

Zpráva o IV. Evropské konferenci pozitivní psychologie 1. - 4. 7. 2008, Opatija, Chorvatsko

Alena Slezáčková

Pozitivní psychologie je aktuálním směrem, jenž se u nás teprve pozvolna hlásí o pozornost odborné psychologické obce. Ve světě si však již i za poměrně krátkou dobu svého trvání vydobyla své místo mezi ostatními psychologickými směry a stala se etablovaným proudem.

Hnutí pozitivní psychologie se zrodilo na přelomu 20. a 21. století a za necelou první dekádu své existence se rozšířilo za hranice Spojených států a zakořenilo v mnoha evropských zemích. Vůdčí osobnosti směru, američtí psychologové M. Seligman, M. Csikszentmihaly, E. Diener, C. R. Snyder a další, jej deklarují jako vědu o pozitivních emocích (radost, štěstí, láska, naděje,...) a kladných životních zážitcích a zkušenostech (optimální prožívání – flow), o pozitivních individuálních vlastnostech a rysech osobnosti (optimismus, nezdolnost, smysl pro humor, svědomitost, sebedůvěra,...) a o pozitivně fungujících společenstvích a institucích. Snahou pozitivní psychologie však není nabízet pohled přes „růžové brýle“ či snižovat význam negativního prožívání a vlivu nepříznivých podmínek v životě člověka. Dnešní pozitivní psychologie se především snaží o doplnění celkového obrazu psychiky o doposud zanedbávaná kladná témata.

Hlavním cílem je podle M. Seligmána a M. Csikszentmihalyiho budování „nejlepších kvalit života“. Snaží se porozumět kladným stránkám osobnosti - v centru jejich zájmu je tedy výzkum a podpora pozitivních potenciálů a tendencí lidské osobnosti, jako jsou empatie, altruismus, tolerance, vděčnost, pokora a další. Nově také vynášejí na světlo v dnešní době již odsunutá témata mravních charakteristik člověka, tzv. ctností – moudrosti, spravedlnosti, odvahy, lásky, střídmosti a spirituality.

Nejnovější poznatky o současných trendech výzkumu a aplikace poznatků pozitivní psychologie lze získat na četných mezinárodních konferencích a sympóziích věnovaných vybraným otázkám daného směru.

Počátkem července 2008 hostilo chorvatské lázeňské město Opatija již čtvrtou Evropskou konferenci pozitivní psychologie¹. Převzalo tak štafetu organizace po portugalském městě Braga z roku 2006, jemuž předcházely konference ve Verbanii u italského Laga di Maggiore (2004) a britském Winchesteru (2002).

Letošní Evropské konference pozitivní psychologie se odvážně ujala katedra psychologie univerzity v Rijece pod záštitou chorvatského ministerstva školství a Chorvatské akademie věd – a nutno říci, že se s organizací této události evropských rozměrů vypořádala se ctí.

Veškerý odborný program probíhal v luxusním hotelu Ambassador na pobřeží malebné opatijské riviéry. V kongresové hale hotelu, kde byla konference slavnostně zahájena, se konaly plenární části programu a přednášky zvaných hostů. Nechyběli mezi nimi takoví význační zástupci proudu pozitivní psychologie, jako jsou Ed Diener, Mihály Csikszentmihalyi, Stephen Joseph, Randy Larsen, Todd Kashdan a další.

1 URL: <http://www.pospsy.ffri.hr>



Hotel Ambassador na opatijské riviéře

V šesti přilehlých salóncích paralelně probíhalo na 30 sekcí věnovaných různým oblastem teorie, výzkumu a praxe současné pozitivní psychologie. Účastníci měli možnost vybrat si z 324 příspěvků a prezentací, prohlédnout si 98 posterů a účastnit se praktických workshopů. Proběhlo také několik představení nových knih z oblasti pozitivní psychologie doplněných besedami s jejich autory.

Celkově se konference účastnilo přes 480 účastníků z 39 zemí. Zastoupeny byly nejen mnohé evropské země, ale pozvání přijali také stoupenci pozitivní psychologie ze Spojených států, Izraele či Jihoafrické republiky.

