

## نقاشی چیست و هنر نقاشی چگونه است؟



نقاشی در واقع هنر به تصویر کشیدن مفاهیم مختلف است. برای اینکه بتوانیم نقاشی را درک کنیم و متوجه شویم که نقاشی چیست، باید با این هنر بزرگ و عالی آشنا شویم و بدانیم که نقاشی چگونه به ما در زندگی کمک می کند و هدف اصلی آن چیست و چگونه می توان از آن در رشد و تعالی خود استفاده کرد.

## هنر نقاشی چیست ؟



نقاشی عمل بکار بردن رنگ دانه محلول در یک رقیق کننده و یک عامل چسباننده یک چسب بر روی یک سطح نگهدارنده مانند کاغذ، بوم یا دیوار است. این کار توسط یک نقاش انجام می شود. این واژه بخصوص زمانی به کار می رود که این کار حرفه شخص مورد نظر باشد. قدمت نقاشی در بین انسانها، شش برابر قدمت استفاده از زبان نوشتاری است. در قیاس با نقاشی، طراحی، سلسله عملیات ایجاد یک سری اثر و نشانه با استفاده از فشار آوردن یا حرکت ابزاری بر روی یک سطح است. یک روش قابل اجرا برای تزئین دیوارهای یک اتاق با استفاده از نقاشی در ساختار جزئیات کار موجود است.

### خرید صنایع دستی

هنر نقاشی یکی از مهم ترین و پرطرفدار ترین هنر هایی است که در سالیان طولانی مورد توجه افراد بسیاری قرار گرفته است. گسترش و محبوبیت این هنر به اندازه ای است که مبالغ بسیار بالایی سالانه در تجارت هنر نقاشی مبادله می شود. هنر نقاشی از جمله هنر هایی است که در طول سالیان مورد توجه افراد مختلف جامعه قرار گرفته و از آن به جهت بیان مفاهیم متفاوت و مهمی در زندگی استفاده شده است.

بعضی ها تصور می کنند که نقاشی یعنی تقلید طبیعت و انتظارشان از یک نقاش این است که هر آنچه می بیند به روی بوم منتقل سازد. این انتظار غلط راه را به روی خلاقیت هنری و گسترش اندیشه بسته و او را در چارچوب تقلید و دوباره سازی و واقعیات محدود می سازد.

اگر بخواهیم بدانیم نقاشی چیست و هنر نقاشی را تعریف کنیم باید بگویم که هنر نقاشی در واقع به تصویر درآوردن ذهنیت یا واقعه ای اتفاق افتاده بر روی سطحی قابل ترسیم است. می توان اینگونه گفت که هنر نقاشی استفاده از رنگ ها بر روی سطوح برای شخصیت بخشیدن به سطحی خام می باشد. نقاشی هنری قدرتمند است و نقاشان به واسطه قدرت این هنر توانسته اند در طول زندگی بشر مفاهیم بسیاری را به انسان ها آموزش دهند.

در واقع نقاشی بیان تصویری مفاهیم و واقعیات زندگی است. شاید شما تصور کنید نقاشی تنها به وسیله قلمو و مداد یا



آبرنگ امکان پذیر است اما باید بگوییم این تصور اساس درست نیست در واقع هنر نقاشی هنری بی نظیر و نامحدود است شما برای خلق یک آثار هنری نقاشی می توانید از دست ، قلمو ، چوب ، چاقو و هر آنچه که می خواهید برای خلق تصویر مورد نظر استفاده نمایید. با این توضیحات می توان پی برد که نقاشی چیست و چگونه بر روی ما تاثیر می گذارد.

### هنر موسیقی

نقاشی یعنی به وجود آوردن پدیده ای که وجود خارجی ندارد و هنرمند با ابزارهایی که در اختیار دارد آن پدیده را از نیستی به هستی در می آورد.

