

Evropská společnost pro psychologii zdraví – EHPS a její aktivity

Renata Hacklová

EHPS je profesní organizace, která je platformou k šíření teoretických poznatků, empirického výzkumu i aplikovaných poznatků psychologie zdraví (dále PZ) v rámci Evropy i celého světa. Společnost sdílí informace, šíří a uvádí do praxe poznatky PZ ve spolupráci s dalšími odbornými společnostmi v rámci celého světa. Vedle organizování každoročních konferencí vydává vlastní časopis a facilituje činnost dvou odborných pracovních skupin CREATE a SYNERGY. Aktivita skupiny „CREATE“ usiluje o podporu vzdělání a spolupráci ve výzkumu, vč. doktorandských nebo post-doktorandských pracovních pozic. Podílí se na vytváření komunikační sítě a organizaci kurzů a workshopů v průběhu roku; skupina SYNERGY je složena z expertů oboru a usiluje o rozvíjení kooperace v klíčových oblastech PZ. Každoročně organizuje setkání s diskusí na vybraná teoretická i metodologická témata i na oblast aplikovaného výzkumu a praxe se záměrem inovovat teorii a výzkum. Realizované výzkumy v navržených oblastech jsou na další konferenci prezentovány na tzv. sympóziích.

Konference EHPS

Každoročně se na sklonku léta koná čtyřdenní konference EHPS (European Health Psychological Society; Evropská společnost pro psychologii zdraví), jejímž pořadatelem je národní odborná společnost psychologie zdraví (dále PZ) v některé zemi Evropy. Konference představuje pokaždé mimořádnou příležitost ke sdílení poznatků a aktuálních trendů mnoha oblastí PZ a v neposlední řadě znamená také možnost osobně se setkat s kolegy z Evropy a celého světa.

Tyto konference navštěvuje pravidelně okolo 800 účastníků. Téma (motto konference) je pokaždé zvoleno tak, aby vystihlo rozmanité aspekty psychologie zdraví a veřejného zdravotnictví a korespondovalo s nejnovějšími společenskými tématy. Ústřední téma příští konference oficiálně vyhlašuje pořadatelská země ve spolupráci s výborem EHPS na podzim před konáním dalšího ročníku.

Pro úplnost lze připomenout, že historicky první konference EHPS proběhla v roce 1986. První dvě konference hostilo Německo (Tillburg, 1986; Trier, 1988), poté se pořadatelství v každoroční frekvenci obměňuje v rámci účastnických zemí na různých místech Evropy (uvádíme pořadatelská místa za posledních deset let a za povšimnutí stojí, že mezi nimi figuruje – především zásluhou prof. Kebzy – rovněž naše země: Irsko, Galvey, 2005; Polsko, Varšava, 2006; Nizozemí, Maastricht, 2007; Velká Británie, Bath, 2008; Itálie, Pisa, 2009; Rumunsko, Cluj, 2010; Řecko, Kréta, 2011; Česká republika, Praha, 2012; Francie, Bordeaux, 2013; Rakousko, Innsbruck, 2014; Kypr, Limassol, 2015). V říjnu 2015 bylo vyhlášeno motto 30. konference EHPS, která se bude konat ve dnech 23. – 27. 8. 2016 v Aberdeenu ve Velké Británii: *Změna chování: Vliv na zdraví a zdravotní služby* (Behaviour Change: Making an Impact on Health and Health Services).

Konference v Innsbrucku, 2014

28. konference EHPS, která proběhla ve dnech 26. – 30. 8. 2014 v Innsbrucku, zdůraznila oblast prevence a intervencí v oblasti zdraví: „*Za hranicemi prevence a intervence: zvýšení well-being*“ (Beyond prevention and intervention: increasing well-being).

