

Tastendes Zeichnen

Die Grundidee ist, dass das Sinnesorgan *Tasten* sensibilisiert wird und statt des *Sehens* die Führung über den Stift übernimmt. Die Zeichnerin arbeitet mit geschlossenen und auch mal mit offenen Augen und sieht nicht, was sie zeichnet. Die Steuerung über den Intellekt wird damit abgegeben.

Porträtbilder

Sozialform	Alter	Materialien	Dauer	Position	Besonderheiten
Einzel Gruppe	Erwachs.	Kohle, Pastellkreide	45 Min.	Vertraute Gruppenat- mosphäre	Unmittelbare Konfrontation mit seinem „Ich“

Die hier beschriebene Übung wird in einem offenen Atelier angewandt, das Mal- und Selbsterfahrungskurse für Kinder, Erwachsene und geistig behinderte Menschen anbietet. Die Gruppenstärke bewegt sich zwischen 4 und 8 Personen.

Thema:

In dieser Übung setzt sich die TN mit ihrem *Gesicht*, dem inneren und dem sichtbaren, auseinander.

Das eigene Gesicht wird ertastet und parallel dazu gezeichnet.

Setting:

Erwachsene, die sich in einzeltherapeutischer Situation befinden, aber die Übung kann auch in der Gruppe durchgeführt werden.

Material:

Papier, ca. 40x60 cm groß, Kohle oder Pastellkreiden (für das weitere Bearbeiten des Bildes ist es günstig, wenn eine mittelgraue Kreide benutzt wurde, da Schwarz das Bild sonst dominiert).

Erfahrungsebenen:

- Sich auf die eigene *Sinneswahrnehmung* verlassen, vorgefertigte Vorstellungen verlassen
- Es wird ein hohes Maß an Aufmerksamkeit für sich, für das eigene Gesicht aufgebracht
- Mit sich „ins Gespräch“ kommen: Was empfinde ich, wenn ich meine Nase, meine Stirn, den Mund....berühre, befühle?

- Akzeptieren wie ich bin, wie ich aussehe bzw. mich mit der evtl. Unzufriedenheit darüber auseinandersetzen
- Beim „intuitiven“ Zeichnen erleben, dass ich über das Bild mehr über mich erfahren kann als beim „kontrollierten“ Zeichnen.

Verlauf:

- Für jede TN liegt ein Blatt, 50x70 cm, und Kohle bereit.
- Zur Einstimmung eine Wahrnehmungsübung: „Lege deine Fingerspitzen auf dein Gesicht. Spüre, wie dein Atem die Hände berührt, spüre die Temperatur deiner Finger und wie sich die Haut anfühlt. Wir wollen nun eine kleine Erkundungsreise über dein Gesicht machen und fangen mit der Stirn an. Mit beiden Händen befühlen wir die Stirn, fühlen den Haaransatz, gleiten langsam zu den Augenbrauen, erkunden die Augenhöhlen, kommen zum Nasenansatz, erkunden die Nase....“ (Weiter bis zum Kinn, Halsansatz). „Zum Schluss nehmen wir unseren Kopf in beide Hände und lassen ihn wie in einer Schale darin ruhen.“
- Jetzt greifen wir mit der Zeichenhand zur Kohle. Mit der anderen Hand treten wir nochmals die Erkundungsreise über unserem Gesicht an und diesmal zeichnen wir parallel auf unserem Blatt dazu. Wenn euch eine Stelle in eurem Gesicht besonders interessant erscheint, dann verweilt hier längere Zeit und bewegt die Kohle unablässig dazu. Das Bild soll nachher nur wiedergeben, wie wir uns mit unserem Gesicht beschäftigt haben und nicht, wie das Gesicht „tatsächlich“ aussieht.
- Damit jede ihrer eigenen Geschwindigkeit entsprechend die Reise machen kann, lasse ich euch ein paar Minuten dazu Zeit, ohne euch dabei anzuleiten. Geht bedächtig und sorgfältig vor, versucht jeden Millimeter eures Gesichts zu erfühlen, lasst nichts dabei aus“.
- Nach Beenden der Zeichnung werden die Augen geöffnet. Jede soll sich nun Zeit nehmen, das Bild mit ihren Augen zu erkunden und dabei wahrzunehmen, welche Gedanken und Gefühle beim Betrachten der Zeichnung aufkommen.
- Vertiefung: Folgende Fragen werden auf einem Blatt beantwortet: Welche Stimmung gibt das gezeichnete Gesicht für deinen Eindruck wieder? Welche Teile deines Gesichts, das du aus dem Spiegel kennst, findest du der Zeichnung ähnlich? Welche anders? Hast du eine Phantasie zu diesem Gesicht, in welcher Situation es diesen Ausdruck haben könnte? Kommt dir der Ausdruck bekannt vor?
- Bevor die Gruppe zusammen kommt um die Bilder einander vorzustellen, gehen die TN zu zweit zusammen und besprechen ihre Gestaltungen. In der Gesamtgruppe muss nicht jede TN ihr Erleben schildern und hatte doch in der Zweiergruppe die Möglichkeit, sich im kleinen Rahmen mitzuteilen.

Fortführung:

Wenn geplant ist, das Thema „Porträts“ weiter zu verfolgen, indem z. B. mit dem Handspiegel weiter gearbeitet wird, können eine oder mehrere der o.g. Übungen zur „Einstimmung“ auf das Thema vorweg angeboten werden.



„Blatterkundung

„Tasten/Zeichnen“



Varianten:

- Ein Bild davon wird für eine weitergehende Gestaltung verwendet, d. h. die TN gestaltet mit offenen Augen das Gesicht weiter. Dazu kann die Aufgabe gestellt werden: „Versuche mit Hilfe von *Farben* (evtl. auch mit farbigem Papier) den Ausdruck des Gesichts zu verdeutlichen. Du kannst auch noch Haare, teilweise Kleidung usw. hinzufügen“.

