

Tanzleiterin früher und heute

Der Rückblick auf 25 Jahre Tanzleiterin (mit zweijähriger Unterbrechung) und 30 Jahre Tanzen hat mich zu Überlegungen geführt, welche erst jetzt wieder in meinen Erinnerungen wach werden.

Das Leben damals war sehr viel mehr vorgezeichnet, gerade wenn man in einer religiösen Gemeinschaft beheimatet war, oder auch, wie man sich als älterer Mensch, im Sinne von Anstand und Sitte, zu verhalten hat, war vorgegeben. So stand vorwiegend das passive Wohlbefinden der älteren Menschen im Vordergrund. Sie wurden einerseits umworben von Kirche, Wirtschaft und Politik, berieselt mit Kaffee und Kuchen bei schönen Dias – aber gleichzeitig wurde der ältere Mensch instrumentalisiert als dankbarer Wähler, kauffreudiger Konsument und des Weiteren zum hilflos Betreuten degradiert.

In dieser Zeit, den 80er Jahren, reiften die Überlegungen, wie man den älteren Menschen aus seiner Isolation, seiner Abhängigkeit und Passivität, herausführen könnte zu einem selbstbestimmten, sinnerfüllten Leben und seelischem Wohlbefinden. Ich war damals in Spittal/Drau im Pfarrgeschehen stark eingebunden, als die zündende Idee vom Seniorentanz – ausgehend vom Altenpastoral der Caritas mit Sr. Marcella – geboren wurde. Die neue Art im Umgang mit älteren Menschen, – nicht nur für ihn, sondern mit ihm etwas zu tun, ihn zu aktivieren, war total unbekannt und für manche hinterfragenswürdig. Die Scheu vor dem Unbekannten, dem Neuen – was



So lustig gehts zu beim Faschingsfest in der Tanzgruppe von Josefine Fabian in Klagenfurt, dass sogar auf die Jakobsleiter "gekraxelt" wird.

damals noch belächelt wurde – galt es erst einmal zu überwinden. Aber unter der anfangs kleinen Gruppe Interessierter war ein fester Zusammenhalt und vor allem die überzeugende Motivation von Sr. Marcella, unserer späteren langjährigen Vorsitzenden, ausschlaggebend, daran zu bleiben und in späterer Folge die Ausbildung zur Seniorentanzleiterin im Bildungshaus Strobl zu machen.

Von da an wurde das Tanzen neben meiner Familie zum Lebensinhalt. Der Anfang war schwierig, Musik und Tanzbe-

schreibungen waren nicht so einfach vorhanden – aber für uns kleine Kostbarkeiten. Für jede weitere Entwicklung waren wir offen und dankbar. Die Tänze waren keine Fitness-Tänze, sie kamen aus dem Kulturgut mit Charakter und Ausdruck – auch anspruchsvoll, aber nicht zu kompliziert. Für den Einstieg gerade richtig, wir waren glücklich und zufrieden – der Start war ein voller Erfolg.

Wir alle wissen, dass aus uns zu verschiedenen Zeiten verschiedene Menschen werden. Heute spricht man von den „Jungen Alten“. Die Sechzig- bis Siebzigjäh-

rigen sind persönlich und gesellschaftlich im Umbruch. Aufgrund der medizinischen Forschung gibt es gesundheitliches Wohlbefinden bis ins hohe Alter. Vielfältige Hobbys, Tanz und Sport in allen Richtungen, Reisen für Senioren, Fortbildungsmöglichkeiten, etc. – alles auf Senioren zugeschnitten – bieten für bewusste Senioren eine ganz neue Lebensqualität.

Unser Zeitalter, das Jugendlichkeit und Fitness zum Dogma und Kult erhoben hat, erweckt allerdings den trügerischen Eindruck, als müsste man den unendlich vielen Tipps nur Folge leisten, um jung zu bleiben. Dieses Bild birgt aber auch die Gefahr in sich, dass Alt werden vor allem nur positiv ist, wenn man möglichst wenig vom Alter merkt. Es ist offensichtlich nicht die Rolle, in denen sich frühere Generationen gesehen haben. Es waren früher wie heute immer wieder von Neuem verschiedene Standpunkte zu berücksichtigen. Ich bin eine heute 70jährige Tanzleiterin und musste wohl auch im Laufe der Jahre einige Korrekturen vornehmen und dazulernen, weil die Antwort auf die Frage eines Menschen nach seinem Alter von der Blickrichtung abhängt, in der sie gestellt wird.

Es geht darum, ob das Alter – vergleichsweise mit einem halbvollen oder halbleeren Glas – nur im Schatten oder auch im Licht gesehen wird. So kommt es immer auf die Perspektive an. Ganz grundsätzlich ist die subjektive Wahrnehmung extrem unterschiedlich. Es gibt jüngere Menschen, die sich alt – und sehr viele ältere Menschen, die sich jung fühlen. Für die subjektive Wahrnehmung ist die Befindlichkeit enorm wichtig, weil je

schwungvoller ich mich selber fühle oder mich einer liebevollen Aufgabe mit Begeisterung hingebe (Viktor Frankl), desto weniger schwach, alt und erschöpft fühle ich mich. Unter diesem Gesichtspunkt beginnt die Selbstkontrolle meiner Persönlichkeit als Mensch und die Reflexion meiner Arbeit als Tanzleiterin. Beides ist unzertrennbar miteinander verbunden. Rückblickend komme ich zu der Erkenntnis, dass alles vom Alten nicht schlecht und alles vom Neuen nicht gut ist.

Die Frage stellt sich: was will ich mit der noch so perfekten Tanzansage „zwischen den Schritten“ noch zusätzlich vermitteln, – was will ich erreichen und was ist einzubeziehen für eine Qualitätsarbeit nach Kriterien von „Good Practice“?!

Was strahle ich in meinen Tanzgruppen aus, wie forciere ich das soziale Verhalten zwischen den Geübten und Fröhlichen, den sportlich Trainierten und Intellektuellen, den neu Hinzugekommenen und den weniger Geübten, den Ruhigeren, den Langsameren, einfacher Denkenden...? Für jeden Einzelnen, wie für die gesa-

mten Gruppe, ist es von enormer Bedeutung, wie ich als Tanzleiterin adäquat, kreativ und phantasievoll reagiere. Auf keinen Fall darf ich der Versuchung unterliegen, Menschen, die mir anvertraut sind, auf „Anpassungsverhalten“ und „Funktionen“ zu reduzieren.

Als Tanzleiterin obliegt mir die Aufgabe, mit einem wachsamem Auge Voraussetzungen zum „Miteinander Wohlfühlen“ zu schaffen. Daraus resultiert dann die gemeinsame Begeisterung füreinander und miteinander beim entspannten Tanzen und die Freude darüber hinaus. Die Glückshormone beginnen zu tanzen und es ist nicht mehr so eine Katastrophe, wenn jemand einmal in die verkehrte Richtung startet oder den falschen Fuß erwischt. Diese Beziehungsarbeit und ihre positive Auswirkung hat nicht weniger Stellenwert wie die Kompetenz in der Tanzansage, weil sie uns als Mensch und Tanzleiterin qualifiziert und auszeichnet. Möge mein Bemühen zum weiteren Gelingen, für meine Zeit als Tanzleiterin beitragen.

Fabian Josefine



Spaß miteinander.