



universität
wien

MASTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Masterarbeit / Title of the Master's Thesis

„Der bewegte Mensch –
Paartanz als Erfahrungsraum für Rollen- und
Ressourcenerweiterung durch psychosoziale
Wechselwirkungen am Beispiel des Lindy Hop“

verfasst von / submitted by

Pia Noreen Müller, BSc.

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of
Master of Science (MSc)

Wien, 2020 / Vienna 2020

Studienkennzahl lt. Studienblatt /
degree programme code as it appears on
the student record sheet:

UA 066 840

Studienrichtung lt. Studienblatt /
degree programme as it appears on
the student record sheet:

Masterstudium Psychologie

Betreut von / Supervisor:

Ass.-Prof. Mag.rer.nat. Dr.phil. Harald Werneck

Tango, tangor, ergo sum.

Ich berühre, ich werde berührt, also bin ich.

Wilhelm Schmid

Danksagung

So einige Menschen haben mich auf ganz unterschiedliche Weise durch das Studium und im Schreibprozess dieser Masterarbeit begleitet und unterstützt.

Vielen Dank an meine Familie – meine Eltern, meinen Bruder, Picasso und Gaia, für eure emotionale Unterstützung und das Immer-wieder-Mut-Machen.

Danke an meine Interviewpartner*innen, dass ihr mir einen ehrlichen Einblick in eure ganz persönliche Erfahrungswelt gewährt habt.

Ein Dank geht auch an meine lieben Freunde - Yannic, Sophia, Jonathan und Daniel, für eure offenen Ohren und die ehrlichen, ernsthaften sowie vergnüglichen Gespräche.

Danke an Gitte Zeipelt und meine Studienkollegin Sophie Panholzer für das Korrekturlesen.

Danke an Dasha Kolesnyk (MSc.), Forscherin an der Universität Twente, für die inspirierenden Gespräche zu Körpersprache und *Social Touch* im Tanz.

Danke auch an Ass.-Prof. Mag.rer.nat. Dr.phil. Harald Werneck, für Ihre Aufgeschlossenheit und Unterstützung im Masterarbeitsprozess.

Danke an die vielen vergangenen und zukünftigen Tänze, die uns immer wieder dazu inspirieren, in eine Konversation ohne Worte zu treten und gemeinsam Geschichten zu erzählen.

Inhaltsverzeichnis

1.	Einleitung	1
2.	Theoretischer Hintergrund	3
2.1.	Tanzen zum Gesundwerden.....	3
2.2.	Tanzen zum Gesundbleiben.....	5
2.2.1.	Gesundheitspsychologische Modelle von Tanz und Musik	7
2.3.	Die Wirkmechanismen von Tanz.....	8
2.3.1.	Gemeinsame Bewegungsmuster.....	10
2.3.2.	Neue Bewegungsmuster.....	10
2.4.	Das alte Konzept und neue Phänomen von Lindy Hop.....	12
2.4.1.	Identität, Geschlecht und Rolle im Tanz.....	13
3.	Fragestellung und Hypothesen.....	16
4.	Methodik	18
4.1.	Leitfadengestützte Interviews	18
4.2.	Vorreflektion über den Einfluss der Autorin und die Stichprobe.....	20
4.3.	Rekrutierung und Durchführung der Interviews	21
4.3.1.	Anonymisierung.....	21
4.3.2.	Kurzvorstellung der Interviewpartner*innen.....	22
4.4.	Transkription und Auswertungsmethodik	22
5.	Ergebnisse.....	25
5.1.	Themenblock I: Personale Ebene	25
5.1.1.	Kontrast zu anderen Tänzen (K1).....	25
5.1.2.	Kontrast zum Berufsalltag und Gesellschaft (K2).....	26
5.1.3.	Gründe für das Tanzen (K3)	26
5.1.4.	Tanz als Verkörperung von Freude und Freiheit (K4).....	27
5.1.5.	Selbstwirksamkeit und positives Grundgefühl (K5 und K6)	27
5.1.6.	Körperbewusstsein und das Im-Hier-und-Jetzt-sein (K7 und K8)	28
5.1.7.	Grad an Identifizierung mit Tanz (K9).....	28
5.2.	Themenblock II: Soziales Miteinander	29
5.2.1.	Kontakte knüpfen auf freundschaftlicher und romantischer Basis (K10)..	29

5.2.2. Tanzen als Kommunikationsmittel (K11)	29
5.2.3. Tanzen als Ort für generationsübergreifende Begegnungen (K12).....	30
5.2.4. Körperliche Nähe-Distanz-Regulation (K13)	30
5.2.5. Gemeinsames Spielen (K14)	31
5.2.6. Leistungsanspruch (K15)	31
5.2.7. Vor- und Nachteile, Mitglied einer Gruppe zu sein (K16).....	32
5.2.8. Tanzen lernen als Individuum mithilfe anderer Individuen (K17).....	33
5.2.9. Symbiotische Wirkung von Sport und sozialem Miteinander (K18).....	33
5.3. Themenblock III: Tanzrollen- und Geschlechterverständnis	34
5.3.1. Rollenflexibilität als Lernprozess (K19).....	34
5.3.2. Tanzlehrer und andere Vorbilder erleichtern das Lernen der anderen Rolle (K20).....	35
5.3.3. Die andere Rolle als Zusatzherausforderung bzw. diese in sich finden (K21 und 22)	36
5.3.4. Verständnis für das andere Geschlecht (K23)	37
5.3.5. Tanzrollen und Geschlechter nebensächlich (K24)	37
5.3.6. Übertragung von Lead/Follow-Lernerfahrung auf Beziehungsgestaltung (K25) 38	
6. Diskussion der Ergebnisse.....	40
6.1. Intersubjektive Unterschiede	43
7. Conclusio	45
7.1. Resümee & Beantwortung der Forschungsfragen.....	45
7.2. Ausblick und Implikationen für die Praxis.....	46
Literaturverzeichnis.....	48
Tabellen- und Abbildungsverzeichnis	53
Anhang.....	54

1. Einleitung

„Wir lernen jetzt im praktischen Experiment, wie wichtig Analoges ist: Die Bewegung ist analog, Beziehungen, Menschen, die wir umarmen, sind analog, Berührungen sind analog. Wir können nicht auf analoges Leben verzichten – das ist die Basis“ (Meyer, im Interview mit Wilhelm Schmid, 2020).

Dieses Zitat stammt von dem Philosophen Wilhelm Schmid, der Anfang April 2020 ein Interview anlässlich der Corona-Krise gab. Er spricht davon, welche Chancen der digitale Kontakt gerade für die aktuelle Situation hat. Gleichzeitig betont er den fundamentalen Wert des analogen, ursprünglichen Kontakts.

Eine Art, um in Kontakt zu gehen, in ihm zu bleiben bzw. ihn zu intensivieren, ist die Berührung. Dafür bedarf es einer Bewegung aufeinander zu. Wenn Berührung und das freie Bewegen plötzlich als gefährlich eingestuft werden, erkennt man schnell, welchen Stellenwert es eigentlich in unserem Leben einnimmt.

Der Paartanz ist eine Freizeitbeschäftigung, in dem Berührung und Bewegung in eine enge lokale und soziale Gemeinschaft eingebettet sind. Diese können zum aktuellen Zeitpunkt nicht so fortgeführt werden, wie es die Tänzer*innen gewohnt sind. Aus „Social Dancing“ wird „Social Distancing“. Trotzdem werden digitale Orte geschaffen, um das gemeinsame Tanzen - mit Online-Tanzstunden, und live Tanzmusik usw. - aufrechtzuerhalten.

Die tanzende Gemeinschaft kann auf digitalem Weg für eine gewisse Zeit überdauern, weil die Tänzer*innen eine Geschichte teilen. Die Zutaten, die diese Geschichte zu einer bedeutungsvollen Erfahrung machen, sind die körperliche Nähe, die Musik und die entstehende emotionale Nähe durch geteilte Ideen, Spaß und Anstrengung (Kreutz & Quiroga, 2015, S. 287).

Im Erwachsenenalter wird das Tanzen oftmals als Freizeitbeschäftigung (wieder)entdeckt. Gleichzeitig ist es auch Bestandteil künstlerischer Therapieformen, die für unterschiedliche physiologische sowie psychologische Leiden ihre Wirkung entfalten. Die Forschung hat sich bislang auf Tanztherapie und Tanzinterventionen fokussiert und kommt zu dem Schluss, dass das Tanzen eine positive Wirkung auf die körperliche, mentale sowie psychische Gesundheit und die Lebensqualität hat (Koch et al., 2019).

Dabei sind zum Beispiel Tango und *Contemporary Dance* bereits vielfach untersuchte Tanzstile, die in klinischen sowie nicht-klinischen Tanzinterventionen angewandt werden (Hashimoto, Takabatake, Miyaguchi, Nakanishi, & Naitou, 2015; Pinniger, Brown, Thorsteinsson, & McKinley, 2012).

Ein Paartanz, der seit den 1980er Jahren einen besonders starken Aufschwung erlebt, ist der Lindy Hop. Er gehört zu den Swing-Tänzen und entwickelte sich in New York der 1930er Jahre. Seine afro-amerikanischen Wurzeln und die damaligen ethnischen Spannungen brachten ihn in den Blickpunkt kulturwissenschaftlicher, sozio- und anthropologischer Forschung (Hancock, 2007; Stovall, 2015; Wade, 2011). Was ihn von anderen Paartänzen unterscheidet, ist sein moderner Fokus auf *female Empowerment* und sein flexibles Verständnis der führenden und der folgenden Tanzrolle (Wade, 2011). Gerade im Hinblick auf die wachsende kritische Reflektion über die Binariät der Geschlechter und ihre Gleichberechtigung kann die Tanzform des Lindy Hop wegweisende Konzepte bieten.

Die vorliegende psychologische Forschungsarbeit setzt hier an und möchte neben den psychosozialen Wechselwirkungen von Paartanz und den Mechanismen dahinter, auch speziell das Verständnis von Geschlecht und Rolle im Lindy Hop explorativ untersuchen.

Dafür wird im folgenden theoretischen Teil zunächst die bestehende Forschungsliteratur zu den Effekten und Wechselwirkungen von Tanzinterventionen im klinischen und nicht-klinischen Kontext sowie von Tanzen als Freizeitbeschäftigung vorgestellt. Daraufhin werden die Ergebnisse in gesundheitspsychologische Ressourcenmodelle eingebettet. Es folgt eine Darlegung der möglichen Wirkmechanismen von Paartanz aus psychologisch unterschiedlichen Perspektiven. Schließlich werden Lindy Hop-spezifische Begriffe und Konzepte näher beschrieben sowie Wirkmechanismen abgeleitet. Nach Ausführung der Forschungsfrage und den Hypothesen wird der empirische Teil vorgestellt. Dieser beschreibt die Ergebnisse der durchgeführten qualitativen Interviews und mündet in einer Diskussion, in der Theorie und Empirie verknüpft werden sollen.

2. Theoretischer Hintergrund

Das Tanzen ist eine intentionale rhythmische Form der Körperbewegung. Es geschieht kulturbedingt und nonverbal, wobei die Bewegung immer einen inhärenten und ästhetischen Sinn verfolgt. Sie wird oft mit Musik verknüpft (Hanna, 1979).

Diese Definition des Tanzes beinhaltet viele Aspekte, u.a. der körperlichen Bewegung, der Kultur, der (nonverbalen) Kommunikation und der Musik. In der psychologischen Theorie und Forschung werden diese Teilbereiche aufgegriffen. Um sich der Vielschichtigkeit des Tanzes anzunähern, werden auch in den folgenden Unterkapiteln diese Anteile immer wieder beleuchtet.

2.1. Tanzen zum Gesundwerden

Das Interesse um die Effekte und Mechanismen von Tanztherapie und Interventionen scheint in den letzten zehn Jahren stark gestiegen zu sein, da deutlich mehr qualitative als auch evidenz-basierte quantitative Studien zu diesen Themen veröffentlicht worden sind als zuvor. Zu diesem Schluss kommt eine aktuelle Meta-Analyse von 2019, in der Koch et al. die Effekte und Wechselwirkungen von kontrollierten Interventionsstudien seit 2012 aus den Bereichen der Tanz- und Bewegungstherapie (TBT) und der Tanzinterventionen analysiert haben.

TBT ist ein Sammelbegriff für psychotherapeutische Verfahren, die das Tanzen und die Körperbewegung in den Mittelpunkt ihrer Behandlung stellen. Ihre Ursprünge reichen zurück in die 1920er Jahre, in denen der ungarische Tänzer Rudolf von Laban (1879-1958) als zentrale Figur mitwirkte. Das Ziel der TBT ist es, individuelle, geistige, seelische, körperliche und kommunikative Ressourcen zu aktivieren (Kreutz & Quiroga Murcia, 2015).

Unter Tanzinterventionen werden z.B. Tanzprojekte verstanden, die für einen bestimmten Zeitraum für verschiedene Zielgruppen wie Senior*innen in Pflegeheimen oder Kindern aus sozial-benachteiligten Familien angeboten werden. Sie sind von eher pädagogischer Natur und haben das Ziel, Unterhaltung zu bieten und die Gemeinschaft zu stärken (Kreutz & Quiroga Murcia, 2015). TBT und Tanzinterventionen ohne therapeutischen Hintergrund konnten in der Metaanalyse zusammengenommen werden, da ihnen dieselben Mechanismen zugrunde liegen. Auf diese wird in Kapitel 2.4 näher eingegangen.

Die Zielgruppen der inkludierten Studien unterscheiden sich erheblich in dem Alter und dem Vorhandensein bzw. der Art der klinischen Diagnose. So richten sich die

Interventionen an Kinder, Erwachsene oder ältere Menschen. Die Diagnosen umfassen u.a. Schizophrenie, Parkinson, Depression, Autismus und Krebs. Auch Stressmanagement, Fettleibigkeit oder Trauma sind Themen, die aufgegriffen werden. Während die Ergebnisse zu psychomotorischen Fähigkeiten in den Studien durchweg konsistent sind, zeigen die übrigen inkludierten Ergebnisse zu Lebensqualität, interpersonalen und kognitiven Fähigkeiten sowie den klinischen Kategorien u.a. zu Angststörung und Depression eine Inkonsistenz der Effekte.

Diese Inkonsistenz ist nicht gegeben, wenn man die Effekte allein für die TBT betrachtet. Hier ist der Effekt grundsätzlich klein, signifikant und homogen. Aus den Ergebnissen lässt sich schließen, dass TBT Depression und Angststörung eher senkt und die Lebensqualität sowie interpersonale und kognitive Fähigkeiten steigert.

Tanzinterventionen zeigen in der Analyse einen großen, signifikanten, jedoch inkonsistenten Effekt. Sie steigern vor allem die psychomotorischen Fähigkeiten, was durch Studien zu Parkinson belegt wird (z.B. Hashimoto et al., 2015).

Wie die Analyse zeigt, erbringen die Studien zu Tanzinterventionen eine Bandbreite an unterschiedlichen Ergebnissen mit großen positiven Effektstärken im Gegensatz zu TBT-Studien. Mögliche Gründe liegen in den jeweiligen Stichproben, die einige Unterschiede aufweisen. Die Studien zu Tanzinterventionen basieren vornehmlich auf nicht-klinischen, die TBT-Studien auf klinischen Stichproben. Koch et al. weisen darauf hin, dass klinische Stichproben tendenziell immer geringere Effekte produzieren. Eine größere Altersspanne, kleinere Stichproben sowie eine stärkere Heterogenität in den Methoden und der Implementierung der Tanzinterventionen könnten weitere Gründe sein. Außerdem wird in den Studien zu Tanzinterventionen weniger randomisiert und nicht immer werden vollständige Informationen zur Durchführung in den Ergebnisberichten bereitgestellt (Koch et al., 2019).

Neben den zahlreichen Interventionsstudien, wie sie in der Metaanalyse von Koch et al. (2019) aufgegriffen werden, bietet es sich auch an, Interventionen zu vergleichen. So untersuchten zum Beispiel Pinniger et al. (2012) die Wirkung von Tango Argentino-Unterricht auf Depression und Stresslevel im Vergleich zu Achtsamkeits-Meditation und einer Wartelisten-Kontrollgruppe. Nach einem sechswöchigen Programm war die Depressionsrate in der Tango- und in der Meditationsgruppe signifikant gesunken. Das Stresslevel war nur in der Gruppe der Tangotänzer*innen signifikant niedriger. Das Teilnehmen an Tangostunden stellte sich als ein signifikanter Prädiktor für erhöhte Achtsamkeitswerte heraus.

