10 Jahre

Kunst
zum Leben

mit Gudrun Schaller
2010-2020

Im Namen der Stiftung Leben mit Krebs gratuliere ich herzlich zum Jubiläum anlässlich des 10-jährigen Bestehens des Malkurses „Kunst zum Leben“ am Tumorzentrum Flensburg-Schleswig-Nordfriesland e. V. Wir sind stolz darauf, wie sich das Projekt über die Dekade hinaus entwickelt hat und freuen uns, dass wir dieses von Anfang an unterstützen konnten.

Seit ihrer Gründung im Jahre 2005 engagiert sich unsere Stiftung deutschlandweit für therapieunterstützende Projekte für Krebspatienten, damit sie eine bessere Lebensqualität erleben können. Als Schwerpunkt hat sich die Stiftung zur Aufgabe gemacht, die Bewegungstherapie für Betroffene zu etablieren. Ein weiteres weitgehend sinnvolles Angebot sind die Kunstprogramme, wie z. B. der Malkurs in Flensburg.

Beschäftigung mit Kunst und kreatives Gestalten unter Anleitung sind in der modernen Krebsbehandlung wichtig, weil sie die Verarbeitung krankheitsbedingter Belastungen erleichtern und einen wichtigen Entspannungsfaktor darstellen können. Der Betroffene kann dadurch vom Eindruck zum Ausdruck kommen, eine mentale Stärkung und Zuversicht erfahren, Hoffnung und Mut entwickeln sowie Selbstwirksamkeit und zusätzlichen sozialen Halt in seiner Kunstgruppe erleben.

Deshalb freut es unsere Stiftung sehr, dass uns viele Teilnehmer*innen des Malkurses in ihren Werken diese Wechselwirkung zwischen Körper, Geist und Seele als „Kunst zum Leben“ in diesem ausdrucksstarken Katalog, zeigen.
Dafür herzlichen Dank!

Im Namen der Stiftung Leben mit Krebs bedanke ich mich auch herzlich bei Herrn Professor Dr. Werner Neugebauer und bei Frau Gudrun Schaller für ihren unermüdlichen Einsatz, ihr persönliches Engagement und für die fachliche Beratung innerhalb der 10-jährigen Kooperation in diesem Kunstprojekt.

Wir wünschen dem Malkurs weiterhin viel Erfolg und allen Teilnehmern und Besuchern der Ausstellung viel Freude.

Klaus Schrott
Vorsitzender des Vorstandes
Stiftung Leben mit Krebs

Bei der Bewältigung einer Krebserkrankung haben sich Selbsthilfegruppen und Gruppen mit kreativen Aktivitäten als unschätzbarer Bestandteil der psychosozialen Versorgung betroffener Patient*innen etabliert. Als gewissermaßen „dritte Säule“ neben den diagnostischen und therapeutischen Maßnahmen und der psychoonkologischen Betreuung leisten sie etwas, was sonst keine andere Berufsgruppe leisten kann: Sie vermitteln Zuversicht und bringen eigene Erfahrung ein. Diese sogenannte „Betroffenen-Kompetenz“ kann somit in unterschiedlichsten Weisen authentisch helfen und dient vielen Patient*innen als langjährige Unterstützung beim Umgang mit ihrer Erkrankung.

Das Tumorzentrum Flensburg-Schleswig-Nordfriesland e.V. unterstützt seit vielen Jahren unterschiedliche Gruppen. Eine der aktivsten ist die Gruppe „Kunst zum Leben“, die in diesem Jahr ihr zehnjähriges Jubiläum begeht. Wunderbare Bilder sind entstanden, immer wieder wurden diese im Kreise Interessierter ausgestellt und man konnte sich von der Kraft, aber auch von dem ausgedrückten Leid und der Befähigung der Bewältigung desselben durch die Kunst überzeugen. Gerade in der aktuellen Zeit, in der die Kunst in jeglicher Form ins Hintertreffen zu geraten scheint, ist es umso wichtiger bei jeder Gelegenheit auf die große Bedeutung der Kreativität für das Wohlbefinden des Menschen und der Gesellschaft hinzuwiesen.

