

פעולות بالفن العلاجي

حيز للتعبير



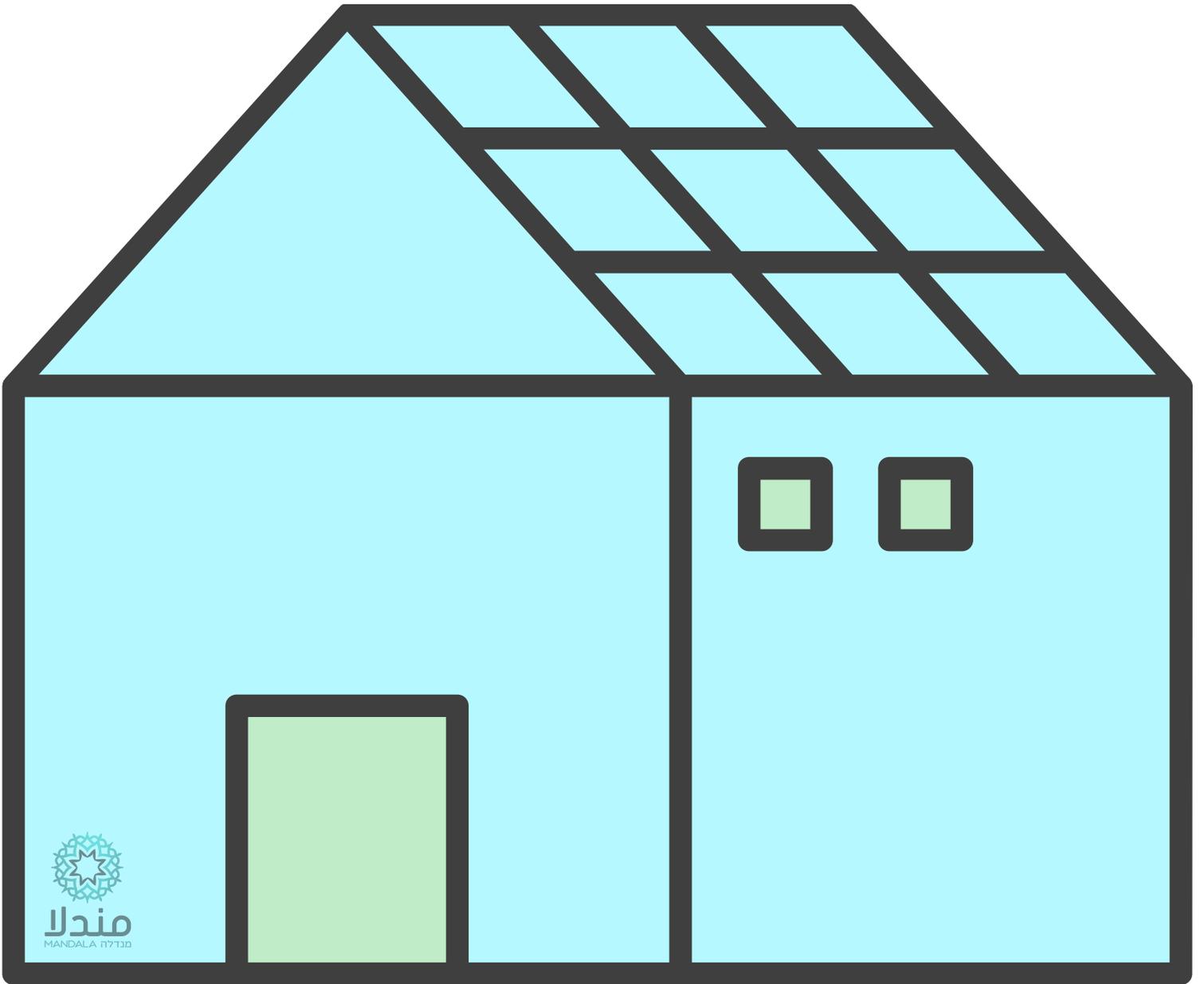
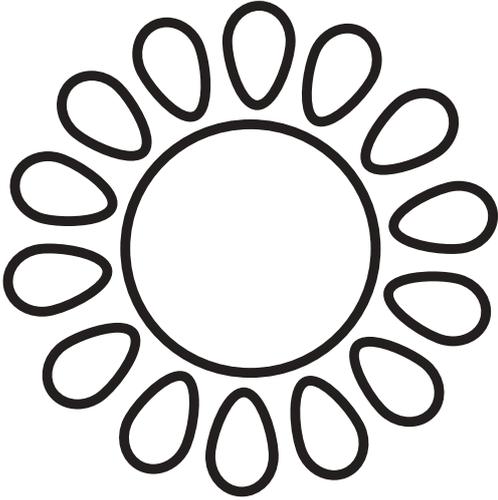


