Ausdrucksmalen in der Suchtprävention

Autor(en): **Schnyder, Ruth**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Die Kette : Schweizerisches Magazin für Drogenfragen**

Band (Jahr): **15 (1988)**

Heft 1

PDF erstellt am: **30.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-799742

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

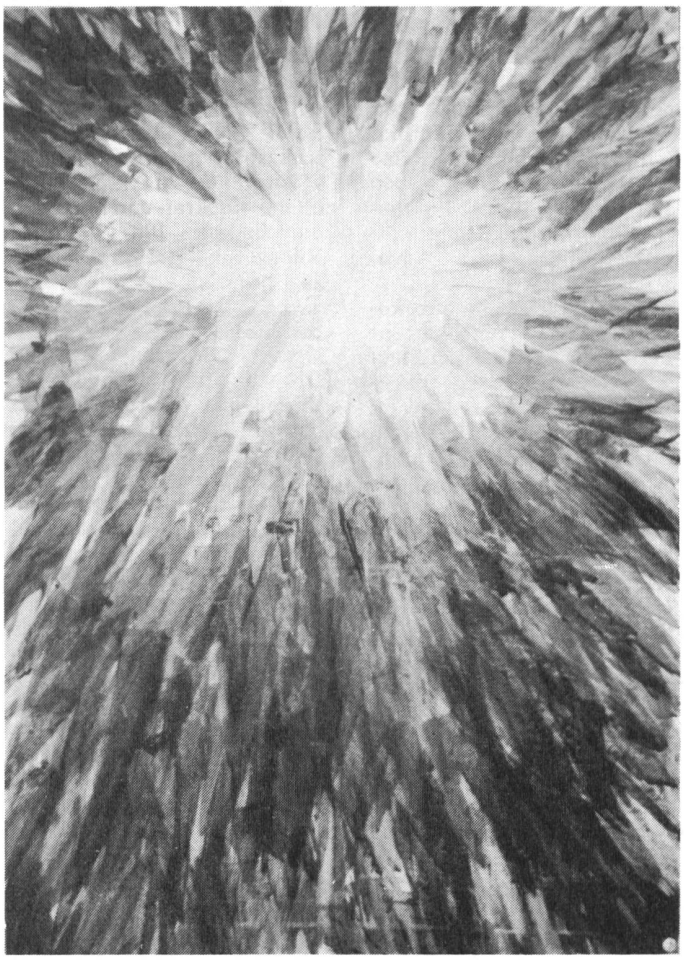
Ausdrucksmalen in der Suchtprävention

von Ruth Schnyder, Suchtpräventionsstelle Zürich

Was hat Ausdrucksmalen mit Suchtprävention zu tun? Ausdrucksmalen ist eine von Arno Stern begründete Methode, mittels Farbe, Wasser und Formen im geschützten Rahmen des sogenannten Malateliers zu seiner persönlichen Ausdrucksfähigkeit zu finden. Die schlichte, gleichbleibende Einrichtung dieses Raumes und die Gruppe bilden das günstige Umfeld, um in neutraler Atmosphäre eine zur Verfügung gestellte Möglichkeit zu vertiefen, nämlich die Beschäftigung mit sich selbst.

