

L'ORIGAMI - une nouvelle orientation prometteuse en art-thérapie.

Larysa Osadchuk

Posté le mardi, 10/03/2009 – 01:24

sur le site Origami en Ukraine : <http://origami.in.ua/ru/content/origami-novoe-perspektivnoe-napravlenie-v-art-terapii>

[art-thérapie](#)

[méthode intégrée](#)

[Kiev origami Club](#)

[utilisation de origami](#)

[origami](#)

[pratique de la réadaptation](#)

Parmi les outils modernes et les tendances dans l'art-thérapie lumineuse elle-même une direction relativement nouvelle et prometteuse apparaît : l'Origami.

L'origami - art traditionnel japonais de construction de diverses figures de papier en pliant un carré sans couper et coller – est maintenant plus largement intégré dans une culture mondiale et la science, il devient l'objet de recherche de professionnels dans des secteurs tels que l'ingénierie, les mathématiques, l'architecture, la design, la pédagogie, la psychologie et la pratique de l'art-thérapie. À notre époque, l'origami en tant que méthode d'art-thérapie est utilisé avec succès dans le traitement et la réadaptation d'une variété de spécialisations pratiqués par les médecins.

Dans les Actes de la Première Conférence Internationale « Origami dans l'éducation et l'art-thérapie » (1, 2), il y a une étude d'impact positif de l'origami dans le travail avec des handicapés de l'audition, de la vision, les sourds, du système musculo-squelettique, chez les patients des cliniques neuropsychiatriques, les hôpitaux psychiatriques, les patients cancéreux, et pour la réinsertion sociale des toxicomanes, des alcooliques et des prisonniers. De nombreuses études montrent que l'origami permet d'améliorer la qualité de vie des patients, de réduire l'anxiété, aide à faire oublier la douleur, d'augmenter l'estime de soi, de promouvoir l'établissement de relations amicales, d'assistance mutuelle dans l'équipe, pour aider à établir un contact entre le médecin et le patient. Ce n'est pas par hasard si est apparu un nouveau terme dans la pratique de l'art- thérapie : « style de vie origami ».

Quelle est le secret de l'origami dans les travaux de réhabilitation des adultes et des services de pédiatrie des hôpitaux, des centres de santé, etc. ? Par l'origami, le patient devient un participant à une action passionnante : la transformation d'un carré de papier en une figure originale – boîte, fleur, papillon, dinosaure, etc.

Ce processus ressemble à un truc magique, une petite représentation qui est toujours une surprise joyeuse.

Par une suite de simples pliages du papier le long de lignes géométriques, nous obtenons un modèle qui est frappant dans sa beauté et cela apporte un changement pour le mieux de l'état émotionnel du patient. Il y a un désir de montrer à quelqu'un ce miracle, de créer quelque chose d'autre. Le sentiment d'isolement disparaissant, il y a établissement de communication, y compris du médecin avec le patient, ce qui est particulièrement important si le patient est un un enfant. Il y a des moments où les enfants sont dans un état de peur, d'anxiété et refusent de prendre de la nourriture ou des médicaments. Alors avec l'aide d'une marionnette dans les mains d'un art-thérapeute, cela devient possible. L'origami est la même « baguette magique ». Mais il n'y a pas dans tous les hôpitaux un spécialiste d'art-thérapie

par les marionnettes, tandis que la technique de pliage origami est disponible pour la quasi-totalité et le papier est toujours là au bout des doigts.

Il existe des exemples d'application réussies de l'origami, même dans des cas d'autisme. Il est connu que le fils de Nicolas II, Alex était enfant souffreteux et introverti avec des symptômes d'autisme. Un professeur d'Angleterre, en utilisant des leçons d'origami, a non seulement été en mesure de parler avec le garçon, mais a également augmenté son intérêt pour la langue anglaise. Voici un autre exemple d'un adulte : le thérapeute cherche à attirer l'attention du patient en face de lui en feuilletant un magazine illustré coloré. Le patient est indifférent. Ensuite, le médecin arrache une page du magazine, crée un origami et le patient commence à montrer de l'intérêt dans ce qu'il voit - le contact est établi. L'effet est renforcé, si on utilise des modèles animés, tels que la grenouille qui saute, le corbeau croassant, la grue qui bat des ailes,...

