

# Inhalt

|          |                                                                                         |           |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1</b> | <b>Was Personenorientierte Maltherapie bedeutet</b>                                     | <b>7</b>  |
| 1.1      | Das Bild selber und die Art und Weise seiner Entstehung<br>sind die Lehrer der Malenden | 8         |
| 1.2      | Die Methode der Personenorientierten Maltherapie                                        | 9         |
| <b>2</b> | <b>Unsere Grundeinstellungen</b>                                                        | <b>17</b> |
| 2.1      | Qualitäten                                                                              | 17        |
| 2.2      | Normalität                                                                              | 21        |
| 2.3      | Persönlich – unpersönlich                                                               | 26        |
| 2.4      | Angst als zentrales Gefühl                                                              | 29        |
|          | 2.4.1 Gefühle und Gehirn                                                                | 32        |
|          | 2.4.2 Wie sich Angst verstärkt                                                          | 33        |
|          | 2.4.3 Wie sich Angst abschwächt                                                         | 37        |
| <b>3</b> | <b>Die Arbeit mit Gefühlen</b>                                                          | <b>45</b> |
| 3.1      | Wut                                                                                     | 45        |
| 3.2      | Angst                                                                                   | 45        |
| 3.3      | Trauer                                                                                  | 46        |
| 3.4      | Gefühle und Gedanken                                                                    | 47        |
| <b>4</b> | <b>Beobachtungsgrundlagen</b>                                                           | <b>53</b> |
| 4.1      | Die drei Ebenen                                                                         | 53        |
|          | 4.1.1 Die Beziehungsebene                                                               | 53        |
|          | 4.1.2 Die Bildebene                                                                     | 56        |
|          | 4.1.3 Die Prozessebene                                                                  | 73        |
| 4.2      | Die Wandlungsphasen                                                                     | 81        |
|          | 4.2.1 Kontrolle                                                                         | 82        |
|          | 4.2.2 Unentschiedenheit                                                                 | 85        |
|          | 4.2.3 Verwirrung                                                                        | 88        |
|          | 4.2.4 Eigenverantwortung                                                                | 91        |
|          | 4.2.5 Vertrauen                                                                         | 93        |

|          |                                                        |            |
|----------|--------------------------------------------------------|------------|
| <b>5</b> | <b>Interventionen</b>                                  | <b>97</b>  |
| <b>6</b> | <b>Aus der Praxis</b>                                  | <b>105</b> |
| 6.1      | Rahmenbedingungen und Setting                          | 105        |
| 6.2      | Arbeitsbündnis                                         | 107        |
| 6.3      | Beginn einer Maltherapie                               | 108        |
| 6.4      | Verlauf einer Maltherapie                              | 116        |
| 6.5      | Was, wenn ein Problem ansteht?                         | 146        |
| 6.6      | Auflösung                                              | 155        |
| 6.7      | Beim Malen begleiten                                   | 163        |
| <b>7</b> | <b>Wohin die Personenorientierte Maltherapie führt</b> | <b>169</b> |
| 7.2      | Alles ist lernen ...                                   | 170        |
| 7.3      | ... und neu lernen                                     | 171        |
| Anhang:  |                                                        |            |
|          | Wie es zur Personenorientierten Maltherapie kam        | 175        |
|          | Dank                                                   | 177        |
|          | Literatur                                              | 179        |