



# Awareness-Konzept

Frühling 2024

Ansprechperson fürs Konzept: praesident@tanzquotient.org

## 1 Einleitung

Der Tanzquotient möchte die Freude am Tanzen an möglichst viele Menschen weitergeben und diskriminierungs- und gewaltfreie Räume schaffen. Tanzen ist ein Kontaktsport. Gerade wegen dieses körperlichen Kontakts ist es umso wichtiger, sich einerseits der eigenen Grenzen bewusst zu sein und diese zu kommunizieren, aber vor allem die Grenzen der anderen Personen einzuhalten. Nicht jeder Kontakt ist in Ordnung – physisch wie psychisch.

Mobbing, Belästigung, Diskriminierung, oder Bedrohung und Gewalt jeglicher Form werden vom Tanzquotient nicht toleriert. Der Tanzquotient toleriert keine Diskriminierungen in Form von Rassismus, Sexismus, Homophobie, Queerfeindlichkeit, Transfeindlichkeit und Ableismus. Der Tanzquotient toleriert keine Abwertung religiöser oder politischer Ansichten sowie physische, psychische oder sexuelle Übergriffe.

## 2 Du fühlst dich nicht wohl? Eine Grenze wurde überschritten?

Wenn du dich nicht wohlfühlst, eine deiner psychischen oder physischen Grenzen überschritten wurde, oder du diskriminiert wurdest, und du uns das mitteilen möchtest, kannst du die jeweiligen Ansprechpersonen informieren (siehe unten) und wirst von ihnen unterstützt.

Du kannst auch den Vorstand direkt oder per anonymem Formular kontaktieren:

<https://docs.google.com/forms/d/1YVbyuko0b3Spq85VEU6FQeE9XmC7JzjHVLmtjyl2fCc>

Deine Kontaktdaten werden standardmässig nicht erfasst. Wenn du möchtest, dass wir dich kontaktieren, gib bitte an, wie wir dich erreichen können.

## 3 Ansprechpersonen

- Immer: TQ-Vorstand
- Im Tanzkurs: Lehrpersonen
- Im Freien Tanzen: Person im roten TQ-T-Shirt
- Am Latino Freien Tanzen & an der Noche T/Qba: Person im roten TQ-T-Shirt
- An anderen Events: Bar-Helfer:innen



## 4 Allgemeines

- Respektiere die Grenzen der Anderen. Nur ein JA ist ein JA. NEIN heisst NEIN. Auch zögern oder andere non-verbale Kommunikation heisst NEIN.
- Wenn du merkst, dass jemand Hilfe benötigen könnte: frage die Person, ob sie Hilfe benötigt oder hol Hilfe.
- Die betroffene Person definiert, wann eine Grenze überschritten ist. Wir alle haben unterschiedliche Grenzen und Erfahrungen – was für eine Person vielleicht ok ist, verletzt und diskriminiert eine andere Person.

## 5 Tanzhaltung

- Tanzt nur so nah, wie ihr beide euch wohl fühlt. Wenn es dir zu nah ist, drücke dich weg oder sag etwas. Wenn du merkst, dass dein Gegenüber sich wegdrückt, lasse es zu. Erzwingen nicht mit Kraft eine enge Haltung.
- Kläre mit jeder Person, mit der du tanzt, wie viel Nähe für euch in Ordnung ist.
- Wenn du dich nicht wohl fühlst, kannst du den Tanz jederzeit verlassen.

### Tipps für die Praxis:

- Beim Einnehmen der Tanzhaltung: Biete als Leader deine linke Hand zum Tanzen an. Ziehe die Person nicht zu dir, sondern lass den Follower entscheiden, wie nah er/sie an dich heran tritt. Wenn es dir als Leader zu nah ist, gehe einen Schritt zurück.
- Während dem Tanzen: Du kannst als Follower mit deiner linken Hand gegen die rechte Schulter des Leaders drücken um Abstand zu gewinnen.

## 6 Im Tanzkurs

- Im Tanzkurs wird die Lehrperson euch regelmässig bitten, den/die Tanzpartner:in zu wechseln. Wir empfehlen es, da ihr so mehr und schneller lernt. Zum Beispiel:
  - Neue Schritte: Dein:e Partner:in hat vielleicht noch Mühe damit, und der/die nächste Partner:in hat den neuen Schritt bereits verstanden.
  - Führen und geführt werden: verschiedene Leute haben verschiedene Stile. Verschiedene Leute zu führen, und von verschiedenen Leuten geführt zu werden, ist auch für dich eine Lernerfahrung. Mit einem neuen Leader merkst du vielleicht auf einmal, welches Signal dir bei deinem alten Leader gefehlt hat.
- Ihr müsst nicht den/die Partner:in wechseln! Macht einfach einen Schritt zur Seite, und lasst die Anderen an euch vorbei wechseln.
  - Beide Partner:innen müssen einverstanden sein, zusammen weitertanzen zu wollen. Wenn dein Gegenüber wechseln will, respektiere das und wechselt.
- Wenn ein Paar nicht wechseln will, sondern gemeinsam tanzen will, akzeptiere ihre Entscheidung (und überspringe sie).
- Wenn du dich mit einem/einer anderen Schüler:in nicht wohl fühlst, melde dies deinen Lehrpersonen. Wenn du dich mit den Lehrpersonen nicht wohl fühlst, melde dies dem TQ-Vorstand.



## 7 Bei Events

- Das (Latino) Freie Tanzen (und alle anderen Events) ist ein Ort zum Tanzen. Natürlich kannst du neue Menschen kennenlernen, aber nutze es nicht primär als Partner:innen-Börse.
- Es ist okay, eine Aufforderung zum Tanzen abzulehnen. Niemand kann dich zum Tanzen zwingen. Wenn jemand eine Aufforderung ablehnt, akzeptiere das Nein und dränge dich nicht auf.
- Wenn du dich nicht wohl fühlst, melde dich bei einer Awareness-Ansprechperson, welche dich in der Situation unterstützen wird. Du kannst dir aussuchen, ob dies eine Frau oder ein Mann ist. Wenn du eine Person aus dem Vorstand kennst, kannst du diese natürlich auch direkt ansprechen.

## 8 Awareness an der ETH

Die ETH bietet dir ebenfalls Informationen und Anlaufstellen zum Thema Belästigung und Diskriminierung unter <https://respekt.ethz.ch> und [help.vseth.ethz.ch](mailto:help.vseth.ethz.ch).