

Workshop
Wie Vertrauen in der
Lösungsorientierten Maltherapie
entsteht und gestärkt werden kann.

Dipl.-Psych. Karin Lorenz

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Inhalt des Workshops

- Übung und Austausch
- Vertrauen im therapeutischen Prozess
- Lösungsorientierte Maltherapie
- Beispiele aus der Praxis



Bildquelle: K.Lorenz, 2024

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie



Bildquelle: K.Lorenz, 2022

These:

Vertrauen ist gleichzeitig
Voraussetzung,
fragiler Bestandteil
und Ergebnis
therapeutischer Arbeit.

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Was heisst Vertrauen?

Das Wort „**trauen**“ gehört zu der Wortgruppe um „**treu**“ = „stark“, „fest“, „dick“.

Die Vorsilbe „**ver**“ drückt aus, dass sich etwas verändert, etwas zu etwas neuem gemacht wird, beeinträchtigt oder beseitigt wird, dass eine Person mit etwas versehen wird, mit etwas Zeit verbringt oder etwas verkehrt macht.

Aus: Duden, abgerufen 29.08.2026

Nach Thomas von Aquin ist Vertrauen die durch Erfahrung bekräftigte Hoffnung auf Erfüllung von erwarteten Zuständen unter der Prämisse des Vertrauens auf Gott.

Aus Wikipedia, abgerufen 29.08.2026

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Worin und wie vertrauen wir im therapeutischen Prozess?

Vertrauen in
die **Rahmenbedingungen**,
die **Beziehung** zum **Gegenüber** und zu **sich selbst**,
die eigenen **Fähigkeiten** und die der Anderen.

Vertrauen ist in Bewegung, kann sich ändern, wird geprüft,
kann gestärkt oder geschwächt werden.

Vertrauen ist ein interaktionaler Prozess.

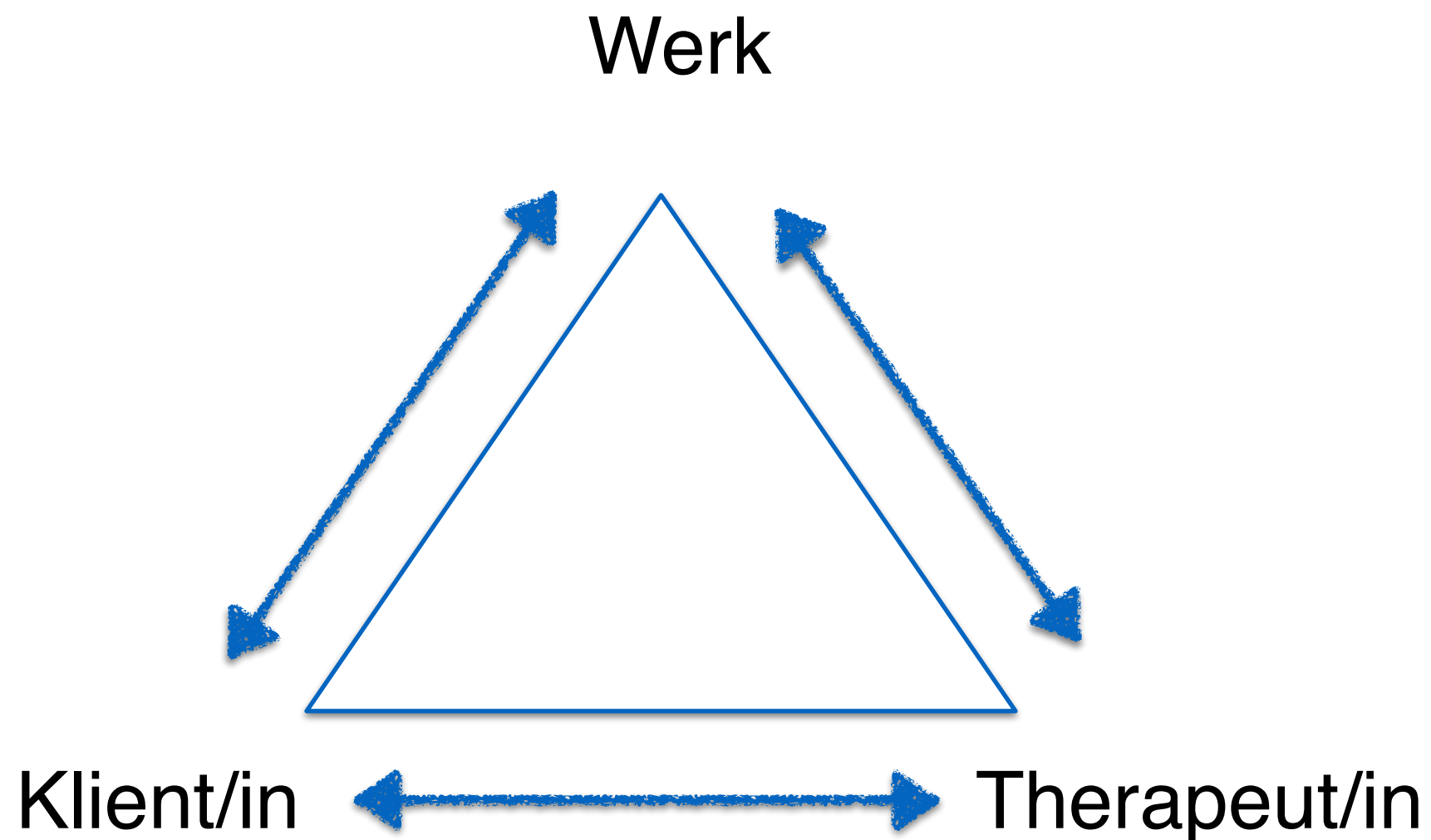
Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Vertrauen in die Rahmenbedingungen



Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Vertrauen in die Beziehungen



Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten

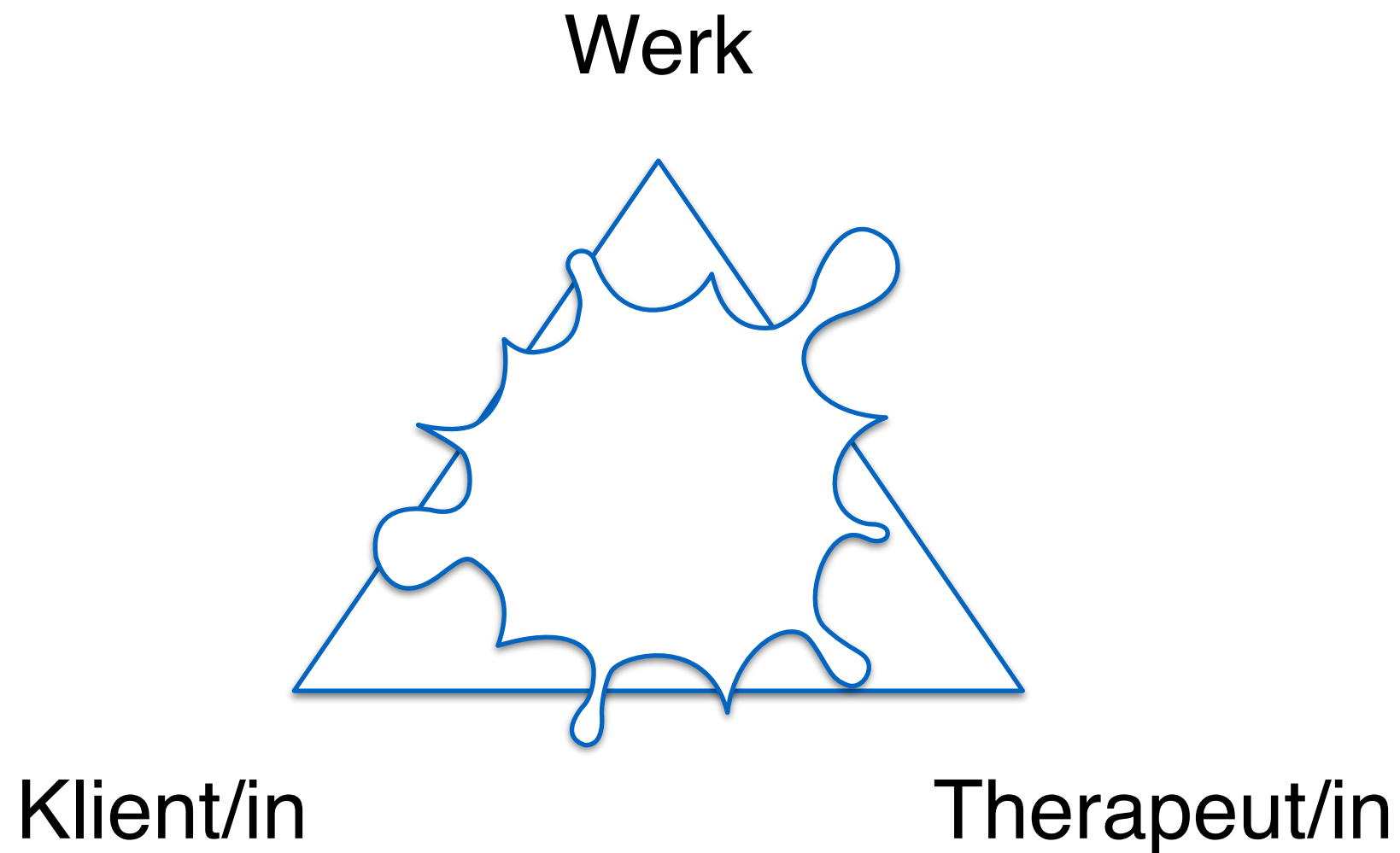


Bildquelle: B.Egger, 2014

Symposium der Privatklinik Hohenegg 10.09.2026 - Vertrauen und Lösungsorientierte Maltherapie - Karin Lorenz

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Vertrauen als interaktionaler Prozess



Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Was ist Lösungsorientierte Maltherapie (LOM®)?

LOM® ist eine Methode der Kunsttherapie, in der visuelle Eindrücke gezielt erzeugt und verändert werden, in dem Bilder nach vorgegebenen Kriterien gemalt werden. Ihr Nutzen ist empirisch belegt.



Bildquelle: B.Egger, 2014

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Ziele der Lösungsorientierten Maltherapie



Bildquelle: K.Lorenz, 2016

