

Blaues Kreuz

Sonderdruck
aus den Nummern 5 und 6/2020

Zwanzig Jahre roundabout

«Bei uns findet jedes Mädchen seinen Platz, egal, wie gut es tanzt»

Kim Dietschweiler und Rahel Schwarz leiten in unterschiedlichen Funktionen Tanzgruppen bei «roundabout». Dieses Präventionsangebot des Blauen Kreuzes feiert dieses Jahr sein zwanzigjähriges Bestehen. Was bringt Tanzen für die Suchtprävention, und was lernen die Teilnehmerinnen neben dem Tanzen sonst noch?



Blaues Kreuz: Wann und wie hast du roundabout kennengelernt?

Kim Dietschweiler: Das erste Mal hörte ich davon vor zwölf Jahren in einem Gottesdienst. Eine Freundin nahm mich dann zu einer Tanzlektion mit. Ich fühlte mich sofort willkommen.

Das ist lange her ...

Stimmt. Während meiner Berufsausbildung machte ich allerdings eine dreijährige Pause. Dann stieg ich als Tanzleiterin ein.

Rahel Schwarz: Ich war 17 und tanzte bereits, da fragte mich eine Freundin, ob ich nicht als Leiterin an einem roundabout-Lager teilnehmen wolle. Sie war die kantonale Leite-

rin im Kanton Thurgau. Kurz danach stieg ich als ehrenamtliche Gruppenleiterin im Kanton St. Gallen ein und baute eine roundabout-youth-Gruppe auf. Als die dortige kantonale Leiterin ein Kind erwartete, bot sie mir ihre Stelle an. Die nahm ich an.

Was sind zurzeit die Herausforderungen bei roundabout?

Es gibt heute fast zu viele Freizeitangebote. Deshalb ist es nicht immer einfach, Teilnehmerinnen zu finden. Auch die Bereitschaft zu unbezahlter Arbeit geht zurück. Junge erwarten zunehmend, bei einer Aktivität Geld zu verdienen.

Kim: Wir müssen immer wieder erklären,

dass bei uns die Leistung nicht im Vordergrund steht. Es geht um Spass und Wohlbefinden. Im Zentrum steht die Person. Einige Mädchen springen bei roundabout ab und wechseln in eine Tanzschule.

Gibt es genügend Interessentinnen?

Ja. Es gab aber auch schon kritische Zeiten.

An wen richtet sich das Angebot roundabout?

An alle Mädchen, die sich gerne bewegen und interessiert sind, in einer Gruppe andere Mädchen kennenzulernen. Die Tanzbegabung, das Rhythmusgefühl oder etwa eine körperliche Einschränkung sind zweitrangig

– es spielt keine Rolle. In Zürich gibt es heute auch Angebote für Jungs («boyzaround»). Die obere Altersgrenze liegt bei zwanzig, aber wir nehmen es damit nicht so genau. Mir ist wichtig, dass jedes Mädchen und jede junge Frau bei uns ihren Platz findet. Unser Ziel sind jährlich mehrere Aufführungen, die wir meist selbst organisieren. Für die Mädchen ist das sehr motivierend – sie geben alles!

Rahel: Uns geht es auch darum, das positive Selbstbild und das Selbstwertgefühl der Mädchen und jungen Frauen zu stärken. Auftritte vor Publikum wirken stark auf die Persönlichkeit.

Was leistet roundabout für die Suchtprävention?

Bei Sucht spielen viele Faktoren eine Rolle. roundabout wirkt vielseitig, häufig geht die Saat erst später auf. Bei uns gilt: Du bist gut, so wie du bist. Liebe deinen Körper, wie er ist. Das kann helfen, mit Schwierigkeiten besser umzugehen und nicht in eine Sucht zu fallen. Bei uns schliesst man Freundschaften fürs Leben und kann auch schwierige Themen zur Sprache bringen. Viele Teilnehmerinnen wissen nicht, dass roundabout ein Suchtpräventionsangebot ist, was eigentlich auch nicht nötig ist ...

