

INGRID RIEDEL
CHRISTA HENZLER

MALTHERAPIE

Auf Basis der
Analytischen Psychologie C. G. Jungs

Patmos Verlag

Alle in diesem Buch enthaltenen Angaben, Informationen und Hinweise wurden von den Autorinnen nach bestem Wissen erstellt und von ihnen mit größtmöglicher Sorgfalt überprüft. Gleichwohl sind inhaltliche Fehler nicht vollständig auszuschließen. Daher erfolgen alle Angaben ohne jegliche Verpflichtung oder Garantie der Autorinnen und des Verlags. Eine Haftung des Verlags und der Autorinnen für Irrtümer oder etwaige Schäden, die aus inhaltlichen Unrichtigkeiten resultieren, ist deshalb ausgeschlossen, es sei denn im Falle grober Fahrlässigkeit.

Die Verlagsgruppe Patmos ist sich ihrer Verantwortung gegenüber unserer Umwelt bewusst. Wir folgen dem Prinzip der Nachhaltigkeit und streben den Einklang von wirtschaftlicher Entwicklung, sozialer Sicherheit und Erhaltung unserer natürlichen Lebensgrundlagen an. Näheres zur Nachhaltigkeitsstrategie der Verlagsgruppe Patmos auf unserer Website www.verlagsgruppe-patmos.de/nachhaltig-gut-leben
Übereinstimmend mit der EU-Verordnung zur allgemeinen Produktsicherheit (GPSR) stellen wir sicher, dass unsere Produkte die Sicherheitsstandards erfüllen. Näheres dazu auf unserer Website www.verlagsgruppe-patmos.de/produktsicherheit. Bei Fragen zur Produktsicherheit wenden Sie sich bitte an produktsicherheit@verlagsgruppe-patmos.de

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Alle Rechte vorbehalten

© 2025 Patmos Verlag

Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Senefelderstr. 12, 73760 Ostfildern
www.patmos.de

Erweiterte Neuauflage des 2004 im Kreuz Verlag, Stuttgart, erschienenen
gleichnamigen Titels (1. Auflage 1992).

Umschlaggestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart

Druck: PNB Print Ltd, Silakrogs

Hergestellt in Lettland

ISBN 978-3-8436-1631-7

Inhalt

Vorwort	7
---------------	---

TEIL I

MALEN ALS SELBSTGESTALTUNG

Einleitung	11
Das Konzept einer Maltherapie nach C. G. Jung	14
Die Wirkungsfaktoren therapeutischen Malens	25
Zusammenfassung	58

TEIL II

DIE BILDERSERIE UND IHRE DEUTUNG

Einleitung <i>Christa Henzler</i>	63
Malen gegen den Tod. Bilder einer suizidalen Krise <i>Christa Henzler</i>	66
Faszination durch Blau. Bilder einer Sucht	87
Selbstfindung im Loslassen. Bilder eines Krebskranken ...	109
Beziehung und Abhängigkeit. Bilder einer Arbeit am Mutterkomplex	131
Im Zeichen der Sophia. Bilder weiblicher Selbstfindung ...	162
Zusammenfassung	192

TEIL III

MALEN IN DER GRUPPE

Einleitung	197
Die Quelle. Malen zu einem archetypischen Motiv	225
Die Erdmutter. Die Weiterentwicklung vorgegebener Motive in der Imagination	244
Vier Farben. Malen zu Farbmotiven	252
Haus, Fluß und Baum. Zwei Bilderserien aus einem Einführungsseminar in die Maltherapie <i>Christa Henzler</i> ..	264

TEIL IV

MALTHERAPIE IN DER PRAXIS

Die Indikation der Maltherapie – zwölf Stichworte für die Praxis	297
Intuition in der Maltherapie oder Die Kunst, ein Bild zu befragen	308
Supervision anhand von Patientenbildern.	325
Anmerkungen	339
Literatur.	346

Vorwort

Dieses Buch kommt aus der Praxis. Die Beispiele – die Bilder – und auch die theoretischen Überlegungen verdanken sich der Arbeit mit Interessierten aller Altersstufen, auch mit Gruppen von Studierenden, wie wir sie seit Mitte der achtziger Jahre während vieler Semester an den Universitäten Kassel und Frankfurt sowie am C. G. Jung-Institut Zürich durchführen konnten. Vor allem aber entstanden sie in der psychotherapeutischen Arbeit mit einzelnen, die sich oft in ausdrucksvollen Bilderserien niederschlug. Häufig wurde das Gestalten von Bildern weit über den Abschluß einer Therapie hinaus fortgeführt, wurde es zu einem unentbehrlichen Element bei der weiteren Arbeit der betreffenden Malerinnen und Maler an sich selbst.

