

## Kunst, die Freude macht

QUADRATOLOGO® ist ein patentiertes Malsystem, das den Einstieg in die Malerei ganz leicht macht. Eine in kleine Quadrate unterteilte Leinwand und harmonisch aufeinander abgestimmte Farben sind die Grundelemente des QUADRATOLOGO®. Die Angst vor der leeren Leinwand verschwindet und schafft Raum für die pure Freude am kreativen Tun.



Mit QUADRATOLOGO® finden Kinder, Erwachsene und Menschen mit Behinderungen ihre persönliche Ausdrucksweise. Es entstehen immer individuelle und einzigartige Kunstwerke mit einer starken Aussagekraft.

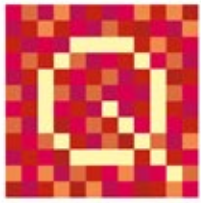


**Manuel Franke -**  
Erfinder von QUADRATOLOGO®

ISBN 978-3-934333-89-5



9 783934 333895 > 14 € (D)



# QUADRATOLOGO®

**Kunst, die verbindet**



**Das therapeutische und pädagogische Malsystem**



QUADRATOLOGO®

Kunst, die verbindet

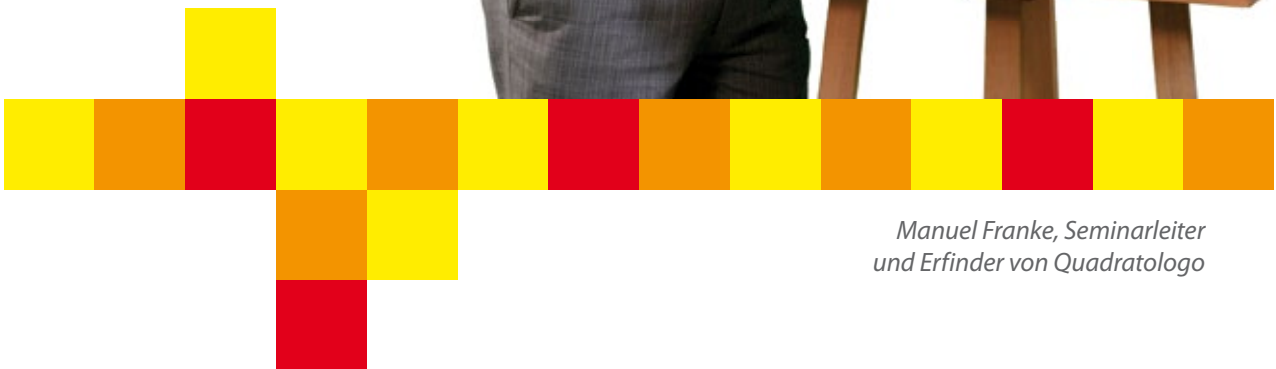
Manuel Franke  
mit Norbert Landa

# QUADRATOLOGO<sup>®</sup>

Kunst, die verbindet

Das therapeutische  
und pädagogische Malsystem

**O**BERSTE**B**RINK



*Manuel Franke, Seminarleiter  
und Erfinder von Quadratologo*

# Über mein Buch

Quadratologo ist ein genial einfaches Malsystem für alle, die Freude am kreativen Umgang mit Pinsel und Farbe haben oder erfahren wollen – und zugleich ein idealer Weg, um beim meditativen, intuitiven Malen zu Ruhe und Gelassenheit zu finden. Das macht Quadratologo auch zum vielfach bewährten Medium in der Kunsttherapie, für Malgruppen, Schulprojekte oder in der Rehabilitation. In diesem Sinn richtet sich dieses Buch an EinsteigerInnen und HobbymalerInnen, ebenso wie an interessierte TherapeutInnen, PädagogInnen und ProjektleiterInnen.

Was ist, was kann Quadratologo? Wie funktioniert und wie wirkt die Methode? Alles, was Sie zum praktischen Einstieg brauchen und wissen sollten, klärt der erste Abschnitt dieses Buchs. Sie erleben, wie die Bilder entstehen und warum nicht nur das Ergebnis Freude macht. Das Malen selbst wird zum Erlebnis – spannend und entspannend zugleich.

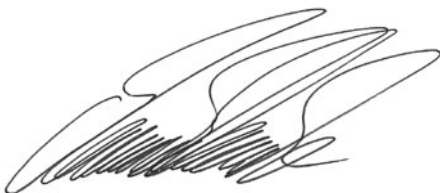
Der zweite Abschnitt ist ein Wegweiser zum Einsatz von Quadratologo in Therapie und Pädagogik: psychologische Grundlagen, Wirkungsweise, praktische Handreichungen für Projektgruppen und beispielhafte Erfahrungsberichte.

