

Mitglied des GPK
Fachverband für Gestaltende
Psychotherapie und Kunsttherapie
www.freierausdruck.ch
info@freierausdruck.ch

info@freierausdruck.ch +41 079 514 95 08

#### **Atelier**

Motorenstrasse 139 | 8620 Wetzikon



### Kurse

#### **DIE KURSE WERDEN BESUCHT:**

- als persönliche Erquickung
- zum Freisein
- um sich selbst zu entdecken
- zur Stärkung von Vertrauen in sich selbst und ins Leben
- zur Schulung von Wahrnehmung, Achtsamkeit, Spontanität
- als therapeutische Begleitung und Unterstützung in verschiedenen Lebenslagen

Therapie

### DURCH FARBE UND BEWEGUNG KOMMT SPONTAN DIE MOMENTANE BEFINDLICHKEIT

**ZUM AUSDRUCK.** Über das Gewahrwerden aktueller Bedürfnisse während dem Gestaltungsprozess können grössere Lebenszusammenhänge erkannt werden. Im Wahrnehmungsprozess und im Sichtbarwerden liegt Heilungspotential. Es geht um die Erkenntnis eigener Wahrheiten. Diese Erfahrungen sind psychologischer und spiritueller Natur.







## Kinder

### KINDER KÖNNEN IM ATELIER SICH SELBST

**SEIN.** Sie erleben sich selbst und das eigene Tun als stimmig. Wenn Kinder regelmässig ins Atelier kommen bleibt ihnen der natürliche Zugang zu sich selbst, zum lustvollen aber auch ernsthaften Spielen und Schöpferischsein, erhalten. Mut zum Entdecken und Ausprobieren wird gefördert, ebenso wie die Musse zum Verweilen und Wahrnehmen.

### Erwachsene

ERWACHSENE DÜRFEN IM ATELIER, GENAU WIE DIE KINDER, MIT ALLEN BEDÜRFNISSEN SICH SELBST SEIN. Im Schöpferischsein und mit der Freiheit, der eigenen Wahrnehmung zu folgen, wachsen Mut und Vertrauen. Es ist eine Reise zu sich selbst und an unsere schöpferische Quelle.















## Malen

### BEIM MALEN BEFINDET SICH IN DER MITTE DES ATELIERS DER PALETTENTISCH MIT ALLEN FARBEN, DIE EINLADEND ALLEN MALENDEN ZUR VERFÜGUNG STEHEN.

Es wird meist stehend, auf relativ grossem Blattformat gemalt, so dass beim Malen die körperliche Bewegung gut übertragen werden kann. Besonders feine Pinsel ermöglichen fliessende Bewegungen. Es ist auch möglich mit den Fingern zu malen. Die direkte körperliche Berührung mit dem, was gemalt wird, begünstigt ein tastend- modellierendes Malen, welches sich ganz aus der körperlichen Wahrnehmung heraus ergibt. Wir müssen dann nicht wissen, wie etwas aussieht, sondern folgen dem Gespür. Natürlich ist Malen auch Eintauchen in die Welt der Farben: Farbe erleben, auftanken und geniessen.

Im Atelier können alle ihrem eigenen Ausdrucksbedürfnis folgen. Es gibt kein «richtig und falsch». Die gut deckenden Gouache-Farben machen es möglich, dass jederzeit auf neue Impulse eingegangen werden kann. Sie erlauben das Übermalen und Verändern, so dass sich Bilder aus einem Prozess heraus ergeben können. Bilder können auch wachsen, in dem beim Malen zusätzliche Blätter angesetzt werden.







Tonerde ist ein natürliches Material. Im festen Zustand kann damit kraftvoll gearbeitet werden und in Kombination mit Wasser wird es weich und geschmeidig. Ob es ein ganz feines Zerkrümeln von trockenem Ton zwischen den Fingerkuppen oder ein grossflächiges Massieren einer Tonfläche ist, im Zentrum steht das Erleben, die damit verbundene Wahrnehmung und die inneren Bilder, die damit zum Vorschein kommen.

