

## Die Magie der Linien - NeuroGraphik

Die Neurographik wurde von Pavel Piskarev, einem russischen Psychologen, Architekten und Künstler entwickelt. Er erkannte, wie unser Gehirn auf bestimmte Formen und Linien reagiert und wie wir diese Erkenntnisse nutzen können, um persönliche und berufliche Fragestellungen zu bearbeiten.

Die Neurographik setzt sich aus den beiden folgenden **Kernkomponenten** zusammen:

**Neuro = Neurowissenschaft:** wie funktioniert unser Gehirn? Wie kommunizieren Nervenzellen miteinander? Wie können wir durch visuelle Reize neue neuronale Verbindungen schaffen?

**Graphik = die visuellen Elemente.** Diese sind einfache zu erstellende Linien, die der Natur nachempfunden sind, Kreise und andere Formen, die wir auf das Papier bringen.

Diese scheinbar einfachen Zeichnungen haben eine **tiefgreifende Wirkung**.

Die Neurographik nutzt also die Kraft der **visuellen Darstellung, um das Unterbewusstsein anzusprechen und Veränderungen zu bewirken**. Durch das Zeichnen von neurographischen Linien und die Verbindung von verschiedenen Elementen werden neue Muster im Gehirn gebildet und neue Möglichkeiten entdeckt.

Die NG kann sich **positiv auf das Wohlbefinden und die Gesundheit auswirken:**

- ☺ **Stressreduktion:** die meditative und entspannende Wirkung des Zeichnens kann Stress und Angst reduzieren.
- ☺ **Verbesserte emotionale Regulierung:** durch das Erkunden von Gefühlen und das Erschließen von neuen Perspektiven kann die emotionale Regulierung verbessert werden.
- ☺ **Stärkung des Bewusstseins:** Neurographik kann helfen, das Bewusstsein anzusprechen und neue Erkenntnisse zu gewinnen, was zu einer verbesserten Selbsterkenntnis führen kann.
- ☺ **Förderung von Ressourcen:** Neurographik unterstützt die Identifizierung und Nutzung persönlicher Stärken und Ressourcen, was das Wohlbefinden steigern, zur Auflösung von Fragen und zu neuer Ausrichtung verhelfen kann.
- ☺ **Transformation von Einstellungen und Verhaltensweisen:** Neurographik kann helfen, negative Gedanken und Verhaltensweisen zu verändern und positive Einstellungen zu entwickeln.

### Anwendungsbereiche:

- Bewältigung gesundheitlicher Herausforderungen (Unruhe, Stress...)
- Lösungsansätze für zwischenmenschliche Probleme (veränderte Sichtweisen gewinnen, eigene Wünsche, Ziele erkennen...)
- Förderung der eigenen Persönlichkeitsentwicklung (Auflösung alter Glaubenssätze; Erkennen und Verstärken eigener, positiver Ressourcen; Klarheit über eigene Ziele und deren Umsetzung gewinnen...)