

HETEROTOPIA

Methodenhandbuch für partizipative Zirkuspädagogik

Der Zirkus als Raum der Vielfalt

Entwickelt von Zartinka / Z.ART e.V.

Hamburg 2026

Vorwort

Dieses Handbuch dokumentiert das **Heterotopia-Konzept** – einen innovativen Ansatz in der partizipativen Zirkuspädagogik, der bei Zartinka entwickelt und erprobt wurde.

Das Konzept basiert auf der Idee, dass in einer pluralistischen Gesellschaft nicht *eine* Zukunftsvision dominieren sollte, sondern *viele verschiedene* Zukünfte nebeneinander existieren dürfen.

Der Zirkus wird dabei zum heterotopischen Raum – einem Ort des Miteinanders, der Vielfalt und der Freude.

Dieses Handbuch richtet sich an Zirkuspädagog*innen, Theaterschaffende, Kulturvermittler*innen und alle, die mit jungen Menschen an zukunftsrelevanten Kompetenzen arbeiten möchten.

1. Theoretische Grundlagen

1.1 Was ist Heterotopia?

Der Begriff *Heterotopia* beschreibt einen anderen Raum – einen Raum, in dem normale gesellschaftliche Ordnungen aufgehoben oder umgekehrt werden.

- Verschiedene Zukunftsvisionen gleichberechtigt nebeneinander existieren
- Widersprüche ausdrücklich bestehen bleiben dürfen
- Jede*r etwas anderes braucht und beiträgt
- Hierarchien temporär aufgehoben werden
- Utopisches Denken praktisch wird

1.2 Warum Zirkus?

Der Zirkus eignet sich besonders als heterotopischer Raum:

- Körperliche Vielfalt wird sichtbar und zur Stärke
- Interdependenz wird erlebbar (Partnerakrobatik)
- Risiko wird gemeinsam getragen
- Scheitern wird produktiv
- Das Unmögliche wird möglich

2. Die fünf Kernprinzipien

Prinzip 1: Vielfalt statt Einheitsvision

Grundidee: Es gibt nicht eine richtige Zukunft, sondern viele verschiedene Zukünfte.

- Teilnehmende arbeiten in Kleingruppen an unterschiedlichen Zukunftsbildern
- Jede Gruppe kommt zu einem anderen künstlerischen Ergebnis
- Widersprüche werden nicht aufgelöst, sondern bewusst nebeneinander gestellt
- Die Show wird zur Collage verschiedener Perspektiven

Prinzip 2: Future Presents

Grundidee: Statt die Zukunft als fernes Ziel zu begreifen, holen wir sie ins Jetzt. Die zentrale Frage: *Wie würde die Zukunft aussehen, wenn sie jetzt wäre?*

Prinzip 3: Daring to Dream

Grundidee: Die jungen Künstler*innen dürfen ihre Phantasie frei entfalten, ohne sich zunächst um Umsetzbarkeit zu kümmern.

Prinzip 4: Kann statt Muss

Grundidee: Partizipation ist eine Einladung, keine Forderung. Jede*r bestimmt selbst, wie stark sie*er sich einbringen möchte.

Prinzip 5: Jede Stimme wird gehört

Grundidee: Echter partizipativer Prozess bedeutet, dass alle Beiträge wertgeschätzt werden – auch die leisen, unkonventionellen, widersprüchlichen.

3. Künstlerische Umsetzung

3.1 Luftakrobatik – Symbol für Freiheit

Symbolische Bedeutung: Die Freiheit, über das Gewohnte hinauszudenken.

- Trapez, Vertikaltuch, Luftring, Cube
- Darstellung von Utopien und visionären Zukunftsbildern
- Verkörperung von Schwerelosigkeit
- Perspektivwechsel: Die Welt von oben betrachten

3.2 Bodenakrobatik – Zusammenhalt

Symbolische Bedeutung: Zusammenhalt und gegenseitige Unterstützung.

- Partnerakrobatik, Pyramiden, Gruppenakrobatik
- Visualisierung von Gemeinschaft
- Erfahrung von Vertrauen
- Unterschiedliche Rollen als Metapher

3.3 Balance – Gleichgewicht der Verschiedenheit

- Einrad, Rola Bola, Laufkugel, Drahtseil, Handstand
- Darstellung prekärer Gleichgewichte
- Permanente Anpassung und Neuausrichtung

3.4 Jonglage – Umgang mit Komplexität

- Bälle, Keulen, Diabolos, Passing

- Visualisierung von Vielfalt
- Scheitern als Teil des Spiels

3.5 Schauspiel – Der narrative Rahmen

- Moderator*innen-Figuren
- Szenische Übergänge
- Choreographiertes Bewegungsmaterial

4. Zukunftskompetenzen

4.1 Kritisches Denken

- Durch aktive Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen Themen
- Durch bewusstes Nebeneinanderstellen widersprüchlicher Visionen
- Durch Reflexionsphasen