Deswegen freuen wir uns und beglückwünschen die Gruppe „Kunst zum Leben“ zu diesem gelungenen Katalog, der uns einen kleinen Eindruck davon vermittelt, wie aktiv die Beteiligten in den vergangenen 10 Jahren gewesen sind. Stellvertretend für alle Mitglieder des Tumorzentrums bedanke ich mich herzlich bei den Teilnehmer*innen, die uns mit ihren Bildern einen Einblick in ihr Innerstes gewähren.

Prof. Dr. med. Stephan Timm
Vorstand des Tumorzentrums
Flensburg-Schleswig-Nordfriesland e.V.

Das Projekt „Kunst zum Leben“, ein Malkurs für Krebspatienten, ist ausgesprochen wertvoll für eine Verbesserung der Lebensqualität von krebskranken Menschen. Zehn Jahre treffen sich Krebserkrankte zu diesem Malkurs unter der Leitung von Gudrun Schaller. Die Teilnehmer*innen des Malkurses, die sich wöchentlich treffen, betonen immer wieder, dass diese Zusammenkommen zum gemeinsamen Malen ihnen Lebensfreude und Lebensenergie zurückbringen und ihre Ängste, depressiven Verstimmungen und Lustlosigkeit vergessen lassen.

Es ist zu hoffen, dass sich dieser Kurs über viele Jahre fortsetzen wird.

„Kunst zum Leben“ hätte nicht installiert werden und über zehn Jahre erfolgreich stattfinden können, wenn nicht die Stiftung Leben mit Krebs die Finanzierung übernommen hätte: dafür dem Vorsitzenden des Vorstandes der Stiftung, Herrn Klaus Schrott, ganz herzlichen Dank.

Anlässlich des zehnjährigen Jubiläums wünsche ich allen Beteiligten weiterhin eine kreative und erfolgreiche Zusammenarbeit.

Prof. Dr. med. Werner Neugebauer
Leiter der Krebsberatungsstelle Flensburg

Der Malkurs „Kunst zum Leben“ ist ein einzigartiges und ausgesprochen erfolgreiches kunsttherapeutisches Angebot für an Krebs erkrankte Frauen und Männer im Einzugsbereich von Flensburg. Ich freue mich, dass die von der tragischen Krebserkrankung betroffenen Menschen ihre wundervollen Bilder und Werke der Öffentlichkeit durch diesen beeindruckenden Katalog und in einer späteren Ausstellung in Flensburg vorstellen und damit ihr schweres Schicksal in die eigenen Hände nehmen.

Mein herzlicher Dank gilt allen Akteuren der unterschiedlichen Institutionen, die mit Engagement, Begeisterung und der notwendigen Finanzierung dieses ambitionierte Projekt ermöglichen; der Stiftung Leben mit Krebs, dem Tumorzentrum Flensburg, der Krebsberatungsstelle und nicht zuletzt Frau Gudrun Schaller, die von Beginn an die Kurse leitet und mit ihrer fachlichen Kompetenz den krebserkrankten Menschen auf eine besondere Weise zur Seite steht und ihnen hilft, ihrem Leben wieder einen Sinn zu geben.

Hannes Fuhrig
Stadtpräsident

Malen mit Krebspatienten

Im Jahr 2010 erhielt ich die Anfrage, ob ich als Kunsttherapeutin mit Personen arbeiten möchte, die eine Krebsdiagnose erhalten haben. Ich nahm die Aufgabe gerne an und entwickelte ein Konzept.

Ziel des Kurses „Kunst zum Leben"

Aus meiner Sicht war und ist es wünschenswert, dass Menschen, die die Diagnose Krebs zu verarbeiten haben, sich nicht vom sozialen Leben zurückziehen. Ein Austausch mit anderen Betroffenen kann eine große Unterstützung sein. Ebenso wichtig ist es, Zeit für sich zu haben, sich ganz auf das eigene Tun konzentrieren zu können, keine Rücksicht auf die Erwartungen anderer nehmen zu müssen und keinen Bewertungen ausgesetzt zu sein.

