

Правополушарное Рисование



- ◎ **Глядя на картины великих художников, мы все восхищаемся: «Ах, какой талант!» и где-то в глубине души сожалеем, что не обладаем подобным даром, а так хотелось бы... хоть чуть-чуть! Согласно идее правополушарного рисования – рисовать могут все! Как это возможно? Давайте разберемся.**



Человеческий мозг состоит из двух полушарий – правого и левого. Левое полушарие – аналитическое, оно отвечает за нашу речь, способность к чтению и письму, с помощью него мы запоминаем даты и числа, математические символы.

Правое полушарие обрабатывает информацию как бы целиком, в образах, оно позволяет нам мечтать, фантазировать, сочинять истории, оно мыслит творчески и позволяет решать проблему целиком, интуитивно, не раскладывая на этапы.

- Американский нейропсихолог Роджер Сперри, открыл, что каждое полушарие головного мозга работает как самостоятельный мозг. То есть предложенную человеку задачу решает либо левое полушарие, либо правое.
- Таким образом, если левое полушарие с его аналитическим мышлением отвергает рисование, то нужно предложить эту задачу правому, творческому, полушарию.

Главная идея правополушарного рисования

- ◎ Согласно исследованиям Бетти Эдвардс, чтобы хорошо рисовать, нужно научиться переходить в режим особого правополушарного видения. Основная проблема - сам переход в режим «особого видения».
- ◎ Человек уже умеет рисовать, но старые привычки восприятия мешают этой способности проявиться, блокируют ее.

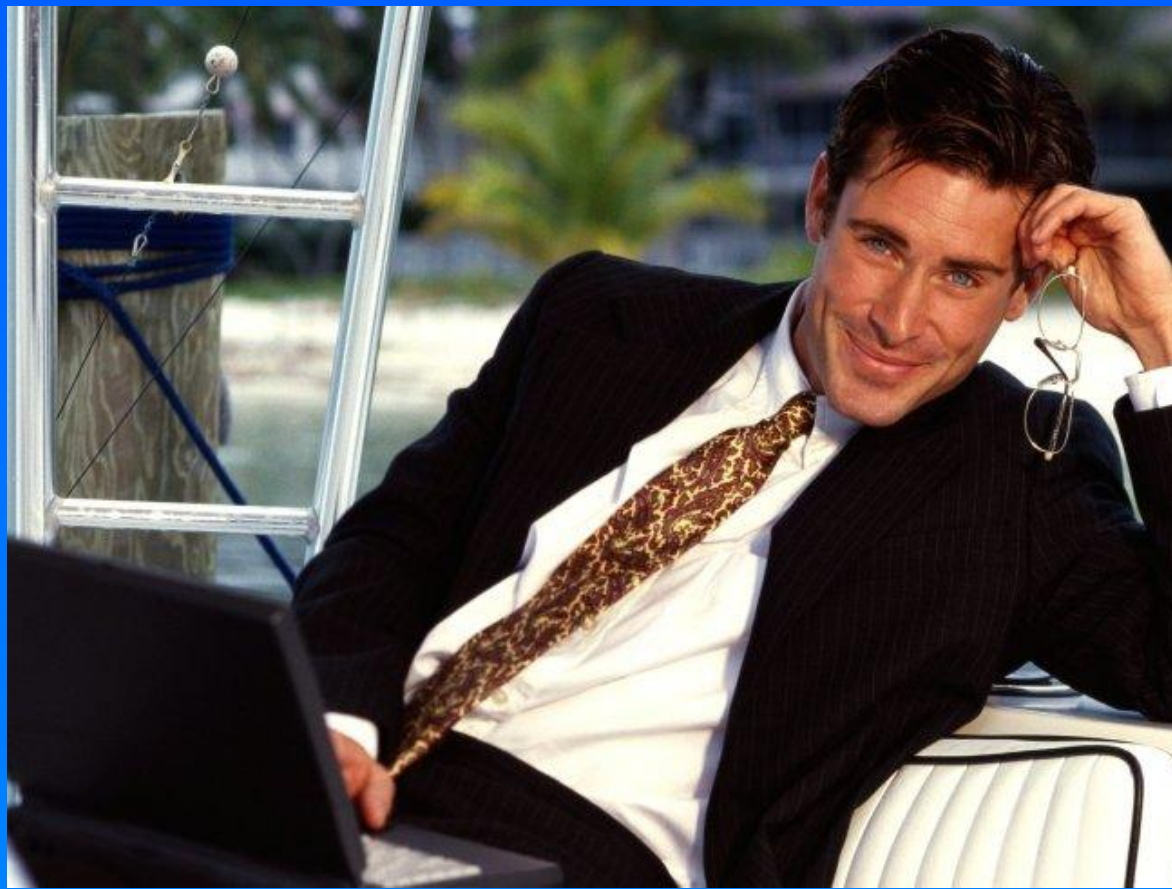
КОМУ ЭТО ПОЛЕЗНО

- Детям. Дети изначально правополушарны. Они воспринимают мир таким, какой он есть – ярким, красочным и интересным, поэтому они такие фантазеры и мечтатели. И уже позже у ребенка развивается аналитическое мышление. Традиционная школьная система также больше ориентирована на развитие левого полушария. Поэтому, чтобы правое полушарие «не скучало», можно рисовать по данному методу.





Творческим людям. Часто бывает, что талантливый человек проявляет себя не в одном виде искусства. Все закономерно: учась рисовать, человек развивает правое полушарие, а творческое полушарие стремится проявить себя еще где-то.