4.2 Kreativität

- Durch Entwicklung eigener Showelemente
- Durch Gestaltung von Kostümen und Bühnenbild
- Durch experimentelles Ausprobieren

4.3 Teamfähigkeit

- Durch intensive Zusammenarbeit in Kleingruppen
- Durch gegenseitige Unterstützung bei Partnerakrobatik
- Durch gemeinsame Entscheidungsprozesse

4.4 Veränderungskompetenz

- Durch Umgang mit künstlerischen Herausforderungen
- Durch organisatorische Veränderungen
- Durch spontane Anpassungen in der Performance

4.5 Emotionale Intelligenz

- Durch Zusammenspiel verschiedener Altersgruppen
- Durch Auseinandersetzung mit Lampenfieber
- Durch Erleben von Scheitern und Gelingen

5. Partizipative Methoden

5.1 Die Zukunftswerkstatt

Ziel: Eigene Zukunftsvisionen entwickeln | **Dauer:** 2-3 Stunden

1. Kritikphase (30 Min): Was stört euch an der Gegenwart?
2. Fantasiephase (45 Min): Wie würde die Zukunft aussehen, wenn sie jetzt wäre?
3. Verdichtungsphase (30 Min): Welche Visionen könnten wir künstlerisch umsetzen?
4. Umsetzungsphase (45 Min): Erste künstlerische Skizzen

5.2 Die Bewegungs-Mindmap

Ziel: Ideen körperlich entwickeln | **Dauer:** 60-90 Minuten

5. Zentrum setzen: Ein Thema in die Mitte des Raums
6. Assoziieren: Bewegung zu Assoziationen
7. Verkörpern: Jede Assoziation durch Bewegung darstellen
8. Verbinden: Bewegungen zu Sequenzen verbinden
9. Verdichten: Zu kurzen Choreographien entwickeln

5.3 Das Kostüm-Atelier

Verschiedene Beteiligungsebenen (Kann statt Muss):

10. Konzeptionell: Idee entwickeln und skizzieren
11. Gestaltend: Materialien auswählen, bemalen, bekleben
12. Handwerklich: Nähen, schneiden (mit Unterstützung)
13. Begleitend: Feedback geben, bei anderen mithelfen

5.4 Die Feedback-Spirale

Ziel: Strukturiertes Feedback nach jeder Probe | **Dauer:** 20-30 Minuten

Jede*r teilt nacheinander:

- Eine Wahrnehmung: "Ich habe bemerkt..."
- Eine Frage: "Ich frage mich..."
- Einen Wunsch: "Ich wünsche mir für die nächste Probe..."

5.5 Der Entscheidungs-Kompass

Ziel: Demokratische Entscheidungsfindung

14. Eine Frage wird gestellt (z.B. Mit oder ohne Musik performen?)
15. Vier Ecken markieren: "Auf jeden Fall!", "Eher ja", "Eher nein", "Auf keinen Fall"
16. Teilnehmende stellen sich in passende Ecke
17. Jede Gruppe begründet ihre Position
18. Zweite Runde: Wer möchte Position ändern?
19. Gemeinsame Entscheidung oder Kompromiss

6. Praktische Übungen

Übung: Die Zukunfts-Statuen

Ziel: Verschiedene Zukunftsvisionen körperlich darstellen | 20 Minuten

20. Teilnehmende gehen frei im Raum
21. Bei Signal als Statue einfrieren, die Zukunftsvision darstellt
22. Trainer*in fragt einzelne: "Welche Zukunft zeigst du?"
23. Statuen erwachen und interagieren

Übung: Der Widerspruchs-Tanz

Ziel: Widersprüche körperlich aushalten | 30 Minuten

24. Paare bilden
25. Jede Person entwickelt konträre Bewegung (schnell vs. langsam)
26. Beide führen Bewegungen gleichzeitig aus
27. Allmähliche Annäherung ohne identisch zu werden

Übung: Die Zeitreise

28. Ausgangspunkt: Aktuellen Alltag darstellen
29. Zeitmaschinen-Geräusch: 3x drehen
30. Ankunft in Zukunft: Wie bewege ich mich jetzt?
31. Exploration des Zukunfts-Alltags
32. Verdichtung zu Choreographie

Übung: Das Unmögliche wird möglich

33. Kleingruppen bilden (3-4 Personen)
34. Aufgabe: Zeigt etwas physikalisch Unmögliches
35. 10 Minuten Entwicklungszeit
36. Präsentation und Reflexion

7. Phasenmodell

Phase 1: Vorbereitung (2-4 Wochen)

- Team zusammenstellen
- Thema grob umreißen
- Räume organisieren
- Material beschaffen
- Zeitplan erstellen

Phase 2: Konzeptentwicklung (2-3 Wochen)

