

TOOL NR. 11

Aus der Reihe tanzen?

Tools zur Demokratieentwicklung
#Verhalten & Haltung

aktion
tanz

■□□ leicht

🕒 1 Std.

Kurzbeschreibung

Ziel: Macht und Machtmissbrauch sowie Ausschluss und Ohnmacht erfahrbar machen, sich selbst in machtvollen und machtlosen Rollen kennenlernen, Bewusstwerdung über je eigene Privilegierungen und/oder Benachteiligungen, sowie De-Privilegierungen in der Gesellschaft.

Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene

Anwendungsbereich: fortgeschrittene Gruppenphasen, Fähigkeiten zur Selbst- und Fremdwahrnehmung sollten schon eingeübt sein, gesellschaftliche Positionierungen in der Gruppe sollten schon thematisiert sein und mitbedacht werden können.

Materialien: ein bzw. zwei lange Seile (mind. fünf Meter), Ohrstöpsel oder Lärmschutzkopfhörer, ggf. Karten mit Bewegungsaufgaben

■□□ leicht

■□□ anspruchsvoll

■ ■ ■ sehr anspruchsvoll

Dieses Tool ist **eher leicht** in der Vermittlung und im Verständnis für die Gruppe. Es setzt **keine** Vorerfahrung in der kreativen tänzerischen Bewegung oder politischen Bildung voraus.

Dieses Tool ist **eher schwer** in der Vermittlung und im Verständnis für die Gruppe. Es setzt **bereits** Vorerfahrung in der kreativen tänzerischen Bewegung oder politischen Bildung voraus.

Dieses Tool ist **sehr schwer** in der Vermittlung und im Verständnis für die Gruppe. Es setzt sowohl von den Vermittler:innen als auch von den Teilnehmer:innen bereits **viel Vorerfahrung** in der kreativen tänzerischen Bewegung oder politischen Bildung voraus.

Anleitungsschritte:

1. Die gesamte Gruppe bewegt sich zur Einstimmung durch den Raum und achtet dabei, ohne mit der Bewegung zu stoppen, auf die Anweisungen der Vermittler:innen:

Die Gruppe bewegt sich (eine Auswahl):

- in fünf verschiedenen Tempostufen 1-5 (Zeitlupe, langsam, mittel, schnell, sehr schnell).
- in verschiedene Bewegungsrichtungen: vorwärts, seitwärts, rückwärts.
- auf unterschiedlichen Raumebenen: oben, mittig, unten.
- mit unterschiedlichen Bewegungsqualitäten: abgehackt, elastisch, fließend, sich schüttelnd, zitternd, schwingend, springend, gleitend.
- und nutzt verschiedene Raumwege: von hinten nach vorne, vorne nach hinten, rechts nach links, in Schlangenlinien, im Zickzack, in der Diagonalen, im Kreis, von unten nach oben, oben nach unten.
- in verschiedenen Beziehungsebenen: allein, gesamte Gruppe, Duo, Trio, Quartett.
- mit vorgegebenen Tanzschritten.

2. Die Vermittler:innen teilen die Gruppe in zwei gleich große Kleingruppen (Gruppe A und B) auf, die sich gegenüberstehen. Drei Personen bleiben als Außenstehende am Rand.

- Die Außenstehenden bekommen verschiedene Rollen: eine Person dreht sich mit dem Gesicht zur Wand (sieht nichts), eine nutzt Ohrstöpsel/Gehörschutz (darf zuschauen) und eine Person sieht und hört, aber steht weit abseits am Rand.

3. Gruppe A bekommt die "Macht" über Gruppe B und gibt dieser Gruppe Anweisungen aus den im Warm Up explorierten Bewegungsmöglichkeiten. B muss diese ausführen und "nach der Pfeife" von A tanzen.

