

EINE TANZMUFFELSTUDIE: MÄNNLICHE HALTUNG ZUM FREIZEITTANZ

MAS THESIS 2018, MAS DANCE SCIENCE,
INSTITUTE OF SPORT SCIENCE, UNIVERSITY OF BERN

Einleitung

In jüngster Zeit weisen immer mehr wissenschaftliche Studien auf den umfangreichen Nutzen des Tanzens als Freizeitbeschäftigung hin und belegen die positiven Effekte für körperliche Fitness, (z.B. Serrano-Guzmán et al., 2016), psychisches Wohlbefinden (z.B. Quiroga Murcia et al., 2010), Sozialkompetenz (z.B. Rabinowitch et al., 2017) und Lernvermögen (z.B. Merom et al., 2016). Es gibt viele Gründe, warum Menschen gerne tanzen: die Verbesserung der Laune („mood-enhancement“) ist dabei sowohl für Männer als auch für Frauen der stärkste Motivationsfaktor (Maraz et al., 2015). Dennoch wird die gesunde und freudvolle Aktivität - gemäss einer Umfrage zum Freizeitverhalten in der deutschsprachigen Bevölkerung - nur wenig genutzt. Ihr zufolge tanzen 47 % der weiblichen und 65 % der befragten männlichen Personen nie (Allensbach, 2017).

Nach meiner persönlichen Beobachtung sind männliche Teilnehmer in Tanzkursen wie Ballett, Jazztanz, Afro-Dance, Modern Dance, Gesellschaftstanz, Historischer Tanz etc. erheblich unterrepräsentiert. Bei Contact-Improvisation hingegen sind die Männer deutlich stärker vertreten als in den vorher genannten Tanzstilen. Im Rahmen gesellschaftlicher Veranstaltungen (z.B. auf Hochzeiten und privaten Parties) ist es wiederum nicht selten zu beobachten, dass Frauen mit einer Partnerin tanzen, um den Mangel an männlichen Tänzern auszugleichen.

Der Mensch als Spezies besitzt die einzigartige Fähigkeit, Bewegungen auf Musik hin zu koordinieren, wie z. B. durch Fußklopfen oder Tanzen. Diese Fähigkeit gilt als angeboren, und sie ist bei Mädchen und Jungen gleichermaßen mit positiven Gefühlen verbunden - darauf weisen Untersuchungen zum rhythmischen Verhalten von Babies und Kleinkindern hin (Zentner & Eerola, 2010). Warum findet der Tanz als Freizeitbeschäftigung also gerade bei den Männern so wenig Zuspruch?

Amotivation resultiert gemäß der Self Determination Theory nach Deci und Ryan aus einem Mangel an Wertschätzung für eine Aktivität, aus dem Gefühl der Inkompetenz oder aus der Vorstellung, dass die Aktivität nicht das gewünschte Ergebnis liefern würde (Ryan & Deci, 2000). Eine Erklärung für die männliche Tanz-Amotivation könnte die Arbeit von Peter Lovatt (2011) liefern. Er bezeichnet die Art, wie sich jemand in Bezug auf seine eigene Tanzfähigkeit im Freizeitkontext fühlt, als *dance confidence* und ordnet diesen Aspekt in die Sparte *domain-specific self-esteem*. Das domä-



Corinna Janson ist Heilpraktikerin und Tanzpädagogin. Sie leitet in Bad Kreuznach das Tanzhologie Studio und widmet ihre berufliche Tätigkeit vor allem der Frage, inwieweit Tanz zur Erhaltung der Gesundheit des Menschen beitragen kann. Im Rahmen ihres MAS Studiums an der Uni Bern erforschte sie für Ihre Masterarbeit die „Männliche Haltung zum Freizeittanz“ (Abschluss 2018). Für das Zertifikat Tanzmedizin bei ta.med e.V. (Verein für Tanzmedizin in Deutschland) erforschte sie den „Einfluss von Tanztraining auf das Körperbild von Patientinnen mit Essstörungen“ (Abschluss 2011). Auf der Basis ihrer Ausbildung am Institut für Tanz und Bewegungsdynamik in Essen bei Dr. Detlef Kappert (Abschluss 2004), entwickelte sie Tanzhologie® als praktisch anwendbare Unterrichtsmethode für Hobbytänzer.

nenspezifische Selbstwertgefühl beschreibt die Zufriedenheit mit sich selbst in bestimmten Bereichen, die sich in Abhängigkeit von Meinungen und Wahrnehmungen anderer bildet (Gentile et al., 2009). Die Gesellschaft hat also einen prägenden Einfluss auf das Selbstwertgefühl bei der Ausübung bestimmter Aktivitäten. Männer (unter 60 Jahren) haben Lovatt zufolge eine signifikant geringere „dance confidence“ als Frauen (Lovatt, 2011).

