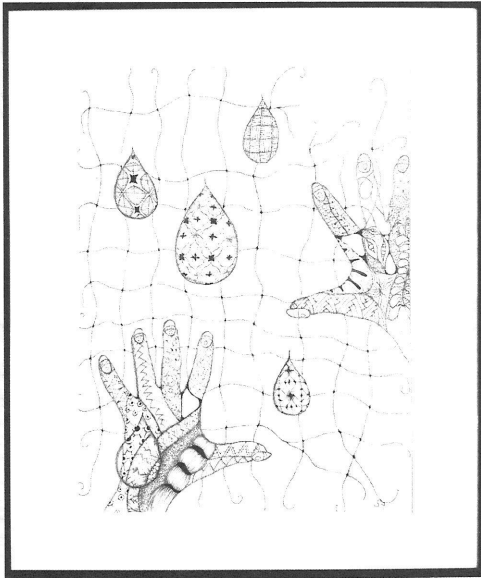


Kreativität kann heilen

Zwei Malgruppen bieten Räume, Material und Begleitung

VON MELANIE ATTARI UND PIERRETTE ROUVINEZ



Seit 2012 findet im Sozialwerk Main Taunus e. V. wöchentlich das Angebot des Malens statt.

Lange Zeit wurde die Gruppe von einer ehrenamtlichen Künstlerin begleitet und es fanden mehrere Vernissagen statt. Mal in der Nordweststadtbibliothek, im Haus der Volksarbeit, im Versicherungsamt der Stadt Frankfurt am Main oder in unseren Räumlichkeiten. Finanziell wird die Gruppe schon seit Gründung von der Sparda Bank Hessen unterstützt.

Seit 2017 wurde durch den Weggang der ehrenamtlichen Künstlerin das Angebot verändert. Jeden ersten und dritten Montag im Monat findet Künstlerisches Malen statt und jeden zweiten und vierten Montag das Begleitete Malen von 13.00 bis 15.00 Uhr in den Räumlichkeiten des Psychosozialen Dienstes I im Frankfurter Stadtteil Hedernheim.

Das Künstlerische Malen ermöglicht den Teilnehmenden, sich in einem festen und materiell dafür ausgestatteten Rahmen künstlerisch zu betätigen. Gegen einen Unkostenbeitrag von drei Euro steht den Besuchern für den Zeitraum von zwei Stunden ein Raum mit Material zur Verfügung. Die Wahl der Technik und des Materials

geschieht frei: Ölfarben, Wasserfarben, Acrylfarben, Aquarellfarben, Gouachefarben, Buntstifte, Fineliner, Kohle, Bleistift und vieles mehr stehen zur Verfügung.

Bei Bedarf bekommen die Teilnehmenden Unterstützung und Anleitung bei der Wahl des Materials oder des Motivs, sowie bei der Umsetzung ihrer Ideen. Das erste künstlerische Malen startete 2011 im Rahmen des Frankfurter Freiwilligentages als inklusive Idee, dass also Menschen mit und ohne seelische Behinderung gemeinsam künstlerisch tätig sind. Mit dieser Idee richtet sich das Angebot auch heute noch an kreativ und künstlerisch interessierte Menschen mit und ohne seelische Beeinträchtigung, insbesondere aus dem Frankfurter Norden.

Soziale und innere Isolation können Gründe für erhöhten Leidensdruck sein. Das regelmäßige kreative Arbeiten, kann sowohl beim Ausdrücken von Empfindungen hilfreich sein, als auch die Interaktion mit anderen Menschen erleichtern. Zudem kann das Malen dazu beitragen, mehr Selbstwirksamkeit zu erfahren und damit das Selbstwertgefühl stärken.

Das Begleitete Malen basiert auf der Theorie von Bettina Egger (Literaturtipp: »Der gemalte Schrei«). Dieses Malen setzt keine künstlerischen Malfähigkeiten voraus, gerade in »unpassenden« Bereichen können persönliche Themen verborgen liegen. Man wird ermutigt, innere Bilder zu malen. Es können Themen, die in einem »schlummern« nach außen treten. Die Bilder können daher auch kindlich aussehen, was darauf zurückzuführen ist, dass man als Kind aufgehört hat zu malen.

