

Maltherapie

Bilder der Seele

Im Rausch der Farben – malen Sie sich frei mit Zeichenstift, Pinsel und Palette. Konflikte und Krisen können in der Maltherapie auch kreativ bewältigt werden.

Farben sind Flügelschläge der Seele. Dieses schöne Zitat kommt nicht von ungefähr. Denn geraten Menschen in seelische Krisen, können sie ihre Situation häufig nicht mehr mit Worten zum Ausdruck bringen. Sie sind blockiert. Mithilfe der Maltherapie können Betroffene in dieser Situation ihre „Sprache“ wiederfinden. Zunächst über die Bilder und später auch im Gespräch mit dem Therapeuten.

Durch das Malen oder auch die

Gestaltung von Objekten – zum Beispiel aus Ton oder Knetmasse – bekommen innere Prozesse neue Ausdrucksmöglichkeiten. Die zu Papier gebrachten Bilder der Seele (Imaginationen) drücken Bedürfnisse und Konflikte in Form von Symbolen aus. Mal- und gestaltungstherapeutische Methoden werden daher dazu eingesetzt, Zugang zu inneren Potenzialen und Ressourcen zu finden. Betroffene können so neue Strategien entwickeln, die es ihnen ermöglichen, mit Konflikten, Krisen oder Problemsituationen anders bzw. besser umzugehen.

Breites Spektrum. Die Mal- und Gestaltungstherapie ist eine Form der Psychotherapie, wo das gemalte Bild besonders reichhaltige Informationen ►

FOTOS:





MIT HINGABE. Neue Energie aus dem konzentrierten Spiel mit Farben schöpfen

Jeder Mensch ist ein Künstler

(Joseph Beuys)



► aus dem Unterbewussten liefert. Entsprechend vielfältig ist ihr Anwendungsgebiet. Chronisch und psychisch Kranke profitieren davon ebenso wie Kinder mit Schul- bzw. Konzentrationsschwierigkeiten oder auch völlig gesunde Menschen in Krisen oder Problemsituationen des Lebens.

Lebensfreude gewinnen. Daher wird die Mal- und Gestaltungstherapie mittlerweile in vielen Institutionen wie etwa Seniorenheimen, Krankenhäusern und in psychiatrischen Einrichtungen angeboten. So stehen z. B. im Geriatriezentrum am Wienerwald wöchentliche Malkurse für Patienten mit Demenz auf dem Programm. Und am Wiener AKH ist ein Maltherapeut angestellt, der mit krebserkrankten Kindern ar-

beitet. Auch auf Patienten mit multipler Sklerose oder Herzkrankheit hat die Maltherapie sehr positive Effekte – sie gewinnen mehr Lebensqualität und Lebensfreude.

Enormes Erfolgserlebnis. „Die Menschen entdecken dabei, dass sie etwas können, wovon sie gar nicht wussten, dass sie es können“, erklärt Maltherapeutin Petra Luckey-Schär, „das ist für sie oft ein enormes Erfolgserlebnis.“ Wobei es nicht darum geht, ein tolles Kunstwerk zu schaffen. „Es können auch nur zwei Striche sein oder ein wahrer Farbenrausch“, betont Luckey-Schär. „Es wird mit jedem Bild gearbeitet. Der Klient sagt, was ihm bei dem Bild wichtig ist, wie er es versteht. Auf diesen Dialog kommt es an und nicht auf das Künstlerische.“



Wirkungsvolle Techniken. „Man darf auch nicht vergessen“, betont die Maltherapeutin mit eigenem Atelier in Wien, „dass bestimmte Techniken auch bestimmte Wirkungen haben.“ Techniken, die viel Geduld erfordern, sind für eher aggressive Klienten daher ungeeignet. Die brauchen etwas Wildes, Expressives.“ Menschen mit eingeschränkter Feinmotorik wie Demenzpatienten tun sich wiederum mit großen Zeichenflächen und breiteren

Material, das ihm am besten liegt. Die Mal- und Gestaltungstherapie wird in den meisten Fällen in Gruppen durchgeführt, es sind aber auch Einzelsitzungen möglich. Luckey-Schär arbeitet mit psychisch kranken Menschen, die in einer WG mit betreutem Wohnen leben, und auch im Bereich der Erwachsenenfortbildung.

