

# Collage

## Mosaik der Erinnerungen

### Verwendung von Realität als Gestaltungsmittel



[www.wahrnehmungschirurgie.de](http://www.wahrnehmungschirurgie.de)

Das charakteristische am Trauma ist, dass Ereignisse und ihre Umstände so überwältigend sind, dass sie innerlich nicht integriert werden können. So entsteht in der Psyche ein unerträglicher Zustand von Übererregung. Diese liegt außerhalb des willentlichen Einflusses.

Das Trauma entsteht dadurch, dass unter hohem Affekt, insbesondere bei extremer Angst oder Todesangst, der Mandelkern im Gehirn (die Amygdala) die hereinkommenden Informationen so blockiert, dass sie nicht in die Hirnregionen, in denen Informationen üblicherweise gespeichert werden, weitergeleitet sind. Dies verhindert vor allem eine Speicherung im Sprachzentrum, im Thalamus. Dies ist auch der Grund warum einem traumatischen Erlebnis die raumzeitliche und die sprachliche Einordnung fehlen. Das solcherart fragmentarisch gespeicherte Traumamaterial besteht nur noch aus Einzelbildern und kurzen Sequenzen und wird nicht ins Selbst integriert.

Dieser Satz, „ich bin gerettet“ ist zwar nach einem Trauma verstandes- und wissensmässig vorhanden, wurde damals aber nicht integriert. Erst wenn das rettende Bild dem Gehirn durch kreative Bilderverarbeitung als wirkliche Erfahrung zugänglich gemacht worden ist, können eine Entspannung und damit auch eine Heilung eintreten.

Es ist von großer Bedeutung, dass Traumata entlastet werden, da sie ungelöst unser Denken, unsere Wahrnehmung der Welt und der Mitmenschen prägen. Wir sehen die Umwelt durch den Filter dieser Bilder und reagieren mit Angriff oder Verteidigung, wo weder das eine noch das andere angebracht wäre.

Der Erstellungsprozess einer Collage ermöglicht es den Teilnehmer sich mit seinen Erlebnissen auseinander zu setzen. Bilder, die unangenehme Erfahrungen wecken, können durch schneiden oder zerreißen in neue Visionen umgewandelt werden.

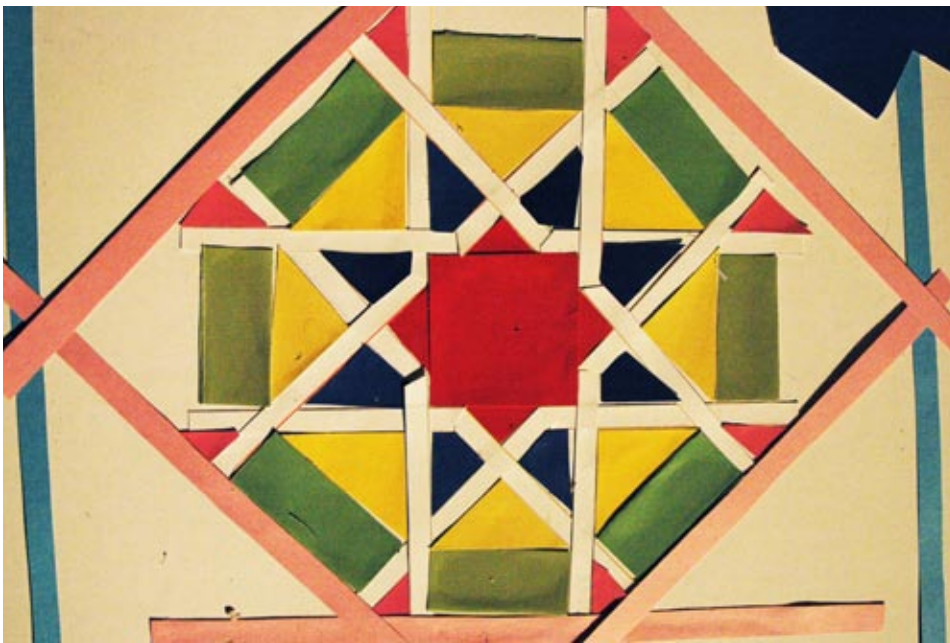
“Durch den Umgang mit Materialien ermöglicht die Collage visuelle, haptische und emotionale Erfahrungen, die die Sensibilisierung des visuellen Erkennens und die Erweiterung praktischer Gestaltungsfähigkeit einschließen.” (Eid)

Collage als:

- Ideales Mittel für nonverbale Kommunikation
- Ausdruck eigener Vorstellungen
- Verarbeitung vergangener Erfahrungen
- Kreative Nutzung der Freizeit
- Abbau von zwischenmenschlichen Spannungen
- Zusammenkunft der kreativen Kräfte in gemeinsamen Projekten
- Interaktion mit den in der Zuversicht Gleichgesinnten und der zur positiver Weiterentwicklung Bereiten

Man benötigt:

- Buntpapier, Zeitungsmaterialien
- Untergrundkarton
- Kleber
- Bastelschere



Aus den farbigen Papiermaterialien werden Mosaiken kreiert mit dem beruhigenden Effekt der Mandala. Solche Kompositionen erinnern an herkunftlandbezogene Traditionen und rufen die Sehnsucht nach der Heimat hervor.

Die realitätsbezogenen Bilder aus Zeitschriften ermöglichen die nonverbale Mitteilung von Gedanken, Gefühlen, Ängsten, Hoffnungen, Sehnsüchten u.a. Anders als in einem Gespräch erzählen die Motive mehr als viele Worte und regen auch beim dem Betrachter seine eigene Vorstellungskraft an.