Sind Drogen im engen Sinn ein Thema?

Kim: Für die Tanzleiterinnen gibt es regelmässig Schulungen, bei denen es nicht nur ums Tanzen geht, sondern auch um Themen wie psychische Gesundheit, Essstörungen oder Sucht.

Rahel: Ich stelle jeweils einen Briefkasten auf, in dem die Teilnehmerinnen Nachrichten hinterlassen können, in denen sie zum Beispiel einander ermutigen oder auch Fragen stellen, die sie beschäftigen, zum Beispiel über Sexualität oder Mobbing.

Kim: Deine Idee gefällt mir – das könnte ich bei mir auch einführen ...



Was tut ihr bei Problemen in der Gruppe?

Rahel: Gelegentlich muss ich als kantonale Leiterin in einer Tanzgruppe intervenieren. Es kam zum Beispiel vor, dass ein Mädchen zu ihrer Leiterin frech war und diese das einfach hinnahm. Ich sagte zur Teilnehmerin, dass mir ihr Verhalten Mühe bereite, worauf sie eingeschnappt den Saal verliess. Nach etwas Wartezeit folgte ich ihr, da erzählte sie mir von ihren Problemen und weinte. Wir besprachen später die Situation noch einmal, und sie veränderte ihr Verhalten. Zur Gruppenleiterin sagte ich, dass sie sich nicht alles bieten lassen dürfe. Sie meinte, sie sehe sich nicht nur als Leiterin, sondern auch als Kollegin. Ich sagte, als Leiterin müsse sie von den

«roundabout will das positive Selbstbild und das Selbstwertgefühl der Mädchen und jungen Frauen stärken.»

Teilnehmerinnen Respekt einfordern und sich bewusst sein, dass sie die Atmosphäre in der Gruppe prägt. Als kantonale Verantwortliche kann ich respektloses Verhalten nicht tolerieren. Ich will, dass wir bei roundabout Selbstwert aufbauen, nicht, dass wir diesen zerstören. In schwierigen Situationen erhalten Tanzleiterinnen und kantonale Leiterinnen professionelle Hilfe.

Rahel Schwarz (links)

- Geboren 1995, aufgewachsen im Toggenburg
- Kantonale Leiterin St. Gallen – Appenzell und Leiterin einer Tanzgruppe

Kim Dietschweiler (rechts)

- Geboren 1996, aufgewachsen in Dürnten (ZH)
- Leiterin von roundabout Dürnten (3 Gruppen) und Leiterin einer Tanzgruppe



Führt die übermässige Beschäftigung mit dem eigenen Wert nicht zu Narzissmus? Gibt es ein Zuviel an Selbstbeschäftigung?

Vielleicht ... Mir fällt TikTok ein ...

Kim: Da geht es für mich oft nicht um Selbstliebe, sondern um Selbstdarstellung. Ich sehe das als Ruf nach Anerkennung, vielleicht, weil man diese im eigenen Umfeld nicht findet und deshalb Bestätigung von aussen sucht. Eine wichtige Frage bei der Selbstliebe ist für mich, ab wann es zu viel wird. Es gibt Leute, die sich nur dann gut fühlen, wenn sie schlecht über andere reden. Wenn jemand sich schön findet und das sagen kann, wenn man ihn danach fragt, dann finde ich das gut. Wenn er oder sie dabei aber andere schlechtredet, dann ist für mich die Grenze überschritten.

Rahel: Eine Ursache können Eltern sein, die ihren Kindern alle Steine aus dem Weg räumen und ihnen das Gefühl geben, dass das Problem nie beim Kind liegt, sondern bei den Lehrern oder am Verein. Das ist nicht gut für die Kinder. Ein Kind muss lernen, dass es selbst die Ursache von etwas ist, dass es wichtig ist und selbst einen Beitrag leisten kann. Solche Überlegungen trage ich im gemütlichen Teil nach dem Training in die Tanzgruppen.

Wie hat die Coronakrise die Durchführung von roundabout verändert?