2.2. Tanzen zum Gesundbleiben

Neben dem Tanz als Mittel zur Intervention, um bewusst Heilungsprozesse auf psychologischer und physischer Ebene in Gang zu setzen, wird das Tanzen auch als ein Freizeitvergnügen angesehen. Dies geschieht in einer gesunden Population zur Prävention und Erhöhung der Lebensqualität (Zarobe & Bungay, 2017). Vor allem für Kinder gibt es ein breites Angebot an Tanz-, Musik- und Bewegungsprogrammen. Entsprechend ist die Forschung in diesem Bereich auch schon besonders aktiv gewesen (Linnavalli, Putkinen, Lipsanen, Huotilainen, & Tervaniemi, 2018; Lobo & Winsler, 2006; Rabinowitch & Meltzhoff, 2017). Die gesundheitlichen Wirkungen von Tanzen in einem nicht-klinischen Kontext sind für das Erwachsenenalter vergleichsweise wenig erforscht worden.

Welche Menschen entscheiden sich überhaupt, mit dem Tanzen in ihrer Freizeit anzufangen?

Tanzgruppen können sehr unterschiedlich aussehen - von Volkstanztreffen bis Techno-Massenveranstaltungen für vor allem jüngere Erwachsene. Dies macht es schwer, allgemeingültige Aussagen über die Motive zu treffen, die zu einem Szenenanschluss führen (Kreutz, 2019). Maraz, Király, Urbán, Griffiths und Demetrovics haben 2015 im Rahmen einer Studie einen Fragebogen entwickelt, der die Motivation für Partnertanz erfassen soll. Die Faktorenanalyse ergab acht motivationale Faktoren, aus denen sich das *Dance Motivation Inventory* (DMI) ergibt: Fitness, Stimmungsaufhellung, Intimität, Soziale Kontakte, Trance, Beherrschung, Selbstvertrauen und Realitätsflucht.

Kreutz untersuchte 2008 in einer Studie unter anderem die Motivationen von Tangotänzer*innen. Er kam zu dem Ergebnis, dass vor allem Stressreduktion, sozialer Kontakt und Fitness im Zentrum standen. Hier finden sich Überschneidungen mit dem DMI. Darüber hinaus schätzten die Tänzer*innen auch besonders die Atmosphäre und den Gefühlsausdruck beim Tanzen. Erotik und Sexualität waren Aspekte, die am unwichtigsten erschienen.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist der häufige Partnerwechsel. Dieser stellt sicher, dass niemand ausgegrenzt wird und alle am Tanzen teilhaben können. Kreutz spricht von einer Chance der wechselseitigen Annäherung und Distanzierung, nicht nur körperlich, sondern überhaupt im Umgang miteinander. Dies gilt vor allem auch für Tanzpartner*innen, die zugleich Lebenspartner*innen sind (2019).

Weitere Faktoren, die das Tanzerlebnis beeinflussen können, sind die Musik und der/die Partner*in im Paartanz. Quiroga, Bongard und Kreutz haben 2009 eine experimentelle Studie dazu durchgeführt, indem sie Tangokursteilnehmer*innen zu vier verschiedenen Bedingungen tanzen ließen, mit bzw. ohne Musik und Partner*in. Die Stimmung war subjektiv am besten während des Tanzens mit Partner*in und Musik. Der gemessene Testosteron-Wert war bei beiden Geschlechtern in dieser Bedingung signifikant höher als in den anderen Bedingungen. Das Cortisol-Level sank eher, wenn Musik vorhanden war, als beim Tanzen ohne Musik mit Tanzpartner*in. Dass Musik einen erheblichen Einfluss auf das Erleben im Tanz hat, ist nicht verwunderlich. Ein gesundheitspsychologisches Forschungsgebiet, das sich in den letzten Jahren zunehmend etabliert hat, beschäftigt sich mit den Ressourcen von musikalischer Aktivität und ihrer Bedeutung für Lebensqualität, Wohlbefinden und Gesundheit des Menschen. Das Spielen von Instrumenten, Singen, Tanzen oder simples Musikhören sind Gegenstand von immer mehr empirischen Studien. Diese können frühfördernde, präventive sowie therapeutische Wirkungen zum Ziel haben (Kreutz & Bernatzky, 2015). Grundsätzlich sei dennoch gesagt, dass die Veränderungen, die durch Musik induziert werden können, zumeist unspezifisch sind. Sie können auch mit anderen Beschäftigungen erreicht werden (Kreutz & Bernatzky, 2015).

Auch in der Musikforschung herrscht eine große Diversität in den Ansätzen, Methoden, Ergebnissen und ihren Interpretationen. Dies kann eine Hürde im Hinblick auf die Ableitung von Theorien darstellen (MacDonald, Kreutz, & Mitchell, 2013). MacDonald et al. folgern jedoch, dass die Bandbreite an Anwendungen von Musik in gesundheitsfördernden Bereichen zeigt, dass die Grundidee von Musikinterventionen mehr ist als nur das metaphorische Berührt- oder Bewegt-Werden (2013).

Wie Swing-, Lindy Hop- und Standardtänzer*innen den Nutzen ihres Hobbys subjektiv wahrnehmen, untersuchte eine Forschungsgruppe um Lakes et al. (2016).

Die Mehrheit berichtete von positiven Wirkungen auf ihre Stimmung, Kognition, körperliche Fitness und auf ihr soziales Leben. Die beiden letzten Aspekte steigerten sich in ihrem Ausmaß, je länger und öfter die Teilnehmer*innen tanzten. So kommen Lakes et al. (2016) zu dem Schluss, dass eine positive Selbstwahrnehmung auf körperlicher, kognitiver, sozialer und affektiver Ebene mit Paartanz zusammenhängt. Zu einem ähnlichen Schluss kommt auch eine aktuelle systematische Review von Schwender, Spengler, Oedl und Mess (2018). Sie trugen die Ergebnisse von

quantitativen und qualitativen Studien zusammen, die Veränderungen des Selbst bei Kindern und Erwachsenen durch Tanzinterventionen untersucht haben.

Ähnlich wie Koch et al. (2019) merken sie an, wie erheblich sich die Studiendesigns sowie ihre Qualitäten voneinander unterscheiden. Auch in ihren Ergebnissen finden sich Unterschiede: Studien mit einem qualitativen Ansatz berichten dem Review zufolge bei Erwachsenen von erhöhter Ausdrucksfähigkeit, Selbstwirksamkeit, erhöhtem Selbst- und Körperbewusstsein sowie Selbstvertrauen und Verwirklichungsstreben. Quantitative Studien berichten tendenziell von Verbesserungen in der körperbezogenen Wahrnehmung. Die Ergebnisse widersprechen sich teilweise in Bezug auf Selbstachtung und Selbstwirksamkeit.

Die Studie von Lakes et al. (2016) und die Studien in dem vorgestellten Review zeigen, dass Tanzen ein wertvoller Ansatz sein kann, um Aspekte des Selbst zu stärken. Durch die starken Unterschiede in den Stichproben, den Interventionsinhalten, den Methoden und den allgemeinen Studienqualitäten können diese Ergebnisse jedoch nur eingeschränkt verallgemeinert werden. Darüberhinaus ist die Anzahl dieser Studien nicht groß genug, um den einzelnen Konstrukten eine solide Evidenz zuzusprechen (Schwender et al., 2018).

2.2.1. Gesundheitspsychologische Modelle von Tanz und Musik

Wie in den vorigen Kapiteln herausgearbeitet wurde, ist tänzerische Aktivität mit Selbstachtung, Selbstwirksamkeit (Schwender et al., 2018), sozialen Fähigkeiten (Lakes et al., 2016) und sozialem Engagement (Trainor & Cirelli, 2015) in Verbindung gebracht worden. Diese Charakteristika stehen im Zusammenhang mit dem Konzept der Widerstandsfähigkeit bzw. Resilienz, einer zentralen Komponente von mentalem Wohlbefinden (Zarobe & Bungay, 2017).

Verschiedene Modelle haben sich mit dem Thema der Widerstandsfähigkeit befasst. Während sich die Begrifflichkeiten unterscheiden, haben im Kern alle Definitionen gemeinsam, dass sie Resilienz intrinsische und extrinsische Faktoren zuschreiben. Diese Faktoren können als Schutzfaktoren bzw. Widerstandsressourcen (Antonovsky, 1997) beschrieben werden, die die psychische und körperliche Gesundheit fördern und die Wirkung von Stressoren mehr oder weniger abfangen (Faltermaier, 2017).

Das *psycho-physiologische Modell über die gesundheitlichen Auswirkungen musikalischer Aktivitäten* (Kreutz & Bernatzky, 2015) beschreibt, dass ein

musikalisches Aktivsein, alleine oder in der Gruppe, Mechanismen aktiviert, die wiederum in komplexen Wechselbeziehungen zueinanderstehen.

Die Aktivierung von psychischen, körperlichen und seelischen Ressourcen, von positiven Affekten sowie die Minderung von Stress und die Erhöhung von Immunkompetenz soll bereits bestehende Krankheiten und Verletzungen heilen und ihre Entstehung verhindern. Außerdem werden die Lebensqualität und das Wohlbefinden erhöht (Kreutz & Bernatzky, 2015). Diese gesundheitlichen Wirkungen finden wir in den Studien, wie sie oben bereits vorgestellt wurden (Koch et al., 2019, Schwender et al., 2018).

Was dieses Modell nicht miteinschließt, ist der Kontext, der einen erheblichen Einfluss auf die Wirkung der musikalischen Stimulationen hat.

Damit diese Wirkung z.B. von Singen und Tanzen auch in potenziell schwierigen Kontexten bzw. Lebensumständen erhalten bleibt, muss die musikalische Aktivität verständlich, handhabbar und bedeutsam sein. Das dadurch entstehende Kohärenzempfinden verhilft der Person, die widrigen Kontexte zu ändern, indem sie sich selbst und die Umwelt neu erlebt und ihr Denken, Fühlen und Erleben neu bewertet. Dadurch können die Lebensqualität und das Wohlbefinden erhöht und eventuelle Schmerzen gelindert werden. Die gesunden Anteile im Menschen werden allgemein gestärkt. Dies beschreibt das *Kontext-Modell musikalisch induzierter Veränderungen*, das ebenfalls von Kreutz und Bernatzky aufgestellt wurde (2015).

2.3. Die Wirkmechanismen von Tanz

Aus der Darlegung der aktuellen Forschungsergebnisse in den letzten Kapiteln geht hervor, dass sich das Tanzen als therapeutisches bzw. präventives Mittel und als Freizeitbeschäftigung positiv auf die (wahrgenommene) mentale und körperliche Gesundheit auswirkt (Koch et al., 2019; Lakes et al., 2016; Schwender et al., 2018). Ein Grund dafür könnte seine ressourcenaktivierende Kraft sein (Kreutz & Bernatzky, 2015).

In dem nun folgenden Kapitel wird darauf eingegangen, wie genau und warum das Tanzen, hier der Paartanz, diese oben genannten Wirkungen haben kann.

Wie Koch in einem Artikel von 2017 anmerkt, wurden theoretische, kognitive Modelle bislang nur für die Wahrnehmung und Wertschätzung von künstlerischer Aktivität erstellt (vgl. Leder, Belke, Oeberst, & Augustin, 2004), nicht aber für das aktive Schaffen von Kunst bzw. einer ästhetischen Erfahrung über Emotionen hinaus (Leder

& Nadal, 2014). Koch schlägt daher ein Modell vor, dass aktive und interaktive Elemente integriert. *Embodied aesthetics*, also die Verkörperung - die Erfahrung von Kunst „mit Haut und Haar“ - wird hier in den Fokus gerückt.

Koch stellt ein zirkuläres Modell vor (2017), das den passiven Aspekt der Impression, also der ästhetischen Beurteilung und Emotion nach Leder und Nadal (2014), erweitert durch den aktiven Aspekt der Expression durch künstlerisches Schaffen. Die tanzende Person gibt ihren gedachten und gefühlten Impressionen (z.B. durch Körperresonanz, beim Beobachten anderer Tänzer*innen, beim Geführt-Werden) eine neue Bedeutung, indem sie die künstlerische Erfahrung aktiv in ihren Bewegungen und im Miteinander umsetzt. Dies wird von der Person beurteilt und gefühlt, wodurch sie wiederum beim impressiven Teil des Modells anlangt.

Koch (2017) hat auf Basis bestehender Literatur fünf Mechanismen identifiziert, durch die spezifisch kreative künstlerische Therapien wirken. Diese können auch auf das einfache Tanzen übertragen werden. Das Bedürfnis nach Lust und Spiel, Ästhetik, (nonverbaler) Sinnbildung, einem aktiven Handlungsraum und schöpferischer Kraft kann sowohl zu Expression im Tanz führen als auch ein Ergebnis dieser aktiven Tanzerfahrung sein.

Der *erste Faktor* bezieht sich auf die hedonistischen Aspekte Lust und Spiel. Dabei handelt es sich um eine positive affektive Erfahrung im Tanz, die nicht zielorientiert ist. Wiedenhofer, Wagner, Hofinger und Koch (2016) haben diesen Faktor bereits in einer Studie anhand von Improvisation im Tanz untersucht und mit zielorientierter Bewegung verglichen. Die Ergebnisse zeigten, dass nur die nicht-zielorientierte Tanzbewegung signifikante Verbesserungen in psychologischen Maßen zu Stress, Wohlbefinden und (Körper)-Selbstwirksamkeit erbrachte.

Der *zweite Faktor* integriert die affektive und kognitive Funktion von Tanz in der Erfahrung von Ästhetik und Schönheit in seinen eigenen und gemeinsamen Bewegungen mit einem Partner bzw. einer Partnerin. Dabei geht es vor allem um den eigenen authentischen Ausdruck.

Der *dritte Faktor*, die (nonverbale) Sinnbildung, umfasst das Verstehen, Teilen und Regulieren innerhalb der Tanzerfahrung. Dabei geht es auch um das „Gesehen-Werden“ und die Spiegelung. Bei diesem Faktor kommt zum Ausdruck, dass Tanz eine identitätsstiftende, soziale, sogar transpersonale Funktion hat.

Der *vierte Faktor* bezieht sich auf den Tanz als aktiven Handlungsraum. In diesem Raum kann die Person ihre Selbstwirksamkeit spüren. Außerdem kann sie Rollen

ausprobieren oder etwas inszenieren. Der/die Tanzende kann das Altbekannte mit dem Neuen verbinden.

Schließlich hat Tanz auch eine schöpferische Kraft als *fünften Faktor*. Es ist Ausdruck von Kreativität und bestärkt die Selbstwirksamkeit, die Gewissheit, „dass ich was kann“ und etwas Neues erschaffen kann.

Die genannten Faktoren wirken also auf einer kognitiven, sozialen, emotionalen, körperlichen sowie einer Identitäts-Ebene. Diese vielschichtige Wirkung findet sich in den bereits angeführten Studien in den vorigen Kapiteln wieder (Koch et al., 2019; Lakes et al., 2016; Schwender et al., 2018) und sie ergänzt die erwähnten Modelle von Kreutz und Bernatzky (2015), die von einer Ressourcenaktivierung auf vielen Ebenen ausgehen.

2.3.1. Gemeinsame Bewegungsmuster

Das individuelle Lustempfinden der Tänzer*innen, von dem Koch (2017) sprechen, akkumuliert sich in einer Gruppenerfahrung. Wenn positive Affekte wie Spiel und Lust in der Gruppe von Tänzer*innen geteilt werden, haben diese signifikant positive Effekte auf die soziale Integration (Knight & Eisenkraft, 2015). Auch das gemeinsame synchrone Bewegen im Tanz kann zu einem verstärkten Gruppengefühl beitragen:

Schon im Kindesalter führt simples synchrones Schaukeln zu mehr prosozialem Verhalten unter Kindern als bei asynchronem Schaukeln, wie eine Studie von Rabinowitch und Meltzoff (2017) zeigt. Die Studienergebnisse zu einem möglichen Zusammenhang von synchroner Bewegung und altruistischem Verhalten bei Erwachsenen sind inkonsistent (Tarr et al., 2016; Valdesolo & DeSteno, 2011).

Es zeigte sich aber u.a. ein erhöhtes Gruppengefühl und mehr Kooperation unter den Personen, die sich synchron zu demselben Rhythmus bewegten (Tarr et al., 2016). Ein Grund dafür könnte darin liegen, dass sich die Teilnehmer*innen als ähnlich wahrnehmen und daher sich und andere als Teil einer Einheit fühlen (Pines & Giles, 2017). Darüber hinaus deuten Studien darauf hin, dass sich das Gruppengefühl verstärkt, je komplexer die synchronen Bewegungen sind, weil mehr Zeit und Bemühungen investiert wurden (Wiltermuth & Heath, 2009).

