



WYNIKI BADAŃ

01

Zarówno u dzieci, jak i dorosłych uchodźców i osób ubiegających się o azyl, stwierdzono, że kreatywne zajęcia artystyczne zmniejszają lęk, depresję, zaburzenia związane ze stresem pourazowym i problemy rówieśnicze (Tyrer, RA; Fazel, M, 2014).



02

Edukacja mindfulness powiązana z twórczością, myśleniem i działaniami artystycznymi może prowadzić do zwiększenia zaangażowania społecznego, zmniejszyć skutki stresu i zwiększyć zdolność do bycia zaangażowanym i skoncentrowanym, pomagając odnosić sukcesy w nauce i uniknąć problemów behawioralnych (OECD, 2018).



03

Uchodźcy i ubiegający się o azyl wskazywali, że zaangażowanie w sztukę po przymusowym wysiedleniu ułatwiało im budowanie sieci wsparcia oraz rozwijanie umiejętności przydatnych w poszukiwaniu pracy (WHO, 2019). Niewerbalne aspekty sztuk ekspresyjnych są natomiast uznawane za najlepsze praktyki w pracy z osobami po traumie (Landoni, 2019).

04

Sztuka może stanowić środek autoekspresji i wsparcia oraz sprzyjać dobrym emocjom, szczególnie w przypadku osób, które doświadczyły traumy. Badacze zajmujący się usługami transformacyjnymi twierdzą, że ludzkość jest osadzona w systemach usług mających znaczący wpływ na to, jak ludzie prowadzą swoje życie (Fisk i in., 2016).