### نقاشی های قدیمی

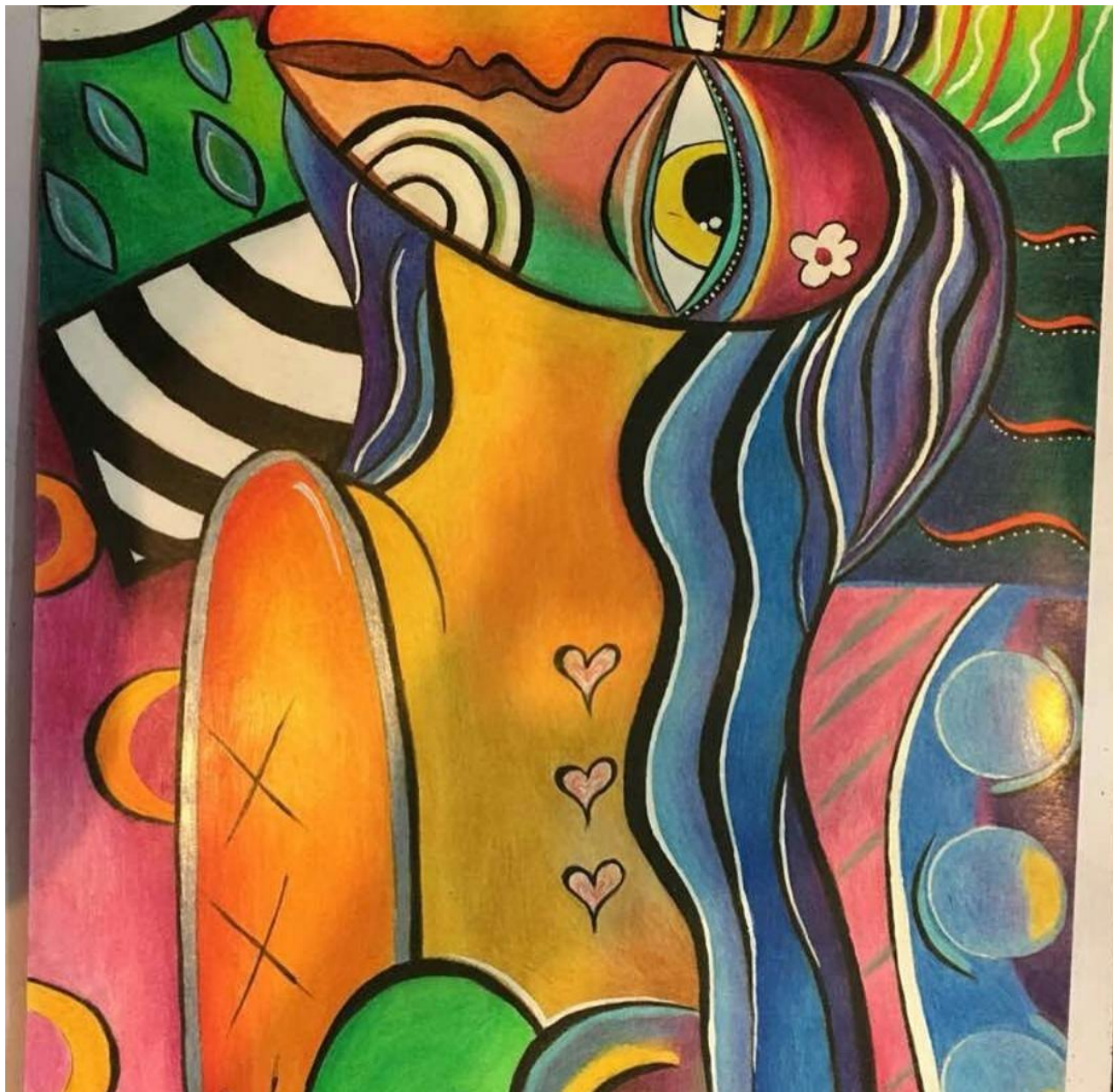


**قدیمی ترین نقاشی ها** در دنیا که متعلق به حدود ۳۲۰۰۰ هزار سال پیش می باشد، در گروتو شاوله فرانسه قرار دارد. این نقاشی ها که با استفاده از افرای قرمز و رنگدانه سیاه، حکاکی و رنگ شده اند، تصاویری از اسب ها، کرگدن ها، شیرها، بوفالوها و ماموت ها را نشان می دهند. این ها نمونه هایی از نقاشی در غار هستند که در اغلب نقاط دنیا وجود دارند.

**قدمت نقاشی در ایران** نیز کم از دیگر کشورهای برجسته در این حوزه نیست و کهن ترین آن مربوط به منظره های موجود در غارهای استان لرستان است. البته نقاشی هایی نیز از دوره اشکانیان به چشم می خورد که می تواند گواه خوبی بر قدمت این هنر در ایران باشد. از کتاب مانی پیامبر، یعنی «ارژنگ» نمی توان گذشت که مربوط به قرن سوم است و قدیمی ترین اثر ثبتی به صورت کتاب بوده است.

**نقاشی ایرانی** مثل بسیاری از هنرهای دیگر، فراز و فرود بسیاری داشته است؛ گاه به واسطه حمله مغولان، تحت تأثیر این قوم قرار گرفت و به‌سان نقاشی‌های چینی، خالی از روح ایرانی شد و گاه مانند دوره صفویه به اوج خود رسید.

### انواع گونه های نقاشی



نقاشی را می‌توان به دو گونه تقسیم‌بندی کرد:

- ۱- **نقاشی تصویری**: هنرمند آنچه را در طبیعت و جانداران می‌بیند، بی‌پرده و فقط به‌واسطه بوم به مخاطب منتقل می‌سازد.
- ۲- **نقاشی انتزاعی**: هنرمند به درکی از نقاشی و هنر رسیده است که فراسوی یک دید عادی، به نقاشی‌اش عمق می‌بخشد و بیننده را به تفکری عمیق‌تر وامی‌دارد.



این هنر تنها منحصر به بوم و دیوار نمی‌شود؛ گاه برای تزئین کتاب و مصورسازی آنچه نویسنده برای کتاب‌اش نوشته است نیز استفاده می‌شود. این هنر در دوره سلجوقیان کاربرد بسیاری داشت و به آن هنر روشن‌سازی می‌گفتند. یکی از بهترین نمونه‌های آن، تصویرسازی برای شاهنامه فردوسی است که خوشبختانه باقی است.

