

Begegnungen mit dem Ich: Menschen über 60 Jahre und ihr Erleben des Flamencos¹

Laura Bettag²

Zusammenfassung

Ältere Menschen tanzend auf der professionellen Bühne zu zeigen, erlangte in den 1990er Jahren mit der Gründung des *Nederlands Dans Theater III* weitreichende Beachtung. Menschliches Ausdrucksvermögen über die gesamte Lebensspanne tänzerisch darzustellen, führte zu innovativen Formaten und partizipativen Produktionen mit Tanzenden ab 60 Jahren. Themen der Altersdiversität fanden auch im Flamenco Resonanz. Die Flamencotänzerin La Chana (* 1946) stellte durch Auftritte im Sitzen unter Beweis, dass gerade im Flamenco die körperliche Verfasstheit allein nicht entscheidend für seine Wirkung sein muss. Welchen Zugang zu eigenen Potenzialen und Ressourcen das Flamencotanz auch für nicht professionell Tanzende im Alter eröffnen kann, wurde 2024 mittels einer qualitativen Inhaltsanalyse untersucht. Schülerinnen ($n = 17$) einer deutschen Flamencoschule im Alter von 60 bis 82 Jahren betrachten es als Herausforderung, sich in altersgemischten Kursen an dem Schulprogramm zu beteiligen. Dies dient vorrangig der Selbstvergewisserung ihrer allgemeinen Lebensrealität und ist weitgehend unabhängig vom Alterungsprozess. In der Schweiz und Spanien entwickelten sich spezifischere Formate, die sich gezielt mit der individuellen Situation älterer Menschen beschäftigen. Sie reichen von der rezeptiven Musik- und Tanztherapie bis zur Flamencoterapia für benachteiligte Gruppen mit körperlichen, psychischen und sozialen Einschränkungen. Seit 2019 befasst sich an der Universität Granada ein Projekt des Entwicklungspsychologen und Geriaters José Cabezas mit der systematischen Nutzung des Flamencos in großen, offenen Gruppen von Menschen ab 50 Jahren. Dies soll sozialer Isolation und Vereinsamung entgegenwirken, um die negativen Auswirkungen physischer und psychischer Beeinträchtigungen im Alter nicht zu erhöhen.

Schlüsselwörter: Tanz im Alter, Flamenco, Flamencotherapie, ethnische Tänze

Encounters with the self: people over 60 and how they experience flamenco

Abstract

The practice of showing older people dancing on a professional stage became widespread in the 1990s with the founding of the *Nederlands Dans Theater III*. The presentation of human expressiveness across the entire lifespan in dance led to innovative formats and participatory productions with dancers aged 60 and up. Themes of age diversity also found resonance in flamenco. Flamenco dancer La Chana (born 1946) proved by performing while seated that physical condition alone is not crucial to the effect of, in particular, flamenco. In 2024, a qualitative content analysis was used to examine the access to one's own potential and resources that flamenco dancing can also open up for non-professional dancers in old age. Students ($n = 17$) at a German flamenco school, aged 60 to 82, see it as a challenge to participate in the school program in mixed-age classes. This primarily serves to affirm their general reality of life and is largely independent of the aging process. In Switzerland and Spain, more specific programs have been developed that specifically address the individual situation of older people. These programs range from receptive music and dance therapy to flamenco therapy for disadvantaged groups with physical, mental and social limitations. Since 2019, a project at the University of Granada led by the developmental psychologist and geriatrician José Cabezas has been working on the systematic use of flamenco in large, open groups of people aged 50 and up. The aim is

¹ Erweiterte Fassung des Vortrages vom 20.04.2024 in Münster zum Thema „Künstlerische Therapien im Alter“ beim Jubiläumssymposium anlässlich der Gründung des BKT am 16.04.1984.

² Nationaltheater Mannheim

to counteract social isolation and loneliness so as not to increase the negative effects of physical and mental impairment in old age.

Keywords: dance in old age, flamenco, flamenco therapy, ethnic dances

Utopien des Tanzes

Dass Tanz als Jungbrunnen gilt, ist einer der ältesten und populärsten Vorstellungen über Tanz. Diese auf einen mythischen Ursprung zurückgehende Idee drückt nichts weniger als die Sehnsucht nach ewigem Leben in körperlich und psychisch vom Alter unbeeinträchtigter Verfassung aus. Ernst Bloch³ (1885–1977) und Theodor W. Adorno (1903–1969) definieren im 20. Jahrhundert diese eigentlich unerfüllbaren Menschheitsträume als utopische Intention. Diese stellt eine zutiefst menschliche Eigenschaft dar, die als kulturelle Ausdrucksform wiedergefunden werden kann. Nicht nur deshalb, dass utopische Vorstellungen auf jedem Gebiet hervorgebracht wurden, ist auch der Tanz zur Utopie fähig. Trotz der unausweichlichen Realität des Alterns auch tanzender Körper beschäftigten das Streben nach immerwährender Jugendlichkeit und ihre positiven Auswirkungen auf die körperliche und geistige Verfassung auch die Tanzschaffenden selbst. Die Hoffnung, Alterungsprozesse zumindest hinauszögern zu können, zog insbesondere in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts Vorstellungen von einer dem Tanzen innewohnenden therapeutisch wirksamen Kraft nach sich. Daraus entwickelten sich u. a. die künstlerischen Therapien fort. Insbesondere im Werk von Karl Hörmann⁴ wird die enge Verbindung und Wechselwirkung zwischen Musik- und Tanztherapie (u. a. Hörmann, 2009) thematisiert.

Dass durch Tanz Befreiung von gesundheitlichen Einschränkungen entstehen kann und dieses wiederum Beschwerden des Alters sogar ganz vermeiden könnte, mag man ebenfalls im Licht des Bloch'schen „Noch-Nicht-Gewordenen“ (Bloch, 1959/2016, S. 4) reflektieren. Es mutet paradox an, dass die praktische Umsetzung der utopischen Hoffnung auf ewige Jugend oder wenigstens Alterslosigkeit durch das Praktizieren des historischen Tanzes zu erlangen wäre. „Nichts hält so jung wie ein alter Tanz“ formulierte es der Tanzhistoriker und Musikpädagoge Karl Heinz Taubert (1912–1990). Weniger bekannt ist seine Zusammenarbeit mit dem katalanischen Flamencotänzer, Choreografen, Pädagogen und Kastagnetten-Virtuosen José da Udaeta (1919–2009). Udaeta hatte zunächst Medizin stu-

diert und bemühte sich später auch in Deutschland um Vermittlungsformen des spanischen Tanzes aus vorwiegend akustischer Perspektive. Er entwickelte dafür u. a. Kastagnetten-Konzerte zu Klavierbegleitung. Mit der Erforschung der tatsächlichen historischen Entstehung des Flamencos hatte seine Herangehensweise jedoch wenig zu tun. Als Udaeta hochbetagt starb, hatte sich eine andere Variante des Alterns auf der Tanzbühne etabliert.

Oldies but goldies

Auf Initiative des tschechischen Bühnentänzers und Choreografen Jiří Kylián (* 1947) wurde 1991 in Den Haag das *Nederlands Dans Theater III* gegründet. Berufstänzer/innen sollten so auch über das 40. Lebensjahr hinaus Aufführungen auf professionellem Niveau zeigen können. Aufgrund von Sparmaßnahmen und Umstrukturierung wurde das Vorhaben 2006 wieder eingestellt. Kylián ging es jedoch nicht allein um die Verlängerung einer Karriere im Bühnentanz, sondern auch um die Suche nach einer Erweiterung menschlicher Ausdrucksmöglichkeiten durch Tanz:

„We don't know how much time is left for us, to be able to say whatever we need to say. We will never know the value of the statements which we have left on our small planet, how incredibly tiny they are whenever measured up against endlessness and infinity.“ (Jiří Kylián)⁵

Bis zu seinem bahnbrechenden Impuls war es nur sehr vereinzelt zu einer überdurchschnittlich langen, aktiven Tanzkarriere gekommen. So trat Margot Fonteyn (1919–1991) erst 1989 von der Bühne ab. In Deutschland kultivierte insbesondere die Unterhaltungsindustrie die Unverwüstlichkeit einer Marika Röck (1913–2004) oder der Kessler-Zwillinge (* 1936).

Insbesondere im Umfeld des Stuttgarter Balletts kam es zu entsprechenden Initiativen, zumal Egon Madsen (* 1942), der von 2000 bis 2007 das *Nederlands Dans Theater III* geleitet hatte, Kontakte aufbaute. Er choreografierte und tanzte 2015 das Stück *Greyhounds*. Die Pressekritik spitzte damals den Konflikt zwischen einer innovativen Herangehensweise für ältere Tänzer/innen und den tradierten und durchaus klischeebelasteten Sehgewohnheiten des Publikums (Mlakar, 2015) so zu:

³ Ernst Bloch war in erster Ehe mit der künstlerisch dem Tanz verbundenen Bildhauerin Else von Stritzky (1883–1921) verheiratet, mit der er gemeinsam die Künstlerkolonie auf dem Monte Verità besuchte. Die Ergebnisse, die dort bei Rudolf von Labans Bewegungsstudien entstanden, werden noch heute in der Tanztherapie eingesetzt.

⁴ Dieser Aufsatz sei meinem Doktorvater Prof. Dr. Dr. Karl Hörmann gewidmet.

⁵ <https://www.ndt.nl/en/team/jiri-kylian/>

Tanzklubs:

Tanzen macht glücklich! Deshalb bietet das Hessische Staatsballett in Darmstadt, Wiesbaden und Frankfurt zeitgenössische Tanzklubs für Menschen an, die keine Tanzprofis sind, aber große Lust darauf haben, selbst zu tanzen.

Tanzklub Wiesbaden: „Körper(ge)schichten“:

Tanzklub 60+

Leitung: Lena Kunz

Grundlage des Tanzklubs „Körper(ge)schichten“ sind diverse Ansätze des zeitgenössischen Tanzes sowie der Bewegungsimprovisation. Wir erforschen verschiedene Bewegungsqualitäten und gestalten gemeinsam Räume voller Begegnungen, Entdeckungen sowie kreative Ausdrucksmöglichkeiten. Wir experimentieren mit Bewegung und lassen uns von unseren eigenen Körpern und ihren Geschichten inspirieren. Es sind keine tänzerischen Vorkenntnisse notwendig.

