



Netzwerk

NA!

Ausdrucksmalen nach  
Laurence Fotheringham

# Ausdrucksmalen

nach Laurence Fotheringham

**Weiterbildungsmöglichkeiten**  
vom Netzwerk Ausdrucksmalen

[www.lehrundwanderjahre.de](http://www.lehrundwanderjahre.de)

[www.ausdrucksmalen-netzwerk.de](http://www.ausdrucksmalen-netzwerk.de)

# Über das Ausdrucksmalen

Die Bilder, die wir malen, sind der sichtbare Ausdruck unseres inneren, emotionalen Lebens.

Ausdrucksmalen ist der Prozess, diese Bilder zu finden und ihnen eine sichtbare Form zu geben.

Es ist ein Prozess, in dem alle Sinne, Verstand, Gefühle und Intuition teilhaben, ein kreativer Akt, der bedeutende Einsichten in die persönlichen Lebensthemen gibt und seelische Wunden heilen kann.

*"Leben findet immer gerade jetzt statt."*

*Laurence Fotheringham*



# Ausdrucksmalen wirkt auf fünf Ebenen

Wenn wir auf dem Papier spielen, den Formen und Farben nachgehen, experimentieren und uns ohne Zweck ausprobieren dürfen, erlben wir das Gefühl der Kindheit wieder, ohne Druck kreativ sein zu können.

Im Malprozess werden wir konfrontiert mit schwierigen Situationen. Wir lernen aus dem momentanen Bedürfnis, etwas hier und jetzt zu beantworten und zu lösen, und erleben, selbst die Antworten auf die Fragen zu finden und so Schwieriges zu meistern.

Wenn ein Bild entsteht, schauen wir in einen Spiegel. Wir sehen, wie und was wir malen, können verstehen und verändern. Wir haben die Chance sichtbar zu werden, uns anzunehmen und für uns zu entscheiden.

Wenn wir dem Bild gegenüberstehen, erleben wir Gefühle, die verschüttet waren. Wir begegnen alten Wunden und sprechen aus, was uns noch schmerzt.

Wenn wir uns im Bild begegnen, können wir uns mit jenen Seiten versöhnen, die ungeliebt und verachtet waren und wir erleben eine Ebene, die alles Erfahrene verbindet und annimmt.

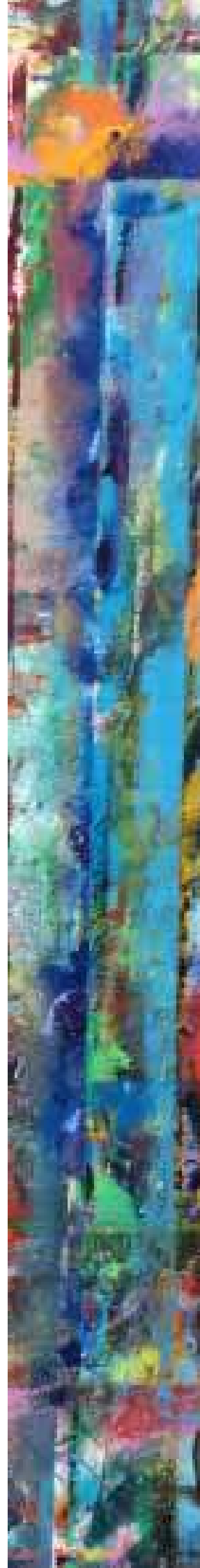
So ist Ausdrucksmalen **spielerisch** und wirkt belebend  
entspannend  
befreiend  
erfrischend

So ist Ausdrucksmalen **pädagogisch** und wirkt motivierend  
ermunternd  
aufbauend  
stärkend

So ist Ausdrucksmalen **selbsterfahrend** und wirkt konkretisierend  
unterstützend  
stabilisierend  
individualisierend

So ist Ausdrucksmalen **therapeutisch** und wirkt gefühlvoll  
befreiend  
klärend  
kräftigend

So ist Ausdrucksmalen **spirituell** und wirkt versöhnend  
verbindend  
befriedend





# Lehr- und Wanderjahre

## Selbsterfahrung (Teil 1) und Begleitungspraxis (Teil 2)



Die Lehr- und Wanderjahre folgen der von Laurence Fotheringham in 25-jähriger Arbeit entwickelten Methode der prozessorientierten Malbegleitung.

### Das Ziel

Ziel dieser Weiterbildung ist es, die eigene Persönlichkeit durch das Malen zu entwickeln und zu stärken. Dafür ist es wichtig, einen wertschätzenden und unterstützenden Rahmen zu schaffen, in dem Malenden Raum haben, selbstbestimmt und eigenverantwortlich den Weg zu ihren Gefühlen zu finden und diese anzunehmen.