Pestrá nabídka odborného i společenského programu začala ještě před oficiálním zahájením akce, kdy proběhly úvodní workshopy. Zájemce si mohl vybrat z široké palety praktických přístupů/intervencí nebo ochutnávky několika psychoterapeutických přístupů (Otázky pracovního stresu a prevence vyhoření, intervence v rodinách s chronicky nemocnými dětmi, využití sociálních médií při tvorbě vědeckých textů, terapeutické techniky všímavosti (mindfulness) a terapie přijetí (acceptance and commitment therapy) u nemocných jedinců, využití KBT ve změně zdravotního chování).

Program v následujících konferenčních dnech byl pro ústní prezentace rozdělen do osmi paralelních sekcí po třech blocích v rámci každého dne, vedle toho probíhala sympózia s prezentací výzkumů založených na expertních pracovních skupinách SYNERGY. V odpoledních hodinách probíhaly v několika patrech univerzity paralelní posterové sekce a odborný program byl každý den vpozdvečer zakončen přednáškou pozvaných řečníků. O probíhající akci byla dobře informována veřejnost díky tisku. V diskusi za „kulatým stolem“ se v místní televizi sešli pořadatelé i hlavní řečníci konference.

Vzhledem k ústřednímu tématu „Za hranicemi prevence a intervence“ byli hlavními řečníky 28. konference tito vědci: Ruut Veenhoven¹, světoznámý výzkumník z Nizozemí, který desítky let zkoumá štěstí (happiness) v rámci národních i mezikulturních srovnávacích výzkumů; Suzanne Skevington² z Velké Británie, která se zabývá vlivem zdravotní péče na zdraví, kvalitu života, nerovnostmi ve zdraví v zemích s nízkým příjmem a podílí se na mezinárodních výzkumech skupiny světové zdravotnické organizace (WHOQoL); Karen Rook³ z USA, Kalifornie, která dlouhodobě zkoumá vliv pozitivních i negativních sociálních mechanismů na zdraví a Adrian Taylor⁴ z Velké Británie, který zkoumá vliv fyzické aktivity na afektivitu (např. depresivní poruchy) v řadě neurofyziologických a experimentálních výzkumů.

Konference v Limassolu, 2015

29. konferenci EHPS ve dnech 1. – 5. 9. 2015 hostilo hlavní město Kypru Limassol a jejím mottem bylo: *Principy změny chování ve zdraví a nemoci* (Principles of behaviour change in health and illness).

Také tentokrát probíhal bohatý odborný program. Z hlediska programové nabídky zde bylo zastoupeno opět značné množství témat, s bohatým doprovodným společenským programem. Nabídka některých workshopů a sympózií dále rozvíjela témata předchozích konferencí (témata: Využití teorie odpovědi na položku v PZ, Strategie psaní vědeckých testů s využitím internetových zdrojů, Motivační intervence v zdravotní péči nebo využití terapie Acceptance and Commitment Therapy - ACT v PZ). Otázka, jak maximalizovat kvalitu života

¹ <http://www2.eur.nl/fsw/research/veenhoven/>

² <http://www.manchester.ac.uk/research/Suzanne.skevington/>

³ <https://socialecology.uci.edu/faculty/ksrook>

⁴ <https://www.plymouth.ac.uk/staff/adrian-taylor>

osob chronicky a dlouhodobě nemocných, tak i jejich pečovateli, se stala námětem medializované diskuse u „kulatého stolu“.

