Tanzmedizin in Dresden

Dresden - Stadt des Tanzes... und nun auch der Tanzmedizin?

Der Vorhang öffnet sich. Scheinwerferlicht. Die Streicher spielen die ersten Takte. Auf der Bühne wippt erst nur ein Fuß, ein Arm umschreibt einen Halbkreis, schließlich bewegt sich der ganze Körper. Die ganzen Körper. Anmutig und stark beginnt ein Reigen, der uns über zwei Stunden nicht mehr loslässt.

Dresdens hohe kulturelle Dichte hat nicht nur in Sachen Schauspielkunst und Musik, sondern auch im Ballettanz viel zu bieten – die Semperoper und die Forsythe Company, die in Hellerau auftritt, sind die zwei wohl bekanntesten Beispiele.

„Tanz ist bewegte Kunst. Bewegte Kunst fordert intakte Funktion. Intakte Funktion braucht Gesundheit." – so lautet der Leitspruch des Vereins Tanzmedizin Deutschland (TaMeD e.V.). Sein Ziel ist es, ein deutschlandweites interdisziplinäres Netzwerk aufzubauen um Balletttänzer gesundheitlich und klinisch zu betreuen. Ihm gehören bisher 41 Ärzte, 102 Therapeuten (Physio- und Ergotherapeuten), 131 Tanzpädagogen und 80 Tänzer an. Er wurde vor knapp elf Jahren gegründet.

TaMeD möchte Ärzte gewinnen, die sich in der Betreuung von Berufstänzern engagieren wollen und sensibel mit dem Künstler und seinem Berufsalltag umgehen. Anja Hauschild, die selbst ihr Diplom an der Palucca Schule absolvierte und nun im vierten Studienjahr Medizin studiert, hat selbst die Erfahrung gemacht, wie Orthopäden bei der Untersuchung ihre Beweglichkeit als unphysiologisch und damit ungesund befanden und rieten, lieber mit dem Tanzen aufzuhören. Die Tänzer sind frustriert, fühlen sich schlecht betreut und vermeiden trotz Schmerzen den Arztbesuch. Die Folge sind Stress- und Ermüdungsfrakturen und im schlimmsten Fall ein gezwungenermaßen zu frühes Ende der Tanzkarriere.

Dieses Schicksal hat Anja hinter sich, die nach ihrem Diplom das Tanzen aufgeben musste, eine Ausbildung zur Pilates-Lehrerin machte und darüber zur Medizin kam.

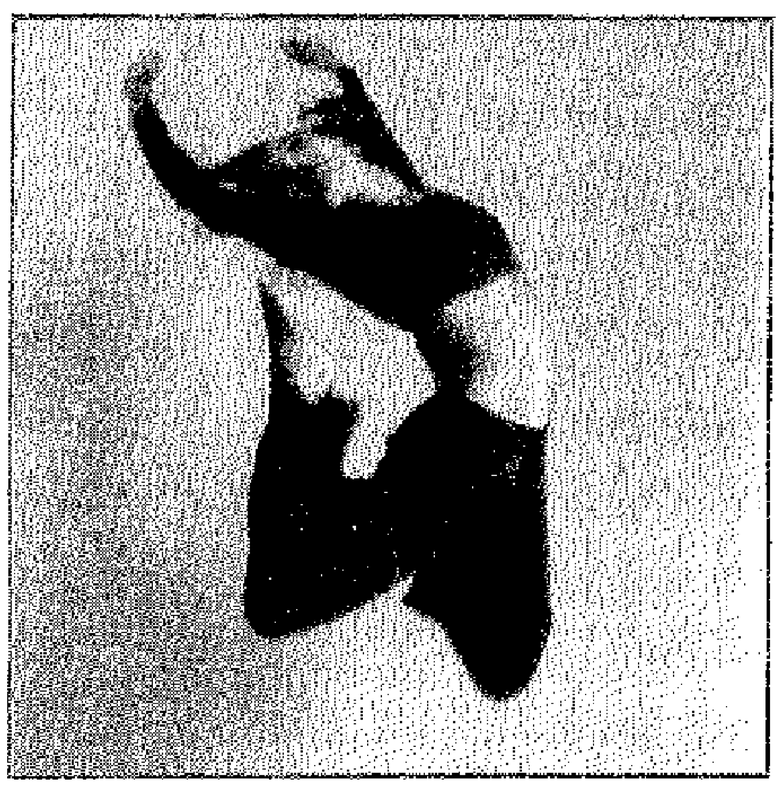
Sie möchte Tanz und Medizin verbinden und sich später auf die ärztliche Betreuung von Berufstänzern spezialisieren. Ärzte mit einem solchen Hintergrund kennen die körperlichen Anforderungen an den Tänzer, die typischen Verletzungen und wissen darüber hinaus, wie effektiv die Rehabilitation sein muss, damit sie wieder so früh wie möglich trainieren können.

