trudi Schoop lässt sich in Kalifornien nieder. Dort beginnt sie, mit Patienten in einer psychiatrischen Klinik zu tanzen. Aus ihren künstlerischen Erfahrungen und den Erfahrungen in der Psychiatrie entsteht ihre Form der Tanztherapie für chronisch-psychotische Menschen (Schoop 1972; Willke 1998 b).

Ich habe Trudi Schoop persönlich gekannt und mit ihr professionell über viele Jahrzehnte gearbeitet. Schoop (1981, 1991) schildert in der ihr typischen, einfachen, doch zugleich expressiven und sehr persönlichen Sprache ihre Ansichten über Tanz als Medium der Therapie, ohne auf psychologische oder psychotherapeutische Theoriekonzepte zurückzugreifen. Von sich selbst sagt sie, dass sie schon als junge Tänzerin «ausdrucksbesessen» gewesen und den Menschen hinterhergelaufen sei, um sie und ihren Ausdruck zu studieren und zu verstehen (Willke 1998b). Tanz ist für sie das ideale Medium, um alle menschlichen Gefühle und Zustände, aber auch Begebenheiten auszudrücken.

Therapie ist für sie ein dialogischer Prozess wechselseitiger Wahrnehmung und ein Engagement in mutuellem Korrespondenz. Im Dialog treffen sich die Therapeutin so, wie sie ist, und die Patientin so, wie sie ist. Beide Menschen sind Individuen, die dasselbe Recht haben zu wählen, zu welchem Zeitpunkt sie aufeinander eingehen möchten. Hier kommt eine existenzialistisch-phänomenologische Haltung zum Ausdruck, die in die Integrative Tanztherapie Eingang gefunden hat.

Schoops phänomenologischer Ansatz, die Betonung der Arbeit am Ausdruck sowie Grundkonzepte von Tanz und therapeutischer Beziehung haben die Entwicklung der Integrativen Tanztherapie in Deutschland, so wie sie die Deutsche Gesellschaft für Tanztherapie (DGT) vertritt, beeinflusst (Willke 1985, 1990, 1991 a).

### 1.2.4 Mary Whitehouse – die jungianisch-orientierte Tanztherapie

Mary Whitehouse erhält ihre tänzerische Erziehung teils in Europa, teils in Amerika. Ihr Ansatz entwickelt sich auf diesem tänzerischen Hintergrund und durch ihre Kontakte mit der Tiefenpsychologie C. G. Jungs. Im Tanzunterricht ist sie durch Mary Wigman und deren improvisatorische Methode beeinflusst. Die Art und Weise, wie Wigman die Kreativität der Bewegung in ihren Tänzern fördert, gewinnt Einfluss auf ihre Arbeitsweise. Eine jungianische Analyse verändert ihre Sichtweise bezüglich Bewegung. Aus allen diesen Erfahrungen entsteht ihr Ansatz der Bewegung aus der Tiefe («movement in depth»).

Whitehouse adaptiert einige jungianische Konzepte, die sie für die Arbeit mit Bewegung fruchtbar findet. Ein Beispiel hierfür ist die Idee der Polarität, die sich für Whitehouse in allen Aspekten des Lebens zeigt. Polarität zeigt sich in Emotionen und in der Körperorganisation (z. B. in den Muskeln, die zwei entgegengesetzte Funktionen wahrnehmen wie die Kontraktion und die Ausdehnung) und besonders in der Bewegung. «In the world of movement a dancer does not stop to think of curved/straight, closed/open, narrow/wide, up/down, heavy/light – these are myriad pairs.» (Whitehouse 1979: 55). Deshalb scheint das Medium Tanz besonders geeignet, entgegengesetzte Bedürfnisse aufzufinden und auszudrücken.

Whitehouse nennt ihre Arbeitsweise Tiefenanalyse («depth analysis») oder Bewegung aus der Tiefe («movement in depth»). Die Klientin<sup>8</sup> und die Therapeutin arbeiten zusammen, um zum Unbewussten vorzudringen. Nur über die Innenschau, die Introversion, werden eine Bewusstwerdung und damit die allmähliche Individuation erreicht. «The growth of personality is only possible through interpenetration of consciousness with the unconscious.» (Whitehouse 1979: 54). Hierbei nutzt sie Träume, Bilder und Assoziationen und versucht, die symbolische Bedeutung dieser Modalitäten zu enthüllen und zu verstehen und dadurch zu Selbsterkenntnis und zum Wissen um sich selbst beizutragen.

---

8 Im Ansatz von Whitehouse und ihren Schülern wird meist von «client» gesprochen. Ihr Ansatz wird sehr häufig mit Klienten praktiziert, die an persönlichem Wachstum interessiert sind, und weniger mit neurotischen oder psychiatrischen Patienten.

Die Rolle der Therapeutin ist dadurch gekennzeichnet, dass sie sich und der Klientin die Erlaubnis gibt, alte Wahrnehmungen aufzugeben, dass sie fähig ist, ihre Intuition zu nutzen, und in der Lage ist, Handlungsrahmen und Handlungen oder Vorschläge anzubieten, ohne diese der Klientin aufzuerlegen. Die Therapeutin wird häufig auch als Zeuge («witness») bezeichnet. Sie gewährleistet eine haltende Atmosphäre und Umgebung und stellt eine nichtwertende Aufmerksamkeit her, die der Bewegenden erlaubt, mit Vertrauen auf ihre eigenen tiefsten Gefühle der kinästhetischen Realität zu hören.

Der jungianisch-orientierte Ansatz wird heute von Joan Chodorow (1988) und Bernstein (1980, 1984) u. a. vertreten. In Europa entwickelt Laura Sheleen (1987), ebenfalls eine Jungianerin, ihre Methode des «expression corporelle». Die besondere Arbeitsweise der jungianischen Tanztherapeutinnen in den USA wird heute oft «Arbeit an der authentischen Bewegung» genannt und in Deutschland u. a. durch Fiedler (1990) repräsentiert.

### **1.2.5 Weiterentwicklung der jungianisch-orientierten Tanztherapie**

Joan Chodorow, eine Schülerin von Whitehouse und jungianische Analytikerin, entwickelt in den siebziger und achtziger Jahren die Ideen von Whitehouse weiter. Sie stützt sich ebenfalls auf die oben erwähnten jungianischen Konzepte. Sie konzipiert fünf verschiedene Möglichkeiten von Bewegungsthemen, die gleichzeitig Stadien des therapeutischen Prozesses wiedergeben.

Chodorow unterscheidet folgende Bewegungsthemen bzw. Ursprünge von Bewegungen in der Psyche:

- bewusste ich-gerichtete Bewegungen
- Bewegungen aus dem persönlichen Unbewussten
- Bewegungen aus dem kulturellen Unbewussten
- Bewegungen aus dem primordialen Unbewussten
- Bewegungen aus der Ich-Selbst-Achse der Identität.

Die erste Kategorie, bewusste ich-gesteuerte Bewegungen, entspricht der Kategorie der kontrollierten bewussten Bewegungen von Whitehouse. Die weiteren Kategorien zwei bis vier, Bewegungen aus dem persönlichen, kulturellen und primordialen Unbewussten, unterscheidet Chodorow. Bewegungen auf der Ich-Selbst-Achse der Identität scheinen alle dynamischen Paare von Gegenpolen in einem sich bewegenden Körper zu balancieren. Solche Bewegungen entstehen