Kim: Wir sagten die Treffen vor Ort ab und boten stattdessen Trainings über die Video-

konferenz-Plattform «Zoom» an. Meine Gruppen trafen sich alle zwei Wochen auf Zoom, um die persönlichen Kontakte aufrechtzuerhalten. Seit Juni treffen wir uns wieder vor Ort.

Trainiert ihr auch in den Schulferien?

Rahel: Normalerweise nicht. Meine Gruppe trainierte allerdings in den Sommerferien weiter, weil wir uns für den Wettbewerb «Dance Qweenz Award» im August angemeldet hatten und den Rückstand aus der Coronazeit aufholen wollten ...

Erzählt doch mal eine merkwürdige Begebenheit aus eurer Tätigkeit bei roundabout.

Kim: In meiner Gruppe war ein 12-jähriges Mädchen, das für sein Alter sehr reif war. Das machte mich hellhörig. Als ich mit ihr redete, erzählte sie mir von Schwierigkeiten zuhause.

«Einer meiner Kernsätze ist: Ermutigung rettet Leben.»

Ich bot ihr meine Hilfe an, die sie aber nicht annehmen wollte. Schliesslich kam sie nicht mehr zu den Trainings, was mir leidtat. Ich vermute aber, dass sie genügend Kraft hat, um die Situation zu bewältigen. Ich habe gelernt, dass mein Einsatz als Leiterin auch Grenzen hat und dass ich mich manchmal zurücknehmen muss.

Gibt es für die Tanzleiterinnen eine Anlaufstelle für schwierige Situationen?

Rahel: Ich besuche die Tanzgruppen regelmässig und stelle auch Fragen zum Befinden. Mit den Tanzleiterinnen rede ich eingehend über Dinge, die gut laufen, aber auch über solche, die nicht gut laufen.

Hast du auch schon etwas Merkwürdiges erlebt?

Bei mir gab es zwei Mädchen, die kurioserweise wiederholt an denselben Abenden fehlten. Beide gaben dafür persönliche Gründe an. Ich nahm zwar an, dass sie etwas Gemeinsames unternahmen, liess es aber gut sein. Das änderte sich, als einige Gruppenmitglieder mir Bilder der beiden zeigten, die sie während der Zeit der Trainings aufgenommen hatten. Das fanden jene nicht richtig; es beschäftigte sie. Meine Sorge war vor allem, dass die Eltern fälschlicherweise glaubten, die beiden seien am Tanzen, während sie Zeit miteinander verbrachten. Als sie das nächste Mal zum Training kamen, sprach ich beide einzeln an. An der Angelegenheit störte mich nicht ihre Abwesenheit an sich, sondern, dass sie mir nicht den wahren Grund mitgeteilt hatten. Ich wies sie auf die Möglichkeit hin, mit dem Training aufzuhören, worauf beide heftig erwiderten, roundabout bedeute ihnen viel. Von da an kamen sie wieder regelmässig ...

Hattet ihr schon den Eindruck, eine Art Ersatzeltern für die Mädchen zu sein?

Kim: Nein. Ich fühle mich eher als Freundin.

Die Mädchen sehen mich wohl als Leiterin und gleichzeitig als Freundin oder grosse Schwester. Rahel: Mir geht es gleich. Als Tanzleiterin bin ich Freundin. Es ist kam schon vor, dass Mädchen mit Suizidgedanken sich an mich wendeten. Bei den Gruppenbesuchen bin ich die kantonale Leiterin. Da suchen die Mädchen normalerweise keine nahe Beziehung. Umgekehrt unterhalte ich zu vielen Leiterinnen freundschaftliche Beziehungen.

roundabout ist offenbar mehr als nur Tanzen ...

Kim: Eindeutig. Für mich steht die Entwicklung der Persönlichkeit im Vordergrund, auch wenn wir die meiste Zeit mit Tanzen verbringen.