Die TaMeD rekrutiert diese Mediziner, nimmt sich aber darüber hinaus der Nachbetreuung der Tänzer an und begleitet sie in ihrem Trainingsalltag. Sie unterstützt Tänzer und Pädagogen in der Analyse von Bewegungen und Trainingsmethoden, um Verletzungen in Zukunft zu verhindern.

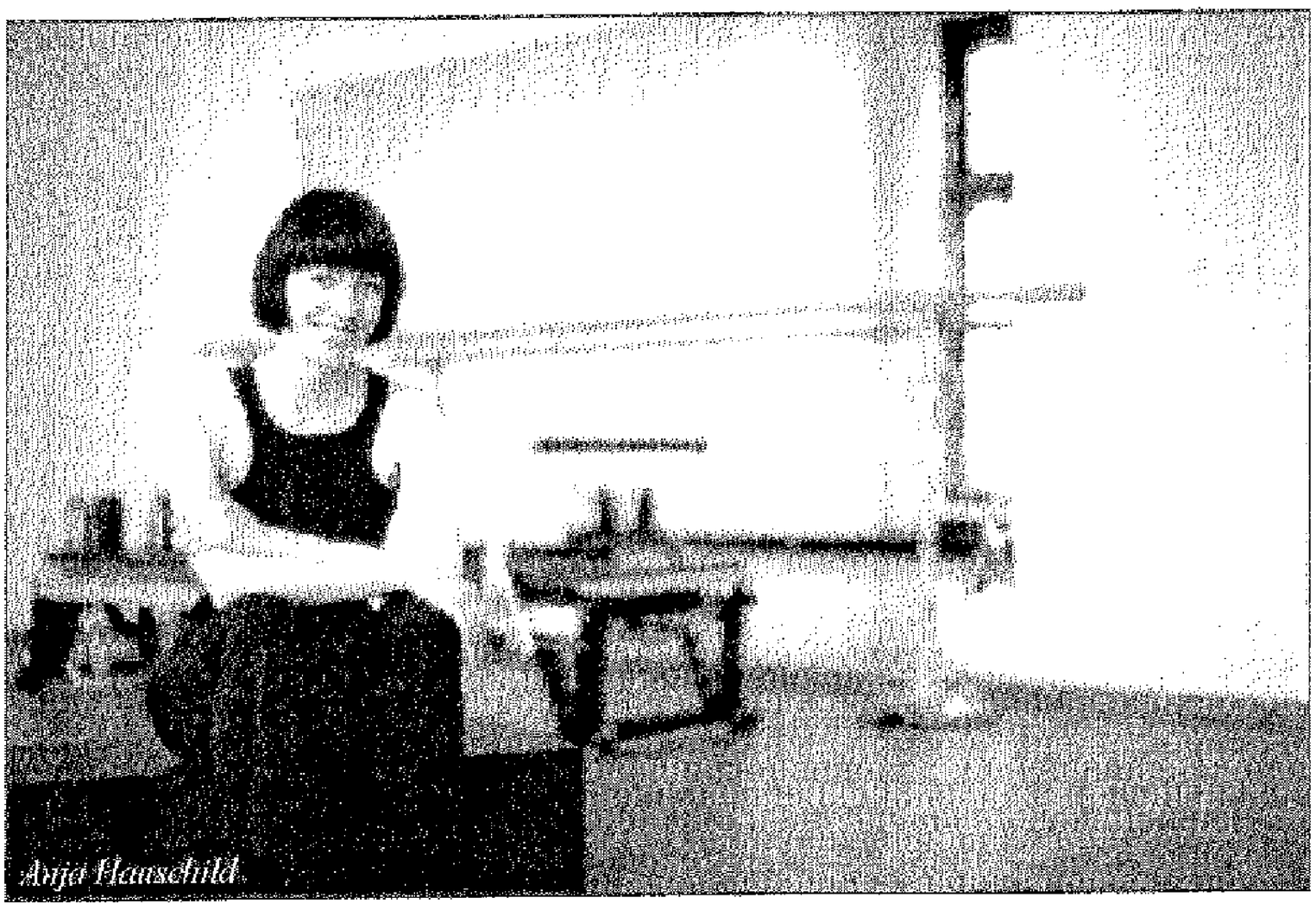
Auf der anderen Seite möchte der Verein vor allem an Tanzpädagogen herantreten.