2.3.2. Neue Bewegungsmuster

Das Tanzen bietet ein Übungsfeld, das es leicht macht, sich neu zu erleben. Wenn z.B. das Tanzen mit einem*r anderen Tanzpartner*in oder neue Tanzschritte als

verstehbar, handhabbar und bedeutsam wahrgenommen werden, können diese als Erfolgserlebnisse die Selbstwirksamkeit stärken (Fleischle-Braun, 2005; Koch, 2017). Darüber hinaus kann ein neuer Tanzschritt, eine neue Bewegung, auch Emotionen hervorrufen.

Bewegungen haben eine emotionsregulierende Wirkung. So konnte in einer Studie von Shafir, Tsachor und Welch (2016) mithilfe der Laban Bewegungsanalyse (LBA) gezeigt werden, welche Bewegungen die vier Grundemotionen Freude, Angst, Traurigkeit und Wut jeweils verstärken. In einem Follow-up Artikel setzten sich dieselben Autor*innen (Tsachor, & Shafir, 2017) mit den Erkenntnissen der LBA und ihre Übertragung auf den Alltag auseinander. Dabei kamen sie zu dem Schluss, dass die Erweiterung und Modulation von Bewegung die Resilienz und Selbstwirksamkeit stärke und das Einlassen auf emotionale Herausforderungen fördere. Dies basiere auf der wachsenden Achtsamkeit für die eigene Körpersprache. Damit sind hier die Signale gemeint, die uns der Körper über bestimmte Emotionen sendet.

Van de Kamp, Emck, Cuijpers und Beek konzeptualisierten diese Wechselwirkung von Emotion und Körperbewegungen zu einem psychomotorischen Diagnoseinstrument (PMDI, 2018). Mit diesem könne man auf standardisierte Weise nonverbale Informationen über Körperhaltung, das Bewegungsverhalten und den Gesichtsausdruck sammeln und analysieren. Das Instrument soll zur Diagnostik und bewegungstherapeutischen Behandlungen der Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) beitragen. Muskelspannung, Monotonie oder Steifheit in der Bewegung sowie Ausmaß der Misstrauensgefühle im Kontakt mit dem/der Therapeut*in sind Beispiele für das Messen der Subskalen.

Körperbewegung spiegelt also Gefühle wider. Wenn Bewegungsmuster verändert werden, soll dies auch auf einer mentalen Ebene zu psychologisch relevanten Veränderungen führen. Das ist das Konzept der tanz- und bewegungstherapeutischen Arbeit (Kreutz & Quiroga Murcia, 2015). Die Frage „Was löst diese Bewegung in mir aus?“ kann auf der emotionalen Ebene beantwortet werden, aber auch auf der kognitiven:

Das Forschungsfeld um *Embodied Cognition* geht davon aus, dass höhere kognitive Funktionen auf niedrigeren sensomotorischen Prozessen beruhen (Leman & Maes, 2015). Basierend auf ihrer qualitativen Studie stellt Wade (2011) die Theorie auf, dass die körperliche Tanzerfahrung von Lindy Hop auf der kognitiven Ebene zu einem Umdenken in Bezug auf Geschlechterrollen führen kann.

In folgendem Kapitel soll näher auf die spezifischen Wirkmechanismen im Lindy Hop eingegangen werden.

2.4. Das alte Konzept und neue Phänomen von Lindy Hop

Ein Tanz, der bislang nur in anthropologischen und soziologischen Kontexten betrachtet und erforscht wurde, ist der Lindy Hop. Das Konzept dieses Tanzes, welches in der Einleitung skizziert wurde, wird in diesem und folgenden Kapiteln näher ausgeführt und seine Teilaspekte näher beleuchtet. Die Grundhaltung und Dynamik des Lindy Hop und ihre Symbolik wird mit bestehenden psychologischen Forschungsmodellen verknüpft.

Der Lindy Hop hat seine Ursprünge in der afroamerikanischen Kultur, die im Zuge der *Harlem Renaissance* einen Aufschwung im Nordamerika der 1920er Jahre erlebte. Während der Tanz u.a. von Steptanz, Charleston, Jazz und Standardtanz beeinflusst wurde, war er auch eine Inspiration für die Entwicklung neuer Tänze, wie dem Rock n' Roll, Jive und Boogie Woogie. Er gehört zur Familie der Swing-Tänze, die u.a. Balboa und Collegiate Shag beinhaltet.

Das regelmäßige Zusammenkommen z.B. im *Savoy Ballroom* war von großer Bedeutung für die vornehmlich dunkelhäutigen Tänzer*innen. Es stellte einen vergnüglichen Kontrast zu ihrem harten Arbeitsalltag und den damit einhergehenden finanziellen Sorgen dar, die die breite Bevölkerung nach dem ersten Weltkrieg und noch verstärkt in der Wirtschaftskrise ab 1930 erlebte (Stowe, 1998).

Seit den 1990er Jahren erlebt diese Tanzform einen Aufschwung, mit dem auch eine neue Welle an wissenschaftlicher Auseinandersetzung einhergeht. Diese reflektiert z.B. kritisch die Übernahme und Integration dieses afroamerikanischen Tanzes in die westliche Kultur (Usner, 2001).

Lindy Hop kann zu sehr unterschiedlichen Tempi von Swing-Musik getanzt werden. Je nach Thema des Stückes, Sänger*in und Instrumentenkombination kann sich die Stimmung, die Energie, die Spannung in einem Musikstück von einem anderen unterscheiden. Mit der Zeit lernt man als Tanzschüler*in, diese verschiedenen Nuancen zu erkennen und auch im Tanz mit dem Körper auszudrücken. Dabei ist man nicht allein, sondern kommuniziert mit seinem/r Partner*in. In beiden löst die Musik etwas aus, das dann mit dem Körper ausgedrückt wird. Neben den Grundschritten sind

improvisierte Tanzschritte seit der Entstehung dieses Tanzes ein zentrales Charakteristikum (Manning & Millman, 2007).

Eine weitere Besonderheit des Lindy Hop ist, dass seit den Anfängen um 1930 das Geschlecht der Tänzer*innen nicht derartig strikt mit der führenden bzw. folgenden Tanzrolle assoziiert ist wie z.B. im Standardtanz. Gleichzeitig bedeutet eine folgende Rolle nicht nur ein passives „Folgen“, da wechselseitige Impulse erkannt, angenommen oder modifiziert werden können (Monaghan, 2001). Wie in jedem Gespräch kann es auch hier zu Missverständnissen und Unstimmigkeiten kommen, wenn Impulse nicht erkannt oder nicht angenommen werden.

Ballett und Standardtanz sind zwei Tanzsparten, die standardisierten Tanzfiguren folgen. Diese Standardisierung gilt auch für die jeweils „männlichen“ kraftvollen und „weiblichen“ feinen und geschmeidigen Bewegungsmuster (Hanna, 2010). Die Loslösung von diesen geschlechtsspezifischen Bewegungsmustern wurde u.a. durch Martha Grahams *Contemporary Dance* am Anfang des letzten Jahrhunderts in Gang gesetzt (Pines & Giles, 2017). Lindy Hop ist daher nicht der einzige und erste Tanz, der sich von einem binären Erscheinungsbild distanziert.

2.4.1. Identität, Geschlecht und Rolle im Tanz

Wenn jemand einer Lindy Hop-tanzenden Gruppe zuschaut, bekommt er bzw. sie eine Idee – ein Gefühl – von genau der Kultur, die mit diesem Tanz transferiert wird. Dies geschieht durch den Klang der Musik, die Tanzfiguren, die Kleidung der Tänzer*innen. Polhemus bezeichnet den Tanz auch als *Abstraktion von physischer Kultur*, als *Metaphysik von Kultur* (1993, S.7). Durch das Ausleben dieser gemeinsamen Kultur nimmt der/die Zuschauer*in die Tanzenden als soziale Gruppe wahr. Gleichzeitig identifizieren sich die tanzenden Individuen selbst als Mitglieder dieser sozialen Gruppe. Die hier spezifische Rolle des/der Tänzer*in gibt ihnen eine Identität (Pines & Giles, 2017; Renshaw, 2006). Hier findet sich auch der Aspekt des „Gesehen-Werdens“ nach Koch wieder (2017). „Ich werde als Teil einer Gruppe gesehen“ fällt unter den bereits beschriebenen Mechanismus der Sinnbildung durch Interaktion (Koch, 2017).

Identitätsstiftend ist außerdem das Geschlecht, dem sich die Tänzer*innen zugehörig fühlen. Dieses kann als ein Konzept verstanden werden, das durch die Zuordnung zu einem biologischen Geschlecht, die Erziehung, Kleidung und durch Kommunikation

konstruiert wird (Steffens & Viladot, 2015).¹ Jede Gender-Kategorie geht mit bestimmten sozialen Normen und Erwartungen einher. In der Interaktion mit anderen werden diese ausgeführt und indirekt kontrolliert (Palomares, 2012).

Der Tanz bietet einen Kontext, in dem Gender ebenfalls dargestellt und kommuniziert werden kann. So wie es Verhaltensweisen und Persönlichkeitseigenschaften gibt, die den männlichen bzw. weiblichen Stereotypen zugeschrieben werden (Athenstaedt & Alfermann, 2011), so lassen sich auch eher männliche und eher weibliche Tanzbewegungen differenzieren. Polhemus spricht hier auch von zwei unterschiedlichen Kulturen, die im Paartanz kollidieren (Polhemus, 1993, S.7f).

Im Lindy Hop wird diese Kollision in einer besonderen Art und Weise aufgelöst. Aus den zwei Kulturen wird eine, die über die Binarität der Geschlechter hinausgeht.

Dies reflektiert sich auch in der Wortwahl für die Bezeichnungen der Tanzpartner*innen. Es wird nicht von *Dame* und *Herr* gesprochen, sondern von *Lead/Leader* (Führer*in) und *Follow/Follower* (Folgende*r). Damit hat sich die internationale Tanzszene des Lindy Hop die Begriffe aus dem Englischen angeeignet, die statt „ladies“ und „gentlemen“ oft übergreifend für alle Paartänze verwendet werden. Die Tanzrolle ist dadurch nicht zwangsläufig an ein Geschlecht gebunden (Kaminsky, 2020).

Neue Tänzer*innen werden in den Tanzkursen langsam an dieses Konzept herangeführt. Viele lernen mit der Zeit die zweite Rolle bzw. in sogenannten Role-Switch-Kursen auch beide gleichzeitig. Außerdem lernen sie durch weitere Tanzfiguren und Schrittfolgen, dass die führende Rolle auch nicht immer nur führt und die folgende Rolle nicht immer folgt. Tänzer*innen erkennen mit wachsendem Wissen und Fähigkeiten im Tanz, dass das Konzept von Führen und Folgen relativ ist und die Möglichkeit besteht, die Rollen im Tanz durch wechselseitige Impulse zu verhandeln (Wade, 2011). Dass dies einem allmählichen Prozess unterliegt, wird in Wades Studie deutlich (2011). Die Sicht auf die Rollenflexibilität im Tanz erweitert sich mit der Tanzerfahrung.

Einen fundamentalen Einfluss auf den Status von Lindy Hop haben die Auftritte von führenden Lindy Hop Tänzer*innen auf internationalen Lindy Hop Wettkämpfen. Ein Thema, das immer wieder in die Choreografien integriert wird, ist das *Empowerment* von Frauen. Der besondere Beifall des Publikums, wenn zum Beispiel der Mann von

¹ Im Englischen wird das Geschlecht als soziales Konstrukt mit Gender bezeichnet. Dies soll in weiterem Verlauf auch so übernommen werden.

seiner Tanzpartnerin in einem Aerial (Hebefigur) gehoben bzw. geworfen wird – und nicht wie üblich anders herum – dient als natürlicher Verstärker (Wade, 2011).

Die beschriebene Dynamik kann wieder in das Modell der ästhetischen Erfahrungen als Impression und Expression nach Koch 2017 eingeordnet werden. Das Beobachten und Inspiriert-Sein von dem Verhalten, den Bewegungen anderer Tänzer*innen, kann zur aktiven Produktion von ästhetischen Tanzerfahrungen führen.

Durch körperliches Feedback und das Feedback der Gruppe sowie dem eigenen Verhalten im Tanz und anderen Interaktionen wird eine Interaktion in Gang gebracht bzw. gehalten, in der die Faktoren wie Lust, Schöpfung und Inszenierung (Koch, 2017) wirken können. Es entsteht eine Tanzkultur.

3. Fragestellung und Hypothesen

Künstlerische Aktivitäten, insbesondere der Tanz, sind in klinischen und nicht-klinischen Kontexten ein bereits weit erforschtes Feld. Die Qualität der Forschungsmethodik reicht von randomisierten Kontrollstudien mit großen Stichproben bis hin zu weniger beweiskräftigen Studiendesigns. Grundsätzlich ist Tanz in einem therapeutischen, präventiven oder Freizeit-Kontext mit positiven kognitiven, affektiven, körperlichen und sozialen Aspekten assoziiert, wobei sich im Detail inkonsistente Effekte zeigen (Koch et al., 2019). In den meisten Studien werden entweder überblickshafte Befragungen zu vielen Aspekten gleichzeitig (z.B. Lakes et al., 2016) oder eine Ebene genauer untersucht (Schwender et al., 2018). Die vorgestellten Modelle zu ästhetischer Erfahrung (Koch, 2017) und Ressourcenaktivierung (Kreutz & Bernatzky, 2015) dienen als Basis für die folgende holistische Betrachtung von Paartanz im Rahmen einer empirischen Untersuchung. Diese stützt sich auf zwei Forschungsfragen:

1. Welche personalen, emotionalen und sozialen Wechselwirkungen werden durch regelmäßigen Paartanz erfahrbar?
2. Inwiefern werden diese als Ressourcen auf das alltägliche Erleben, Denken und Fühlen übertragen?

Es wird angenommen, dass die Tanzgemeinschaft einen geschützten Ort bereitet, an dem neue Bewegungen (Tsachor & Shafir, 2017) und neue ästhetische Erfahrungen (Koch, 2017) zu einer Neubewertung des eigenen Denkens, Fühlens und Erlebens führen. Die Umwelt wird möglicherweise neu erlebt (Kreutz & Bernatzky, 2015). Mit Bezug auf das Verständnis von Gender im Lindy Hop werden folgende Hypothesen aufgestellt:

H1: Das Einnehmen unkonventioneller Tanzrollen im Lindy Hop fördert die flexible Wahrnehmung von Genderrollen.

H2: Es bietet ein Übungsfeld, um sowohl sonst typisch männliche wie auch weibliche Fähigkeiten zu trainieren (führen, bestimmen; anpassen, abspüren).

Die angeführten Forschungsfragen sollen nun im empirischen Teil der vorliegenden Arbeit beantwortet werden. Das folgende Kapitel befasst sich mit der Methodik, auf die sich die durchgeführte Studie stützt.

4. Methodik

Das Ziel der vorliegenden Arbeit ist es, die Wechselwirkungen von Paartanz auf personaler, sozialer und emotionaler Ebene zu untersuchen. Dabei ist es von besonderem Interesse, die statistisch bereits gesicherten Zusammenhänge, die im ersten Teil dieser Arbeit vorgestellt wurden, zu ergänzen und unklar gebliebene Themenbereiche nachzuexplorieren. Außerdem soll das Verständnis von Gender mit der Perspektive auf Lindy Hop aktualisiert werden. Ziel soll es sein, Prozesse und Mechanismen aufzudecken (Schulz, 1977, nach Mayring, 2015, S. 23). Außerdem birgt diese Untersuchung die Chance, das Blickfeld auf potenziell neue Zusammenhänge zu richten und neue Perspektiven aufzuzeigen.

Dies bedarf einer Untersuchungsmethode, die den Gegenständen ihre Komplexität und Tiefe lässt und diese auch erfassen kann (Mayring, 2015). Dafür wurde eine qualitative Herangehensweise gewählt.

Um qualitative Daten zu generieren, wurden im ersten Schritt halbstandardisierte leitfadengestützte Interviews durchgeführt. In einem zweiten Schritt wurden die gewonnenen Daten interpretativ ausgewertet (Bortz & Döring, 2016). In folgendem Abschnitt werden beide Teile detailliert erläutert.

4.1. Leitfadengestützte Interviews

Es wurden vier qualitative Interviews im Zeitraum November 2019 bis März 2020 durchgeführt. Den Rahmen für die Interviews bildete ein halb-standardisierter Leitfaden, der den Interviews eine Grundstruktur gab, gleichzeitig aber genügend Freiraum und Flexibilität bot, um die Reihenfolge der Fragen an die Situation anzupassen und gegebenenfalls spontan vertiefende Fragen zu stellen (Bortz & Döring, 2016). Der Leitfaden gliedert sich in die drei Themenblöcke „Personale Ebene“, „Soziales Miteinander“ und „Geschlechter- und Rollenverständnis“. Diese orientieren sich inhaltlich an den Forschungsfragen und der Hypothese.