Den klassisch-künstlerischen Aspekt demonstrieren wir Schritt für Schritt in einigen beispielhaften Malprojekten: von der Planung des Bildaufbaus und der Farben bis zu weiterführenden Ateliertipps.

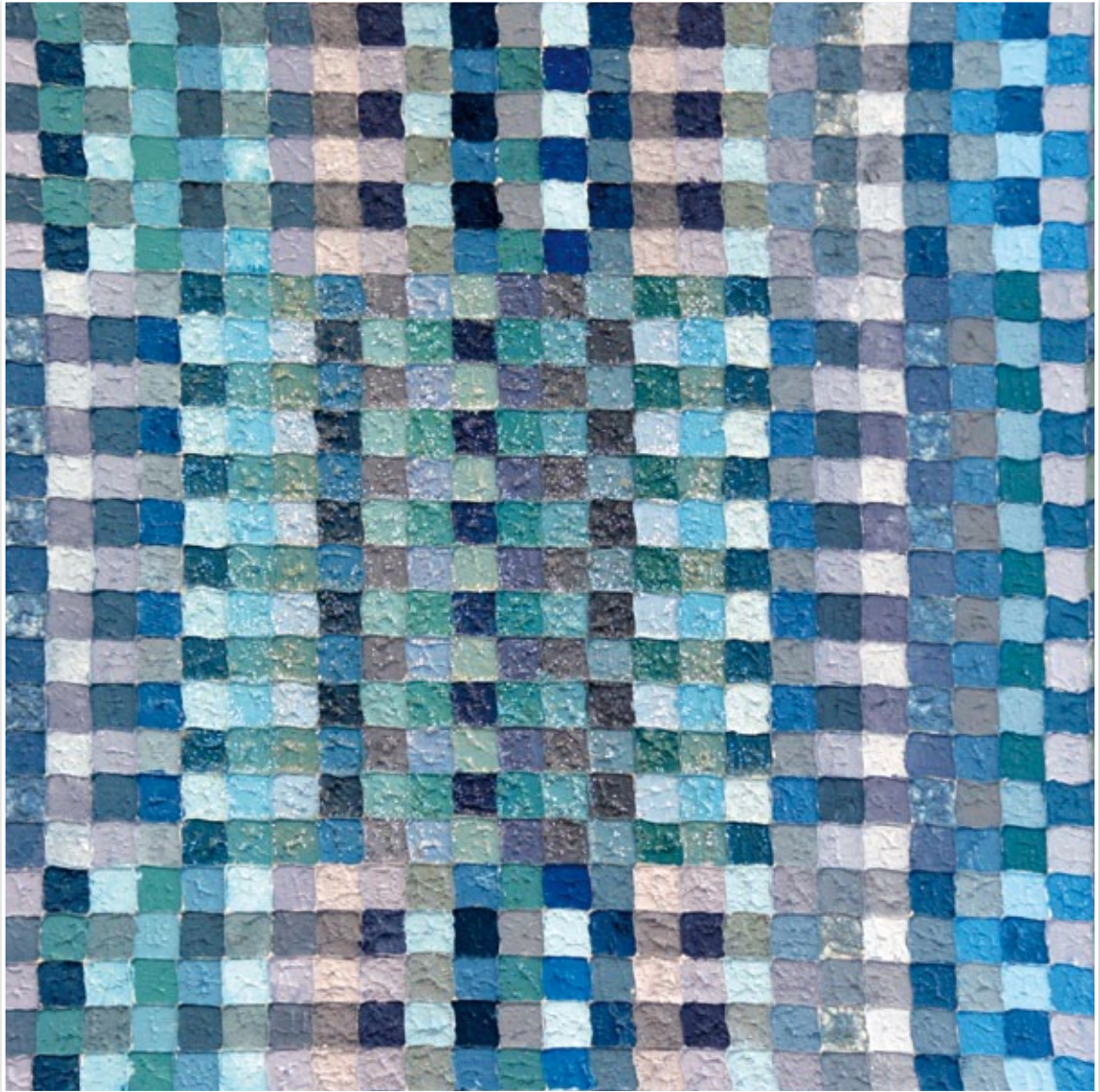
Zuletzt ein Wort in eigener Sache: Was hat mich zur Entwicklung des Quadratologo-Malsystems bewogen, was waren und sind meine Ziele und Gedanken? Eine Geschichte, die mit einem Straßenmaler und rumänischen Straßenkindern begann ...









