

Malen bereichert das Leben

Frau Schmid* (Name geändert) eine 81 jährige Frau besucht seit 11 Jahren ein Malatelier. Sie erzählt was ihr das Malen bedeutet, sie erzählt aus ihrem Leben und sie freut sich, und wundert sich manchmal über die entstandenen Bilder. Sie findet das Malen eine wichtige Sache für sich und freut sich jede Woche darauf.

Die Maltherapeutin hat die zwei letzten Bilder an die Wand gehängt als wir uns für ein Gespräch getroffen haben. Ein Bild wurde vorskizziert und ist noch ganz in den Anfängen, während das andere Bild Blätterwerk und Schlangen darstellt und wie die Malerin sagt beendet ist.



Was bedeutet Ihnen dieses Bild?

Dieses Bild ist ganz spontan entstanden, d.h. ohne Vorlage. Durch die Auswahl der vielen Farben und der verschiedenen Hilfsmittel, wie Pinsel und Schwämmli entsteht eine Inspiration, welche auf der momentanen Gemütsverfassung basiert. Die Überraschung ist gross, wenn die angefangene Arbeit Form annimmt und plötzlich wie hier, Schlangen zu erkennen sind. Dies ist natürlich ein Ansporn, es weiter zu versuchen, und wenn möglich, sie in einem entsprechenden Umfeld lebendig darzustellen. – Dazu kommt plötzlich eine Erinnerung, an unsere Ferienzeit, welche wir auf einer Alp verbringen konnten und wo wir oftmals wunderschöne Kreuzottern entdeckten!

Frau Schmid bringt das Malen in Zusammenhang mit dem Leben und ihren Lebenserfahrungen:

... das gehört ja alles zu unserem Dasein, dass man Sachen erlebt, die negativ sind ob man etwas dafür kann oder nicht und ich schätze jetzt das Malen so sehr, weil man sich konzentriert auf das entstehende Bild. Dann sind alle Sorgen oder Schmerzen oder das Traurige einfach hinter einem, man kann es wie abstellen und das ist hoffentlich etwas, was ich noch lange erleben darf.



Wie sind sie zum Malen gekommen?

Ich habe schon als Kind z.B. Blumen und Märchenfiguren gemalt, was mir dann später auch als Kindergärtnerin und mit meiner grossen Familie zugutekam. Eines Tages, ich war schon Witwe, erhielt ich von einer Bekannten ein Inserat über das Malatelier. Sofort habe ich mich angemeldet und bin heute noch sehr dankbar für diese Entscheidung.

Zu Beginn des Malens malten sie in der Gruppe, wie war das in der Gruppe?

Wir waren eine Gruppe von ungefähr Gleichaltrigen, die während beinahe 10 Jahren teilweise in etwas unterschiedlicher Zusammensetzung bestanden hat. Wir verstanden uns sofort sehr gut, und es hat daraus schöne Freundschaften ergeben. Hier im Atelier hatte jede ihren speziellen Platz und nach der Begrüssung und dem Austausch über unsere Wünsche, entstand eine kreative Stille. So konnten wir uns konzentrieren. Am Ende der genutzten Zeit wurden alle Bilder angeschaut und besprochen. Natürlich gab es dabei auch lustige Momente!

Jetzt malen Sie alleine?

Letztes Jahr beendeten die andern das Malen altershalbe und dann sagte ich mir, was mache ich jetzt?

die Kunsttherapeutin bot mir an, dass ich alleine ins Malen kommen könne oder auch, dass sie zu mir käme, wenn es mir nicht gut ginge. Zwei oder drei Mal malten wir bei mir zuhause am Küchentisch, einmal war auch eine Enkelin dabei.



Nun ist das Bild fertig, welches wir auf der Staffelei in Arbeit sehen. Möchten Sie etwas dazu sagen?

Dieses Bild, etwas vorskizziert, erinnert mich an Zypern, wo ich auf einer Reise war mit meinem Mann, man kam wie in ein Märchen, dieses Licht...

Das fasziniert mich beim Malen schon sehr, die Erinnerung an einen lieben Menschen... Mein Mann wusste viel über die Geschichte. Ich habe beim Malen dieses Bildes versucht etwas aus der Erinnerung darzustellen und zugleich viel Licht hineinzubringen.

Was bedeutet Ihnen das wöchentliche Malen?

Es ist schon schlimm wenn man alleine zurückbleibt. Meine Kinder sind natürlich erwachsen und schon lange mit der eigenen Familie beschäftigt. Vorher war die grosse Familie am Tisch, man lachte und war fröhlich, und nachher auf einmal steht man am Morgen auf und sitzt ganz alleine am Tisch und dann die Frage: was mache ich jetzt?

Aber wenn man krank ist und Schweres erlebt hat, dann ist das Malen glücklicher Weise einfach eine wunderbare Medizin.



Welche Motive haben Sie gemalt?

Landschaften malte ich gerne, Landschaften zum überlegen, wohin führt das, oder wo könnte mein persönlicher Weg noch weitergehen.

Berge, Orchideen, Seen oder das Bild mit den Seerosen, es ging natürlich schon viel um Pflanzen. Einmal hatte ich den Mut, ein Kirchenfenster darzustellen. Das Ergebnis hat mich sehr gefreut.

Was bringt Ihnen das Malen?

Das Malen ist nicht nur eine Medizin für die Seele, es regt auch die eigene Phantasie an, ob ein Bild durch die Kopie eines Vorbildes oder intuitiv entstanden ist. Natürlich gibt es oft auch eine eigene Kritik am Entstandenen.

Durch das Malen werden auch sehr schöne Erinnerungen an Erlebnisse, z.B. an Bergtouren mit der eigenen Familie wach. Daher kann das Malen auch eine Aufarbeitung vieler schöner Stunden bedeuten. Auch genieße ich die Möglichkeiten neben dem Malen, z.B. das Modellieren oder gemalte Figuren auf einen gemalten Hintergrund zu kleben.



Was unterstützt sie beim Malen?

Es kommt darauf an, wie die Kunsttherapeutin mit Patienten umgehen kann. Dass man sofort spürt, da ist eine Verbindung oder einfach ein warmes Gefühl. Jeder Mensch hat seinen eigenen Charakter und seine eigene Gefühlswelt. Ich merke, ich werde gut verstanden und dies spielt eine grosse Rolle. Es freut mich auch, wenn ich einen Rat oder eine Fotokopie bekomme und dass immer das gute Material zur Verfügung steht.

Wie würden Sie einem älteren Menschen erklären, um was es bei einer Maltherapie geht?

Zuerst möchte ich spüren in welche Richtung seine Bedürfnisse gehen. Dann würde ich einfach von meiner eigenen Erfahrung erzählen, und dass man auch im Alter noch einige Dinge bewerkstelligen kann, welche unser Dasein erleichtern und verschönern.

So hoffe ich sehr, dass viele Leute das Angebot annehmen und dies im Atelier, zuhause oder auch im Spital erleben dürfen.



Was möchten Sie als Abschluss unseres Gesprächs noch sagen?

Ich war erstaunt, dass ich das Interview machen durfte und ihr mich dafür ausgesucht habt.

Als letztes möchte ich speziell betonen, dass ich sehr dankbar bin für diesen wöchentlichen Aufsteller und allen Menschen, die es nötig haben, dasselbe wünsche!

Interview, Mai 2013

Vera Decurtins und Ruth-Nunzia Preisig, Kunsttherapeutinnen Chur