Z celého bohatého programu konference jistě stojí za zmínku úvodní řeč E. Dienera, jenž ve svém příspěvku věnovaném well-beingu² v globálním měřítku (Well-being on Planet Earth) zdůraznil nutnost vědeckého přístupu k různým tematickým oblastem pozitivní psychologie.

Požadavek vědeckosti ostatně zazníval i v jiných sděleních a jednoznačně podpořil pojetí pozitivní psychologie jako svébytného a platného proudu současné psychologie.

Nestor americké pozitivní psychologie M. Csikszentmihalyi se věnoval klíčovému tématu své práce, konceptu optimálního prožívání „flow“³ a jeho roli v psychologii.

2 well-being – někdy též „subjective well-being“, osobní pohoda jedince, termín zahrnující jeho psychickou (emocionální i kognitivní), fyzickou, sociální a spirituální dimenzi.

3 optimální prožívání (flow) – radostný prožitek ve stavu tzv. plynutí, kdy je člověk ponořen do určité činnosti natolik, že vše ostatní pozbývá důležitosti. Přináší pocit sebenaplnění, rozšíření vlastního já.



M. Csikszentmihalyi byl stále obklopen svými příznivci

Zajímavá byla také přednáška britského psychologa S. Josepha, jenž se již několik let teoreticky i prakticky věnuje problematice posttraumatického růstu a možnostem terapeutické intervence.



Diskuze probíhaly i v kuloárech, uprostřed prof. S. Josepha

S aktuálními výsledky svého výzkumu týkajícího se vlivu pozitivních a negativních emocí na subjektivní pohodu seznámil posluchače významný americký psycholog R. Larsen.

Z mnoha dalších příspěvků aktivních účastníků konference uvedme alespoň jejich převládající tématické zaměření: well-being a kvalita života, lidské síly („human strengths“), pozitivní vlastnosti a rysy osobnosti (nezdolnost, resilience, optimismus), pozitivní afektivita, vděčnost a naděje, aplikovaná pozitivní psychologie, poradenství a pozitivní psychoterapie a další.



Posterová sekce

V rámci konference proběhly také schůze Evropské společnosti pozitivní psychologie ENPP (European Network of Positive Psychology) a Mezinárodní asociace pozitivní psychologie IPPA (International Positive Psychology Association), na nichž se jednalo o možnostech vzájemné spolupráce těchto organizací podporujících výzkumné aktivity a vzájemné kontakty mezi pozitivními psychology celého světa.

Konference byla po třech dnech symbolicky uzavřena společnou večeří ve stylovém prostředí nejstaršího opatijského hotelu Kvarner a následující den oficiálně slavnostně zakončena v kongresovém centru Ambasadoru.



Antonella Delle Fave, prezidentka ENPP (vlevo)

Příjemné prostředí jadranského pobřeží, dokonalá organizace, bohatý a inspirativní program – to vše přispělo nadmíru kladnému hodnocení konference.

Na příští, již pátou Evropskou konferenci pozitivní psychologie v roce 2010 jsme zváni dánskými kolegy do Kodaně, jež byla nedávno zvolena nejpříjemnějším městem pro život mezi všemi hlavními městy Evropy. O správnosti volby místa konání akce tedy lze jen těžko pochybovat.

O autorce:

Mgr. Alena Slezáčková – studovala odbornou psychologii na FF MU, nyní je zaměstnána jako odborná pracovníce na Psychologickém ústavu Akademie věd ČR v Brně a působí také na Psychologickém ústavu FF MU. Její vědecko-výzkumné zájmy se týkají psychologie zdraví, pozitivní psychologie, studia kvality života a posttraumatického rozvoje osobnosti.

Kontakt: alena.slezackova@phil.muni.cz

Slezáčková, A. (2008). Zpráva o IV. Evropské konferenci pozitivní psychologie, 1. - 4. 7. 2008, Opatija, Chorvatsko. *E-psychologie* [online]. 2(3), 58-62. [cit. vložít datum citování]. Dostupné z WWW: <<http://e-psycholog.eu/pdf/slezackova-zp.pdf>>. ISSN 1802-8853.