Abbildung 1

Spielzeitheft 2024/2025 des Hessischen Staatstheaters Wiesbaden (2024, S. 135)

„Weiterhin unterwegs zu bleiben, ist das Leitmotiv. An sich für jedermann gültig... Prädikat ‚Besonders wertvoll!‘ Nicht zuletzt, weil Eric Gauthier am Ende die kleine Truppe in Hut und Mantel den schlagenden Beweis antreten lässt, ‚the best Freakshow in town‘ zu sein.“

Um der Abhängigkeit dieser Produktionen vom Vorhandensein geeigneter professioneller Bühnentänzer/innen zu entgehen, beschritt der sich immer mehr internationalisierende Tanzbetrieb andere Wege. Die u. a. von Pina Bausch inspirierte, südkoreanische Tänzerin und Choreographin Eun Me Ahn (* 1963) schuf das Stück *Dancing Grandmothers* (seit 2011). Ahn brachte tanzende ältere Südkoreanerinnen auf die Bühne und gab deren teils folkloristischen Bewegungsweisen eine innovative Anmutung.

Partizipative Tanzangebote

Im Zuge partizipativer Vermittlungsansätze entstanden in den letzten Jahren Angebote auch in der Sparte Tanz, die für das ältere Publikum der öffentlichen Stadt- und Staatstheater sowie der freien Szene konzipiert sind. Nach dem Vorbild der Community-Dance-Bewegung geht es zumeist um die Aktivierung durch Tanz (Abbildung 1).

Diese Form des aktiven Tanzens für Menschen „60plus“ erwächst durchaus aus dem Bedürfnis des Publikums nach einem anderen und guten Altern, das auch von der Healthy-Ageing-Bewegung geprägt wird. Behrens und Rosenberg (2014, S. 9) hatten zehn Jahre zuvor zu den gesellschaftlichen Hintergründen ausgeführt:

„Noch zu Beginn des 20. Jahrhunderts lag die durchschnittliche Lebenserwartung der Menschen in der westlichen Welt bei 45 Jahren. Medizinischer Fortschritt und die Verbesserung der Lebensstandards haben heute zu einer Lebenserwartung von ca. 76 Jahren bei Männern und 82 Jahren bei Frauen geführt. Dieses ‚Mehr‘ an Zeit darf nicht nur als quantitative Verbesserung angesehen werden. Vielmehr muss man sich

fragen, ob und wie man die gewonnene Lebenszeit im Sinne einer verbesserten Lebensqualität nutzen kann. (...) Lebensentwürfe können heute individuell gestaltet werden, einzelne Lebensphasen verschmelzen, die Idee einer linearen Entwicklung greift zu kurz. (...) Das chronologische Alter verliert zunehmend an Aussagekraft. Vorhandene Stereotype bezüglich Aktivität und Leistungsfähigkeit im Alter scheinen unangebracht und werden durch individuelle Konzepte des Älterwerdens ersetzt. (...)“

Behrens und Rosenberg (a.a.O., S. 11) bemühten sich vorausschauend darum, „wie ältere Tänzerinnen und Tänzer sich in ihrer spezifischen Ausdrucks- und Beziehungsform unter anderem auf der Bühne erleben und erlebt werden“. Spezifische und künstlerisch anspruchsvolle Angebote für und mit älteren Menschen zu entwickeln, galt als die Maxime. Dieser Anspruch bedeutete aber nicht, dass das überkommene Angebot im Bereich des sog. Seniorentanzes verschwunden wäre. Der Markt für ältere Tanzinteressierte diversifizierte sich weiter und wächst dessen ungeachtet. Trotz häufiger Intransparenz, was die fachliche Qualifikation der Tanzleitungen betrifft, finden sich über das Internet sogar Angebote für Personen mit mehr oder weniger fortgeschrittenen Erkrankungen wie Demenz (vgl. „Tanz im Alter“ in Stralsund). Über eine sogar therapeutische Wirkung des Tanzes ist in populären Printmedien zu lesen. Die *Apotheken-Umschau* berichtet z. B. darüber, warum Tanzen gesund sei und jung halten soll (Hoffmeister, 2024):

„Tanzen fördert die Gesundheit – und macht gleichzeitig einfach Spaß. Über die schönste Form der Bewegung. Musik, Bewegung und unter Menschen sein: Tanzen bringt zusammen, was uns Lebensfreude schenkt, erklärt Professor Gunter Kreutz von der Universität Oldenburg. Kein Wunder, dass immer mehr psychologische Studien Bestnoten vergeben. Tanzen stärkt die Seele, schult das Körpergefühl, steigert das Selbstwertgefühl und wappnet gegen Stress, fand Kreutz in einer Studie mit Amateuren heraus. US-Forscher stellten fest, dass ein Tanzangebot zwei Mal pro Woche bei den teilnehmenden Senioren Depressionen mildert. ‚Tanzen wirkt wie eine Therapie‘, sagt Musikwissenschaftler Kreutz, ‚aber man empfindet es nicht als solche – das ist das Schöne‘.“

Demnach bezieht sich die therapeutische Wirkkraft des Tanzens auf die körperliche Kräftigung, das emotionale Wohlbefinden, die soziale Interaktionsfähigkeit sowie das kognitive Training. Bei letzterem geht es um die Leistungserhaltung von Konzentration, Koordination und Gedächtnis. Nach Auffassung des Musikwissenschaftlers G. Kreutz wirkt Tanz dabei wie eine Therapie, die aber nicht als solche empfunden wird. Problematisch ist bei solcher Berichter-

stattung, dass sie kaum dazu beiträgt, Therapiebedarfe bei psychischen Beeinträchtigungen zu diagnostizieren und gezielt tanztherapeutisch zu behandeln. Stattdessen soll der ältere Mensch allein auf implizite therapeutische Wirkungen des Tanzens vertrauen, die aber nicht näher ausdifferenziert werden. Bedauerlicherweise ist es nicht von der Hand zu weisen, dass die Frage nach Therapiebedarf immer noch so mit Scham und Tabuisierung behaftet ist, dass man Tanz als ein probates Allheilmittel mit Geheimzutat marketingwirksam anpreist.

Forever young

Das Dilemma, Tanz nicht nur zum persönlichen Vergnügen, sondern auch als Ausweis von Leistungsfähigkeit einzusetzen, macht sich die Werbewirtschaft zunehmend zunutze. Einerseits machen sich so tanzende ältere Menschen sichtbar und nehmen damit an einem globalen Trend teil. Wer auf der Höhe der Zeit tanzt und sich dabei fotografieren lässt, will nicht als „alt“, sondern als zukunftsorientierter Player wahrgenommen werden. Das Fotoangebot bei „iStock by GettyImages“ macht unter dem Stichwort „alte Menschen tanzen“ über 30 000 Vorschläge. Es finden sich hier unzählige Darstellungen von attraktiven, fröhlichen und fitten Menschen in Gruppen, aber auch als Alleintanzende. Die Fernseh- und Zeitschriftenwerbung präsentierte zuerst männliche Rentner, die ihr tänzerisches Können im Vergleich mit wesentlich jüngeren Menschen sehen ließen (u. a. swisscom oder DeKaBank Deutsche Girozentrale mit der Stilikone und dem Clubgänger Günther Krabbenhöft, * 1945). In den letzten Jahren zog man auch bei den Rentnerinnen nach (u. a. Fernsehwerbung von Vodafone⁶). Diese Vorzeige-Senioren sind wach, aufgeschlossen und unterscheiden sich in ihrem Konsumverhalten nicht von jüngeren Altersgruppen. Wenn die Großmutter mit der Enkel-Generation wie im Vodafone-Spot tänzerisch mithält, soll dies glauben machen, dass man sich das Jungbleiben so selbst gestalten kann. Überspielt wird geschickt, dass die TrendtänzerInnen speziell gecastete Models sind, die über eine entsprechende Ausbildung verfügen.

No show

Der von Rafał Milach (* 1978) präsentierte ehemalige Zirkusclown des traditionsreichen polnischen Staatszirkusses, der Julinek-Schule im Kampinoski-Nationalpark, tanzt nicht mehr (Abbildung 2). Zum Zeitpunkt der Dokumentation war der Zirkus schon über zehn Jahre geschlossen. Für seine Serie *Disappearing Circus* bat der polnische Fotograf Milach ehemalige



Abbildung 2

Rafał Milach: Polnischer Zirkusclown in Rente, 2007

Clowns, für die Aufnahme nochmals in ihre Dienstkleidung zu schlüpfen. In diesem Fall handelte es sich um ein Trikot mit einem abgetragenen Ballettröckchen. Offenkundig fand man es seinerzeit auch in einem sozialistischen Land komisch, wenn Gender- und Ballettstereotype im Stile des sog. Männerballetts unterlaufen werden. Indem der Fotografierte aber nicht tänzerisch oder gestisch agiert, ist ihm der bloße Mummenschanz nur wenig abträglich. Trotz des Wegfalls seiner Aufgabe und der Schließung des Zirkusses wirkt er auf dem Porträt würdevoll. Man kann seine damalige Professionalität und seinen Humor noch erahnen. Trotz des an sich traurigen Niedergangs der nunmehr veralteten Zirkuskunst hält er die nochmalige Maskerade mit einem Lächeln aus. Milach zeigt einen bodenständigen älteren Mann, der nicht mehr in seiner früheren Rolle agieren muss und eine authentische Ausstrahlung als Mensch gewonnen hat. Er gibt nicht vor, jemand Anderes zu sein oder sein zu sollen, aber er verleugnet auch die Prägung durch seinen bisherigen Lebenslauf nicht. In welchem Tanzstil wäre es ihm überhaupt möglich, im Alter zu tanzen?

Warum Flamenco?

Der sich in den Medien immer weiter ausbreitende Gedanke, dass man mit Hilfe des Tanzens den Alternsprozess verlangsamen oder verändern könnte, hat in den letzten zehn Jahren auch das Kino und damit ein wachsendes Publikum erreicht. In Deutschland liefen mit einer großen Resonanz *Ein letzter Tango* (Regie: German Kral, 2016), *Die mit dem Bauch tanzen* (Regie: Carolin Genreith, 2021), *La Chana: Mein Leben, ein Tanz* (Regie: Lucija Stojević, 2017) sowie *La Sin-*

⁶ <https://www.smartweb.de/vodafone-werbung-passt-deal>

gla (Regie: Paloma Zapata, 2023). Die gehörlose Antoñita Singla tanzte jedoch in höherem Alter nach einer internationalen Karriere nicht mehr. Wer sich diesbezüglich mit der Flamenco-Welt beschäftigt, wird feststellen, dass dort u. a. ältere Lehrerinnen durchaus aktiv sind und teils noch als Tänzerinnen auftreten. Nach Carmen Amaya (1913–1963) folgten neben vielen anderen Cristina Hoyos (* 1946), María Guardía Gómez/La Mariquilla (* 1943) oder Carmen Ledesma (* 1956).

