

## Erfahrungsbericht

### Inclutrain extends – Vidaråsen Landsby

Die 4. Inclutrain extends Trainingsaktivität fand von 24.-28. Februar 2025 auf Vidaråsen Landsby statt. Die Teilnehmenden setzten sich aus Menschen mit und ohne Unterstützungsbedarf von sechs Partnerorganisationen zusammen. Außerdem nahmen zwei externe Personen der Organisationen Woonerf Luscinia Hengelo Gld (Niederlande) und Sosialpedagogisk Forbund (Norwegen) teil.

Die Teilnehmenden der Trainingsaktivität sprachen Deutsch, Holländisch, Norwegisch und English. Im Rahmen der Trainingsaktivität konnte jeder in seiner eigenen Sprache zu Wort kommen. Teilnehmende aus den Niederlanden und aus Norwegen übersetzen das Gesagte.

Schwerpunktthema der Trainingsaktivität war: Inklusive Gesprächsführung. Bezogen auf dieses Thema wurden theoretische Inputs, praktische Übungen, Reflexionsrunden und Gruppenarbeiten gemacht.



Menschen mit und ohne Unterstützungsbedarf aus Österreich, Deutschland, Norwegen und den Niederlanden nahmen an der inklusiven Fortbildung teil!

© Lebensraum Birkenhof

## Die Wie-Methode: Einführung

Zu Beginn wird anhand eines praktischen Beispiels gezeigt, wie man mit der Wie-Methode arbeiten kann. Mira zeichnet einen Strich auf die Tafel. Alfons beobachtet sie und imitiert ihre Art des Handelns im Anschluss – er zeichnet so, wie es Mira getan hat und fühlt sich dabei in ihr Handeln ein. Durch das Einleben findet er Verben, um Miras Handeln zu beschreiben: impulsierend weiterführen. Das ist der Handlungsimpuls von Mira. Alfons erläutert, dass ihm dabei das Berufsbild eines Menschen in den Sinn kommt, der Äpfel in eine Box räumt. Er demonstriert, wie eine Aufgabenstellung aussieht, die nicht an Mira anschließt. Er sagt: „Komm Mira, komm einfach mal mit.“ Mira sieht ihn verständnislos an und bleibt sitzen. Dann verändert Alfons seine Form der Aufgabenstellung. Er eröffnet Mira seine Vision und lädt sie ein mitzumachen: „Wir werden heute noch mit Kleingruppen arbeiten und benötigen dafür Sesselkreise mit je vier Stühlen. Stellen wir die Stühle gemeinsam dafür bereit.“ Mira erhebt sich und stellt die Stühle gemeinsam mit Alfons auf.

Um die individuelle Art des Handelns (beim Zeichnen eines Strichs) und die unterschiedlichen Formen des Anschließens darzustellen, wird diese Übung dann mit Ronja und Alfons weitergeführt. Es tauchen dabei unterschiedliche Handlungsimpulse und Berufsbilder auf.

Anschließend setzen sich die Teilnehmer:innen in Kleingruppen zusammen und tauschen sich darüber aus, was sie wahrgenommen und erfahren haben und was sie überrascht und verwundert hat.



Methodische Inputs werden mit praktischen Übungen verknüpft!  
© Lebensraum Birkenhof

## Übungen in Kleingruppen

Die Teilnehmer:innen teilen sich in unterschiedlichen Arbeitsbereichen auf: Gärtnerei, Filzwerkstatt, Bäckerei und Malatelier. In den Übungsgruppen lernen die Teilnehmer:innen nicht nur die Arbeitsbereiche von Vidaråsen kennen, sondern können

die Methoden selbst erproben. Das Erproben der Methoden erfolgt anhand unterschiedlicher Tätigkeiten: in der Bäckerei werden Haferkekse zubereitet, in der Gärtnerei wird Komposterde gesiebt, im Atelier wird Farbe angerührt und ein Bild gemalt und in der Filzwerkstatt mit Wolle gearbeitet. Nach der Mittagspause haben die Teilnehmer:innen Zeit, um das Gelände zu erkunden.



Die persönlichen Qualitäten kommen beim Handeln zum Vorschein! © Lebensraum Birkenhof

## Spatial Dynamics

Am Nachmittag findet ein Workshop zu „Spatial Dynamics“ statt. Es werden unterschiedliche Übungen gemacht, bei denen sich die Teilnehmer:innen selbst und ihr Selbst in Bezug auf den Raum und die Mitmenschen wahrnehmen und erfahren können.

## Methode: Einlebend Wahrnehmen

Der zweite Tag wird wieder mit einem methodischen Input begonnen. Trainerin Mira erläutert, dass man den Handlungsimpuls auch künstlerisch darstellen, also verbildlichen kann. Gemeinsam mit Armin und Sonja demonstriert sie eine künstlerische Übung, um sich mit dem Handlungsimpuls einer Person zu verbinden. Die drei Zeichnen etwas auf ein Stück Papier, dann werden die Zeichnungen reihum weitergegeben. Nun sind die Personen aufgefordert, an der Zeichnung der anderen Person anzuschließen und etwas dazu zu zeichnen. Dann werden die Zeichnungen wieder weitergegeben. Die Übung soll es ermöglichen, sich mit dem anderen zu verbinden. Nach dieser Demonstration wird in vier Gruppen von je 5-6 Personen gezeichnet. In einer Gruppe wird ersichtlich, dass eine Person sich noch stärker mit der von ihr gewählten Farbe einbringen kann und dann noch besser anschließt.