- **Neue oder veränderte Bilder** hinterlassen einen **Eindruck im Gehirn** und können dadurch **belastende Bilder beruhigen** und **ersetzen**.
- **Veränderungen von Emotionen, Körpererleben und Gedanken** werden möglich durch **Veränderungen am Bild**.

Das Lösungsorientierte Malen ist eine Eindruckstherapie.

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Ausgangspunkte im LOM®

Menschen haben nach belastenden Ereignissen oder Traumata **störende Erinnerungsbilder**.

Menschen erleben

- **starke vegetative Erregung**
z.B. innere Unruhe, Schlaflosigkeit
- **störende Symptome**
z.B. Schmerzen, Gedankenkreisen
- **unangenehme Gefühle**
z.B. Angst, Wut, Trauer

Menschen haben **Beziehungskonflikte**,
die sie auf der emotionalen Ebene bearbeiten wollen.

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

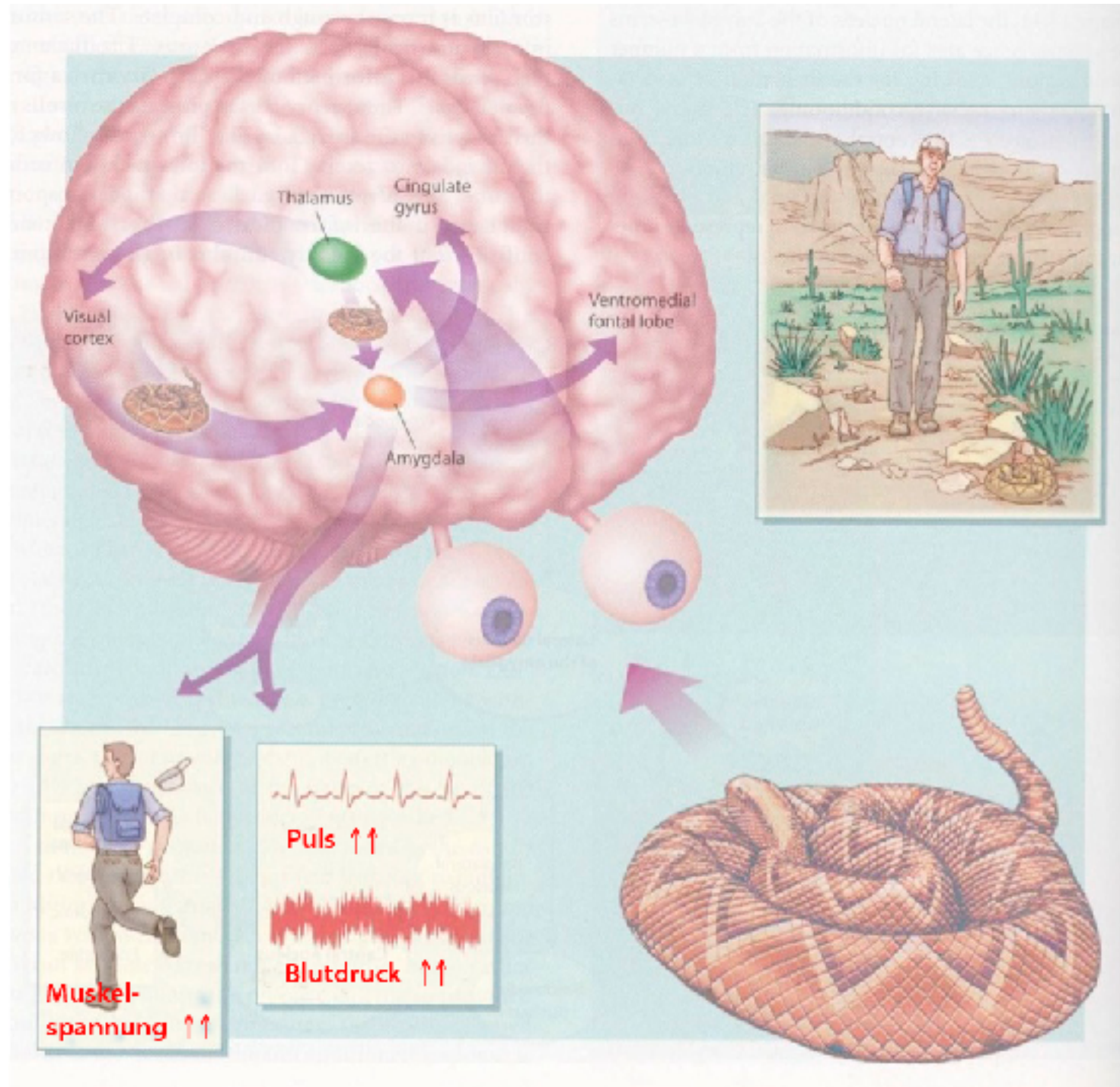
Was passiert im Gehirn beim LOM®?