Labyrinth der Seele

Das filmische Porträt über Antonia Santiago Amador (* 1946) erlaubt biografische Einblicke in das Leben und die Karriere von La Chana, was in Caló, der Sprache der spanischen Roma „Die Wissende, die Verstehende“ heißt. La Chana wuchs in einer Roma-Familie in der Nähe Barcelonas in ärmlichen Verhältnissen auf. Bereits in der Schulzeit erfuhr sie Diskriminierung, so dass sie die Schule abbrach. Durch die Flamencopraxis innerhalb ihrer Familie kam sie mit dem Flamenco in Berührung und entwickelte trotz der Widerstände ihrer Eltern ihre Laufbahn als professionelle Flamencotänzerin. Mit 17 Jahren heiratete sie einen Gitarristen und wurde Mutter einer Tochter. Trotz ihrer enormen Begabung und ihres Erfolges auf der Bühne nahm ihr Mann gewaltsam Einfluss auf ihre Karriere. Sie wurde von ihm körperlich und seelisch misshandelt. Zudem hatte er als ihr Manager die Honorare an sich genommen. Schließlich ließ er sie und die Tochter mittellos zurück. Aufgrund ihrer Erfahrungen sah sie sich gezwungen, 1979 mit 33 Jahren abrupt und ohne Hoffnung auf ein Comeback von der Bühne abzutreten. Durch Ermutigung durch die Flamencoszene setzte sie nach einigen Jahren ihre Erfolge auf internationaler Ebene fort und heiratete 1990 ein zweites Mal. Im Alter von 75 Jahren gestaltete La Chana ihren Abschied von der Bühne im großen Stil. Bereits zuvor war sie in der letzten Jahren aufgrund ihres Alters, Arthritis und schmerzender Knie im Sitzen aufgetreten. Dies tat ihrer Wirkung auf das Publikum keinen Abbruch. Eindrucksvoll schildert La Chana in ihrer Autobiografie sowie einem Kinofilm (La Chana, 2017a) ihre innere Vorstellungswelt, mit Hilfe derer sie zu ihren künstlerischen, physischen und psychischen Leistungen zurückfand (La Chana, 2017b, ab Minute 0:24; übersetzt von der Verf.):

„Es ist wie ein Labyrinth, wenn man in sich geht und das Maximum dessen, was man will, seine ureigensten Wünsche spürt. Dann entsteht ein Labyrinth aus vielen Türen, hinter der einen gibt es Perlen, hinter der anderen Brillanten. Da sind Saphire, dort sind Smaragde. Was soll ich jetzt machen, den Schritt zu den Brillanten...

Aber wenn ich pünktlich fertig bin, ist alles in Ordnung, was ich tue. Jetzt gehe ich durch eine weitere Tür und bin in einer Welt aus farbigem Licht. Ich mache, was ich will. Ich bin mutig, weil mir der Compás die Sicherheit gibt, dass meine Begabungen meiner Seele gehorchen... Was ich fühle, das sendet meine Seele über meine Befähigungen zu den Beinen, zu den Füßen, zu meinem Fingerschnalzen ... und ich weiß, dass ich es kann, weil mein Fühlen mit dem Rhythmus des Compás verbunden ist. Ich bin es selbst, der mich und mein Tun beherrscht!

Ich bin dreimal um die ganze Welt gereist, war bekannt im Fernsehen, der Presse ... vor allem, als ich mein Programm ‚La Chana präsentiert‘ auf der ganzen Welt gezeigt habe... Bis der böse Gitano [ihr erster Ehemann und Manager] mich aus diesem Dasein herausgerissen hat, als ich mitten drin war... Ja, es tut weh, deine Existenz verlassen zu müssen! Wenn ich tanzte, fühlte ich mich frei und nun war ich es ganz und gar. Ich hätte nicht gedacht, dass ich je wieder tanzen könnte. [Sie versucht, die Treppe hinunter zu gehen] Ich schaffe es eigentlich wegen meiner Knie nicht mehr zu tanzen. Ich habe es seit mehr als 30 Jahren nicht mehr getan. Es ist der Kampf zwischen Körper und Seele! Es ist nun ein Kampf auf Leben und Tod, weil ich gesagt habe, dass ich es nicht mehr ertragen kann. Ich kann es nicht mehr ertragen, mir wird gleich schwindelig. Ich sage es natürlich doch nicht: um voranzukommen, gibt es immer die letzten 10 [Zählzeiten im Compás], wenn man mutig ist. Na sicher!“

La Chana illustriert in dieser Schlüsselszene anschaulich, wie sie durch das Flamencotanz einen Zugang zu ihren inneren Ressourcen gefunden hat. Die innere Struktur des Taktes als sich wiederholendes rhythmisches Schema [compás]⁷ bot ihr das Grundgerüst, auf dem sie die Sicherheit fand, ihren Weg in der Gestaltung des Zusammenwirkens von Musik und Tanz zu finden. Das bedeutete, dass sie ihre Begabungen zu kanalisieren und nach außen hin auszudrücken lernte. Sie war mehr und mehr selbst in der Lage, den Entstehungsprozess ihrer Kunst selbstbestimmt zu beherrschen. Das Bewusstsein, dass sie es ist, die ihr Leben in der Hand hat, half ihr, diese Erkenntnis auch auf ihr Leben außerhalb der Kunst zu übertragen. Als ihr Ehemann ihre Existenz zerstörte, gestaltete sich dieser Einschnitt als Wendepunkt. Sie fühlte sich nicht nur im Tanz frei, sondern erlebte sich fortan als umfassende Gestalterin ihres eigenen Lebens. Sie kehrte zur Bühne zurück und überwand die körperlichen Einschränkungen, indem sie ihre physische tänzerische Fertigkeit auf eine höhere Ebene hob. So war sie weiterhin in der Lage, die universalen Energien des Flamencos zum Ausdruck zu bringen und des-

⁷ Im Folgenden werden die deutsche Begriffe durch die spanischen Fachtermini in eckigen Klammern ergänzt bzw. wechselseitig übersetzt.

sen Wirkungen zu vermitteln. Sie stellte mit ihren Auftritten im Sitzen unter Beweis, dass der Flamenco kein allein physisches Phänomen ist. Jedoch verschweigt sie die inneren Kämpfe nicht, die sie aufgrund ihrer gesundheitlichen Einschränkungen mit sich auszufechten hatte. Letztlich beschreibt sie ihren Kampf zwischen Körper und Seele als Metapher für den Dualismus zwischen Leben und Tod. Gerade aus dieser existentiellen Grundspannung erwächst die Entfaltung der gestalterischen Kraft. Unter weitgehendem Verzicht visueller Elemente bringt sie sich durch die akustische und haptische Macht der Schläge [golpes] zum nächsten Taktbogen. Es erfordert Mut, innerhalb eines Stückes immer noch einen neuen Compás mit entsprechenden Klängen und Bewegungen zu füllen. Sie bezieht sich damit auf die Zwölfer-Rhythmen. Beispiele für solche Flamenco-Stile [palos] sind Alegría, Soleá oder Bulería. Kommt darin ein Stück zum Abschluss [corte], wird er fast immer auf der Zählzeit 10 beendet. La Chana drückt damit metaphorisch ihre Gewissheit aus, dass sie bis dahin Formen finden wird, ihren Tanz (und in Analogie ihr Leben) weiterzuführen.

Biografische Anlässe

Das Beispiel von *La Chana* steht auch für die persönliche Betroffenheit, Flamenco für sich selbst als eine Form von „Selbsttherapie“ einsetzen zu müssen. Nur so war sie in hohem Alter noch in der Lage war, als Tänzerin aufzutreten. Die für sich erschlossenen, inhärenten Potenziale des Flamencos halfen ihr, sich von einer traumatisierenden Vergangenheit zu befreien und ihre Persönlichkeit dennoch weiter zu entfalten. Die Wahrnehmung der psychisch heilungsfördernden Aspekte des Flamencos nahm im Laufe der letzten Jahre zu. Man spricht zunehmend offener über diese Thematik. In einer 3sat-Dokumentation „50 Gründe, Andalusien zu lieben“ beschreibt eine spanische Flamencotänzerin aus Sevilla, dass ihr der Flamenco helfe, wenn es ihr im Alltag nicht so gut geht. Dann hilft er ihr, die schlechten Zeiten zu überstehen. Auch ansonsten motiviert der Flamenco sie und verbessert ihr Leben. Durch den Flamenco schöpft sie Kraft, sich zu regenerieren. Der 3sat-Beitrag benennt diesen Aspekt des Flamencos als „ge-tanzte Lebenshilfe“⁸.

Die Flamencotänzerin und -lehrerin Esther Marín beschreibt in dem Podcast „Der Weg des Schülers“ (Wagner, 2024), wie sie mit dem psychologischen Potenzial des Flamencos bei der Ausbildung konfrontiert wird. Sie führt aus:

„(...) Unterricht zu geben, ist eine gute psychologische Schule. Man hat zu unterscheiden, was

für eine Art Tänzer vor einem steht. Es gibt die, für die Flamenco ein Hobby, ein Zeitvertreib ist, andere finden ihn einfach nur wunderschön. Aber es gibt auch die, die ihr Leben für den Tanz lassen. Sie hat die Gabe entwickelt zu sehen, was man aus dieser Tanzform alles machen kann. In den Tanzunterricht kommen viele mit ihren Problemen. Es ist für sie praktisch wie eine Therapie. Sie lassen ihre Probleme da oder sie tanzen sie weg! Oder die, die ihre Heimat verlassen, um diese Kunst kennenzulernen... Deswegen muss man ihnen mit ganz viel Verständnis entgegen-treten, nicht nur Kenntnisse weitergeben, von denen man denkt, dass sie o.k. sind. Sondern man soll sie mit ganz viel Respekt und ganz viel Wissen weitergeben, großzügig ihnen gegenüber sein und nicht bestimmte Dinge zurückhalten (...).“

Sie und ihr Mann Luis de Luis ergänzen, dass es schwer ist, zu einem natürlichen Ausdruck zu gelangen und sich in den gegebenen Rahmen einer Aufführung authentisch einzufügen. Dazu bedarf es über das Schrittmaterial hinaus gegenseitigen Respekt, Ehrlichkeit und Klarheit in der gemeinsamen Herangehensweise. Diese Aufgabe kann viele Jahre in Anspruch nehmen.

