

Datensatz **Pro03.00004.012016**
Eingang 26.01.2016
Kontakt info@wettbewerb-integration.de



ideen
Wettbewerb
integration

Name Miriam Neufurt

Straße Nr.
PLZ
Ort
Region Marienheide
Email miriamneufurth@outlook.com

Homepage
Telefon
Kontakt

Bereich 03 arbeiten und leben

Copyright iwi

© Presse

Fotos 12

Skizze

Video



Headline Haekelprojekt.pdf

Kurztext Ich möchte mit Flüchtlingen ein Gemeinschaftsprojekt durchführen. Jeder am Projekt Beteiligte (Deutsche, Flüchtling) erhält von mir eine kurze einfache Erklärung über das Häkeln der sogenannten festen Maschen. Dann bekommt jeder den Auftrag, ein kleines Quadrat zu häkeln. Farbe und Garnstärke sind dabei dem Zufall überlassen. Später werden alle Teile aneinander gehäkelt. Jede Arbeit des Einzelnen wird auf diese Weise gewürdigt und wertgeschätzt. Vielleicht entsteht in Zukunft eine Häkelgruppe, die noch mehr schöne Sachen aus Wolle miteinander gestaltet oder Aufträge entgegennimmt.

Integration 2016 Wettbewerb



Miriam Neufurth

Kategorie: Leben und Arbeiten

27.01.2016

miriamneufurth@outlook.com

Meine Idee ganz konkret:

Bevor ich aufschreibe, wie es zu meiner Idee kam und etwas zu meiner Person berichte, möchte ich meine relativ simple, aber gute Idee erklären:

Mit den Flüchtlingen, zu denen ich in meiner Region Marienheide Kontakt habe, könnte ich ein Gemeinschaftsprojekt durchführen. Jeder am Projekt Beteiligte (Deutsche, Flüchtling) erhält von mir eine kurze einfache Erklärung über das Häkeln der sogenannten festen Maschen. Dann bekommt jeder den Auftrag, ein kleines Quadrat zu häkeln (z.B. 10 mal 10 cm oder größer, je nach Anzahl der Beteiligten). Farbe und Garnstärke sind dabei dem Zufall überlassen. Später werden alle Teile aneinander gehäkelt. Auf diese Weise entsteht eine schöne, vielfältige "Decke", oder ein "Wandbehang", den man z.B. im Rathaus aushängen könnte. So wurde jeder integriert, man ist miteinander in Kontakt getreten. Jede Arbeit des Einzelnen wird auf diese Weise gewürdigt und wertgeschätzt. Vielleicht entsteht in Zukunft eine Häkelgruppe, die noch mehr schöne Sachen aus Wolle miteinander gestaltet ☺ oder Aufträge entgegennimmt.



Integrierte Vielfalt – Vielfältige Integration

Diese Weste vermittelt eine Botschaft. Um diese Botschaft verständlich zu machen, möchte ich etwas ausholen, indem ich etwas über mich als Person und die Entstehungsgeschichte dieser Weste berichte.

Ich bin 37 Jahre alt, verheiratet und von Beruf Hauptschullehrerin mit den Fächern Mathematik, Religion und Musik. Seit einiger Zeit bin ich krankgeschrieben. Einiges in meinem Leben verlief anders als ich es mir in meiner Vorstellung ausgemalt habe. Im Sommer 2013 wurden meine Eltern von einem „Schicksalsschlag“ eingeholt. Mein Vater erkrankte an Lungenkrebs und meine Mutter bekam zum wiederholten Mal einen MS-Schub und eine tiefe Depression. Da meine Schwester mit ihrer Familie in Bosnien, Sarajewo lebt, war ich allein für die Pflege meiner Eltern verantwortlich. Ausgelöst durch enormen Stress (Arbeit, kranke Eltern, Pflege, Ehe, Haushalt...) verfiel ich im Februar 2014 in eine Depression mit Dauermigräne. Kurz darauf verstarb mein Vater, was mich noch tiefer traurig machte und niedergeschlagen.