نضع بين
أيديكم دليل فعاليات علاجية
"حيز للتعبير"
ترافقكم هذه الايام خلال تواجدكم
في البيت, تم تنسيق هذه
الفعاليات بحيث تمكن من التعامل
مع المشاعر الضاغطة والسلبية
واطلاقها من خلال التعبير
والتجسيد الحسي للمشاعر
والافكار بطريقة
ودودة والتي تعود عليكم بالمتعة
والتجديد والتعايش مع المتغيرات
اليومية

يمكن للاهل المشاركة والارشاد وتوفير المواد البيتية للعمل
للاستفسار او التساؤل يمكن ان تستعينو بنا
شروق اغبارية - أخصائية معالجة بالفن
رقم الهاتف : **0506881002**

انعموا
بالراحة والهدوء

أنا أحب عائلتي وأتحمل المسؤولية
هيا نرسم العائلة في البيت



Slime - السلايم

من مواد طبيعية

مادة السلايم تنفرد بخواص تستجيب
بشكل ممتع ومرونة فائقة
عملية الضغط والطي والدحرجة والسحب
تعمل على تخفيف المشاعر الضاغطة

[رابط أرشاد لتحضير السلايم](#)



مندلا
MANDALA THERAPY



حوض الماء / رمل / طحين

لعبة تفاعلية ممتعة ومثالية

تساعد على الاسترخاء والتنفيس عن
المشاعر السلبية من خلال اللعب
التمثيلي و تحفيز الخيال الابداعي



خطوط حرّة

استخدام الالوان للتواصل والتعبير الحر عن المشاعر من خلال رسم خطوط متكررة متناغمة مع حركة الجسم.



مندلا
MANDALA 17713





فقاقيع الالوان

عملية دمج الالوان المختلفة مع الصابون ونفخها على الورق يثير الاستجابة العاطفية وتخفف التوتر والمشاعر الضاغطة.

العجينة البيتية الملونة

تساعد على تحرير المشاعر السلبية من خلال
التجسيد الحسي والحركي .

[رابط تحضير العجينة](#)

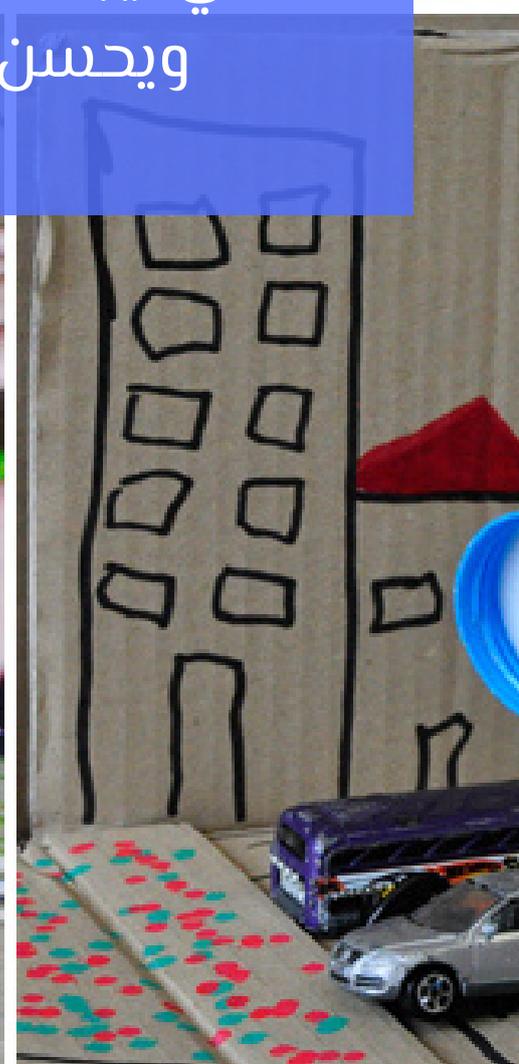


مندلا
MANDALA مנדلة



عالمي الصغير

التخطيط والرسم يعمل على
تحفيز الخيال التمثيلي والتعبير
الحسي, يجدد الطاقة الايجابية
ويحسن الشعور



مندلا
MANDALA 117171

المندلا

تلوين الاشكال
والتفاصيل المتماثلة التي
تعمل على تحفيز الحس
البصري والتعبيري وزيادة
التركيز وتبعث الراحة
والهدوء.