### Der Weg

Die Lehr- und Wanderjahre sind zwei aufeinander aufbauende einjährige berufsbegleitende Weiterbildungen. Jeder Teil umfasst 20 Seminartage in zwei viertägigen und vier dreitägigen Seminaren. Der zweite Teil schließt ab mit einem Zertifikat als Malbegleitung in Ausdrucksmalen nach Laurence Fotheringham.

### Die Zielgruppe

Angesprochen von Teil 1 sind Personen mit dem Wunsch, diese Weiterbildung für ihre Persönlichkeitsentwicklung zu nutzen. Teil 2 richtet sich zusätzlich an Menschen in pädagogischen, sozialen oder therapeutischen Berufen, die diese Art zu malen in ihre Arbeit integrieren wollen oder an solche, die ein eigenes Malatelier führen möchten.

*"I am what I am"*

*Gloria Gaynor*



### Voraussetzung

Die wichtigste Voraussetzung für diese Weiterbildung ist die Begeisterung fürs Ausdrucksmalen, der Wunsch neue Impulse für sich selbst und das eigene Berufsfeld zu bekommen, und die Bereitschaft Neues zu erleben und an sich selbst zu arbeiten. Diese Weiterbildung ist ein intensiver Weg zu sich selbst und braucht psychische Belastbarkeit und eigenverantwortliches Handeln. Eine weitere Voraussetzung für Teil 1 ist die Teilnahme an mindestens einem Maltag oder -Wochenende mit , Britta Vogel, Martina Kaltenbach oder Margot Saak-Bitterling, um sich vor Beginn kennenzulernen.

Voraussetzung für die Teilnahme an Teil 2 (Begleitungspraxis) ist die abgeschlossene Teilnahme an Teil 1.

# *"Leben kann nur mit Liebe gelingen."*

## Aus dem Inhalt

### Selbsterfahrung

Über die ganze Zeit dieser praxisorientierten Weiterbildung gibt es ausreichend Möglichkeit, das Ausdrucksmalen im eigenen Malprozess zu erleben und die Erfahrung der prozessorientierten und bewertungsfreien Begleitung zu vertiefen. Darüber hinaus erleben die Teilnehmenden sich in einer kontinuierlichen Gruppe, in der sie sich mitteilen, ihre Erfahrungen reflektieren und dabei lernen, mit emotionalen Situationen umzugehen. Während in Teil 1 der Lehr- und Wanderjahre alle Teilnehmenden in ihrem eigenen Malprozess begleitet werden, gibt Teil 2 Raum, sich gegenseitig zu begleiten und dadurch miteinander zu lernen. So wird das Prozessvertrauen vertieft und das Erlernte kann leicht integriert werden.

### Theorie

Parallel zur Praxis werden die theoretischen Grundlagen und Fundamente des Ausdrucksmalens vermittelt und unterstützende Methoden eingeübt, wie z.B. die wertschätzende Kommunikation.

In Teil 2 geht es dann um Betrachtungs- und Begleitungshilfen, um die Dynamik im Malprozess und um Möglichkeiten Malprozesse zu fördern, Lösungen zu finden und abzuschließen.

Informationen zum Aufbau eines Ateliers und unterstützende Literatur zum Thema Ausdrucksmalen sind ebenso Inhalt des theoretischen Teils vorwiegend in Teil 2.



**Leitung Teil 1 und Teil 2: Britta Vogel**

**Leitung Teil 1: Martina Kaltenbach**

**Seminarort: Atelier unter der Buchin  
Bellenbergsteig 16a  
45239 Essen**

**Seminarort: Atelier für Ausdrucksmalen  
Dorfstraße 29  
23948 Stellshagen**

Vertiefendes Angebot

## Ausdruck trifft Gestalt



### Das Ziel

Die Ziele dieses Angebots sind die Vertiefung im Begleiten von Malenden und damit mehr Sicherheit und Vertrauen auf das eigene Können. Das Anwenden selbstreflektierender Methoden und das Erleben gestalttherapeutischer Grundlagen stehen dabei im Vordergrund.

### Der Weg

Dieses Angebot ist eine berufsbegleitende Weiterbildung über ein Jahr. Die 21 Kurstage teilen sich in 7 Seminare mit jeweils drei Kurstagen (jeweils von Freitag bis Sonntag) auf. Die Teilnehmenden vertiefen durch gegenseitiges Üben am Bild ihre Fähigkeit, unterstützend den Malprozess zu begleiten, und erfahren parallel in praktischen Übungen mehr über die Gestaltkonzepte, die ein wichtiger Bestandteil für das Fundament im Ausdrucks malen nach Laurence Fotheringham sind.

### Die Zielgruppe

Angesprochen sind Absolventen der Lehr- und Wanderjahre nach Laurence Fotheringham und andere Ausdrucks malausbildungen, die interessiert und neugierig auf mehr Hintergrundwissen sind, die sich einen Einblick in den gestalttherapeutischen Ansatz der Bildbegleitung verschaffen wollen und die Chance gegenseitiger Unterstützung in der kollegialen Supervision nutzen möchten.