Im September machte ich meine erste Reha. Einige Monate später im Mai 2015 bekam ich einen Rückfall. Diesmal habe ich mich auf Empfehlung meiner Ärzte für einen Aufenthalt in einer Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie (Klinik Hohe Mark, Oberursel) entschieden. Dort erfuhr ich mehr über meine Diagnose, den Umgang mit meiner Erkrankung (Annahme, Akzeptanz), den Sinn von Gefühlen und über meine krankhafte Denkweise, die es nun zu verändern galt. Knapp drei Monate verbrachte ich in der Psychiatrie. Sehr oft hielt ich mich mit meinen Mitpatientinnen und Mitpatienten im Aufenthaltsraum auf. Es herrschte eine Atmosphäre von gegenseitiger Rücksichtnahme, Ermutigung, Anteilnahme, Wertschätzung und Akzeptanz. Zum ersten Mal nach langer Zeit konnte ich mich fallen lassen, wurde durch die angenehme Gemeinschaft inspiriert, meine kreative Ader fließen zu lassen. Ich fing an zu malen und zu häkeln. In meiner eigenen Schulzeit habe ich das Häkeln gelernt, allerdings nur eine Stichart (Feste Maschen). Damals half mir meine Mutter, eine kritische Frau mit Hang zur Perfektion, die selbst Lehrerin war. Da ich Linkshänderin bin, und meine ersten Häkelversuche kläglich aussahen, häkelte sie für mich und war der Ansicht, dass man wohl als Linkshänderin nicht häkeln könnte, was ich wörtlich nahm.

In der Psychiatrie stellte ich fest, dass ich sehr gut häkeln konnte und mir selbst sogar weitere Stiche aneignete durchs „Versuch- und Irrtum-Lernen“. Meine Mitpatientinnen und Mitpatienten schauten mir oft stundenlang zu und waren begeistert, mit welcher Geduld und Ausdauer ich die schönsten Kleidungsstücke häkelte - ganz das ohne Anleitung. Die Ideen



entstanden beim Tun. Manchmal musste ich auch umdisponieren und improvisieren, so dass beispielsweise aus einer geplanten Tasche ein Kleid wurde.

So war es auch bei meiner farbenfrohen Weste. Sie sollte zunächst ein Kissen werden, dann eine Decke. Irgendwann dachte ich bei mir, dass das Muster so schön ist, dass ich es gerne als Kleidungsstück tragen möchte. Also machte ich kurzerhand eine Weste. Ein Mitpatient, der selbst in der Nähe wohnte und am Wochenende gelegentlich nach Hause fuhr, brachte uns eine Plastiktüte voller Wollreste mit. Das war für mich eine große Freude. Ich nahm ein Wollknäuel nach dem anderen aus der Tüte und häkelte drauf los. Es war jedes Mal eine Überraschung, welche Farbe und welche Zusammenstellung, welche Fadendicke als nächstes kam. So habe ich viele verschiedene Wollarten kennengelernt.

Meine Weste ist auf diese spannende Art entstanden. Ganz absichtlich war mein Ziel nicht die Perfektion: Sie ist nicht symmetrisch, sie springt aus dem Rahmen. Sie sticht hervor, ist ein Eyecatcher, ein Blickfang. Besonders habe ich mich darüber gefreut, wenn ich mit dieser Weste ein Lächeln auf die Gesichter der sonst eher traurig wirkenden Mitpatientinnen und Mitpatienten zaubern konnte. Die wurde als „wahres Kunstwerk“ bezeichnet.

Meine Botschaft, die ich beim Tragen dieser Weste vermitteln möchte ist:

- Menschen mit einer psychischen (oder anderen chronischen) Erkrankung bzw. Einschränkung sind einzigartig und wertvoll, so wie jeder Mensch. Sie sind „anders“ als andere, fühlen anders, denken anders, verhalten sich anders. Und dennoch möchten sie in dieser eher leistungsorientierten, schnelllebigen Gesellschaft eine Rolle spielen, akzeptiert sein, Sie selbst sein, zu sich selbst stehen – Echt Sein. Viele von ihnen sind angewiesen auf Rücksichtnahme, Empathie, einen wertschätzenden Umgang, ein offenes Ohr. Die durch die Farbauswahl entstandene einzigartige Weste soll diese Botschaft vermitteln.
- Unsere Flüchtlinge sind ebenfalls einzigartige, wertvolle Menschen. Viele von ihnen fühlen sich einsam, haben Kontaktschwierigkeiten, Ängste, Nöte, Sorgen und sind traumatisiert. Wenn wir den Versuch starten, mit den uns zur Verfügung stehenden Ressourcen, auf diese Menschen zuzugehen und Herzensbegegnungen zuzulassen, können wir untereinander unser Leben noch farbenfroher gestalten – so, wie jeder einzelne Wollknäuel eine Bedeutung für meine Weste hat. Jeder Einzelne kann sich in einem gewissen Rahmen entfalten, seine Fähigkeiten ausbauen und einsetzen – Und es entsteht ein Großes, Ganzes – ein Kunstwerk.