Es wurde auf die Höflichkeitsform in den Fragen verzichtet, da sowohl Interviewerin als auch Interviewte Teil derselben lokalen Tanzszene sind.

Nach ein paar einführenden demografischen Fragen zu Alter, Tanzrolle, Tanzerfahrung (Wie lange?) und -motivation (Wie oft?) wurde in den ersten Themenblock eingeleitet. In folgender Übersicht (Tabellen 1.1-1.3) ist neben jeder Frage auch deren Intention in Stichworten festgehalten.

Teil 1: Personale Ebene	
1. Wie bist du zum Lindy Hop Tanzen gekommen?	<ul style="list-style-type: none"> – frühere Tanzerfahrung – Einführung in das Thema
2. Wie würdest du Lindy Hop einem*r Freund*in/Familienmitglied beschreiben, der/die/das weiß, dass du Lindy Hop tanzt?	<ul style="list-style-type: none"> – persönliche Definition von Lindy Hop – persönlicher Stellenwert auf emotionaler/sozialer Ebene, – ob sie schon einmal jemanden eingeladen haben
3. Warum tanzt du?	<ul style="list-style-type: none"> – (ursprünglicher) Grund für das Freizeittanzen
4. Kannst du beschreiben, wie du die erste Lindy Tanzstunde erlebt hast? Kannst du beschreiben, wie du das erste Lindy Social erlebt hast?	<ul style="list-style-type: none"> – Retrospektiv, als Referenz für mögliche Erfahrungsveränderung über die Zeit
5. Was hat sich verändert? Wie hast du dich verändert?	<ul style="list-style-type: none"> – Reflexion über persönliche Veränderungen
6. Kannst du mir sagen, ob das Tanzen für dich eine Art Ausdrucksmittel ist?	<ul style="list-style-type: none"> – Nachforschung nonverbale Kommunikation – Tanz als Ausdrucksmittel für Emotionen, Gefühle in Bewegungen integrieren

Tabelle 1.1: Interviewleitfaden Teil 1

Teil 2: Soziales Miteinander	
1. Hat sich dein soziales Leben durch das Tanzen verändert? Außerhalb/innerhalb der Lindy Hop Community? Inwiefern?	<ul style="list-style-type: none"> – Reflexion über interaktionale Veränderungen
2. Würdest du sagen, dass du anders mit deinen Mitmenschen umgehst, seit du tanzt?	<ul style="list-style-type: none"> – Gruppengefühl, eigenes Sozialverhalten

Tabelle 1.2: Interviewleitfaden Teil 2

Teil 3: Tanzrollen- und Geschlechtsverhältnis	
1. Wie fühlst du dich als Mann/Frau, wenn du Lindy Hop tanzt?	– eigene weibliche/männliche Identität
2. Du als Frau/Mann, wie hat Lindy Hop deine Sicht auf Weiblichkeit/Männlichkeit beeinflusst?	– Reflexion über Wirkung von Lindy Hop auf Geschlechterverständnis
3. Warum hast du die Tanzrolle <i>follow/lead</i> gewählt? Was sind ihre Herausforderungen?	– Auseinandersetzung mit Entscheidung für Tanzrolle und ihre Herausforderungen
4. „Ist da noch irgendwas anderes, was du mir in Bezug zum Tanzen und deiner Erfahrung damit erzählen magst?“	– abschließende unspezifische, offene Frage – Raum für individuelle Erfahrungen und Meinungen

Tabelle 1.3: Interviewleitfaden Teil 3

Die Interviewten wurden im Gespräch dazu angeregt, über ihr gegenwärtiges emotionales Befinden im Bezug zum Tanzen, über die kognitive Bewertung ihrer Situation und ihre bisherigen Handlungen im Tanzkontext zu berichten. In Bezug auf das inhaltsanalytische Kommunikationsmodell nach Mayring (2015) gibt die Analyse daher vor allem Aufschluss über den emotionalen, kognitiven und Handlungshintergrund der Kommunikator*innen und die eventuellen Veränderungen bei der Zielgruppe. In diesem Kontext sind die Interviewten Kommunikator*innen und Zielgruppe in einem.

4.2. Vorreflexion über den Einfluss der Autorin und die Stichprobe

Ein qualitatives Interview kann sehr unterschiedlich verlaufen. Obwohl es durch einen Leitfaden eine inhaltliche Vorstruktur bekommt, kann es trotzdem zu Unterschieden in der Menge und Tiefe des Erzählten kommen. Gründe dafür können in der allgemeinen Redefreudigkeit der Interviewten, der situativen Verfassung des/r Interviewten und auch des/der Interviewleiter*in oder in der Sympathie zueinander liegen.

Darüber hinaus ist die Autorin und Interviewerin Teil der Tanzszene in Wien, die im Fokus dieser Studie steht. Die eigene Begeisterung für Lindy Hop, das Wissen und der Erfahrungsschatz sind sicherlich Faktoren, die das Gegenüber im Interview beeinflussen und sich auf ihn bzw. sie übertragen können.

Wie in Kapitel 2.2. im Theorieteil erwähnt, muss die Frage gestellt werden, welche Art von Person sich für das Tanzen entscheidet, in diesem Fall für das Lindy Hop-Tanzen.

Sich für die Freizeitaktivität des Paartanzes und darüber hinaus für einen Tanz, der Anfang des letzten Jahrhunderts entstanden ist, zu entscheiden, geht womöglich mit bestimmten Persönlichkeitsstrukturen, Charaktereigenschaften und Vorlieben einher. Es findet eine Vorselektion statt, die sicherlich auch für die Stichprobe dieser Studie zutrifft.

4.3. Rekrutierung und Durchführung der Interviews

Die Interviewteilnehmer*innen wurden von der Autorin während der regelmäßig stattfindenden Lindy Hop Tanzveranstaltungen direkt angesprochen und um ein Interview gebeten. Bei der Auswahl wurde darauf geachtet, dass die zuvor festgelegten Kriterien für die Stichprobe eingehalten wurden. Als Kriterium wurde festgelegt, dass sie seit mindestens zwei Jahren Lindy Hop tanzen sollten. Dies sollte auch mit einer gewissen Regelmäßigkeit geschehen, die sich in der Teilnahme an Tanzkursen und wöchentlichen Socials zeigte. Dabei wurden Tanzlehrer*innen bewusst nicht in die Auswahl genommen, da davon auszugehen ist, dass für sie der Tanz nicht nur bzw. nicht mehr ausschließlich eine Freizeitaktivität darstellt, sondern auch ein Arbeitsumfeld. Das Tanzen ist für sie also mit anderen existenziellen Aspekten verknüpft, die in dieser Arbeit mit der Stichprobe der Freizeittänzer*innen nicht vermischt bzw. verglichen werden sollen. Eine Folgestudie könnte diese Thematik potenziell aufgreifen.

Die Interviews fanden bei den Interviewten zu Hause statt und dauerten zwischen 25 und 40 Minuten.

4.3.1. Anonymisierung

Vor Beginn und Aufzeichnung der Interviews wurden die Teilnehmer*innen über die Freiwilligkeit der Teilnahme und die Anonymisierung ihrer Daten aufgeklärt. Sie willigten in die Erhebung, Verarbeitung und Weitergabe der anonymisierten personenbezogenen Interviewdaten mit einer Unterschrift auf zuvor ausgeteilten Informationsblättern ein.

Für die Transkription und Auswertung wurde allen Interviewteilnehmer*innen ein Großbuchstabe als Kürzel zufällig vergeben (A bis D). Diese haben keine weitere Bedeutung. Im Fließtext wird für die Interviewpartnerinnen manchmal das Synonym „IP X“ verwendet. Wenn in den Interviews andere Personen oder Orte mit ihrem Namen erwähnt wurden, wurden diese in den direkten Zitaten sowie in den gesamten

Transkripten statt des Namens mit einem Zusatz, wie zum Beispiel [Name des Tanzlehrers], versehen.

4.3.2. Kurzvorstellung der Interviewpartner*innen

Es werden nur limitierte Informationen über die Interviewpartner*innen bereitgestellt, um ihre Anonymität zu wahren. Der Beruf wurde daher nicht in die Stichprobenbeschreibung aufgenommen, auch weil er unerheblich für die weitere Auswertung und Interpretation der Aussagen war.

Alle Interviewteilnehmer*innen sind in sehr unterschiedlichen Branchen vollzeitbeschäftigt.

Interviewpartner A ist 27 Jahre alt und tanzt seit 2 Jahren Lindy Hop als Leader und seit kurzem einen weiteren Swing-Tanz, den Balboa. Seit einem Jahr tanzt er regelmäßig auch in der Rolle des Followers.

Interviewpartner B ist 36 Jahre alt und tanzt zum Zeitpunkt des Interviews seit 2.5 Jahren Lindy Hop. Er leadet hauptsächlich und hat auch Erfahrungen als Follower gesammelt.

Interviewpartnerin C ist 30 Jahre alt und tanzt seit 3 Jahren Lindy Hop und Collegiate Shag, der ebenfalls zur Familie der Swing-Tänze gehört. Alle drei haben Vorerfahrungen mit Standard- und Lateintänzen in ihrer Jugend gemacht.

Interviewpartnerin D ist 26 Jahre alt und tanzt seit 8 Jahren Lindy Hop und seit 5 Jahren Balboa. Sie hat den Tanz und die Jazz-Musik durch ihre Eltern kennengelernt, die seit langem Lindy Hop tanzen. Beide Interviewpartnerinnen haben das Tanzen als Followerinnen angefangen und lernen mittlerweile auch die Leader-Rolle.

Alle vier Interviewteilnehmer*innen besuchen Tanzkurse und -abende sehr regelmäßig, 3- bis 5-Mal die Woche.

4.4. Transkription und Auswertungsmethodik

Die Interviews wurden mit einem Smartphone aufgenommen und mittels eines Textverarbeitungsprogramms transkribiert. Die Transkriptionsregeln nach Hoffmann-Riem (1984, zitiert nach Kuckartz, Dresing, Rädiker, & Stefer, 2008, S. 47) wurden zur Orientierung herangezogen. Für die Beantwortung vorliegender Forschungsfragen zählt vor allem der Inhalt des Gesagten, aber auch die Art und Weise, wie die Interviewpartner*innen sich ausdrücken, also ihre Stimmungen. Die Ausschnitte, die beispielhaft für die Ergebnisdarstellung herangezogen wurden, sind weitestgehend in

ihrer Zeichensetzung gemäß der Transkriptionsregeln belassen worden. Die vollständigen Interview-Transkripte sind im Anhang zu finden.

Es wurden alle vier Interviews transkribiert und für die weitere Analyse herangezogen. Die Auswertung wurde mittels der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring (2015) durchgeführt. Dabei steht die Entwicklung eines Kategoriensystems im Zentrum.

Vorteilhaft an diesem Interpretationsverfahren ist, dass es die Analyse in einzelne Schritte zerlegt, die im Vorhinein festgelegt werden. Dadurch ist eine Nachvollziehbarkeit und intersubjektive Überprüfbarkeit durch andere gewährleistet. Vor der eigentlichen Analyse wurde daher ein Ablaufmodell festgelegt, das auf das vorliegende Material und die Fragestellungen zugeschnitten ist. Dieses soll im Folgenden näher ausgeführt werden.

Diese Studie untersucht ein Themenfeld, zu dem grundsätzlich schon empirische Ergebnisse vorliegen. Aufgrund der Vielschichtigkeit und des besonderen Lindy Hop Kontextes ist es trotzdem sinnvoll, eine explorative Haltung zu wahren. Diese Offenheit für mögliche Ergebnisse spiegelt sich wider in der Interpretationsform der Zusammenfassung nach Mayring (2015), wobei induktive Kategorien aus dem Material herausgebildet werden.

Um die Inhaltsanalyse möglichst präzise zu gestalten, wurden zunächst Analyseeinheiten festgelegt. Eine Kodiereinheit entspricht einer vollständigen Aussage über das Fühlen, Erleben und Verhalten in Bezug zum angesprochenen Thema. Wie im weiteren Verlauf noch beschrieben wird, wurden in dieser Analyse grundsätzlich induktive Kategorien gebildet. Daher fallen die Kontext- und Auswertungseinheit in diesem Fall zusammen und bilden das gesamte Material ab.

Im nächsten Schritt wurden die Analysetechniken festgelegt. Der Struktur des Leitfadens folgend, wurden deduktive Oberkategorien gebildet, die die folgenden induktiven Kategorien inhaltlich strukturierten. Diese drei Oberkategorien wurden *personale Ebene*, *soziales Miteinander* und *Tanzrollen- und Geschlechterverständnis* genannt.

Im Zuge des zusammenfassenden Interpretierens wurden die inhaltstragenden Textstellen paraphrasiert. Diese Paraphrasen wurden generalisiert. Dabei wurde darauf geachtet, dass ein einheitliches Abstraktionsniveau herrschte. Die Paraphrasen wurden durch Selektion und Streichen bedeutungsgleicher Paraphrasen reduziert. Die weiteren Schritte bestanden in der Bündelung, Konstruktion und Integration von Paraphrasen, wobei das Abstraktionsniveau schrittweise angehoben wurde. Das

Ergebnis bildete eine Zusammenstellung der Aussagen zu einem Kategoriensystem. Dieses wurde am Ausgangsmaterial noch einmal überprüft.

Die gefundenen induktiven Kategorien werden im folgenden Ergebnisteil anhand von Beispielen ausführlich dargestellt.

Vorab sei festgehalten, dass die folgenden Ergebnisse nicht die Erfahrung aller Lindy Hop tanzenden Menschen akkurat abbilden. Ähnliche Berichte könnten auch aus anderen Tanzszenen hervorgehen. Im Folgenden werden daher Wahrnehmungen, Erfahrungen und Gedanken von einer ausgewählten Gruppe von Tänzer*innen in einem bestimmten Zeit-und-Raum-Abschnitt ausgeführt.

5. Ergebnisse

Im Folgenden werden die gefundenen induktiven Kategorien anhand der drei Oberkategorien, hier genannt Themenblöcke, vorgestellt.

5.1. Themenblock I: Personale Ebene

Würde man die gefundenen Kategorien noch einmal auf eine höhere Abstraktions-ebene legen, könnte man sie aufteilen in „Lernprozesse auf verschiedenen Ebenen“ und „Kontraste“. In diesem Themenblock, in dem die personalen Wechselwirkungen mit dem Tanzen gebündelt und in Tabelle 2.1 zusammengestellt sind, treten besonders viele Kontraste auf.

Themenblock I: Personale Ebene	
K1	Kontrast zu anderen Tänzen
K2	Kontrast zum Berufsalltag und Gesellschaft
K3	Gründe für das Tanzen
K4	Tanz als Verkörperung von Freude und Freiheit
K5	Selbstwirksamkeit
K6	Positives Grundgefühl
K7	Körperbewusstsein
K8	Im Hier und Jetzt sein
K9	Grad an Identifizierung mit Tanz

Tabelle 2.1: Kategoriensystem Themenblock 1

5.1.1. Kontrast zu anderen Tänzen (K1)

Kategorie 1 bezieht sich auf die Kontraste zu anderen Paartänzen. Fast alle Interviewpartner*innen haben angegeben, vor dem Lindy Hop schon Erfahrung im Standard- bzw. Latein-Tanz gesammelt zu haben. Dabei verglichen sie ihre damalige Erfahrung mit der aktuellen. Während andere Tänze mit Status, Showing off und dem Erfüllen von Normen (IP A, Z89), verbunden wurden, wo es sich „auch nie angefühlt [hat] als würden wir es aufeinander hörn .. vom Körper her“ (Z88), ist Lindy Hop nicht an bestehende Strukturen gebunden. Es gibt gleichgeschlechtliche Tanzpaare (IP C,

Z33) und häufige Partnerwechsel (IP A, Z113). Außerdem ist kein unbedingter Gehorsam des Followers gefordert (IP C, Z33). Es wurde deutlich, dass Lindy Hop anders wahrgenommen wird als andere Paartänze. Dies wurde positiv bewertet. Interviewpartnerin D gab an, dass es allerdings auch innerhalb der Swing-Tänze (Z214) und innerhalb von Lindy Hop Szenen verschiedener Städte Unterschiede gäbe (Z190f).

5.1.2. Kontrast zum Berufsalltag und Gesellschaft (K2)

Kategorie 2 beschreibt den Kontrast zu Berufsalltag und Gesellschaft. Interviewpartner B berichtete, dass er das Interesse füreinander in der Tanzszene schätzt, was er sonst im Berufsalltag nicht erlebt (Z98f).

