12.03.2020

«Арт-терапия для всех»

В центре реабилитации инвалидов в рамках клуба «Мы вместе» был проведён психологический тренинг «Арт-терапия для всех».

Реабилитанты узнали о творческом методе трансформации своей «картины мира» – нейрографическом рисовании. Эта практика арт-терапии позволяет реализовать свою способность к творчеству, получить ответы на вопросы, и направлена на решение внутренних задач.

Под руководством психолога участники смогли осознать, как преобразовать свою мечту в реальность, научиться находить внутренние и внешние ресурсы, опираясь на которые, желаемое может стать действительным.

Участники тренинга помимо полезного воздействия, получили большое удовольствие от творческого процесса. Спонтанно изображая цветовые линии и круги, они испытали целый спектр эмоций: от обиды и злости до радости и умиротворения. Расставаясь, реабилитанты с удовольствием делились друг с другом положительными эмоциями и своими лучезарными улыбками.