- Als zusätzliche Mittel, um über die andere Gruppe zu bestimmen, können Seile genutzt werden, um den Raum zu begrenzen oder die Raumebenen zu bestimmen.
- Mögliche Varianten der Machtausübung:
 - Die Gruppe der "Mächtigen" kann vorab besprechen, wer die Anweisungen ausspricht.
 - Innerhalb der Gruppe darf jede:r mitbestimmen und die Rolle der Machtausführung spontan annehmen.
 - Sollte es zu keiner Einigung kommen, werden die Machttrollen reihum von jeder Person in der Gruppe durchgeführt.

4. Nach ca. 15 Minuten tauschen die Gruppen die Rollen.

- Jede Gruppe bekommt für beide Rollen die gleiche Zeit.
- Die drei Außenstehenden dürfen wählen, mit wem aus der Großgruppe sie nach den 15 Minuten ihre Rollen tauschen.

5. Die Gruppe trifft sich zur Reflexion und Auswertung des Erlebten:

- Ansprache und Fragen an die Gruppe: *Wie hast du dich als Einzelne:r in der jeweiligen Rolle verhalten und gefühlt? Hat sich das Verhalten/Gefühl im Laufe der Übung verändert? Wie hast du dich als Mitglied der Macht ausübenden Gruppe gefühlt und verhalten? Wie hast du dich als Mitglied der von der Macht beherrschten Gruppe gefühlt und verhalten? Wie war es beim Wechsel? Wie erging es den Außenstehenden? Für welche aktuellen Gruppen aus dem Alltag könnten diese drei Personen stehen?*
- *Welche alternativen Entscheidungsmöglichkeiten oder Absprachen kann die Gruppe miteinander vereinbaren, um "erlebte Dynamiken" zu verhindern?*

► Dieses Hintergrundwissen ist bedingend für eine angemessene Anleitung dieses Praxistools:

- Es ist förderlich, die Übung im Vorfeld eher spielerisch und kurz, mit Fokus auf den Ablauf und die Regeln zu erklären. So können sich die Teilnehmer:innen vorbehaltlos auf den Prozess einlassen und die emotionale Ebene im Tun erfassen.
- Es ist ratsam die Anweisungen dem Bewegungsniveau der Gruppe anzupassen, um die soziale Komponente der Aufgabe im Fokus zu behalten.
- Es kann hilfreich sein vorab großformatige Karten anzufertigen, auf denen die Bewegungsanweisungen übersichtlich aufgelistet sind. So kann von allen leichter auf die ganze Sammlung zugegriffen werden.
- Innerhalb der Gruppe bilden sich schnell Alpha-Tierchen, die die Führung übernehmen werden. Der Prozess zur Führung innerhalb der Machtgruppe sollte dann reflektiert werden!
- Von Vorteil sind Erfahrungen in der Gruppendynamik sowie eine differenzierte Fähigkeit zur

Selbstreflexion als Vermittler:innen. Insbesondere dann, wenn es um die Reflexion von Gefühlen und Empfindungen in machtlosen und machtvollen Positionen geht. Wo sehe ich mich selbst? Wie verschaffe ich mir Gehör? Wann lasse ich andere ans Steuer?

- Optional: Es könnte je nach Prozessverlauf der Übung auch sinnvoll sein, dass die Vermittler:innen die eigene Rolle (Leitungsmacht) reflektieren und zur Diskussion stellen.

Angaben zu möglichen Barrieren und Anpassungsvorschläge, um für diverse Bedürfnisse Teilhabe zu ermöglichen:

- Die Bewegungsaufgaben können an die diversen Fähigkeiten der Gruppe angepasst werden: Beispielsweise können die Anweisungen für Sprünge auf ein anderes Körperteil übertragen werden, sodass z.B. die Arme die Bewegung der Beine ausführen.

Unterstützt durch das NATIONALE PERFORMANCE NETZ - STEPPING OUT, gefördert von der Beauftragten der Bundesregierung für Kultur und Medien im Rahmen der Initiative NEUSTART KULTUR. Hilfsprogramm Tanz.