[تلفیق دکوراسیون سنتی با سبک مدرن](#)

## بازار کار نقاشی

نقاشی از جمله هنرهایی است که با روح انسان سروکار دارد و طرحی که تهیه می‌شود برگرفته از مکنونات قلبی، طرز فکر و احساسات آدمی است لذا از این طریق می‌توان با هموعان خود صحبت کرده و ارتباط برقرار نمود. بنابراین در هر زمان و مکانی، طرفداران بسیاری دارد.

## الزامات یا مقدمات مورد نیاز جهت راه اندازی شغل

برای ورود به شغل نقاشی لزوماً به گذراندن دوره های آموزشی یا تحصیلات آکادمیک و دانشگاهی نیازی نیست. بسیاری از افراد که زمینه هنری خوبی در نقاشی دارند، به دنبال علاقه خود رفته و وارد این کار می‌شوند. البته مسلم است برای تبدیل شدن به یک نقاش حرفه ای، باید به صورت حرفه ای آموزش دید. گذراندن دوره طراحی و نقاشی به مدت ۲ سال و تهیه وسایل و ابزار کار همچون مداد، کاغذ، خط‌کش، پایه چوبی، بوم، مداد رنگی، آبرنگ، گواش، پاک‌کن، قلم مو، پاستل

## توانمندی و مهارت های مورد نیاز نقاش:

- ذوق و شم هنری فراوان
- خلاقیت بسیار زیاد
- دید دقیق و هنری و نگاه موشکافانه به اطراف خود برای پاسخ درست به نیاز مخاطب
- شناخت خوب از رنگ ها (رنگ شناسی مناسب) و توانایی تشخیص آنها از یکدیگر
- آشنایی با تمامی سبک ها و ابزارهای نقاشی
- علاقه مندی و توانایی کار فردی (در هنگام کشیدن نقاشی ها) و یا به عبارتی داشتن شخصیت درون گرا
- صبر و پشتکار زیاد
- آشنایی نسبی با سایر هنرهای تجسمی و تصویری
- علاقه به تدریس و آموزش (وقتی نقاش به کار تدریس نقاشی می‌پردازد)

[بازار کار رشته هنر](#) | [طراحی سنتی](#)

## درآمد نقاش

به طور کلی برخی از حوزه های هنری از جمله نقاشی، در جامعه به عنوان یک شغل رسمی شناخته نمی‌شود و بیشتر کاری هنری محسوب می‌شوند. به همین دلیل شاید بتوان گفت این نوع مشاغل در نزد عموم مردم، به عنوان یک شغل و منبع درآمد، ارزش واقعی خود را ندارند.



## تاریخچه هنر نقاشی

هنر نقاشی دارای تاریخچه قوی و بسیار پربراری می باشد. در واقع این هنر از زمان های نخستین و با اشکالی که بر روی غارها کشیده می شد و یا بر روی آثار باستانی دیده می شد، تعریف شده است. هنر نقاشی در واقع نوعی زبان در آن دوران ها محسوب می شد و انسانها با استفاده از آن با یکدیگر صحبت می کردند.

در واقع نقاشی که در زمان باستان کشیده می شد به آن نقاشی تاریخی می گویند. نقاشی تاریخی، لحظه ای را که در آن زمان گذرانه شده به تصویر می کشد و صرفاً مختص به موضوعی خاص نیستند و اغلب شامل تعداد زیادی از تصاویر و چهره ها می باشد. نقاشی های تاریخی به طور سنتی به عنوان عالی ترین شکل نقاشی غربی مورد توجه قرار گرفته و معتبرترین مکان را در نگه داری، به آنها اختصاص داده اند که اغلب در موزه های معروفی، از آنها به عنوان یک اثر تاریخی نگه داری می شود.

### چگونه از سبک لباس سنتی در دنیا مدرن استفاده کنیم؟

همین امر از نقاشی هنری تصویری ساخت که دارای زبان مخصوص به خود است. در سراسر فرهنگ ها و تاریخ بشر هنر نقاشی مانند رودخانه ای در حال جریان است و با توجه به خلاقیتی که در این هنر وجود دارد، هیچگاه تکراری و خسته کننده نمی شود. در واقع در طول سالیان عوامل بسیاری در تاریخ نقاشی تأثیر گذاشته است که می توان به جغرافیا، دین، خصوصیات ملی، وقایع تاریخی، تولید مواد جدید و موارد دیگر اشاره کرد. همین عوامل باعث ایجاد سبک های متفاوت در هنر نقاشی شده است.

با این وجود مهم نیست که این نقاشی ها در چه قرن ایجاد شده اند و امروز در چه سده ای زندگی می کنیم، ما نمی توانیم این واقعیت را انکار کنیم که اینها گنج های با ارزشی هستند. این نقاشی ها الهام بخش هنر مدرن بوده و به عنوان انگیزه ای

برای هنرمندان در همه جا ارائه شده است. وقتی به یک بوم با رنگهای روشن و پراکنده نگاه می کنید ، فقط باید به تاریخچه ای که در طی قرن ها هنر ایجاد شده است فکر کنید.