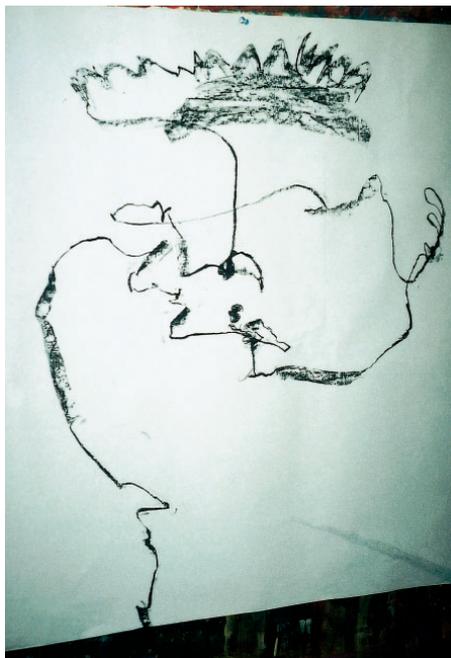
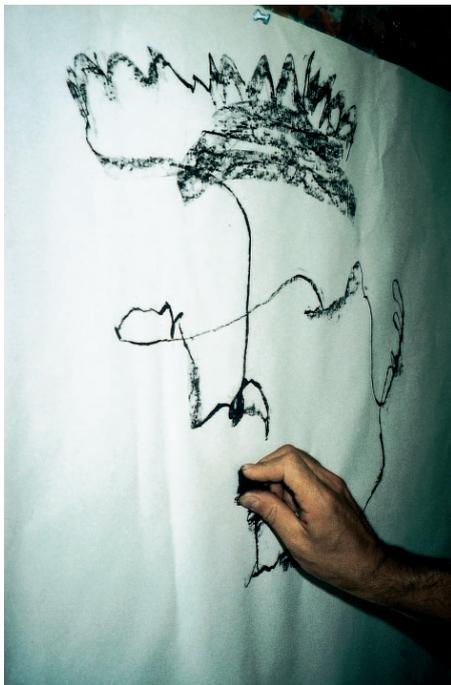
➤ Statt während des Tastens zu zeichnen, wird vor dem Zeichnen das Gesicht gründlich erfühlt, und *anschließend* (mit weiterhin geschlossenen Augen) gezeichnet. Das hat den Vorteil, dass die Aufmerksamkeit ganz dem Zeichnen gewidmet

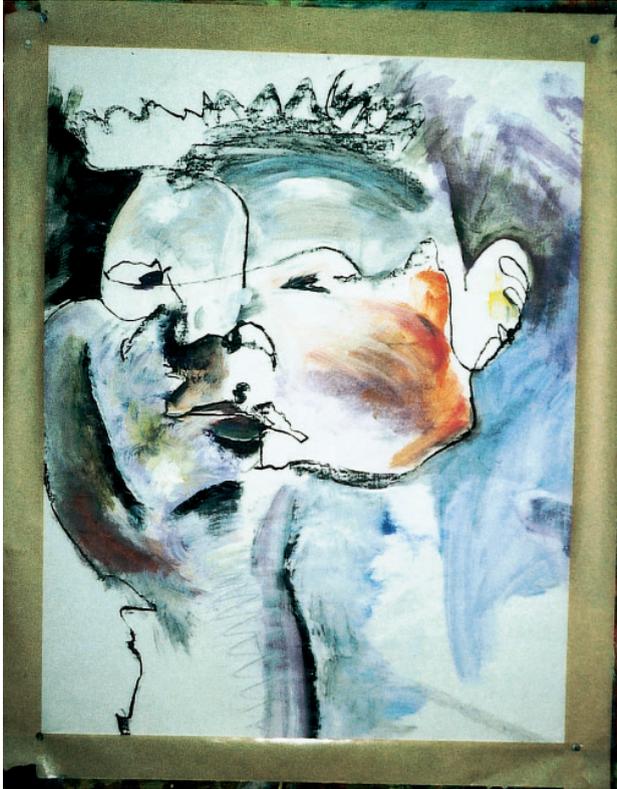
wird und nunmehr die *Erinnerung* dessen, was erspürt wurde, sich ins Bild überträgt. So wird eine Porträtserie von 3-5 Bildern erstellt.

- Statt des Gesichts wird nur *ein* Körperteil erforscht: Ein Ohr, ein Fuß, die Nase... In diesem, auch ruhig des öfteren angewandten Übungsverlaufes kann eine neue Zärtlichkeit und Akzeptanz sich selbst gegenüber anregt werden. Es darf auch den Fragen nachgegangen werden: Was mag ich an mir (nicht)? Was ist mir an mir selbst noch gar nicht so aufgefallen? So kann in Gespräche zwischen den TN zum Thema Selbst- und Fremdwahrnehmung geführt werden.

Hinweise:

- Es ist für manche eine Überwindung, sich zart und aufmerksam zu berühren und diesen Kontakt über längere Zeit aufrecht zu erhalten. Dies ist bei der Zielgruppe, mit welcher gearbeitet wird, unbedingt zu beachten.
- Vor allem „Kopfmenschen“ fällt es schwer, sich auf die Übung einzulassen und müssen immer wieder aufmunternd dabei begleitet werden.
- Querverbindung, siehe unter „Kommunikationsübungen – Partnerübung: Blindporträts“.





Die Zeichnung wird mit Farben vervollständigt

Weiterführende Literatur:

Betty Edwards, Garantiert Zeichnen Lernen. Hamburg, 1982

Christine Leutkart