Les jouets en papier de ce genre sont intéressants pour les adultes et les enfants, surtout si ils sont pliés de leurs propres mains. Avec eux, dans un hôpital, on peut organiser des jeux, des concours pour les enfants. Et pour ceux qui sont limités dans le mouvement, il sera cependant disponible et égayera le théâtre de marionnettes à doigts et les contes de l'origami, une variété de puzzles de papier - tout cela donnera une nouvelle couleur vive dans la réalité grise de la vie de l'hôpital du patient. Des médecins du monde entier, qui pendant plus de 30 ans ont utilisé l'origami, soutiennent que ces sessions améliore grandement l'état émotionnel des patients, soulage la dépression, améliore la confiance en soi, de promeut la mise en place de contacts amicaux, ce qui améliore généralement l'état psychologique des patients et rend le traitement plus efficace. Le caractère unique de l'art de l'origami comme influence thérapeutique réside dans le fait que le patient, même dans des conditions d'isolement complet, a la possibilité d'engager un dialogue avec lui-même, avec son intelligence. Il apporte beaucoup de plaisir.

Les raisons du succès des leçons d'origami en art-thérapie et des loisirs pour les patients dans les hôpitaux et les centres de réadaptation sont nombreux :

- En premier lieu, c'est le papier lui-même, avec son statut habituel, non agressif. Avec le papier, vous pouvez faire ce que voulez : écraser, casser, tirer dessus, et le papier origami apparaît dans un nouveau rôle inhabituel - car il peut être plié dans une variété de modèles intéressants. Il y a motivation, désir d'apprendre ;
- Maîtriser la technique de l'origami est très facile, à tout âge, aux enfants et aux adultes (les enseignants hospitaliers et les psychologues, les parents et le personnel médical peuvent être des experts) ;
- Les résultats sont obtenus rapidement ;
- Il y a un résultat positif prévisible - si on plie avec exactitude et précision, on est sûr d'obtenir un beau modèle – c'est à cause de la nature de cet art, où règne la précision, la symétrie et l'harmonie des lignes géométriques ;
- Il offre l'occasion de diriger le processus de création, qui est, d'apporter des modifications à un schéma comme souhaité, pour inventer un grand nombre de nouveaux modèles personnels ;
- Il élimine la barrière entre le médecin et le patient et crée une atmosphère de confiance ;
- Pendant la séance d'origami s'installe une communication non verbale, de contact, qui, dans certains cas, est la seule possible ;
- L'origami combine les techniques et les formes de certains autres domaines d'art-thérapie, ce qui permet de le considérer comme une méthode intégrée en art-thérapie :

- la thérapie par les couleurs (en utilisant du papier de couleur),
- la thérapie par les contes (les contes d'origami),
- la thérapie par les jeux, ludo-thérapie (jeux avec les modèles animés) ,
- la thérapie par le théâtre (dramatique et le théâtre de marionnettes (animation avec des marionnettes origami, masques, etc.),
- la thérapie au moyen de la musique, le chant choral et l'eurythmie avec leur harmonie inhérente et le rythme du mouvement (qui est également le cas lorsque l'on plie en technique modulaire de l'origami et qui donne aussi un effet thérapeutique),
- La méthode de répétition et le rythme dans le pliage d'un origami modulaire repliable (étoiles, ornement, modèle « 3-D ») permet d'équilibrer l'état mental d'une personne ;
- même la forme même de certains modèles (Kusudama, polyèdres) produit une harmonisation positive et un effet de guérison.

Fait intéressant, les plus anciens origami - Kusudama - boules de papier à partir de six unités ou plus, n'ont pas perdu leur but traditionnel à notre époque : d'apporter la santé aux gens. On croit qu'une telle boule, si elle est suspendue au-dessus du lit du patient, va favoriser la guérison. Ces manières de voir sont dans le domaine de la géométrie sacrée, et le terme est utilisé par des archéologues, des anthropologues, des philosophes et des études culturelles. Il est utilisé pour décrire un système d'archétypes religieux, philosophiques et spirituels, qui sont observés tout au long de l'histoire de l'humanité, et d'une façon ou d'une autre connectés avec les vues géométriques concernant la structure de l'Univers et de l'homme. Selon ces idées, l'homme avec l'aide de quelques objets géométriques (polyèdres réguliers, par exemple), entre en contact avec le monde de l'énergie, la terre et l'énergie cosmique qui donne de la force à son développement physique et spirituel. « Tout est énergie, les vibrations, l'harmonie et la fréquence de la dissonance ; tout est la géométrie »(3). C'est peut-être le pouvoir secret de l'attraction et le potentiel récréatif de l'origami. Il y règne la géométrie. La recherche contemporaine montre que les polyèdres réguliers (solides platoniciens) peuvent protéger contre les rayonnements technologiques, afin d'améliorer l'autorégulation de l'organisme, de restaurer les échanges d'énergie. Les processus de guérison et de récupération sont plus rapides à l'intérieur de bâtiments qui ont une forme de pyramide. La forme convexe sans bords permet d'accumuler de l'énergie et de la transférer au patient. La forme ovale a un effet positif sur le psychisme et le comportement. La forme ronde condense l'énergie de la meilleure façon et sert à améliorer la santé (3).

