

Els beneficis de la pintura

La pintura és una disciplina que permet expressar tot allò que d'altra manera no pot fer-se: sentiments, sensacions, estats d'ànim, maneres de veure la vida... A més, aporta a la persona que s'hi dedica, una sèrie de valors, que li permeten millorar en les diferents vessants de la seva personalitat i vida diària.

Aptitud o actitud?

No és cap secret dir que determinades persones tenen més facilitat o menys per l'art, tot i això, no vol dir que no es pugui aprendre. El més important és la voluntat i les ganes d'expressar-se mitjançant aquesta tècnica plàstica, de manera que, juntament amb el nostre treball, aconseguirem gaudir de tots els beneficis que la pintura ens aporta. En major o menor mesura, totes les persones són capaces de desenvolupar el seu vessant artístic, si troben l'entorn adequat.

Comunicació

Tradicionalment, la pintura i l'art en totes les seves expressions, han servit a generacions d'humans per comunicar-se entre ells. Coberta aquesta necessitat de comunicació, la pintura, és capaç de vincular els sentiments, estat d'ànim i sensacions més emotives del pintor.

Durant el dia a dia, la societat permet a l'ésser humà expressar-se dins uns paràmetres. Aquests paràmetres, moltes vegades són fruit de les pressions socials, laborals o mediàtiques al que la persona està sotmès. Tot allò que no se li permet expressar de manera quotidiana i les



seves inquietuds, eines com la pintura li faciliten aquesta tasca.

La pintura i els nens

A través de la pintura els nens descobreixen un món ple de colors, formes, traços, i imaginació. Les imatges aporten a l'infant una sèrie

d'esquemes mentals, disciplines i valors que permetran que es pugui expressar a la vegada que enriquir-se amb els diferents valors que va descobrint. Moltes vegades, es pot aconseguir dir allò que amb paraules, els seria més difícil, per tot això, la pintura estimula la comunicació, la

creativitat, sensibilitat, i augmenta la capacitat de concentració i expressió dels nens.

La pintura està també indicada en els tractaments terapèutics dels infants. Amb la pintura es disminueix l'ansietat, s'amenitzen les pors i es valoren les expectatives. A través d'un pinzell o d'altra eina, els nens expressen les seves inquietuds i les seves emocions, es tranquil·litzen i asserenen. Al mateix temps, desenvolupen els seus gustos i perfil artístics. En resum, la pintura és beneficiosa per als nens perquè:

1. Ajuda en el desenvolupament de la seva individualitat i de la seva autoestima
2. Fomenta una personalitat creativa i inventiva
3. Desenvolupa habilitats per a resolució de problemes
4. Organitza les seves idees
5. Estimula la seva comunicació. La fa més efectiva.
6. Afavoreix l'expressió, la percepció, i l'organització
7. Desbloqueja la creativitat
8. Afavoreix l'expressió dels sentiments
9. Serena i tranquil·litza dins l'entorn adequat.