Ich wünsche Ihnen viel Freude mit Quadratologo und diesem Buch und hoffe, Sie damit auch zu Projekten in der Schule und den Institutionen motivieren zu können. Dafür biete ich Ihnen gerne die Unterstützung unseres Quadratologo-Teams an, von Seminaren bis zur Organisation von Veranstaltungen.

Herzlichst, Ihr Manuel Franke

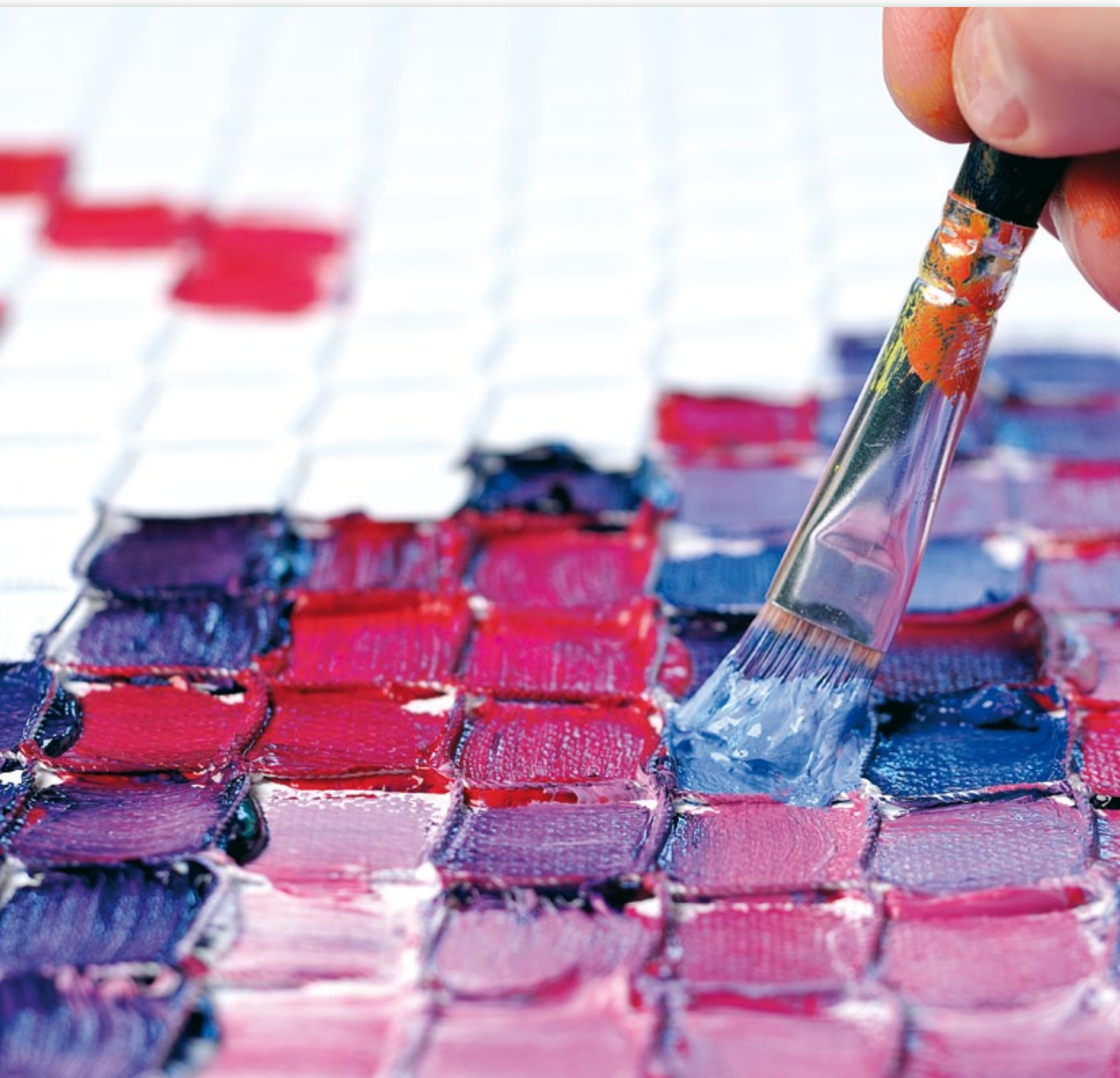


# Inhalt



	<b>Einführung</b>	
	Was ist Quadratologo? .....	9
	Das Anti-Stress-Programm.....	10
	Warum macht Quadratologo so viel Freude? .	12
	Für wen eignet sich Quadratologo? .....	14
	<b>Drei Elemente</b>	
	Die drei Elemente .....	16
	Die Sets zum Einstieg .....	20
	<b>Heilsame Kunst</b>	
	Heilsame Kunst .....	22
	Kunsttherapie und Inklusion.....	24
	Wie kreativ sind Quadrate? .....	26
	Wir sind Familie! .....	30
	Mit den Händen sehen .....	32
	Malen im Dialog .....	34
	Der Pinsel passt ins Kästchen .....	38
	<b>Pädagogisch wertvoll</b>	
	Das Gruppenbild: Eine Klasse für sich .....	41
	Klassenfahrt ins Farbenreich .....	44
	Ein Mosaik aus Quadratologos.....	46
	Kommunion .....	48
	<b>Farberlebnis</b>	
	Das Farberlebnis .....	50
	Familiäre Farben .....	52
	Sonnig bis hitzig .....	54
	Kreatives Grün .....	56
	Nah und fern.....	58
	<b>Malerlebnis</b>	
	Relief und Fläche.....	60
	Mischen und Marmorieren .....	64
	Kreative Planung.....	66
	<b>Malprojekte</b>	
	Musterhaft.....	68
	Blütenpracht.....	70
	Pixel Art .....	72
	Lichtblicke .....	74
	Künstlerische Beispiele .....	76
	<b>In eigener Sache:</b>	
	Der Nachspann zur Erfolgsgeschichte.....	78





# Was ist Quadratologo?

Die materielle Grundlage des patentierten Malsystems hat drei Bausteine: den Keilrahmen mit Gitternetz, den Borstenpinsel und die Acrylfarben.