Bildquelle: B.Egger, 2014

Symposium der Privatklinik Hohenegg 10.09.2026 - Vertrauen und Lösungsorientierte Maltherapie - Karin Lorenz

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie



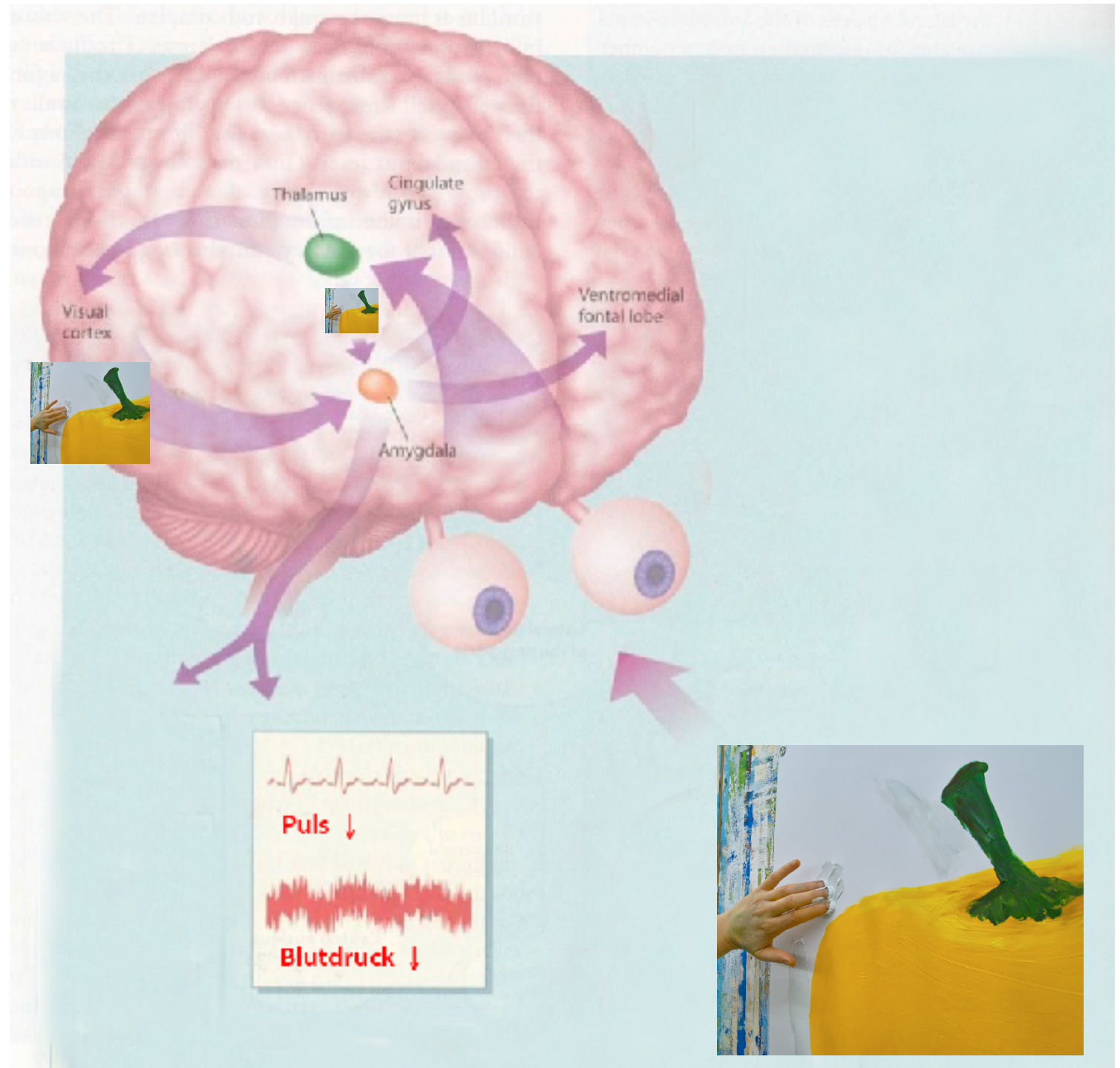
Bilder im Gehirn:
Die Angstreaktion.