Interviewpartner*innen A, C und D beschrieben Kontraste auf der körperlichen Ebene: Die Möglichkeit, „absurde Impulse körperlich umzusetzen“ (IP A, Z137f) anstatt nur sprachlich in beruflichen Meetings, schätzte Interviewpartner A besonders am Tanzen. Von „weniger Kontrolle über [ihre] Gesichtszüge“ (Z50) berichtete Interviewpartnerin D. Der allgemeine Körperkontakt zu Fremden (IP C, Z60f) wurde ebenfalls genannt. Interviewpartnerin C sprach von der Gleichverteilung der Geschlechter beim Lindy Hop Tanzen. Dies steht im Kontrast zu ihrer Arbeitsstelle, in der Frauen eine Minderheit darstellen. Diese können wenig bewirken, weil eigentlich die Mehrheitsgesellschaft aktiv werden muss:

„Weil es sind immer nur die die Leute die in der Minderheit sind die sich damit beschäftigen müssen . und das geht glaub ich gar nicht so viel um Frauen und Männer in der Richtung sondern es geht eher um Minderheiten und nicht Minderheiten [...] dass man anders is und dadurch dass man ne Minderheit is aber .. also die Gesellschaft sich nicht so ändert dass die auch aufgenommen werden . weil wenn die fifty fifty sind dann muss die sich ja auch drauf einstellen. Was ja auch anders ist im Tanzen .. da gibt's ja fifty fifty und meistens bisschen mehr Frauen.“ (Z304-311)

5.1.3. Gründe für das Tanzen (K3)

Kategorie 3 fasst die unterschiedlichen persönlichen Gründe für das Tanzen zusammen. Interviewpartnerin C sucht besonders den Körperkontakt zu anderen Menschen im Tanzen (Z63f). Interviewpartnerin D geht es wiederum vor allem darum, sich mit anderen Menschen verbinden zu können; und das weniger auf der

sprachlichen Ebene, als vielmehr auf der emotionalen (Z48). Außerdem hat sie mit dem Tanzen angefangen, um ihre Scheu gegenüber Menschen zu überwinden (Z45f). Bei Interviewpartner A hat sich der Grund mit der Zeit geändert. Ursprünglich hatte er den Wunsch, durch das Tanzen eine romantische Partnerin zu finden. Nun ist ihm das Tanzen an sich Grund genug, um dabei zu bleiben (Z385-390). Interviewpartner B beschreibt, wie die Tanzszene einen Ort bereitstellt, an dem gute Musik gespielt wird und gleichzeitig leicht Kontakte für neue romantische Partnerschaften entstehen können: „bei Lindy trifft sich halt das sehr gut diese Connection von Musik und Mädels.“ (Z209f).

5.1.4. Tanz als Verkörperung von Freude und Freiheit (K4)

Kategorie 4 fasst die Assoziationen zu Freude und Freiheit zusammen, die im Gespräch in Bezug zu Tanzen immer wieder aufkamen.

Interviewpartnerinnen C und D sprechen von einem Freiheitsgefühl: „Das befreit mein Herz so bisschen“ (IP C, Z98f). „Es ist so ungebunden es ist so frei“ (IP D, Z39f). Letztere spricht auch von Lindy Hop tanzen „als Verkörperung von Lebensfreude“ (Z31f) und kommentiert die Musik: „du kannst eigentlich nicht traurig sein wenn du diese Musik hörst“ (Z32f). Auch Interviewpartner A spricht davon, dass es niemanden gibt, „der nicht lächelt“ (Z64).

5.1.5. Selbstwirksamkeit und positives Grundgefühl (K5 und K6)

Kategorie 5 bezieht sich auf die Selbstwirksamkeitserfahrung, die die Interviewpartner*innen durch das Tanzen gemacht haben. Interviewpartner B berichtet davon, dass sein Selbstbewusstsein durch Erfolgserlebnisse im Tanzen (Z72f) gesteigert wurde. Interviewpartner A betont, dass es sich besonders gut anfühlt, weil er seine Fähigkeiten sofort einsetzen kann, die er zuvor in einer Tanzstunde gelernt hat (Z119).

Ein Resultat aus den Erfolgserlebnissen ist für Interviewpartnerin D ein positives Grundgefühl im Leben, das in Kategorie 6 festgehalten ist.

„und das hat mir so ein Grundgefühl gegeben also eigentlich sind alle Leute nett. Und ich geh halt davon aus und geh entsprechend auf die Leute zu und das krieg ich dann auch immer zurück [...] oder aufm Markt mit Leuten reden die da Sachen verkaufen und so . dann stehst du da ne Stunde und redest .. und dann schenken sie dir noch was ((lacht))“ (Z118-126)

5.1.6. Körperbewusstsein und das Im-Hier-und-Jetzt-sein (K7 und K8)

Kategorie 7 bezieht sich auf das erhöhte Körperbewusstsein, von dem Interviewpartnerinnen C und D berichteten. Beide sprechen von einem verbesserten Körpergefühl (IP D, Z188, IP C, Z104f). Interviewpartnerin C findet sich auch attraktiver, seit sie tanzt (Z108f). Auffällig ist hier, dass Letztere das Wort *Körper* oder *körperlich* 12-mal gebraucht im Vergleich zu Interviewpartner B, der es einmal verwendet. Es deutet darauf hin, dass Interviewpartnerin C einen besonderen Fokus auf das körperliche Thema im Zusammenhang mit dem Tanzen legt.

Kategorie 8 fasst die Aussagen von Interviewpartner A zusammen, der beschrieben hat, wie das Tanzen ihn zwingt, im Hier und Jetzt zu sein, weil das Tanzen „sonst nicht klappt“ (Z189f). Es lenkt ihn von stressigen Gedanken an die Vergangenheit oder Zukunft ab.

5.1.7. Grad an Identifizierung mit Tanz (K9)

In Kategorie 9 sind die verschiedenen Bilder festgehalten, die die Interviewpartner*innen mit dem Tanzen für sich verbinden. In diesen Bildern wird ein unterschiedlicher Grad an Identifizierung mit dem Tanz deutlich. Interviewpartner A benennt das Tanzen „als Tool“ (Z165), wobei er betont: „is ne coole Community bei der ich gerne partizipiere [...] ja wahrscheinlich kann ich auch sagen ich bin ein Lindy Hopper aber ich bin jetzt nicht so dass ich jetzt das äh atme ja“ (Z165-168).

Interviewpartner B beschreibt das Tanzen als eine „Säule“ oder „zweites Standbein“ (Z77f), „etwas womit man Spaß im Leben hat und was einem bissl so Sinn gibt im Leben“ (Z78f). Interviewpartnerin C benennt kein konkretes Bild, aber es wird deutlich, dass das Tanzen ihr eine Selbstentfaltung ermöglicht: „das is jetzt nicht mehr so dass ich ich lern jetzt was und dann mach ich das sondern . oh das bin ich und das entdeck ich jetzt grad“ (Z117-119).

5.2. Themenblock II: Soziales Miteinander

Die Kategorien des Themenblocks II sind in Tabelle 2.2 aufgeführt und befassen sich mit dem Individuum und seinen Kontakten und der Kommunikation mit anderen Menschen, innerhalb und außerhalb der Tanz Community.

Themenblock II: Soziales Miteinander	
K10	Kontakte knüpfen auf freundschaftlicher und romantischer Basis
K11	Tanzen als Kommunikationsmittel
K12	Tanzen als Ort für generationsübergreifende Begegnungen
K13	Körperliche Nähe-Distanz-Regulation
K14	Gemeinsames Spielen
K15	Leistungsanspruch
K16	Vor- und Nachteile, Mitglied einer Gruppe zu sein
K17	Tanzen lernen als Individuum mithilfe anderer Individuen
K18	Symbiotische Wirkung von Sport und sozialem Miteinander

Tabelle 2.2: Kategoriensystem Themenblock 2

5.2.1. Kontakte knüpfen auf freundschaftlicher und romantischer Basis (K10)

Kategorie 10 fasst alle Aussagen zusammen, die sich auf das Knüpfen von Kontakten im Tanzkontext beziehen. Alle Interviewpartner*innen berichteten, dass sie durch das Tanzen sehr leicht neue Freunde gefunden haben (z.B. IP A, Z198, IP D, Z78f). Interviewpartnerin C beschrieb speziell, dass das Tanzen Freundschaften zu Frauen ermöglichte, was sie so vorher noch nicht erlebt hatte (Z207).

5.2.2. Tanzen als Kommunikationsmittel (K11)

Kategorie 11 beschreibt das Tanzen als Kommunikationsmittel. Im Gespräch mit den Interviewpartner*innen wurde deutlich, dass das Tanzen einen besonderen Zugang zueinander schafft und ermöglicht, sich auf eine andere Weise als sonst kennenzulernen. Dies geschieht über das gemeinsame Spüren über den Körper (IP C, Z64). Weil ein Wortwechsel dazu nicht unbedingt notwendig ist, bemerkt

Interviewpartnerin D: „oder sie sprechen nicht meine Sprache aber ich weiß ich kann mit ihnen tanzen und wir werden uns verstehen also so als Kommunikationsmittel“ (Z58-60). Außerdem berichtet Interviewpartnerin C, dass die Art der Bewegung etwas über die Persönlichkeit des Gegenübers aussagen kann:

„und man merkt dann ja gleich ob der andere bisschen tight is [...] oder wenn er unsicher ist wie geht er mit der Unsicherheit um .. auch [...] wenn die dann relaxt sind dann merkt man dann gleich schon okay der ist ganz gut ((lacht)) also nicht als Partner gleich aber als Freund so .. Ja du spürst wie zärtlich er ist, ob er auf kleine Sachen achtet oder nicht . ob er dir Aufmerksamkeit schenkt völlig oder ob er nur mit dir sein Ding durchzieht und dann Tschüss.“ (IP C, Z72-81)

5.2.3. Tanzen als Ort für generationsübergreifende Begegnungen (K12)

Kategorie 12 fasst die Aussagen von Interviewpartnerinnen C und D zusammen. Sie erwähnten das Tanzen als Ort für generationsübergreifende Begegnungen. Austausch, Verständnis und Empathie für ältere Menschen entstehen durch das gemeinsame Tanzen und beisammen sein:

„dadurch lernt man alte Menschen kennen und dadurch gibt's diesen Austausch zwischen den Generationen. Was ich eigentlich sonst .. ich mein wo hat man das mal? [...] man wird dann auch manchmal konfrontiert mit so . also bei dem einen Mann der kann dann einfach nicht mehr so viel und da muss man auch Rücksicht nehmen . oh ja so kann es dir eben auch gehen wenn du mal älter bist. Da kommt man auf ganz andere Gedanken [...] man fühlt in die andere Generation besser rein [...].“ (IP C, Z355-376)

5.2.4. Körperliche Nähe-Distanz-Regulation (K13)

Der Lernprozess im Umgang mit Berührungen und körperlicher Nähe-Distanz-Regulation wird in Kategorie 13 zusammengefasst.

Während das Tanzen eine andere Art von Kennenlernen ermöglicht und etwas über das Gegenüber aussagt, wie in Kategorie 11 beschrieben, kann es auch die eigene Person lehren, sich genauer auszudrücken und zu zeigen, was sie will:

„meine Mama war nicht so dass sie mal eben so tatschi tatschi war ((lacht)) aber ich mach das jetzt viel mehr . und ich hab auch gemerkt, ich mag das gern [...] dass man sich so körperlich näher verbunden fühlt schon ja genau, dass man körperlich mehr ausdrücken kann was man jetzt gerade will [...] durch die

Verbindung mit dem Tanzen und so durch offene Menschen die genauso sind weil die anderen in der Lindy Community ja auch eher so sind.“ (IP C; Z181-192)

Berührung wird hier positiv konnotiert durch die gegenseitige Verstärkung. Interviewpartnerin C spricht auch davon, dass sie durch das Tanzen erst körperliche Nähe zu Frauen erlebt hat. Diese Körperlichkeit hat sie z.B. bei ihrer Mutter nicht erfahren (Z209).

Laut Interviewpartner A lernt man auch Berührungen zu differenzieren:

„weil ich halt extreme Angst davor hab die Grenzen von anderen Menschen äh zu überschreiten was dann noch mal gefueled worden ist durch diese ganze MeToo-Debatte und so weiter [...] dann habe ich aber gecheckt beim Tanzen zum Beispiel ist das überhaupt kein Problem .. weils halt einen Rahmen gibt, ein Rahmen wird durch die Musik vorgegeben durch quasi die ehm den Tanzstil einfach. welche Berührungen da okay sind welche nicht und äh für mich ist es einfach ist die Berührung was funktionelles das ver .. das ist wieder ein Werkzeug um einfach die Musik . zu interpretieren und äh und das hat für mich nicht überhaupt nicht dieses sexuelle.“ (IP A, Z219-228)

5.2.5. Gemeinsames Spielen (K14)

Kategorie 14 beschreibt das gemeinsame Spielen im Tanz, von dem Interviewpartner*in A und C erzählt haben. Ersterer sprach davon, im Tanzen seinen „Blödsinn“ im Kopf mit dem Körper ausdrücken zu können (Z140) und zu „schauen, macht jemand mit oder nicht“ (Z152). Interviewpartnerin C sieht das „Schauspielern“ und die „Clownerei“ (Z192) als Teil des Lindy Hop Tanzens. Für sie ist es auch mit mehr Spaß verbunden, wenn der andere mitspielt (Z193).

Der Tanzpartner wird hier also auch zum Spielpartner. Gemeinsam werden ungewöhnliche Bewegungsmuster oder konkretere Rollen ausprobiert (IP C, Z91f).

5.2.6. Leistungsanspruch (K15)

Mit Kategorie 15 wird ein anderer Fokus im Tanzen vorgestellt, als es in Kategorie 14 beschrieben ist. Weniger das gemeinsame Spielen als vielmehr der soziale Vergleich steht für Interviewpartner B im Vordergrund. Ihm ist es wichtig, sich stetig zu verbessern. Als Maßstab dafür nimmt er seine eigene vergangene Leistung und die Leistung anderer (Z183-185). Mit Leistung ist hier die Menge an Tanzfiguren und die

Musikalität gemeint. Diesem Leistungsanspruch stellt sich Interviewpartner A bewusst nicht. Er möchte sich grundsätzlich auch verbessern, aber ohne in einen Wettbewerb zu treten. Für ihn ist es der Anteil in seinem Leben, wo man nicht „ein Ziel erreichen“ muss (Z300), wo Spaß (Z99) im Vordergrund steht. Er betont den Genuss am Prozess (Z299f).

5.2.7. Vor- und Nachteile, Mitglied einer Gruppe zu sein (K16)

Kategorie 16 fasst die genannten Vor- und Nachteile zusammen, Mitglied einer sozialen Gruppe zu sein.

Die soziale Integration in die Tanzszene erhöht für Interviewpartnerin C ihr Zugehörigkeitsgefühl. Dies wird für sie dadurch erleichtert, dass es intern ähnliche Persönlichkeiten gibt. Durch das Tanzen findet eine Vorselektion der Persönlichkeitstypen statt (Z195-197). Gleichzeitig beschreibt sie auch die Kehrseite dieser spezifischen Gruppenzugehörigkeit:

„obwohl man da auch in ne Kategorie reinrutscht dass man .. ehm oft immer dann nur mit dem kleinen Kreis zusammen ist mit dem man eh gut kann und mit den man sich gut versteht und sich dann immer nur mit den austauscht und sich dann gar nicht so Weitblick auf die anderen Menschen [entwickelt]“ (Z197-201)

Interviewpartner B kann sich durch die positive Integration in die Gruppe selbst leichter akzeptieren (Z97f). Er sprach aber auch von einem aufkommenden Gruppendruck. Dieser bezieht sich auf die Frage, wer wie viele der regelmäßig stattfindenden Tanzfestivals, -workshops und -socials besucht (Z213ff).

Interviewpartner A erzählte von seiner Beobachtung, dass es durch die Unterschiede in der Tanzfertigkeit zu einer internen Klassenbildung komme. Es tanzten nicht alle miteinander, sondern nur innerhalb ihrer „Klasse“ (Z260f). Dies zeige sich auch durch räumliche Trennungen der Untergruppen in den Veranstaltungsräumen (Z262f).

Interviewpartnerin D hat durch die vielen neuen (auch internationalen) Kontakte einen regen Wissens- und Meinungs austausch erlebt. Politik, Philosophie und Weltgeschichte sind Themen, über die sie lernt und diskutiert (Z104ff). Auch findet ein Ressourcenaustausch statt. So konnte sie zum Beispiel durch Kontakte in der Tanzcommunity schnell eine neue Wohnung vermittelt bekommen (Z122ff).