Der Keilrahmen ist mit einem Gitternetz aus starken Fäden überspannt, das die Malfläche in kleine Quadrate von 2 x 2 cm einteilt. Der flache und robuste Borstenpinsel passt knapp in die Quadrate. Die vier Farbtuben in den diversen Sets enthalten Weiß und jeweils drei Farben einer Farbfamilie: zwei Grundfarben und jene Farbe, die sich daraus mischen lässt.

Die Maltechnik ist denkbar einfach. Man gibt die Farben auf die Palette, nimmt sie mit dem Pinsel auf und füllt damit ein Quadrat nach dem anderen. Dafür reicht ein Pinsel, der für einen Farbwechsel auch nicht gesäubert werden muss. Die angebotene Vorauswahl der Farbtöne sorgt stets für angenehme Mischöne beim Verziehen der Farben im Bild oder auf der Palette. Die Gitterfäden können überstrichen werden. In die Farben lassen sich für Collagen Deko-Teile oder Naturmaterialien einbetten.

Hinter Quadratologo steht die Idee und die Absicht, allen Menschen einen Zugang zum kreativen Gestalten mit Pinsel und Farbe zu eröffnen und sie an der Freude am künstlerischen Schaffen teilhaben zu lassen. In diesem Sinn sind weder spezielle Fertigkeiten noch Vorkenntnisse erforderlich. Im Unterschied zu den klassischen Maltechniken fehlen motivische Vorbilder und Kriterien, an denen sich ein Malerfolg messen ließe. Das Bild wird, wie es wird.

Dies eröffnet auch Menschen mit körperlichen und psychischen Einschränkungen einen barrierefreien, inklusiven Zugang zum Malen. Die Vorgaben (Quadrate, Farben und Pinsel) nehmen die Furcht vor einer unbegrenzten Freiheit. Im intuitiven Malprozess, vielleicht auch mit therapeutischer Begleitung, erleben MalerInnen die eigene Kreativität und die heilsame Wirkung fokussierten künstlerischen Schaffens.

