

# MUZEUM JAKO PRZESTRZEŃ DLA ZDROWIA I DOBREGO SAMOPOCZUCIA

## MUSEUM AS SPACE FOR HEALTH AND WELL-BEING

**Robert Kotowski**

Katedra Badań Nad Bibliotekami i Innymi Instytucjami Kultury WDIB UW  
Muzeum Narodowe w Kielcach  
ORCID 0000-0002-9742-2159

**Abstract:** Museums have always been regarded as centres of knowledge and culture, places where we can extend our understanding of the surrounding world. Today, next to their basic tasks, museums also perform various social functions, playing an important role in establishing bonds with people and taking into account their experiences. New roles of the early-21<sup>st</sup>-century museums go far beyond the up-to-now areas of the functioning of cultural institutions in society, with a transformation occurring in their activities targeted at the application of the collection's emotional potential, narrative, space, and museum displays to have a therapeutic impact on the public suffering from civilizational ailments, all this conducted in cooperation with psychologists, pedagogues, and doctors. The activity in this respect has been yielding positive

effects, and more often and in an increasing number of proofs demonstrating museums' therapeutic value as well as their substantial impact on people's health and well-being have been observed. This new contemporary form of museums' activity is called museotherapy. The definition of the concept prepared by Dorota Folga-Januszewska and Robert Kotowski has been published in the Dictionary of Museology published in two languages: by Routledge in English and Armand Colin in French. The paper aims at popularizing the knowledge of and disseminating so-far findings in museotherapy. Results of research in this respect conducted in various countries and museotherapy-related implemented projects have been presented in the article. All these may encourage museum curators to conduct classes in the discussed area.

**Keywords:** museum, museotherapy, emotions, health, frame of mind.

Współczesne muzea wykraczają poza swe tradycyjne role związane z gromadzeniem, ochroną, konserwacją czy eksponowaniem zbiorów na rzecz wielu ról społecznych, w tym m.in. w obszarze poprawy zdrowia. Jak zauważył John Orna-Ornstein z Arts Council England, *wnoszą ogromny wkład w poprawę życia ludzi oraz poprawę zdrowia fizycznego i psychicznego. To ekscytująca nowa era dla sektora, który*

*jest liderem w pokazaniu, w jaki sposób kultura może aktywnie przyczynić się do zapobiegania chorobom, jakości życia, zdrowego starzenia się i rozkwitu człowieka<sup>1</sup>. Potwierdzają to wyniki prowadzonych od wielu lat badań. Dzięki nim doszło do uściślenia pojęcia „muzeoterapia”, którego definicja, przygotowana przez Dorotę Folgę-Januszewską oraz Roberta Kotowskiego, została opublikowana w Słowniku*

muzeologii wydawanym w dwóch wersjach językowych – przez Routledge (wersja angielska) i Armand Colin (wersja francuska). Czytamy w nim, że muzeoterapia to *Wykorzystanie kolekcji, narracji, przestrzeni i ekspozycji muzealnych jako rozwiązania terapeutycznego w leczeniu niektórych chorób. Celem muzeoterapii jest pokazanie, w jaki sposób muzea mogą uczestniczyć w poprawie samopoczucia, zdrowia, zdrowia psychicznego i stabilizacji emocjonalnej, a także w poszukiwaniu tożsamości poprzez bezpośredni kontakt z kulturą, sztuką i otaczającą przyrodą. Tradycja traktowania muzeów jako przestrzeni terapeutycznej ma swoje korzenie w misteriach eleuzyjskich i ewoluowała w wielu miejscach na przestrzeni wieków. Na początku XXI wieku kilka muzeów (Muzeum Sztuk Pięknych w Montrealu, Kanada; Muzeum Narodowe w Kielcach, Polska) i organizacji (NEMO, AAM) wprowadziło do swojej działalności muzeoterapię. Proponowane działania w ramach muzeoterapii (badanej w Polsce w kontekście neuromuzeologii) korzystają z doświadczeń psychologów, lekarzy, pedagogów*<sup>2</sup>.