## درباره تاریخچه نقاشی چه می توان گفت؟



نقاشی یکی از نخستین هنرهایی است که پیش از پیدایش خط، انسان ها برای ثبت وقایع یا حتی ارتباط با یک دیگر استفاده می کردند. نکته جالب در زمینه نقاشی این است که نخستین نقاشی ها به دست بشر بر روی دیوار غارها کشیده شده است که به آن ها هنر سنگی نیز گفته می شود. این نقاشی ها توسط افراد کوچ نشین بر روی دیوار غارها کشده می شده است. نقاشی ها یافت شده به دست باستان شناسان نشان می دهد که این نقاشی ها به طور معمول با سه رنگ کشده می شده اند و همین طور سعی می شده است که تا جای ممکن به واقعیت نزدیک باشند. در یکی از قدیمی ترین این نقاشی ها که در غار آلتامیرا اسپانیا یافت شده است، حیوانی بنام بیسون (Bison) بر دیوار کشیده شده است که از نیاکان گاوهای امروزی به حساب می آید.

پس از پیشرفت های انسان طی قرون متمادی نه تنها حضور هنر نقاشی کم رنگ تر نشد بلکه جلوه مهمترین در جوامع پیدا کرد و نقاشی ها هم با تغییر و تحولات اجتماعی تغییر کردند و فرم های مختلفی را به خود گرفتند. به عنوان مثال نقاشی در عصر قرون وسطی به کلیسا راه پیدا کرد و آثار درخشانی چون آفرینش انسان خلق شد و نقاشان بسیاری چون داوینچی با نقاشی های شگفت انگیز خود همگان را متحیر می کردند. البته تعبیر و تحولات در دنیای هنر نقاشی در تاریخچه نقاشی از چند جهت قابل بررسی است. با گذشت زمان ابزارهای نقاشی هم توسعه یافتند و به نقاشان برای ایجاد رنگ ها و بافت های جدیدتر کمک کردند هم زمان با تحولات اجتماعی سبک های نقاشی جدید به وجود آمدند که در ادامه به آن ها بیشتر خواهیم پرداخت.

## چه سبک های نقاشی مختلفی در دنیای هنر وجود دارد؟

در این قسمت سعی داریم سبک های نقاشی را به شما معرفی کنیم. نقاشی ها در یک تقسیم بندی بزرگتر به نقاشی های شرقی و نقاشی های غربی تقسیم می شود و مطابق با این تقسیم بندی سبک های نقاشی تعریف و مشخص می شوند. در این بخش سعی داریم به سبک های نقاشی معروف در نقاشی غربی بپردازیم.



یکی از نکاتی که باید در شناخت سبک های نقاشی در نظر داشته باشیم، این است که تعریف مشخص و قاطع از آن‌ها کار بسیار سختی است. سبک مدرنیسم هم در این الگو صدق می‌کند و هر تعریفی که از آن ارائه کنیم باز ممکن است که نمونه‌های نقضی برای آن پیدا شود اما به هر حال منتقدان ادبی مجبور هستند که خود را به تعریفی راضی کنند.

طبق نظر منتقدان ادبی سبک مدرنیسم در بین سال‌های ۱۸۶۰ و ۱۹۷۰ در نظر گرفته می‌شود. اگر بخواهیم خیلی ساده مدرنیسم را تعریف کنیم، مدرنیسم جدایی از شیوه‌های سنتی نقاشی است. در این مکتب هنرمندان دیگر حاضر نیستند خود را به قیود نقاشی سنتی محدود کنند و هیچ محدودیتی را برای خود قائل نیستند.







امپرسیونیسم جنبشی هنری است که در اواخر قرن نوزدهم در پاریس شکل گرفت. امپرسیونیسم در ابتدا مورد توجه بسیاری از منتقدان هنری قرار گرفت. از ویژگی‌های سبک امپرسیونیسم می‌توان به ضربات قلمو نازک، موضوعات معمول و عادی و زاویه‌های غیر معمول برای نقاشی اشاره کرد. نقاشی از مناظر طبیعی یا حتی خیابان از مهمترین مضامین نقاشی‌های امپرسیونیستی است.

اگر به نقاشی‌های امپرسیونیستی دقت کنید، متوجه خواهید شد که نقاشان این سبک به ندرت از رنگ سیاه در نقاشی‌های خود استفاده می‌کنند و به جای استفاده از رنگ‌های تیره از رنگ‌های ترکیب شده استفاده می‌کنند. همین‌طور هنرمندان این سبک تلاش می‌کرده‌اند که تمام اشیای تابلو رنگ و انعکاس مناسبی داشته باشند تا نقاشی بتواند تا حد ممکن نور طبیعی را بازتابی کند.



از دیگر سبک های نقاشی مهم و تاثیرگذار می توان به سبک انتزاعی اشاره کرد. هر هنری که هر چیزی را نشان دهد، بدون آن که آن را در فرم های واقعی بگنجانند به سبک انتزاعی تعلق دارد. در نقاشی های انتزاعی شما هیچ گاه نمی توانید انسان یا حیوان یا هر شیء واقعی دیگری را پیدا کنید. در این سبک از نقاشی هر شیء به صورت شکل یا رنگ به نمایش در می آید و به همین دلیل هم گاهی یک تصویر بسیار ساده می تواند شگفتی بسیاری را برای منتقدان هنری به ارمغان بیاورد. هنرمندان سبک انتزاعی سوژه های نقاشی خود را به شکل اغراق شده ای ساده یا کوچک می کنند.