Das Material:  
Keilrahmen mit Gitternetz, Pinsel, Acrylfarben

Die Maltechnik:  
Kästchen, Farbe, Striche, Bild

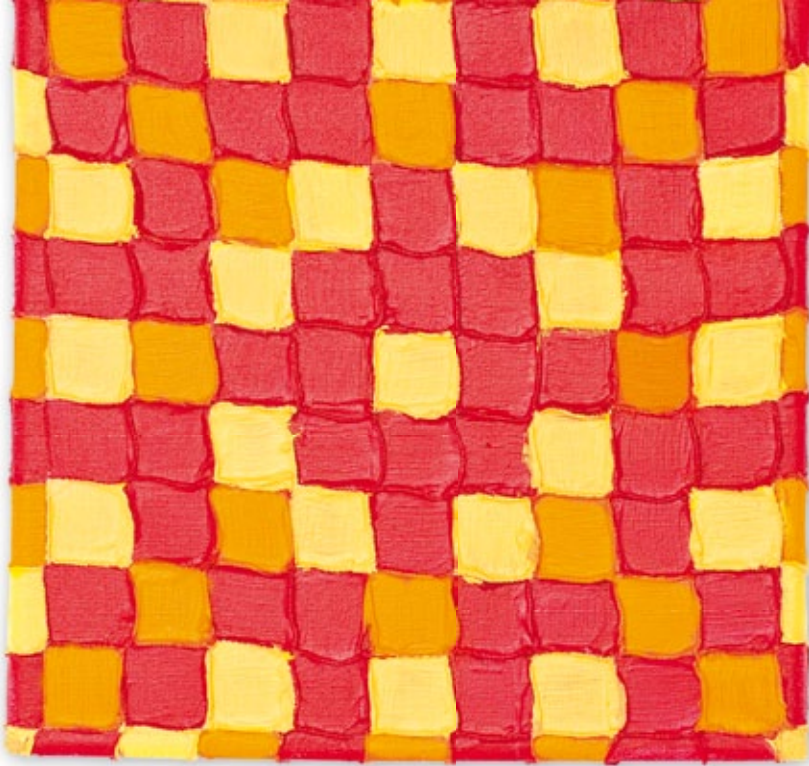
Die Grundidee:  
Kunst für alle,  
barrierefrei und inklusiv

Jeder kann malen

# Das Anti-Stress- Programm

Schalte die Welt aus und den Pinsel ein! Viele Quadratologo-Maler berichten von der wohltuenden Wirkung des Malprozesses. Und Psychologen wissen, warum das so ist.

Malen im Flow	Entspanntes und entspannendes meditatives Schaffen, das Leib und Seele guttut, Stress abbaut und das Wohlbefinden steigert: Viele Quadratologo-MalerInnen berichten von der wohltuenden Wirkung des Malprozesses. Vom Fluss des Geschehens, der einen weiterträgt, wenn man spontan und intuitiv – oder auch zielgerichtet – einen Pinselstrich neben den anderen setzt; so dass man das Gefühl hat, das Bild male sich gleichsam von selbst. Wer sich darauf einlässt, erlebt früher oder später einen ruhigen Zustand des Wohlbefindens, für den die Neurowissenschaft den Begriff Flow (Fließen, Strömen) geprägt hat.
Entspannt und konzentriert	Vielleicht haben Sie diesen Glückszustand schon bei anderen Gelegenheiten erlebt: Sie geben sich einer angenehmen Tätigkeit hin und gehen darin so sehr auf, dass die Welt rundum versinkt. Das Zeitgefühl geht verloren. Innenwelt und Außenwelt befinden sich im Einklang, man ist zugleich entspannt und konzentriert, ohne ein Ergebnis erzwingen zu wollen. Die linke, für Planung und rationales Denken zuständige Gehirnhälfte kommt zur Ruhe, und es herrscht Harmonie zwischen Gefühl und Verstand.
Einklang zwischen Denken und Fühlen	Diese subjektive Empfindung des Flow entspricht dem, was Neurologen feststellen: Im Gehirn herrscht Einklang zwischen dem für Emotionen zuständigen limbischen System und dem Neokortex, dem Sitz des Bewusstseins und des rationalen Denkens – charakteristisch für einen meditativen Zustand. Zugleich sind Herzschlag, Atmung und Blutdruck optimal synchronisiert. Dies wird als „strömendes“ Gefühl erlebt, als im Einklang mit sich selbst und der Außenwelt.
Spielerisch, kreativ, schöpferisch	In diesem Sinne leistet Quadratologo auch als Therapiemethode Erstaunliches; etwa bei Hyperaktivität, Schlaflosigkeit, Angstzuständen, Sucht oder Depressionen. Über diese Art des spielerischen Schaffens sagt der bedeutende Psychologe Mihaly Csikszentmihalyi, der den Begriff Flow geprägt hat: „Der Mensch, der spielerisch schafft, wirkt kreativ und schöpferisch gestaltend. Er geht darin auf und findet darin seinen freien Ausdruck.“