Die Sprache wiederfinden. Besonders gut eignet sich die Mal- und Gestaltungstherapie auch für Menschen, die aufgrund eines Traumas oder einer Behinderung nicht mehr sprechen wollen oder können. So ging es auch einer Klientin von Luckey-Schär, die durch

ein Trauma so stark belastet und in ihrer Psyche völlig zurückgezogen war. „Es war für mich ein schönes Erfolgserlebnis, als meine Klientin nach

MALTHERAPEUTIN PETRA LUCKEY-SCHÄR



- Langjährige Erfahrung im sozialtherapeutischen Bereich
- Arbeitet mit psychisch Kranken, in der Erwachsenenfortbildung, mit Kindern
- Workshops, begleitendes Malen etc.
- Ateliers in Wien und Zurndorf (Bgl.)
- Infos: www.kunsttherapie-eigenart.at

Pinseln leichter. In der Gestaltungstherapie wird mit den unterschiedlichsten Materialien gearbeitet, und jeder Klient findet mit der Zeit „sein“



einem halben Jahr Maltherapie plötzlich auf zwei Figuren im Bild zeigte und sagte: ‚Das bin ich und meine Schwester.‘ Über die Maltherapie war es möglich, das Vertrauen der Patientin zu gewinnen und ihre Lebensfreude wieder zu wecken. Ein Beispiel, wie direkt die Maltherapie in der Seele wirken kann.“

Berufsbild Maltherapeut. Wie kommt man nun zu einem Maltherapeuten? Auf der Homepage des Österreichischen Fachverbands für Mal- und Gestaltungstherapie (FMGT, www.fachverband-mal-und-gestaltungstherapie.at) findet man alle Maltherapeuten nach Bundesländern geordnet aufgelistet – unter Anführung ihrer zusätzlichen Qualifikationen. „Handelt es sich beispielsweise um ein Kind mit Schulproblemen und Konzentrations-schwierigkeiten, ist es sicher empfehlenswert, einen Therapeuten auszu-

WIE WIRD MAN MAL- UND GESTALTUNGSTHERAPEUT?

- **Voraussetzung** ist ein abgeschlossener Grundberuf im psychosozialen, pädagogischen, beratenden oder ärztlichen Bereich.
- Die Ausbildung ist **ab Vollendung des 24. Lebensjahrs** möglich.
- Die **Ausbildungsdauer** beträgt sechs Semester und beinhaltet drei Semester Kreativtraining (Grundstufe) sowie drei Semester Mal- und Gestaltungstherapie (Aufbaustufe). Der Nachweis einer psychotherapeutischen Ausbildung ersetzt den Grundkurs.
- Während der Grundstufe durchleben die Seminaristen einen **Selbsterfahrungsprozess**, um die Arbeit mit kreativen Medien kennen zu lernen.
- **Einsatzgebiete der Mal- und Gestaltungstherapie:** pädagogischer Bereich (Kindergärten, Schulen, Museumspädagogik etc.), sozialer Bereich (Altersheime, Betreutes Wohnen etc.), wirtschaftlicher Bereich (kreative Teamarbeit etc.), ärztlicher Bereich.
- **Weitere Infos:** MGT Seminarinstitut, www.mgt.or.at

suchen, der aus dem pädagogischen Bereich kommt“, erklärt Luckey-Schär.

Wer sich zum Mal- und Gestaltungstherapeuten ausbilden lassen möchte, muss als Voraussetzung dafür einen abgeschlossenen Grundberuf im sozialen, psychosozialen, medizinischen oder pädagogischen Bereich haben. Weiters sind psychische Stabilität, innere Reife und Lebenserfahrung erforderlich.

Mit der Ausbildung kann man daher erst mit

dem 25. Lebensjahr beginnen. Während der Ausbildung werden gestaltungstherapeutische Methodik, Praxis und Theorie gelehrt. Dabei muss der angehende Therapeut einen Selbsterfahrungsprozess mit kreativen Medien durchmachen, um selbst zu erleben, wie kreative Medien wirken und wo sie methodisch einsetzbar sind. Und in diesem Sinn – wie es schon der Maler Robert Motherwell formulierte: „Wenn man dem Pinsel freien Lauf lässt, wird er einen zu dem führen, was man selbst nicht tun konnte.“

Mag. Gabriele Soyel ■