### Eine Palette von Möglichkeiten

*"Wenn unsere Träume Gestalt angenommen haben,  
ist es Zeit, sie zu leben."*



## Aus dem Inhalt

Nicht nur unsere Gefühle, sondern auch die Wahrnehmung unserer Körperreaktionen, unseres Ausdrucks und unserer Impulse helfen uns, einen inneren Zustand zu erkennen und ihn zu artikulieren. Was davon im Vordergrund steht, führt uns zu dem Ansatz "Figur und Hintergrund" mit dem wir uns beschäftigen werden.

Wir erfahren mehr über unsere Kontaktmöglichkeiten und unsere vertrauten Kontaktmuster und lernen, wie unterschiedlich wir auf Kontaktaufnahme unseres Gegenübers reagieren.

Wir erleben, wie Kontaktunterbrechungen Lösungen verhindern und zu Widerständen werden und welche Wege wir gefunden haben, dennoch Kontakt zu bekommen.

Die aus dem Kontakt entstehenden Konflikte sind Wegweiser zu unserem Empfinden. Wir lernen, damit konstruktiv umzugehen, und erfahren, welche Chance in der Arbeit mit Widerstand liegt.

Auch werden wir uns noch einmal mit der "Neutralen Frage" beschäftigen, denn die Vorbehaltlosigkeit in der Begegnung mit den Malenden eröffnet die Freiheit zur Entfaltung.

Ausflüge in die gestalttherapeutischen Methoden der Selbstreflexion werden uns unterstützen, uns selbst besser zu verstehen und damit einen wichtigen Schritt zum Verständnis unseres Gegenübers zu tun.

**Was nehme  
ich wahr?**

**Unser tiefes  
Bedürfnis  
nach Kontakt**

**Abenteurer  
Widerstand**

**Der Mensch wird  
am Du zum Ich**

**Wie versöhne ich  
mich mit dem  
ungeliebten Teil  
in mir?**

**Leitung: Margot Saak-Bitterling**

**Seminarort: Atelier Entdeckungen  
Schusterberg 25  
21149 Hamburg**



Vertiefendes Angebot

# Zirkeltraining



## Das Ziel

Für die Begleitung von Malprozessen brauchen wir ein gutes inneres Standing und ein hohes Maß an Flexibilität zugleich. Das Wechseln von Bild zu Bild, von Mensch zu Mensch bedeutet jedes Mal ein sich-einlassen auf eine neue Welt, eine neue Perspektive. Es ist hilfreich, wenn wir uns innerlich orientieren können worum es jeweils in der Begleitung geht und um genau diese Orientierung geht es in dieser 3-teiligen Vertiefung.



## Der Weg

Grundlage ist mein Modell der 8 Bildebenen, von denen jede von einer anderen Art Bedürfnis und innerem Anliegen, von Möglichkeiten und Grenzen, Wünschen und Erlebnissen erzählt. Diese Ebenen werden vorgestellt, im eigenen Tun erlebt und Werkzeuge für deren Begleitung angeboten. Wir üben, schnell die Perspektive zu wechseln, uns beweglich auf die sich jeweils in den Vordergrund schiebende Bildebene einzulassen und zu verstehen, was wir da eigentlich gerade begleiten. Das kann darüber hinaus die Freiheit stärken, entscheiden zu können, eine bestimmte Ebene nicht zu begleiten und das auch zu begründen – vielleicht weil sie die eigenen Kompetenzen und Möglichkeiten überschreitet oder auch weil der Rahmen dazu nicht gegeben ist.

## Die Zielgruppe

Ziel der Weiterbildung ist, hier Grundlagen zu schaffen und damit mehr Sicherheit für die Begleitung anzubieten. Darüber wird ganz von selber auch die Sicherheit gestärkt, sich der eigenen Form innerhalb des Ausdrucksmalens bewusster zu werden. Das wiederum hilft, das eigene Angebot nach außen hin zu präsentieren und zu kommunizieren.

**Leitung: Charlotte Schlotheuber**

**Seminarort: Atelier für Ausdrucksmalen und Arbeit am Tonfeld®**

**Hechingerstr. 203**

**72072 Tübingen**





## Vertiefendes Angebot

# Ausdrucksmalen für die Arbeit mit Kindern

„Betrachte ich die Bilder von Kindern, erfasst mich Staunen, doch es überkommt mich auch Trauer. Staunen darüber, welche ungeheure Kraft des Ausdrucks in uns schlummert. Trauer darüber, dass diese Kraft wieder verschüttet wird.“  
Ernst Pöppel

Was können wir tun, um diese „ungeheure Kraft des Ausdrucks“ bei Kindern zu fördern?

Malen bedeutet für Kinder weit mehr als das Hervorbringen „schöner Bilder“. Es kann für sie eine tiefgreifende Hilfe in ihrer Entwicklung sein und ermöglicht ihnen von ihren Gefühlen, Erfahrungen, Konflikten und Bedürfnissen im Bild zu erzählen, diese zu bewältigen und so mehr und mehr zu sich selbst zu finden.