*Zur Ruhe finden. Und zu Farben*

In mancher Hinsicht hat Quadratologo die Züge traditioneller meditativer Kunstformen; man denke nur an die Erstellung von Mandalas, die viel mehr sind als spirituelle Schaubilder. Hier ist der bildschaffende Prozess des Malens zugleich eine Übung in Achtsamkeit. Die Anfertigung selbst wird als Weg zu Gelassenheit und innerem Frieden verstanden. Der/die KünstlerIn versenkt sich in das Schaffen, lässt die Welt und die um sie kreisenden Gedanken und Sorgen los. So hilft das konzentrierte Schaffen nach bestimmten Regeln und Vorgaben, wie Buddhisten sagen, den Geist zu leeren und die „herumhüpfenden Affen der Gedanken“ zur Ruhe kommen zu lassen. Das Denken verlässt die eingefahrenen Gleise und löst sich von belastenden Vorurteilen. Dieses Erlebnis der inneren Freiheit wirkt auch im Alltagsleben nach.

Aus psychologischer Sicht bringt das konzentrierte und bedächtige Wiederholen von Strichen, aus denen bestimmte Muster entstehen, Entspannung und wirkt sich positiv auf Selbstkontrolle, Stimmung und Stressabbau aus. „Die Effekte gleichen jenen der Achtsamkeitsmeditation im Zen“, sagt dazu die US-amerikanische Kunsttherapeutin Dr. Cathy Malchiodi: „Ängste verlieren sich, das Selbstbewusstsein steigt ebenso wie die Fähigkeit zur Selbstwahrnehmung – und zwar auch deshalb, weil das gesamte Gehirn spontan und manchmal unbewusst mitwirkt.“ Schalte die Welt aus und den Pinsel ein: Das beruhigt, macht zufrieden und führt zu einer vertieften Selbstwahrnehmung. Und die Tätigkeit reguliert sich im Tun selbst, indem sie das explizite Gedächtnis (also das, was wir bewusst wissen) wieder mit dem impliziten Gedächtnis verknüpft. Implizit ist das, was wir wissen, ohne dass uns dieses Wissen bewusst ist. Wenn sich Menschen mit Pinsel und Papier künstlerisch und kreativ ausdrücken, stärken sie diese Verbindung.

Meditative  
Kunstform

Schalte die Welt aus  
und den Pinsel ein!

# Warum macht Quadratologo so viel Freude?

Mit Quadratologo entdecken viele Menschen die Freude am Malen – und erinnern sich dabei auch an die Kinderzeit und an den fröhlichen, unbefangenen Umgang mit Pinsel und Farbe. Quadratologo lässt diese Freude neu erwachen. Warum ist das so?

Eins nach dem anderen

Weil man hier weder Übung noch Erfahrung braucht. Selbst wer von sich behauptet, ungeschickt zu sein oder kein künstlerisches Talent zu haben, erlebt von Anfang an Erfolge. Kästchen ausmalen kann jeder. Und jeder Pinselstrich, jeder Schritt führt wie von selbst zum nächsten – und weiter zum fertigen Bild.

Einfach irgendwo  
anfangen

Und das beginnt mit einem ersten und einfachen Pinselstrich, der anderswo beim Malen oft schon die erste Hürde darstellt: die Angst vor der weißen Fläche, die übrigens auch erfahrene Maler und selbst professionelle KünstlerInnen überfällt. Wenn alles möglich ist, wo und wie anfangen, damit das Bild gelingt? Quadratologo hingegen macht den Einstieg leicht. Die Unterteilung der Malfläche lädt von selbst dazu ein, den ersten Pinselstrich in irgendein Kästchen zu setzen. Dazu braucht es weder eine große Planung noch eine klare Vorstellung, wohin das alles führen soll. Das Bild wird, wie es wird.

Keine Vergleiche,  
keine Bewertung,  
keine Fehler

Denn das Quadratologo muss nichts Bestimmtes abbilden: kein Objekt, keine Figur, keine Landschaft. Wenn kein Gegenstand dargestellt wird, fällt auch der Vergleich mit der Abbildung aus und überhaupt jede Bewertung. Das erlaubt einem, spontan und intuitiv draufloszumalen – nichts kann „falsch“ werden, deshalb gibt es auch keine Malfehler.

Erlebnis und Ergebnis

So kann man in den Fluss (oder Flow) des Malens eintauchen, ohne stets überlegen zu müssen, wie, wo und mit welchen Farben die nächsten Mal-schritte gesetzt werden sollten. Das Bild malt sich gleichsam von selbst, und dieses Erlebnis ist nicht minder befriedigend als das Ergebnis, das auch farblich immer stimmen wird.

