

Samenvatting

1

-
- ▶ Kunst en cultuur in sociaal werk:
 - geeft mensen de gelegenheid emoties te uiten
 - stimuleert specifieke hersengebieden
 - zorgt voor nabijheid en beter begrip

 - ▶ Meedoen aan kunst en cultuur:
 - levert een positieve ervaring op
 - activeert het beloningssysteem in de hersenen
 - draagt bij aan een positief zelfbeeld
 - stimuleert om iets voor een ander te doen
 - bevordert samenwerking en gemeenschapsvorming

 - ▶ De sociaal werker kan aspecten van geluk beïnvloeden:
 - De Happiness Formula is $H = S + C + V$.
 - Happiness (H), geluk, bestaat uit de combinatie van:
 - de genetica ofwel het biologische Setpoint (S); is nauwelijks te beïnvloeden
 - Condities of omstandigheden (C); zijn enigszins te beïnvloeden
 - Vrijwillige activiteiten (V); zijn volledig te beïnvloeden

 - ▶ Empowerment bestaat uit:
 - persoonlijke empowerment: het verwerven of versterken van een positief gevoel over zichzelf; het gevoel iets te kunnen, er te mogen zijn
 - collectieve empowerment: impact, veerkracht, in staat om met tegenslagen en conflicten om te gaan

 - ▶ Vormen van kunst en cultuur die ingezet kunnen worden in het sociaal werk, zijn bijvoorbeeld:
 - beeldende kunst en fotografie
 - theater
 - storytelling
 - muziek
 - dans
 - bewegend beeld

 - ▶ Met kunst en cultuur kunnen machtsverschillen weggenomen worden door:
 - te experimenteren met andere rollen
 - de sociale orde en bijbehorende ongelijkheid te veranderen
 - onbevooroordeeld en vrij contact aan te gaan
-