Das Ausdrucksmalen bietet für diese Kraft einen besonderen Rahmen: Denn der Malraum ist ein geschützter Ort, gemalt wird an großen Malwänden. Das Zentrum des Raumes bildet ein spezieller Palettentisch mit Gouachefarben und den jeweils dazugehörigen Pinseln. Es gibt weder Themen noch Zielsetzungen, es geht nicht um das Erlernen von Maltechniken, es gibt kein Richtig und kein Falsch. Die Malbegleitung ist frei von Wertung. In solchen Räumen werden Eigenständigkeit, Selbstwertgefühl und individuelle Kreativität der Kinder gefördert.



## Der Weg

Diese berufsbegleitende Weiterbildung findet alle 2 Jahre im Odenwald-Institut statt, gliedert sich in 4 Wochenendmodule und ist als Bildungsurlaub anerkannt.

Um ein ganzheitliches Lernen und Verstehen zu ermöglichen, wechseln sich theoretische Anteile mit Selbsterfahrungselementen (Malen, Bewegungs- und Entspannungsübungen) ab.



## Das Ziel

Ziel dieser Weiterbildung ist es, ein gutes „Handwerkszeug“ für das Ausdrucksmalen mit Kindern zu bekommen. Wir lernen die Rahmenbedingungen und eine sinnvolle Raumgestaltung kennen und erfahren alles über das notwendige Malmaterial und unsere Malbegleitung. Das Wissen um all diese Dinge fördert die eigene Sicherheit und hilft auch, die Arbeit gegenüber Eltern, Arbeitgebern und Institutionen zu begründen.

## Die Zielgruppe

Das Angebot richtet sich an Menschen aus pädagogischen, therapeutischen, sozialen und künstlerischen Arbeitsfeldern. Voraussetzungen sind in jedem Fall eigene Erfahrungen im Ausdrucksmalen oder verwandten Methoden prozessorientierten Malens.

## Modul 1: Raum-Material-Setting

- + Die besondere Gestaltung des Malraumes mit Malwänden und Farborgel
- + Die wertungsfreie Grundhaltung sowie Grundregeln im Atelier
- + Spezielle Malmaterialien und Bezugsadressen
- + Ein Ausdrucksatelier am eigenen Arbeitsplatz

## Modul 2: Die Malbegleitung

- + Eigenes Malen und Begleiten im Atelier: Selbsterfahrung, Reflexion, Austausch
- + Die vertrauensvolle und bewertungsfreie Malbegleitung
- + Die Arbeit mit den Bildgeschichten
- + Interventionsmöglichkeiten
- + Umgang mit Institutionen und Eltern

## Modul 3: Die Malsprache der Kinder

- + Die kindlichen Entwicklungsstufen und ihr gemalter Ausdruck
- + Wie kann ich das Kind in der jeweiligen Phase unterstützen?
- + Entwicklungspsychologische Aspekte
- + Gemeinsame Bildbetrachtungen

## Modul 4: Fingermalen, Kleisterspuren und die Basissinne

- + Die Malspuren von Kindern als Zeichen der eigenen Wirksamkeit
- + Die 3 Basissinne und ihr Ausdruck
- + Eigene Übungen zum Erforschen und Erfahren der verschiedenen Sinneskanäle
- + Körperliche und seelische Entwicklungen und Störungen bei Kindern im Bezug auf die Basissinne



**Leitung: Jutta Ittel**

**Seminarort: Odenwald-Institut**

**Tromm 25**

**69483 Wald-Michelbach**



## Loslassen und Vertrauen

Das Ausdrucksmalen habe ich kennengelernt, als ich in meinem Studium der Illustration feststeckte. Für mich schloss sich an diesem Punkt der Kreis vom Psychologiestudium und meinem künstlerischem Schaffen und langjähriger Erfahrung mit inneren Reisen. Parallel zu meinem Diplom als Designerin begann ich 2005 mit den Lehr- und Wanderjahren bei Laurence Fotheringham und Margot Saak-Bitterling und eröffnete sehr bald mein eigenes Atelier. Mit Leichtigkeit und Humor habe ich seitdem gelernt, hinter die Bilder zu schauen, nicht an der Oberfläche zu bleiben sondern einzutauchen und die Wahre Gestalt zu erkennen.



Britta Vogel, geb. 1975

Das Ausdrucksmalen ist für mich eine Möglichkeit eigene Themen hervorzubringen, zu verbinden, zu verwandeln und aufzulösen. Es ist ein wunderbarer Weg, um aus der Starre in die Flexibilität zu kommen. Laurence' einfache Worte "trust the process" haben mich seither in vielen Lebensthemen begleitet und mir immer wieder den Mut zum Loslassen gegeben.