Bildquelle: B.Egger, 2014

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Bilder im Gehirn:

**Veränderung
der Körperreaktion
beim Malen einer
Metapher für die Angst.**

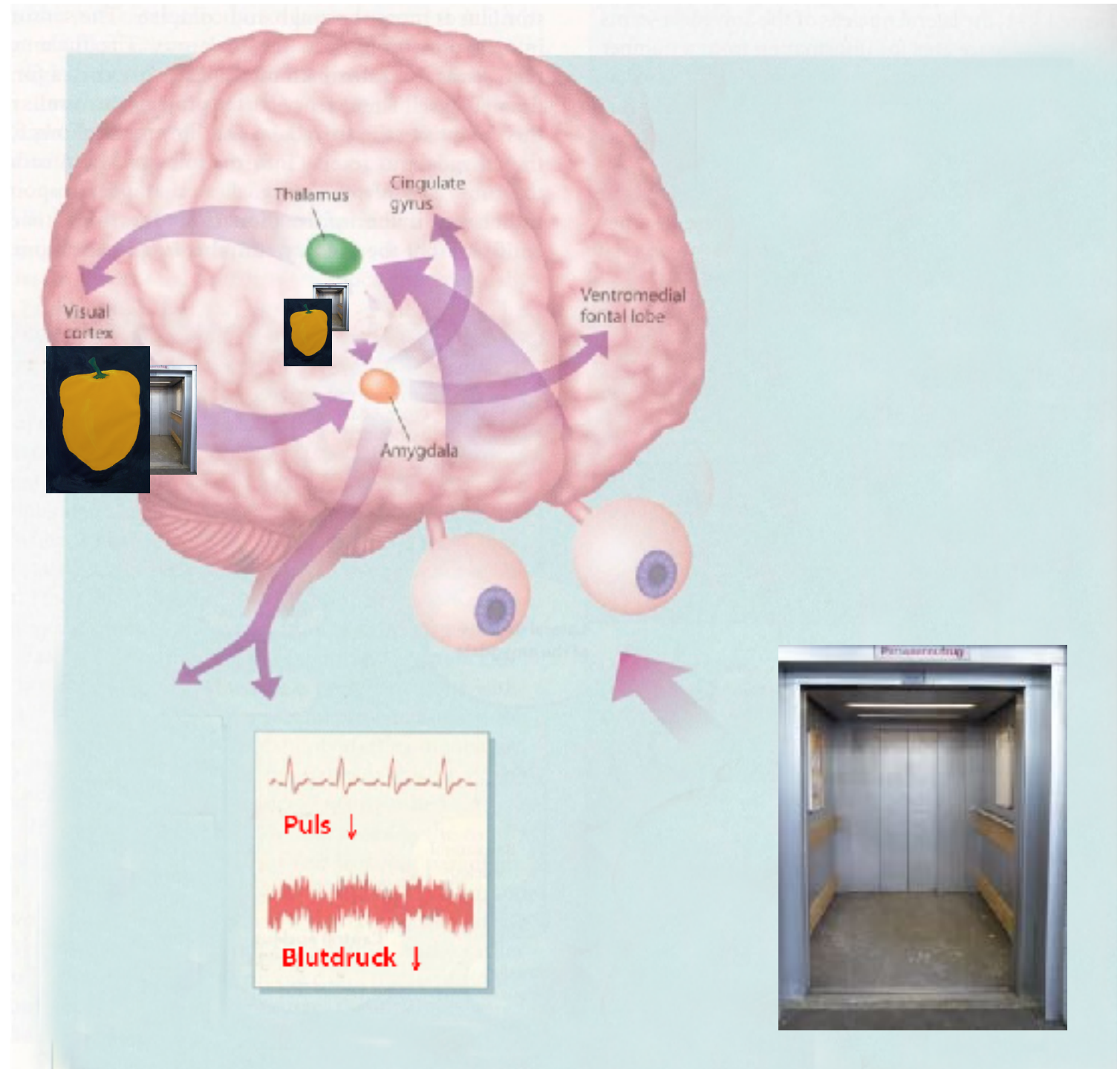


Bildquelle: B.Egger, 2014

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Bilder im Gehirn:

**Kopplung der Bilder
führt zu neuer
Körperreaktion
bei der Begegnung mit
angstauslösendem
Reiz.**



Bildquelle: B.Egger, 2014

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Was passiert beim LOM?

Im LOM® werden **verstörende Erinnerungsbilder** durch **störungsfreie Bilder im Gehirn ersetzt**. Die Bilder werden je nach Anliegen vor dem Malen ausgewählt und anschliessend in ihrer gesehenen oder in ihrer einfachsten Form gemalt. Ausserdem werden **belastende Symptome, Gedanken und Gefühle in Form von Metaphern** visualisiert und bearbeitet.

Ziel ist, mit dem geschaffenen Bild **einen neuen neutralen Eindruck zu kreieren**.

Grundgedanke ist, dass alle Bilder im Gehirn einen Eindruck erzeugen und dass dieser Eindruck durch neue Bilder veränderbar ist.

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Wie entstand die Lösungsorientierte Maltherapie?

- Sie wurde ab 1980 von Dr. phil. Bettina Egger und lic. phil. Jörg Merz entwickelt.
- Sie entwickelten ein Computerprogramm zur Dokumentation und Überprüfung der Wirksamkeit der Methode.
Es liegen Forschungsergebnisse aus 30 Jahren Erfahrung vor.
- Erkenntnisse aus den Neurowissenschaften fliessen in die Methode ein (Joseph LeDoux, Gerhard Roth, Gerald Hüther), ebenso Ansätze aus der Verhaltenstherapie und der Lösungsorientierten Psychotherapie.