Gerade bei denjenigen, die das klassische Ballett unterrichten, steht die absolute Perfektion im Vordergrund. Anja Hauschild nennt als Beispiel die extreme Position der Füße: diese erreicht man vorwiegend durch eine Hüftaußenrotation, die allerdings interindividuell unterschiedlich stark möglich ist und auch nur bis zu einem gewissen Grad trainiert werden kann. Kompensatorisch drehen die Balletttänzer das Knie nach außen und belasten dadurch extrem ihre Innen- und Kreuzbänder sowie die Menisken.

Gret Palucca. Deutsche Briefmarke, 1998
Serie: „Frauen der deutschen Geschichte"



Atelier Robertson, Gret Palucca, ca. 1930
© Königliche Bibliothek, Kopenhagen


Anja Hauschild

Nach längerer Zeit kommt es außerdem zum Knick-Senk- bis hin zum Platt- und Spreizfuß.
Wichtig sei, so Anja, viel mehr, dass die Tänzer ein gutes und gesundes Körpergefühl entwickeln als eine nach einem vorgegebenen Bild vollführte Bewegung: „Wenn auf der Bühne getanzt wird und Bewegungen fließend ineinander übergehen, schaut niemand mehr auf perfekte Fußpositionen."
Gret Palucca (1902 in München geboren, 1993 in Dresden gestorben), eine der bekanntesten Vertreterinnen des Ausdruckstanzes, gründete 1925 die gleichnamige Schule in Dresden. Ihr Hauptaugenmerk lag dabei auf der künstlerisch-geistigen Erziehung der Eleven und nicht auf körperlichem Drill. Trotzdem wird ihnen auch heute noch sehr viel Disziplin und geschilderte Perfektion abverlangt.
An oberster Stelle in der Tanzausbildung steht noch immer ein fast übertriebener Körperkult ohne Verständnis für die funktionalen Zusammenhänge und den eigenen Körper. Neben extremen Bewegungen, die die anatomischen Verhältnisse überschreiten, müssen die Tänzer enorm auf ihr Gewicht achten – das ist kein altes Vorurteil, sondern praktizierte Realität. „Hauptsache ist, dass es hübsch aussieht. Das Säbelbein (Genu recurvatum) beispielsweise wird gefördert, weil es das Schönheitsideal eines Tänzerbeines repräsentiert, obwohl es dem Tänzer langfristig Probleme bereiten wird", meint Anja. Die Tanzstudenten sind oft einem großen Druck seitens der Pädagogen ausgesetzt, die diesen immer wieder aufs Neue ihre körperlichen Mängel vorhalten.
Die Tänzer haben mit dem Gefühl der eigenen Unzulänglichkeit zu kämpfen und neben den körperlichen Gebrechen stellen sich psychische Probleme ein – und das in einer Phase, in der nicht nur der Körper noch im Wachstum begriffen ist, sondern auch die Persönlichkeit Gestalt annimmt.
Die Tanzmedizin Deutschland versucht nun also, die in diesem Spannungsfeld gelagerte Ausbildung zu entschärfen und damit zufriedenstellender und erfolgreicher für alle Beteiligten zu gestalten. Dafür bietet sie Coachings für Tanzschulen an, in denen Pädagogen für die Problematik sensibilisiert und Unterrichtsmethoden überarbeitet werden sollen – dieses Umdenken hat in der Palucca Schule bereits begonnen. Mit der Umstellung des Lehrplans und der Einführung des Faches Methodik versucht man den Bedürfnissen der Eleven zunehmend Rechnung zu tragen.
Neben der Praxis möchte der Verein außerdem die wissenschaftliche Forschung auf dem Gebiet vorantreiben.
Noch steckt die Tanzmedizin in den Kinderschuhen, das Regionalbüro Dresden wurde erst im Februar eröffnet. Der Verein sucht engagierte Mediziner und Medizinstudenten, die sich bei Interesse bei Anja Hauschild melden können (siehe Kontaktdaten).
Diesem Konzept kann man nur wünschen, dass es breiten Anklang findet und für einen Paradigmenwechsel in der Ballettszene sorgt.

sf

Kontakt:
www.tamed.de
info@tamed.de
rb.dresden@tamed.de
(Regionalbüro Dresden, Leitung: Anja Hauschild)

Buchempfehlungen:
Simmel, Liane: Tanzmedizin in der Praxis; Henschel Verlag

Exner-Grave, Elisabeth: TanzMedizin – Die medizinische Versorgung professioneller Tänzer; Schattauer Verlag