Jak wynika z cytowanej definicji, nie jest to odkrycie współczesne, a bardziej powrót do przeszłości i początków funkcjonowania muzeów, kiedy tego typu instytucje, zanim jeszcze stały się tożsame ze zbiorami, były miejscami przemiany, w których następową duchowa i twórcza transformacja, o czym szerzej pisała m.in. Folga-Januszewska<sup>3</sup>. Przeprowadzone w 2002 r. przez University of Aberdeen badania na temat wpływu muzeów, archiwów i bibliotek na społeczeństwo w Wielkiej Brytanii potwierdziły już te tendencje, wskazując wśród obszarów oddziaływania zdrowie i dobre samopoczucie<sup>4</sup>. Niespełna 10 lat po tych badaniach, w 2011 r. opublikowany został raport z kolejnego badania przeprowadzonego przez Psychosocial Research Unit tym wraz z University of Central Lancashire, pokazujący jak działalność różnego typu muzeów może wpływać na zdrowie i dobre samopoczucie. Wskazano ogromny potencjał, jaki stanowią zbiory muzealne, które można udostępnić osobom znajdującym się w trudnej sytuacji, w sposób, który może skutecznie poprawić samopoczucie. W badaniu przyjęto ramy psychospołeczne, których celem było zrozumienie znaczenia zaangażowania w działalność muzealną w wielu wymiarach: indywidualnych odpowiedzi, relacji międzyludzkich, kontekstów instytucjonalnych i społecznych. Skupiono się na znaczeniu i wykorzystaniu obiektów i dzieł sztuki przez jednostki oraz relacjach pomiędzy odbiorcami a muzealnikami, z uwzględnieniem ich zastosowania dla integracji kulturowej. Jak czytamy w raporcie, dzieje się tak nie tylko dlatego, że uczestnicy mają nowe doświadczenia i możliwości interakcji społecznej, ale także z powodu interakcji z muzeum. Obiekty muzealne w sprzyjających warunkach dają ludziom szanse znalezienia nowych form kulturowych pozwalających wyrazić emocje i doświadczenia. Projekt ten pokazał, jaki wkład mogą wnieść muzea do poprawy samopoczucia, nawiązując do charakteru swoich zbiorów i ich symbolicznego znaczenia kulturowego, oraz jakie znaczenie symboliczne, osobiste mają dla jednostek kolekcje<sup>5</sup>.

Zwróciła na to uwagę także amerykańska muzealniczka i edukatorka muzealna Lois H. Silverman, stwierdzając, że obiekty muzealne, przedmioty, naturalne lub stworzone przez człowieka, odnoszące się do historii świata i ludzi, prowokują, ucieleśniają ludzkie cele i doświadczenia, zachęcają odbiorców do działania w sposób, który może dać im

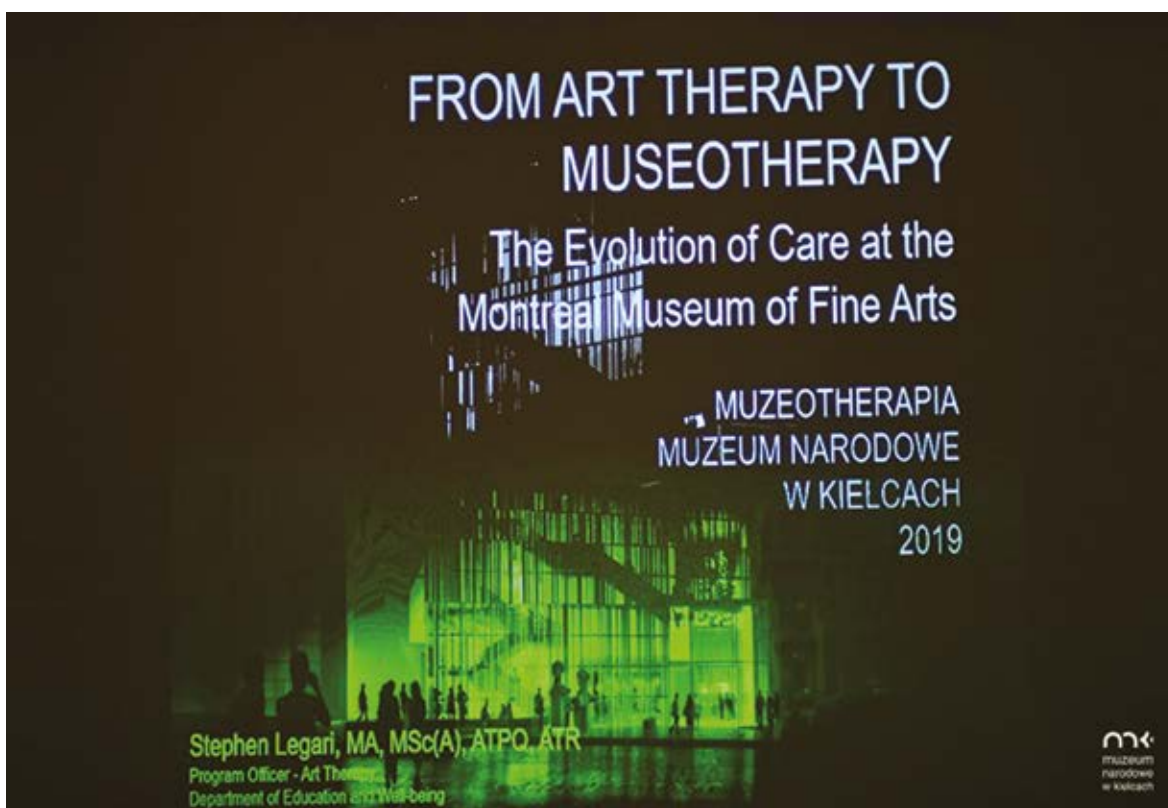
to, czego pragną. W połączeniu z narracją i umieszczeniu w przestrzeni muzealnej mają moc terapeutyczną. Wywołują emocje, opinie, refleksje, wspomnienia<sup>6</sup>. Artterapeutka i założycielka Colombian Art Therapy Association Andree Salom dodała, że obiekty muzealne są fizycznymi przejawami sił twórczych tkwiących w ludziach i jako celowe i przemyślane, autonomiczne produkty niosą ze sobą potężną energię mogącą zdecydowanie wpłynąć na psychikę<sup>7</sup>. Dostarczają człowiekowi wiedzy o ludzkich zachowaniach i analogicznych do jego własnych problemach<sup>8</sup>. Funkcjonują jako symbole tożsamości, przypomnienie przeżywanego doświadczenia i symbole natury, społeczeństwa. Wpływa to na przemianę i rozwój człowieka, jego relacje w społeczeństwie, rozwój kapitału społecznego<sup>9</sup>. Dodatkowo każdy gość przybywa do muzeum ze swoimi doświadczeniami, które przekładają się na indywidualną interpretację eksponatów i narracji<sup>10</sup>.