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Wie geht man beim LOM vor?

- Gearbeitet wird mit klaren Anliegen.
- Bearbeitet werden die Anliegen mit Metaphern, Portraits, Traum- oder Traumabildern.
- Gemalt wird konkret, nach vorgegebenen Kriterien und mit der ungeübten Hand.
- Gestaltet wird langsam und es wird für das Bild gesorgt.
- Das im und am Bild Erarbeitete wird in Bezug gesetzt zum Erleben, zu Gefühlen, Kognitionen und zum Alltag.



Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Diese Veränderungen im Erleben kann LOM bewirken:

- **Körpererleben:**
Senkung des Erregungsniveaus,
Senkung der muskulären Anspannung,
Atmung langsamer und tiefer,
Stärkung des Bodenkontakts (Erdung)
- **Gefühlserleben:**
Senkung der Belastung,
Veränderung des Gefühlserlebens
- **Gedanken:**
Senkung der Dominanz neg. Kognitionen,
Stärkung von positiven Kognitionen



Bildquelle: K.Lorenz, 2016

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Wie fördert LOM diese Veränderungen?

- Die klare **Struktur des Vorgehens** gibt **Sicherheit** und erlaubt **Los-Lösung** von gewohnten Denk- und Bildmustern.
- Das **Malen in Bewegung** ermöglicht **Perspektivenwechsel**.
- In der **Auseinandersetzung mit den Vorgaben** erweitern die Malenden ihren **Gestaltungsspielraum**.
- Beim **Gestalten mit der ungeübten Hand** werden **andere Hirnregionen aktiviert** als bisher.
- Das **konkrete Bild** schafft **Klarheit und neue Eindrücke**.
- Die Malenden erleben **Selbstwirksamkeit**.