Die Bilder werden nicht bewertet, alles darf sein. Es gibt keine Themenvorgabe, bei Bedarf bekommt man beispielsweise durch Farbwahl eine Unterstützung, selbst ein Thema zu finden. Es sollte deckend, also das ganze Papier ausfüllend gemalt werden. Das Gehirn des Menschen kann Bilder besser aufnehmen, wenn alle Stellen des Bildes definiert sind. Daher sollte auch die Umgebung im Bild gestaltet sein. Zudem wird ermutigt von innen nach außen (ohne Konturen) zu malen, damit sich das Bild und das Thema ausbreiten kann.

Es besteht die Möglichkeit, einfach ein Papier an das erste Bild anzuhängen, damit sich ein Thema ausbreiten



kann. Je realistischer ein Bild gemalt ist, desto mehr Informationen kann man aus dem Bild erhalten. Es besteht aber auch die Möglichkeit auf dem Papier mit den Farben zu spielen, um sich zu entspannen.

Die Malbegleiterinnen unterstützen und ermutigen die Teilnehmenden, den inneren Bildern auf die Spur zu kommen und diese auf Papier zu bringen. Es wird niemand gezwungen, an einem Thema weiter zu malen. Falls ein Thema zu brisant wird, kann das Bild abgehängt werden und man schaut gemeinsam, was für den Teilnehmenden gut und passend ist und wie die Person die Gruppe stabil verlassen kann. Es besteht die Möglichkeit mit den Malbegleiterinnen über das Bild ins Gespräch zu kommen, um gegebenenfalls einen Bezug zur aktuellen Lebenssituation herstellen zu können. Die Gruppe verpflichtet sich zur Verschwiegenheit.



»WARUM WIR HIERHER KOMMEN«

Im Gespräch mit den Teilnehmenden der Gruppe wird deutlich, wie sehr sie den Raum schätzen:

»Hier kann ich einfach malen und es wird nicht bewertet.«
(Frau S.; seit einem Monat dabei)

»Es beruhigt meine Nerven, wenn ich hier bin und male und diese Entspannung regt die Phantasie an.«
(Frau G.; seit 5 bis 6 Jahren dabei)

»Hier gibt es Farbe und Leinwände und man darf es zum Trocknen liegen lassen. Nette Gruppenatmosphäre. Normalerweise arbeite ich allein und ich muss mich an die Gruppe gewöhnen, aber bisher geht es.«
(Frau N.; seit ein paar Monaten dabei)

»Wenn ich herkomme, male ich. Das schaffe ich daheim nicht immer. Und wenn ich male, dann fühle ich mich lebendig.« »Ich erschaffe etwas. Das bringt ganz tiefe Anteile hoch, über die ich sonst hinweggehen würde.«
»Und es ist auch einfach eine Gelegenheit Leute zu treffen. Seit ich nicht mehr arbeite, hat sich mein Leben schon sehr verändert.«
(Frau R.; seit etwa zwei Jahren in beiden Gruppen)

»Meine Bilder sind wie ein Zeitmanuskript. Anhand derer könnte ich sagen, wie lange ich schon hier bin.«
»Man wird hier so in Ruhe gelassen.«
(Herr B.; schon lange dabei)



Die Autorinnen arbeiten beim Sozialwerk Main Taunus e. V. Melanie Attari (Foto links) ist Diplom-Sozialpädagogin und Malbegleiterin. Seit vierzehn Jahren arbeitet sie in den Psychosozialen Diensten des Sozialwerks. Pierrette Rouvinez ist (Foto rechts) beim Sozialwerk Main Taunus im Betreuten Wohnen als Sozialarbeiterin tätig und leitet unter anderem die Malgruppe.
www.smt-frankfurt.de