رنگ های بوم در این سبک از نقاشی نشان دهنده احساسات و نمادهای مختلف است. در نقاشی های انتزاعی قرن ۲۱ هر



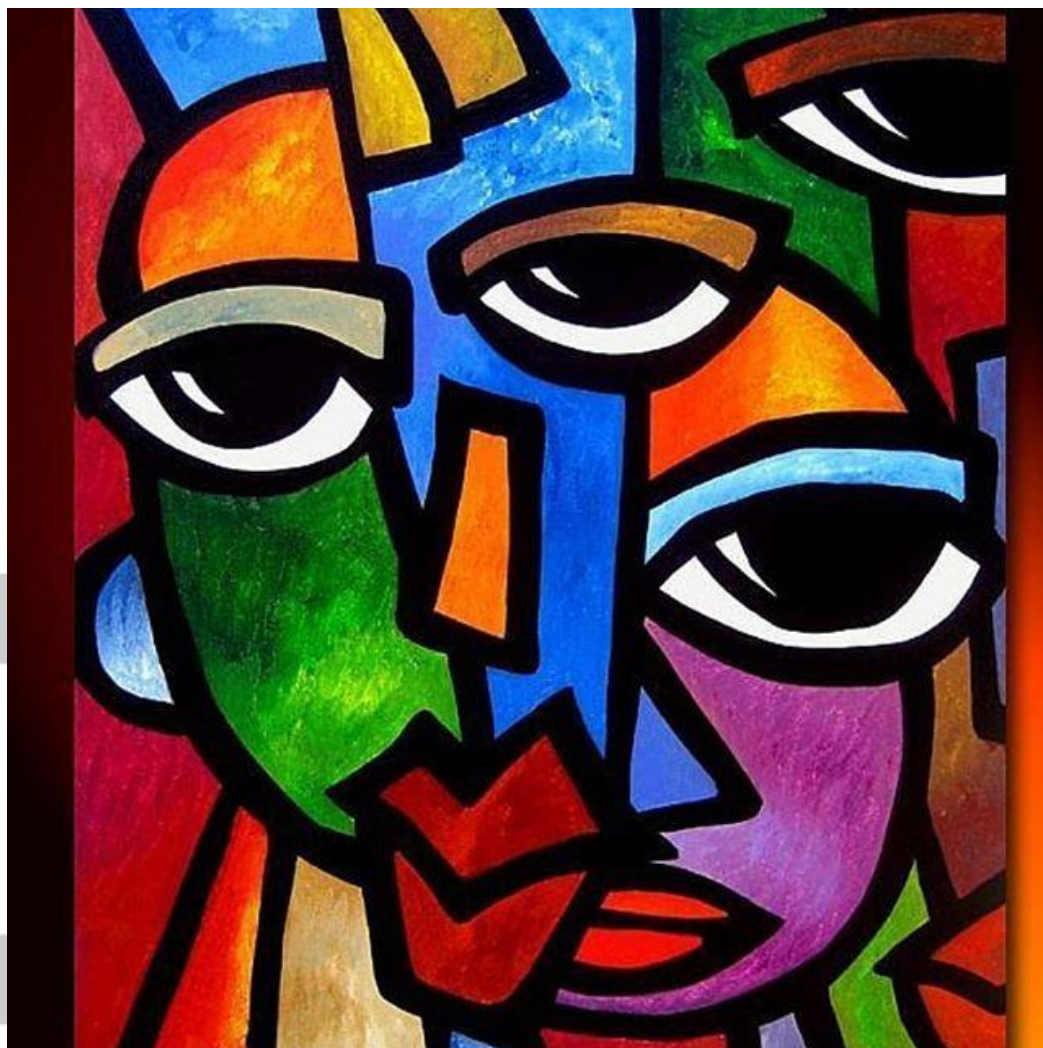
اتفاقی بر روی بوم رخ می‌دهد و خیلی به سختی می‌توان جهتی برای آن تعیین کرد اما در هر صورت نتایج به دست آمده از نقاشی‌های این سبک بسیار متنوع و از نظر زیباشناختی نیز تاثیر گذار است.