Zusammenfassung

In dieser Studie wurde untersucht, ob sich die Haltung zum Tanzen zwischen Männern und Frauen grundsätzlich unterscheidet. Welche Motivation haben Männer in ihrer Freizeit zu tanzen, bzw. was hält sie davon ab. Zusätzlich wurde der Frage nachgegangen, ob die Bewegungserziehung in jungen Jahren auf die spätere Tanzaktivität Einfluss hat.

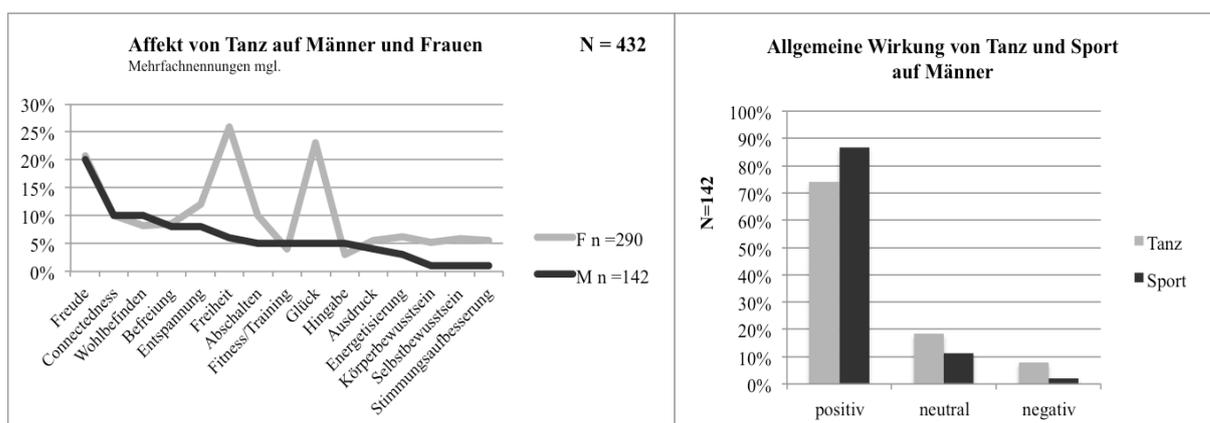
Mittels einer anonymen Online-Befragung vom 28. Juni bis 17. Juli 2018 über das Portal umfrage-online.com wurde die Haltung zum Freizeittanz von 142 männlichen und 290 weiblichen Proband*innen erfasst. Ein standardisierter Fragebogen mit insgesamt 35 Items ermittelte sowohl qualitative als auch quantitative Daten (nach Likert Skala 1-5) zum Tanz- und Sportverhalten. Die sechs Hauptkategorien zur Erhebung der qualitativen Daten waren Tanz-Motivation, Sport-Motivation, Talent, Tanz-Vertrauen, Connectedness und Bewegungs-Erziehung (*Physical Education*).

Als Kriterium zur Unterteilung der Probanden nach ihrer Affinität zum Tanzen diente ihre jeweilige Angabe zur ersten Frage „Ich tanze gern“. Alle männlichen und weiblichen Probanden, die „trifft nicht zu“ oder „trifft selten zu“ angegeben hatten wurden der Gruppe der „Tanzmuffel“ zugeordnet und alle, die „mal so, mal so“, „trifft zu“ und „trifft voll zu“ angegeben hatten wurden als „Tanzaffine“ Gruppe definiert. Die Gruppe Tanzmuffel umfasste N = 52 Individuen (33 Männer und 19 Frauen), die der Tanzaffinen bestand aus N= 379 (109 Männer und 270 Frauen).

Zur statistischen Bewertung mittels unabhängiger t-tests wurden Vergleiche zwischen drei verschiedenen Stichproben aus der Gesamtpopulation betrachtet:

- Stichprobe A (N = 432): 142 Männer (M) und 290 Frauen (F)
- Stichprobe B (N = 52): 33 Tanzmuffel-Männer (TMM) und 19 Tanzmuffel-Frauen (TMF)
- Stichprobe C (N = 142): 109 Tanzaffine Männer (TAM) und 33 TMM

Es wurde gezeigt, dass Männer ähnliche Gründe haben zu tanzen wie Frauen, und diese Aktivität von ihnen mit vielen positiven Affekten verknüpft wird. Insgesamt wiesen die männlichen Probanden aber eine signifikant geringere Affinität zum Tanzen auf als die weiblichen. Dabei war die Motivation zum Tanzen mit Partner/in und mit Körperkontakt bei den Männern stärker ausgeprägt als bei den Frauen.



Die Ergebnisse dieser Untersuchung machen verständlich, warum gerade Contact-Improvisation als eine sehr körperbezogene, kraftvolle und (choreografie-)freie Bewegungsform viel Zuspruch von männlicher Seite erfährt. Beim Gesellschaftstanz indes lastet auf dem Tänzer in der Führungsrolle „die volle Verantwortung für das Gelingen“ der Performance (wörtliches Zitat eines Interviewpartners mit „Parkettangst“). Dies ist - infolge mangelnder Grundausbildung in tänzerischen

Fertigkeiten - als eine Art Überforderung zu betrachten. Dass Tanzen einen Erholungseffekt mit sich bringt, erleben viele Männer beim Gesellschaftstanz daher nicht. Ein Zusammenhang zwischen der tänzerischen Vorbildung in Kindheit (und Jugend) und der späteren Partizipation im Freizeittanz bei Männern liegt nahe.