Seit 2006 arbeitete ich im eigenen Atelier mit Kindern und Erwachsenen, war in Schulen, Kindergärten, Jugendhäusern und Kliniken tätig. Der Kern meiner Begleitung ist dabei, immer das Schiff vertrauensvoll zu halten, bis es den Hafen erreicht, welcher auch immer das sein mag.

Mit Freude übernahm ich 2020 von Margot die Leitung der Lehr- und Wanderjahre und begab mich damit auf eine neue spannende Reise.

### Meilensteine auf meinem Weg:

B.Sc. in Psychologie und Diplom-Designerin

Begleitet Malen mit Kindern bei Charlotte Schlotheuber und Christina Studer

Konflikt - und Aggressionsberatung bei Donata Oerke

Kreative Traumatherapie an der Zukunftswerkstatt therapie kreativ



## Malen als aktive Meditation

Ich war 29, als ich in einer Selbsterfahrungsgruppe ein Bild malte und durch dieses Bild plötzlich eine Situation aus meiner Kindheit verstand. Seither setze ich mich immer wieder mit meinem Malprozessen auseinander. Sie spiegeln mit einer oft unbewussten inneren Realität. Das Malen führte mich damals auch in eine Blockade, aus der ich nicht wieder herausfand – bis das Ausdrucksmalen in mein Leben kam. Meine Lehr- und Wanderjahre bei Laurence Fotheringham 2003-2004 eröffneten mit einem völlig neuen Verständnis von dem, was Malen sein kann und bewirken kann.

Mit dem Ausdrucksmalen arbeite ich seither kontinuierlich, immer wieder dankbar und freudig in meinem Atelier, das an das Bio- und Gesundheitshotel Gutshaus Stellshagen in Mecklenburg nahe der Ostsee angegliedert ist.

Beim Malen und Begleiten fasziniert mich der Veränderungsprozess: das Loslassen von Identifikationen und Vorstellungen, die Einsichten oder die Klärung, die beim Malen oder mit dem fertigen Bild erlebt werden. Das innere Ankommen. Ausdrucksmalen ist für mich eine aktive Meditation.

Seit 2010 arbeite ich mit der Traumalösungsmethode Somatic Experiencing® (SE) nach Peter Levine, die auch in meine Malbegleitung einfließt. Die SE-Arbeit hat mir persönlich viel erschlossen. Als besonders berührend erlebe ich daher das Begleiten mancher intensiver Malprozesse, in denen traumatische Erfahrungen transformiert werden und wieder Raum für Neues entsteht.

### Stationen auf meinem Weg:

Diplom-Übersetzerin für Russisch und Englisch

Maltrainings bei Meera Hashimoto in Indien

Körpertherapeutin, Heilpraktikerin

Kreativitäts- und Meditationsseminare zusammen mit meinem Mann Jörg Andrees Elten

Seit dem Tod meines Mannes 2017 lebe ich alleine (mit meiner Katze) in unserem Haus in Stellshagen, in guter Nachbarschaft mit Freunden und Kollegen.



Martina Kaltenbach, geb. 1963

You were born with potential.  
You were born with goodness  
and trust.  
You were born with ideals and  
dreams.  
You were born with greatness.  
You were born with wings.  
You are not meant for crawling,  
so don't.  
You have wings.  
Learn to use them and fly.

*Jalaluddin Rumi*



## **Statt nach Worten zu suchen habe ich Farben gefunden.**

Am Anfang habe ich erfahren, wie sehr mit das Malen in einer Krise geholfen hat. So entschied ich mich für eine kunsttherapeutische Ausbildung und erlebte die unterschiedlichen Wege zu malen und deren Wirkung auf mich. Parallel zu meinem Studium lerne ich die Gestalttherapie kennen, und ich war sofort begeistert, wie spielerisch und bildhaft dort gearbeitet wurde. So entschloss ich mich, eine Ausbildung als Gestalttherapeutin anzuschließen.

Während meiner Assistenz arbeitete ich gleichzeitig in einem kleinen Verlag für Kunst und Literatur. Als ich mir eine Auszeit gönnte, lerne ich bei Laurence Fotheringham das Ausdrucksmalen kennen. Ich war so begeistert, dass ich mich spontan entschloss, die Ausbildung zu machen. Ich absolvierte die Lehr- und Wanderjahre, verließ den Verlag, eröffnete ein eigenes Atelier in Hamburg und durfte 2005 gemeinsam mit Laurence Fotheringham den ersten Lehr- und Wanderjahredurchgang im Osterberg-Institut als Co-Leiterin begleiten. Inzwischen habe ich die Leitung der Lehrjahre für das Ausdrucksmalen in Norddeutschland übernommen.

Seitdem ist das Ausdrucksmalen zu meiner beruflichen Lebensmittelpunkt geworden und es macht mir immer wieder große Freude, Menschen darin zu unterstützen, ihr eigenes schöpferisches Potential wieder zu entdecken und zu leben.

