

НЕЙРОГРАФИКА КАК МЕТОД АРТ-ТЕРАПИИ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА С ДОШКОЛЬНИКАМИ

Скотникова Ю.В.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребёнка-детский сад №196», г. Воронеж

Использование элементов арт-терапии в сочетании с другими методами и приёмами оказывают благотворное влияние на развитие личности, её творческого потенциала, художественных способностей, нравственно-эстетического развития детей, повышает у них интерес к изобразительной деятельности и стимулируют самодеятельные формы её проявления. Физиологическое исследование, проведенное Т. П. Хризман и М. Н. Звонаревой выявило, что, когда ребенок производит ритмические движения пальцами, у него резко усиливается согласованная деятельность лобных и височных отделов мозга. Рисование - это творческий процесс, позволяющий ребенку ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, мечты и надежды, освободиться от конфликтов и сильных переживаний. Я использую метод арт-терапии – нейрографика. Этот метод на сегодняшний день еще мало введен в работу с дошкольниками, однако сочетая его с другими методами, такими как сказкотерапия, игротерапия можно добиться хороших положительных результатов.

Что же такое нейрографика? Нейро - от греческого нерв. Графика — вид изобразительного искусства, использующий в качестве основных изобразительных средств линии, штрихи, пятна и точки. Нейрографика – это инструмент решения психологических задач графическим способом. Новая методика способствует художественно – эстетическому развитию, развивает мелкую моторику, помогает снять напряжение, открывает новые возможности, а также решает множество проблем. Дети с неустойчивым вниманием с большим интересом отнеслись к новой методике. Освоить этот метод может

любой, для этого не нужно уметь рисовать. Эта методика способствует формированию новых положительных нейронных связей.

Нейрографика – это очень простой способ изменить жизнь в лучшую сторону, интересный метод работы с подсознанием. Она включает в себя такие графические элементы, как плавные линии и круги— основные структуры, которые встречаются в природе. Алгоритм рисования очень прост:

1. Хаотический рисунок. Этап занимает 4-5 секунд.
2. Выделить главное.
3. Сглаживание углов (скруглить все острые углы).
4. Цвет (перевести свой негатив в позитив).

Для работы можно включить негромкую успокаивающую музыку. Главное правило - направлять, а не подсказывать. Для детей арт-терапия практически единственный способ рассказать о своих скрытых эмоциях. Содержание занятий должно соответствовать возрасту ребёнка и уровню умственного и психического развития. Занятия можно проводить как в индивидуальной, так и в групповой форме. Практика показывает, что этот метод нейрографики имеет положительные результаты. Его можно использовать: для детей с дошкольного возраста, в том числе и для детей с ОВЗ, а также для родителей на улучшение отношений родитель –ребёнок.

Сейчас метод нейрографики стремительно набирает популярность. Его можно использовать для профилактики и коррекции тревоги и страхов. Ведь результат зависит от ребенка лишь частично и никогда не известно, что получится в итоге. Первый раз взяв в руки карандаш ребёнок становится творцом чего-то нового, неизведанного. Ему намного легче выражать свои впечатления о мире, уходя от стереотипов мышления. Он познает свой внутренний мир через нейрографическое рисование. Дети отображают на бумаге свои чувства и эмоции, выбирают цвета в соответствии с внутренним эмоциональным состоянием.

Нейрографика – способ прикоснуться к источнику энергии жизни и использовать его в своих целях. Помимо всего, этот метод развивает фантазию,

воображение, абстрактное мышление. За время использования метода нейрографики в моей педагогической деятельности, ребята стали намного внимательнее, и с большим интересом и желанием приступают к новым знаниям. Когда вы освоите нейрографический метод вместе с вашим малышом, в дальнейшем он сможет обращаться к этому методу самостоятельно в любой момент, когда это необходимо.

Литература

1. Константинов А. Нейрографика – Рисуем цели и результаты (2016) Вебинар. [Электронный ресурс]. – URL : <https://я-графика.рф/> (дата обращения: 16.01.2023)
2. Пискарев П. Нейрографика: линия и всё что нужно знать о методе. [Электронный ресурс] – URL : <https://www.youtube.com/watch?v=Y5GcolhWLos> (дата обращения: 16.01.2023)
3. Пискарев П. Нейрографика. Алгоритм снятия ограничений / П. Пискарев. – Москва: ЭКСМО, 2020. – 224 с.