Voraussetzung für die Teilnahme

Häufig ist es schwierig, sich in einer Lebenslage, die von Verunsicherung geprägt ist, auf eine zusätzlich unbekannte Situation einzulassen. Fremde Menschen zu treffen und sich mit einer Tätigkeit zu befassen, die vielleicht seit der Schulzeit nicht mehr ausgeübt wurde, erfordert Mut. Doch wenn Neugier und Bereitschaft zum Ausprobieren vorhanden sind, sind die notwendigen Voraussetzungen erfüllt.

Ablauf des Kurses

Eine ritualisierte Begrüßungsrunde ermöglicht den Teilnehmer*innen, den Alltag hinter sich zu lassen. Sie bietet den Rahmen, sich über Aktuelles auszutauschen. Themen können sein: Untersuchungen und deren Ergebnisse, ebenso wie freudige, traurige oder schwierige Erlebnisse im Familien- und Freundeskreis. Aufkommende Gefühle haben dabei ihren Platz.

Nach der Begrüßungsrunde helfen Bewegungsübungen, Phantasiereisen oder Lesungen von Texten innere Bilder entstehen zu lassen. Diese werden anschließend mit unterschiedlichen Materialien wie Stifte, Kreiden, Acrylfarben, Ton etc. gestaltet. Der Prozess erfolgt schweigend, die Konzentration ist allein auf das Tun gerichtet.

In der Abschlussrunde wird jedes Werk präsentiert. Das innere Erleben wie auch die technische Vorgehensweise werden beschrieben. Meine Aufgabe sehe ich darin, einfühlsam Fragen zu den entstandenen Arbeiten zu stellen, um ein vertiefendes Verständnis für sich selbst und für die anderen zu erlangen. Ebenso sind die ergänzenden Äußerungen der Gruppenteilnehmer*innen eine große Bereicherung. Nicht zuletzt führt das Entdecken von kreativen Fähigkeiten zu einer großen Zufriedenheit.

Gudrun Schaller
Kunsttherapeutin

2018

Einladungskarten zu den Ausstellungen

2011

2015

2012

2016

Impressionen

Ausgewählte Bilder und Texte
verschiedener
Teilnehmer*innen

Trotz

Ich trotze der Krankheit mein Leben ab.
Da bin ich, standfest und trotzig

Alex

Strahlentherapie

Elsbeth

Meine Brücke

Ich überwinde Abgründe und
gehe meinen Weg weiter

Silke

Der Berg

Bitterkeit, Schmerz, Kummer, Verzweiflung
Haben viele Gesichter
Am schlimmsten aber, wenn sie nicht so
offensichtlich sind

Meike

„Hoffnung ist nicht die
Überzeugung,
dass etwas gut ausgeht,
sondern die Gewissheit,
dass etwas Sinn hat,
egal wie es ausgeht."
(Václav Havel)

Traute

➡ Immer wieder schlechte Nachrichten

➡ Hört das denn nie auf …

Anke

Fünfzig

Angst es nicht zu werden
Lust ihn zu feiern
Dankbar im 55.ten Lebensjahr zu sein

Melanie

Engel

sind nicht

so

mein Ding

Helga

Ich wünsche dir,
dass Engel dich bewachen
und stets liebevoll an deiner Seite sind.
Sie mögen dich zu jeder Zeit behüten,
dass du nicht stolperst und fällst,
sie mögen dich auf Engelsflügeln tragen
und dir Kraft schenken,
dich mit ihrer Liebe erfüllen und
dir das Geschenk des Lachens geben.
(Irischer Segenswunsch)

Caren

Ach wär ich nur ein Vogel
so leicht im Federkleid,
ich käm zu Dir geflogen
auch ist der Weg so weit.

Meine Liebe ist so groß
und hält in schweren Tagen.

Du bist die Liebe meines Lebens
bis hin zu unserem Tod.