Farbfamilien als  
Leitsystem

Denn neben dem Gitternetz als Führungssystem bietet Quadratologo zugleich ein praktisches Farbleitsystem. Das sind die Farbfamilien, nämlich jeweils drei Farbtöne mit Weiß, die im Set so zusammengestellt sind, dass sie im Quadratologo auch beim Mischen immer ein farblich harmonisches Gesamtbild garantieren.



*Die Freude am Malen ...*



*... und die Freude am selbst geschaffenen Bild*

Dabei sind die Farben nicht nur bunt, sondern sozusagen auch körperlich, was für viele Anfänger eine interessante Erfahrung ist. Nach dem Trocknen verwandeln sich die dick aufgetragenen, mit dem Pinsel modellierten Acrylfarben in reliefartige Skulpturen. Die Pinselstriche bleiben als plastische Texturen sichtbar – Momentaufnahmen des dynamischen Malprozesses. Und nicht nur Kindern macht es Freude, beim Malen nach Lust und Laune kleine Objekte einzubetten und damit Collagen zu schaffen.

Die von Quadratologo angebotenen Strukturen bringen ungeübten MalerInnen die nötige Sicherheit, um sich bedenkenlos aufs Malen einlassen zu können. Die Kreativität erhält einen Rahmen, der allerdings nicht einschränkt, sondern zum Tun ermuntert.

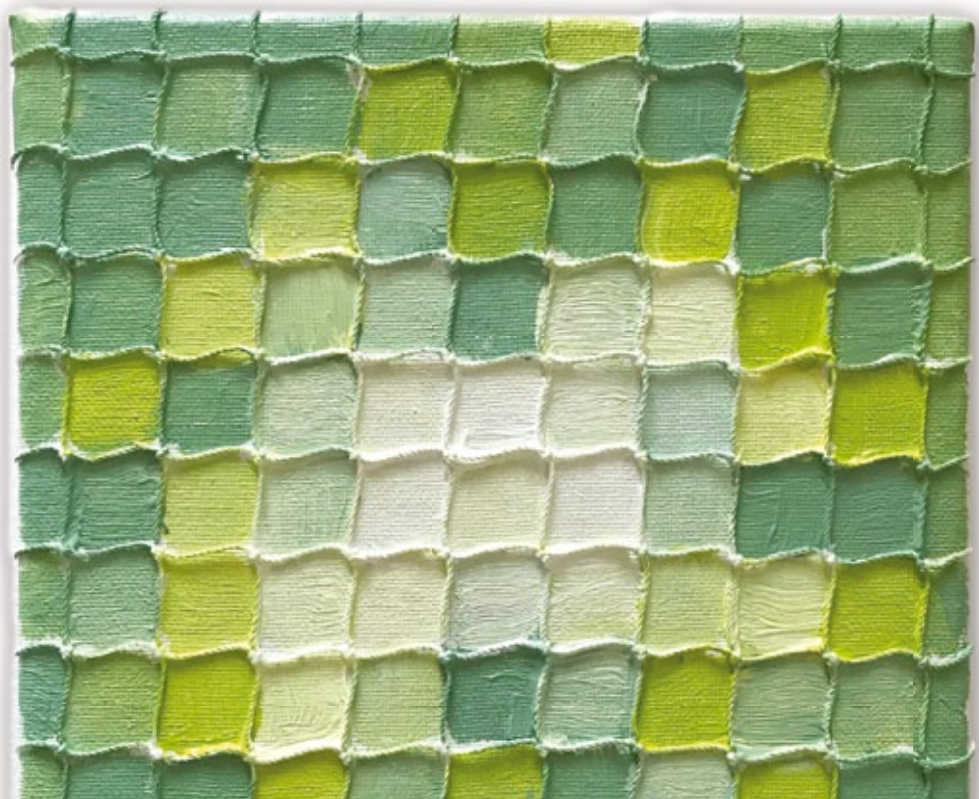
Diese Sicherheit, diese schöpferische Tätigkeit ist nicht uferlos: Jeder Malprozess findet einen befriedigenden Abschluss, wenn das letzte Kästchen ausgefüllt und das Bild fertig ist.

Farben werden körperlich

Hilfreiche Strukturen

Und jedes Mal ein Happy End!

*Von innen weiß  
nach außen grün –  
oder umgekehrt:  
Wo immer man  
beginnt, jedes  
Quadratologo findet  
ein gutes Ende.*



# Für wen eignet sich Quadratologo?

Jede kreative und künstlerische Tätigkeit kann Stress abbauen und das Wohlbefinden steigern. Hinzu kommt die Befriedigung, etwas Eigenes geschaffen zu haben.

