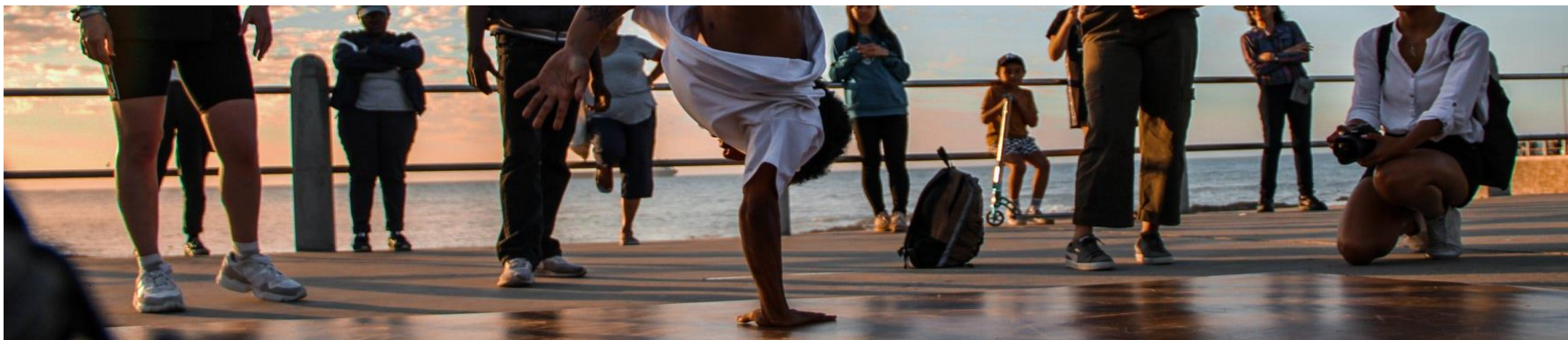




I DANCE – THEREFORE MY BODY IS



Zentrales Thema dieser Übungsforschung ist die Beziehung und Verbindung zwischen dem physischen Körper (*body*) und dem nicht physischen Geist (*mind*) am Beispiel von Tanz. Welche Rolle spielen diese beim Tanzen und wie wird die Beziehung von *mind* und *body* von Tänzer*innen empfunden? Diesen Fragen wurde in Kapstadt, Südafrika bei verschiedenen Gruppen mit verschiedenen Tanzstilen partizipativ auf den Grund gegangen.

Forschungsfrage

Wie empfinden Tänzer*innen die Beziehung zwischen ihrem Körper (*body*) und ihrem Geist (*mind*) beim Tanzen?

Teilnehmende der Forschung

Tänzer*innen aus ganz verschiedenen Tanzbereichen wie Paartanz, Freestyle & Streetdance und Conscious Dance (5Rhythms)

Methoden

- Halbstrukturierte Interviews
- Informelle Gespräche
- Teilnehmende Beobachtung
- Videoaufnahmen
- gemeinsames Tanzen

Ergebnisse

Für die Tänzer*innen ist eine Verbindung zwischen *body* und *mind* unumgänglich. Im Tanz können beide Elemente unabhängig voneinander nicht das hervorbringen, was sie gemeinsam tun. Jedoch spielt auch eine dritte Komponente noch eine wichtige Rolle. Es handelt sich um ein Gefühl, welches in Bezug zum Tanz und auch beim Tanzen entsteht. Es wird als *energy*, *emotion* oder *heart* bezeichnet. Die ideale Zusammenarbeit von *mind* und *body* besteht bei dem sogenannten *flow* Zustand. Bei diesem gibt sich der*die Tanzende vollkommen dem Tanz hin und *body* und *mind* befinden sich im Gleichgewicht.

Eine partizipative Übungsforschung von Alisa Aldinger, WS 2019
BA
Betreut von Herr Hüsken
05.2020
Freiburg im Breisgau