Birgit

Die Wächterin

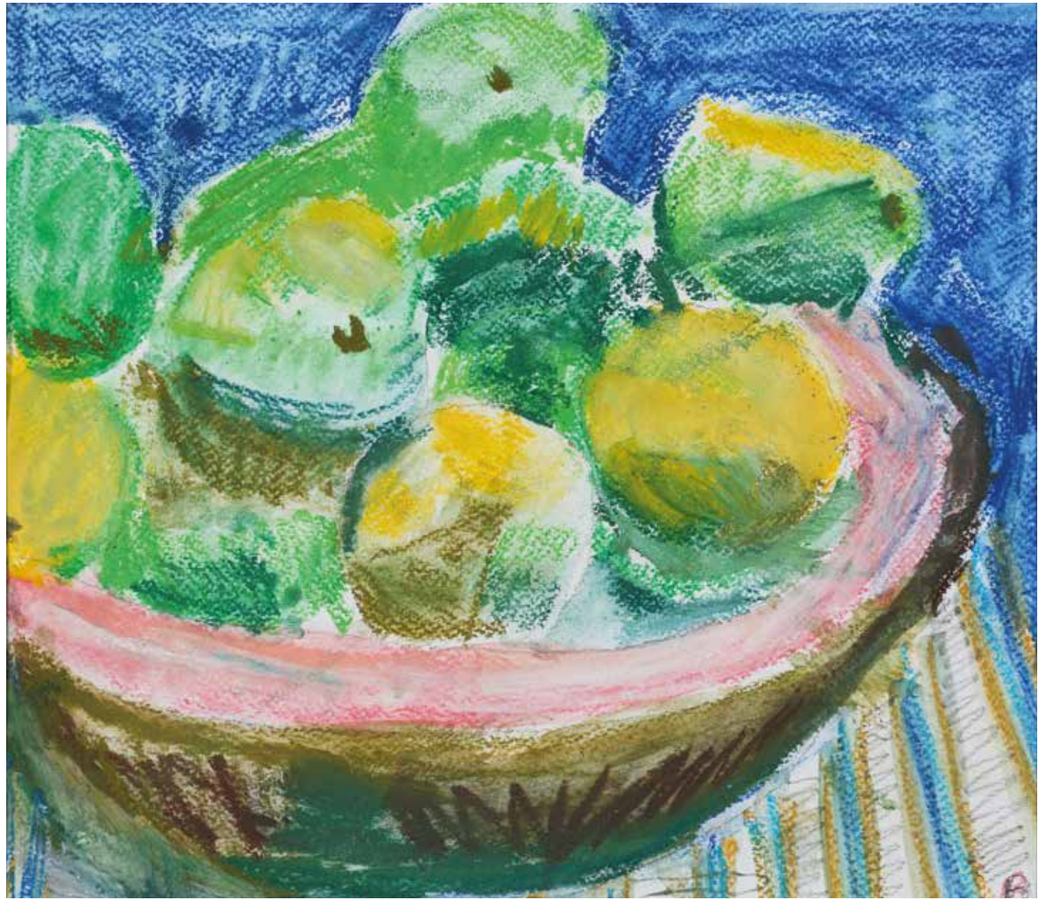
Frithjof

Diagnose

Karin L.

Die Lebendigkeit und Fruchtbarkeit
der Natur kann ein Stück über die
Krebserkrankung hinweghelfen –
mit Beistand der Ärzte.

Birgitte



Es wächst

- die Unsicherheit
- die Zuversicht
- die Freude
- das Malen

Karen

Abschied

Aus dem S-Bahn-Fenster.

Petra

Zukunft

bunte Zuversicht
auf fliegendem Teppich
tröstende Suche nach Halt
Vertrauen

Karin

Zwei Körper

Chemoinfusionen machen meinen Körper
kalt – vergiften ihn – spalten ihn.
So liege ich neben mir.
Nur langsam und mühsam
fließt Wärme zurück in Glieder und Geist.
Bis zur nächsten Infusion
6 mal – 6 Monate
Was bleibt am Ende?
Es ist ein Schatten meiner Selbst.

