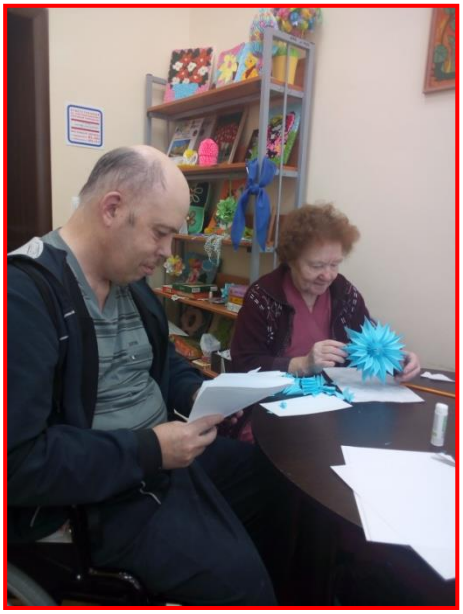
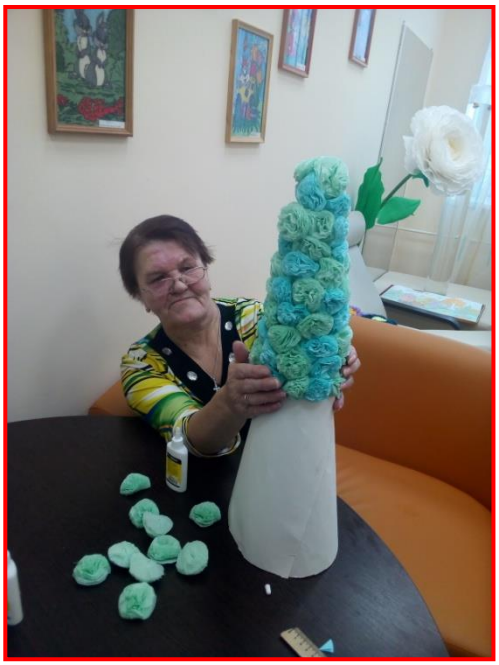
Бумаготерапия.

Не запрещай себе творить,
Пусть иногда выходит криво-
Твои нелепые мотивы
Никто не в силах повторить.
Марина Цветаева.

Работа с бумагой несет в себе глубокий психологический смысл. Это один из самых технологичных, декоративных, вполне конструктивных и, притом, доступных и безопасных материалов, позволяющий экспериментировать. Замечательные свойства бумаги, дают огромный простор для вдохновения и реализации смелых проектов. Благодаря этому податливому материалу можно просто и дешево воплотить самые смелые фантазии. Да что там! Можно создать целый мир. Универсальность бумаги трудно переоценить. Она находит применение практически во всех областях человеческой деятельности. Творчество не исключение. В человеке природой заложен огромный творческий потенциал. Если он реализован и получает практическое воплощение, то становится надежной опорой, дающей человеку способность противостоять перипетиям судьбы, сохранить нравственное и душевное здоровье. Занятия творчеством обогащают нелегкую жизнь людей с проблемами здоровья, дарят новые впечатления, становятся своеобразной отдушиной. Занятия искусством, творчеством снимают напряжение, расслабляют, развивают эстетический вкус, помогают человеку раскрыться, просто скрашивают досуг. Творчество-это свежий воздух и солнечный свет для души.

«Бумаготерапия» особенно продуктивна в арт – терапии. Этот метод активно используют в нашем пансионате на занятиях. Проживающие постигают характер бумаги, открывая ее поразительные качества, знакомятся с самыми простыми поделками из бумаги и с приготовлениями более сложных, трудоемких и, вместе с тем, интересных изделий. Кроме того, приобретают навыки конструкторской, учебно-исследовательской работы, опыт работы в коллективе, умение выслушивать и воспринимать точку зрения. На занятиях используются индивидуальные и групповые формы работы. Особенно яркий эффект дает работа в группе.

Каждый участник вкладывает в эту работу что-то свое, тем самым усиливается ощущение собственной ценности. Появляется мотивация, желание научиться как можно большему. Побочным продуктом терапии является удовлетворение, возникающее в результате выявления скрытых умений и их развития. Бумажное искусство- это целый творческий мир со своими секретами мастерства, главный из которых- усидчивость и кропотливость. Обычно в «бумаготерапии» используют такие техники как торцевание, волшебные комочки аппликации из салфеток, кусудама. На занятиях они чувствуют себя творцами, им все под силу, они забывают о своих проблемах и трудностях. В процессе творчества на поверхность выходят многие проблемы, которые глубоко скрыты и решаются безболезненно. С помощью бумаги, поделок из нее, они создают свой собственный бумажный мир, в котором есть все. Овладение рядом технологий требует терпения и аккуратности, а поделки тщательности в исполнении, ведь мастерство - это всегда упорный труд. Занятие арт-терапией имеет важную социальную значимость для развития людей «золотого возраста», а проведение выставок доказывает, что все без исключения могут творить и создавать красивые и полезные вещи своими руками. Умение мастерить поделки, и не только из бумаги, развивает эстетически. Человек учится видеть, чувствовать, оценивать и созидать по законам красоты.

Но главное богатство,
Что красоту творя,
Простой листок поможет
Создать тебе себя!

(отрывок из стихотворения Н.А. Колесовой)