



# 對稱塗鴉

# 開發左右腦

孩子能靈活運用左右腦，能文能武，是每個父母的期望，是以坊間有一些「全腦開發班」，標榜啟發孩子的左右腦發展，對稱塗鴉遊戲（Double Doodle Play）就是其中一項。有導師認為，孩子七歲前學習以雙手對稱地繪畫，能讓他們抒發情緒，增強專注力，對日後學習大有幫助。

撰文、攝影：Lydia (lydia.shfung@gmail.com)



導師何偉祥（左）說：「對稱塗鴉遊戲能啟動左右協調，對專注學習和空間感的掌握特別好，增強學習能力。」

**七**歲半的黃政睿，在導師指導之下，左右手各拿着顏色筆，在特大的畫紙上對稱地繪畫點、圓圈和綫條，然後畫數字「2」字，只見數字像照鏡子一樣相反，然後繪畫花、蝴蝶、樹葉；接着，他閉上眼，導師給他一枝圓頭的木棒，他觸摸後，立即在紙張上以對稱方式，把圓頭木棒的形狀大致繪畫出來。所有的圖案都是一對一對的，色彩繽紛的顏料組合成對稱的圖案，一張張鋪滿地上。

## 有助準確學習

「你看，他現在跳來跳去很活潑，但剛才卻能夠安靜坐下繪畫那麼多圖畫，這就是專注力了。」  
教育肌動學基金會



爸爸黃勁崑說對稱塗鴉和寫字能讓兒子的情緒變得更穩定，更有自信。

註冊對稱塗鴉遊戲導師何偉祥說。對稱塗鴉就是訓練左右腦同時進行活動的能力，左腦發展語言，右腦發展圖像，左右手協調的話，左右腦就能同時活動，空間感和準確性就能提升，「就像孩子抄寫黑板內容一樣，孩子容易漏掉部分內容，就是因為左右腦協調不好，影響準確性，手眼協調的話，準確地學習，也就事半功倍了。」

## 培養良好情緒

黃政睿的爸爸黃勁崑，是註冊健腦操導師，去年開始讓兒子學習對稱塗鴉，現在只要是繪畫，兒子都是雙手對稱地做的。他發現兒子的情緒改變最大，「他小時候愛發脾氣，玩耍時怕輸愛贏，學習對稱塗鴉後，感覺他容易開心，更容易跟朋友相處。」

導師何偉祥說，黃政睿初時繪畫主要是單綫條，現在內容和用色都豐富了，「人的情緒好，心情輕鬆，創作自然豐富多彩。」他相信，對稱塗鴉是很好的親子遊戲，父母與子女一起繪畫，能夠建立共同話題，培養良好的親子關係。

## 治療學習障礙

對稱塗鴉遊戲屬於肌動學的一種。在美國，肌動學是一個國家組織，它在不同的大學內開辦肌動學學位課程。

在加州，教育肌動學基金會則是一個由多個教育團體組成的國際性非牟利組織，為兒童及成人提供肌動學及對稱塗鴉遊戲的培訓。在加拿大，肌動學已認定為專業治療，治療自閉性、讀寫障礙、過度活躍等症的兒童，讓他們從繪畫中學習專注、抒發情緒和學習表達的技巧。

參考資料：[www.swish4fish.com/gifted-not-broken-v37-ebook.pdf](http://www.swish4fish.com/gifted-not-broken-v37-ebook.pdf)

# 26種

對稱塗鴉遊戲是健腦操（Brain Gym）二十六式之一，具國際認受性。