Durch meine künstlerischen Werke (Tonarbeiten, Gemälde und vor allem Häkelarbeiten möchte ich mich gern für Menschen einsetzen, die am Rande der Gesellschaft stehen, nicht so „funktionieren“, wie es erwartet wird. Ich möchte Mut machen, zu reden, sich mitzuteilen und zu den eigenen Schwächen zu stehen. Stärken orientiert zu leben.





Weitere Bilder zu meiner Weste



XXL – Häkeljacke

“FREE – FLY – BUTTERFLY”

Diese Jacke entstand ebenfalls während meiner Zeit in der Psychiatrie. Sie wurde ebenso wie meine Weste beim Tun gestaltet. Inspiriert durch die gute Gemeinschaft unter den Patientinnen und Patienten auf meiner Station, gekennzeichnet von gegenseitiger Annahme, Akzeptanz und Wertschätzung habe ich ganz bewusst kalte und warme Farben verarbeitet. Sowohl ich selbst, als auch jede einzelne Person der Patientengruppe spürte gelegentlich eine innere Kälte, eine Leere, begleitet von einer Gefühlsdiffusion, Gedankenchaos im Kopf, Trägheit, Müdigkeit, Antriebslosigkeit. All das bringt eine psychische Erkrankung mit sich. Unterschiedliche Diagnosen und Persönlichkeitsausprägungen wollten bzw. mussten von der dazugehörigen Patientin bzw. dem dazugehörenden Patienten angenommen und akzeptiert werden. Außerdem steckte jede und jeder von uns in einem therapeutischen Prozess. Das kostet Energie und bedeutet innere Arbeit, sozusagen eine Renovierung in Herz und Seele.

Trotz all dieser eher unangenehmen, tränenreichen schweren Krisenzeiten im Leben jedes Einzelnen war da dieser in dieser Phase überaus wichtige und wohltuende Zusammenhalt. Eine Wärme, ein gegenseitiges Ermutigen, Unterstützen, Aufbauen. Auch ohne den Austausch von Krankheitsbildern- bzw. Symptomen war eine Ebene des gegenseitigen Verständnisses vorhanden. Diese Atmosphäre habe ich durch die warmen Farben zum Ausdruck bringen wollen. So konnte ich doch immer wieder eine Freude in meinem Leid empfinden. Einfach, weil ich ich selbst sein konnte, ohne Angst zu empfinden, wieder innerlich verletzt zu werden.

Ich trage diese XXL – Jacke sehr gerne. Sie ist ein Unikat, genau wie ich. Sie erinnert mich daran, dass „unerwünschte“ Gefühle wie Wut, Hass, Neid, Eifersucht, Trauer zum Leben gehören. Ich habe gelernt, Phasen des Leids im Leben zuzulassen, anzunehmen. Auch wenn ich im Moment nicht so „funktioniere“, wie es eine leistungsorientierte, schnelllebige Gesellschaft von mir erwartet, weiß ich doch, dass ich liebenswert und wertvoll bin, ohne Leistung dafür bringen zu müssen. Fehler machen gehört zum Leben dazu. Dafür brauche ich mich nicht zu schämen.



Ich bin eine Frau, die sich von Herzen wünscht, eigene Kinder zu bekommen.

Eine Frau, die viel Mutterliebe in sich trägt.

Eine Frau, die trauert, weil sie seit Jahren mit einem unerfüllten Kinderwunsch lebt.

Eine Frau, die darüber trauert, dass ihr Vater an Lungenkrebs verstorben ist.

Eine Frau, die leben möchte, die sich trotz aller Umstände über die kleinen Dinge im Leben freut.

Eine Frau, die durch ihre geringe seelische Belastbarkeit neue Lebenswege einschlägt.

Eine Frau, die Verständnis entwickelt hat und ein Mitgefühl für Menschen, die ebenfalls in Not geraten (sind).

Eine Frau, die sich einsetzen möchte für Menschen mit Behinderung oder einer Einschränkung.

Mein Leben lohnt sich. Daran möchte ich mich mit dieser Jacke erinnern und meinen Mitmenschen Mut machen.





© Miriam Neufurth, Marienheide, 27.01.2016