اکسپر سیونیسم



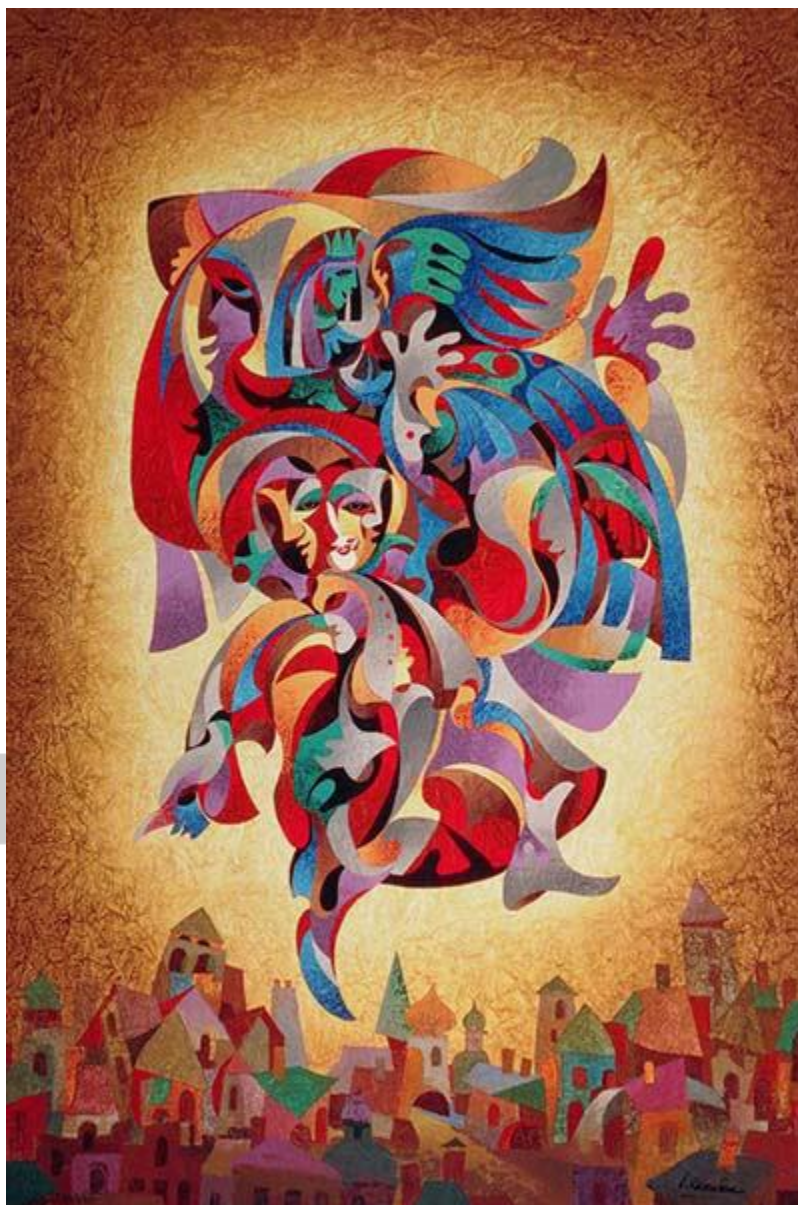
سبک انتزاعی که در بخش قبلی از آن سخن گفتیم، به انواع مختلفی تقسیم می‌شود که یکی از مهمترین آن‌ها اکسپر سیونیسم است. این سبک از نقاشی ارتباط تنگاتنگی با عواطف و احساسات بشری دارد. هدف اصلی نقاشی‌های سبک اکسپر سیونیسم این است که عواطف هنرمند را نشان دهد یا عواطف بیننده را برانگیزد. جکسون پولاک یکی از مشهورترین نقاشان سبک اکسپر سیونیسم است. پولاک در بیشتر نقاشی‌های خود از قلمو استفاده نمی‌کرده است و رنگ را بر روی بوم می‌ریخته است. او از این روش با عنوان حرکت طبیعی رنگ یاد می‌کرده است.





کوبیسم یکی از معروفترین سبک های نقاشی است. هنرمند مشهور پل سزان (Paul Cezanne) در جایی گفته است که همه چیز در طبیعت از کره، مخروط و استوانه شکل می گیرد. می توان گفت که این جمله اساس مکتب کوبیسم است. در نقاشی های کوبیسم اشکال هندسی نقش بسیار مهمی را ایفا می کنند و نقاشی نهایی در این سبک ترکیبی از شکل جسم و اشکال هندسی است.

امروزه کوبیسم به عنوان سبکی از نقاشی انتزاعی شناخته می شود اما کوبیسم قبل از رواج نقاشی انتزاعی حضور پر رنگی در دنیای هنر و نقاشی داشت. هنرمندان بزرگی چون پیکاسو، براك و گریس از هنرمندان شاخص مکتب کوبیسم بوده اند.



رد پای نقاشی انتزاعی را می‌توان در سبک نقاشی سوررئالیستی هم دید. سبک سوررئالیسم از اوایل قرن ۲۰ آغاز شد که نه تنها نقاشی بلکه در زمینه‌های دیگری هنری را نیز تحت تاثیر قرار داد. البته نمی‌توان تاثیر شگرف سوررئالیسم را در دنیای نقاشی نادیده گرفت. نقاشی‌های سوررئالیستی با تصاویر رویاگونه می‌توانند شما را غافلگیر کنند. غافلگیر کردن بیننده هنوز یکی از ویژگی‌های مهم نقاشی سوررئالیستی است.