W tym kontekście w 2013 r. American Alliance of Museums (AAM) zwrócił uwagę, że muzea stanowią miejsca interakcji, uczenia się i komunikacji i są szczególnie dobrze przystosowane do świadczenia usług oraz informacji dotyczących zdrowia. Wskazano różnorodne problemy zdrowotne, w których przeciwdziałaniu muzea mogą być pomocne, wśród nich chorobę Alzheimera, autyzm, choroby psychiczne, stres pourazowy, zaburzenia odżywiania, zaburzenia widzenia. Ponadto podkreślono rolę muzeów w profilaktyce i edukacji zdrowotnej<sup>11</sup>.

Tę listę potwierdziła i uzupełniła Elisabeth Ioannides z Narodowego Muzeum Sztuki Współczesnej w Atenach. Wśród borykających się z problemami zdrowotnymi, których terapię można prowadzić w muzeach, wskazała dodatkowo m.in. na osoby zmagające się z trudnościami w realizacji kariery zawodowej, osoby pracujące w stresującym środowisku, żołnierzy, uchodźców, ofiary molestowania, osoby chore na raka, AIDS, depresję, przeżywające żałobę, odczuwające lęki społeczne, uzależnienia<sup>12</sup>. Zwróciła także uwagę, że samopoczucie poprawia się, jeśli ludzie zwiedzają muzea, galerie i biorą udział w wydarzeniach kulturalnych w towarzystwie innych osób. Zachęca to z pewnością do włączania wszystkich grup społecznych do odwiedzania przestrzeni wystawienniczej i zapewnienia wielowymiarowych doświadczeń i wspierającego środowiska, niezależnie od środowiska pochodzenia każdej osoby<sup>13</sup>.

Także Helen Chatterjee i Guy Noble, w opublikowanej przez University College London Hospitals książce *Museums, Health and Well-Being*, dokonali przeglądu wyników setek projektów muzealnych, raportów, publikacji i innych dowodów<sup>14</sup>. W swym opracowaniu doszli do wniosku, że muzea wpływają na zdrowie i dobre samopoczucie na wiele sposobów, zapewniając: pozytywne doświadczenia społeczne i zmniejszoną izolację społeczną; możliwości uczenia się i szansę na rozwój nowych umiejętności; uspokajające doświadczenia, które zmniejszają poziom lęku; pozytywne emocje, takie jak nadzieja, radość i optymizm; poczucie własnej wartości oraz poczucie własnej wartości i wspólnoty; pozytywne odwrócenie uwagi od środowiska klinicznego; większe możliwości znalezienia znaczenia; nowe doświadczenia, które mogą być inspirujące lub znaczące; komunikację między rodzinami, opiekunami i pracownikami służby zdrowia.