5.2.8. Tanzen lernen als Individuum mithilfe anderer Individuen (K17)

Kategorie 17 beschreibt das Tanzen lernen als Individuum mithilfe anderer Individuen. Der ständige Partnerwechsel im Lindy Hop bedeutet für Interviewpartner A, dass er sich schnell auf die verschiedensten Tanzpartner*innen einstellen muss (Z122f). Interviewpartner B ergänzt diesen Gedanken mit dem flexiblen Einstellen auf die individuellen Fehler im gemeinsamen Tanzen (Z33). Der Lindy Hop wird so gelernt, dass man diese Fehler jedoch nicht übernimmt, sondern „bei sich bleibt“: „weil ich einfach im Rhythmus in der Melodie bleibe . bei der Musik und selber weiß wie geht was“ (Z44f). Interviewpartnerin C geht einen Schritt weiter in die Unabhängigkeit: „man hat ja im Lindy Hop ja viel mehr Freiheit dass man eigene Schritte einbauen kann . dass man den andern so bisschn störn kann“ (Z36f). Aus den Aussagen wird deutlich, dass weniger das Tanzen als kodependentes Paar im Vordergrund steht, als vielmehr das gemeinsame Tanzen von zwei Individuen.

5.2.9. Symbiotische Wirkung von Sport und sozialem Miteinander (K18)

In Kategorie 18 ist die symbiotische Wirkung von Sport bzw. dem Tanzstil und sozialem Miteinander festgehalten.

Interviewpartner B bewertete die Kombination aus Sport und Sozialem im Tanzen als besonders positiv. Dies sei anders bei seinen anderen Hobbys (Z81f). Interviewpartnerin C setzt dies noch in ein kausales Verhältnis und berichtete: „weil man durch den Sport entspannt und [...] dadurch dass man entspannt ist auch gleich ins Reden kommt und meistens macht man dann verrückte Sachen“ (Z148f). Weiter beschrieb sie, dass neben der sportlichen Betätigung auch der Tanzstil das soziale Miteinander fördere. Der Tanzstil von Lindy Hop ist nicht „edel“ wie im Standardtanz (Z153), sondern Lindy Hop „sieht schon komisch aus ((lacht)) weil die alle gewollt so mit dem Arsch nach hinten.. das war so wichtig. Dadurch war dann die Hemmung schnell weg“ (Z153-157).

Von einer „Hemmschwelle“ (Z64) spricht andererseits Interviewpartner B, der nicht gerne auffordert, sondern lieber aufgefordert wird.

5.3. Themenblock III: Tanzrollen- und Geschlechterverständnis

Im dritten und letzten Themenblock (Tabelle 2.3) soll vor allem die Rollenidentität im Tanz und das Spiel mit den Geschlechtern aufgegriffen werden.

Die Begriffe *Follower* und *Frau* sowie *Leader* und *Mann* wurden von allen Interviewten synonym verwendet. Daraus lässt sich schließen, dass die Assoziation der klassischen Rollenaufteilung beim Tanzen - des Führenden (m) und der Geführten (w) - bei allen Teilnehmern und Teilnehmerinnen besteht. Dies ist die *normale* Aufteilung. Wenn im Folgenden daher von der „anderen Rolle“ geschrieben wird, ist damit die jeweils mit dem anderen Geschlecht assoziierte, die „unnormale“ gemeint.

Themenblock III: Tanzrollen- und Geschlechterverständnis	
K19	Rollenflexibilität als Lernprozess
K20	Tanzlehrer und andere Vorbilder erleichtern das Lernen der anderen Rolle
K21	Die andere Rolle als Zusatzherausforderung
K22	Die andere Rolle in sich finden
K23	Verständnis für das andere Geschlecht
K24	Tanzrollen und Geschlechter nebensächlich
K25	Übertragung von Lead/Follow-Lernerfahrung auf Beziehungsgestaltung

Tabelle 2.3: Kategoriensystem Themenblock 3

5.3.1. Rollenflexibilität als Lernprozess (K19)

Kategorie 19 bezieht sich auf die vorangegangene allgemeine Beobachtung von Rollenverständnis bei den Teilnehmenden. Vor allem im Gespräch mit den zwei männlichen Interviewpartnern wurde deutlich, dass das gleichgeschlechtliche Tanzen als Teil des Konzepts „Lindy Hop“ angesehen wird, aber noch nicht als „normal“ empfunden wird.

Interviewpartner A berichtet, wie er, wenn er als Follower tanzt, beim Swiveln (ein sehr hüftbetonter Follower-Schritt) grinsen muss, weil er es lustig findet (Z330). Hier lässt sich ein Gefühl der Diskrepanz erahnen. Er probiert etwas aus, was nicht den Bewegungsmustern entspricht, die seiner bisherigen Erfahrung entsprechen und von ihm als Mann erwartet werden.

Interviewpartner B beschreibt:

„letztens hab ich mit dem [Name Tänzer] getanzt und glaub er hat mich geführt oder ich ihn und . dann sind wir so fertig und dann stehn da so zwei Mädels rum die relativ neu sind die haben uns die ganze Zeit zugesehn und haben uns dann . danach applaudiert . ((lacht)) . also es is irgendwie noch nicht ganz so . es is doch normal weil ichs halt oft tue . aber irgendwie kriegt man dabei auch voll die Beachtung habe ich das Gefühl ..“ (Z153-159)

Hier wird besonders deutlich, dass die Sicht auf das gleichgeschlechtliche Tanzen bzw. das Tanzen in „umgekehrten“ Rollen einem Lernprozess unterliegt. Interviewpartner B hat sich durch Wiederholung an diese mögliche Tanzrollenkonstellation gewöhnt und empfindet es zumindest normaler als die jungen Frauen, die gerade erst in diese Tanzszene eingestiegen sind. Dies wird mit ihrem besonders positiven Feedback durch Beifall deutlich.

Das Verständnis, dass die Rollen im Lindy Hop verhandelt werden können, dies aber zugleich einer allmählichen Entwicklung unterliegt, wird auch in dem Bericht von Interviewpartnerin D deutlich: „wenn man so am Anfang ins Tanzen reinkommt weiß man so diese Rollenverteilung is relativ strikt . ja aber irgendwann lernt man es is überhaupt nicht strikt. Es is ne Konversation wir sind eigentlich beide auf der gleichen Augenhöhe“ (Z149-152).

5.3.2. Tanzlehrer und andere Vorbilder erleichtern das Lernen der anderen Rolle (K20)

Kategorie 20 benennt einen Faktor, der in dem genannten Lernprozess eine Hilfestellung gibt. Vorbilder im Allgemeinen erleichtern das Lernen der anderen Rolle. Im Besonderen haben Tanzlehrer*innen einen rahmengebenden Einfluss. Sie steuern die Sicht auf Tanzrollen und -mentalität.

Interviewpartner A berichtete, dass andere Tänzer*innen, die bereits in nicht-traditionellen Paarkonstellationen tanzten, ihm als Vorbild dienten und ihn bestärkt haben, die andere Rolle auch zu lernen (Z16f). Auch wurde ihm die Gleichverteilung der Verantwortung zwischen den Tanzpartnern von Anfang an beigebracht (Z322f). Interviewpartnerin C ergänzt dies mit einem Beispiel, indem sie erzählte, wie das Tanzgefühl mit einem Lehrer völlig anders war, weil er von ihr als Follower Impulse im Tanz erwartet hatte. Aus ihrer Bemerkung „oh wow das ist ja ganz anders als mit allen anderen!“ (Z270), lässt sich wiederum schließen, dass die übrigen Tänzer*innen ohne Lehrhintergrund ihr dieses Gefühl nicht oder nur bedingt geben.

Interviewpartnerin D griff die offene Mentalität in der Tanzcommunity auf: „es wird einem so bisschen beigebracht man soll alle willkommen heißen und ich glaub das hab ich das hat mir sehr viel gebracht“ (Z101-103).

Sie berichtete außerdem, dass sie durch den Mangel an Vorbildern vorerst nicht mit der Leader-Rolle als Frau angefangen hat: „aber es stand überhaupt nicht zur Diskussion weil man keine Vorbilder hatte . das war eher so das Problem . wenn ich gesehen hätte es gibt auch Frauen die führen dann voll dann hätt ich das vielleicht auch gemacht.“ (Z173-176) Ihr diente später die Lindy Hop-Szene in Berlin als Vorbild für die Rollenflexibilität im Tanzen (Z208ff).

Aus den Berichten geht hervor, dass es direkte, verbale Einflüsse durch das Lehrkonzept der Tanzlehrer*innen, als auch indirekte, non-verbale Einflüsse durch das Beobachten anderer Tänzer*innen gibt.

5.3.3. Die andere Rolle als Zusatzherausforderung bzw. diese in sich finden (K21 und 22)

Kategorie 21 und 22 beziehen sich auf die unterschiedliche Art und Weise, wie sich die Interviewpartner*innen zu dem Ausprobieren der Tanzrollen positionieren.

Kategorie 21 fasst vor allem das Verständnis von Interviewpartner A und B zusammen. Hier wird die andere Rolle als Zusatzherausforderung beschrieben. Sie ist eine „andere Welt“ (IP A, Z20), die ergänzend, bereichernd und herausfordernd ist (IP B, Z150). Die andere Rolle und die damit assoziierten geschlechtsspezifischen Charakteristika werden also als etwas außerhalb des eigenen Selbst begriffen.

Mit Kategorie 22 wird ein anderes Verständnis aufgegriffen. Hier findet der/die Tänzer*in die andere Rolle bzw. das andere Geschlecht in sich selbst. Obwohl Interviewpartner A die Sichtweise aus Kategorie 21 erkennen lässt, findet bei ihm auch viel auf der Gefühlsebene statt, was auf das letztgenannte Verständnis hindeutet: „Und ich möchte mich auch manchmal super fancy fühlen . wie die ganzen Follower genau“ (Z39f). Er möchte auch gut ausschauen (Z44).

Dass Interviewpartnerin C männliche und weibliche Anteile zeigt und damit spielen kann, wird zum Beispiel im folgenden Kommentar deutlich: „die Grenzen zwischen Weiblichkeit und Männlichkeit verschieben sich irgendwie . und ich kann auch manchmal männlich sein und irgendwelche männliche Tanzschritte machen [...] und dass der andere zum Beispiel auch .. seine Hüften schwingt“ (Z289-295). Sie

beschreibt außerdem: „also man fühlt sich mehr verantwortlich und . irgendwie ist es auch schön ((lacht)).“ (Z12f).

5.3.4. Verständnis für das andere Geschlecht (K23)

Eine Folge aus dem stetigen Verhandeln im Tanz und dem Ausprobieren der anderen Rolle ist in Kategorie 23 festgehalten. Für Interviewpartner*innen A und C erwuchs daraus ein besonderes Verständnis für das andere Geschlecht und die andere Rolle. Dadurch dass Interviewpartner A die Follower-Rolle erlernte, konnte er noch einmal eine besondere Wertschätzung für die spezifischen Herausforderungen dieser Rolle entwickeln (Z37). Für Interviewpartnerin C sind durch die Tanzerfahrung mit männlichen Partnern Vorurteile aufgebrochen: „[...] durch Lindy Hop hab ich nämlich festgestellt dass viele Männer total feinfühlig sind und sehr sensibel .. und dadurch teilweise so wie ich aber auch auf ein selber hören“ (Z286-288).

5.3.5. Tanzrollen und Geschlechter nebensächlich (K24)

Kategorie 24 beschreibt ein weiteres Produkt des genannten Lernprozesses zur Rollenflexibilität. Im Gespräch mit allen Interviewpartner*innen wurde deutlich, dass sie entweder die Tanzrolle, das Geschlecht des/der Tanzpartner*in oder beides nebensächlich finden. In der Wortwahl von Interviewpartner*in A und C wird deutlich, dass für sie eine klare Zuordnung zu einem Geschlecht nicht zentral ist: Interviewpartner A teilte in vielen Aussagen Bewegungen nicht in binär weiblich und männlich ein, sondern fragte sich, „wie bewegen sich andere Menschen“ (Z340f) und nimmt dies als Inspiration.

In diesem Zusammenhang erzählte Interviewpartnerin C über sich selbst in mehreren Passagen:

„Ich fühle mich schon als Frau aber ich fühle mich vor allem als Tänzerin also als Mitglied einer größeren Gruppe die nicht unbedingt so Geschlechts [strikt sind] [...]“ (Z219-221)

„ich bin mehr ein Mensch als eine Frau .. hm ich kann nicht sagen dass ich mich besonders weiblich fühle beim Tanzen ((lacht)) oder besonders männlich. Ich fühle mich eher gut integriert [...] egal weiblich oder männlich, sei einfach du selbst! Man findet sich mehr selbst als irgendeine Rolle einzunehmen“ (Z297-305)

Sie sprach außerdem davon, dass die Grenzen von Follower und Leader verschwimmen, je erfahrener man sei (Z255f), wo auch wieder die Prozesshaftigkeit deutlich wird.

Interviewpartner B berichtete, dass er als Mann grundsätzlich lieber mit Frauen tanze, egal ob er folgen oder leaden würde (Z164). Für ihn ist daher das Geschlecht wichtig, und weniger die Tanzrolle.

Interviewpartnerin D beschrieb, dass das Geschlecht beim Tanzen als Leader bzw. Follower für sie unerheblich sei (Z133f). Basierend auf ihren Aussagen ist für sie daher sowohl das Geschlecht als auch die Tanzrolle beim Tanzen nicht von Bedeutung.

5.3.6. Übertragung von Lead/Follow-Lernerfahrung auf Beziehungsgestaltung (K25)

Kategorie 25 bezieht sich vor allem auf die zweite Forschungsfrage, in der es um die Übertragung auf den Alltag geht. Die Interviewpartner*innen berichten von Wechselwirkungen zwischen der Leader- bzw. Follower-Lernerfahrung und ihrer Beziehungsgestaltung im Alltag.

Interviewpartnerin C erzählte, wie die Leader-Erfahrung einen erheblichen Kontrast zu ihrem Alltag darstellt. In Bezug auf romantische Beziehungen beschreibt sie:

„aber ich hatte immer das Gefühl dass ehm ich den unterlegen bin irgendwie körperlich . aber auch dass sie die Oberhand psychologisch haben. Also dass ich immer warten muss bis dann Input kommt und dann kann ich damit umgehen . aber ich kann nie selbst initiieren.“ (Z277-281)

In Bezug zu ihrer Arbeitsstelle hinterfragt sie ihr Verhalten und die Gefühle, die es in ihr auslöst: „Da kriegt man schon so ein Kontrastprogramm wo man denkt . ne eigentlich so nen bisschen Aufwachen so . eigentlich warum fühl ich mich da so anders und akzeptiert und da nich? Und womit hat das zu tun und überhaupt.“ (Z322-325). Sie schlussfolgert aus dem unterschiedlichen Erleben und Ausleben der Rollenverteilungen im Tanzen und auf der Arbeit:

“dadurch dass ich das jetzt gemacht hab mit dem Leaden da merk ich da ist noch voll viel Unsicherheit in dieser in genau dieser Rollenverteilung in mir drin . aber dadurch dass es mir Spaß macht ist es ne gute Art damit umzugehen das zu lernen“ (Z233-236)

Interviewpartner A berichtete, dass er u.a. durch Tanzen gelernt hat, dass die Verantwortung in einer Partnerschaft aufgeteilt ist. So wie er gelernt hat, die Verantwortung in der Followerrolle als Mann stückweit abzugeben, so hat er auch

gelernt, diese in romantischen Beziehungen abzugeben bzw. zu teilen (Z357ff). Auch hat er durch das Tanzen in der Leaderrolle erkannt, wie wichtig es ist, klare Entscheidungen zu treffen und dazu zu stehen (Z365ff).

Interviewpartnerin D hat die Gleichwertigkeit der Geschlechter als Grundeinstellung aus dem Tanzen übernommen. Sie wird am Arbeitsplatz auch entsprechend wahrgenommen:

„man is sich gleichwertig und . so solls eigentlich überall sein . ((lacht)) ja und ich versuch das auch überall mitreinzubringen egal wo ich hingeh und ich merk jetzt bei meinem Job den ich gerade angefangen hab ehm das is das erste mal wo ich dann auch so wahrgenommen werde.“ (Z154-158)

6. Diskussion der Ergebnisse

Die Ergebnisse der durchgeführten qualitativen Studie zeigen eine Bandbreite an unterschiedlichen Prozessen, die in Wechselwirkung mit dem Tanzen aus der Sicht der interviewten Tänzer*innen stattfinden und stattgefunden haben. Diese Prozesse wirken sowohl innerlich auf einer personalen Ebene als auch äußerlich in der Interaktion miteinander.

Die Interviewten berichten von einer Stärkung ihrer Selbstwirksamkeit und des Körperbewusstseins. Auf der sozialen Ebene erleichtert das Tanzen sowohl das Finden von sozialen Kontakten als auch das Kommunizieren mit ihnen. Es werden im Speziellen generationsübergreifende Vernetzungen ermöglicht, die sie in anderen Kontexten so nicht erleben.

