

# MALTHERAPIE

## Die Seele durch Bilder sprechen lassen

**Kunsttherapeutin Tina Baronetti beschreibt, wie durch Malthérapie verdeckte Konflikte gelöst werden können.**

Malthérapie ist ein kreativer Prozess, in dem sich eigene Erfahrungen durch spontanen Umgang mit Farben und Formen erweitern lassen. Innere Ressourcen werden entdeckt, wodurch sich neue Lösungsansätze für das eigene Leben herausbilden können. Das Bedeutendste hierbei ist, dass Gefühle ohne Worte ausgedrückt werden, also nonverbal, und zwar durch selbst erschaffene Bilder oder Arbeiten.

Gerade wenn der Patient von seinen Gefühlen und Gedanken regelrecht überrollt wird, ist die Malthérapie sehr hilfreich, um ihn Ruhe und Konzentration finden zu lassen.

Mit Hilfe der Malthérapie und unter Einsatz praktischer Mittel (z. B. Tönen, Zeichnen etc.) kann erlernt werden, die eigene Welt (wieder) besser wahrzunehmen. Erlebnisse, Phantasien oder Zustände werden während des kreativen Tuns in eine äußere – offensichtliche – Realität umgewandelt. Diese sichtbare Realität ist für Menschen zumeist leichter begreifbar und nachvollziehbarer.

Auch verborgene Inhalte des Unterbewusstseins können durch therapeutisches Malen zum Vorschein gebracht werden. Manchmal werden Menschen von Erlebnissen, an die sie sich nicht mehr erinnern können oder wollen, erheblich belastet. Gerade verdrängte

Geschehnisse rauben ihnen Energie und Kraft, können jedoch beim Malen zurück ins Bewusstsein dringen und im weiteren Verlauf Heilung erfahren.

Die Malthérapie ist eine Behandlungsform, die durch kreative Mittel zum Erfolg führt, sie ist ein wichtiger Bestandteil aktueller Therapieformen und wird in sämtlichen psychotherapeutischen Einrichtungen als Gruppen- oder Einzeltherapie angewendet, wie z. B. Psychiatrien, Psychosomatische Kliniken, Psychologische Praxen etc. Die Wirkungsfaktoren sind: Therapeutische Beziehungen, Raumgestaltung, Wahrnehmung, Bewusstmachung durch Gespräche und Neugestaltung des Selbst.

Für Menschen, die nicht viel reden oder aus den verschiedensten Gründen Schwierigkeiten mit dem verbalen Ausdruck und ihrer Kommunikation haben. Aber auch für andere und/oder speziell für Kinder eröffnet die Malthérapie eine neue Möglichkeit, ihre Gefühle auszudrücken.

Auf diesem Wege zu neuen Erfahrungen und Erkenntnissen zu gelangen, kreativ zu konstruktiven Lösungen zu finden, ist ein äußerst spannender Weg, der oft tiefe Befriedigung bei den Patienten auslöst.

Die Kunsttherapie oder künstlerische Selbsterfahrung ist nicht nur für „Künstler/innen“, sondern für jeden Menschen geeignet, egal wie lange es her ist, dass er einen Pinsel in

der Hand gehalten hat. Es geht nicht darum, schöne Bilder zu malen, sondern um den Gestaltungs-Prozess, die Auseinandersetzung mit eigenen Lebens-Fragen auf zunächst nonverbaler Ebene.

### Wem hilft die Malthérapie?

- Kindern mit körperlicher, seelischer und geistiger Beeinträchtigung
- Menschen mit körperlicher Behinderung, denen die physikalische Möglichkeit zum Sprechen fehlt
- Menschen mit geistiger Behinderung, die sich nicht ausdrücken können
- Traumatisierten, stark depressiven Menschen, die durch ein negatives emotionales Erlebnis nicht mehr sprechen wollen/können
- Erwachsenen und Kindern, die sich in psychischen Krisen oder belastenden Lebenslagen befinden
- Menschen, die einen Familienangehörigen verloren haben
- Gewaltopfern
- Schwerkranken Menschen (z. B. Krebs)
- Menschen, die etwas für ihre persönliche Entwicklung, Selbstwahrnehmung, Entspannung, Ressourcenaktivierung, Stressbewältigung tun möchten

Die Maltherapie kann ihnen aus einem Labyrinth voller Ängste und Verzweiflung herausfinden helfen. Das Leben bekommt wieder einen Sinn und die Krankheit oder der Schicksalsschlag lässt sich besser verarbeiten.

**Wirkung der Maltherapie** Ausgangspunkt für therapeutisches Geschehen ist die Tätigkeit, nicht das Produkt. Dies ist ein wichtiger Grundsatz der Maltherapie. Die Vorstellung, dass der Patient gesund wird, nachdem der Therapeut sein Bild analysiert und interpretiert, ist falsch. Aus dem Bild können Emotionen und Gefühle zwar herausgelesen werden, doch der eigentliche Heilungsprozess findet während dem Tätigsein statt.

Während der Arbeit am Bild ist es dem Patienten möglich, Zusammenhänge zwischen sich und seiner Umwelt wahrzunehmen und dabei seine eigene Realität zu erkennen. Nachdem dieser wichtige Schritt zur Wahrnehmung getan ist, kann das Problem gefunden und zusammen mit dem Therapeuten ein Lösungsweg entwickelt werden.

Hierbei sind oftmals Gruppensitzungen sehr hilfreich, weil in der Konfrontation mit den Problemen der anderen unbekanntes emotionale und soziale Erfahrungen gemacht werden.

Schon von frühester Kindheit an wird dem Menschen beigebracht, sich durch Sprache auszudrücken. In der Maltherapie werden dem Menschen andere Wege eröffnet, die ihm bislang vielleicht verschlossen blieben.

Das Aufbringen von Konzentration und Ausdauer ist nicht für jeden selbstverständlich. Die Maltherapie wird deshalb bei Kindern mit ADHS eingesetzt, um Konzentration und Lust, eine Sache bis zu Schluss weiterzumachen, zu fördern.

Maltherapie eignet sich hervorragend als Ergänzung anderer therapeutischer Methoden und kann bei fast allen Klienten und Patienten zur Anwendung kommen. Bei gesunden Menschen fördert sie die Persönlichkeitsreifung und Kreativität.



**Tina Baronetti**  
Kunsttherapeutin,  
Studienleiterin der  
Paracelsus Schule  
Würzburg

[info@baronetti-tina.de](mailto:info@baronetti-tina.de)