## Modellieren

### ES WIRD MIT TONERDE MODELLIERT. IM ZENTRUM STEHT DAS ERLEBEN. Das Material

lädt auf sinnliche Weise Erwachsene wie Kinder zum lustvollen und ernsthaften Spielen ein und eröffnet den Zugang zu inneren Welten. Eine Unterlage dient beim Modellieren als Spiel- und Bildraum, ähnlich dem Blatt Papier, das der Malende für die Entfaltung des Bildes braucht, kann dieser Raum als Gestaltungsraum genutzt werden. Die Unterlage wird zur Bühne der Fantasie und zum Erlebnisraum. In der Einzelsequenz ist es auch möglich am Tonfeld zu modellieren.

Das Tonfeld präsentiert sich ähnlich einem Sandkasten. Erwachsene können dabei die Augen geschlossen haben und sich ganz der Berührungsempfindung und dem körperlichen Ausdrucksbedürfnis hingeben. Wenn wir auf den Gesichtssinn verzichten, fällt es uns leichter andere Schichten unseres Bewusstseins zu erreichen. Kinder können auch am Tonfeld modellieren, allerdings haben sie die Augen geöffnet. Die Tonerde ist griffiger als Sand, es kann mit ihr besser gebaut und gegraben werden. Tonerde kann sich im Wasser lösen und lädt neben den verschiedenen Berührungsqualitäten auch zur Beobachtung von allerlei Geräuschen ein.





## Masken und Figuren

ES SIND EIGENE «INNERE FIGUREN», DIE SICH WÄHREND DEM GESTALTEN ZU ZEIGEN BEGINNEN. Im Vordergrund steht das spontane und intuitive Schöpfen der Figur und das Wahrnehmen des inneren Austausches mit ihr. Figuren können in Form von Fingerpuppen, Handfiguren oder Masken entstehen. In Gruppen kann es zu einer Interaktion und zu Begegnungen zwischen den Figuren und natürlich unter deren Schöpferinnen und Schöpfern kommen.











Hand- und Fingerfiguren werden aus Holzmehl modelliert. Beim Masken Schöpfen wird zuerst mit Tonerde modelliert und diese Form danach mit Basler Larvenpapier kaschiert. Mit den Figuren schaffen wir uns ein Gegenüber. Sie treten uns mit einem eigenen Charakter entgegen, fordern zum Spielen, Fragen und Feststellen auf. In den eigenen Figuren und in dem, was sie in uns wach rufen, können wir immer auch uns selbst entdecken.







# Angebot

DAS KÖRPER- UND SINNESBEZOGENE MALEN UND MODELLIEREN KNÜPFT AN DIE URSPRÜNGLICHSTE, DEM MENSCHEN VON NATUR AUS GEGEBENE, AUSDRUCKSWEISE AN. Daher

richtet es sich an alle Menschen, die Freude am schöpferischen Tun haben, unabhängig von Begabung und Vorkenntnissen.

Bereits kindliche Kritzelspuren gehen aus der Freude hervor, sich selbst im motorisch-sinnlichen Spiel zu erleben. Erst in einem weiteren Schritt kommt mit dem erworbenen Formenschatz das innere, mimische Erleben der Welt zum Ausdruck. Im Atelier stimmen wir uns bewusst mit Körper- und Sinnesübungen auf das Malen ein. Wir sind dadurch auf Körperimpulse und aufkommende Bedürfnisse sensibilisiert und können uns intuitiv vom gestalterischen Prozess leiten lassen. In diesem Punkt unterscheidet sich das Ausdrucksgeschehen im Atelier vom traditionellen Zeichenunterricht, bei dem die Gestaltungsweise in umgekehrter Richtung verläuft.

