



# Maltherapie

*Lassen Sie die Farbpinsel  
tanzen und erweitern Sie  
Ihren Handlungsspielraum.*

**«Manche Maler machen aus der Sonne einen gelben Punkt. Andere machen aus einem gelben Punkt eine Sonne.»**

Pablo Picasso

*Oft spüren Menschen nicht sofort, dass etwas in ihrem Leben aus dem Gleichgewicht geraten ist. Je länger die Unklarheit anhält, desto mehr spürt man eine Verunsicherung, die Angst auslöst und sogar krank machen kann. Die Maltherapie soll Ihnen helfen, Lösungen und Wege für neue Lebensenergie zu erarbeiten. Denn Malende erstellen ihre Bilder auf die gleiche Art und Weise, wie sie das Leben bewältigen. Der Therapie-Prozess entfaltet sich daher in der unmittelbaren Realität des Bildes.*

*Ziel ist es, Ihre Kreativität zu fördern, Barrieren oder Blockaden zu lösen. Somit sind Sie in der Lage, neue Lebensentscheidungen zu treffen und Ihren Weg wieder aktiv zu gestalten.*

## *Ihr Wunsch*

Suchen Sie Begleitung in einer Lebenskrise oder Unterstützung, um neue Wege zu gehen? Leiden Sie an psychosomatischen Beschwerden, Neurosen, Depressionen, Angst- und Zwangserkrankungen, narzisstischen Störungen oder Suchterkrankungen? In der Maltherapie können Sie einen Heilungsansatz finden und Ihre Krankheit lindern. Entdecken und fördern Sie Ihre Fähigkeiten mit Hilfe der Maltherapie. Sie erleben, wie sich Ihre gemachten Erfahrungen in den Lebensalltag übertragen lassen.

## *Die Methode*

In der Therapie malen und gestalten Sie Bilder. Je nach individueller Situation wählen Sie das Thema frei oder arbeiten nach einer bestimmten Aufgabenstellung. Nach dem Gestaltungsprozess, den ich als interessierte Beobachterin genau mitverfolge, versuche ich mit Ihnen, Ressourcen zu entdecken und Verhinderungen zu erkennen. Die Therapie ermöglicht es Ihnen somit, sich mit dem Gemalten auseinanderzusetzen. Durch das Malen bringen Sie Ihre inneren Bilder auf Papier und machen Unbewusstes und Bewusstes sichtbar. Geträumte, imaginäre und archaische Bilder werden erkennbar. Verdrängtes, Sehnsüchte und Wünsche dürfen sich zeigen.

Es ist keinerlei Vorkenntnis oder Begabung nötig. Maltherapien eignen sich für Erwachsene und Kinder.

## *Das Ziel*

- Inneres Gleichgewicht finden
- Verdrängtes bewusst machen
- Blockierungen erkennen und lösen
- Selbstvertrauen gewinnen
- Besserer Kontakt zur Realität
- Neue Lebensentscheidungen treffen

# Bernadette Tischhauser

Kunsttherapeutin FIAC | Systemische Beraterin | Theologin

Brühlgasse 39  
CH-9000 St.Gallen

Tel +41 (0)71 222 49 29  
bt@praxis-tischhauser.ch  
www.praxis-tischhauser.ch

## *Mein Angebot*

Sie interessieren sich für diese Methode?  
Ich begleite Sie als Einzelperson oder in der  
Gruppe auf dem Weg der Maltherapie.  
Aktuelle Angebote:  
[www.praxis-tischhauser.ch](http://www.praxis-tischhauser.ch)