

Dijana Novak - Ein paar Worte zu mir und meinem Tanz



Aus meinem Leben gäbe es viel, viel zu erzählen. Ich greife das Wesentliche in Bezug auf Tanz, Bewegung und Entwicklung heraus, um euch einen ersten Eindruck von mir zu geben. Doch das Beste ist: Ihr kommt vorbei und schaut selbst, wer und was euch da begegnet. ;-)

Mit dem Tanzen habe ich bereits im Kindesalter begonnen – zunächst mit Ballett, später kamen Jazz, Afrikanischer Tanz, Salsa, Flamenco, Kreistänze, Ausdruckstanz und schließlich Contact Improvisation dazu.

Im Laufe der Jahre habe ich viele Kurse und Seminare besucht, vielfältige und bereichernde Erfahrungen gesammelt und immer mehr meinen eigenen Zugang zu Tanz, Bewegung und Begegnung gefunden. So ist nach und nach etwas Eigenes entstanden, das sich für mich stimmig und lebendig anfühlt und das ich gerne mit anderen teilen möchte.



In mein Angebot zur Tanzimprovisation fließen unterschiedliche Richtungen und Impulse ein: Atemtechniken, Körperarbeit, Yoga, Ausdruckstanz, Contact Improvisation, Theaterpädagogik, kreative Zugänge, verschiedene Tanzstile und Musikrichtungen – und, und, und ...

Was euch dabei erwartet? Vielleicht die Freude daran, sich einmal anders zu bewegen, als man es gewohnt ist. Vielleicht das Entdecken neuer Bewegungsmöglichkeiten, das Spiel mit Musik und Rhythmus, das Eintauchen in den eigenen Körper oder bereichernde Begegnungen mit Anderen. Es darf leicht und verspielt sein, humorvoll und ausgelassen, aber auch ruhig, tief und still. Es gibt nichts vorzuführen und nichts richtig zu machen. Ihr dürft ausprobieren, wahrnehmen, entdecken und euren ganz eigenen Bewegungen folgen.

Was mich sonst noch geprägt hat

Mein beruflicher Weg führte mich zunächst in den Lehrerberuf, bereichert durch das Studium der Theaterpädagogik, den ich viele Jahre ausgeübt habe. Daneben und darüber hinaus haben mich immer auch die Fragen interessiert, wie Menschen sich entwickeln, was sie stärkt und wie neue Erfahrungen möglich werden. So kamen die Ausbildungen Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor Frankl und kompetenzfokussierte systemische Hypnose in Beratung und Coaching dazu.

All diese unterschiedlichen Wege und Erfahrungen haben mich geprägt und fließen auf ihre eigene Weise auch in meine Arbeit mit Tanz und Bewegung ein.