Beate

Frühling

schickt sein blaues Band

Irene

Gedanken von Kursteilnehmer*innen

Ich habe für mich eine wunderbare Ader für meine Kreativität entdeckt und das Malen im Kurs hat mich da hingeführt. Die Arbeit, die die Kursleiterin leistet, kann gar nicht mit Geld bezahlt werden. Sie ist ein toller Begleiter, hat immer ein offenes Ohr für unsere aktuellen Probleme und steht uns immer zur Seite. Die Zeit vergeht wie im Flug und ich habe das Gefühl, in dieser Zeit alles zu vergessen, alle körperlichen und seelischen Schmerzen sind ganz weit weg.

Birgit

Ich liebe diese Chance, in einem geschützten Rahmen all‘ meine Gedanken und Gefühle ungefiltert, ohne Bewertung (ja, ohne Rücksicht) in Farbe und Form auszudrücken. Malen ist dann wie ein Spiegel.
Das macht mich glücklich, es befreit und gibt neue Kraft.
Es hilft beim Gesunden und beim neu und anders ins Leben Gehen.
Voller Dankbarkeit verlasse ich jeden Montag diesen Rahmen.

Beate

Durch die Kunsttherapie habe ich wieder Zugang zu meinen Gefühlen bekommen. Die Möglichkeit, sich durch das Malen ausdrücken zu können, ist für mich hilfreich, die Krankheit zu bewältigen und zu akzeptieren. Die Besprechung der Bilder, die von Frau Schaller professionell und einfühlsam begleitet wird, eröffnet mir jedes Mal neue Erkenntnisse über mich selbst und ich habe Eigenschaften an mir entdeckt, die mir vorher nicht bewusst waren.
Der Austausch mit den anderen Teilnehmerinnen ist für mich wichtig, weil ich in der vertrauten Runde auch über schwierige Umstände und Befindlichkeiten sprechen kann und die anderen Teilnehmerinnen mir mit ihren Erfahrungen helfen.
Manchmal ist es traurig, aber meistens gibt es viel zu lachen und das ist für mich unbezahlbar. Die Zuwendung für den einzelnen, die durch die kleine Gruppe möglich ist, ist sehr wohltuend.
Beim Malprozess kann ich ganz im Hier und Jetzt sein und alles um mich vergessen. Für mich ist es eine wertvolle Zeit einmal die Woche und ich bin froh und dankbar, dass es durch die Stiftung Leben mit Krebs ermöglicht wird.

Traute

Hätte ich kein Krebs, wäre ich nicht in dieser montäglichen Malgruppe und das brächte mich um viele anregende, manchmal jedoch auch anstrengende Erfahrungen mit mir und anderen. Die Auseinandersetzung mit meiner Krankheit über den kreativen Ausdruck bringt mich immer wieder von der gedanklichen Ebene auf die Herzensebene und das lässt mich wachsen und dankbar sein.

Karin

Ich freue mich, jeden Montag zum Malen kommen zu dürfen. Es ist immer wieder ein Ankerplatz, um neue Kraft zu schöpfen. Mitunter vergesse ich meine Schmerzen, weil ich mich so auf das Malen konzentriere. Hier können wir sein, wie wir sind, wir werden mit unserer Erkrankung verstanden. Ich finde es immer wieder faszinierend, wie bewusste und unbewusste Anteile der Psyche in das Bild eingearbeitet werden und in der abschließenden Besprechung bearbeitet werden, ohne Absicht und mit einer gewissen Leichtigkeit, die uns allen sehr gut tut. Wir haben tolle Räumlichkeiten, hervorragende Malutensilien und eine wunderbare Therapeutin.
Danke!!!

Helga

Ich habe mich bei den Malkursen immer sehr wohl gefühlt. Der Gedankenaustausch mit anderen Betroffenen war sehr hilfreich für mich. Ganz besonders die Begleitung durch Frau Schaller hat gut getan sowie der Aufbau der Nachmittage mit einer stimmungsvollen Einstimmung, dem Malen und das anschließende gemeinsame Betrachten der Bilder.