Für AnfängerInnen und  
HobymalerInnen

Alleine und  
gemeinsam

Konzentration,  
Feinmotorik,  
Tastsinn

Quadratologo macht das zum System, weshalb es sich so gut für die gezielte Anwendung in sozialen und therapeutischen Feldern eignet. Zur Ruhe kommen, mit sich eins werden, Zutrauen fassen: Dies sind sozusagen willkommene und nachhaltige Nebenwirkungen, die über die Freude am Malen und am Ergebnis hinausreichen. Die Kunsttherapie macht sich diese Effekte gezielt zunutze. Möglicherweise wird in den kleinen eingeteilten Quadraten etwas ausgedrückt, wofür sonst die Worte fehlen. Ohne maltechnische Voraussetzung und Leistungsdruck können AnwenderInnen ihr schöpferisches Potenzial entfalten: privat, vor allem aber auch in geleiteten Malgruppen zum Beispiel in Bildungseinrichtungen, in der Kunsttherapie oder in Institutionen aller Art: Reha, Kirche, Altenheim, Krankenstation. Denn nach den Worten der Kunsttherapeutin Vera Sprengkamp eignet sich Quadratologo „optimal für einen vielseitigen Einsatz in allen Bereichen und Institutionen, in denen Kunst ein Thema ist oder werden soll. ... Therapeutisch wirksam auch als Übung für Konzentration, Feinmotorik und Tastsinn“.



*Jung und Alt: Quadratologo verbindet!*



*Quadratologo verbindet:  
Intensives Malen in Gruppen,  
hier bei einem Quadratologo-  
Workshop*

Für viele AnwenderInnen hat das Malen in der Gruppe besonderen Reiz. Zwar machen die TeilnehmerInnen gewissermaßen ihr eigenes Ding, sind dabei jedoch nicht alleine oder gar einsam. Zum einen finden TeilnehmerInnen beim Einstieg Unterstützung durch die Leitung. Zum anderen entsteht sogleich eine ermutigende, gut nachbarliche Atmosphäre.

Die Vorbereitung ist denkbar einfach. Die Arbeitsplätze an den Tischen sind jeweils mit Papier ausgelegt und haben entsprechende Ellenbogenfreiheit. Ein kleines Schild kann die TeilnehmerInnen willkommen heißen. Vor jedem liegt ein Keilrahmen; je nach Art der Gruppe im Standardmaß von 20 x 20 cm oder größer. Dazu die Abziehpalette, der Pinsel und die Tuben der vorgesehenen Farbenfamilie. Vielleicht gibt es auch ein Körbchen mit Dekomaterial für Collagen, für Kinder gerne auch Glitzerteile. In Altenheimen gestalten die TeilnehmerInnen ihre Werke gerne mit eingebetteten Naturmaterialien aus. Dafür eignen sich beispielsweise Buckeckern, Ästchen, Steinchen, Muscheln oder auch Moos.

Abseits davon gibt es eine Ablage für die fertigen Bilder sowie einen größeren Wasserbehälter zum späteren Auswaschen der Pinsel. Für die verbrauchten Papierpaletten steht ein Behälter zur Verfügung.

Zum Einstieg empfiehlt es sich, kurz auf die wunderbare Welt der uns umgebenden Farben einzugehen, wie sie unser Leben mitbestimmen und welche Wirkung sie auf uns ausüben. Nicht wenigen Menschen wird erst durch den eigenhändigen Umgang mit Farben bewusst, wie sehr sie bei jedem Blick in die Welt unser Leben bereichern.

Beim Demonstrieren der Malweise ist es wichtig, die Vorteile des Malens innerhalb der von Quadratologo angebotenen Farbfamilien zu erklären: weil die Töne miteinander harmonieren und beim Mischen und beim Übergang zum nächsten Farbfeld wiederum nur ansehnliche Töne entstehen. Deshalb muss der Pinsel zwischendurch nicht gesäubert werden, es sei denn, die Farben sollen sich von Feld zu Feld klar voneinander absetzen.

Und dann geht es los – überall gleichzeitig, sodass niemand versucht ist, erst einmal zu gucken, wie und was in der Nachbarschaft gemalt wird ...

Anleitung und Ermutigung in der Gruppe

Gemeinsam malen:  
Tipps zur Vorbereitung

Leinwand, Pinsel,  
Farben ... und  
mehr

Die Welt ist farbig,  
und Malen macht  
uns das bewusster.

Wie Farbfamilien  
wirken