All denen, die uns ihr Bildmaterial für dieses Buch großzügig zur Verfügung gestellt haben, sei an dieser Stelle sehr herzlich gedankt, besonders auch Frau Prof. Dr. Verena Kast, die uns aus ihrer Praxis die Bilderserien »Faszination durch Blau. Bilder einer Sucht« sowie »Auseinandersetzung mit einer Vaterproblematik. Der Vater als Gockel« zur Veröffentlichung überließ.

Die schöne Zusammenarbeit bei der Entwicklung einer Jungschen Maltherapie verbindet uns, Ingrid Riedel und Christa Henzler, beide Lehranalytikerinnen und Supervisorinnen am C. G. Jung-Institut Zürich, und kam unserem Buchprojekt sehr zugute. Christa Henzler trug vor allem auch die psychologische Begründung einer Kombination von Imagination und Malen bei, die für unsere Methode des »Malens aus dem Unbewußten« charakteristisch geworden ist. Die Kombination dieser beiden kreativen Zugangsweisen zum Unbewußten hat sich in unserer Maltherapie, die auf der Analytischen Psychologie C. G. Jungs basiert, als besonders fruchtbar erwiesen.

Es ist eine Freude für uns, daß unser Standardwerk zu einer Maltherapie nach C. G. Jung nach Jahrzehnten des Gebrauchs an den C. G. Jung-Instituten in Deutschland, Österreich und der Schweiz, und auch weit darüber hinaus in den verschiedensten Schulrichtungen der Kunsttherapie, hier in Neuausgabe erscheinen

kann – erweitert durch ein Kapitel zur Intuition in der Maltherapie sowie ein Kapitel zur Supervision anhand von Patientenbildern.

Unser besonderer Dank gilt Frau Dr. Christiane Neuen, die als bewährte Lektorin des Patmos Verlags diese erweiterte Neuauflage ermöglicht hat.

Konstanz, im März 2016

Ingrid Riedel und Christa Henzler

TEIL I

MALEN ALS SELBSTGESTALTUNG

Indem der Patient sozusagen sich selber malt,
kann er sich selbst gestalten.

C. G. Jung

Einleitung

Wenn wir spontan nach Pinsel und Farbe greifen, als Geübte oder als Ungeübte, um unserer Lust, etwas zu malen, nachzugehen, dann werden die schließlich entstandenen Bilder, auch wenn sie in einer Gruppe gemalt wurden, doch die unterschiedlichsten Motive, Inhalte, Farben und Formen aufweisen. Wenn wir sie dann betrachten und besprechen, liegt es uns oft auf der Zunge, dem anderen angesichts seines Bildes zu sagen: »Das hat aber mit dir zu tun!« Und oft spüren wir selber vor unseren scheinbar so zufällig, aus dem Moment heraus entstandenen Bildern, wieviel sie mit uns selbst zu tun haben.

Ist nicht jeder Baum, jede Blume, die wir gerade so und nicht anders malen, zum Beispiel in Lila, nicht in Gelb, im Herbst, nicht im Frühling, neben dem Ausdruck unseres Naturerlebens auch ein Ausdruck unser selbst?

Jede Landschaft, in ihren Formationen weich oder schwingend, offen oder schroff und durch Felswände verschlossen, ist zugleich Ausdruck unserer Stimmung in diesem Moment, manchmal sogar einer unserer Wesensseiten, die wir und andere in dieser Landschaft wiedererkennen.

Welche Farbskala wir bevorzugen, ob diejenige der Blau-Violett-Grüntöne oder diejenige der Rot-Orange-Gelbtöne, sagt sehr viel über unseren mehr introvertierten oder mehr extravertierten Einstellungstypus aus¹. So betrachtet ist jedes unserer Bilder ein Stück Selbstvergewisserung über unsere Stimmungslage, unsere Kontaktfreude oder Verschlossenheit, aber darüber hinaus auch über unsere Frage und Suche nach uns selbst, nach unserer Identität.