Il y a une autre figure de l'origami, qui sera toujours associé à l'espoir de guérison. C'est la grue japonaise, « tsuru » - un oiseau avec un long cou - symbole de longévité et de bonheur. Selon la légende japonaise, si vous pliez mille de telles grues, votre vœu s'accomplit. Dix ans après le bombardement atomique d'Hiroshima et de Nagasaki, une jeune fille japonaise, Sadako, a contracté la leucémie - elle a commencé à plier mille grues de papier pour survivre. Quand elle a compris qu'elle n'allait pas mieux, elle a continué de plier des grues en origami en faisant la prière pour la paix dans le monde. Sadako n'a pas eu le temps de plier mille grues, mais depuis ce temps, chaque année des milliers de grues origami, réalisées par des personnes du monde entier, volent au mémorial d'Hiroshima, en tant que symboles d'espoir.

L'utilisation de l'origami en art-thérapie offre un effet positif durable, comme en témoigne l'expérience des médecins du monde entier pendant près de deux décennies. Il existe des exemples d'utilisation réussie de l'origami en Russie (Institut de Moscou d'hématologie-

oncologie pédiatrique). Selon N.D. Ostrun (4), l'application des contes d'origami, des figures en mouvement et le travail d'équipe dans le pliage de Kusudama sont les formes les plus productives de loisirs chez les enfants malades. Les séances d'origami sont en mesure de détourner leur attention de la maladie et d'alléger l'état d'âme.

L'effet des leçons d'origami pour le développement de la pensée et de l'intelligence a été étudié par Catherine et Yuri Shumakov, psychologues de Rostov-sur-le-Don, dont le site d'origami site a été une fois reconnu comme le meilleur dans le monde. Ils ont conclu que cette activité :

- Améliore l'activité du cerveau droit et équilibre le travail des deux hémisphères ;
- Augmente le niveau d'intelligence en général ;
- Active la pensée créative ;
- Augmente et stabilise à un niveau élevé l'état psycho-émotionnel ;
- Réduit l'anxiété et aide à s'adapter plus facilement à des situations difficiles ;
- Améliore l'activité motrice des mains, développe la motricité des doigts ;
- Améliore la mémoire et l'exactitude coup d'œil (5).

Ces observations sont tout aussi précieuses pour le travail avec des enfants en bonne santé et dans le milieu hospitalier où la mobilisation de l'état psychologique pour la récupération est une condition très importante.

Une expérience positive dans le travail avec des aveugles et malvoyants est décrit par E.L. Kabachinskoy (Saint-Pétersbourg Origami Center)(6). Elle note que l'utilisation de l'origami est non seulement utile dans le développement de la motricité fine, la concentration, mais aussi dans le développement de la sensibilité tactile, la micro-orientation, la possibilité de perception instantanée du sujet dans son intégralité, de la stimulation des capacités créatrices. Des études prospectives montrent la maîtrise plus rapide des polices de caractères de points en relief et de l'orientation spatiale. Tous ces faits font de l'origami un moyen merveilleux de la réhabilitation.

En Ukraine, la première contribution significative à la popularisation de cet art a été faite par M.G. Yaremenko et O.M. Suharevskaya de Poltava. C'est le cas curieux de la réhabilitation psychologique d'un enfant, l'un de leurs élèves, à la maison des enfants, qui était dans un sanatorium. Très peu de gens se sont intéressés[à lui], jusqu'à ce qu'il plie un Kusudama à partir de feuilles de bloc-notes ordinaire. Tout d'abord, il a intéressé les enfants de la salle où il était le garçon, puis le personnel en service du sanatorium, et enfin parvint aux oreilles du directeur. Celui-ci a invité le garçon chez lui, lui a demandé s'il était vrai qu'il avait produit une chose aussi étonnante. Le garçon a répondu que c'était lui et à la demande du Directeur a plié un autre Kusudama. Ce garçon de l'orphelinat est devenu un héros, au centre de tous ceux qui étaient dans le sanatorium. Il se souviendra de cette histoire pendant toute sa vie, cela donnera à l'enfant la confiance en soi, l'estime de soi et améliorera l'état émotionnel du jeune patient. Il existe d'autres exemples de réinsertion sociale d'enfants en relation avec l'origami. Un élève d'une classe de quatrième d'une des écoles de Kiev, grâce à la passion de l'origami, a non seulement surmonté sa timidité (causée par la dyslexie), mais aussi est devenu le chef du groupe d'enfants à qui il a enseigné cet art. Dans ma pratique, il y avait des cas où les « retardataires » dans les matières principales scolaires, des enfants ayant des troubles de la vision, de l'anxiété, insociable, doutant de soi, ont réussi à l'origami et il les a aidé à faire face à leurs problèmes (2).