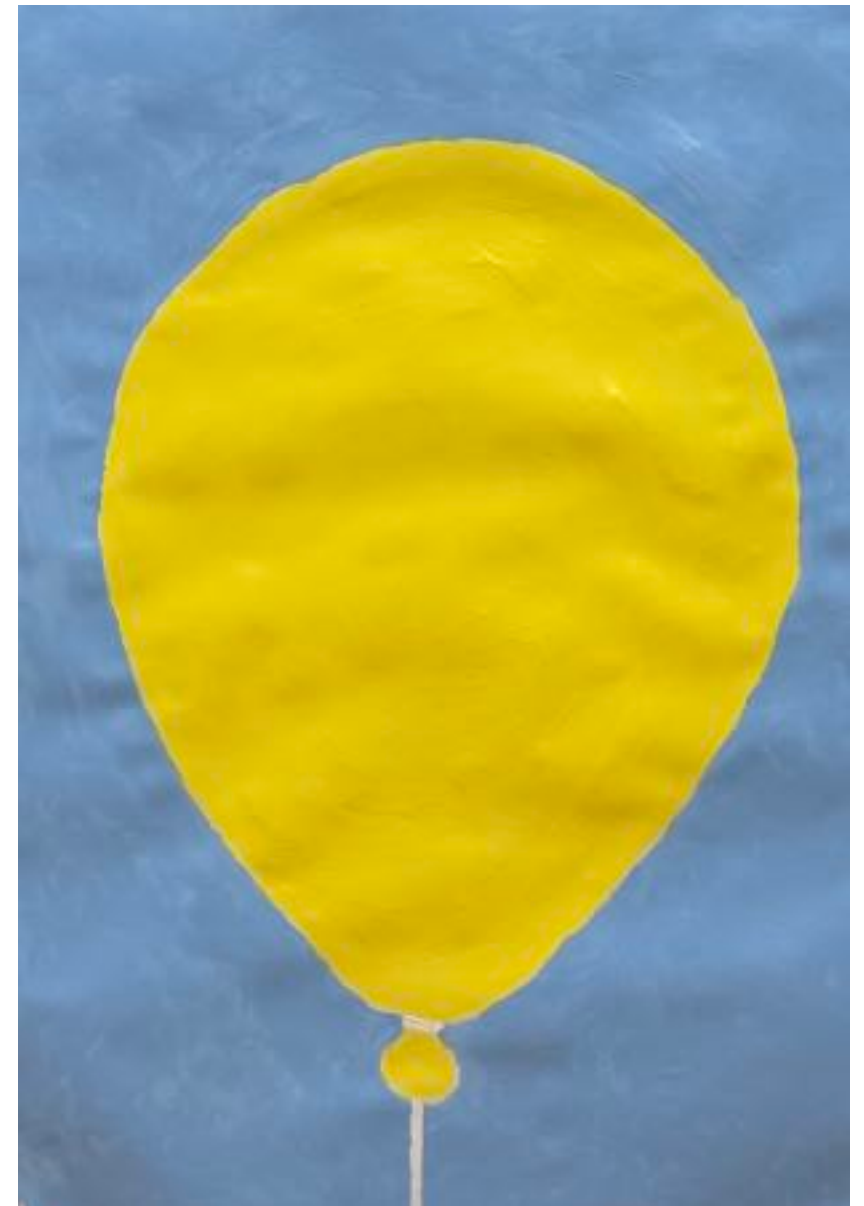


Bildquelle: K.Lorenz, 2007

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

Wie Vertrauen im LOM entsteht und gestärkt werden kann:

- Klärende Vorbereitung aufs Tun
- Stabilisierende Begleitung im Tun
- Fokus auf das entstehende Werk
- Stärkung der Fähigkeiten
- Würdigung der Anstrengung