Frida Kahlo (1907–1953), die namhafte mexikanische Malerin, malte Dutzende direkter Selbstporträts im Laufe der Jahrzehnte ihres Schaffens, wobei jeweils neben Ausdruck und Kleidung auch der Landschaftshintergrund mit seiner Farbstimmung, mit den darin vorkommenden Tieren und Pflanzen die Wesensseiten und die Stimmung der Malerin mit auszudrücken vermochten. Von Selbstbild zu Selbstbild kamen neue Farben, Formen und Stilelemente hinzu, solche, die sie anfangs noch gar nicht hätte zulassen

können – z. B. der strahlende Ausdruck in einem Umfeld von flammendem Rot in dem Selbstbildnis aus dem Jahre 1949².

So kommen auch in unseren eigenen Bildern, die keineswegs immer Selbstbilder im eigentlichen Sinne sein müssen, von Bild zu Bild neue Farben, neue Formen und neue Symbole hinzu, die eine Erweiterung unseres Selbstverständnisses anzeigen: Indem wir sie malen, lassen wir sie zu, verwandeln sie uns an: Malen als Selbstgestaltung.

Welche Freude, welche Erweiterung, welche Annäherung an sein größeres Selbst bedeutete es für den jungen Mann, der nach langem Vermeiden der Farbe Rot endlich einen vollerblühten Klatschmohn malen konnte: Rot war für ihn bisher immer mit negativen Assoziationen belastet gewesen, als ein an der Bluterkrankheit Leidender hatte er die für ihn gefährliche Blutfarbe vermieden. Nun ist das Rot aber zugleich die Farbe der Vitalität! Mit der Sorge vor Verletzungen, die bei ihm zum Verbluten führen konnten, hatte dieser junge Mann zugleich auch viele Bereiche vitalen Lebens gemieden. Als er Rot zulassen konnte, konnte er auch seine erste Liebe zulassen und mit jener Frau tanzen und wandern gehen, ohne übertriebene Angst vor den natürlich immer möglichen Anlässen zur Verletzung.

So ist es für andere ein Durchbruch, wenn sie die gelbe Farbe, die sie bisher als allzu grell und laut empfanden, erst einmal auf ihren Bildern wagen. Gelb ist die Farbe des Leuchtens, des Strahlens, die unbedingt zum Leben gehört – es erfordert aber auch den Mut, sich zu zeigen, wenn man das Gelb zulässt.

Selbst mit Grün, der Farbe der Vegetation, haben manche ihre Schwierigkeit: Sie fürchten im Grün bzw. in seinen gelbgrünen oder giftgrünen Varianten die Gefahr, von der Natur, auch der Natur in ihnen selbst, überwuchert zu werden. An seinem Verhältnis zu Grün und dessen Verwendung in Bildern kann man oft auch das Verhältnis des betreffenden Menschen zu dem Vegetativum im eigenen Körper ablesen, das ihm gegeben oder noch nicht gegeben ist.

Auch mit den dunklen Farben und den ihnen entsprechenden Seiten des Lebens, den im Schatten stehenden oder gar bösen, tun sich viele Menschen schwer. Sie erschließen sich nichts Geringes, nämlich die anderen Seiten ihrer Person – die bisher nicht mitleben durften, aber vielleicht noch unbekannte Stärken enthalten –,

indem sie das Schwarz in ihre Bilder einbeziehen. Menschen, die von einem hohen Selbstideal ausgehen, haben es mit der Integration des Schwarz oft schwer.

Beeindruckend fand ich dementsprechend die Äußerung einer jungen Frau, die soeben das Schwarz für sich entdeckt hatte: »Ich setze jetzt immer zuerst Schwarz, wenn ich male. Dann können sich alle anderen Farben davon abheben und sich kräftiger entfalten.«

Auch mit dem Zulassen eckiger, scharfer Formen können sich manche nicht anfreunden. Im ganzen Werk Marc Chagalls überwiegen die runden, harmonischen Formen. Eine stärkere Kontrast- und Gegensatzsetzung würde auch seine Bilder gelegentlich stärker akzentuieren. Andere wieder haben Scheu, das Runde, das Harmonische in ihren Bildern zuzulassen: Sie haben Angst, davon vereinnahmt oder um ihre klaren Konturen gebracht zu werden, fürchten die Macht des positiven Mutterarchetyps, der hinter diesen Formen steht.

