

# Malen als Selbstbegegnung

## **Dr.rer.nat. Martina Kahlert**

Eidgenössisch anerkannte Psychotherapeutin mit Praxisbewilligung im Kanton Zürich. Studium der Biologie und Psychologie in Freiburg. Ausbildung am C.G. Jung-Institut Stuttgart. Sie arbeitet als Analytische Psychotherapeutin in Zürich und Freiburg.



## **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.

Für C. G. Jung war das Malen und Gestalten ein wichtiger Zugang zur eigenen Innenwelt und zur Auseinandersetzung mit dem Unbewussten.

“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.“ (Jung/Jaffé 2009, S. 178)

In diesem Sinn wollen wir im Seminar einen Raum für die Selbstbegegnung zur Verfügung stellen. Es kommt hier nicht darauf an, «schöne, künstlerisch wertvolle Bilder» zu erzeugen. Malen aus dem Unbewussten ist gemeint als ein Geschehen lassen, bei dem sich im Alltag wenig beachtete Anteile der eigenen Persönlichkeit zeigen können.

Als Vorbereitung ist zunächst eine Abkehr von der Aussenwelt und Hinwendung zum eigenen Körper, den eigenen Gedanken, Gefühlen und Vorstellungen wichtig. Dies wird durch eine geführte Entspannung unterstützt.

Das Malen findet in einer Atmosphäre der Ruhe und Stille statt, in der den eigenen inneren Bildern, Impulsen und Eingebungen Raum gegeben wird.

Im zweiten Teil wollen wir uns dann im Gruppengespräch mit den Bildern und ihrer Bedeutung beschäftigen. Es besteht für alle Teilnehmer/innen die Möglichkeit, das eigene Bild der Gruppe vorzustellen (das ist aber natürlich nicht verpflichtend). Da hier persönliche Inhalte zur Sprache kommen, besteht für alle Anwesenden eine Schweigepflicht.

Malmaterialien werden zur Verfügung gestellt. Wer eigene Materialien verwenden möchte, kann diese gerne mitbringen.

Kontakt: Dr. Martina Kahlert, [m.kahlert@praxisdocburkhardt.ch](mailto:m.kahlert@praxisdocburkhardt.ch)

Das Seminar findet an drei Terminen im Semester statt. Es wird eine Anmeldung für alle drei Termine erbeten. Anmeldung bitte bei der C. G. Jung-Gesellschaft Freiburg, [info@cjung-freiburg.de](mailto:info@cjung-freiburg.de)  
Kosten: 90 €/60 € für Mitglieder (für 3 Termine), inkl. Material

Wir bitten um Überweisung auf folgendes Konto:

C. G. Jung-Gesellschaft Freiburg e.V.

DE35660908000006408010

GENODE61BBB

Verwendungszweck: Thema der Veranstaltung, Name, Anschrift.