

## Pressemitteilung

München, den 10. Januar 2019

### Burnout in bunt

#### **Vernissage am Dienstag, dem 12. Februar um 18 Uhr im Evangelischen Bildungswerk München Ausstellung von Mittwoch, 13. Februar, bis Freitag, 29. März**

Malen als „Pause machen“ vom „Müssen“. So sind brillante und farbenfrohe Gemälde in Wachsmalkreide entstanden. Die Bilder von Martina Koch stehen unter dem Motto „Burnout in bunt“ und werden im Evangelischen Bildungswerk München (ebw) von Februar bis März 2019 ausgestellt. Die Vernissage dazu ist im ebw am Dienstag, dem 12. Februar, um 18 Uhr.

Martina Koch ist Dozentin in der Erwachsenenbildung. Sie hatte ein Burnout. Funktionieren in Beruf und Gesellschaft, dafür stets selbst Sorge tragen. Das ist Teil des menschlichen Daseins, wenn man erwachsen ist. Und genau das war ihr Problem: Erwachsensein. Eine Überdosis davon hatte sie ausgebrannt. Alles wonach sie sich sehnte, war Zeit haben, Leben spüren – im Augenblick.

„So, wie es mir in dieser Zeit ging, war ich mit meiner Außenwelt nicht kompatibel. Zumindest nicht mit der menschlichen. Im Wald fühlte ich mich wohl, im Wasser meistens auch und mit anderen Säugetieren, die ich so traf, kam ich direkt gut klar“, sagt Koch.

Während ihrer Therapie beim Max-Planck-Institut für Psychiatrie entdeckte sie die heilenden Kräfte vom Malen und Schreiben – bei ihrem „Pause machen“ vom „Müssen“. Und dabei sind diese bemerkenswerten Bilder entstanden.

Ergänzt wird die Vernissage mit einer Kurzgeschichte von Martina Koch und zwei kurzen Vorträgen über die positiven Auswirkungen von Kreativität bei Burnout und anderen psychischen Erkrankungen von zwei Mitarbeiterinnen vom Max-Planck-Institut für Psychiatrie in München (MPIP). Ulrike Pfeiffer ist zuständig für Kunsttherapie und Monika Schreiber für kreatives Schreiben beim MPIP. Musikalisch untermalt wird der Abend mit balladenartigen rhythmischen Latin-Stücken durch das Ensemble Yeni Toro & Friends.

Die Ausstellung erfolgt in Kooperation mit dem Max-Planck-Institut für Psychiatrie in München.

### Was/wann/wo – in Kürze

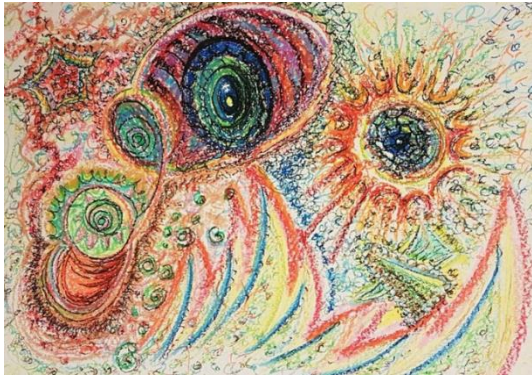
#### **Vernissage „Burnout in bunt“**

Vernissage	Dienstag, 12. Februar, 18 Uhr, Eintritt frei
Ausstellung	Mittwoch, 13. Februar - Freitag, 29. März, Eintritt frei Montag, Dienstag, Mittwoch 8.30 - 12.00 Uhr und 13.00 - 15.00 Uhr Donnerstag 12.30 - 16.00 Uhr, oder nach Vereinbarung
Ort	Evangelisches Bildungswerk München e.V. Herzog-Wilhelm-Straße 24/III, 80331 München, Tel. 089/55 25 80-0

### Kontakt

Presse: Gabriele Forstner, Tel. 089/55 25 80-0, [presse@ebw-muenchen.de](mailto:presse@ebw-muenchen.de)

Vernissage/Ausstellung: Dr. Felix Leibrock, Tel. 089/55 25 80-0, [felix.leibrock@ebw-muenchen.de](mailto:felix.leibrock@ebw-muenchen.de)



**Yeah**  
Wachsmalkreide auf Papier  
50 x 70 cm, Foto: © Martina Koch



**Stormy weather**  
Wachsmalkreide auf Papier  
50 x 70 cm, Foto: © Martina Koch



**Martina Koch**, Foto: © Martina Koch

**Evangelisches Bildungswerk München e.V. (ebw):** Der gemeinnützige Verein ist Dachverband für die evangelischen Gemeinden und Dienste im Dekanat München, um Bildung für Erwachsene zu fördern und zu unterstützen. In dieser Funktion führt das ebw neben zahlreichen Serviceleistungen in Fragen der Erwachsenenbildung auch eine Vielzahl von Seminaren und Projekten durch. Angeboten werden Veranstaltungen zu den Themenbereichen Arbeitswelt, Soziales, Gesundheit, Glaube, Medien und Kultur. Weitere Informationen unter: [www.ebw-muenchen.de](http://www.ebw-muenchen.de)