Ursprünge der künstlerischen Tanztherapie?

Auch wenn die Thematisierung der therapeutischen Potenziale des Flamencos in der weltweit aktiven Flamencoszene weiter voranschreitet, steht bislang keine grundlegende wissenschaftliche Untersuchung darüber zur Verfügung. Die Chancen dazu wurden jedoch durch die Anerkennung des Flamencos als Immaterielles Kulturerbe der UNESCO ab 2010 erhöht. Hilfreich ist dabei, dass der Beitrag an der Entwicklung einer Flamencokultur der spanischen Roma in Spanien entsprechend gewürdigt wird. In den Stilformen des heutigen Flamencos sind uralte Weisheiten der indischen, orientalischen, afrikanischen und jüdischen Tanz- und Musikkulturen eingeflossen, die auf den Wegen der Roma nach Andalusien integriert und weiterentwickelt wurden. Die Diskriminierung, Verfolgung und Vernichtung, die die Roma erfahren haben, sind zugleich eine Quelle für die vielgestaltigen Ausdrucksqualitäten des Flamencos (vgl. Fundación Instituto de Cultura Gitana, 2012). Die tradierten Werte und Befähigungen wurden traditionell innerhalb der Familien weitergegeben. Sie sind noch heute nicht zuletzt eine Form überlieferter kollektiver Bewältigungsstrategien. Dass ältere Frauen sich wie alle anderen Familienmitglieder am Tanz während Festen beteiligen, ist gelebte Normalität (s. Abbildung 3).

⁸ www.3sat.de/dokumentation/reise/50-gruende-andalusien-zu-lieben-reisedoku-spanien-100.html

Abbildung 3

Foto von Isabel Steva
Hernández, genannt Colita



Vorüberlegungen

Der Zugang zum Flamencountericht steht heutzutage allen Nationalitäten offen. Auch wenn man persönlich nicht mehr mit der Verarbeitung kollektiven Erlebens der Gitanos verbunden ist, bleibt es bedeutsam, sich mit den entsprechenden Aspekten vertraut zu machen bzw. einen Zugang dazu zu entwickeln. Esther Marín weist darauf hin, dass man ohne dieses Verständnis nur Bewegungen ausführt, aber den Flamenco nicht „tanzt“. Ohne Frage besteht eher unter professionellen Flamencotänzenden die Auffassung, dass ein tieferes Verstehen der Entstehungsgeschichte des Flamencos hilft, sich sowohl in seinem Tanzen als auch im Leben mit all seinen Facetten weiterzuentwickeln. Inwieweit dies auch für die nichtprofessionell tanzende Schülerschaft relevant sein könnte oder nicht, gab der Verfasserin den Anstoß zur näheren Erkundung. Im Zuge der Befragung wurden zunächst allgemeine Aspekte zusammengetragen, Flamencountericht zu nehmen. Man möchte u. a.

- sein Interesse an Land und Leuten Andalusiens vertiefen,
- in die Musik- und Tanzkultur des Flamencos eintauchen,
- sich verändern oder auf Veränderungen von außen reagieren,
- eine neue Herausforderung suchen,
- die körperliche, emotionale und mentale Anstrengung aufbringen,
- Motivation entwickeln, weiterzumachen,
- seine Präsentation als Frau bzw. Mann in Kostüm und Maske gestalten,
- seine körperliche und mentale Leistungsfähigkeit erhalten,
- Distanzierungsfähigkeit gegenüber negativen Einflüssen aufbauen.

Neben tänzerischen Zielen wurden auch flamencokundliche Interessen zu Aufbau und Struktur von Choreografien erwähnt. Gleichzeitig flossen

bei der Schilderung Hemmnisse ein, warum man diese Aspekte nicht näher vertiefen könne, z. B. aus Zeitgründen. Der Gesamteindruck der Ausführungen ließ vermuten, dass es hinter den verbalisierten Motivationen noch tieferliegende Motive und ein unausgeschöpftes Reflexionspotenzial geben könnte. Im Lauf der Recherchen zeigte sich, dass Selbsterkundungen stattfinden, über die man sich nicht austauschen möchte. Vielmehr war teils eine Neigung erkennbar, den Flamencountericht gezielt nicht mit dem Thema „Therapie“ in Verbindung zu bringen.

Gestaltung des Fragebogens

Bei der Gestaltung des Fragebogens war eine behutsame Annäherung an das Thema des therapeutischen Potenzials des Flamencos anzuraten, um verwertbare Verbaldaten zu generieren. Es wurde angestrebt, zumindest Anhaltspunkte formulieren zu können, aufgrund welcher Motive die befragte Gruppe Flamencotanz praktiziert. Desweiteren war es von Interesse, inwieweit die Befragten ihre tänzerischen Erfahrungen zur Linderung temporärer Belastungen oder dauerhafter körperlicher bzw. psychischer Einschränkungen für sich zu nutzen wissen. Drittens sollte erforscht werden, welche Bedeutung die Befragten dem eigenen Alter bei ihrem Tanzen zumessen.

Die Ausgangssituation in der Flamencoschule

Für die Befragung wurde die Flamencoschule Renate Wagner ausgewählt. Diese Schule in Deutschland bietet ausführliche Informationen über ihr Ausbildungskonzept auf ihrer Website. So konnte der Forschungsgegenstand der geplanten Studie aus dem enorm großen Gebiet des Flamencos konkreter gefasst werden. Die

**Abbildung 4**

Schülerin beim Auftritt
(Foto: Karin Jantke)

Wahl der Zielgruppe fiel auf die weibliche Schülerschaft, da nur drei männliche Schüler in dieser Altersgruppe vorhanden sind. Hingegen sind 25 Prozent aller Schülerinnen älter als 60 Jahre. Die künstlerische Leiterin der Schule ist zudem Jahrgang 1957 und unterstützte die Befragung. Im gleichen Zeitraum erarbeitete sie ein Video mit einigen älteren Schülerinnen (Wagner, 2024) für die Website, bei dem es um die Schönheiten des Alters und den Tanz mit dem Schleppenrock [bata de cola] ging. Die Fragebögen wurden an 19 Schülerinnen ausgegeben, den 17 Personen ausgefüllt zurückgaben. Die Befragung hatte eine Laufzeit von Januar bis März 2024.

Altersgemischte Angebote

In der Schule wird eine Vielzahl von Kursen in unterschiedlichen Niveaustufen nach einem Stundenplan angeboten. Die Kurse werden mit Live-Musik abgehalten. Die Gitarre [toque] steht bei jeder Stunde, der Gesang [cante] gelegentlich bei der Gestaltung der Choreografien für die Gruppe [en grupo] zur Verfügung. Die Kurse unterscheiden sich inhaltlich durch die unterschiedlichen Ausdruckscharaktere der Flamencostile [palos] sowie die Requisiten, wie Schleppenrock [bata de cola], Stock [bastón], Fächer [abanico], Tuch [mantón], Kastagnetten etc. Zudem gibt es auch Technikkurse, die allen Levels offen stehen. Nach Altersgruppen spezifizierte Kurse gibt es derzeit nicht. Sowohl Jugendliche als auch Frauen und Männer im höheren Erwachsenenalter werden altersgemischt unterrichtet. Die Schule bietet zudem eine professionelle Ausbildung im Flamencotanz in Kooperation mit der Universität Granada an. Inhaberin des dortigen Lehrstuhls für

Flamencokunde, der Cátedra de Flamencología Mariquilla, ist seit 1988 María Guardía Gómez. In der Regel einmal jährlich ergänzt eine Flamencoreise das Angebot. Ferner besteht die Möglichkeit zur Teilnahme an Workshops und Einzelunterricht in der Schule.

Über alle Aktivitäten werden auf der eigenen Website u. a. Foto- und Videomaterialien veröffentlicht, auf denen ältere SchülerInnen zu sehen sind (s. Abbildung 4).

Auswertungsmethode

Die Fragebögen wurden gemäß dem qualitativen inhaltsanalytischen Vorgehen nach Flick (2002) sowie Mayring und Gläser-Zikuda (2005) ausgewertet. Zudem kam die Methode der teilnehmenden Beobachtung durch die Verfasserin zum Einsatz.

Der Fragebogen umfasst 16 Fragen, die zu meist offen formuliert sind. Es wurde aufgrund des Pilotcharakters der Studie unbegrenzter Raum für eigene Ergänzungen gegeben, der aber wenig genutzt wurde. Die Bezeichnungen „therapeutisch“ oder „tanztherapeutisch“ wurden bewusst nicht näher definiert.

Um die Fragen des Fragebogens im Detail zur Kenntnis zu geben, werden sie auf den folgenden Seiten teils auch mit der Beantwortung nach der Reihenfolge der Fragen angeordnet:

- Fragen 1–7 (Schülerin, Jg. 1954_1)
- Fragen 8–12 (Schülerin, Jg. 1954_2)
- Fragen 13–14
- Tabellarische Auswertung der Fragen 13 und 14
- Frage 15
- Frage 16 (Schülerin, Jg. 1942).

Fragen 1-7 (Schülerin, Jg. 1954_1):

5

2

Fragebogen

„Tanztherapeutische Effekte im Flamenco-Unterricht ab 60 Jahren“

Bitte beantworte die Fragen so ausführlich wie möglich. Wenn der Platz knapp wird, schreibe gern mit Angabe der Fragennummer auf der Rückseite weiter.

