

24 września 2024



## **VI Międzynarodowa Konferencja Naukowa Muzeoterapia**

**Zapraszamy muzealników, przedstawicieli świata nauki, medycyny, a także wszystkich miłośników sztuki do Muzeum Narodowego w Kielcach. Instytucja jest organizatorem VI Międzynarodowej Konferencji Naukowej Muzeoterapia, która w tym roku odbywa się pod hasłem “W drodze do rezyliencji”.**

Każdy z nas codziennie mierzy się z różnymi wyzwaniami, które często niosą ze sobą skrajne emocje. W dynamicznie rozwijającym się świecie niezwykle ważna jest umiejętność

przystosowywania się do zmiennych sytuacji, rozwiązywania problemów, radzenia sobie ze stresem.

Choć często nie jesteśmy tego świadomi, to każdy z nas obdarzony jest rezyliencją – zespołem umiejętności, które odpowiednio pielęgnowane pomagają zmniejszyć stres, napięcie, pozwalają w twórczy sposób eliminować negatywne doświadczenia oraz szybciej dochodzić do siebie po przeżytej traumie.

Ważnym czynnikiem wpływającym pozytywnie na zdrowie psychiczne oraz rozwój rezyliencji może być muzeoterapia. Kontakt ze sztuką, z kulturą, historią pozwala uwolnić emocje i zmierzyć się z nimi, osiągnąć stabilność, samoświadomość.

O zwalczaniu trudności, wytrwałości w dążeniu do celu, pozytywnym nastawieniu, wewnętrznym spokoju i innych składowych rezyliencji porozmawiamy na tegorocznej konferencji „Muzeoterapia – w drodze do rezyliencji”.

Więcej informacji o wydarzeniu, regulamin oraz formularz zgłoszeniowy udziału dostępne są na [stronie internetowej Muzeum Narodowego w Kielcach](#).