## Консультация для родителей

## «Оригами и психология»

Подготовила воспитатель: Лунёва М.Н.



Оригами - это вид творчества, который успокаивает нервную систему, улучшает работу мозга и синхронизирует работу обоих полушарий головного мозга. Помимо этого, оригами воспитывает любовь к природе, эстетический вкус, доброту и чуткость, удовлетворяет потребности человека в самооценке, самоуважении и саморазвитии. Занятия оригами помогают человеку в самовыражении. В частности, создание оригамического спектакля приводит к тому, что даже самые замкнутые и стеснительные ребята полностью раскрепощаются.

Оригами — это одно из уникальных занятий для всех и каждого, независимо от физического и психического состояния, на любом этапе жизни, с раннего детства до старости.

Оригами — это освобождение от тревожного состояния и гнева, проявление творческого потенциала личности. Оригами привносит радость в жизнь человека и его окружения, увеличивает жизненные силы, помогает найти новое призвание в жизни. Оригами в качестве уникального средства воздействия на эмоциональную сферу ребенка начали применять еще в начале 19 века.

Существует специальное направление арт-терапия, которое использует оригами. Оригами в состоянии воздействовать на эмоциональную сферу человека. Это особенно важно для тех, у кого есть различные проблемы общения, кто застенчив или, напротив, излишне агрессивен. При помощи оригами можно отрабатывать различные поведенческие модели. Например, выполнение традиционных японских бумажных шаров - кусудам- требует участия нескольких человек, коллектива. Каждый из участников складывания должен выполнить один или несколько элементов будущего шара. При этом его изделия должны абсолютно точно повторять те элементы, которые выполнены другими членами группы. Если один из участников группы не смог найти общего языка с другими, договориться с партнерами, шар

выполнен быть не может. Маленькая проблема поиска общего языка в группе сказывается на следующих уровнях общения в группе. Таким образом, складывание красивого бумажного шара становится обычной психологической задачей, для решения которой следует выбрать лидера, договориться об условиях участия распределить роли, взаимодействия или правилах. Ведь кому-то в этой группе придется выступить в роли художника, подбирая цвета для выполнения модели, кто-то станет руководить сборкой элементов. А кому-то придется выполнять роль статистов.

Помимо решения вопросов коммуникабельности, такая деятельность способствует развитию эстетического чувства, что не менее важно в работе с самыми различными группами. Любовь детей к складыванию фигурок разных животных можно использовать для борьбы с различными фобиями. Например, малыш боится волка. Можно предложить ему сложить фигурку волка методом оригами. Ребенок видит, что волк, по сравнению с ним, совсем маленький, не страшный. К тому же этого волка в любой момент можно просто смять и выбросить. Или поступить еще проще. Развернуть фигурку. И вместо волка перед ребенком появится слегка помятый квадратик бумаги. И окажется, что волк может появиться и исчезнуть по желанию ребенка. Страх постепенно исчезает.

Одной из интереснейших форм работы может стать и новогодний маскарад. Работа с бумажными масками позволяет решать некоторые психологические проблемы. Оценка состояния ребенка начинается с наблюдением за тем, как он выбирает цвет и размер листа для работы. Или он выберет белый лист, чтобы раскрасить его по своему выбору. Основным моментом является выбор ребенком персонажа для изготовления маски. И его собственная оценка характера героя его выбора. Веселый, грустный, злой, робкий, трусливый. Можно предложить ребенку сделать маску того, кем бы он хотел себя видеть, или, каким, как ему кажется, его видят окружающие, или, каким он не хочет быть. Необходимо дать ребенку возможность «отыграть» свою роль, почувствовать себя в том или ином качестве. Выбрал малыш маску агрессии, значит необходимо поставить его в соответствующие внешние условия. Пусть он в полной мере ощутит на себе все грани такого поведения, поймет, в чем его проблема. Здесь очень важно и роль группы, которая подыгрывает ребенку. Пусть он чувствует тот страх или презрение, которые вызывает у окружающих его маска (читай - "роль"). Маска выступает в роль концентрата эмоций, характера, личности. Эмоциональная разрядка, происходящая в результате игры с масками, способствует некоторой психологической коррекции поведения ребенка. Таким способом можно нейтрализовать страхи и агрессию, зло и зависть.

Не перечислить всех достоинств оригами. Вы поймете это, когда откроете для себя и своих детей волшебное искусство — оригами.