## Kleingruppen: Den Handlungsimpuls künstlerisch nachempfinden

In Kleingruppen wird nun an der Methode des einlebenden Wahrnehmens gearbeitet. Jede Gruppe wird von einem Inclutrain-Trainer oder einer Trainerin angeleitet. Zuerst wird beim hintereinander Hergehen der Handlungsimpuls einer Person wahrgenommen. Die eigene Erfahrung mit dem Handlungsimpuls einer anderen Person ermöglicht es,

diesen in Worte zu fassen.

Anschließend wird der wahrgenommene Handlungsimpuls in einer Zeichnung verbildlicht. Die Zeichnung hilft dabei sich in den Handlungsimpuls einer Person einzuleben. Außerdem ist sie ein Kommunikationsmedium, das nicht auf Sprache basiert und somit für manche Menschen zugänglicher ist.

Eine der Gruppen ging dem einlebend Wahrnehmen beim gemeinsamen Musizieren nach. Sich mit dem Rhythmus einer anderen Person zu verbinden, ermöglicht einen anderen Zugang zu diesem Menschen.



Austausch und Reflexion eröffnen neue Perspektiven!

© Lebensraum Birkenhof

## Training in den Arbeitsbereichen

Die methodischen Übungen werden in verschiedenen Arbeitsbereichen weitergeführt. In der Landwirtschaft wird der Stall eingestreut, in der Bäckerei Pizza zubereitet, im Wohnhaus werden süße Brötchen gebacken und in der Filzwerkstatt gefilzt. Anhand der praktischen Tätigkeiten konnten die Teilnehmer:innen ihr Wissen und ihre Fähigkeiten in Bezug auf die Wie-Methode stärken.

## Ausflug nach Melsomvik

Schließlich geht es nach Melsomvik, einer kleinen Ortschaft am Meer. Ein Spaziergang führt die Teilnehmer:innen zu einem Strand. Dort wird ein Lagerfeuer entfacht, warmer Kakao getrunken und es werden Nüsse genascht.

## Methode: Beispiele

Der letzte Tag der Trainingsaktivität wird wieder mit einem methodischen Input begonnen. Alfons erläutert anhand verschiedener Beispiele der letzten beiden Tage wie das Anschließen gelingen kann. Ein methodischer Schritt besteht darin, den wahrgenommenen Handlungsimpuls in der eigenen Erfahrung aufzusuchen. Ein weiterer Schritt ist es, den Handlungsimpuls zu materialisieren. Alfons verbildlicht die methodischen Schritte anhand folgenden Beispiels: „Der Handlungsimpuls von Tim ist Treffend Ausschließen. Man könnte im ersten Augenblick meinen, dass dies negativ ist, da es Ausschluss beinhaltet. Nun geht es aber genau darum die Qualität zu erkennen.“

Also habe ich mir die Frage gestellt: In welcher Situation muss ich treffend ausschließen? Da kam mir die Terminsuche in den Sinn. Wenn man einen passenden Termin sucht, dann nennt man alle Tage, an denen man nicht kann. Dann bleibt ein Termin übrig, man muss treffend ausschließen.“

### Kleingruppen: Den Handlungsimpuls in den eigenen Erfahrungen aufsuchen und materialisieren

In Arbeitsgruppen wird daran gearbeitet, den Handlungsimpuls zu konkretisieren, zu materialisieren, ihn fassbar zu machen, indem man ihn in den eigenen Erfahrungen aufsucht. Ein Beispiel: Marvins Handlungsimpuls ist *Verinnerlichend Wahrnehmen*. Paul bringt ein, dass sich dieser Handlungsimpuls beispielsweise beim Fotografieren materialisiert. Ein Bildausschnitt wird aufgenommen und in der Kamera abgespeichert. Erika berichtet aus der eigenen Erfahrung, dass sie verinnerlichend wahrnimmt, wenn sie sonntags durch die Gärtnerei läuft. Nur dann hat sie genügend Ruhe, um die Pflanzen und ihre Umgebung wirklich wahrnehmen und verinnerlichen zu können. Das Aufsuchen eigener Erfahrungen hilft dabei, neue Impulse für die Zusammenarbeit mit Marvin zu bekommen.

### Abschluss

Am Abend sind die Teilnehmer:innen eingeladen beim Tanzabend in Vidaråsen dabei zu sein. Es werden Volkstänze aus unterschiedlichen Ländern gemeinsam getanzt.

**Teilnehmende Partnerorganisationen:** Lebensraum Birkenhof (AT), Integrative Hofgemeinschaft Loidhold (AT), Vidaråsen Landsby (N), Urtica de Vijfsprong (NL), Albert de Vries Onderzoek in eigen werk (NL)

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.



Kofinanziert von der  
Europäischen Union