1. Dein Jahrgang: 1954
2. Seit wie vielen Jahren nimmst Du Flamenco-Unterricht? Seit 1999 minus 3 1/2 Jahre (Pandemie/Erkrankg 2020-22)
[25] Jahre 2023 (1/2 Jahr)
⇒ 22 Jahre
3. Mit welchen anderen Tanz- bzw. Musikstilen hast Du vor dem Flamenco praktische Erfahrung gesammelt? Bitte gib nach Möglichkeit Zeiträume und Reihenfolge an:
 - Jugendblasorchester (Saxophon und Klarinette) bis 1973 (bis ich zum Studium ging)
 - Gesellschaftstanz bei Feiern • Folkloretänze bei Feiern, gelegentl. Kurse
 - Chorsängerin (Altsstimme) seit 2006 (kleiner Kollegienchor, vielfältiges Repertoire)
4. Was waren anfangs Deine Beweggründe, Flamenco zu lernen?
 - Leidenschaft fürs Tanzen, aber mein Partner tanzt nicht / für Tanzen ohne Partner fiel meine Wahl auf Flamenco (nicht Bauchtanz, nicht Jazztanz, Folkloretanz o. Ä.), inspiriert durch Spanienreisen und (b.w.)
5. Seit Du Flamenco tanzt: Inwieweit nimmst Du Veränderungen in Deinem Leben wahr, die Du auf den Flamenco zurückführst?
 - Körperliche Kräftigung
 - nicht eigentlich Veränderung, aber Bekräftigung von Charaktereigenschaften von mir wie Begeisterungsfähigkeit / Freude, anderen von meinem Hobby zu erzählen, sie dazuhaben zu lassen / Ernst und Zielstrebigkeit / "Nicht zusehen, sondern selber machen"
6. An welches besondere Erlebnis im Zusammenhang mit dem Flamenco denkst Du gerne zurück?
 - Große Schülerpräsentation im Käfertaler Kulturhaus im April 2003
 - allgemein: Gemeinsame Freude im Zusammenhang mit gemeinsamen Erlebnissen (Schülerpräsentationen bei Weihnachtsfeiern, Tagen der offenen Tür / Workshops), Genießen der Stimmung
7. Was motiviert Dich aktuell, Stunden im Flamenco zu nehmen?
 - ungetrübte Leidenschaft für diese Art Tanz, auch befördert durch unsere Lehrkräfte und Gitarristen
↳ allen voran Renate
 - solange wie möglich Körperliche Kräftigung
 - Motto: „Nicht zusehen, sondern selber machen“

Fragen 8-12 (Schülerin, Jg. 1954_2):

3

8. Wie wichtig sind Dir in Bezug auf den Flamenco-Unterricht / das Erlernen des Flamencos die folgenden Aspekte? Gibt es Unterschiede zwischen Deiner Motivation früher und heute?

a. Tanztechnik

Früher: } Ich halte Technik für sehr wichtig und ich übergehe Technik.
 Heute: } Technik ist eine Grundlage, die mir die Möglichkeit gibt, überhaupt mitzumachen.

b. Die Auseinandersetzung mit der Kultur des Flamencos

Früher: } Flamenco hat mich schon vor 50 Jahren interessiert. Ich empfinde es als
 Heute: } sehr großartig, dass ich nun praktisch an der Flamenco-Kultur teilhaben kann und nicht nur theoretisch aus Büchern oder Fernsehen.

c. Weiteres: Mir ist bewusst, dass ich Flamenco nicht lernen kann, siehe Punkt 4.

Früher: } Ich bin froh, dass ich mit meinen Möglichkeiten ganz praktisch
 Heute: } am Flamenco-Unterricht teilnehmen kann

9. Wenn Du vor Publikum tanzt (z.B. bei einer Weihnachtsfeier oder einem Schülerauftritt), was ist Dir wichtig, von Dir zu zeigen?

Vor Publikum tanze ich so gut und so entspannt wie möglich.
 Beim Tanzen in der Gruppe versuche ich, isoliert zu sein.
 Ich will nichts von mir bewusst zeigen, ich tanze einfach.

10. Wie gehst Du mit Alterungsprozessen beim Tanzen um?

Ich bin froh, dass der Unterricht weitgehend unabhängig vom Alter der Teilnehmenden ist, und dass junge und ältere in einer Gruppe sind.
 → siehe 10 ff Zusatzblatt

11. Wenn Du nicht mehr aktiv tanzen könntest, wie würdest Du die Verbindung zum Flamenco wachhalten?

Ich würde versuchen, die Hände zu bewegen, Palmas zu machen, mit Kastagnetten zu üben. Zusätzlich kann ich Filme ansehen, hoffentlich.

12. Inwiefern nutzt Du den Flamenco oder das was Du dabei gelernt hast, um mit schwierigen Lebenssituationen umzugehen?

Ich habe keine Erwartungshaltung, dass Flamenco mir in schwierigen Lebenssituationen helfen könnte.

Trotzdem kann Flamenco helfen, als Flamenco die totale Ablenkung ist, weil er ganze Aufmerksamkeit und Hingabe erfordert. Das kann indirekt hilfreich sein bei schwierigen Lebenssituationen. Allerdings hängt es auch davon ab, wie schwierig die Situationen sind.

Fragen 13 und 14:

13. Welche Wirkungen des Flamenco-Unterrichts könnten sowohl im tanzpädagogischen Entwicklungsprozess als auch im tanztherapeutischen Heilungsprozess ganz allgemein hilfreich sein?

Es folgt eine Liste von potenziellen Wirkungen zum Ankreuzen. Mehrfachnennungen sind möglich. Im Anschluss kannst Du die Liste ergänzen, falls Du Aspekte vermisst.

- ☐ Innere und äußere Aufrichtung (Körperspannung, Blick)
- ☐ Selbstpräsentation ohne Worte
- ☐ Sich Gehör verschaffen können, das Wort ergreifen
- ☐ Durchhaltevermögen bei Belastungen
- ☐ Selbstbestimmung innerhalb von geltenden Regeln
- ☐ Auffassungsvermögen
- ☐ Fokussierung
- ☐ Flexibilität bei Änderungen (z. B. der Choreografie)
- ☐ Vielfältige Emotionen ausdrücken können
- ☐ Distanzierungsvermögen
- ☐ Geduld
- ☐ Selbstdisziplinierung
- ☐ Selbstreflexion und -einschätzung
- ☐ Bewegungsgewohnheiten überwinden
- ☐ Weitere: _____

14. Welche der in der vorherigen Frage genannten Punkte sind für Dich gerade hinsichtlich des Älterwerdens besonders bedeutsam?

Tabellarische Auswertung der Fragen 13 und 14:

Beim dem Ranking ist die Zahl der Nennungen in Klammern beigegeben.

	Wirkungen des Flamencos allgemein	hinsichtlich des Älterwerdens
1.	Innere und äußere Aufrichtung (16)	Durchhaltevermögen (7)
2.	Auffassungsvermögen (14)	Innere und äußere Aufrichtung (6)
3.	Nonverbale Selbstpräsentation (13)	Auffassungsvermögen (5)
4.	Durchhaltevermögen (12), Fokussierung (12), Überwindung Bewegungsgewohnheiten (12)	Flexibilität (3), Selbstdisziplinierung (3)
5.	Flexibilität (10), Ausdruck von Emotionsvielfalt (10), Selbstdisziplinierung (10)	Überwindung von Bewegungsgewohnheiten (2), Fokussierung (2)
6.	Geduld (8)	Geduld (1), Selbstbestimmung in Regeln (1)
7.	Selbstreflexion (7)	
8.	Selbstbestimmung in Regeln (4)	
9.	Distanzierungsvermögen (3)	
10.	Sich Gehör verschaffen (1)	
	132 Nennungen	30 Nennungen

Frage 15:

15. Auf internationaler Ebene gibt es Überlegungen, ob man den Flamenco als tanztherapeutisches Verfahren im Sinne von Psychotherapie gestalten könnte. Was denkst Du darüber?

Frage 16 (Schülerin, Jg. 1942):

16. Was spricht aus Deiner Sicht gegen Flamenco-Unterricht bzw. eine therapeutische Verwendung des Flamencos in höherem Alter?

nicht dagegen -- sondern so lange man kann!

Raum für weitere Anmerkungen:

Flamenco ist meine Leidenschaft,
ohne Flamenco hätte ich meine
letzten Jahre nicht so gut überstanden,
und hoffe das mit noch ein paar
Jahre bleiben um weiter zu machen!

Altersverteilung

Die älteste Teilnehmerin gehört dem Jahrgang 1942 an, die jüngste dem Jahrgang 1964. Das Durchschnittsalter der Beteiligten ($n = 17$) ist 69,1 Jahre. Die Dauer des Flamencounterrichts beträgt bei den Befragten im Durchschnitt 16 Jahre. Auszugehen ist von einem regelmäßigen wöchentlichen Besuch der Schule. Die Spanne der Unterrichtsjahre reicht von 30 bis zu drei Jahren, welche von einer Befragten des Jg. 1944 genannt wurde. Durchschnittliches Anfangsalter ist 51 Jahre.

Zusammenfassung der Ergebnisse

Das höhere Alter der Befragten führte bei der Auswertung weder zu einem eher einheitlichen Meinungsbild noch zu einer bestimmten Zuordnung nach Generationen. Dies entspricht dem, was Antje Schrupp (2024) zur Bewertung der aktuellen Lage von 60-Jährigen in Deutschland konstatiert: „60-Jährige haben mit anderen 60-Jährigen so gut wie nichts gemeinsam“. Dennoch bildeten sich einige grundlegende Tendenzen in der Auswertung heraus, die im Folgenden als Zusammenfassung⁹ vorgestellt werden:

Das altersgemischte Angebot der Schule unterstützt die Leistungsorientierung bei den Befragten. Tänzerische Vorerfahrungen in anderen Stilen sind zumeist bei Beginn des Unterrichts vorhanden gewesen. Man suchte aber durch den Flamenco nach etwas Neuem. Die eigene Alterswahrnehmung und der Beobachtung von Alterungsprozessen beim Tanzen rückt da-

bei in den Hintergrund. Das höhere Alter bedeutet für die Befragtengruppe nicht automatisch, gesundheitlich so eingeschränkt zu sein, dass man notfalls vom Unterricht fernbleiben müsse. Die Befragten möchten in höherem Alter in vollem Maße an der Welt des Flamencos teilhaben. Es geht hierbei aber eher um die Aufrechterhaltung ihrer Teilnahme, als um eine Intensivierung oder Verbesserung ihrer Leistung. Der Erhalt des Durchhaltewillens, die Schule regelmäßig zu besuchen und sich den Anforderungen zu stellen, steht beim Älterwerden an oberster Stelle. Vereinzelt wurden darauf Hinweise gegeben, dass das Bestreben, die Anforderungen des Flamencounterrichtes zu erfüllen, als Indiz genommen werden kann, welche persönlichen Ressourcen in einem selbst aufzufinden und zu mobilisieren sind. Die tänzerischen Anforderungen der ausgewählten Kurse begünstigen diese Selbsterkundungen, die aber nicht unbedingt nach außen transportiert werden können oder sollen.

