

Криворізька загальноосвітня школа-інтернат I- II ступенів № 1

Оригамі — ефективний напрямок арт-терапії

Підготувала класний керівник

Антоненко Любов Степанівна

Кривий Ріг

2015

Серед сучасних засобів і напрямів в арт-терапії все яскравіше заявляє про себе відносно новий перспективний напрям - оригамі.

Традиційне японське мистецтво оригамі-конструювання різноманітних паперових фігурок шляхом складання квадрата без вирізання та склеювання - все ширше інтегрується у світову культуру і науку, стає предметом досліджень фахівців таких галузей, як конструювання, архітектура, математика, технічний дизайн, педагогіка, практична психологія та арт-терапія. У наш час оригамі як метод арт-терапії з успіхом використовують в лікувальній і реабілітаційній практиці лікарі різних спеціалізацій, в сучасних школах. Все частіше відзначається позитивний вплив занять оригамі в роботі з учнями загальноосвітніх шкіл, з учнями класів інтенсивної педагогічної корекції.

Значення оригамі

Численні дослідження свідчать про те, що заняття оригамі покращують якість життя дітей, зменшують рівень тривожності, допомагають забути біль і горе, підвищують самооцінку, сприяють налагодженню дружніх відносин, взаємодопомоги в колективі, допомагають встановити контакт між вчителем та вихованцем. Тому не випадковим є поява нового терміну в арт-терапевтичній практиці- «спосіб життя оригамі».

Займаючись оригамі, учень класів ІПК стає учасником захоплюючого дії - перетворення паперового квадрата в оригінальну фігурку - квітку, коробочку, метелик, динозавра. Цей процес нагадує фокус, маленьку виставу, що завжди викликає радісне здивування. Шляхом послідовного нескладного складання паперу вздовж геометричних ліній отримуємо модель, яка вражає своєю красою і змінює в кращу сторону емоційний стан дитини. Виникає бажання показати комусь це диво, скласти щось ще. Зникає відчуття ізольованості, налагоджується спілкування з дитиною. Складання в техніці оригамі доступно практично всім, та й папір є завжди під рукою. Ефект посилюється, якщо застосувати рухомі фігури оригамі, такі як стрибуча жаба, крякали ворони, журавлик, махають крилами і ін. Такі паперові іграшки цікаві і дорослим і дітям, особливо, якщо вони складені власними руками. В класах інтенсивної педагогічної корекції піднімають настрій пальчиковий ляльковий театр і казки оригамі, різноманітні головоломки з паперу.

Довгий час використовується оригамі для покращення емоційного стану, знімають депресію, підвищують впевненість у власних силах, сприяють встановленню дружніх контактів, що в цілому поліпшує психологічний стан дітей і робить процес навчання та виховання більш ефективним.

Унікальність арт-терапевтичного впливу оригамі полягає також у тому, що дитина постійно має можливість вести діалог з собою, зі своїм інтелектом.

Це приносить величезне задоволення.

Причини успіху занять оригамі

-Папір є звичним, неагресивним статусом. З папером можна робити все, що завгодно: зім'яти, розірвати, малювати на ній, а в оригамі папір виступає в новій незвичній для себе ролі - з неї можна скласти безліч цікавих моделей.

--З'являється мотивація, бажання навчитися цьому.

- Освоїти техніку оригамі дуже легко, в будь-якому віці, як дітям, так і дорослим.

-Результат досягається швидко.

Результати використання методу оригамі

- Має місце прогнозований позитивний результат - якщо скласти фігурку акуратно і точно, вона обов'язково вийде гарною.

-Є можливість керувати процесом, тобто вносити зміни до фігурки за своїм бажанням, винайти багато власних моделей.

- Усувається бар'єр між вихователем та учнем, виникає атмосфера довіри;

- На заняттях оригамі здійснюється невербальний контакт в спілкуванні, що в окремих випадках буває єдино можливим.

- Оригамі поєднує в собі прийоми і форми роботи деяких інших арт-терапевтичних напрямків: казкотерапія (казки оригамі), ігротерапії (ігри з рухомими фігурками), терапію засобами драми і лялькотерапії (розігрування сцен з ляльками оригамі, масок, і тому подібне), терапію засобами музики, терапію кольором (використовується різнобарвний папір).

- Метод повтору і ритмічність у складанні модульного оригамі (зірки, орнаменти) врівноважують психічний стан людини.

- Сама форма деяких фігур (кусудам, многогранників, каркасних структур) несе позитивний гармонізує і оздоровчий ефект.

Цікаво, що одні з найдавніших фігур оригамі – кусудама - паперові кулі із шести або більше модулів, і в наш час не втратили свого традиційного призначення - нести здоров'я людям. Вважається, що таку кулю, якщо його підвісити над ліжком хворого, буде сприяти одужанню. Згідно з цими уявленнями, людина, за допомогою деяких геометричних об'єктів (правильних багатогранників, наприклад), вступає в контакт з енергетичним світом, земної і космічної енергією, що дає сили для його фізичного і духовного розвитку. Можливо, в цьому і секрет сили тяжіння і оздоровчого

потенціалу оригамі.

Висновки

Заняття оригамі

- Підвищують активність правої півкулі мозку і врівноважують роботу обох півкуль.
- Підвищують рівень інтелекту в цілому.
- Активізують творче мислення.
- Підвищують і стабілізують на високому рівні психоемоційний стан.
- Знижують тривожність і допомагають легше адаптуватися до важких ситуацій.
 - Поліпшилиають рухову активність рук, розвивають моторику пальців.
 - Покращують пам'ять і окомір.

Цей метод однаково ефективний як для роботи зі здоровими дітьми ,так і для роботи з учнями з затримкою психологічного розвитку.

Навчання оригамі в школах не вимагають багато часу, або якогось спеціального обладнання. У більшості випадків потрібні тільки паперові квадрати або папір формату А4 і елементарні знання роботи в цій техніці. Початковий курс оригамі включає вивчення базових форм, основних прийомів складання, міжнародних умовних знаків для роботи за схемами, знайомить з простими класичними моделями, модульним оригамі та технікою гофрування. Вивчаються також ігрові методи роботи з дітьми. У оригамі є величезна кількість моделей, різних за рівнем складності. Їх вибір залежить від віку дитини.

В нашій школі також ефективно використовується метод оригамі в класах ПК— це і виготовлення героїв казок, інсценізація, ігри з рухомими фігурками оригамі, виготовлення поробок, виставки дитячих робіт. Мета - популяризація оригамі в нашій країні, використання його величезного потенціалу в таких соціально важливих сферах, як педагогіка і арт-терапія.