

Malen als Selbstbegegnung

Neue Termine: 15.05.; 12.06.; 10.07.; 25.09.; 23.10.; 27.11.2021

jeweils von 15:00 – 18:00 Uhr

Unkostenbeitrag 30,00 € / 20,00 € (Mitglieder) inkl. Material

Die Seminarleiterinnen:



Maria Uihlein

Dipl. Soz. Päd., ist seit Jahrzehnten als Einzel- und Paarberaterin sowie als Referentin tätig. Sie selbst entdeckte früh, dass das Malen für sie eine Lebenshilfe ist und ihr Anregungen für ihre Weiterentwicklung gibt. Es war für sie deshalb folgerichtig, diese positive Erfahrung auch beruflich einzusetzen.



Patricia Heise

Lehranalytikerin, Supervisorin und Dozentin am C.G. Jung-Institut Küsnacht/Schweiz und Stuttgart. Niedergelassen in eigener Praxis in Freiburg. Forschung und Publikationen zu Themen im Bereich Spiritualität und Psychotherapie. Weiterbildungen in Visionssuche, Mindful Self-compassion und Inner Systems Therapy IIST nach Tom Holmes.

Malen als Selbstbegegnung

In diesem Seminar besteht die Möglichkeit, vorhandene Bilder aus dem Unbewussten zu malen oder sich spontan-intuitiv malerisch auszudrücken. Dabei wird der Kontakt zum Unbewussten über eine Aktive Imagination (siehe unten) gesucht. Eine anschließende Besprechung der Bilder ermöglicht die Einbindung in den Alltag und auf Wunsch in die Lebensgeschichte.

Im Frühjahr 2017 fand das erste gemeinsame Seminar in den Räumlichkeiten der C.G. Jung Gesellschaft Freiburg in der Mozartstr. 64 statt. Weitere Seminare folgten im Frühjahr 2018. Interessent/innen können sich bei Maria Uihlein unter der Telefonnummer 0761/445888 anmelden.

Eingeladen sind alle, die Malen aus dem Unbewussten als Möglichkeit, sich selbst zu begegnen, kennen lernen möchten. Es geht dabei nicht darum, das Malen zu erlernen oder gar schön malen zu können. Es sind auch keine

Vorerfahrungen mit Aktiver Imagination erforderlich. Die Bilder können auf Wunsch in der Gruppe besprochen werden. Dabei wird Wert darauf gelegt, dass dies in einer Atmosphäre gegenseitigen Wohlwollens geschieht und die Schweigepflicht außerhalb der Gruppe beachtet wird.

Malmaterial wird zur Verfügung gestellt (wasserlösliche Wachsfarben).

Über das Malen von Bildern aus dem Unbewussten nach C.G.Jung

Eine Technik, um mit dem Unbewussten in Kontakt zu treten ist die Aktive Imagination.

In einem möglichst entspannten Zustand kommt es darauf an, sich aktiv und bewusst auf ein inneres Bild, z. B. aus einem Traum einzulassen. Dabei ist genau zu beobachten, wie sich dieses Bild verändert und entfaltet. Es geht einerseits darum, sich aktiv dem Fluss der Bilder zu überlassen. Andererseits geht es darum, dass das „Ich“ aktiv, verwandelnd in das imaginative Geschehen eintreten kann, indem es sich mit den auftretenden Figuren auseinandersetzt, mit ihnen in einen Dialog eintritt. Der innere Dialog mit dem Unbewussten ist für C.G.Jung der Heilungsweg, den er Individuation nennt: „Wann immer ich in meinem späteren Leben stecken blieb, malte ich ein Bild oder bemalte Steine und immer war das der Eingangsritus für nachfolgende Gedanken und Arbeiten.“ (C.G.Jung)

Malen und aktives Imaginieren gehören beide zu diesem inneren Dialog. Deshalb ist es sinnvoll, sie gemeinsam anzuwenden. Durch die Neurowissenschaften ist inzwischen nachgewiesen, dass beim Malen unser gesamter Körper und alle Sinne einbezogen sind. Es werden verschiedene Gehirnareale aktiviert, die neue Zugänge zu sich selbst eröffnen. C. G. Jung, dem dieses Wissen noch nicht zur Verfügung stand, sprach von der Hervorbringung eines seelischen Zustandes, in welchem wir mit unserem Wesen experimentieren, wo nichts mehr für immer gegeben und hoffnungslos versteinert ist. Indem wir im Malprozess experimentieren, lernen wir auch im konkreten Leben zu experimentieren und zu gestalten.