

Begleitetes MALEN



das Begleitete Malen ist...

...malen In geschützter Atmosphäre mit mal therapeutischer Begleitung (nach Dr. phil. Bettina Egger).
Durch das begleitete Malen können ureigene Bilder entstehen.

Diese Bilder führen uns zu tiefem Wissen und ermöglichen uns den Kontakt mit uns selbst. Die Bilder berühren uns und es zeigen sich neue Perspektiven.

Die überraschenden Erkenntnisse und Erfahrungen können mit langsamen Schritten im Alltag genutzt werden um eingefahrene Strukturen zu verändern und Blockaden zu lösen.

Der Prozess des begleiteten Malens braucht eine Begleitung durch die Malleiterin, da wir als Malende Neues häufig übersehen oder zunächst ablehnen, Beängstigendes vermeiden und eher die gewohnten Wege gehen. Die Malleiterin begleitet unterstützend, klärend, konfrontierend und mitfühlend den Prozess und sorgt für die Bilder.

Die Bilder werden nicht redend erklärt sondern malend geklärt. Die Geburt des Bildes ist das Ausschlaggebende, nicht das Gespräch danach.

"Es sollte niemand Ausdruck mit Kunst vergleichen. Ausdruck ist nicht eine mögliche Komposition, sondern geschieht aus einer unbezweifelten Notwendigkeit, geschieht ohne Zögern noch Fragen. Ausdruck ist unbelastet von kulturellen Vorbildern wie auch von Absicht und Erwartung." (Arno Stern)

Begleitetes Malen bietet..

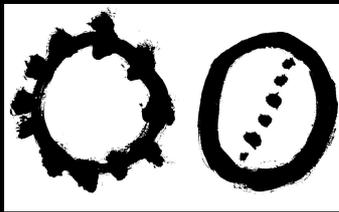
...eine aktive Möglichkeit, mit sich selbst zu kommunizieren.

...Raum für Bilder mit einer eigenen Lebendigkeit und Kreativität

...eine liebevolle Begleitung durch diese ist es möglich sich ins gemalte zu vertiefen, sich vom Bild leiten zu lassen und bei Bedarf Veränderungen anzunehmen. Denn durch den kreativen Prozeß bieten sich im Bild interessante Lösungswege an.

...Bilder ohne Bewertung und keine psychologische Interpretationen, ausschlaggebend ist der Weg hin zum Bild. Das Bild entstehen zu lassen und es auf die Welt zu bringen. In diesem Prozeß werden viele Dinge geklärt. In Ihrer Deutlichkeit werden wir uns über den notwendigen Dialog zwischen dem Sichtbaren und Unsichtbaren bewusst. Das Unsichtbare wird sichtbar!

die Begleitung: Ich helfe wo Hilfe nötig ist und ermutige wo Zuspruch erforderlich ist. Ich bin da, wenn ich gebraucht werde und halte mich zurück wenn der Malende eigene Wege finden muss. Ich bin Begleiter eines Prozesses des Suchen und Findens, des Festlegen und Verwerfens. Die Begleitung erfolgt in Achtung und Anerkennung vor dem einzelnen Menschen und seinen individuellen Grenzen und Stärken. Ich bin da, unaufdringlich und doch spürbar.



Das begleitete Malen eignet...

- ...sich für Menschen jeden Alters.
- ..für Menschen, die etwas für ihre persönliche Entwicklung tun möchten und Raum suchen um sich selbst bewusst wahrzunehmen.
- ...sich zur Entspannung und zum loslassen,
- ..zur Ressourcenaktivierung und zur Stress-bewältigung.
- ..sich besonders hilfreich für Menschen, die sich in psychischen Krisen oder belastenden Lebenslagen befinden.
- ... für Menschen, die körperlich, seelisch oder geistig beeinträchtigt sind.
- ...für Menschen, die einfach nur Freude und Lust am Malen haben und es schon immer einmal probieren wollten.

Das begleitete Malen ...

- Erweitert das Bewusstsein und bietet Klärung
 - Erfordert Mut
 - Fördert das Vertrauen in die eigene Kraft
- Berührt, befreit und ermöglicht die Verarbeitung von Geschehnissen
- Macht Wünsche und Bedürfnisse sichtbar Unterstützt unsere Kreativität und benötigt keinerlei Vorkenntnisse

Begleitetes Malen

Freitags 18.30 – 20.30 Uhr

pro Kursabend: 30,- € incl. Material und Verpflegung.

Einzelstunden mit Terminvereinbarung möglich!