Z pozvaných řečníků přednesli sdělení Howard Friedman, Susan Michie, JoAnne Dahl a Ronnan O'Carroll. Howard Friedman¹ sleduje v rámci longitudinálního výzkumu faktory vedoucí k dlouhověkosti, k „flourishing“², životní aktivitě a ne-onemocnění³ a poukazuje na nenáhodnost těchto procesů. Susan Michie⁴ se systematicky zabývá taxonomií intervencí zaměřených na tvorbu chování (ev. změnu chování) a prediktory žádoucích výsledků. Prezentovala program zacílený na koordinaci rozsáhlé databáze metodologických, teoretických a empirických poznatků, rozvíjený ve spolupráci s počítačovými analytiky. Každý den je publikováno více než 2000 článků s tímto tématem a tak by automatický systém zpracování umožnil efektivně přístup k poznatkům. JoAnne Dahl⁵ se zabývá aplikací akceptující terapie (Acceptance and Commitment Therapy, ACT). Základní princip ACT vyjadřuje teze „Jedinec je něco víc než jeho symptomy“. Pohled na „self“ z této specifické perspektivy umožňuje lidem být si více vědomi svých myšlenek, pocitů, vztahů a toho, jak se sami podílejí na konstruování symptomů. Toto vědomí může vést k jinému („zdravějšímu“) přístupu k nemoci. Ronan O'Carroll⁶ upozornil na bariéry při registraci posmrtných dárců orgánů a na typickou situaci disparity mezi úmyslem a jednáním (intention-behaviour gap), která znamená, že mnohem více osob schvaluje dárcovství, nežli je registrováno jako dárci. Identifikovat a překonat systémové bariéry v registraci se jeví jako naléhavé, protože je stále mnoho pacientů, kteří zemřou před získáním transplantátu.

Konferenci se tradičně účastní psychologové z Čech a Moravy. Na 28. konferenci představil Vladimír Kebza dva výzkumné projekty na téma: *Česká longitudinální studie faktorů spojených se zdravím* (Kebza, Kernová, Kodl) a *Psychologické a sociální důsledky nerovnosti ve zdraví v evropských zemích* (Kebza, Šolcová, Kodl, Kernová), Milena Adámková Ségard výzkum *Vliv fyzických aktivit na osobnost seniorů ve věku nad 75 let* a Renata Hacklová výzkum *Religiozita/spiritualita ve vztahu ke zdraví*. Na 29. konferenci byla česká psychologie zdraví zastoupena prezentací výzkumu Běly Hátlové a Mileny Adámkové Ségard s tématem: *Psychomotorický program v léčbě schizofrenie*.

Počet abstraktů na konferencích se běžně pohybuje kolem 700 – 800 příspěvků, což názorně ilustruje značnou rozmanitost oboru PZ. Dále uvádíme přehled témat v sekcích na obou konferencích.

Ústní i posterové prezentace tradičně probíhají v paralelních sekcích. Za téměř tři desítky let se ustálila přehledná programová struktura s dodržováním time-managementu, což umožňuje účastníkům plánovaně navštívit vybrané prezentace kolegů. Témata, která zazněla

¹ <http://www.faculty.ucr.edu/~friedman/>

² Flourishing (ve volném překladu „vzkvétající“) je v kontextu psychologie zdraví a zvláště pozitivní psychologie chápán podobně jako osobní pohoda (well-being), tj. ve významu pozitivních lidských charakteristik a fungování (psychologického, emočního, sociálního, fyzického).

³ Pojetí ne-onemocnění zavedl jako první Antonovsky (1979) v salutogenetickém modelu, v němž jsou zdraví a nemoc chápány spíše jako stavy na škále (a nikoli jako protiklady). Tento přístup nehledá příčiny nemoci, ale zkoumá, proč někteří zůstanou zdraví (ne-onemocní), zatímco jiní onemocní.

⁴ <https://www.ucl.ac.uk/health-psychology/people/michie>

⁵ <http://joannedahl.com/>

⁶ <http://rms.stir.ac.uk/converis-stirling/person/11802>

na ústních a posterových sekcích byla rozdělena do několika hlavních oblastí¹ a v jejich rámci do menších (tematicky homogennějších) oddílů. Struktura každé sekce byla různorodá, proto budou na dalších řádcích shrnuta spíše základní témata. Prezentace výzkumů klíčových témat PZ (tj. typicky např. well-being, kvalita života, sociální opora apod.) se rozprostřely do všech tří dnů, méně obsáhlá témata zazněla v jednom až dvou dnech. Každý den probíhaly posterové, rovněž paralelní sekce. Vedle tradičních domén oboru (např. well-being a kvalita života, stres a strategie zvládání, sociální opora, teorie změny chování, intervence pro různé populace i onemocnění, zdraví na pracovišti, modely sociální kognice ve vztahu k zdraví apod.) zazněly příspěvky i v „zánovnějších“ sekcích jako je On-line zdravotní strategie (eHealth nebo mHealth Strategies²).