- Gruppendynamik aufbauen
- Heterotopia-Konzept einführen
- Zukunftswerkstatt durchführen
- Erste Bewegungsrecherchen
- Kleingruppen bilden

Phase 3: Künstlerische Entwicklung (4-6 Wochen)

- Entwicklung von Choreographien und akrobatischen Elementen
- Technisches Training
- Kostüm- und Bühnenbildentwicklung
- Erste Show-Strukturierung
- Regelmäßige Feedback-Spiralen

Phase 4: Verdichtung (3-4 Wochen)

- Übergänge entwickeln
- Timing verbessern
- Bühnenbild finalisieren
- Erste Durchlaufproben
- Technische Abläufe klären

Phase 5: Hauptproben (1-2 Wochen)

- Tägliche Proben
- Mehrere Durchlaufproben
- Generalprobe vor kleinem Publikum
- Letzte Anpassungen
- Bühnenaufbau im Spielort

Phase 6: Aufführungen

- Aufbau und technischer Check
- Gemeinsames Warm-up
- Einstimmungskreis
- Show
- Abbau und Feedbackrunde

Phase 7: Reflexion (2-4 Wochen nach letzter Show)

- Umfassende Evaluation
- Evaluationsbögen auswerten
- Dokumentation sichten
- Nachhaltiges identifizieren
- Abschlussfest

8. Evaluation und Reflexion

8.1 Evaluationsebenen

Prozessevaluation (während des Projekts)

- Feedback-Spirale nach jeder Probe
- Wöchentliche Trainer*innen-Reflexion
- Stimmungsbarometer (Smileys, Farben)
- Kummerkasten für anonymes Feedback

Produktevaluation (nach den Shows)

- Haben wir unsere Zukunftsvisionen sichtbar gemacht?
- Konnten verschiedene Perspektiven nebeneinander bestehen?
- Was hat beim Publikum Resonanz erzeugt?
- Was würden wir beim nächsten Mal anders machen?

Kompetenzevaluation (persönliche Entwicklung)

- Welche Zukunftskompetenzen habe ich entwickelt?
- Was habe ich über Teamarbeit gelernt?
- Wie gehe ich jetzt mit Widersprüchen um?
- Was nehme ich für meinen Alltag mit?

8.2 Das Kompetenz-Portfolio

Jede*r Teilnehmende führt ein persönliches Portfolio mit:

- Eigenen Zukunftsvisionen (Zeichnungen, Texte)
- Entwickelten Choreographien (Notationen, Videos)
- Reflexionen nach jeder Phase
- Fotos vom eigenen Entwicklungsprozess

8.3 Nachhaltige Wirkung messen

- 3 Monate nach Projektende: Kurze Online-Umfrage
- 1 Jahr nach Projektende: Ausführliches Gespräch mit ausgewählten Teilnehmenden

9. Checklisten und Vorlagen

9.1 Checkliste Projektstart

<input type="checkbox"/>	Team zusammengestellt
<input type="checkbox"/>	Thema grob umrissen
<input type="checkbox"/>	Trainingsräume organisiert
<input type="checkbox"/>	Material beschafft
<input type="checkbox"/>	Finanzierung geklärt
<input type="checkbox"/>	Kinderschutzkonzept liegt vor

9.2 Ablaufplan Trainingseinheit (2 Stunden)

Zeit	Aktivität
15 Min	Ankommen & Warm-up: Körperliches und soziales Aufwärmen
20 Min	Choreographische Recherche: Bewegungsexperimente zum Thema
40 Min	Disziplinspezifisches Training: Arbeit in Kleingruppen
30 Min	Showentwicklung: Arbeit an konkreten Nummern
15 Min	Cool-down & Feedback-Spirale: Runterkommen und Feedback

Schlusswort

Das Heterotopia-Konzept ist kein festgeschriebenes Rezept, sondern ein lebendiges Prinzip, das sich in jeder Anwendung neu gestaltet.

In einer Welt, die zunehmend von Unsicherheit geprägt ist, brauchen junge Menschen Räume, in denen sie lernen, mit Vielfalt produktiv umzugehen. Der Zirkus als heterotopischer Raum bietet genau das.

Die fünf Kernprinzipien – *Vielfalt statt Einheitsvision*, *Future Presents*, *Daring to Dream*, *Kann statt Muss* und *Jede Stimme wird gehört* – sind mehr als methodische Werkzeuge. Sie sind eine Haltung.

Wir laden alle ein, die mit diesem Handbuch arbeiten, das Konzept weiterzuentwickeln, zu ergänzen, zu kritisieren und zu verbessern.

Kontakt:

Zartinka / Z.ART e.V.

www.zartinka.de

Instagram: [@zartinka_zirkus](https://www.instagram.com/zartinka_zirkus)

Wir wünschen allen viel Freude beim Träumen, Experimentieren und Gestalten!