Grundsätzlich lernen sie den Lindy Hop als einen Tanz kennen, dessen „Spielregeln“ im Kontrast zu anderen Paartänzen und generell zu ihrem Berufsalltag und Gesellschaftserleben stehen. Die Andersartigkeit wird aber nicht als bedrohlich eingestuft. Vielmehr schafft die Kombination aus Tanzregeln – eingebettet in die Konzepte von Offenheit, Toleranz und Flexibilität - und die durch Musik und Bewegung vermittelte Leichtigkeit und der Spaß daran einen sicheren Rahmen. Innerhalb dieses Rahmens kann das Individuum durch die gewonnenen Eindrücke Bewegungen und Rollen ausprobieren, wie in einem Spiel. Die innere Erlaubnis korrespondiert mit der äußeren Vielfalt, die von der Gemeinschaft gegeben wird.

Einen besonderen Stellenwert dabei haben Tanzlehrer*innen und Vorbilder, die die Mentalität bzw. die Spielregeln in ihrem Tanzen non-verbal verkörpern oder verbal in den Tanzstunden vermitteln.

Die Wechselseitigkeit von Eindruck und Ausdruck der Tänzer*innen ist – angelehnt an das Modell der verkörperten Ästhetik von Koch (2017) – in Abbildung 3 festgehalten.



Abbildung 3: zirkuläres Prozessmodell für das Freizeittanzen, angelehnt an Koch (2017)

Das Ergebnis dieses zirkulären Prozesses von Impression und Expression sind im Hinblick auf die Berichte der Interviewten in vereinfachter Form die zwei folgenden Erkenntnisse: „Ich fühle mich gut mit mir selbst und mit meinem*r Partner*in.“ und „Ich fühle mich anders als sonst.“

Die erste Erkenntnis basiert auf der Stärkung der Ressourcen im Tanz. Erfolgserlebnisse durch das Lernen neuer Tanzschritte, geknüpften bedeutsamen Freundschaften, körperliches und mentales Leichtigkeitsgefühl durch sportliche Aktivität, die Resonanz des/r Partner*in und das entstehende Gruppengefühl sind ressourcenfördernde Erfahrungen, von denen die Interviewten erzählt haben und die sich auch in der erwähnten Literatur wiederfinden (Kreutz, 2019; Lakes et al., 2016; Schwender et al., 2018; Faltermaier, 2017). Sie sind nicht von einem Ziel, sondern vielmehr von Lust und Spiel leiten zu lassen und sich dabei auch authentisch

auszudrücken und zu kommunizieren, sind stärkende Mechanismen nach Koch (2017), von denen auch die Interviewteilnehmer*innen berichten.

Die zweite Erkenntnis erwächst aus der Erfahrung, die die Tänzer*innen in der Tanzkultur des Lindy Hop machen, wenn sie zum Beispiel als Frau ihre/n Tanzpartner*in führen oder während eines Tanzes die Rollen tauschen bzw. mit gegenseitigen Impulsen ohne erkennbare Führung tanzen. Sie erleben sich anders als in ihrem Alltag und ihrer bis dato zugeschriebenen sozialen Rolle. Sie führen neue Bewegungsmuster aus und bekommen eine veränderte körperliche Resonanz.

Die Interviewteilnehmer*innen berichten, dass sie sich durch neue Bewegungsmuster auch anders fühlen. Dies deckt sich mit den Ergebnissen der Studien von Shafir et al. (2016) sowie Tsachor und Shafir (2017), die zeigt, dass Bewegungen durch wahrgenommene Körpersignale Emotionen verstärken können. Der Begriff des „Erfahrungslernens“ fasst dies zusammen.

Dabei geschieht das Einüben und Herantasten an neue Bewegungsmuster ganz allmählich. Wie in Kapitel 2.4.1. ausgeführt, lernt der/die Tänzer*in mit der Zeit die Möglichkeiten kennen, mit denen die Rollen des Followers und des Leaders nicht mehr ausschließlich in ihrem traditionellen Sinn des Folgens und Führens gesehen werden, sondern das Tanzen sich eher einem wechselseitigen Impulsgeben annähert. Sowohl die vorliegende als auch die qualitative Studie von Wade (2011) kommen zu diesem Schluss.

Dass sich die Interviewteilnehmer*innen anders fühlen als in ihrem Alltag, setzt eine Bewusstwerdung und einen Vergleich zwischen dem Erleben im Tanzkontext und in anderen Kontexten voraus. Nur durch die gewonnene Stabilität der ersten Erkenntnis und der Gewissheit der zweiten kann es zu Erfahrungslernen und schließlich zu einer Übertragungsleistung auf den Alltag kommen. Es bedarf aber einer bewussten Wahrnehmung und Entscheidung dafür. Dieser Gedanke ergänzt Kochs Modell und ist entsprechend in Abbildung 3 integriert.

Dass das Tanzen auch einen unbewussten Einfluss auf das Alltagserleben und -verhalten nimmt, ist ebenfalls denkbar. Die vorliegende Studie basiert auf ausgesprochenen Erfahrungen und Gedanken, was wiederum eine Mentalisierung und Reflexion dieser voraussetzt. Das bedeutet, dass das verwendete Studiendesign nur die bewussten Übertragungsleistungen erfassen konnte.

In einem therapeutischen Setting hat der/die Therapeut*in die Vermittlungsrolle zwischen dem Erleben in dem gewählten neuen Kontext und den Denk- und

Verhaltensmustern im Alltag, die verändert werden sollen. Die Berichte mancher Interviewteilnehmer*innen lassen erkennen, dass sie die Erfahrungen aus dem Tanzen auf ihre Beziehungsgestaltung im Alltag bereits selbstständig übertragen (haben). Beispielhaft sei hier die Verantwortungsaufteilung in einer Partnerschaft außerhalb des Tanzens oder das kritische Hinterfragen eines Arbeitssettings erwähnt, in dem Frauen eine Minderheit darstellen und diese kaum Förderung erfahren. Die Interviewpartner*innen haben „am eigenen Leib“ erfahren, dass sie sich während des Tanzens anders fühlen können und dürfen und dass durch die Erweiterung und Modulation von Bewegung ihre Ressourcen und Selbstwirksamkeit gestärkt werden (vgl. Tsachor & Shafir, 2017).

Resümierend kann diese besondere Tanzform des Lindy Hop als körperliche, personale und soziale Innovation erlebt werden (Pines & Giles, 2017).

6.1. Intersubjektive Unterschiede

Wie aus den Interviews hervorgeht, ist der Lindy Hop Tanz nicht für alle Interviewpartner*innen auf die gleiche Weise innovativ.

Eine Impression (Koch, 2017) besteht nicht aus allen wahrnehmbaren Gegenständen und Gegebenheiten, sondern aus denjenigen, denen man selektiv Aufmerksamkeit schenkt (Müller & Krummenacher, 2012, S. 308). Dies spiegelt sich auch in den Aussagen der Interviewten wider. Die Themen, die im Ergebnisteil herausgearbeitet wurden, sind nicht von allen Interviewpartner*innen gleichermaßen angesprochen worden. Beispielhaft ist hierfür zu nennen, dass Interviewpartner B – im Gegensatz zu den anderen Interviewpartner*innen – in seiner Reflexion über die Wirkung von Lindy Hop auf seine Selbstwahrnehmung und die Kommunikation mit anderen, die körperliche Ebene nicht anspricht. Durch einen Leistungsvergleich, den zuverlässigen Kontakt zum anderen Geschlecht und die Fähigkeit beide Rollen tanzen zu können, sieht er sich in seinem Können und seiner Männlichkeit bestätigt.

Aus den Ergebnissen erschließt sich, dass grundsätzlich jede/r Teilnehmer*innen den Tanz und die Gemeinschaft als Bereicherung erlebt. In den Interviews haben sie dabei unterschiedlichen Themen ihre Aufmerksamkeit geschenkt. Daraus lässt sich ableiten, dass jede/r „ihre“ bzw. „seine“ Themen hat, die sie bzw. er im Tanzkontext bearbeitet. In dem geschützten Rahmen der Lindy Hop-Gemeinschaft üben sie sich wahlweise in Toleranz, in Konkurrenz, dem unter-/über- und gleichgeordnet sein, dem Sich-Zeigen und im Impulse-Annehmen und -Geben. Sie nutzen die Inspiration von Vorbildern, um

sich weiterzuentwickeln und sich zu verbessern. Der Kontakt und das Tanzen mit sehr viel älteren bzw. jüngeren Tänzer*innen kann eine Sensibilisierung für die unterschiedlichen Generationen anregen.

Neben den personalen, sozialen und körperlichen Einzelaspekten, die die Interviewteilnehmer*innen aus den Tanzerfahrungen gezogen haben, wurde auch ersichtlich, dass sich jede/r anders zum Tanzen positioniert. Sie räumen dem Lindy Hop jeweils eine unterschiedliche Stellung ein.

So wurden dem Tanzen verschiedene Namen gegeben, wie zum Beispiel die Metapher des „Tools“, eines Werkzeugs. Ein anderer Interviewteilnehmer benannte das Tanzen als „Säule“ und „zweites Standbein“. Während man ein Werkzeug von außen zur Hand nehmen kann und damit sowohl die eigenen Kräfte verstärkt als auch den Handlungsspielraum erweitert, wächst ein zweites Standbein aus der Person heraus. Es wirkt stabilisierend.

Das Ausprobieren von verschiedenen Positionen und Rollen im Tanz wird durch den Gedanken ergänzt, dass der Tanz selbst im eigenen Leben eine offenbar individuell unterschiedliche Position einnehmen kann.

7. Conclusio

7.1. Resümee & Beantwortung der Forschungsfragen

Die vorliegende Studie kann die bestehenden Forschungsergebnisse von objektiv gemessenen und subjektiv wahrgenommenen positiven Wirkungen von Tanz bestätigen. Sie ergänzt die aktuell noch recht spärliche Tanzforschung im nicht-klinischen Kontext und macht auf neue Potenziale des Freizeittanzens aufmerksam. Dabei verknüpft die Arbeit kognitive Ansätze von *Embodied Cognition* und den gesundheitspsychologischen Gedanken von Tanz als Ressource mit der psychologischen Ästhetikforschung. Damit ist sie eine der ersten Studien, die den Lindy Hop aus einer psychologischen Perspektive betrachtet. Das Potenzial der Rollenflexibilität, das in der Studie herausgearbeitet wurde, entspricht der gesellschaftlichen Entwicklung einer zunehmenden Auflösung der strikten Geschlechter-Polarisierung.

Welche personalen, emotionalen und sozialen Wechselwirkungen durch regelmäßigen Paartanz mobilisiert/erfahrbar werden (Forschungsfrage 1), konnte mit den geschilderten Ergebnissen und ihrer Diskussion in den vorangegangenen Kapiteln ausführlich beantwortet werden. Die Erfahrung von gestärkten Ressourcen z.B. in Form von Selbstwirksamkeit – auch in neuen Rollen –, Beziehungsgestaltung und Körperlichkeit der Interviewteilnehmer*innen deckt sich mit der bestehenden Forschungsliteratur, wie sie in Kapitel 2.2. vorgestellt wurde. Dass der sich bewegende und bewegte Körper im gemeinsamen Tanz die Grundlage für die Mobilisierung von positiven und neuen personalen, emotionalen und sozialen Erfahrungen ist, ist eine wesentliche Erkenntnis dieser Studie. Die sich ergebende Horizonterweiterung kann dabei für jede*n Tänzer*in auf unterschiedlichen Ebenen wirksam werden.

Die Erfahrungen im Tanzkontext können als Ressourcen auf das alltägliche Erleben, Denken und Fühlen übertragen werden (Forschungsfrage 2), wenn ein Kontrast zwischen dem Erleben beim Tanzen auf der einen Seite und im Alltag, im Beruf und der Gesellschaft auf der anderen Seite bewusst wahrgenommen wird. Dies ist auch abhängig davon, welchen Stellenwert das Lindy Hop-Tanzen im eigenen Leben einnimmt.

Die Inspiration und Aufforderung zu neuen Bewegungsmustern durch das Beobachten und Lernen von Tanzlehrer*innen und Vorbildern gibt den Tänzer*innen die Erlaubnis, verschiedene Rollen im Tanzen auszuprobieren. Es eröffnet ihnen neues Terrain, das

sie sich durch Erfahrungslernen im Tanz erschließen können. Dies unterliegt jedoch einem Erprobungsprozess. Damit können auch die aufgestellten Hypothesen, dass *das Einnehmen unkonventioneller Tanzrollen im Lindy Hop die flexible Wahrnehmung von Genderrollen fördert und ein Übungsfeld bietet, um sowohl sonst typisch männliche wie auch weibliche Fähigkeiten zu trainieren*, bestätigt werden.

Die innovative Energie, die von diesem Tanz ausgeht, kann (ähnlich wie der Contemporary Dance seit den 1930ern) auf unverfängliche, aber wirksame Art dazu genutzt werden, die Fixierung von zugeschriebenen Rollen aufzubrechen und einen flexiblen Umgang mit ihnen zu erschaffen.

Darin birgt sich ein emanzipatorischer Gedanke, der durch die innere Erlaubnis und das erlernte Repertoire im Tanz zu einer emanzipatorischen Tat wird, die die innere Bühne – die innere Tanzfläche – erweitert. Diese Kompetenz kann dann auch auf der äußeren Bühne im Alltag umgesetzt werden.

7.2. Ausblick und Implikationen für die Praxis

Die vorgestellten Forschungsergebnisse aus der vorhandenen Literatur, das Fehlen von Langzeitstudien, sowie die vorliegende Studie lassen keine völlige Gewissheit über den Gewinn oder Verlust durch das Tanzen zu. Aber sie können Potenziale und Handlungsmöglichkeiten aufzeigen (Kreutz, 2019, S. 132f). Die vorliegende Arbeit deutet darauf hin, dass jede*r vom Tanz auf sehr individuelle Weise profitieren kann. Dabei muss es sich nicht unbedingt um gezielte Tanztherapie oder -intervention handeln.

Andere Kontexte, in denen man mit erwähnten Themen wie dem sozialen Vergleich, hierarchischen Rollenverhalten oder Vorbildern in Berührung kommen kann, sind zum Beispiel der Arbeitsplatz oder das Leben in einer Großfamilie. Was den Tanzkontext von dem Arbeitskontext unterscheidet, ist die existenzsichernde Eigenschaft einer Arbeitsstelle. Es ist ein Ort, an dem Leistung explizit gefordert ist und man sich beweisen muss. Sich „auszuprobieren“, d.h. andere Persönlichkeitsanteile hervorzuholen, ist in diesem Kontext also oft mit Vermeidung verbunden.

Auch in einer Familie, vor allem in denen mehr als zwei Generationen zusammenleben, können die angesprochenen Aspekte in der Interaktion aufkommen. Das Wohnkonzept eines Mehrgenerations-Hauses findet sich heutzutage nur selten, tritt jedoch in jüngerer Zeit vermehrt in den Fokus der Forschung und öffentlichen Diskussion (Burgess, Hamilton, Jones, & Muir, 2017).

Tanz kann daher als eine realisierbare und eher „ungefährliche“ Aktivität angesehen werden, in der die eigene Persönlichkeit in neuen Bewegungen und Begegnungen exploriert wird.

Dass Tanz stärkende und stabilisierende Persönlichkeitsanteile hervorholen kann, wird in präventiven, therapeutischen und rehabilitativen Maßnahmen bereits als eine Bereicherung angesehen, was sich in der Zahl von steigenden musik- und kunstbasierten klinischen Anwendungsbereichen widerspiegelt (MacDonald et al., 2013). Dies könnte durch die systematische Entwicklung von musikalischen Anamnesen weiter gefördert werden (Kreutz & Bernatzky, 2015). Musikalische Anamnesen würden individuelle Erfahrungen mit Musik und Tanz sowie Vorlieben und Fähigkeiten auf standardisierte Weise erfassen und somit Hinweise auf Ressourcen geben, die das Individuum durch die Erfahrung z.B. von Selbstwirksamkeit und Körperbewusstsein aus dem Tanzen oder Musizieren schöpft.

Neben Behandlungs- und Rehabilitationskontexten könnten sie auch zum Beispiel Anwendung in der Transition von psychiatrischen Behandlungen zurück in den Alltag finden. Grundsätzlich kann Tanz in diesem Feld Hilfestellungen leisten. Systematische und breit angelegte Studien zu diesem Thema sind bis jetzt nicht zu finden. Die vorliegende Studie soll dazu ermutigen, die bereits bestehenden Angebote an Freizeittanz für diese Zwecke in Betracht zu ziehen.