Formell fokussiert man sich dabei inhaltlich auf das Angebot der Schule und empfindet den Unterricht in der Gruppe dabei als hilfreich. Da in unterschiedlichen Niveaustufen (Anfänger/Mittelstufe/Fortgeschrittene) unterrichtet wird, relativiert sich in den altersgemischten Gruppen die Relevanz der Unterscheidung nach jung oder alt. Wie bei jüngeren Teilnehmerinnen auch bemüht man sich um einen lösungsorientierten Umgang mit temporär auftretenden, vor allem körperlichen Beeinträchtigungen. Die altersgemischte Gruppe wird generell als Unterstützung und Herausforderung zugleich empfunden. Obwohl man Flamenco in einer Gruppe nicht choreografisch zusammen tanzt, schätzt man es, in der Unterrichtsstunde nicht alleine im höheren Alter zu sein. Dies schließt mit ein, dass man den

⁹ Die vollständige Auswertung wird auf Anfrage bei der Verfasserin zur Verfügung gestellt.

über das Tänzerische hinausgehenden privaten Austausch mit den anderen älteren Teilnehmerinnen teils freundschaftlich pflegt.

Die überwiegende Mehrheit der Befragten ist durchaus davon überzeugt, dass das Praktizieren des Flamencos ihre Resilienz im Umgang mit altersbedingten Entwicklungen stärkt. Die Komplexität des Flamencos wird nicht zuletzt als Training verstanden, die dem Erhalt der Leistungsfähigkeit als zuträglich empfunden wird. Die Vorstellung, dass sie für Flamenco „zu alt“ seien oder dieser Tanzstil „zu schwer“ sein könnte, findet sich nicht. Dennoch bleibt man in der Einschätzung seiner persönlichen tänzerischen Fähigkeiten eher realistisch und deklariert sein Tanzen als „Hobby“. Dies ist als eine Art der Selbstfürsorge deutbar, da so das Gefühl einer latenten Überforderung vermieden werden kann. Gern kommt man für eine Auszeit vom Alltag in das Studio und empfindet dieses als „Refugium“. Ein regelmäßiges und kontinuierliches Üben des Flamencos wird als erforderlich erachtet, um den vielfältigen Anforderungen gewachsen zu bleiben. Es ist das praktische Tun, das die Befragten priorisieren. Ihnen zeigt die Erfahrung, dass dies auch dem mentalen Leistungserhalt zuträglich ist. Desweiteren wird hierzu der Wunsch nach dem Erleben von etwas (visuell) Schönerem geäußert. Konkret bezieht sich dies vor allem auf das Tanzen im Kostüm und das stilgerechte Präsentieren der eigenen Persönlichkeit. Seine individuelle Attraktivität als Frau zu erleben, löst zumeist Freude aus. Auch schulinterne Auftritte ermöglichen Erfolgserlebnisse. Sie geben Kraft und Zutrauen, die Lebensrealität allgemein besser zu bewältigen. Man ist auch bestrebt, Selbstwert und Wohlbefinden während der Beschäftigung mit dem Flamenco zu steigern. Dies soll in der Regel mit dem Tanz der heiteren Stile, wie den Alegrías, Tangos, o.ä. erreicht werden. Wenn man dadurch Distanzierungsvermögen zu eher negativen Aspekten des Daseins entwickelt, ist dies sehr willkommen. Das Tanzen erweist sich als so ganzheitlich fordernd, dass aus dem Alltag mitgebrachte Probleme nach Beginn des Unterrichts beiseitegeschoben werden müssen, um angemessen folgen zu können. Daraus ergibt sich aber nicht zwangsläufig der Wunsch nach einer dauerhaften Veränderung der Lebensführung. Mit Hilfe des Tanzens gelingt es vielmehr besser, die gegebene persönliche Situation zu ertragen. Die gesellschaftlich noch immer bestehende Tabuisierung von psychischen Belastungen sowie ein subjektives Therapieverständnis können die Wahrnehmung einer eventuell notwendigen psychotherapeutischen Intervention zusätzlich einschränken. Man könnte sich zwar eine therapeutische Wirksamkeit des Flamencos ganz allgemein vorstellen, beschreibt aber konkret keine als heilend oder heilungsfördernd wahrgenommenen eigenen Erfahrungen mit dem Flamencotanz. Psychisch erkrankte

Menschen seien zum Flamencotanz nicht in der Lage, so die Überzeugung. Die Befragtengruppe schreibt daher dem Flamenco eher keine tanztherapeutischen Potenziale in dem Sinne zu, dass sich eine Linderung oder Heilung bei diagnostizierten Störungsbildern von Erkrankten ergeben könnte.

Verbreiteter ist die Annahme, dass man mit Hilfe des Flamencounterrichts am inneren Selbst arbeiten könne. Dafür spricht, dass aus dem Gesamtangebot der Schule vorzugsweise das ausgewählt wird, was die eigenen Präferenzen subjektiv bestärkt, aber auch die individuelle Selbstdisziplinierung unterstützt. Man geht bei dem, in das man seine Energien und seine Aufmerksamkeit investiert, überlegt vor. Kompetenzen zur Regulierung von Emotionen werden tendenziell mit der musikalischen Seite des Flamencos (Gesang und Gitarre) in Verbindung gebracht und sogar entgegen der eigenen tänzerischen Rolle an diese delegiert. Dass im Flamenco prinzipiell die Möglichkeit besteht, neben der tänzerischen auch eine musikalisch-klangliche Aufgabe, wie Klatschen [palmas], Kastagnetten- oder Cajonspiel zu übernehmen, mindert nicht zuletzt die Sorge vor einem Aufhören-Müssen aus Altersgründen. Spirituelle, politische oder autotherapeutische Komponenten der Flamencokultur finden keine bewusste oder zumindest nicht schriftlich niedergelegte Resonanz bei den Schülerinnen. Traurige oder gar tragische Emotionalitäten, die flamencologisch für die Erarbeitung von Stilen [palos] wie Tarantos, Tientos oder Soleares bedeutsam wären und die im Angebot der Schule sind, werden nicht präferiert. Wenn möglich, wählt man Kurse mit überwiegend fröhlichem Charakter.

Dass der Unterricht stärker auf Anforderungen eingehen sollte, die der eigene Alterungsprozess mit sich bringt, war bei dieser Befragung nicht erkennbar. Spezielle Angebote nur für Ältere zu schaffen, scheint ebenfalls kein Bedürfnis für die aktiv tanzenden Schülerinnen im Alter von 60 bis 82 Jahren zu sein. Die befragten Personen fühlen sich durch die gewählte Form der Partizipation am Flamenco bestärkt, ihr Leben insgesamt positiver und selbstbestimmter gestalten zu können.

Auf was in höherem Alter beim Flamencotanz verstärkt geachtet wird, ist der Aufbau von Durchhaltevermögen, gefolgt von weiteren Aspekten mentaler Stärke, wie innere Aufrichtung, Auffassungsvermögen, Flexibilität, Selbstdisziplinierung sowie Fokussierungsfähigkeit.

Alternative Unterrichtsformate

Am Beispiel des Flamencotanzens möchten die Befragten ungeachtet ihres gehobenen Alters die eigenen Ressourcen erkunden, aktivieren und zu einer weitgehenden Entfaltung innerhalb der gegebenen Möglichkeiten bringen.

**Abbildung 5**

Fotomontage Nina Corti, 1984 (Foto: Verena Eggmann) und 2022 (Foto: Susanne Venditti)

Im Vergleich zu den dargestellten Äußerungen aus dem Bereich des professionellen Flamencotanzes fällt auf, dass sich die Einstellungen zu einem therapeutischen Potenzial sehr unterscheiden. Auch wenn die Befragungen derzeit nicht repräsentativ oder vergleichend durchgeführt werden können, zeigte sich doch eine Tendenz: professionell Tätige oder Lernende äußern sich zu dem Thema der therapeutischen Potenziale des Flamencos eher offen, während Laientänzerinnen überwiegend zurückhaltend bleiben. Die Vermutung liegt dennoch nahe, dass bei den befragten älteren Tänzerinnen mit ihrem Tanzen persönliche physische, emotionale und mentale Ziele verfolgt und erreicht werden sollen. Angestrebt wird zudem die Steigerung des emotionalen Wohlbefindens.

In ergänzenden Gesprächen mit den Teilnehmerinnen der Befragung war in einigen Fällen zu bemerken, dass eine tiefergehende Reflexion über das Thema der therapeutischen Potenziale nach Abgabe des Fragebogens eingesetzt hatte. Nachfrage nach neuen Unterrichtsformaten für Ältere entstand aber nicht. Eine Alternative, die für alle Altersstufen offen ist, bietet der Tänzer, Choreograf und Pädagoge Joaquín Ruíz (* 1960) an. Er entwickelte die *Metodo Vulcano* sowie den *Espacio Abierto*¹⁰, die durch improvisatorische Elemente den authentischen Ausdruck und ein intensives Erleben des Moments im Zusammenwirken aller Beteiligten unterstützen sollen.

Zielgruppenaffiner Unterricht in der Schweiz

Als die 1953 in Zürich geborene Nina Corti 2023 im Alter von 70 Jahren ihre solistische Tanzkar-

riere mit einer Abschiedstournee und besonderen Aktivitäten unter großem Schweizer Medienecho beendete, reflektierte sie ihre eigene Entwicklung, den Verlauf ihrer langjährigen Karriere als Tänzerin und Lehrerin. In diesem Zusammenhang entstand eine Fotomontage, bei der sie Anfang und Ende als Bühnentänzerin zusammenführte (Abbildung 5).