Les ateliers d'éducation et d'origami pour les enfants dans les centres de réadaptation ne nécessitent pas beaucoup de temps ou d'équipement spécial. Dans la plupart des cas on a seulement besoin de carrés de papier et une connaissance de base du travail pour les cours dans la technique de l'origami. Le cours de base comprend l'étude des formes de base et des

techniques de base de pliage, des symboles internationaux pour les schémas, des modèles classiques simples, la technique de l'origami modulaire et du gaufrage. Nous étudions également les méthodes de jeux avec les enfants. Dans l'origami il y a un grand nombre de modèles de niveaux de complexité différents. Leur choix dépend de l'âge de l'enfant et de son état de santé.

Le développement de l'origami, la mise en œuvre de celui-ci dans la pédagogie et la pratique art-thérapeutique des hôpitaux, des orphelinats, des foyers pour enfants, le travail des services sociaux pour les enfants et les jeunes et qui travaillent avec les personnes âgées - est une des priorités du club de Kiev de l'origami, créé en 2000. Soutenu par l'Ambassade du Japon, le club origami de Kiev organise des séances mensuelles ouvertes avec tous ceux qui veulent se joindre à cet art (enseignants, médecins, étudiants, enfants et leurs parents). Chaque année, il a organisé des expositions internationales, des séminaires, des ateliers, des consultations. Notre objectif : la popularisation de l'origami dans notre pays, l'utilisation de son énorme potentiel dans des domaines sociaux importants tels que la pédagogie et l'art-thérapie. Nous invitons tous ceux qui aiment l'origami et veulent lui trouver une application digne.

Biologiste-généticien
Chef de la Kyiv Origami club

Références :

1. Coet '91 : Proceedings of the First International Conference on Origami in Education and Therapy, Ed. John Smith, British Origami Society, 1992, 461p.
2. Осадчук Л.О. Образ жизни оригами: оригами в педагогике и арт-терапии. Простір арт-терапії: разом з вами, Вип.2 Арт-терапевтична асоціація, Київ, 2006, с.54-60. [Osadchuk L.O., « Mode de vie origami : l'origami dans la pédagogie et l'art-thérapie. L'espace et l'art-thérapie. » Espace d'art-thérapie : avec vous. Vol. 2 Association d'art-thérapie, Kiev, 2006, p.54-60.]
3. Гулинка О. Геометрия жизни. Влияние формы упаковки на человека и пространство. Packagin, №1(15), февраль, 2008, с.56-62. [Gulinkina O. « La géométrie de la vie. Effet de la forme de l'emballage sur la personne et l'espace. » Packagin, №1 (15), Février 2008, p.56-62.]
4. Острун Н.Д. Оригамная методика арт-терапии - Сайт Московского центра оригами.- www.origami.ru [Ostrun ND « Les méthodes d'origami en art-thérapie » site origami : www.origami.ru Moscow Center d'Origami
5. le magazine Origami, №№5 (9), 6 (10) 1997 (en langue russe)
6. Кабачинская Е.Л. Преподавание оригами слепым и слабовидящим // Оригами и педагогика: Материалы 1 Всероссийской конференции преподавателей оригами 23-24 апреля 1996 г., Санкт-Петербург, -Спб, 1996г., с.36. [EL Kabachinskaya « L'enseignement de l'origami aux aveugles et malvoyants » // Origami et pédagogie : Articles 1ère conférence panrusse des enseignants de l'origami 23-24 avril 1996, Saint-Pétersbourg, SPB, 1996, p.36.]

Cet article a été publié dans le livre : «Простір арт-терапії : хаос, структура, стихія» Матеріали У1 міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції , Київ, 2009, с38-43. [« L'espace de l'art-thérapie : chaos, structure et élément.» matériaux de la 6ème conférence Internationale en sciences pratiques dans différentes disciplines, Kiev, 2009, с38-43]