### **Weitere Fortbildungen auf meinem Weg**

GfK, die gewaltfreie Kommunikation bei Gerhard Rothhaupt und Kirsten Kristensen,  
Improtheater bei Friedhelm Ecermann und Petra Köhler,  
Gestalt supervision am GiH bei Julia Lambrecht

Ich bin verheiratet, habe drei erwachsene Söhne und bin inzwischen zweifache Großmutter. Mit meinem Mann lebe ich seit über 30 Jahren im Süden Hamburg in der Nähe von Wald, Obstwiesen und Heide.



**Margot Saak-Bitterling, geb. 1953**

Es gibt dich

Dein Ort ist  
wo Augen dich ansehen.  
Wo sich die Augen treffen  
enstehst du.

Von einem Ruf gehalten,  
immer die gleiche Stimme,  
es scheint nur eine zu geben  
mit der alle rufen.

Du fielest,  
aber du fallst nicht.  
Augen fangen dich auf.

Es gibt dich  
weil Augen dich wollen,  
dich ansehen und sagen  
dass es dich gibt.

*Hilde Domin*

## Die Reise meines Lebens

Meine erste Begegnung mit dem Ausdrucksmalen nach Laurence Fotheringham zählt zu den vergnüglichsten Erinnerungen meines Lebens. Die Lust und Freude am Tun, am Spiel, am ungestörten freien Erkunden und Erleben von Formen und Farben waren wie ein großes Aufatmen. Dann die Überraschung, dass die Bilder ja meine ureigene Lebensspur widerspiegeln! Die Verblüffung, dass ich diese Lebensspur ungeplant in jedem Moment sichtbar mache und sie aber genauso in jedem Moment verändern und in eine neue Richtung lenken kann. Es war ein großes Staunen. Und das ist es bis heute, 30 Jahre später. Bilder sind Besuche der Götter, hat James Hillman einmal gesagt, und dem kann ich nur zustimmen. Bilder zeigen sich uns, machen etwas mit uns, entziehen sich wieder – es ist ein kontinuierlicher Dialog mit den eigenen Seelenräumen und ihren unendlichen Erfahrungen. Werden diese schöpferischen Prozesse weder bewertet noch manipuliert, sondern mit Achtung entgegengenommen und beantwortet, dann kann sich ein tiefes Vertrauen in die Sinnhaftigkeit der eigenen Lebensreise, so geheimnisvoll sie am Ende wohl auch bleiben wird, bilden.



Charlotte Schlotheuber, geb. 1956

Meine Begleitung hat ihren Fokus auf diesem Dialog, dem gemeinsamen „Zuhören“ dessen, was die Bilder erzählen. Um dann in Folge eine stimmige Resonanz, einen lebenszugewandten Umgang damit zu ertasten. Das Ausdrucksmalen bietet hier den Raum auszuprobieren, zu prüfen und zu verwerfen und im Probehandeln neue Wege zu erkunden.

### Weitere Fortbildungen auf meinem Weg

Studium und Abschluss als Dipl.-Pädagogin., Uni Trier

Weiterbildung Gesprächstherapie nach C.Rogers bei W-R.Minsel

Weiterbildung in Transaktionsanalyse bei H.Jellouschek, Eric Berne Institut Stuttgart

Ausbildung zur Leiterin für Ausdrucksmalen bei L.Fotheringham, Odenwald-Institut, Tromm

Weiterbildung Integrative Therapie mit kreativen Medien am FPI, Sektion Schweiz

Ausbildung zur Begleiterin in der Arbeit am Tonfeld® bei H.Deuser, Institut f. haptische Gestaltbildung, Hinterzarten

Ausbildung Transpersonale Körperarbeit nach M.v.Schelven, Zentrum Neuenzell, Ibach

Weiterbildung in der Arbeit mit der Triade nach G.v. Witzleben, I.T.S. Konstanz.

Mitglied des Teams Ausdrucksmalen am Odenwald-Institut von 2000 – 2019.

10 Jahre soz.-päd.Arbeit einer Reha- Klinik sowie in einem sozialen Brennpunkt. Seit 1993 eigenes Atelier, seit 1996 im soziokulturellen Zentrum Sudhaus in Tübingen in meinem speziell dafür ausgestatteten Malatelier. Seitdem steht dieser Raum für das freie schöpferische Tun bei professioneller Begleitung – ein Angebot für alle, die sich persönlich und / oder künstlerisch weiterentwickeln wollen. In Einzelarbeit oder in kleinen Gruppen. Jedes Jahr gibt es ein neues, aktuelles Programm, das extra angefordert werden kann.

Das Angebot umfasst neben Kreativtraining, Selbsterfahrung und individueller Begleitung auch Supervision und lösungsorientiertes Coaching mit kreativen Medien.



## Freiheit und Geborgenheit

Als mir 2002 im Odenwald-Institut das Ausdrucksmalen mit Laurence Fotheringham begegnete, hatte ich das starke Gefühl, meine berufliche Heimat gefunden zu haben. Ich fand einen Ort, wo es kein Richtig und kein Falsch und eine große Tiefe gab.

