Мы рисуем душой

*Детский рисунок, процесс рисования – это частица*

*духовной жизни ребёнка. Дети не просто переносят*

*на бумагу что-то из окружающего мира,*

*а живут в этом мире, входят в него, как,*

*творцы красоты, наслаждаются этой красотой.*

*В.А. Сухомлинский*

Я работаю с детьми... С разными детьми. С маленькими и взрослыми, у которых у самих уже есть дети. Я психолог в детском саду и ко мне идут дети и взрослые, маленькие и большие, воспитанники, педагоги, родители. Все ждут живого отклика на их ситуацию, проблему или просто хотят выговориться, увидеть, что их слышат, понимают и принимают такими, какие они есть.

Для меня универсальным методом работы с разными категориями людей, будь то взрослые с проблемами сложного и серьезного мира, или малыши, которые хотят познания, развития, красоты и ярких красок, стала методика правополушарного рисования.

Правополушарное рисование — это один из методов изотерапии, в котором воздействие, коррекция происходят посредством изобразительной деятельности. Терапия при помощи рисования позволяет ощутить и понять самого себя, научиться свободно выражать свои мысли и чувства, мягко избавиться от груза прошлого, тревог и волнений, развивает чувственно-двигательную координацию. Методика правополушарного рисования имеет ряд существенных преимуществ перед другими, например дает возможность работать с людьми разного возраста, с детьми и взрослыми с особенностями развития; работу можно проводить индивидуально и в группе; методика способствует оптимизации психического состояния человека за счёт гармонизации работы обоих полушарий головного мозга и, за счет этого, создаёт условия для развития творческого мышления, выступает методом профилактики психических и психосоматических заболеваний; позволяет повысить самооценку  человека за счёт быстрого достижения результата, способствует пополнению эмоционально-чувственных ресурсов, развитию позитивного мироощущения.

Методика основана на теории американского невролога, лауреата Нобелевской премии (1981г.) за достижения в области изучения работы головного мозга, Роджерса Уолта Сперри. В дальнейшем методика разрабатывалась американской художницей, преподавателем искусства, доктором наук Бэтти Эдвардс.

У большинства людей ведущим является левое полушарие головного мозга, которое отвечает за речь и логическое мышление, способности к письму и чтению, запоминанию информации, анализу, формулированию выводов. Оно же играет немалую роль в выстраивании психологических защит и блокировке чувств. Правое же полушарие мозга отвечает за визуальное восприятие, является носителем творческого потенциала личности. Благодаря ему, люди умеют фантазировать, мечтать, сочинять стихи и песни, создавать картины и скульптуры. Оно не может нам лгать и живет без иллюзий. И именно эта «правдивость» методики правополушарного рисования позволяет нам реалистично изображать предметы и быть в ладу с самими собой, почувствовать себя, узнать, назвать и проявить свои чувства и эмоции.

Для решения множества разнообразных задач мною был разработан и введен в практику работы с детьми, родителями и педагогами ОО цикл занятий по правополушарному рисованию.

Целью занятий стало создание условий для интеллектуального, эмоционального и личностного развития воспитанников, родителей и педагогов, раскрытия их творческого потенциала при помощи правополушарного рисования.

Методика правополушарного рисования – это не обучение рисованию, а больше психологический тренинг, который позволяет раскрепоститься, раскрыться, убрать барьеры, блокирующие индивидуальность и творческие возможности личности.

У маленьких детей больше развито правое полушарие головного мозга – малыши исследуют мир, воспринимают образы предметов, фантазируют и удивляются новому. Но уже к старшему дошкольному возрасту все эти способности начинают исчезать, на их место приходит логическое мышление, анализ, память. В процессе занятий правополушарного рисования и дети, и взрослые раскрепощаются, говорят о своих мыслях и идеях, экспериментируют, учатся видеть и ценить прекрасное, находить духовное равновесие, проявлять самовыражение. Рисовать душой…

Хорошо, если гармонично развиты оба полушария головного мозга – это позволяет детям и взрослым гармонично развиваться и взаимодействовать с окружающим миром, жить полноценной жизнью. Именно этого и позволяет добиться методика правополушарного рисования.

Список литературы:

1. Мазовецкая В. Пошаговые уроки рисования. - СПб.: Питер, 2017.
2. Эдвардс Бетти. Перевод: Попова Т. И. Откройте в себе художника. – Минск. Изд.: Попурри, 2020 г.
3. <https://infourok.ru/statya-pravopolusharnoe-risovanie-u-detey-3498421.html>
4. <https://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskie-nauki/library/2016/08/25/ispolzovanie-...>
5. <https://school-science.ru/7/16/39540>