[رابط صور مندلا للتلوين](#)



الوان المشاعر
نختار الوان مشاعرنا
ونشاركها مع الاهدل
بحركات لطيفة بالتناوب



مندلا
MANDALA

نبي بيتاً، نحكي
قصة عن طريق
المواد الطبيعية



أكياس الألوان / مواد مختلفة

دمج الألوان باستعمال الحواس تساعد على الاسترخاء والتنفيس عن المشاعر السلبية



مندلا
MANDALA T17130





مندلا
MANDALA

ماذا
يسكن في
قلبي؟



الكولاج

بناء صور وتجسيد
حسي وتعبيري
للاشكال عن طريق
التفكيك والتركيب

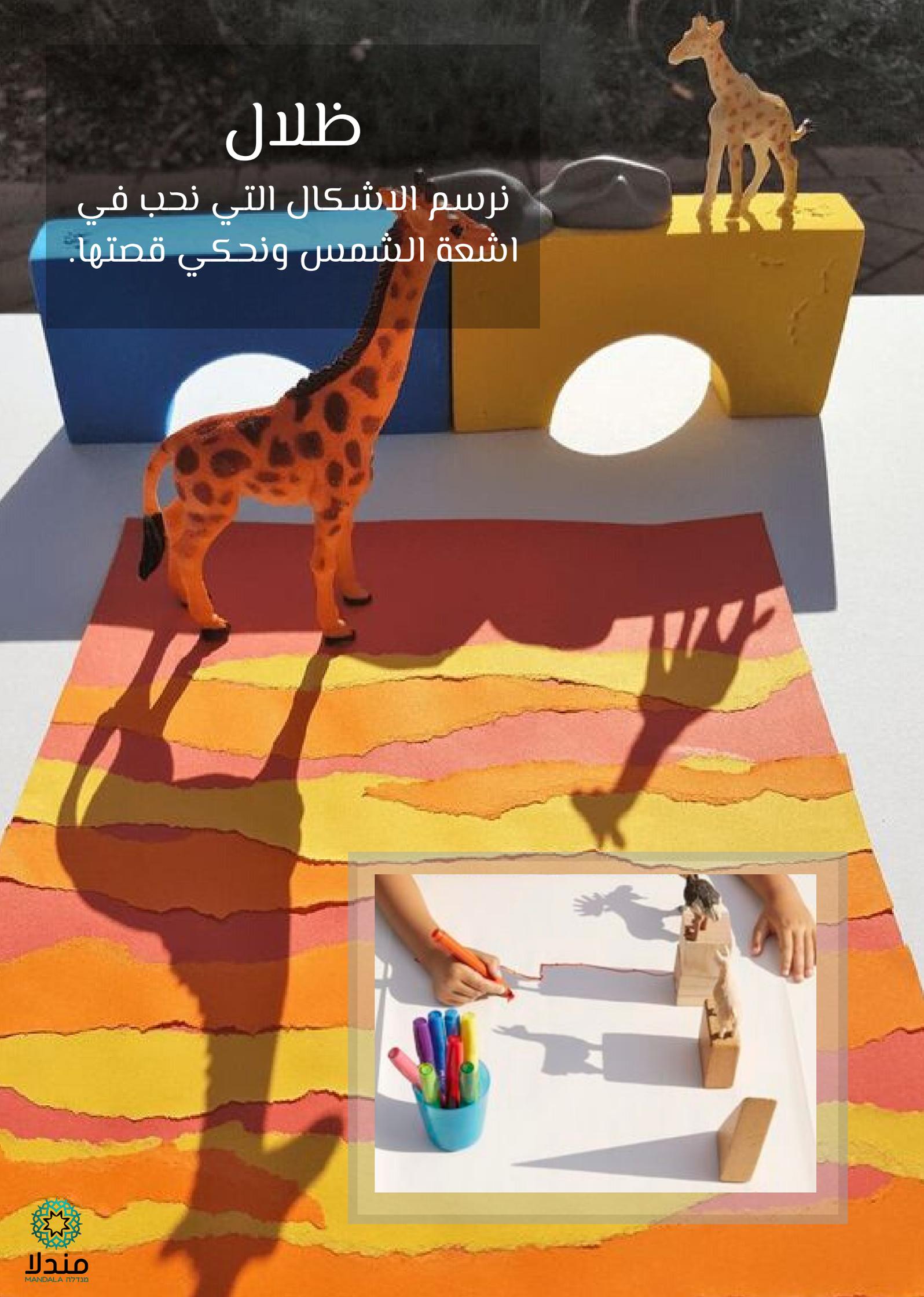


مندلا
MANDALA MANDALA



ظلال

نرسم الاشكال التي نحب في
اشعة الشمس ونحكي قصتها.





رشاش الالوان
رش الالوان المختلفة بشكل
عشوائي على مسطحات,
تعمل على تفريغ المشاعر
السلبية وتبعث الراحة

العائلة

نرسم
الايادي
بمشاركة
الاهل ويقوم
كل شخص
بتلوين الجزء
الخاص به





لا تتحرك, لا ترحل بل
أنغمس في اللحظة
الحالية وتذكرها الى
الابد.

فيرجينيا وولف



[Mandala Art & Art Therapy](https://www.facebook.com/Mandala-Art-Art-Therapy)



[Mandala_art_therapy](https://www.instagram.com/Mandala_art_therapy)