In Folge der Beendigung der Bühnenkarriere widmet sie sich dem Ausbau ihrer Flamencotanzschule in Schaffhausen. Sie berichtet von dem neuen Lebensabschnitt in einem Fernsehinterviews (transkr. von d. Verf. aus dem Schweizerdeutschen):

„(...) Das ist für mich eine ganz neue Erfahrung ... vor allem mit Menschen arbeiten, die noch nie getanzt haben. Und wenn sie über 60 sind ... es gibt bis 80-Jährige, die dabei sind. Und ich finde das ganz fantastisch! Auf die Leute einzugehen, genau das zu machen, was sie machen können und noch eine gute Zeit zusammen zu verbringen... Ich habe ja auch junge Menschen natürlich... Aber das hat mir mein Spektrum nochmal sehr geöffnet: die älteren Menschen und was sie bewegt. Sie sprechen ja auch über ihre Bereiche, ihre Schwierigkeiten...und wie sie sich selber davon lösen können... Das ist ganz hervorragend... Das ist für mich wie eine Therapie ... fast (...).“

Dabei nimmt sie ihre Gruppe von älteren Frauen als sehr positiv und fast bewundernd wahr, obwohl sie im Umfeld des Unterrichts auch von ihren Sorgen und Nöten berichten. Sie versucht, sich ein Bild von den entstehenden Bedürfnissen zu machen und die Gestaltung der Stunden danach auszurichten. Besondere Bedeutung erhält dabei die Reduktion des Schwierigkeitsgrades, um ein gutes Lernklima zu unterstützen. Das er-

¹⁰ <https://www.youtube.com/watch?v=Q4Qbe6hdf6>

öffnet ihr die Chance, sich mit der essenziellen Basis von Tanztechnik und Ausdrucksmaterial des Flamencos und seiner Wirkung auseinanderzusetzen. Drei ihrer in den 1950er Jahren geborenen Schülerinnen (Corti, 2024) äußern sich zu ihrer Motivation, Flamenco zu lernen. Die kurzen Porträts sind auf der Website der Schule veröffentlicht:

1. Ruth, Jg. 1951:
„(...) Ich erlebe es wie ein Wunder, bis heute, mich sportlich betätigen zu können und das zweimal in der Woche. Das Ganzheitliche und in Bewegung zu sein spricht mich sehr an. Ich fühle mich durch den Flamenco als ganzen Menschen angesprochen. (...)“
2. Vroni, Jg. 1954:
„(...) Ich hatte bis dahin nicht getanzt, aber Djembé gespielt. Rhythmus macht mir Spass, ebenso die Anfängergruppe, die mir seit Anbeginn vertraut geworden ist. Den Tanzunterricht mit Nina Corti erlebe ich als wunderbar in der Harmonie. Und in diesen zwei Jahren habe ich auch einen Flamencorock genäht und mir Flamencoschuhe zugelegt. (...)“
3. Annemarie, Jg. 1950:
„(...) Der Tanzunterricht füllt mich aus und der Flamenco gefällt mir sehr gut, auch wenn ich mich nicht „spanisch“ fühle. Ich habe es einfach ausprobiert und bin in eine andere Welt gekommen. (...)“

Im Vergleich zur altersgemischten Unterrichtspraxis in Mannheim und den Äußerungen der jüngeren Schülerinnen in Schaffhausen bestätigt sich durch die Ausschnitte die Annahme, dass es insbesondere für ältere Menschen unter geeigneten Bedingungen als sehr erfüllend empfunden wird, Flamenco auch als AnfängerIn lernen zu können. Die Verbindung zur Musik wird dabei als sehr unterstützend erlebt. Auch wenn man sich mit der entsprechenden Flamencotanzkleidung auseinandersetzt und diese für sich gestaltet, heißt das nicht, dass man sich eine fremde Identität aneignen möchte. Es sind aber auch in dieser Schülerschaft verschiedene Zugänge in die andere, teils fremde Welt des Flamencos möglich. Der Unterricht wird als bereichernd empfunden und man teilt seine Erfahrungen gerade in höherem Alter ebenfalls gern mit anderen. Der Bezug zur Tanzlehrerin zeigt sich als deutlich stärker ausgeprägt als in Mannheim.

Entwicklungen der *Flamencoterapia*

In Spanien, insbesondere in Katalonien und Andalusien mit den Flamenco-Zentren Barcelona, Sevilla und Granada gibt es öffentlich über das Internet bekannt gemachte Angebote mit über

die üblichen tanzpädagogischen Zielsetzungen hinausgehenden therapeutischen Ambitionen. Zunehmend sind auch Studien und Berichte recherchierbar, bei denen von *Flamencoterapia* [Flamencotherapie] gesprochen wird. Ein Beispiel einer randomisierten klinischen Studie aus dem Bereich der Physiotherapie bei Frauen mit einem Durchschnittsalter von 69 Jahren hat Maria Serrano Guzmán 2016 veröffentlicht.

Auch hierbei setzt man auf Vereinfachung der technischen Anforderungen des Flamencos durch die Verwendung von Sevillanas, die paarweise auf Festen zur Unterhaltung getanzt werden. Man reiht im Sechsertakt dabei kurze, festgelegte Abschnitte aneinander, die demselben Schema folgen und auch bei choreografischen Varianten immer Wiederholungen beinhalten. Das Improvisatorische des Flamencos kommt nicht zum Einsatz, dafür erhält das kommunikatorische Zusammenspiel der Tanzenden untereinander ein großes Gewicht.

Rezeptives Erleben des Flamencos in Aufführungen

Größere Flamencoschulen gestalten Aufführungen, deren Wirkungen auf die Anwesenden unter einem kathartischen, dezidiert nicht therapeutischen Aspekt hervorgehoben wird¹¹:

„Gute Flamenco-Shows setzen das Publikum zahlreichen Emotionen in einer emotionalen Kaskade aus. Wenn man es schafft, sich in die Auftretenden hineinzusetzen, wird man Erleichterung verspüren. Die Probleme des Einzelnen werden immer noch da sein, aber man gewinnt Abstand. ‚Flamenco erreicht Orte, an denen Worte nicht möglich sind‘.“

Im Zentrum steht hier der Distanzgewinn zu den Alltagsgewohnheiten, indem man sich in das hochenergetische Geschehen einer professionellen Aufführung begibt. Betont wird, dass die Erleichterung von individuellen Problemen nicht auf verbaler Ebene erreicht wird. In diesen Flamencoschulen wird der Flamencounterricht in Zusammenarbeit mit doppelqualifizierten Leitungen (Flamencolehre/Psychologie) durch Kurse in Yoga, Empowerment oder Pilates ergänzt. Projektweise kommt es auch zu Kooperationen mit Kliniken, z. B. im Flamencotanz-Museum in Sevilla.

Rehabilitation für psychisch erkrankte Frauen in Barcelona

Einblicke in die Arbeit des Bereichs „Mental Health und Rehabilitation“ der Casa Candela

¹¹ <https://www.casadelarteflamenco.com/flamenco-y-salud-mental-las-investigaciones-que-demuestran-sus-vinculos/>

**Abbildung 6**

José Luis Cabezas und seine Gruppe in der Aula Permanente de Formación Abierta (Foto: UGR)

(einer Flamencotanzschule) in Barcelona gibt deren Leiterin Monica Batiste in einem kurzen Video¹². Ältere Patientinnen, die u. a. unter schweren affektiven Störungen und Depressionen leiden, werden während ihrer Rehabilitationsmaßnahmen mit basalen Elementen des Flamencotanzes angeleitet. Sie versucht damit, die sehr reduzierten Bewegungsgewohnheiten durch Kommentierungen und praktisches Üben wieder zu beleben. Ihre Erläuterungen beziehen sich auf die krankheitsbedingten Umstände, die zu diesen körperlichen Folgen führten. Beispielsweise wird versucht, mittels einer stolzen Kopfhaltung den gesenkten Blick der Patientin zu verändern. Dieser wird als ein Ausdruck der eingeschränkten Weltwahrnehmung bewertet. Die Schwierigkeiten der Patientinnen, körperliche Bewegungen zu initiieren, möchte sie zunächst mit einem Aufbau von Körperspannung in der Vertikale begegnen, bei dem die Arm- und Handhaltung unabhängig vom gesamten Oberkörper positioniert werden können. Mit wiederholbaren, vereinfachten Flamencobewegungen wird versucht, Zugänge zur verlorenen Emotionalität wiederzufinden, reduzierte Bewegungsmöglichkeiten zu erweitern und die Isolation von psychisch erkrankten Menschen zu verringern. Ein wesentliches Ziel der Arbeit in der Casa Candela ist es, über die körperliche Aktivität die Nebenwirkungen von Psychopharmaka zu lindern. Eine große Herausforderung stellt es dar, ausgewählte Flamencotanzbewegungen zur Musik bewusst auf dem vorgesehenen Akzent im Compás [Taktschema] zu setzen. Die Klientinnen sollen auf verschiedene Weise spüren, dass man im Tanzen sowohl mit sich selbst in Kontakt kommen als auch mit der Außenwelt in Verbindung treten kann.

Geriatrische Ansätze in Granada

Von großer Bedeutung ist der Einsatz von Musik auch in dem Projekt des geriatrischen Pioniers José Luis Cabezas Casado, Entwicklungspsychologe an der Universität Granada. Er übernahm dort 2019 die Leitung eines multidisziplinären Projekts mit Flamencomusikern, -tänzern sowie Psychologen. Angeschlossen an die Universidad des los Mayores [Universität für Senioren] finden die Workshops für Menschen ab 50 Jahren in der Aula Permanente de Formación Abierta in Granada statt (Abbildung 6). Die Aktivitäten können in die Region ausgeweitet werden. Anlass zur Initiierung des Projektes war der demografische und gesellschaftliche Wandel, bei dem sich die familiären Bindungen auflösen und es immer mehr ältere Menschen mit Betreuungsbedarf gibt. Die daraus resultierenden Folgen von sozialer Isolation und Einsamkeit belasten die physische und psychische Gesundheit älterer Menschen. Übergeordnetes politisches Ziel war die Unterstützung, Gleichstellung und Inklusion im Alter durch Angebote für Menschen über 50 Jahren. Die Finanzierung übernahm die Universität von Granada sowie die Abteilung für Gleichstellung und soziale Wohlfahrt der andalusischen Regierung. Durch die Angebote sollen persönliche und soziale Fähigkeiten Älterer verbessert sowie der Zugang zu sozialer Betreuung erleichtert werden. Einzelne Zielsetzungen der Interventionen in einer Großgruppe waren die Verbesserung des Selbstwertgefühls [autoestima], der emotionalen Intelligenz, des Wohlbefindens und der Empathie. Das Projekt fokussierte sich auf die Nutzung lokal vorhandener, therapeutisch nutzbar zu machender Kompetenzen innerhalb der Flamencokultur. Auch über Teilprojekte mit musikalischem Schwerpunkt wurde öffentlich berichtet: *Soniqueterapia* (Leitung: Sara Romero), *Jondoterapia* (Leitung: Iván Centenillo und Víctor Segovia) sowie das Projekt *Música para Despertar* für Alzhei-

¹² <https://www.youtube.com/watch?v=09oNhqMRoqw>

mer-Patienten (Leitung: Rafa Blanco und José O Imedo).