Rahel: Ich glaube, dass Tanzen viel Gutes auslöst. Sich zu bewegen heisst, den Körper zu spüren und seine Grenzen zu kennen. Ich schaffe in den Trainings freie Zeit, in der die Mädchen für sich allein tanzen und Neues ausprobieren. Aus diesem Grund raten wir den Tanzleiterinnen, sich laufend weiterzubilden, auch tänzerisch. Wir alle brauchen Impulse von aussen.

Was hat sich bei roundabout in den letzten zwanzig Jahren verändert?

Das Angebot ist aus einem Blaukreuz-Musical heraus entstanden. Als ich bei roundabout anfing, fiel mir auf, dass nicht alle kantonalen Leiterinnen selbst tanzten. Sie kümmerten sich um die Organisation und nahmen die Trainings ab, konnten tänzerische Feinheiten aber nicht im Einzelnen beurteilen. In tänzerischen, didaktischen und gesundheitlichen Fragen kannten sie sich weniger aus als wir heute. Ich habe eine Ausbildung als Tanzlehrerin gemacht. Das erlaubt mir, Dinge zu benennen, für die mir früher die Begriffe fehlten.

Wie haben sich die Musik und die Kleiderkultur verändert?

Kim: Früher herrschte der Old-School-Hip-Hop vor. Der war feiner als der heutige New-School-Hip-Hop. Weil die Jugendlichen diesen aber gern hören, baue ich neben Old School auch New School in die Trainings ein.

Früher trug man «Baggies», grosse schwere Hosen. Heute trägt man eher enge Hosen mit grossem T-Shirt. Eine Zeitlang trug man ausserdem ein Hemd um die Hüften.

Rahel: Es gab einen grossen Wandel, auch im Tanz. Streetdance beinhaltet eigentlich alles, was man auf der Strasse tanzen kann. Man kann zum Beispiel Jazz, Salsa, House

oder Wacking dazu-mischen ... Sich eine geeignete Choreografie auszudenken, ist anspruchsvoll. Die Mädchen sehen heutzutage in den sozialen Medien Tänze von ho-

hem künstlerischem Niveau und haben genaue Vorstellungen davon, wie ein Tanz aussehen sollte. Bei uns lernen sie zu Beginn nur einfache Schritte, auf die sie aufbauen können. Hohe Erwartungen bringen eine Leistungserwartung mit sich, die wir bei roundabout eigentlich nicht haben wollen. Hinzu kommt eine Lust, sich in Szene zu setzen, was durch TikTok verstärkt wird.

«Für mich steht die Entwicklung der Persönlichkeit im Vordergrund, auch wenn wir die meiste Zeit mit Tanzen verbringen.»



Gab es Momente, wo ihr dachtet, ihr würdet von den Jüngeren abgehängt werden?

Nein. Die Frage ist eher, wo man selbst steht und ob man am eigenen Stil festhält. Die Musikauswahl wird immer grösser. Deshalb treffen wir bei den Liedern eine Vorauswahl.

Wo soll roundabout in zwanzig Jahren stehen?

Ich glaube, wir werden weiterwachsen.

Funktioniert das Konzept auch in Zukunft?

Ich glaube schon. Aber wir müssen uns weiterentwickeln. Wir beteiligen uns zum Beispiel am Programm «Prävention Essstörungen Praxisnah» (Pep) von Gesundheitsförderung Schweiz, das die Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper- und Selbstbild fördert. In unseren nationalen und kantonalen Schulungen «roundabase-Training» bieten wir den Leiterinnen Trainingseinheiten zu einem positiven Körperbild, zu gesunder Ernährung und psychischer Gesundheit an. Einer meiner Kernsätze ist: «Ermutigung rettet Leben.» Menschen, die nie hören, dass sie etwas schaffen, werden irgendwann zum Schluss kommen, nichts zu können und wertlos zu sein. Wir müssen lernen, auszudrücken, wie wir uns fühlen, Konflikte auszuhalten und auf Ziele hinzuarbeiten.