Einen Ort, an dem zwei, für mich wichtige Werte zusammen fanden: Menschen in Freiheit und auf Augenhöhe zu begegnen und die Geborgenheit einer besonderen Malbegleitung. Ich fühlte mich angekommen.

2005 eröffnete ich, mit viel Freude, mein eigenes Atelier für Ausdrucksmalen, Kunsttherapie und Freie Malerei. Ich arbeite hier mit großen und kleinen Menschen, alten und jungen Menschen und Menschen, die anders und besonders sind. Als Freie Mitarbeiterin bin ich in Kinderhäusern, Schulen und anderen sozialen und therapeutischen Einrichtungen tätig. Meine langjährigen beruflichen Erfahrungen gebe ich in Fortbildungsangeboten und Einzelberatungen weiter.

### Die Ausbildungen auf meinem Weg

Kunsttherapeutin

Heilpraktikerin für Psychotherapie

Ausdrucksmalleiterin bei Laurence Fotheringham

Ausdrucksmalen mit Kindern bei Charlotte Schlotheuber und Christina Studer



Jutta Ittel, geb. 1965



# Laurence Fotheringham

## Trust the Process

geboren 1936 in Schottland

gestorben 2021 in der Schweiz

In einer Lebenskrise kam er über viele Umwege zum Ausdrucksmalen.

### Wichtige Stationen auf seinem Weg:

C.G. Jung-Institut Zürich

Sandspiel-Seminare, Dora Kalff, Zollikon

Kreativerziehung, Bettina Egger, Zürich

Integrative Maltherapie, IAC, Zürich

Gestalt Institute, Chicago, USA

Guided Imagery in Music, USA



Laurence Fotheringham

Seit 1979 leitete er hauptberuflich Gruppen und Weiterbildungsprogramme im Ausdrucksmalen in der Schweiz und in Deutschland.

## ... aus einem Interview, das im Newsletter "LebensArt" des Osterberg-Instituts erschien. (Ausgabe Mai 2011)

**Osterberg-Institut:** Was ist für Dich die Basis im Ausdrucksmalen?

**Laurence Fotheringham:** Meine Arbeit ist geprägt von der Überzeugung, dass Entwicklung und Wachstum zu einem selbständigen, kreativen, handlungs- und beziehungsfähigen Menschen nur möglich ist, wenn wir die ursprüngliche, kindliche Art zu lernen wiederentdecken. Dieses ganzheitliche Lernen führt uns Schritt für Schritt zurück zu unserem Urvertrauen und zum Kern unseres Wesens.

**Osterberg-Institut:** Ist es wichtig für Deine Arbeit, dass Du als Malleiter dem Prozess vertraust?

**Laurence Fotheringham:** Es kann gar nicht anders sein. Die Person, die malt, tritt in einen schöpferischen Prozess ein, ohne genau definiertes Ziel. Das Endergebnis ist ebenso ungewiss wie die Zeit, die dafür benötigt wird. Kreative Neugier und Entdeckungslust bringen diesen Prozess voran. Die Erfahrungen und Erlebnisse auf dem Weg führen zu neuen Erkenntnissen. Sie sind ebenso wichtig wie das fertige Bild, welches das sichtbare Ergebnis des durchkämpften Weges ist, im Einklang mit seinem Schöpfer steht und diesen oft tief beglückt und mit Stolz erfüllt.



**Osterberg-Institut:** *Du hast erzählt, dass Dich, neben der Gestalttherapie, ein Buch von Frédéric Leboyer besonders inspiriert hat.*

**Laurence Fotheringham:** Ja, er beschreibt die verschiedenen Phasen des Geburtsprozesses aus der Sicht des Kindes, das auf die Welt kommt. Für mich war das unglaublich berührend. Und ich sehe die Parallelen zu meiner Arbeit. Wir kommen während des Malprozesses an Engpässe, nichts scheint mehr weiterzugehen. Stillstand, Verzweiflung, die Angst, sterben zu müssen. Und dann geht es doch weiter, die nächste Welle kommt, trägt uns fort zu einer neuen Erfahrung. Wenn wir im Ausdrucks- malen vergleichbaren Phasen begegnen, ist der Malende herausgefordert, sich den Problemen zu stellen. Dadurch werden Lösungen möglich. Gefühle von Enttäuschung, Hilflosigkeit, Ratlosigkeit, Hoffnungslosigkeit und Lähmung sind entscheidende Wegweiser auf dem Weg zur Lösung. Die Spannung ist unangenehm und oft kaum zu ertragen. Doch gerade in dem Moment, da die Probleme unüberwindbar und die Krisen abgrundtief scheinen, wachsen sehr oft erstaunliche Kräfte. Gestaute Gefühle wie Wut und Trauer brechen durch und führen zu ungeahnten Lösungen. Lösungen sind Erfolgserlebnisse: „Ich habe es geschafft!“ Diese wiederum erzeugen Selbstvertrauen, das Gefühl fähig zu sein, schwierige Situationen zu meistern. Dieses erworbene Selbstvertrauen gibt Mut, erneut Risiken einzugehen.