W odpowiedzi na rosnący wkład muzeów i galerii w zdrowie i dobre samopoczucie w lipcu 2015 r. w Wielkiej Brytanii powstał National Alliance for Museums, Health and Wellbeing,



1. Konferencja Naukowa „Muzeoterapia 2019” w Muzeum Narodowym w Kielcach z udziałem Stephena Legariego – muzeoterapeuty z Muzeum Sztuk Pięknych w Montrealu

1. Scientific Conference ‘Museotherapy 2019’ at the National Museum in Kielce participated by Stephen Legari, a museotherapist of the Montreal Museum of Fine Arts

którego celem jest koordynacja informacji o muzeach i zdrowiu, a także doradztwo i wsparcie dla podmiotów działających w tym obszarze. W ramach swej działalności opracował on raporty dotyczące aktywności muzeów w tym zakresie. Pierwszy raport, *Muzea, jako przestrzeń dla dobrego samopoczucia*, oparty został na kompleksowym przeglądzie literatury i ankiecie internetowej. Objął on 603 projekty z 261 muzeów różnego typu. Odzwierciedlono w nim pracę muzeów na rzecz zdrowia i dobrego samopoczucia, angażującą zróżnicowaną publiczność – od m.in. seniorów, do których skierowanych było najwięcej projektów, stanowiących 29,68% całości, poprzez osoby z demencją (18,73%), osoby z problemami psychicznymi (17,74%), osoby z niepełnosprawnością (13,59%), po osoby ze spektrum autyzmu (2,15%), osoby uzależnione (1,82%) czy pacjentów szpitalnych (2,32%). Zidentyfikowano w nim obszary najlepszych praktyk skierowanych do poszczególnych grup odbiorców<sup>15</sup>. Drugi raport miał na celu głębsze zbadanie działalności muzeów na rzecz zdrowia i wykazał znaczącą ich rolę w tym zakresie. Dane, na których się opierał, pochodziły z różnych źródeł, w tym konsultacji, projektów, szkoleń i obserwacji<sup>16</sup>. Oczywiście struktura opieki zdrowotnej i społecznej w Wielkiej Brytanii zdecydowanie różni się od tej funkcjonującej w polskich warunkach, niemniej mogą one stanowić inspirację do działań na terenie naszego kraju. Wszelkie nasze ustalenia inspirowane są w większości obcymi wzorami, bowiem wśród polskich placówek muzealnych nie prowadzono jak dotąd pogłębionych analiz tego obszaru.

W obliczu wciąż niewystarczających badań w Polsce warto zatem posłużyć się tymi raportami, by lepiej zrozumieć i ocenić korzyści płynące z działalności muzealnej dla swych odbiorców, ich zdrowia i dobrostanu. Badania te bowiem dostarczyły szeregu przekonujących dowodów na to, że muzea, niezależnie od ich wielkości, zasobności czy typu, mogą pozytywnie wpływać na zdrowie i przyczyniać się do jego poprawy wśród społeczeństwa. Bardzo obiecujące wyniki badań pojawiły się także w 2019 r. w „The British Medical Journal”. Daisy Fancourt i Andrew Steptoe z The Research Department of Behavioural Science and Health University College London w Wielkiej Brytanii przedstawili raport na temat swoich czternastoletnich obserwacji tysięcy ludzi w wieku powyżej 50 lat pod względem ich zaangażowania w sztukę receptywną. Odkryli, że ci, którzy chodzili do muzeum przynajmniej raz lub dwa razy w roku, byli o 14% mniej narażeni na śmierć niż ci, którzy tego nie robili. Opublikowane wyniki badań potwierdziły, że szanse na dłuższe życie rosły, gdy ludzie częściej obcowali ze sztuką. Na podstawie tych wyników należy stwierdzić, że wśród osób chodzących do muzeum lub teatru przynajmniej raz w ciągu kilku miesięcy ryzyko zgonu w tym okresie zmniejszyło się o 31%<sup>17</sup>.