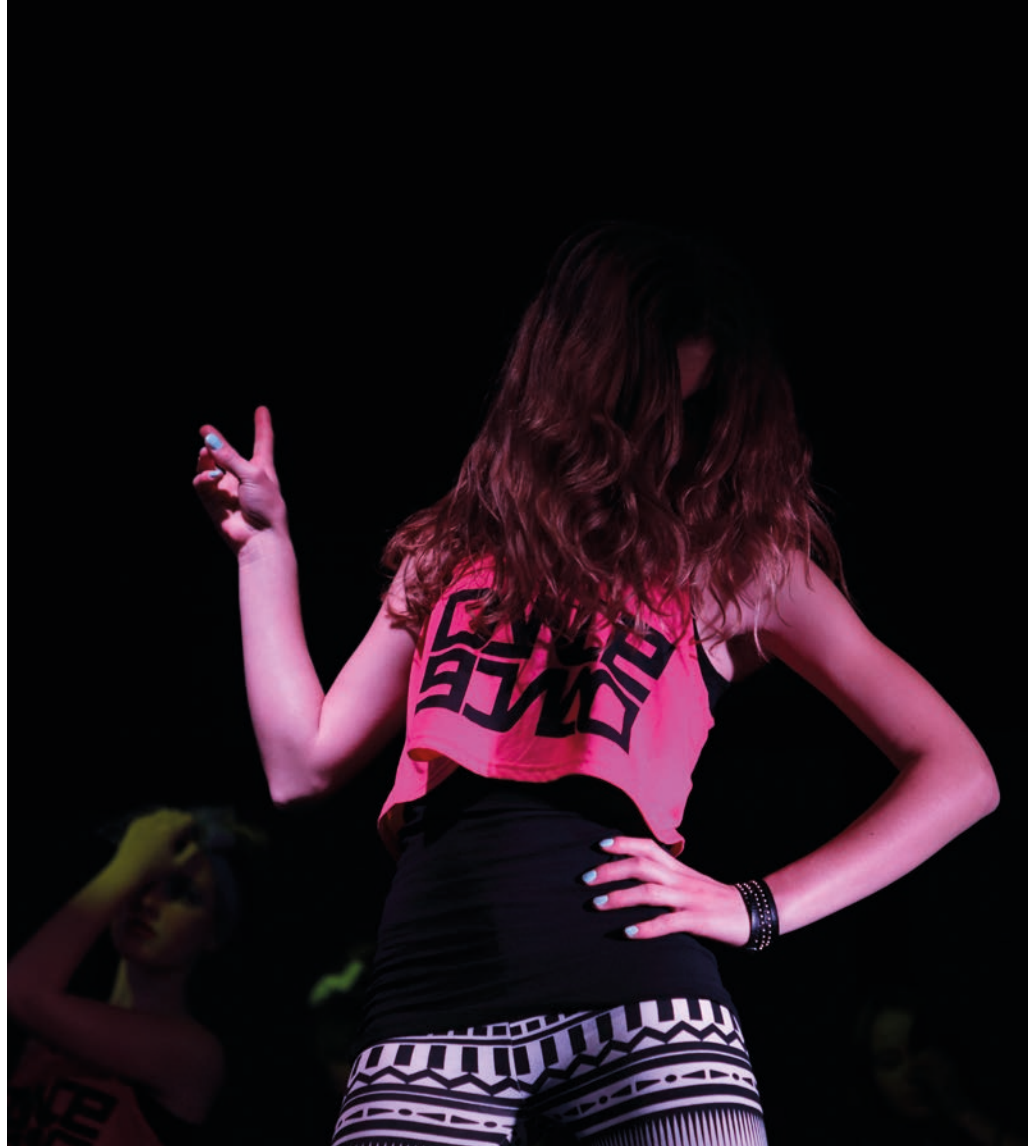
Gibt es Persönlichkeiten, die dich inspirieren?

Ja, beispielsweise Caroline Leaf, eine Hirnforscherin, die in christlichen Kreisen sehr bekannt ist. Sie prägte den Begriff «toxische Gedanken».