Begleitende Wirkungsforschung

Die Wirkung des „Instruments“ Flamenco auf die teilnehmenden Seniorinnen und Senioren ($n = 150$) wurde mittels eines Fragebogens im Vorher-Nachher-Vergleich mit Parametern zum Wohlbefinden, sozialen Gewohnheiten, Selbstwertgefühl sowie emotionale Intelligenz gemessen. Eine Vergleichsmöglichkeit der Daten nach örtlich verschiedenen Gruppen wurde angestrebt.

Auswahl der Flamencoelemente

Durch die Auswahl der Flamencostile Alegría und Soleá sollten die Gruppen mit extrovertierten und introvertierten Gefühlslagen bekannt gemacht werden. Flamenco wurde unter fachkundiger Anleitung gesehen, gehört, motorisch sowie haptisch geübt. Damit soll

- sich das Wohlbefinden [bienestar] älterer Menschen verbessern,
- ihre emotionale Intelligenz auf innovative und vielfältige Weise trainiert werden,
- die Beschäftigungen mit den Textinhalten sinnstiftend wirken.

Cabezas beschreibt am Beispiel des Hörens einer Letra [Textteil] idealtypisch, wie bei den beteiligten Senioren ein Lächeln entsteht. Die Kraft positiver Emotionen führt dann zum rhythmischen Händeklatschen [palmas], woran sie die Teilnahme an einem freudvollen Tanzen anschließt (Cabezas, 2019).

Die Gesamtheit der Flamenco-Praxis unter fachkundiger Leitung vermag es, eine Sogwirkung zu entfachen, die über die einzelnen dynamischen Entwicklungskräfte der gehörten Text- und Musikbögen einen gebündelten Bewegungsimpuls in Gang setzt und dabei ein vielschichtiges Präsenzerleben aller Beteiligten ermöglicht.

Für die tanztherapeutische Forschung kann es zukünftig nützlich sein, sich neben der Unterstützung von Erdung bzw. Selbstempfindung (Bertolaso, 2003, S. 157 f.) mit dem Entstehen von Fluss im Sinne von Flow im Flamenco für ältere Menschen zu beschäftigen.

Adäquate Formate

Dass ein alter Tanz, wie es auch der Flamenco ist, jung erhalten kann, hängt nicht zuletzt damit zusammen, ob sich sein therapeutisches Potenzial spürbar machen lässt. Dies kann weitgehend unbewusst, in einer persönlichen inneren Auseinandersetzung oder mittels einer wissenschaftlich überprüfbaren Therapieme-

thode geschehen. Was die Personen in höherem Alter wählen, hängt wesentlich vom Angebot ab, auf das sie zugreifen können. Hinzu kommt die Motivation, ob man eher dem altersbedingten Verfall durch Training entgegenwirken möchte oder seinen lebenslangen Reifungsprozess durch positive Emotionalität unterstützen will. Unabhängig vom biologischen Alter kann man durch die Beschäftigung mit dem Flamenco zu individuellen Erfahrungen mit den eigenen Ressourcen und Kompetenzen gelangen. Für die Befragten ist die leitende Emotion die Freude, aber es finden sich auch Empfindungen von Ernsthaftigkeit und Geduld. Gelingt es zumindest temporär, sich im Tanz in seiner gesamten individuellen Präsenz zu erleben, entstehen möglicherweise Kräfte, die auch in fortgeschrittenem Alter erlauben, sich und andere neu und positiver zu bewerten. Den Alternsprozesses befriedigend zu gestalten, ist nicht unbedingt eine einfache Aufgabe. Die Befragung zeigte jedoch eine hohe Bereitschaft, sich dafür zu engagieren.

Möglicherweise wird an der Herausforderung des Flamencounterrichts festgehalten, weil es als Training für eine andere, teils noch fremde Zukunft verstanden werden kann. Tatsächlich überholt mag die Haltung von Elke Heidenreich (2024) sein, im Alter nur Bücher zu schreiben, „weil man mit 80 nicht mehr so viel tanzen geht wie früher“ (vgl. Heidenreich, 2024, Video). Um die therapeutische Wirksamkeit des Flamencos für die immer globaler agierende wissenschaftliche Gemeinschaft methodisch zu erschließen, muss man nichts weniger als versuchen, den Mythos des Flamencos selbst greifbarer zu machen. Obwohl ein Mythos nach Horkheimer und Adorno (1969, S. 4) „dunkel und einleuchtend zugleich“ ist, benötigt es immer wieder den Ehrgeiz, innovative Ansätze für die künstlerische Tanztherapie zu erschließen. Bemerkenswert bleibt, dass das Feld der Flamencotherapie in Spanien für ältere Menschen so weit entwickelt und wissenschaftlich beobachtet werden konnte, ohne dass die dem Flamenco innewohnende Kraft der Magie verlorengegangen scheint.

Literatur

- Behrens, C. & Rosenberg, C. (2014). Zur Einleitung. In C. Behrens & C. Rosenberg (Hrsg.), *TanzZeit – LebensZeit. Zur Perspektive des Tanzes in der Lebensspanne* (S. 9–14). Leipzig: Seemann Henschel.
- Bertolaso, Y. (2003). *Wege ebnen zur Selbstakzeptanz*. Münster: Paroli.
- Bloch, E. (2016). *Das Prinzip Hoffnung* (10. Aufl.). Frankfurt a. M.: Suhrkamp. (Erstausgabe 1959)
- Cabezas Casado, J. (2019, 13. Mai). Investigadores de la UGR analizan cómo impacta el flamenco en la autoestima de los mayores. *Canal UGR*. <https://canal.ugr.es/noticia/investigadores-ugr-analizan-impacto-flamenco-en-mayores>

- Corti, N. (2023, 4. August). Nina Corti – die Flamenco-Tänzerin mit Weltruhm ist 70 [Interview]. *Schweizer Radio und Fernsehen*. <https://www.srf.ch/play/tv/gesichter--geschichten/video/nina-corti-die-flamenco-taenzerin-mit-welt-ruhm-ist-70?urn=urn:srf:video:bf98ed85-9b03-4e54-9645-99a924bebd17>
- Corti, N. (2024). *Persönliche Worte von Schülerinnen in der Tanzschule Nina Corti & Jesús Lozano* [Website]. <https://flamenco-schaffhausen.ch/204-2/>
- Flick, U. (2002). *Qualitative Sozialforschung. Eine Einführung*. Hamburg: Rowohlt.
- Fundación Instituto de Cultura Gitana (Hrsg.). (2012). *Vidas gitanas. Lungo drom*. Katalog als Download verfügbar unter <https://www.accioncultural.es/es/actividades/vidas-gitanas-lungo-drom>
- Heidenreich, E. (2024). *Altern*. Berlin: Hanser. <https://www.youtube.com/watch?v=H4qmyKnL38>
- Hessisches Staatstheater Wiesbaden (Hrsg.). (2024). *Spielzeitheft 2024/2025: Was ist unser Erbe?* Download verfügbar unter https://www.staatstheater-wiesbaden.de/download/38/wi_spielzeitheft2425_web.pdf (Zugriff 31.08.2024).
- Hoffmeister K. (2020, 20. März). Warum Tanzen jung hält. Über die schönste Form der Bewegung. *Apotheken-Umschau*. <https://www.apotheke-umschau.de/gesund-bleiben/sport-und-bewegung/warum-tanzen-jung-haelt-828587.html>
- Horkheimer, M. & Adorno, T. W. (1969). *Dialektik der Aufklärung. Philosophische Fragmente*. Frankfurt a. M.: Suhrkamp.
- Hörmann, K. (2009). *Tanzpsychologie und Bewegungsgestaltung*. Lengerich: Pabst Science Publishers.
- La Chana. (2017a). *Mein Leben – ein Tanz* [Dokumentationsfilm]. Regie: Lucija Stojevic. Noon-Films (Synchronfassung).
- La Chana. (2017b). *Mein Leben – ein Tanz* [Trailer]. Regie: Lucija Stojevic. <https://www.youtube.com/watch?v=MPgocPh3we0>
- Mayring, P. & Gläser-Zikuda, M. (Hrsg.). (2005). *Die Praxis der qualitativen Inhaltsanalyse*. Stuttgart: UTB.
- Mlakar, V. (2015, 2. November). *Wegweiser zurück in die Zukunft. Egon Madsen: Greyhounds*. Die Deutsche Bühne. <https://www.die-deutsche-buehne.de/kritiken/wegweiser-zurueck-die-zukunft/>
- Schrupp, A. (2024, 24. September). Bin ich jetzt alt? *Zeit-Online*. https://www.zeit.de/kultur/2024-09/aelter-werden-abschiede-60-jahre-antje-schrupp-10nach8?utm_source=pocket-new-tab-de-de
- Wagner, R. (2024). *Die Magie der Bata de Cola* [Video]. <https://www.youtube.com/watch?v=zEah4P5AU84>
- Wagner, R. & Campillo-Lundbeck, S. (Moderatoren). (2024). *Der Weg des Schülers* [Audio podcast]. <https://soundcloud.com/user-959474668/folge-18-der-weg-des-schulers-mit-luis-de-luis-esther-marin>
- Serrano Guzmán, M. et al. (2016). Effectiveness of a flamenco and sevillanas program to enhance mobility, balance, physical activity, blood pressure, body mass, and quality of life in postmenopausal women living in the community in Spain. *Menopause*, 23(9), 965–973.



Dr. Laura Bettag

Dr. Sportwiss., dipl. Tanztherapeutin
MA Kulturmanagement, MHFA -Instruktorin
Billerbecker Straße 26
D-48653 Coesfeld
dr.laurabettag@posteo.de