Silke

Ich möchte Danke sagen,
dass ich ein Teil dieses Projektes sein durfte.

Es hat mich gerettet.

Mit kleinen Impulsen habe ich meine Sorgen, Ängste und mutlosen Momente Farbe gegeben. Da, wo vorher eine Sprachlosigkeit war, konnte ich in der Gruppe Worte finden – ohne mich zu erklären, denn in diesem Kurs sind wir alle Schwestern im Geiste. Wir wissen, was der Krebs mit uns machte und wir können ganz dicht beieinander sein, ohne uns zu berühren.

Es verbindet uns die Farbe, das Formfinden und das offene Wort.
Begleitet und angeleitet durch eine liebevolle Frau,
die ein Gespür für jede von uns hatte.

Es war eine wertvolle Zeit, die mich in die Gesundung geführt hat.
Wenn ich heute einen Pinsel in die Hand nehme, dann denke ich auch immer einen Wimpernschlag an diese
kostbare Zeit – Danke!

Meine Gedanken sind auch bei den Frauen, die nicht mehr
bei uns sind. Danke, dass ich euch kennenlernen durfte.

Alexandra

Danksagung der Kursleiterin

Ich bedanke mich herzlich bei der Stiftung Leben mit Krebs für die Finanzierung des Projektes und ebenso bei Herrn Professor Neugebauer, dessen Idee es war, in Flensburg ein kreatives Angebot für krebsbetroffene Menschen ins Leben zu rufen. Auch geht mein Dank an das Tumorzentrum Flensburg-Schleswig-Nordfriesland und an Herrn Deitmaring, Geschäftsführer des Malteser Krankenhauses St. Franziskus Hospital sowie an Frau Diekmann, Geschäftsführerin des ÖBIZ.

*Zu guter Letzt bedanke ich mich bei den Teilnehmer*innen, die mir Offenheit und Vertrauen entgegen gebracht haben. Der Brief einer Teilnehmerin ist für mich ein wunderbares Schlusswort und ein ermutigendes Plädoyer, weiter zu machen.*

Liebe Frau Schaller!

Unsere Körper waren mit Hilfe von Medizin und Technik erst einmal gerettet und auf eine andere Reise, als von uns ursprünglich geplant, geschickt worden.
Unser Geist, unsere Seelen, blieben auf der alten Spur zurück. Unsere Lebensgefühle hatten Stillstand, Ängste machten sich breit.
Zu der Auseinandersetzung mit Farbe und Formen, unter Anleitung und Begleitung, wurden unsere Seelen mit neuer Nahrung versorgt. Sie begannen, sich wieder zu regen und zu bewegen, zu fließen und zu strömen, oft in Bächen von Tränen. So entstand neues Vertrauen zu uns selbst, zu den eigenen Fähigkeiten, zu anderen Menschen.
Die Aufgabenstellungen regten die Fantasie an, ließen die eigenen Beschwerden stundenweise vergessen; Gefühle von Glück, Freude und Erfolg breiteten sich aus.
Aber auch dunkle, trübe Gedanken über Schmerz und Tod durften zugelassen werden.
Von Montag zu Montag fügten sich die auseinander gefallenen Puzzleteile aus Körper, Geist und Seele allmählich wieder zusammen, bei jedem von uns wahrscheinlich nicht zu der früheren gewohnten, alten Form. Für unsere weitere Lebensreise müssen neue Wege gesucht und ausprobiert werden.
Die Farbexperimente waren für uns eine wunderbar heilsame Lebenshilfe, eine Art Nachhilfeunterricht zum Thema Krisenmanagement bei Krankheit, der unsere –neuen- Lebensgefühle nachhaltig in (Pinsel-) Schwung halten wird.

Vielen Dank dafür!
Elsbeth

Impressum

Inhalt und Gestaltung:	Gudrun Schaller Karin Krawietz Beate Gotthard
Fotos:	Jörg Oestreich Gudrun Schaller
Druck:	Druckhaus Leupelt Handewitt