Jede der gefundenen Kategorien stellt ein komplexes Thema da, das in sich weiter exploriert und systematisch untersucht werden könnte. Zum Beispiel ist das Potenzial des Lindy Hop Tanzens, Generationen wieder miteinander in Kontakt zu bringen, eine Erkenntnis dieser Studie. Weiter untersucht werden könnte, unter welchen Bedingungen eine Vernetzung von Generationen im Tanzkontext besonders erfolgreich geschehen kann. Unterscheiden sich ältere Generationen in ihrer Motivation oder den Faktoren, die beim Tanzen bei ihnen wirken? Gibt es dabei auch Unterschiede zwischen den Geschlechtern? Hier kann an Forschung von Schreiber-Willnow und Seidler (2002) und von Seidler (2016) angeknüpft werden, die geschlechts- und altersspezifische aktive Faktoren bei Bewegungstherapie untersucht haben.

Literaturverzeichnis

- Antonovsky, A. (1997). *Salutogenese: zur Entmystifizierung von Gesundheit*.
Tübingen: dgvt-Verlag.
- Athenstaedt, U., & Alfermann, D. (2011). *Geschlechterrollen und ihre Folgen. Eine sozialpsychologische Betrachtung* (1. Auflage). Stuttgart: Kohlhammer.
- Bortz, J. & Döring N. (2016). *Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften* (5. Auflage). Berlin: Springer.
- Burgess, G., Hamilton, C., Jones, M., & Muir, K. (2017). *Multigenerational living: an opportunity for UK house builders? Final report to the NHBC Foundation-source document*. doi:10.13140/RG.2.2.30936.55041
- Chambers, V. (1998). *The Harlem Renaissance*. New York: Chelsea House Publishers.
- Faltermaier, T. (2017). *Gesundheitspsychologie* (2. Auflage). Stuttgart: Kohlhammer.
- Fleischle-Braun, C. (2005). Tanz und Salutogenese. In J. Birringer & J. Fenger (Hrsg.), *Tanz im Kopf. Dance and Cognition* (S. 81-97). Münster: Lit Verlag.
- Hancock, B. H. (2007). Learning how to make life swing. *Qualitative Sociology*, 30(2), 113-133. doi:10.1007/s11133-007-9059-8
- Hanna, J. L. (1979). *To dance is human; a theory of nonverbal communication*.
Chicago: University of Chicago Press.
- Hanna, J. L. (2010). Dance and sexuality: Many moves. *The Journal of Sex Research*, 47, 212–241. doi:1080/00224491003599744
- Hashimoto, H., Takabatake, S., Miyaguchi, H., Nakanishi, H., & Naitou, Y. (2015). Effects of dance on motor functions, cognitive functions, and mental symptoms of Parkinson's disease: a quasi-randomized pilot trial. *Complementary Therapies in Medicine*, 23, 210–219. doi:10.1016/j.ctim.2015.01.010
- Jola, C., & Calmeiro, L. (2017). The dancing queen: explanatory mechanisms of the 'feel-good effect' in dance. In V. Karkou, S. Oliver, & S. Lykouris (eds.), *The Oxford Handbook of Dance and Wellbeing* (pp.13-23). London: Oxford University Press.
- Kaminsky, D. (2020). *Social partner dance. Body, sound, and space*. New York: Routledge.
- Kammhuber, S. (2020). Kulturpsychologie. In M. A. Wirtz (Hrsg.), *Dorsch – Lexikon der Psychologie*. Verfügbar unter <https://portal.hogrefe.com/dorsch/kulturpsychologie>. [Abgerufen am 08.04.2020]

- Knight, A. P., & Eisenkraft, N. (2015). Positive is usually good, negative is not always bad: The effects of group affect on social integration and task performance. *Journal of Applied Psychology, 100*(4), 1214-1227. doi:10.1037/apl0000006
- Koch, S. C. (2017). Arts and health: active factors and a theory framework of embodied aesthetics. *The Arts in Psychotherapy, 54*, 85–91. doi:10.1016/j.aip.2017.02.002
- Koch, S. C., Riege, R. F. F., Tisborn, K., Biondo, J., Martin, L., & Beelmann, A. (2019). Effects of dance movement therapy and dance on health-related psychological outcomes. A meta-analysis update. *Frontiers in Psychology, 10*. doi:10.3389/fpsyg.2019.01806
- Kreutz, G. (2008). Does partnered dance promote health? The case of tango Argentino. *The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health, 128*(2), 79-84. <https://doi.org/10.1177/1466424007087805>
- Kreutz, G. (2019). *Tanzen. Glücklich mit Tango, Salsa und Co.* Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Kreutz, G. & Bernatzky, G. (2015). Musik und Wohlbefinden. Ein dynamisch wachsendes Forschungsgebiet In: Bernatzky G., Kreutz G. (Hrsg.) *Musik und Medizin* (S. 7-16). Springer: Wien. doi:10.1007/978-3-7091-1599-2_2
- Kreutz, G., & Quiroga Murcia, C. (2015). Gesundheitliche Aspekte des Tanzens. In G. Bernatzky & G. Kreutz (Hrsg.), *Musik und Medizin* (S. 286-298). Wien: Springer. [elektronische Version] doi:10.1007/978-3-7091-2_19
- Kuckartz, U., Dresing, T., Rädiker, S., & Stefer, C. (2008). *Qualitative Evaluation. Der Einstieg in die Praxis.* Wiesbaden: VS-Verlag.
- Lakes, K. D., Marvin, S., Rowley, J., San Nicolas, M., Arastoo, S., Viray, L., ... ,& Jurnak, F. (2016). Dancer perceptions of the cognitive, social, emotional, and physical benefits of modern styles of partnered dancing, *Complementary Therapies in Medicine, 26*,117-122. doi:10.1016/j.ctim.2016.03.007
- Leder, H., Belke, B., Oeberst, A., & Augustin, D. (2004). A model of aesthetic appreciation and aesthetic judgements. *British Journal of Psychology, 95*, 489-508. doi:10.1348/0007126042369811

- Leder, H., & Nadal, M. (2014). Ten years of a model of aesthetic appreciation and aesthetic judgements: the aesthetic episode – Developments and challenges in empirical aesthetics. *British Journal of Psychology*, *105*, 443–464.
doi:10.1111/bjop.12084
- Leman, M., & Maes, P.J. (2015). The role of embodiment in the perception of music. *Empirical Musicology Review*, *9*(3–4), 236–46. doi:10.18061/emr.v9i3-4.4498
- Linnavalli, T., Putkinen, V., Lipsanen, J., Huotilainen, M., & Tervaniemi, M. (2018). Music playschool enhances children’s linguistic skills. *Scientific Reports*, *8*(1), 8767. doi:10.1038/s41598-018-27126-5
- Lobo, Y., & Winsler, A. (2006). The effects of a creative dance and movement program on the social competence of head start preschoolers. *Social Development*, *15*, 501 - 519. doi:10.1111/j.1467-9507.2006.00353.x
- MacDonald, R., Kreutz, G., & Mitchell, L. (2013). What is music, health, and wellbeing and why is it important? In R. MacDonald, G. Kreutz, & L. Mitchell (eds.), *Music, Health, & Wellbeing* (pp. 3-11). London: Oxford University Press.
[elektronische Version] doi:10.1093/acprof:oso/9780199586974.003.0001
- Manning, F., & Millman, C. R. (2007). *Frankie Manning. Ambassador of Lindy Hop*. Philadelphia: Temple University Press.
- Maraz, A., Király, O., Urbán, R., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2015). Why do you dance? Development of the Dance Motivation Inventory (DMI). *PLOS ONE* *10*(3): e0122866. doi:10.1371/journal.pone.0122866
- Mayring, P. (2015). *Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken* (12. Auflage). Weinheim: Beltz.
- Meyer, F. (2020). Philosoph Wilhelm Schmid: Wir können nicht auf analoges Leben verzichten. Verfügbar unter https://www.deutschlandfunkkultur.de/philosoph-wilhelm-schmid-wir-koennen-nicht-auf-analoges.970.de.html?dram:article_id=473981 [abgerufen am 14.04.2020]
- Monaghan, T. (2001). Why study the Lindy Hop?. *Dance Research Journal*, *33*(2), 124–27. doi:10.2307/1477810
- Müller, H., & Krummenacher, J. (2012). Funktionen und Modelle der selektiven Aufmerksamkeit. In H. O. Karnath, & P. Thier (Hrsg.), *Kognitive Neurowissenschaften* (S. 308-321). Berlin: Springer-Verlag. doi:10.1007/978-3-642-25527-4_28

- Palomares, N. A. (2012). Gender and intergroup communication. In H. Giles (Ed.), *The handbook of intergroup communication* (pp. 197–210). New York: Peter Lang.
- Pines, R., & Giles, H. (2017). Dance as intergroup communication. *Oxford Research Encyclopedia of Communication*. Verfügbar unter <https://oxfordre.com/communication/view/10.1093/acrefore/9780190228613.001.0001/acrefore-9780190228613-e-459>. [abgerufen am 14.05.2020]
- Pinniger R., Brown, R.F., Thorsteinsson E.B., & McKinley, P. (2012). Argentine tango dance compared to mindfulness meditation and a waiting-list control: A randomized trial for treating depression. *Complementary Therapies in Medicine*, 20(6), 377–384. doi:10.1016/j.ctim.2012.07.003
- Polhemus, T. (1993). Dance, gender and culture. In H. Thomas (Ed.), *Dance, Gender and Culture* (pp. 3-15). Houndmills: Macmillan Press Ltd.
- Quiroga, C., Bongard, S., & Kreutz, G. (2009). Emotional and neurohumoral responses to dancing Tango Argentino: The effects of music and partner. *Music and Medicine*, 1, 14-21. doi:10.1177/1943862109335064
- Rabinowitch, T., & Meltzoff, A. (2017). Synchronized movement experience enhances peer cooperation in preschool children. *Journal of Experimental Child Psychology*, 160. doi:10.1016/j.jecp.2017.03.001.
- Renshaw, S. W. (2006). Postmodern swing dance and secondary adjustment: identity as process. *Symbolic Interaction*, 29(1), 83-94. doi:10.1525/si.2006.29.1.83
- Schwender, T.M., Spengler, S., Oedl, C., & Mess, F. (2018). Effects of dance interventions on aspects of the participants' self: a systematic review. *Frontiers in Psychology*, 9. doi:10.3389/fpsyg.2018.01130
- Seidler, K-P. (2016). Männer und Frauen in der körperorientierten Psychotherapie. Eine Sichtung der empirischen Befunde am Beispiel der Konzentrativen Bewegungstherapie. *körper – tanz – bewegung*, 4, 182–192. doi:10.2378/ktb2016.art23d.
- Shafir, T., Tsachor, R. P., & Welch, K. B. (2016). Emotion regulation through movement: unique sets of movement characteristics are associated with and enhance basic emotions. *Frontiers in Psychology*, 6. doi:10.3389/fpsyg.2015.02030
- Steffens, M. C., & Viladot, M. A. (2015). *Gender at work: A social psychological perspective*. New York: Peter Lang.

- Stovall, M. (2015). African American cultural technology: the Lindy Hop, the King of Pop, and the factory worker's experience. *Journal of the Association of Black Anthropologists*, 23(1), 1-13. doi:10.1111/traa.1204
- Stowe, D. W. (1998). *Swing changes: Big Bang jazz in New Deal America*. Cambridge: Harvard University Press.
- Tarr, B. & Launay, J., & Dunbar, R. (2016). Silent Disco: Dancing in synchrony leads to elevated pain thresholds and social closeness. *Evolution and Human Behavior*, 37(5), 343-349. doi:10.1016/j.evolhumbehav.2016.02.004.
- Trainor, L. & Cirelli, L. (2015). Rhythm and interpersonal synchrony in early social development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1337. doi:10.1111/nyas.12649.
- Tsachor, R. P., & Shafir, T. (2017). A somatic movement approach to fostering emotional resiliency through Laban Movement Analysis. *Frontiers in Human Neuroscience*, 11, 410. doi:10.3389/fnhum.2017.00410
- Usner, E. M. (2001). Dancing in the past, living in the present: nostalgia and race in Southern California neo-swing dance culture. *Dance Research Journal*, 33, 87–101. doi:10.2307/1477806
- Valdesolo, P., & DeSteno, D. (2011). Synchrony and the social tuning of compassion. *Emotion*, 11(2), 262-266. doi: 10.1037/a0021302
- van de Kamp, M. M., Emck, C., Cuijpers, P., & Beek, P. J. (2018). A psychomotor diagnostic instrument for patients with post-traumatic stress disorder. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 13(1), 33–49, doi:10.1080/17432979.2017.1420692
- Wade, L. (2011). The emancipatory promise of the habitus: Lindy hop, the body, and social change. *Ethnography*, 12(2), 224–246. doi:10.1177/14661381111398231
- Wiedenhofer, S., Wagner, K., Hofinger, S., & Koch, S. C. (2016). Active factors in dance therapy: effects of goal-orientation in movement on perceived stress, (body) self-efficacy and well-being (in students). *American Journal of Dance Therapy*, 39(1), 113–125. <https://doi.org/10.1007/s10465-016-9240-2>
- Wiltermuth, S. S., & Heath, C. (2009). Synchrony and cooperation. *Psychological Science*, 20, 1–5. doi: 10.1111/j.1467-9280.2008.02253.x
- Zarobe, L., & Bungay, H. (2017). The role of arts activities in developing resilience and mental wellbeing in children and young people a rapid review of the literature. *Perspectives in Public Health*, 137(6), 337-347. doi:10.1177/1757913917712283

Tabellen- und Abbildungsverzeichnis

Tabelle 1.1: Interviewleitfaden Teil 1.....	18
Tabelle 1.2: Interviewleitfaden Teil 2	18
Tabelle 1.3: Interviewleitfaden Teil 3	19
Tabelle 2.1: Kategoriensystem Themenblock 1	24
Tabelle 2.2: Kategoriensystem Themenblock 2	28
Tabelle 2.3: Kategoriensystem Themenblock 3	33
Abbildung 3: zirkuläres Prozessmodell für das Freizeittanzen, angelehnt an Koch (2017)	40

Anhang

Abstract

Vorliegende Masterarbeit beschäftigt sich mit den psychosozialen Wechselwirkungen von Paartanz. Studien haben gezeigt, dass Bewegung und Tanz in klinischen sowie nicht-klinischen Kontexten eine positive Wirkung auf körperliche und psychische Gesundheit haben. Musikalische Aktivität wie Tanz verstärkt die Selbstwirksamkeit, synchrone Bewegung in Gemeinschaft fördert das Zugehörigkeitsgefühl. Die Umwelt kann neu erlebt und bewertet werden.

Erstmalig wird am Beispiel des neu auflebenden Paartanzes Lindy Hop explorativ untersucht, welche personalen, emotionalen und soziale Wechselwirkungen durch regelmäßige Tanzpraxis erfahrbar sind und wie sich diese als Ressourcen auf den Alltag übertragen lassen.

Dieser Swing-Tanz der 1930er Jahre bietet ein wegweisendes Konzept für die heutige Gesellschaft, in dem die Fixierung von zugeschriebenen Rollen aufgebrochen wird. Daraus ergibt sich die Hypothese, dass die flexible Wahrnehmung von Genderrollen ein Übungsfeld für die alltägliche Beziehungsgestaltung bietet. In einer qualitativen Untersuchung ergaben halbstandardisierte Interviews mit Lindy-Hop Tänzer*innen, dass sie die „Spielregeln“ des Lindy Hop konträr zu anderen Paartänzen und auch zum Alltag wahrnehmen. Die Architektur des Tanzes und seine Regeln schaffen einen offenen, toleranten und flexiblen Rahmen, der zu einem Übungsfeld für verschiedene Lebenssituationen wird. Das emanzipatorische Potenzial des Lindy Hop kreiert Spielräume, die weit über die Tänzfläche hinausgehen.

Abstract

This master thesis deals with the psychosocial interactions of couple dance. Studies have shown that movement and dance in clinical and non-clinical contexts have a positive effect on physical and mental health. Musical activity such as dance enhances self-efficacy, synchronous movement in community promotes the feeling of belonging. The environment can be experienced and evaluated in a new way.

For the first time, the newly revived couple dance Lindy Hop is used as an example to exploratively investigate which personal, emotional and social interactions can be experienced through regular dance practice and how these can be transferred as resources to everyday life.

This swing dance of the 1930s offers a groundbreaking concept for today's society, in which the fixation of attributed roles is broken up. It leads to the hypothesis that the flexible perception of gender roles offers a training ground for everyday relationship construction. In a qualitative investigation, semi-standardized interviews with Lindy Hop dancers* revealed that they perceive the "rules of the game" of Lindy Hop in contrast to other couple dances and also to everyday life. The architecture of this dance and its rules create an open, tolerant and flexible framework that becomes a training ground for different life situations. The emancipatory potential of Lindy Hop creates spaces that radiate far beyond the dance floor.