

ТРЕНИНГИ ДЛЯ СНЯТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ АРТ-ТЕРАПИЯ РИСОВАНИЕМ.

Арт-терапия (англ. – art, искусство, буквально: лечение искусством) – направление в психотерапии и психокоррекции, воздействующее на психоэмоциональное состояние человека и основанное на искусстве и творчестве.

Уже ни для кого не новость, что ряд болезней – «от нервов», т.е. психосоматической природы.

Если убрать страхи, напряжение, тревожность, агрессию, то такие болезни уйдут.

Излечить эмоции как раз и поможет Арт-терапия!

1. <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=15804191390912602758&from=tabbar&parent-reqid=1586112474142558-754389379440367395800189-vla1-1850&text=тренинги+для+снятия+эмоционального+напряжения>
2. <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12055967056727564100&from=tabbar&p=1&text=тренинги+для+снятия+эмоционального+напряжения>
3. <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=5256315346499136060&from=tabbar&p=1&text=тренинги+для+снятия+эмоционального+напряжения>
4. <https://yandex.ru/video/search?text=рисование+гуашью+видео+мастер+класс+для+начинающих>