**Интуитивный рисунок**

Рисунок является прекрасным инструментом эмоционального освобождения. На занятиях «интуитивного рисунка» мы используем рисование, чтобы освободиться от негативных эмоций, подсознательных травм, детской боли. Многие через рисунок могут выразить и отпустить то, что кажется невозможным для них передать словами и звуком. Рисование становится отдушиной для воспоминаний и эмоций, которые вытеснялись в подсознание в течении многих лет. И часто эти воспоминания и эмоции становятся причиной многих болезней.

Для того, чтобы пользоваться этим инструментом, не нужно обладать художественными талантами. Задача занятий не в том, чтобы красиво нарисовать картинку. Наша задача – выплеснуть, перенести на бумагу свои эмоции и чувства.

Мы начинаем рисовать без всяких ожиданий, но с мыслями отпустить всё, что нам мешает развиваться дальше, мы отдаёмся потоку, который приведёт нас к выходу из «тупиковой» ситуации. Заблокированная энергия возобновляет своё движение и наступает момент просветления и осмысления причин болезней, неудач, потерь. И если подходить к занятиям настойчиво и осознанно, то Вы сможете открыть свой природный талант и уверенность в себе.

• Беседа, погружение в музыку, выражение чувств и внутренних переживаний в рисунке, их освобождение. Осознание своих творческих способностей и их развитие.

**Арт-терапия, интуитивный рисунок:**

• общение с собственной душой

• выражение через образы (рисование пастелью) неуловимых эмоциональных состояний

• выявление привязанностей

• осознание их причин

• снятие напряжения

• трансформация в свободную энергию

• достижение спокойствия и душевного равновесия

Возможны индивидуальные консультации.

Руководитель школы Морозова Татьяна Михайловна