

Meine Kleidung – Wärme, Schutz und mehr

Entspann Dich jetzt ein bisschen und mach' es Dir einfach gemütlich.
Du bist jetzt ganz ruhig und entspannt. Genieße einfach die Geschichte.

Ich möchte Euch heute etwas über Kleidung erzählen. Ja, Ihr habt schon richtig gehört. Es geht aber nicht nur um warme und schützende Kleidung. Es geht um verrückte, bunte, außergewöhnliche Sachen zum Anziehen. Mama sagt dazu „flippige Klamotten“.

Ich muss an meine Kindheit denken. Da hat mich Mama immer zu Flohmärkten mitgenommen.

Bei Flohmärkten verkaufen Leute viele verschiedene gebrauchte Sachen. Sie verkaufen die Sachen, die sie nicht mehr brauchen können.

Schon als kleines Mädchen habe ich meiner Mama zugeguckt, wenn sie Kleider und Röcke angezogen hat.

Immer hat sie gelacht und sich vor dem Spiegel gedreht.

Und dann: Schwupps, baumelte an meinem Hals eine dicke rote Perlenkette. Oder ich hatte einen großen Strohhut auf meinem Kopf.

Manchmal ging Mama mit mir in einen Stoffladen.

Da durfte ich mir Stoffe aussuchen mit tollen Mustern.



Und daraus hat sie für mich wunderschöne Röcke, Kleider oder Schals genäht.

Sie hat sich immer was Neues ausgedacht.

Einmal hat sie auf dem Flohmarkt eine Kiste Perlen aus Glas gekauft. Wir zwei saßen dann am Abend gemütlich im Wohnzimmer und haben Perlen auf eine Schnur gefädelt.

Diese Perlenkette habe ich immer noch.

Und ein Foto habe ich auch! Das hängt jetzt mit Rahmen bei mir an der Wand.

Darauf ist ein lachendes, stolzes Mädchen mit seiner neuen Perlenkette. Das bin ich!

So bin ich groß geworden. Mit einer flippigen Mama.

Sie konnte aus allem was Schönes zaubern. Ich kenne niemanden, der schönere Kleider hatte als sie.

Und ich mache das auch so.

Ich habe nicht viel Geld. Aber das brauche ich auch nicht. Ich frage meine Freundin oder eine Betreuerin aus meinem Wohnheim und dann gehen wir in einen Secondhand-Laden.

Secondhand heißt zweite Hand.

Das sind gebrauchte Sachen zum Anziehen. Und die kosten nicht so viel Geld.

Dort probiere ich viele verschiedene Sachen.

Ich mache es wie meine Mama früher: Ich drehe mich vor dem Spiegel und muss ganz viel lachen.

Manchmal stehe ich vor dem Spiegel und sehe aus wie eine feine Dame. Ich trage dann Blütenspangen im Haar, hohe Schuhe und einen langen, schicken Rock.



Dann schlüpfte ich wieder in alte Jeans mit breitem Schlag.
Dazu passt ein altes Hemd von Papa.
Wie ich mich gerade fühle, so suche ich mir Klamotten aus.

Manchmal ist meine Freundin bei mir im Zimmer.
Es dauert oft nicht lange, dann fragt eine von uns beiden:
„Wollen wir eine Modenschau machen?“
Wir stürzen uns dann auf meinen Kleiderschrank und ziehen alles wild durcheinander an.
Da ist die schlechte Laune sofort weg und wir lachen die ganze Zeit.

Wie möchtest Du Dich gerne anziehen?
Gibt es Kleidung, die Du immer schon mal anziehen wolltest?

Vielleicht denkt Ihr Männer jetzt: Das ist ja nur was für Frauen.
Wahrscheinlich habt Ihr auch ein bisschen Recht.
Aber mein Freund geht auch gerne mal mit auf den Flohmarkt.
Er findet dort auch coole Sachen zum Anziehen: tolle Jacken oder lustige Krawatten und Hüte.

Bleibe noch einen Moment mit Deinen Gedanken auf dem Flohmarkt.
Was würdest Du gerne anziehen?
Vielleicht hast Du Lust, Deinen eigenen Schmuck zu machen?
Du kannst mit jemandem darüber sprechen. Vielleicht mit Deinen Betreuern, Deinen Eltern oder Freunden?



Das Schlüpfen in andere Rollen macht Spaß und tut gut, nicht nur an Fasching oder Karneval.

Menschen mit geistiger Beeinträchtigung haben genauso wie andere Menschen das Bedürfnis, ihre Persönlichkeit und die damit verbundene Individualität durch Kleidung und Accessoires zu unterstreichen oder sich zu schminken. Sie möchten sich auch wohl und schick fühlen. Auch dieser Aspekt hat viel mit Partizipation zu tun und ist nicht zu vernachlässigen.

Mögliche Aktionen

Modenschau organisieren: Es lohnt sich, eine Kiste mit alten Klamotten vorrätig zu haben. Menschen, die ausrangierte Kleidung spenden möchten, lassen sich immer finden. Zu einem Sommerfest etwa ließe sich eine Modenschau organisieren, bei der die Teilnehmer ihre verrückten Outfits und Kombinationen präsentieren: einen roten Teppich auslegen, Musik und einen Moderator organisieren – und los geht's. Im kleinen Stil kann man solche Aktionen auch mal auf ein Wochenende legen. Es macht Spaß, sich einfach mal verrückt zu kleiden.

Schmuck selbst machen: Menschen mit geistiger Beeinträchtigung basteln gerne, auch Perlenketten. Das erfordert natürlich ein gewisses feinmotorisches Geschick. Sie können aber mit einfachen Verschlüssen arbeiten, z.B. einer Perle und einer Schlaufe, dann geht das Basteln etwas einfacher. Man kann Perlen, Nadeln und eine Nylonschnur ganz einfach im Internet bestellen.