Im Atelier dürfen uns ungeahnte Bilder und Gestaltungen überraschen. Frei von künstlerischen Zielvorstellungen und Erwartungen kann das Bewusstsein wachsen, dass das eigene Tun, sofern es im inneren Einklang vollzogen wird, stets sinnerfüllt zum Stimmen kommt. Insofern kann immer mehr in die schöpferischen Kräfte in- und um uns herum vertraut werden. Erfahrungen, die beim Malen oder Modellieren gemacht werden, können sich auf unser Leben auswirken. Der Zugang zu Bewusstseinsstrukturen fernab der Ratio wird uns zugänglich. Dies kann dazu beitragen, dass wir unser Leben ganzheitlicher wahrnehmen und es an Tiefe und Sinn gewinnt.



#### **Andrea Studer**

Dipl. Kunsttherapeutin, Fachbereich Gestaltungsund Maltherapie, Integrale Kunsttherapie



Mitglied des GPK Fachverband für Gestaltende Psychotherapie und Kunsttherapie

AUSBILDUNG 2014-2017 Aufbaustudium und Diplomierung als Kunsttherapeutin, Fachbereich Malen und Gestalten nach integralem Ansatz, Institut für Integrale Pädagogik und Persönlichkeitsentwicklung, Ursula Straub und Marianne Götze, Bern. Hier lernte ich das Integrale Gestalten mit Tonerde und die Maskenarbeit kennen, sowie die «Inneren Figuren» von Walter Krähenbühl. 2013-2016 Regelmässige Weiterbildung «Bild ist Bewegung- Bewegung ist Bild über Arbeit am Tonfeld» bei Elvira Angst, Richterswil. 2008-2011 Ausbildung zur diplomierten Kunsttherapeutin LDM (Lebensausdruck durch Malen und Modellieren) Körperbezogenes Malen und Modellieren, bei Esther Hofmann, Kulmerau und Spanien. 2005-2006 Jahreskurs Begleitetes Malen für Menschen mit Demenz oder geistiger Behinderung, bei Renate Sulser, Sonnweid Campus, Wetzikon.

2005 Ausbildungsseminar «Einführung in die Ausdruckssemiologie und zur dienenden Rolle im Malspiel» bei Arno Stern, Paris. 2000–2003 Ausbildung zur diplomierten Modedesignerin, Accademia Internazionale d'Alta Moda e d'Arte del Costume KOEFIA, Rom. 1995–2000 Liceo Aristico, Kantonsschule Freudenberg, Zürich.

### über mich

### MIT GROSSER LEIDENSCHAFT BEGLEITE ICH DIE UNTERSCHIEDLICHSTEN MENSCHEN AUF IHREM WEG ZU UNGEAHNTEN BILDERN.

Im schöpferischen Akt tut sich ein Seelenraum auf. Ich sehe meine Aufgabe darin, den vertrauensvollen Rahmen für eine solche Öffnung zu bieten, so dass sich alle Teilnehmenden frei fühlen können, dem eigenen Ausdrucksbedürfnis und den eigenen Prozessen zu folgen.

Wir sind dann frei und glücklich, wenn wir unser ganzes schöpferisches Potential ins Leben fliessen lassen können. Dazu will mein Atelier ein Übungsfeld sein. Durch die liebevolle Zuwendung zu uns selbst und unserem Tun, nehmen wir uns selbst und unser Leben immer bewusster wahr. Dieser Prozess kann, im Sinne einer 'Ganz-Werdung', ein Weg der Heilung sein. Wir kommen so unserem einzigartigen Wesen näher und machen auch die Erfahrung, dass wir mit allem verbunden sind und uns darin gut aufgehoben wissen können.

#### **BERUFLICHES**

2005 habe ich mein erstes Atelier eröffnet, ein Malort nach Arno Stern. Heute bin ich dipl. Kunsttherapeutin, Fachbereich Gestaltungs- und Maltherapie. Ich arbeite im eigenen Atelier und bin mit dem «fliegenden Atelier», meinem Atelierwagen, auch mobil. Zudem bin ich an verschiedenen Orten und Institutionen tätig. Ich arbeite mit gesunden und kranken Menschen, mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, mit Menschen mit einer psychischen oder geistigen Beeinträchtigung, im Speziellen auch mit Menschen mit einer neurodegenerativen Hirnleistungsstörung.





Sei schöpferisch und frei.