

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich

**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich

**Band:** - (2012)

**Heft:** 2

**Artikel:** Tagebuch des Herzens

**Autor:** Kippe, Andrea

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-818840>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

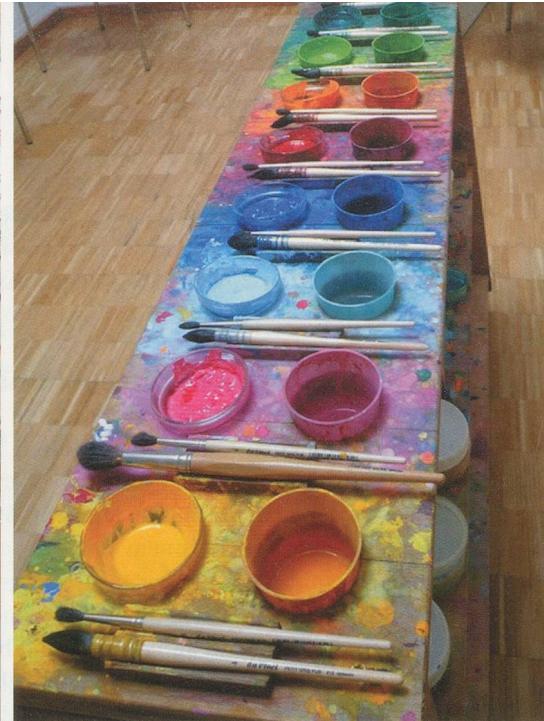
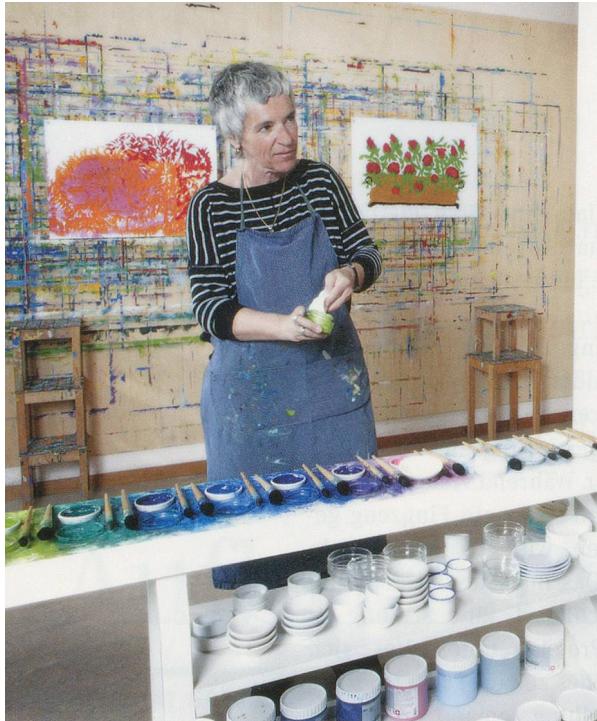
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 30.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



**AUSDRUCKSMALEN FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ** Eine, die konsequent an die Lebensfreude und ein farbiges Innenleben demenzkranker Menschen glaubt, ist Maltherapeutin Renate Sulser. Ihr Atelier ist ein geschützter Raum, in dem Menschen ihren Gefühlen auf kreative Art Ausdruck verleihen können.

# Tagebuch des Herzens

Text // ANDREA KIPPE

«Eines muss ich Sie jetzt doch noch fragen», sagt die elegant gekleidete, vielleicht 75-jährige Dame im Rollstuhl, nachdem die Maltherapeutin Renate Sulser eine Glasschale mit verschiedenen Gouache-Farben vor sie auf den Tisch gestellt hat, «darf ich wirklich alle diese Farben hier brauchen?» Nachdem sie sich vergewissert hat, ergreift sie einen dünnen, weichen Pinsel und vertieft sich in ihr angefangenes Bild auf einem grossen weissen Malbogen. Behutsam und wohlüberlegt reiht sie blauen Pinseltupf an blauen Pinseltupf, und Renate Sulser wendet sich zufrieden ihrem nächsten «Schützling» zu. Der ältere Herr steht mit Malkittel und Malutensilien vor seinem Werk, das mit Reissnägeln an die mit Packpapier überzogene Wand gehetzt ist. Nur der Einstieg ins Tun fällt noch schwer; die Hand mit dem Pinsel hängt irgendwo in der Luft. Wie gebannt folgen die Augen des gross gewachsenen Mannes die zielgerichteten, gut hörbaren Kreidestriche der Malerin zu seiner Rechten. Renate Sulser spricht ihn sanft an, lenkt die Aufmerksamkeit auf sein eigenes

Blatt, und die beiden erörtern, wo und wie es mit dem Bild weitergehen soll. Nun kann sich der Pinsel in die schöne Türkisfarbe tunken. Und dann senkt sich plötzlich konzentrierte Arbeitsruhe über das Malatelier. Die Aussenwelt mit ihren komplizierten Anforderungen ist weit weg, nicht einmal Tageslicht lenkt ab. Farben, Gedanken und Gefühle bahnen sich ihren Weg auf das Papier.