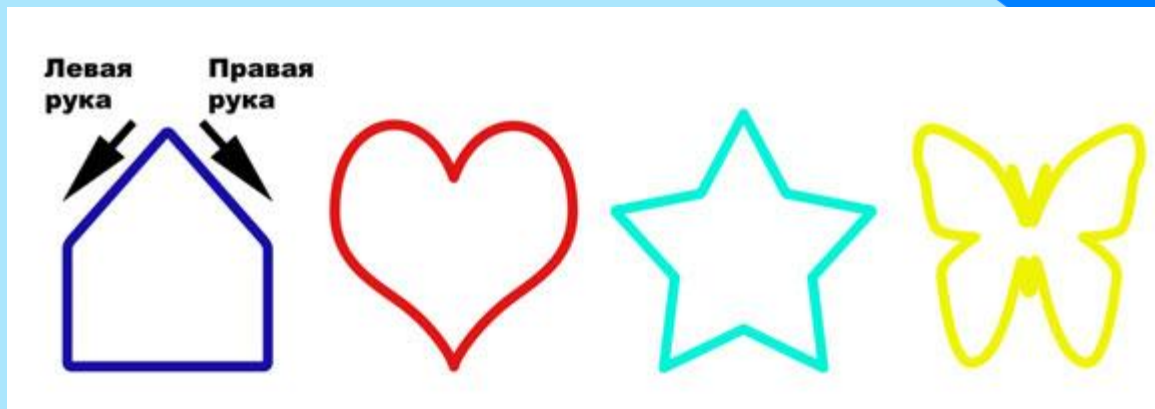
Бизнесменам. Эти людям по роду профессии постоянно требуется решать нестандартные задачи, и от оригинальности идеи порой зависит весь успех дела, так что, раскрывшись в живописи, мозг сможет интуитивно находить верные решения и в бизнесе. И всем тем, кому интересно попробовать что-то новое, развить в себе скрытые способности.

- ◎ **И правое, и левое полушарие в человеке одинаково важны. Хорошо, когда развито правое полушарие, прекрасно – когда левое, и замечательно – когда оба.**
- ◎ **И важно помнить, что обучение рисованию и детей, и взрослых проводится не для того, чтобы стать выдающимся художником (хотя это тоже не исключается), а для того, чтобы быть гармоничной личностью, чтобы раскрыть в себе весь потенциал, заложенный природой.**

Как заниматься рисованием

- ◎ **Рисование воображаемых предметов.** Прежде, чем что-то нарисовать, предложите ребенку пофантазировать. Желательно представить что-то такое, чего он не видел в действительности: сказочное животное или фантастический цветок; свою будущую профессию или даже свое имя. Обсудите с ним цвет, запах, вкус предмета, какой он на ощупь, какие звуки издает. Только после того, как воображение ребенка «разыграется», предложить ему нарисовать воображаемую вещь.

- **Зеркальное рисование. Берется чистый лист бумаги и два карандаша – по одному в каждую руку. Рисовать одновременно двумя руками зеркально-симметричные рисунки (или буквы, если ребенок уже с ними знаком). При выполнении этого упражнения задействованы оба полушария, что улучшает эффективность работ всего мозга.**



- **Рисование на цветной бумаге.** Предлагайте несколько разноцветных листов, человек сам должен выбрать, на каком фоне он хочет порисовать. Сам процесс выбора цветного листа уже будоражит воображение, активирует работу с образами и ассоциациями, т.е. «включает» правое полушарие.



- ◎ **Рисование другой рукой. Если человек правша, то стоит предложить ему в качестве эксперимента порисовать левой рукой (для левшей, наоборот, правой). Во-первых, это задействует новые участки мозга, а, во-вторых – это просто весело!**



Ожидаемый

результат.

Рисование в данной технике поможет :

- избавиться от страха «я не умею рисовать»;
- снять напряжение, снизить тревожность, убрать волнение;
- раскрыть творческий потенциал;
- повысить самооценку; почувствовать уверенность в своих силах;
- ощутить мир красочно и разнообразно.





- 1. Во время правополушарного рисования у Вас открывается самое главное-ВИДЕНИЕ!**
- 2. Вы сможете правым полушарием не только копировать, но и создавать свои шедевры. Правое синтезирует, дает множество вариантов как для картин, так и для решения задач в бизнесе и жизни.**
- 3. Рисование в правополушарном режиме снимает психологическую усталость, убирает внутреннего критика, повышает Вашу уверенность в себе.**

ЧТО ВЫ ПОЛУЧАЕТЕ?



4. Вы развиваете Вашу креативную часть мозга. Дети начинают лучше учиться, у взрослых идет принятие нестандартных решений и задачи, не решенные за 10 лет, решаются.

5. Метод скоростной и участник очень быстро обучается. Если человек никогда не брал кисточку в руки, уже после первого занятия он приносит картины собственноручно написанные.

6. Сильный оздоровительный эффект. Правополушарная методика очень хорошо погружает человека в процесс медитации, в состояние ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС. Полностью абстрагирует от внешних проблем человека, преключая внимание, снимает психологическое напряжение.

Материалы для работы.



1. Гуашь-набор 12 цветов.
2. Набор кистей.
3. Бумага для гуаши и акварели.
4. Влажные и бумажные салфетки.









© ЦЕНТРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО ОБОУЧЕНИЮ







Спасибо за внимание!