Ausdrucksmalen ist eine von Arno Stern begründete Methode, mittels Farbe, Wasser und Formen im geschützten Raum – im sogenannten Mal-Atelier – zu seinem eigenen Ausdruck zu finden.
In diesem einfachen Raum geschieht das Malen in Gruppen – Kinder, Jugendliche und Erwachsene, manchmal gemischt – während jeweils eineinhalb Stunden Dauer. Weil es im Ausdrucksmalen nicht um den Ausdruck von etwas geht – beispielsweise Frühling oder Trauer – sondern um den Ausdruck von sich selbst, wird auch nicht zu einem bestimmten Thema gemalt, sondern freies und spontanes Malen geübt. Auf diese Weise entstehen immer so viele Themen, wie sie eben von den Anwesenden gerade gelebt und vertreten sind. Um dem Körper in seiner Bewegung freien Raum zu geben, wird stehend gemalt.
Das Ausdrucksmalen ist nicht von technischem und künstlerischem Können bestimmt: Vielleicht werden eigene Vorstellungen, Inhalte und Gestalten möglich; der Malende kann dabei seine ganz persönliche Ästhetik entwickeln und hervorbringen. Verbunden damit ist die Erfahrung, dass im bildhaften Gestalten der Kontakt zu sich selbst entsteht und das kreative Potential, das als Ur-Kraft in uns allen vorhanden ist, angeregt wird. Die schlichte, gleichbleibende Einrichtung des Raumes und die Gruppe bilden den Rahmen, in wertfreier Atmosphäre eine zur Verfügung gestellte Möglichkeit zu vertiefen, nämlich die Beschäftigung mit sich selbst. Im Ausdrucksmalen werden nicht Ausblicke, sondern Einblicke vermittelt.
Es ist damit jedoch nicht nur die Vielfalt der eigenen Bilder gemeint, sondern auch die bewusstseinsfördernde Kraft, die zur persönlichen Entfaltung treibt. Kreativ-sein ist mehr als produzieren, Werke herstellen. Kreativität ist eine Haltung im Leben, die Fähigkeit, den Aufgaben im Alltag vielfältig zu begegnen, von einer inneren Motivation geleitet und bestimmt.
Und um das Üben dieser kreativen Haltung geht es im Ausdrucksmalen: Unvoreingenommenheit dem eigenen Tun gegenüber, Improvisation und Durchhaltevermögen, eine gewisse Naivität, einmal ohne Zielvorstellungen etwas zu versuchen, sich in ein Thema vertiefen, spielerisches und selbstvergessenes Vorgehen, sich an eigenen Ideen erfreuen und mit seinen Leistungen zufrieden sein, die verschiedenen Materialien und Werkzeuge ausprobieren und offen sein für die inneren Bilder. Damit die Umwandlung und der echte Ausdruck geschehen können, ist eine gewisse Disziplin und aktive Hinwendung zu seinem Tun nötig. Gerade darin liegt ein wichtiger präventiver Ansatz: Suchtverhalten wurzelt häufig im übersättigenden Angebot, das zu passivem Konsumieren verleitet. Dass dabei die eigenen Fähigkeiten erlahmen, ist für den Einzelnen vielfach schwer nachvollziehbar. Der Konsum wird als Folge zum hilflosen Versuch, die wachsende Unzufriedenheit und Sinnlosigkeit mit Mitteln oder Tätigkeiten zu füllen und auszugleichen. Anstelle von Konfliktfähigkeit tritt dann die Konfliktvermeidung, aktiv am Leben teilnehmen wird verwechselt mit Geschäftigkeit, Qualität mit Varietät. Sich disziplinieren heisst im Ausdrucksmalen, sich über die eigene Aktivität zu freuen, sich den persönlichen Fähigkeiten zuwenden und nach schöpferischen Freiheiten ausserhalb des Zwanges zum Konsum zu suchen.
Kreativität ist etwas Übertragbares: Jemand, der sich auf einem Gebiet kreativ betätigt, kann diese Erfahrung auch in anderen Bereichen des Lebens wirksam spüren: Das Erlebnis, sich ausdrücken zu können, bestätigt den Malenden, macht ihn flexibler und aufgeschlossener. Es fördert durch die zunehmende Erfahrung der gestalterischen Fähigkeiten das Selbstbewusstsein und das Vertrauen, den Anforderungen des Lebens gewachsen zu sein. Der Malende trägt in seinen Bildern etwas von innen nach aussen und erfährt in diesem Prozess, dass Entwicklung nicht bedeutet, etwas erledigen, sondern etwas zur Verfügung zu haben.
In der suchtpräventiven Arbeit richtet sich das Ausdrucksmalen an die Elternbildung, Lehrerausbildung und Lehrer-Weiterbildung, Jugendlichen und Berufspersonen im sozialen und Freizeit-Bereich. Dabei sollen vor allem zwei Aspekte angesprochen werden:

— Die Entfaltung der eigenen Ausdrucksfähigkeit und deren Auswirkung auf das Selbsterleben,
— die Anregung, als Erzieher oder Betreuer kreativ zu sein, dies besonders im Hinblick auf die Förderung der Gestaltungskräfte des Kindes.



Wie eine Person, seien dies die Eltern, der Lehrer oder Jugendarbeiter, dem Kind vorlebt, Konflikte aufzunehmen und zu bearbeiten, aktiv am Leben teilzunehmen. Selbstsicherheit und Selbstbestimmung Schritt um Schritt zu erlernen, hängt sehr davon ab, welche Haltung diese Person sich selbst und der Umwelt gegenüber einnimmt. Wir alle sind dem Druck des Wandels ausgesetzt und stehen in einem ständigen Prozess der Veränderung. Demgegenüber steht das gesunde Bedürfnis des Kindes, zu wachsen und seine eigenen Möglichkeiten zu entwickeln. Die in seinem Organismus angelegte Gestaltungskraft ist vergleichbar mit einer Quelle, auf die es in selbstverständlicher Art zurückgreift und sich für seine Entwicklungsschritte zu eigen macht. Vorausgesetzt, dass der geschützte Rahmen zur Verfügung steht. Zu gross ist die Verlockung des heutigen Angebotes, bereits mit dem Kleinkind schön und formgetreu zu malen, ja sogar vorgezeichnete Formen einfach auszumalen. Dass dabei seine natürliche Ausdrucks- und Gestaltungsfähigkeiten mehr und mehr domestiziert werden und verkümmern, ist der ungewollte Schritt eines Missverständnisses.
Wenn der Erzieher an sich selbst die heilsame Wirkung des bildhaften Gestaltens erlebt hat, kann er für den freien, schöpferischen Ausdruck des Kindes offen werden. Diesem verständnisvoll und schützend zugleich begegnen, ist bereits ein vollzogener Schritt in die Umsetzung ins Praktische. Die eigene Ausdrucksfähigkeit kann dann ein Hilfsmittel sein, den – wie Arno Stern sagt – dritten Weg zu öffnen, nämlich den der Kreativität als konstruktive Alternative zum Zwang und der Zerstörung.