Kim: Mich inspiriert Lissa Rankin. In ihrem Buch «Mind over Medicine» erklärt sie einleuchtend und mit handfesten Beweisen, warum Gedanken stärker sind als Medizin.

Was sollte sich bei roundabout ändern?

Rahel: Unsere Bekanntheit in der Öffentlichkeit! Uns gibt es nun seit zwanzig Jahren. Wir sind ein grosses Netzwerk: 1660 Teil-



nehmerinnen in über 140 Gruppen – damit sind wir vermutlich eine der grössten Tanz-einrichtungen in der Schweiz.

Wie liesse sich die Bekanntheit steigern?

Kim: Vielleicht durch jemanden bei roundabout Schweiz? Eine Social-Media-Kampagne wäre gut.

Rahel: Wir müssen gezielt Werbung machen, damit wir das richtige Zielpublikum erreichen. Wir sind keine professionelle Tanzschule, die sich über tänzerische Leistung verkauft.

Kim: Übrigens finde ich, dass wir heute auch gemischte Gruppen aus Mädchen und Jungs anbieten sollten. Der Wunsch kommt von den Mädchen. Natürlich würde dies die Gruppendynamik verändern. Es soll allerdings weiterhin reine Mädchengruppen geben, denn Tanzen ist auch eine intime Tätigkeit.

Rahel: Bei mir gibt es Mädchen, die vermutlich nicht mehr kämen, wenn Jungs dabei wären.

Was möchtet ihr bei roundabout unbedingt beibehalten?

Kim: Im Zentrum soll der Mensch stehen, nicht die Leistung. Bei uns soll jedes Mädchen seinen Platz finden, egal, wie gut es tanzt – dafür steht roundabout! Ich hoffe sehr, dass wir das in Zukunft beibehalten werden.

Rahel: roundabout soll nicht nur ein Ort sein, wo Mädchen und junge Frauen tanzen, sondern auch einer, an dem sie sich selbst sein dürfen und Gleichaltrige kennenlernen. Auch Vorbilder sind wichtig. Ich hoffe, dass wir auch in Zukunft genügend freiwillige Leiterinnen finden. Wir bieten ihnen Schulungen an und bilden auch uns selbst dauernd weiter. Es ist unsere Aufgabe, in die nächste Generation zu investieren.

Weiterführende Information:
www.roundabout-network.org/home

roundabout®

- SINCE 2000 -



HERZLICH WILLKOMMEN!
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.



ALIGRO
Frische. Qualität. Inspiration.

Bern | Pratteln | Emmen | Spreitenbach | Schlieren | Brüttsellen | Frauenfeld
Gossau | Rapperswil | Sargans | Matran | Sitten | Chavannes-Renens | Genf

Bärenhöfli
essen/trinken/treffen

📍 Zeughausgasse 41, 3011 Bern

baerenhoefli.ch

Mittagstisch

schnell, günstig
und gesund

Abendkarte

leichte, frische Gerichte

Bärenhöfli Öpfuchüechli

der süsse Klassiker

Impressum

BLAUES KREUZ

Verbandszeitschrift des Blauen Kreuzes Schweiz

ISSN 0006 – 4629

www.blaueskreuz.ch

Erscheint sechsmal jährlich.

Auflage: 2836 (Wemf-beglaubigt)

Redaktion: Lukas Weber

Zuschriften bitte an

Redaktion BLAUES KREUZ

Blaues Kreuz Schweiz, Lindenrain 5, 3012 Bern

Telefon 031 300 58 60, redaktion@blaueskreuz.ch

**Adressänderungen, Inserate, Abonnemente, Versand
und Probenummern**

Blaukreuz-Verlag Bern, Lindenrain 5, 3012 Bern

Telefon 031 300 58 66, verlag@blaueskreuz.ch

Postkonto 30 - 437 - 0

Layout und Druck

Brüggli Medien, 8590 Romanshorn

Anzeigen

Anzeigetarif bitte bei

redaktion@blaueskreuz.ch anfordern.