Kolejnych dowodów dostarczyło Fińskie Stowarzyszenie Muzeów, które w 2022 r. opublikowało wyniki badań na temat samopoczucia podczas wizyt w muzeach. 99% badanych uważało, że wizyta w muzeum ma pozytywny wpływ na ich samopoczucie przez dłuższy czas. Badania były prowadzone przez Johna Falka z Instytutu Innowacji w Kształceniu

i obejmowały osiem fińskich muzeów. W badaniach tych uwzględniono cztery obszary dobrostanu: osobisty, intelektualny, społeczny i fizyczny<sup>18</sup>.

Wraz ze wzrostem inicjatyw badawczych w zakresie oddziaływania na zdrowie swoich odbiorców szereg muzeów na całym świecie od wielu lat realizuje projekty, uwzględniając ten aspekt w swojej działalności. Jednym z pierwszych było Muzeum Sztuk Pięknych w Montrealu, które udostępniło swoje ekspozycje do celów terapeutycznych. Lekarze zrzeszeni w Związku Lekarzy Francuskojęzycznych w Kanadzie zapisywali swoim pacjentom na receptę wizytę w muzeum. Efekty tego programu potwierdziły wieloaspektowe korzyści zdrowotne, zarówno w obszarze dolegliwości psychicznych, jak i schorzeń somatycznych<sup>19</sup>.

Podobnie znaczące efekty osiągnięto po realizacji programu skierowanego do osób cierpiących na demencję i chorobę Alzheimera, a także ich opiekunów w Museum of Modern Art (MoMA)<sup>20</sup>. Innym równie ciekawym i ważnym przykładem działalności terapeutycznej muzeum na świecie są działania w Sidney and Lois Eskenazi Museum of Art. Przeprowadzony tam został pilotażowy program terapeutyczny dla dzieci, które ucierpiały w wyniku różnorodnych zaniedbań, przemocy lub innych traumatycznych przeżyć. Na jego podstawie autorzy doszli do wniosku, że muzeum umożliwia spojrzenie na życie w szerszym kontekście, staje się miejscem, gdzie można wyzwolić się od różnorodnych problemów i odnaleźć inspirację. Opowiadanie historii, opierając się na obiektach muzealnych, pozwala nie tylko na zrozumienie sztuki, łączenie życia ze sztuką, ale także na rozwiązywanie indywidualnych trudności. Wykorzystywane w tym procesie eksponaty stymulują działania, procesy myślowe i pobudzają kreatywność. Umożliwiają emocjonalne

zaangażowanie się, odblokowanie emocji i otwarcie na nowe spojrzenie na siebie i otoczenie, a tym samym interpretację świata<sup>21</sup>. Do identycznych wniosków doszli autorzy programu terapeutycznego Arts for Health, opartego na zbiorach National Gallery of Australia, skierowanego na pomoc ludziom w chorobach przewlekłych, podnoszącego świadomość relacji pomiędzy stylem życia a zdrowiem oraz rozwijającego docenianie swoich mocnych stron i zasobów poprzez twórczą ekspresję i uczenie się<sup>22</sup>.

Podobnych inicjatyw i projektów w ostatnich latach pojawia się coraz więcej w wielu muzeach różnego typu: od muzeów sztuki, poprzez muzea historyczne, techniki czy też przyrodnicze. W 2022 r. w Brukseli zainicjowano sześciomiesięczny pilotażowy projekt, w ramach którego lekarze, chcąc pomóc pacjentom w wyjściu z izolacji spowodowanej depresją, przepisują recepty na bezpłatne wizyty w muzeach w stolicy Belgii<sup>23</sup>. Także muzea w Polsce, m.in. Muzeum Narodowe w Warszawie, Zamek Królewski w Warszawie, Muzeum Pałacu Króla Jana III w Wilanowie czy Muzeum Żup Krakowskich Wieliczka aktywnie angażują się w ten rodzaj działalności. Oferują specjalne projekty, nawiązują współpracę z różnorodnymi ośrodkami specjalistycznymi i wykorzystują swój potencjał jako miejsca sprzyjającego włączeniu społecznemu, dostępnego i inspirującego, a także bogatego źródła spotkań z obiektami i różnymi środowiskami. Prekursorem i jednym z liderów w tym zakresie jest Muzeum Narodowe w Kielcach, organizujące od 2018 r. cykliczne konferencje naukowe w celu dzielenia się różnorodnymi spostrzeżeniami, obserwacjami i wnioskami badawczymi dotyczącymi zagadnień muzeoterapii, co przekłada się również na działania<sup>24</sup>.

