Нейрография как метод профилактики и коррекции социально-негативных явлений.

**Тыхеева Снежана Викторовна**

**Педагог-психолог,**

**Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Еланцынская средняя общеобразовательная школа»**

**Тема занятия** – Нейрография как метод профилактики и коррекции социально-негативных явлений.

**Актуальность** – в профилактике и коррекции социально-негативных явлений очень важно научить учащихся «правильно» осмысливать свои эмоции, уметь их распознавать, научиться с ними справляться, понимать их. И один из новых методов арт – терапии нейрографика как раз позволяет этому научиться. Самым важным, по моему мнению, в нейрографике не важно, умение хорошо рисовать, картины у каждого участника будут свои и проработка своих эмоций, каждая картина будет уникальна. И еще один из плюсов нейрографики кроется в том, что не все могут проговаривать свои эмоции кому-то, а для детей это особенно важно, ведь порою бывают моментыкогда ребенок не может сформулировать свои чувства в слова и тогда проще (возможно) вывести их в виде линий, «нейрографического выплеска», продумать свои эмоции в работе и преобразовать их.

**Целевая аудитория** - можно использовать как с учениками младших классов, так и со взрослыми участниками образовательного процесса, будь то педагоги или родители, но в данном занятии это учащиеся 4 класса, 10-11 лет.

**Продолжительность занятия** – 40 минут и более. Может занимать до 1,5 часов. Дети около 40 минут – 1 урок, взрослые от 40 минут до 1,5 часов.

**Форма проведения** – 1 внеурочное занятие.

**Методы работы**–исследовательский, техники арт-терапии – нейрографика, наглядный.

**Глоссарий занятия** –

* нейрографика – нейро – относящийся к нервной системе, графика – это линия.
* нейрографическая линия.

**Место проведение** – кабинет класса.

**Материалы** – карандаши цветные, листы бумаги А4, маркеры или толстые фломастеры, можно пастель или восковые мелки, столы, стулья, экран и проектор – по возможности.

**Цель занятия**–формировать умение чувствовать и принимать свои эмоции, прорабатывать негативные с помощью нейрографического рисования.

**Задачи занятия** –

* Познакомить учащихся с методом нейрографического рисования;
* Научиться принимать и работать со своими эмоциями;
* Воспитывать эмоциональнуюкультуру.

Ход мероприятия

Вводная часть –

Педагог-психолог - Здравствуйте, дети! Сегодня с вами будем учиться слышать себя, развивать воображение, мечтать. А делать это будем с помощью нейрографики – «нейро» - нервная система, «графика» - рисунок, есть такое понятие как «нейрографическая линия», это линия внешне напоминает отросток нервной системы, вот такими линиями мы и будем сегодня рисовать, они нам помогут многое узнать о своих чувствах и помогут нам нарисовать пожелания и мечты. 2024 год семьи и мы с вами порисуем пожелания вашей семье, любая семья это любовь родителей и детей, бабушек и дедушек, а символом любви является сердце. Закройте глаза и представьте себе, что вы находитесь на лесной опушке, рядом течет водопад, солнце над вашей головой ярко светит, вам тепло и уютно, солнечный свет течет по вашей голове, лицу, плечам, рукам и пронизывает все ваше тело теплом и светом, думаем о своей семье, зарядитесь этим светом, открываем глазаи приступаем к работе.

Основная часть –

Педагог-психолог – у вас у всех на столах есть лист бумаги и маркер, вам нужно подумать о своей семье, подумать чтобы вы хотели пожелать своей семье и, думая об этом нарисовать сердце в центре листа. Представьте что сердце на рисунке это ваша семья, обведите несколько раз, если вы считаете что этого достачно, то переходим к следующему шагу.

Следующий шаг – это пририсовывание кругов к сердечку, круги это пожелания, которые вы хотите пожелать вашей семье, они могут быть любые. Рисуя, вы держите в голове пожелания, рисуете, так как вам удобно.

Следущий шаг – это соединить все компоненты рисунка, сердце и круги нейрографической линией. Думаем о семье и пожеланиях, и все соединяем линиями. Внимательно посмотрите на соединение и переплетение линий, и там где появились острые углы, нужно их округлить, смягчить. (Показать на доске как скругляем)

Кто все скруглил, может приступать к раскрашиванию рисунка, вы можете выбирать любые цвета, как вам хочется, прислушайтесь к своим чувствам и приступайте к раскрашиванию.

Заключительная часть -

Рефлексия

Педагог –психолог – посмотрите на свои работы, вам нравятся ваши рисунки, может кто-нибудь поделиться с нами, что чувствовал, как реагировало тело во время работы над рисунком?

Ученики -…….. (высказываются, можно предложить по желанию или чтоб каждый высказался).

Педагог –психолог – спасибо всем за такое замечательное занятие, сегодня вы здорово поработали, прочувствовали свои эмоции и смогли их нарисовать, и через рисунок смогли подружиться со своими чувствами, давайте поаппладируем друг другу.