## Sich freuen an dem, was geht

Die Malenden, zwei Männer und drei Frauen, wohnen im Krankenheim Sonnweid in Wetzikon und leiden an unterschiedlichen Demenzkrankheiten. Das Ausdrucksmalen ist eine der im Rahmen der Betreuung angebotenen Aktivitäten. Renate Sulser begleitet seit über zwanzig Jahren Menschen mit Demenz auf ihrer Reise durch innere und äussere Bilderwelten. Sie hat dafür ihre eigene Methode entwickelt, das sinnes- und körperorientierte Ausdrucksmalen. Es ermöglicht den Malenden, ungestört und wertfrei ihre individuelle Kreativität zu

entfalten. Ohne Leistungsdruck und ästhetische Ansprüche. Und ohne von Drittpersonen beobachtet zu werden: selbst die Journalistin wird eingebettet, erhält Farbe, Pinsel, Malkittel und ein leeres Blatt.

Renate Sulser spricht lieber von einer schöpferischen als von einer kreativen Tätigkeit: «Beim Ausdrucksmalen kommt es nicht auf das kognitive Leistungsvermögen an, sondern darauf, in Beziehung zu sich selbst zu treten und sich ganz um seine eigenen Anliegen kümmern zu dürfen. Gleichzeitig sollen die Menschen sich in der Gruppe geborgen und dazugehörig erleben. Wohlbefinden und Lebensfreude stehen im Zentrum.» Jede Malstunde beginnt mit einer Tasse Tee und einer kleinen Sinnesmeditation. Die Hände spüren, den Atem, das Qi: die Lebensenergie. Gut ankommen ist wichtig. Ein würde- und respektvoller Umgang mit den Malenden mit Demenz ebenfalls. Ob verwirrt, vergesslich oder desorientiert: Der Fokus liegt auf dem, was ist, nicht auf dem, was nicht mehr geht.

### Bilder lassen tief blicken

Ausdrucksmalende gewähren einen Einblick in ihr Innenleben, der von seiner Intimität her mit einem Tagebucheintrag vergleichbar ist. Für Menschen mit Demenz ist diese Art des Malens eine Chance, das Herz auch dann noch sprechen zu lassen, wenn das Hirn die Worte nicht mehr finden will. Und obwohl beim Malen in der Gruppe keine Therapie stattfindet, ist die Arbeit der Maltherapeutin mit einer grossen Verantwortung verbunden: «Ich muss die Malenden davor schützen, ihre eigenen Grenzen zu überschreiten», sagt Renate Sulser, «denn es kön-

«Beim Ausdrucksmalen kommt es darauf an, in Beziehung zu sich selbst zu treten.»

Renate Sulser

nen durchaus Lebens- und Leidensgeschichten aufbrechen.» Zum Beispiel dann, wenn bestimmte Farben Erinnerungen an belastende Kriegs- oder Familienerlebnisse hervorrufen. Oder jemand an dem verzweifelt, was er da in seinem Gemälde entdeckt. «Das sieht ja aus wie von einem kleinen Kind gepinselt», mag die schockierende Erkenntnis darüber sein, was alles nicht mehr funktioniert. «Dann kann es hilfreich sein, eine Pause einzuschalten und zu warten, bis die Demenz weiter fortgeschritten ist», erklärt Renate Sulser. So entspannt die erfahrene Therapeutin während der sechzigminütigen Malstunde wirkt, sie ist stets wachsam und nimmt Gesagtes und Ungesagtes aus jeder Richtung wahr.

### Übergängen Raum geben

Für die fünf Sonnweid-Malerinnen und -Maler ist es nun an der Zeit, sich auf den kurzen Rückweg vom Atelier ins Heim zu machen. Auch ein guter Ausstieg ist wichtig. Renate Sulser geht ein letztes Mal bei jedem Einzelnen vorbei und will wissen, wie es ihm ergangen ist und wie er die Arbeit später fortsetzen möchte. Sie merkt sich alles Gehörte und wird es zu Beginn der nächsten Malstunde wieder aus ihrem ausgeprägten bildhaften Gedächtnis hervorholen. Und so dafür sorgen, dass auch der Pinsel mit der Türkisfarbe seinen Weg zum Papier findet.

## //ZUR PERSON

Renate Sulser hat seit 1983 ein eigenes Atelier für Ausdrucksmalen. Kinder, Jugendliche und Erwachsene sind gleichermassen willkommen, auch Menschen mit einer geistigen oder psychischen Beeinträchtigung. Für ihre Arbeit mit Menschen mit Demenz erhielt sie 2002 den Alzheimer-Preis für bemerkenswerte Leistungen. Am Kompetenzzentrum Sonnweid-Campus in Wetzikon bildet sie Betreuungspersonen in begleitetem Malen aus. Sie ist Herausgeberin eines Buches, das einen berührenden Blick hinter die Kulissen bietet: «Ausdrucksmalen für Menschen mit Demenz», Verlag Hans Huber, Bern.



Fotos: Renate Wernli / Andrea Kippe