Selbstgestaltung durch Malen geschieht, indem wir immer freier und komplexer gestalten, von Bild zu Bild; indem wir schließlich die ganze Skala der Farben, den ganzen Spektralkreis zulassen können, auch wenn wir immer unsere wesensgemäße und individuelle Vorliebe für bestimmte Farben haben werden.

Selbstgestaltung durch Malen meint schließlich nicht nur die Gestaltung unseres Ich, obwohl für manche bereits die Gewinnung eines stabilen (kohärenten) Ich-Komplexes einen wesentlichen Schritt zur Selbstgestaltung darstellen würde: Selbst-Gestaltung im Sinne C. G. Jungs meint vielmehr Gestaltungsarbeit, die es unserem dem Ich übergeordneten Selbst, dem Zentrum unserer Person, ermöglicht, hervorzutreten, sich ins Sichtbare zu verdichten – und dies von Bild zu Bild deutlicher.

Selbstwerdung aber, Individuation, ist für Jung zugleich der eigentliche Heilungsweg, das Überwachsen individueller Probleme und Mängel im Zuwachsen auf die größere Persönlichkeit. Dies gilt für therapeutisch betreute wie auch für freie Selbstfindungsprozesse im gleichen Maße. Ich möchte mich mit diesem Buch nicht nur an den professionell arbeitenden Therapeuten und Maltherapeuten wenden, sondern auch an alle diejenigen, die aus Freude am Malen Gestaltungsprozesse aus dem Unbewußten in Gang setzen, anregen und auch mit anderen gemeinsam austragen.

Das Konzept einer Maltherapie nach C. G. Jung

Das Therapiekonzept Jungs baut auf die natürliche Entfaltungstendenz eines jeden Lebewesens, auf die Entelechie. Es setzt auf die Fähigkeit, zu wachsen, sich zu entwickeln, auf die Fähigkeit zum Überwachsen der Probleme durch eine immer differenziertere Entfaltung der besonderen Gestalt, auf die eine jede und ein jeder von uns angelegt ist. Eines der großen Symbole, in denen auch Jung diesen Prozeß immer wieder darstellt, ist der Baum. So wie ein Baum die Wunden seiner Rinde, die im Sturm verlorengangenen Äste oder die, um die er beschnitten wurde, überwächst, so versucht auch der Mensch, die Psyche, die in ihr angelegte Gestalt optimal zu verwirklichen, was immer sich dem entgegenstemmen mag. Von wunderbarer Vollendung ist eine freistehende Linde bei Hofgeismar – sie kommt mir bei diesem Thema in den Sinn –, die ihren Standort mitten auf einer offenen Wiese hat, in der Nähe eines kleinen Flusses. Sie hat sich frei entfalten können, alle Nährstoffe standen hier reichlich zur Verfügung, keine Nachbarbäume, keine Steine haben ihr Wachstum behindert.

Es ließe sich aber darüber streiten, ob nicht ein ganz anderer Baum, eine knorrig am Abhang klammernde Kiefer zum Beispiel, nicht noch überzeugender zeigt, was die Wachstumstendenz eines Baumes ist. Die behindernden Felsblöcke umklammert sie und schafft sich gerade an ihnen Halt. Mehrfach gedreht, sucht und findet der Baum mit seiner Krone über den vielen Narben, die den Stamm zeichnen, dennoch zum Licht. Noch eindringlicher als die unbehinderte Linde zeigt diese Kiefer, was die Entfaltungstendenz eines Baum ist, was es heißt, wenn er seine Kieferngestalt realisiert und gerade unter den härtesten Bedingungen seine individuelle, einzigartige Wesensform gewinnt.

In seiner Einführung in das chinesische Lebensbuch »Das Geheimnis der goldenen Blüte« beschreibt Jung den Vorgang des Überwachsens seelischer Probleme, die auf der bisherigen Bewußtseinsebene unlösbar scheinen, so: »Ich arbeitete stets mit der temperamentsmäßigen Überzeugung, daß es im Grunde