Realizowane są tu pilotażowo projekty, aby pokazać nowy obszar oddziaływania muzeum. Punktem wyjścia stały



2. Zajęcia muzeoterapeutyczne „Emocjonalne obrazy” w Muzeum Narodowym w Kielcach

2. ‘Emotional Paintings’ museotherapy class at the National Museum in Kielce





3. Zajęcia muzeoterapeutyczne „Muzeoterapia na stres” w Muzeum Narodowym w Kielcach

3. 'Museotherapy to Overcome Stress' museotherapy class at the National Museum in Kielce

się warsztaty zatytułowane *Emocjonalne obrazy. Emocje na obrazach Jacka Malczewskiego*. To ciekawy przykład i propozycja działalności terapeutycznej muzeum i wykorzystania zbiorów do pracy z emocjami. Ich istotą jest chęć pokazania, w jaki sposób muzealia i ich narracyjność wpływają na naszą percepcję i uwalniają nasze emocje. Próba ich zdefiniowania, nazwania i doświadczenia w przestrzeni muzeum staje się pewnego rodzaju podróżą terapeutyczną w głąb własnych potrzeb i zrozumienia siebie dzięki narzędziom, jakimi są obiekty muzealne, artefakty, pamiątki historyczne czy dzieła sztuki. Ciekawość uczestników warsztatów i utożsamianie się z postacią na obrazie budowały swoistą relację widz – obraz, dzięki której zmieniał się sposób patrzenia. Obraz stawał się czymś więcej niż tylko strukturą malarską, zaczynał być nośnikiem emocji. Uczestnicy próbowali zrozumieć własne odczucia i opowiedzieć o nich, czy – jak w przypadku najmłodszych – narysować wydarzenie odpowiadające danej emocji, co jest potwierdzeniem interakcji i oddziaływania obiektów muzealnych na widzów. Wyniki wielu badań psychologicznych potwierdzają pozytywny wpływ uważności na zdrowie. W połączeniu z wiedzą na temat pozytywnego wpływu sztuki na dobrostan człowieka zrodził się pomysł wprowadzenia w muzeach technik uważności. Warsztaty *Uważność w muzeum*, prowadzone w Muzeum Narodowym w Kielcach według strategii 5–4–3–2–1 (poszukiwanie na obrazach i zatrzymanie uwagi na 5 rzeczach, które możesz zobaczyć, 4, które możesz dotknąć, 3 dźwiękach, które słyszysz, 2 zapachach, które czujesz i 1 smaku, który czujesz), pozwalają uczestnikom skoncentrować się na świadomym odczuwaniu swoich zmysłów. Równocześnie przestrzeń muzeum została zaadaptowana (zwłaszcza na spotkaniach

indywidualnych) jako miejsce, w którym można skupić się na sobie, swoich wewnętrznych przeżyciach, odczuciach czy problemach. Wybierane przez uczestnika dzieło sztuki pokazuje jego preferencje formalne, indywidualizm, a czasem staje się również pretekstem do rozmowy o sztuce lub odwołuje się do zapomnianych przeżyć, które tłumaczą wybór danego obrazu. Przywoływanie w toku zajęć konkretnych miejsc lub członków rodziny pokazuje, jak siatka skojarzeniowa zostaje coraz bardziej rozbudowana, a wnioski stają się kompilacją przeżyć uczestnika. Prowadzenie warsztatów z uważnością w muzeum ukazuje uczestnikom przestrzeń muzealną także z innej strony, często nieznanej i mniej formalnej. Inną formą pracy jest pilotażowy projekt *Muzeoterapia na stres*. To cykl spotkań w przestrzeni muzealnej, podczas których uczestnicy (osoby dorosłe, które utworzą grupę) dowiadują się, jak radzić sobie ze stresem w życiu codziennym. Pierwsze obserwacje potwierdziły, że zajęcia te zwiększyły potrzebę obcowania ze sztuką wśród uczestników.

Podjęmowane działania przynoszą efekty i coraz częściej pojawiają się dowody na wartość terapeutyczną muzeów i ich niemały wpływ na zdrowie i dobre samopoczucie. Aby to ułatwić, potrzebny jest terapeuta, który pomaga w kształtowaniu postaw i działań, odgrywających kluczową rolę w procesie terapeutycznym. W tym znaczeniu działalność muzeum staje się bardzo bliska terapii przez sztukę, czyli arteterapii, ale te dwa zjawiska odróżnia wykorzystanie muzealiów. Należy jednak pamiętać, że muzeoterapia nie jest autonomiczną formą leczenia, a jedynie jego wspomaganie w postaci zorganizowanych warsztatów, programów dla różnorodnych grup terapeutycznych, wizyt zalecanych przez psychoterapeutów i lekarzy w ramach prowadzonej terapii czy wreszcie indywidualnych odwiedzin.