## انواع نقاشی از نظر متریال‌های مختلف مخصوص نقاشی چیست؟

همان طور که در بخش قبلی خواندید، نقاشی‌ها از نظر سبک به انواع مختلفی تقسیم می‌شوند. تقسیم‌بندی دیگری نیز در زمینه انواع نقاشی وجود دارد که مربوط به متریال استفاده شده در نقاشی است. در این قسمت به این موضوع خواهیم



پرداخت.

## رنگ روغن

یکی از تکنیک‌های قدیمی در نقاشی اروپایی استفاده از رنگ روغن است. همان طور که از نام آن هم مشخص است. در این نوع از رنگ‌ها مقداری روغن بذر کتان استفاده شده است. روغن بذر کتان در این نقاشی‌ها باعث می‌شود که آن‌ها با سرعت کمتری خشک شوند. البته شاید بپرسید که چرا هنرمند می‌خواهد که رنگ بر روی بوم دیرتر خشک شود. دلیل این اتفاق این است که در این صورت هنرمند می‌تواند بر روی نقاشی در مدت طولانی‌تری کار کند، صحنه‌ای جدید به نقاشی اضافه کند یا این که بخش‌هایی جزئی از نقاشی خود را اصلاح کند.

## نقاشی اکریک



یکی دیگر از انواع نقاشی، نقاشی با اکریک است. ویژگی رنگ اکریک این است که سریعتر از رنگ روغن خشک می‌شود. هنرمندان می‌توانند با استفاده از رنگ اکریک لایه‌های بیشتری را به کار خود اضافه کنند و به کار خود عمق ببخشند. البته می‌توان پیش از کار با رنگ اکریک، آن را با آب مخلوط کرد. رنگ اکریک در این حالت کاربردی شبیه به آب رنگ یا گواش پیدا می‌کند. رنگ اکریک به خودی خود نقاشی را براق می‌کند اما اضافه کردن آب باعث می‌شود که رنگ مات شود.





استفاده از آب رنگ برای کسی که به تازگی وارد دنیای هنر و نقاشی شده است، می‌تواند چالش برانگیز باشد. بسیاری از هنرمندان نقاشی با آب رنگ را بسیار دوست دارند چرا که می‌توانند تعداد بی‌نهایتی رنگ را در پالت خود بسازند. زمانی که شما از آب رنگ برای نقاشی کردن استفاده کنید، هنوز فرصت دارید که نتیجه را تغییر دهید. از دیگر ویژگی‌های نقاشی با آب رنگ این است که به نقاشی شفافیت خاصی را می‌بخشند. به طوری که در مقابل نور طبیعی جلوه خاصی را پیدا می‌کنند.



از دیگر انواع نقاشی می‌توان از نقاشی با پاستیل نام برد. استفاده از پاستیل در نقاشی در قرن هجدهم رواج داشت. هنرمندان بسته به اثری که می‌خواهند خلق کنند یا بافتی که می‌خواهند به وجود بیاورند، از ترکیب‌های متفاوتی از پاستیل استفاده می‌کنند. به عنوان مثال از پاستیل‌های سخت برای کشیدن خطوط واضح استفاده می‌کنند، در حالی که پاستیل‌های نرم برای ایجاد ترکیب رنگ‌ها بسیار مناسب هستند. از دیگر انواع پاستیل‌ها می‌توان از پاستیل روغنی نام برد. این دسته از پاستیل‌ها برای ترسیم خطوط نازک و شفاف استفاده می‌شوند. همین‌طور شما می‌توانید از پاستیل‌های محلول در آب نیز استفاده کنید.





همه ما با مداد رنگی آشنا هستیم و شاید اولین وسایلی باشند که بین ما و دنیای هنر ارتباط برقرار می‌کردند. ممکن است با این پیشینه از مداد رنگی گمان که کنید که مداد رنگی تنها برای نقاشی کودکان استفاد می‌شود و هرگز نمی‌توان از آن برای نقاشی جدی و هنری استفاده کرد اما در واقع چنین نگرشی اشتباه است. اتفاقاً مداد رنگی در دنیای هنر هم طرفداران بسیار زیادی دارد و تا به امروز آثار درخشان و ماندگاری در دنیای هنر و نقاشی توسط مداد رنگی خلق شده است. نقاشان از مداد رنگی بیشتر برای نقاشی‌های رئالیستی و واقع‌گرایانه استفاده می‌کنند.

#### نقاشی با مداد گرافیتی

یکی دیگر از انواع نقاشی، نقاشی با مداد گرافیتی است. استفاده از مداد گرافیتی برای نقاشی در قرن هفدهم و در فرانسه رواج بسیاری داشته است. از مداد گرافیتی می‌توان برای سایه زدن استفاده کرد. انواع مختلفی از مداد گرافیتی وجود دارد که هر کدام از آن‌ها از نظر میزان سختی با هم متفاوت هستند. ویژگی نقاشی با مداد گرافیتی این است که به هنرمند امکان می‌دهد، در صورت تمایل بخشی از نقاشی را پاک کند و دوباره آن را بکشد.