**Osterberg-Institut:** *Wenn Du auf Deine Zeit als Ausdrucksmalleiter schaust, mit welchem Bild würdest Du diese beschreiben?*

**Laurence Fotheringham:** Mir fallen da verschiedene ein. Zum einen sehe ich das, was entstanden ist, als Garten. Du kannst sagen, ich war der Pionier, der in einer Wildnis einen Garten angelegt hat. Man kann auch sagen, ich sei ein Kompostierer – es finden nämlich echte Umwandlungsprozesse während des Ausdrucksmalens statt. Als Leiter bin ich auch Hebamme. Ich begleite die Malenden in dem Prozess, ihr Kind zu gebären – das Bild, welches in ihnen steckt. Wege bahnen, schauen, wo gute Gründe sind, dass etwas wachsen, sich verändern kann – das scheint mir verbindend zu sein zwischen Hebamme und Pionier.

**Osterberg-Institut:** *Und wenn Du jetzt Deine Arbeit anderen über gibst, was empfindest Du?*

**Laurence Fotheringham:** Dankbarkeit, eine tiefe Wertschätzung für die Menschen, die schon so lange mit mir arbeiten, und ein großes Vertrauen, dass der Prozess mit dem neuen Leitungsteam gut weiter gehen wird.

**Osterberg-Institut:** *Dass sie den Garten gut pflegen werden?*

**Laurence Fotheringham:** Nein, denn es ist jetzt ihre Verantwortung, daraus zu machen, was für sie selbst passt, für den Zeitgeist und für die Menschen, mit denen sie arbeiten. Eine neue Generation ist an der Reihe. Das ist gut so. Sie kommen mit neuer Energie, neuen Ideen. Ich bin neugierig, wie sich das Ausdrucksmalen weiter entwickelt. „I trust the process“, weil ich weiß, dass wir im Kern tief verbunden sind.





# Die Ateliers

an den verschiedenen Seminaren

## Hamburg



## Essen



## Stellshagen



# Die Weiterbildungsangebote im Überblick

## Lehr- und Wanderjahre

### Teil 1 – Selbsterfahrung

sechs Module

**Voraussetzung:**

Teilnahme an mindestens einem  
Einführungsmaltag

**Leitung:**

Britta Vogel (in Essen)  
Martina Kaltenbach (in Stellshagen)

### Teil 2 – Begleitungspraxis

sechs Module

**Voraussetzung:**

Lehr- und Wanderjahre Teil 1

**Leitung:**

Britta Vogel (in Essen)

## Vertiefungen

### Ausdruck trifft Gestalt

sieben Module

**Leitung:**

Margot Saak-Bitterling (in Hamburg)

### Zirkeltraining

drei Module

**Leitung:**

Charlotte Schlotheuber (in Tübingen)

### Ausdrucksmalen für die Arbeit mit Kindern

vier Module

**Leitung:**

Jutta Ittel (am Odenwald-Institut)

## Anmeldung

### Britta Vogel

Telefon: 0201 - 46 98 128

Mail: [post@ausdrucksmalen-essen.de](mailto:post@ausdrucksmalen-essen.de)  
[www.ausdrucksmalen-essen.de](http://www.ausdrucksmalen-essen.de)

### Martina Kaltenbach

Telefon: 038825 - 255 85

Mail: [atelier@hierjetzt.de](mailto:atelier@hierjetzt.de)  
[www.mal-medi.de](http://www.mal-medi.de)

### Margot Saak-Bitterling

Telefon: 040 - 701 72 03

Mail: [margotsaak-bitterling@gmx.de](mailto:margotsaak-bitterling@gmx.de)  
[www.atelier-entdeckungen.de](http://www.atelier-entdeckungen.de)

### Charlotte Schlotheuber

Telefon: 07071 – 35773

Mail: [charlotte.schlotheuber@t-online.de](mailto:charlotte.schlotheuber@t-online.de)  
[www.ausdrucksmalen-tuebingen.de](http://www.ausdrucksmalen-tuebingen.de)

### Jutta Ittel

Telefon: 0621 - 178 77 66

Mail: [kontakt@ausdruck-malen.de](mailto:kontakt@ausdruck-malen.de)  
[www.ausdruck-malen.de](http://www.ausdruck-malen.de)

## AusdrucksmalenPLUS

weitere offene themenspezifische Angebote  
für ausgebildete Ausdrucksmaler:innen zum  
Aufbau spezieller Kompetenzen aus dem  
Netzwerk Ausdrucksmalen unter  
[www.LehrundWanderjahre.de](http://www.LehrundWanderjahre.de)