**Streszczenie:** Muzea zawsze były uważane za ośrodki wiedzy i kultury, miejsca, w których możemy poszerzyć swoje rozumienie otaczającego nas świata. Dziś obok podstawowych zadań wypełniają różnorodne funkcje społeczne, odgrywając znaczącą rolę w budowaniu więzi z ludźmi i uwzględniając ich doświadczenia. Nowe role muzeów początku XXI w. daleko wykraczają poza dotychczasowe obszary funkcjonowania instytucji kulturalnych w społeczeństwie, w ich funkcjonowaniu zachodzi transformacja skierowana na wykorzystanie emocjonalnego potencjału kolekcji, narracji, przestrzeni oraz ekspozycji muzealnych do oddziaływania terapeutycznego na odbiorców, zmagających się z dolegliwościami cywilizacyjnymi, przy współpracy ze środowiskiem psychologów, pedagogów i lekarzy. Aktywności w tym zakresie przynoszą efekty i coraz częściej

i liczniej pojawiają się dowody na wartość terapeutyczną muzeów i ich niemały wpływ na zdrowie i dobre samopoczucie. Tę nową, współczesną formę działalności muzeów nazywamy muzeoterapią. Definicja tego pojęcia, przygotowana przez Dorotę Folgę-Januszewską oraz Roberta Kotowskiego, została opublikowana w *Słowniku muzeologii* wydawanym w dwóch wersjach językowych – przez Routledge (wersja angielska) i Armand Colin (wersja francuska). Artykuł ma na celu popularyzację wiedzy i upowszechnienie dotychczasowych ustaleń na temat muzeoterapii. Zostały w nim przybliżone wyniki badań prowadzonych w różnych krajach w tym zakresie oraz inicjatywy realizacji tego typu działalności. Może stanowić zachętę do wykorzystywania doświadczeń w zakresie prowadzenia zajęć w tym obszarze przez muzealników.