Tradičně nejobsažnější sekce Well-being a kvalita života (KŽ) měla mnoho vedlejších témat. Sekce byly věnovány souvislostem well-being a KŽ u různých věkových skupin a kontextů. V následujících dnech byly prezentovány výzkumy zaměřené na vztahy well-being a osobnostních charakteristik, na faktory ovlivňující well-being u obecné populace nebo ve specifických situacích (např. v situaci chronických onemocnění, při pooperační adaptaci, po transplantaci, po úrazech aj.). Další skupina výzkumů se zabývala vnitřními zdroji well-being (smysl života, optimismus, nálada – pozitivní afektivita, zvládání bolesti, spiritualita, posttraumatický růstem po nemoci, adaptivní schémata zvládání aj.). V sekci věnované percepci nemoci se objevilo téma well-being ve vztahu k diagnostickým jednotkám (podle MKN) např. jaká je percepce nemoci u pacientů s rakovinou, s roztroušenou sklerózou, po transplantacích, well-being u pacientů s renální dysfunkcí, s dialýzou aj. Specifická sekce se zaměřila na účinnost intervencí u různých typů onemocnění (pacienti po mozkové mrtvici, depresivní pacienti, pacienti s hypertenzí, s cystickou fibrózou, pacienti po transplantacích). Výzkumy zdravého chování a well-being se zaměřily na postoje dětí a dospělých k mnoha ukazatelům životního stylu (stravování, výkon, motivace, seberegulace aj.). Sekce Stres a zvládání se věnovala výzkumům různých copingových strategií ve vztahu např. k vulnerabilitě, k emočním problémům chronicky nemocných pacientů, k imigrantům a uprchlíkům, k symptomům traumatu, k předoperační anxietě, k psychoterapii PTSD, k pracovnímu kontextu, k různým interpersonálním stresorům apod.

Část výzkumů se zaměřila na problematiku zkoumání a diagnostiky copingových strategií, na maladaptivní schémata osob s abusem alkoholu, drog, na fungování pacientů s rakovinou, s poruchami příjmu potravy, na osobnostní faktory související se stresem, na dynamiku stresu ve spojení s uzdravováním po nemoci. V sekci věnované rodině a dětem se výzkumy soustředily na intervence podporující rodinné zdraví, na zdravotně rizikové faktory v rodinách, na stresory v dětství a adolescenci. Prezentace v sekci Práce a zdraví na pracovišti se zaměřily na výzkumy pracovních podmínek u pomáhajících profesí, zejména sester, na prevenci syndromu vyhoření v různých profesích, na výzkumy vlivu organizačních aspektů

¹ Hlavní program: Well-being and Quality of Life, eHealth Strategies, Resilience, Stress and Coping, Social Support, Social Cognition Models, Health Behaviour Change Interventions, Self-Regulation and Illness Perception, Interventions in Chronic Disease and Psychosomatic Issues, Aging, Families and Children, Culture and Social Change, Work and Occupational Health, Public Health and Health Promotion, Risk Perception and Communication in Health Care Settings, Caregiving, Health Services Research and Quality Assurance, Psychophysiology, Psychoneuroimmunology and Neurophysiology, Methodological Issues