Bildquelle: K.Lorenz, 2024

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie



Bildquelle: Wikipedia, 2019

Vertrauen in der Lösungsorientierten Maltherapie

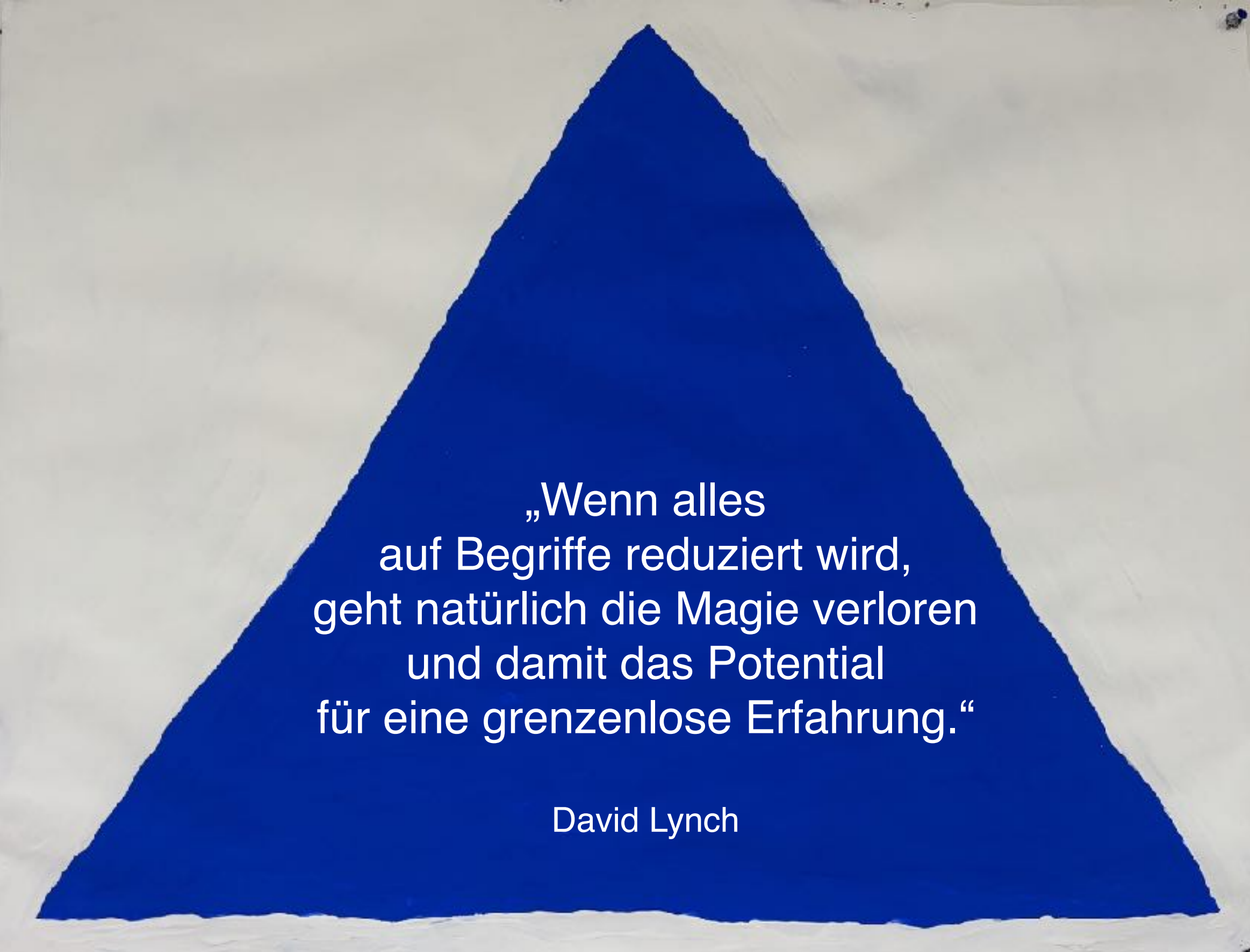
Literatur

Brügger, Rahel (2024) Maltherapie Arbeitsbuch: Lösungsorientierte Maltherapie LOM® zur Trauma- und PTBS-Bearbeitung. Independently published. ISBN-13 : 979-8332135729

Egger, Bettina (Hrsg.) (2010) Kunsttherapie - art thérapie: Methoden - méthodes. Zytglogge.

Egger, Bettina & Merz, Jörg (2013) Lösungsorientierte Maltherapie. Wie Bilder Emotionen steuern. Huber Verlag.

Jünger Ulrike (2025) Lösungsorientiertes Malen zur Traumabewältigung nach sexualisierter Gewalt. Kindle Direkt Publishing.

A large, solid blue triangle is centered on a light gray background. Inside the triangle, there is white text. The text is a quote by David Lynch.

„Wenn alles
auf Begriffe reduziert wird,
geht natürlich die Magie verloren
und damit das Potential
für eine grenzenlose Erfahrung.“

David Lynch