

ОРИГАМИ

Среди современных средств и направлений в арт-терапии все ярче заявляет о себе относительно новое перспективное направление – **оригами**.

Традиционное японское искусство оригами - конструирование разнообразных бумажных фигурок путем складывания квадрата без вырезания и склеивания - все шире интегрируется в мировую культуру и науку, становится предметом исследований специалистов таких отраслей, как конструирование, архитектура, математика, технический дизайн, педагогика, практическая психология и арт-терапия. Поэтому неслучайным является появление нового термина в арт-терапевтической практике - «образ жизни оригами».

Технология заключается в работе клиентов с бумажными материалами различного размера, цветовой гаммы и фактуры. Осуществляется изготовление изделий различной пространственной структуры и формы (стилизованные фигурки животных, птиц, предметов обихода, цветы и т.д.) В ходе работы тренируются мелкая моторика рук, возвращается их ловкость, разрабатываются мелкие суставы, тренируется память, пространственное мышление.

Причин успеха занятий оригами в арт-терапии и организации досуга много:

- во-первых, – это сама бумага с ее привычным, неагрессивным статусом. С бумагой можно делать все, что угодно: смять, разорвать, рисовать на ней, а в оригами бумага выступает в новой необычной роли - из нее можно сложить множество интересных моделей. Появляется мотивация, желание научиться этому;

- освоить технику оригами очень легко, в любом возрасте, как детям, так и взрослым.

- результат достигается быстро;

- имеет место прогнозируемый позитивный результат – если складывать фигурку аккуратно и точно, она обязательно получится красивой, и залог этому – сама природа этой техники конструирования, где царят точность, симметрия и гармония геометрических линий;

- есть возможность руководить процессом», то есть вносить изменения в фигурку по своему желанию, изобрести много собственных моделей;

- на занятиях оригами осуществляется невербальный контакт в общении, что в отдельных случаях бывает единственно возможным;

- оригами объединяет в себе приемы и формы работы некоторых других арт-терапевтических направлений: сказкотерапию (сказки оригами), игротерапию (игры с подвижными фигурками), терапию средствами драмы и куклотерапии (разыгрывание сцен с куклами оригами, маскам, и тому подобное), терапию средствами музыки, хорового пения и эвритмии с присущими им гармонией и ритмичностью движений (что также имеет место при складывании в технике оригами и дает терапевтический эффект), терапию цветом (используется разноцветная бумага);

- метод повтора и ритмичность в складывании модульного оригами (звезды, орнаменты, «3-D»-модели) уравнивают психическое состояние человека;

- сама форма некоторых фигур (кусудам, многогранников, каркасных структур) несет положительный гармонизирующий и оздоровительный эффект.

Оригами обладают следующими психотерапевтическими свойствами:

-повышают активность правого полушария мозга и уравнивают работу обоих полушарий;

- повышают уровень интеллекта в целом;

- активизируют творческое мышление;

- повышают и стабилизируют на высоком уровне психоэмоциональное состояние;

- снижают тревожность и помогают легче адаптироваться к тяжелым ситуациям;

- улучшают двигательную активность рук, развивают моторику пальцев;

- улучшают память и глазомер.

Эти наблюдения одинаково ценны как для работы со здоровыми людьми, так и в условиях стационара.



Технология направлена на:

-развитие личностного потенциала клиентов;

-профилактику одиночества, улучшение качества жизни через активные контакты с участниками группы;

-пробуждение новых интересов, облегчение установления дружеских контактов;

-удовлетворение культурно-просветительских потребностей, потребностей в коммуникации и признании;

-социокультурную реабилитацию через приобщение клиентов к искусству;

-формирование, поддержку и повышение жизненного тонуса клиентов;

-сохранение и продление социальной активности клиентов.

Положительный эффект применяемой технологии:

-развитие интеллектуально-мнестической сферы клиентов;

-улучшение эмоционального настроения и общего самочувствия, снижение тревожности;

- развитие творческого воображения, фантазии, овладение навыками профессионального мастерства.