² via mobil

práce na pracovní výkon, aspekty pracovní adaptace ve vztahu k osobnostním charakteristikám nebo mediující/moderující faktory podporující zdraví na pracovišti. Sekce Sociální opora (SO) zkoumala SO jako činitele změny u zdravotně podmíněného a životně-stylového chování, sledoval se vztah SO v různých souborech pacientů, SO a zvládací strategie osob s chronickými nemocemi, vztahy SO a rizikového chování apod. Oblast Veřejné zdravotnictví a šíření zdraví přinesla výzkumy o dopadech zdravotní politiky v různých částech světa a u různé populace, o aspektech veřejného zdraví, o efektu preventivních programů na chování podporující zdraví a další. Studie vztahu kultury a sociálních změn se věnovaly vlivům působení konzumní kultury na zdraví populace nebo sociální nerovností ve zdraví v zemích Evropy v multietnické populaci. Jedna z nejobsáhlejších sekcí se zabývala primární prevencí, jednalo se o výzkumy intervencí zaměřených na změnu chování (např. vliv psychosociálního tréninku na spokojenost se životem, vztah mezi rizikovým chováním a vnímání času, změny v stravovacích zvycích nebo v chování u mnoha typů chronických nemocí, při zvládání bolesti. Motivační intervence byly zaměřeny na zlepšení péče o zdraví pomocí změny režimu, zvýšení fyzických aktivit, využití metakognitivních strategií aj. Intervence založené na technologii (online intervence) směřovaly na fyzickou aktivitu. Byly prezentovány počítačové programy pro prevenci kouření ve školách, online intervence snižování váhy nebo konzumace alkoholu aj. Výzkumy u specifických populací se zabývaly vzájemným vztahem resilience a různých situačních kontextů, osobnostních faktorů, přesvědčení, náboženství, rizikového chování, projektivních a jiných faktorů.

V důsledku demografického vývoje evropské populace je pochopitelná pozornost věnována problematice stárnutí. Ve specifické sekci se referovalo např. o psychosociálních faktorech zdravého stárnutí, postojích stárnoucích osob ke stárnutí, o projektech, určených k podpoře zdraví starší populace (např. výzkum prevence komplikací při hospitalizacích, nefarmakologické terapie geriatrických pacientů, intervence na snížení sedavého chování u stárnoucí populace, šíření dobrovolnictví, psychosociální a biologicky prediktory vzniku deprese ve starším věku aj.). V sekci Pečovatelství (caregiving) se zkoumaly faktory well-being příjemců i poskytovatelů péče, vztahy mezi neformální a formální zdravotní péčí, komunikační schopnosti pečovatелů a zdravotníků, vliv stresu na percepci nemoci, kvalita života pracujících a nepracujících pečovatелů apod. V sekci (eHealth services + eHealth strategy) byly prezentovány výzkumy o působení online intervencí na změnu chování v programech primární prevence, seberegulace aj., mapovala se efektivita programů, využití programů a hodnocení programů.

Aktivita EHPS je velmi bohatá a inspirativní jak pro členy, tak pro profesní organizace Psychologie zdraví napříč světem. Webová stránka EHPS uvádí další podrobné informace o proběhlých akcích, budoucích konferencích, pravidelných workshopech a setkáních v době mezi nimi, příležitosti k podání grantů, nabídce pracovních míst v rámci Evropy a další. Členové EHPS mají přístup k textům kmenového časopisu EHPS Health Psychology Review (dříve i k Psychology and Health).

Nezbývá, než si přát, aby se značným vědecko-výzkumným i praktickým potenciálem EHPS nechalo inspirovat i více českých psychologů, kteří by zde mohli najít další možnosti uplatnění a rozvoje.

Odkazy:

Webová stránka EHPS: <http://www.ehps.net/>

Časopis Health Psychology Review:

<http://www.tandfonline.com/toc/rhpr20/current>

(některá čísla jsou dostupná v knihovně Psychologického ústavu AV ČR)

28. konference v Innsbrucku: <http://www.ehps2014.com/>

29. konference v Limassolu: <http://www.ehps2015.org/>

O autorce:

PhDr. Renata Hacklová, Ph.D působí ve Státním zdravotním ústavu a Městské poliklinice Praha. Zaměřuje se na psychologii zdraví a klinickou psychologii, je členka výboru sekce Psychologie zdraví při ČMPS a národní delegát za ČR v EHPS.

Kontaktní údaje:

e-mail: renata.hacklova@gmail.com

Hacklová, R. (2015). Evropská společnost pro psychologii zdraví – EHPS a její aktivity. *E- psychologie*, 9(4), 64-69. Dostupné z <http://e-psycholog.eu/pdf/hacklova-zp.pdf>.