**Słowa kluczowe:** muzeum, muzeoterapia, emocje, zdrowie, samopoczucie.

### Przypisy

- <sup>1</sup> K. Lackoi, M. Patsou, H.J. Chatterjee et al., *Museums for Health and Wellbeing. A Preliminary Report from the National Alliance for Museums, Health and Wellbeing*, 2016, [https://www.academia.edu/27495203/Museums\\_for\\_Health\\_and\\_Wellbeing\\_A\\_Preliminary\\_Report\\_from\\_the\\_National\\_Alliance\\_for\\_Museums\\_Health\\_and\\_Wellbeing](https://www.academia.edu/27495203/Museums_for_Health_and_Wellbeing_A_Preliminary_Report_from_the_National_Alliance_for_Museums_Health_and_Wellbeing) (dostęp: 20.04.2023).
- <sup>2</sup> *Dictionnaire de Muséologie*, F. Mairesse (red.), Paris 2022, s. 446; *Dictionary of Museology*, F. Mairesse (red.), London–New York 2023, s. 333-334; szerzej zob. D. Folga-Januszewska, *Muzeum jako instytucja emocji*, Warszawa 2022, s. 213.
- <sup>3</sup> D. Folga-Januszewska, *Museotherapy*, w: *Museotherapy. How Does It Work? Museums as a Place of Therapy*, R. Kotowski, E.B. Zybter (red.), Kielce 2020, s. 23-26.
- <sup>4</sup> C. Wavell, G. Baxter, I. Johnson, D. Williams, *Impact Evaluation of Museums, Archives and Libraries: Available Evidence Project*, 2002, s. 78, <https://www.rgu.ac.uk/4E339E80-595A-11E1-BF5B000d609cb064> (dostęp: 28.08.2023).
- <sup>5</sup> Zob. [https://www.researchgate.net/publication/264541260\\_Who\\_Cares\\_Museums\\_Health\\_and\\_Well-being](https://www.researchgate.net/publication/264541260_Who_Cares_Museums_Health_and_Well-being) (dostęp: 9.05.2023).
- <sup>6</sup> L.H. Silverman, *The Social Work of Museums*, New York 2010, s. 16.
- <sup>7</sup> A. Salom, *The Therapeutic Potentials of a Museum Visit*, „International Journal of Transpersonal Studies” 2008, t. 27, nr 1, s. 101, <http://dx.doi.org/10.24972/ijts.2008.27.1.98> (dostęp: 20.04.2023).
- <sup>8</sup> J. Waniek, *Terapia muzealna*, w: *Ekonomia muzeum*, D. Folga-Januszewska, B. Gutowski (red.), Kraków 2011, s. 45.
- <sup>9</sup> L.H. Silverman, *The Social Work...*, s. 16.
- <sup>10</sup> *Eadem*, *Visitor meaning-making in museums for a new age*, „Curator. The Museum Journal” 1995, t. 38, nr 3, s. 161.
- <sup>11</sup> Zob. <https://www.aam-us.org/wp-content/uploads/2018/01/museums-on-call.pdf> (dostęp: 20.04.2023); <https://dvdidd.com/museotherapy/> (dostęp: 20.04.2023).
- <sup>12</sup> E. Ioannides, *Museums as Therapeutic Environments and the Contribution of Art Therapy*, „Museum International” 2017, t. 68, nr 271-272, s. 101.
- <sup>13</sup> *Ibidem*, s. 102.
- <sup>14</sup> H. Chatterjee, G. Noble, *Museums, Health and Well-Being*, London 2016, s. 158.
- <sup>15</sup> Zob. <https://museumsandwellbeingalliance.files.wordpress.com/2015/07/museums-for-health-and-wellbeing.pdf> (dostęp: 20.04.2023).
- <sup>16</sup> Zob. <https://museumsandwellbeingalliance.files.wordpress.com/2018/04/museums-as-spaces-for-wellbeing-a-second-report.pdf> (dostęp: 20.04.2023).
- <sup>17</sup> D. Fancourt, *The art of life and death: 14 year follow-up analyses of associations between arts engagement and mortality in the English Longitudinal Study of Ageing*, „BMJ” 2019, <https://doi.org/10.1136/bmj.l6377> (dostęp: 20.05.2023).
- <sup>18</sup> Zob. <https://www.ne-mo.org/news/article/nemo-study-shows-that-the-wellbeing-effect-of-finnish-museums-is-worth-millions.html> (dostęp: 25.06.2023).
- <sup>19</sup> Zob. <https://observer.com/2018/11/doctors-prescribe-art-montreal-heart-condition-asthma-cancer/> (dostęp: 20.05.2023).
- <sup>20</sup> *Ibidem*.
- <sup>21</sup> Zob. <https://www.idsnews.com/article/2018/11/eskenazi-museum-initiative-provides-art-therapy-for-children> (dostęp: 20.05.2023).
- <sup>22</sup> Zob. [https://www.ruralhealth.org.au/papers/6\\_G\\_6\\_2.pdf](https://www.ruralhealth.org.au/papers/6_G_6_2.pdf) (dostęp: 20.05.2023).
- <sup>23</sup> Zob. <https://www.dw.com/pl/muzea-na-recept%C4%99-uzdrawiaj%C4%85ca-moc-sztuki/a-64319181> (dostęp: 20.05.2023).
- <sup>24</sup> *Museotherapy... passim*.

### prof. dr hab. Robert Kotowski

Historyk, kustosz dyplomowany; dyrektor Muzeum Narodowego w Kielcach, kierownik Katedry Badań nad Bibliotekami i Innymi Instytucjami Kultury na Wydziale Dziennikarstwa, Informacji i Bibliologii Uniwersytetu Warszawskiego; członek wielu rad muzeów. Autor licznych artykułów i opracowań w zakresie historii i muzealnictwa. Prekursor muzeoterapii w Polsce. Pomysłodawca i organizator Ogólnopolskiej Konferencji Naukowej „Muzeoterapia”; [r.kotowski@mni.pl](mailto:r.kotowski@mni.pl).

**Word count:** 3 402; **Tables:** –; **Figures:** 3; **References:** –

**Received:** 07.2023; **Reviewed:** 08.2023; **Accepted:** 08.2023; **Published:** 09.2023

**DOI:** 10.5604/01.3001.0053.8927

**Copyright ©:** Some rights reserved: National Institute for Museums. Published by Index Copernicus Sp. z o.o. This material is available under the Creative Commons – Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).



The full terms of this license are available on: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/legalcode>

**Competing interests:** Authors have declared that no competing interest exists.

**Cite this article as:** Kotowski R.; MUZEUM JAKO PRZESTRZEŃ DLA ZDROWIA I DOBREGO SAMOPOCZUCIA. Muz., 2023(64): 119-125

**Table of contents 2023:** <https://muzealnictworocznik.com/issue/14964>