## نقاشی با زغال

یکی از قدیمی‌ترین انواع نقاشی، نقاشی با زغال است. از زغال بیشتر برای طراحی استفاده می‌شود. هنرمندان از زغال برای کشیدن خطوط مختلف استفاده می‌کنند. ویژگی نقاشی با زغال این است که زغال به راحتی پاک می‌شود که البته ممکن است، این ویژگی گاهی برای هنرمند درد سر ساز شود. در نتیجه مواد ثابت کننده‌ای وجود دارد که با استفاده از آن‌ها دیگر نیاز نیست نگران محو شدن یا پاک شدن طراحی یا نقاشی خود باشید.

## نقاشی با گچ

گچ یکی از ابزارهای نقاشی که از دوره‌های پیشا تاریخی و پارینه سنگی برای نقاشی استفاده می‌شده است. گچ‌ها هم انواع مختلفی دارند که هر کدام از آن‌ها از نوع سنگ خاصی ساخته می‌شود. در ابتدا از گچ برای طراحی می‌شد اما در هنر رنسانس گچ نقش مهمی در دنیای نقاشی پیدا کرد.





DOR

ONTASH





## یادگیری نقاشی چه مزایای روانشناختی می‌تواند داشته باشد؟



شاید در ابتدا گمان کنید که استفاده از آموزش نقاشی و نقاشی کردن تنها می‌تواند اوقات فراغت شما را پر کند و هیچ گونه تأثیر دیگری در شما نخواهد داشت اما باید گفت که به هیچ وجه این گونه نیست و نقاشی تأثیرات مختلفی را روی سلامت روان فرد می‌گذارد. در این بخش می‌خواهیم به این موضوع بپردازیم و بیشتر درباره روانشناسی نقاشی و آموزش روانشناسی حرف بزنیم.



یکی از مزایای نقاشی کردن این است که خلاقیت شما توسعه پیدا می‌کند. البته نگران نباشید نیاز نیست که برای استفاده از این مزیت نقاشی تابلوی شاهکاری خلق کنید. شما می‌توانید از طراحی یک میز شروع کنید یا یاد بگیرید که چگونه می‌توانید بهتر رنگ آمیزی کنید. می‌توانید برای استفاده از این ویژگی همچنین می‌توانید در کلاس‌های آموزش نقاشی ثبت نام کنید و از آن جا نقاشی را شروع کنید.

نقاشی می‌تواند از نظر عاطفی هم به شما کمک کند

معروف است که می‌گویند، در یک تصویر می‌تواند هزاران کلمه نهفته باشد. شما با کمک نقاشی می‌توانید به عواطف خود که در ضمیر ناخودآگاه شما پنهان شده‌اند، پی ببرید. روانشناسان گاهی برای کسانی که دچار آسیب‌های روانی شده‌اند، کشیدن نقاشی را توصیه می‌کنند چرا که همان طور که گفتیم، فرد می‌تواند از این طریق به احساسات پنهان خود پی ببرد و فضای امنی پیدا کند که در آن می‌تواند عواطف خود را آشکار کند



از دیگر ویژگی‌های روانشناسی نقاشی، می‌توان به ارتقای مهارت‌های حل مسئله اشاره کرد. هر چند که ما همواره سعی می‌کنیم که تصویر ذهنی خود را بر روی بوم یا صفحه کاغذ پیاده کنیم اما همواره این اتفاق می‌افتد و این موضوع گاهی به دلیل کم‌تجربگی یا کم‌دانشی در استفاده از رنگ‌ها یا کشیدن طرح است. شاید این اتفاق در ابتدا ناامید کننده به نظر برسد اما در ادامه شما یاد خواهید گرفت که چگونه با این ناامیدی کنار بیایید و از همه مهم‌تر چه کاری انجام دهید تا نقاشیتان هر چه بیشتر به مدل ذهنی شما شبیه شود. همین اتفاق باعث می‌شود که مهارت حل مسئله شما در مقابل مشکلات مختلف افزایش پیدا کند.

#### نقاشی حافظه و تمرکز شما را بهبود می‌دهد

در زمان نقاشی شما باید تمام تمرکز خود را به صفحه بوم یا کاغذ خودتان بدهید و این موضوع به شما کمک خواهد کرد که در کارها یا فعالیت‌های دیگر راحت‌تر بتوانید بر روی کارتان تمرکز کنید. از طرف دیگر هنگام نقاشی باید سوژه نقاشی خود را به خوبی به خاطر بسپارید که همین اتفاق باعث می‌شود که حافظه شما هم در جزئیات نقاشی بهبود پیدا کند و همان‌طور که می‌دانید بهبود هم‌زمان حافظه و تمرکزتان می‌تواند سایه شوم بیماری‌هایی مثل زوال عقل و آلزایمر را از سر شما دور کند. در نتیجه نقاشی علاوه بر بهبود سلامت روان شما می‌تواند از مشکلات جسمی و مغزی نیز جلوگیری کند.



نقاشی استرس شما را کاهش می‌دهد



یکی از مزایای فوق العاده نقاشی که مناسب شرایط امروز دنیا و جامعه است، کاهش استرس است که در زمینه روانشناسی نقاشی هم از آن بسیار حرف زده می‌شود. نقاشی به ما کمک می‌کند که به ذهن و به خودمان توجه کنیم و برای دقایقی از دنیای خارج جدا شویم و از مشکلات خود دور شویم.