Konklusion

Niemand kommt als "Tanzmuffel" auf die Welt. Die Tatsache, dass die Vermittlung tänzerischer Fähigkeiten nicht als schulische Aufgabe verstanden wird und dass Jungen im Laufe ihrer Entwicklung wenig, sehr spät oder gar nicht mit grundlegenden Tanzfertigkeiten konfrontiert werden, könnte eine bedeutsame Ursache für die mangelnde männliche Beteiligung am Freizeittanz sein. Gleichzeitig muss aber auch konstatiert werden, dass das vorhandene Angebot an Tanzaktivitäten den männlichen Bedürfnissen offenbar nicht entspricht. Männer suchen sportliche Aktivitäten, die eine Herausforderung an sie stellen und bei denen sie sich „auspowern“ können. Der Sport ist für Jungen ein bedeutsames Feld, um sich selbst zu erfahren, sich zu messen und ihre Wirkung zu testen (Blomberg & Neuber, 2015). Umso bedeutsamer ist es, in der Erziehung Wege zu finden, um die genannten Bedürfnisse der Jungen zu berücksichtigen sie gleichzeitig an den Vorteilen tänzerischer Bildung profitieren zu lassen. Rhythmusfähigkeit, Beweglichkeit, Balance, Alignment und Koordination sind motorische Grundlagen, die insbesondere im Tanztraining ausgebildet werden und die sich für die weitere Ausdifferenzierung motorischer Fertigkeiten (z.B. im Sport) als wertvoll erweisen. Darüber hinaus könnte das Tanztraining gerade für Jungen auch eine positive Auswirkung auf ihr individuelles Lern- und Sozialverhalten haben, was der (schulischen) Gemeinschaft zu Gute käme.

Würden wir Jungen frühzeitig mit tänzerischen Kompetenzen ausstatten, liessen sich vermutlich deutlich mehr Männer zum Paartanz motivieren. Ihre Vorliebe für den Partner- und Körperkontakt beim Tanzen lässt jedenfalls darauf schließen.

Literaturverzeichnis

- Allensbach, Institut für Demoskopie (2017). Retrieved from: <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/171150/umfrage/haeufigkeit-von-tanzen-in-der-freizeit/>.
- Blomberg, C., & Neuber, N. (2015). *Bildung und Sport Schriftenreihe des Centrums für Bildungsforschung im Sport (CeBiS) Band 6*. Wiesbaden: Springer. <https://doi.org/DOI.10.1007/978-3-658-06247-7>
- Gentile, B., Grabe, S., Dolan-Pascoe, B., Twenge, J. M., Wells, B. E., & Maitino, A. (2009). Gender differences in domain-specific self-esteem: A meta-analysis. *Review of General Psychology*, *13*(1), 34–45. <https://doi.org/10.1037/a0013689>
- Lovatt, P. (2010). Sex and Dancing. Retrieved September 30, 2018, retrieved from <https://www.psychologytoday.com/us/blog/dance-psychology/201003/sex-and-dancing>
- Maraz, A., Király, O., Urbán, R., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2015). Why do you dance? Development of the Dance Motivation Inventory (DMI). *PLoS ONE*, *10*(3). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0122866>
- Merom, D., Grunseit, A., Eramudugolla, R., Jefferis, B., Mcneill, J., & Anstey, K. J. (2016). Cognitive benefits of social dancing and walking in old age: The dancing mind randomized controlled trial. *Frontiers in Aging Neuroscience*. <https://doi.org/10.3389/fnagi.2016.00026>
- Quiroga Murcia, C., Kreutz, G., Clift, S., & Bongard, S. (2010). Shall we dance? An exploration of the perceived benefits of dancing on well-being. *Arts & Health*, *2*(2), 149–163. <https://doi.org/10.1080/17533010903488582>
- Rabinowitch, T. C., & Meltzoff, A. N. (2017). Synchronized movement experience enhances peer cooperation in preschool children. *Journal of Experimental Child Psychology*, *160*, 21–32. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2017.03.001>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. *Contemporary Educational Psychology*, *25*(1), 54–67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>
- Serrano-Guzmán, M., Aguilar-Ferrández, M. E., Valenza, C. M., Ocaña-Peinado, F. M., Valenza-Demet, G., & Villaverde-Gutiérrez, C. (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: A randomized clinical trial. *Menopause*, *23*(9), 965–973. <https://doi.org/10.1097/GME.0000000000000652>
- Zentner, M., & Eerola, T. (2010). Rhythmic engagement with music in infancy. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, *107*(13), 5768–5773. <https://doi.org/10.1073/pnas.1000121107>