



Psychologie zdraví

Předmět psychologie zdraví

Psychologie zdraví

1. Historie
2. Předmět psychologie zdraví
3. Definice zdraví
4. Přehled teorií zdraví
5. Legislativa

Historie

- **Vývoj** vědního oboru také ovlivnil prudký rozvoj **psychoterapie a přístupů z oblasti klinické psychologie.**
- Na počátku 20. století se objevily první pokusy o spolupráci psychiatrů a psychologů, a později si medicína začala psychologických přístupů více všímat, někteří lékaři začali s psychology více spolupracovat.
- Při léčbě **těla se začala léčit také duše** a vytvářené systémy se začaly osvědčovat.
- Psychologové se přidali k výzkumu klasické medicíny pohled na osobnost člověka.
- Postupně vznikla psychosomatická medicína, kterou dnes označujeme termínem **psychologie zdraví.**

Vznik ve světě

- Psychologie zdraví byla obecně uznána jako **samostatný vědní obor psychologie v roce 1978**, kdy Americká psychologická společnost (APA) ustanovila novou sekci své asociace.
- Tak vznikla 38. divize Psychologie zdraví (Health Psychology Division).
- Jedná se o společnost profesionálních psychologů, kteří se touto problematikou zabývají.
- Od roku 1982 vychází také časopis této divize *Health Psychology* (Křivohlavý, 2001).

Vznik v ČR

- V České republice vznikla samostatná sekce **pod Československou psychologickou společností již v roce 1988**, jejími zakladateli byli J. Křivohlavý, M. Havlíková, L. Míček a další.
- Tato sekce byla nazvána Psychologie zdraví.
- Pořádá pravidelná setkání (zpočátku v lázních Jeseník, později ve Vernířovicích), jejichž výstupem jsou vydávané sborníky.
- Členové této sekce publikují v časopisech s psychologickou tematikou.

Předmět psychologie zdraví

- Psychologie zdraví je chápána jako **systematická aplikace psychologických poznatků do oblasti zdraví, nemoci a systému zdravotní péče.**
- Usiluje o uplatňování výsledků psychologického poznání ve vztahu ke zdraví (Kebza, Šolcová, 2000).
- **Cílem psychologie zdraví** je budovat teorii zdravého jednání a chování člověka a získávat solidní poznatky z oblasti psychologie – na jedné straně o tom, co naše zdraví posiluje, na druhé straně o tom, co našemu zdraví škodí.

Definice zdraví

- ZDRAVÍ = Stav naprosté tělesné, duševní a sociální pohody a ne pouze nepřítomnost nemoci (World Health Organization, 1946)



Pojetí zdraví Břicháček (1999)

- **holistický přístup** – zdůrazňuje pojetí člověka a jeho zdraví jako celek;
- **dynamický přístup** – zdraví je pojímáno jako proměnlivý jev, který se naplňuje v celoživotní dráze člověka;
- **sociální přístup** – člověk je součástí sociální skupiny se všemi jejími vztahy a zdraví je hodnoceno v souvislosti se skupinami;
- **interaktivní přístup** – člověk je pojímán jako součást prostředí se všemi jeho proměnnými.

Definice nemoci

- *Nemoc (disease)* je centrálním pojmem soudobé medicíny.
- Je definována jako **odchylka od určité normy**, jež se považuje za normál (standard).
- Jde přitom o **objektivně zjistitelný stav** – o objektivně zjistitelné příznaky (symptomy), tj. něco, co je kvantifikovatelné.
- Obvykle se tímto termínem označuje **fyziologický údaj**.
- Kdo je **nemocen, není schopen práce**.

Pojmy nemoci podle Kebzy (2005)

- **Disease**
- **Illness**
- **Disorder**
- **Handicap**
- **Disability**
- **Sickness**
- **Injury**
- **Impairment**

Přehled přístupů ke zdraví

- Psychosomatická medicína
- Behaviorální medicína
- Salutogeneze
- Pozitivní psychologie
- Sofrologie
- Medicína založená na důkazech

Přehled teorií zdraví

- Zdraví jako zdroj fyzické a psychické síly
- Zdraví jako metafyzická síla
- Individuální zdroje zdraví
- Zdraví jako schopnost adaptace
- Zdraví jako schopnost dobrého fungování
- Zdraví jako zboží
- Zdraví jako ideál

Psychosomatická medicína

- Obor, který se zabývá společně problémy somatických a psychologických faktorů ve zdraví a nemoci.
 1. **psychosomatické vztahy** – určitý psychický stav nebo vývoj tohoto vztahu vzbuzuje fyziologickou reakci organismu,
 2. **somatopsychické vztahy** – fyziologický stav nebo jeho vývoj vyvolává psychickou odezvu organismu.

Pozitivní psychologie

- Soustřeďuje svou pozornost na kladné jevy v životě a využívá je k působení na osobnost a na lidi.
- Zakladatelem je **Seligman** (1979).
- Prostřednictvím pozitivní psychologie přispíváme k pocitům sebevědomí, sebedůvěry, radostného prožívání, duševní svěžesti apod.
- Pozitivní psychologie chce zdůraznit, že **negativní psychologické jevy nejsou jedinými, že vedle nich existují i jevy jiné – pozitivní** (salutogenetické – zdraví udržující a posilující).

Teorie zdraví podle Seedhouse

1. Teorie, které považují zdraví za **ideální stav člověka, jemuž je dobře** (wellness).
2. Teorie, které chápou zdraví jako „**fitness**“ normální dobré fungování.
3. Teorie, které se dívají na zdraví jako na **zboží**.
4. Teorie, které chápou zdraví jako určitý druh „**síly**“.

Legislativa

- Problematikou podpory zdraví se zabývají odborníci již od vzniku definice zdraví, kterou vytvořila **Světová zdravotnická organizace** (World Health Organization).
- Definice zdraví byla vytvářena a doplňována v průběhu několika let, její konečná podoba byla přijata v preambuli k Ústavě WHO na mezinárodní konferenci zdraví v New Yorku (19.–22. června 1946, byla podepsána zástupci 61 zemí) a v platnost byla uvedena 7. 4. 1948 (Kebza, 2005).
- Tuto definici zdraví revidovali odborníci celého světa na řadě svých zasedání, byla však ponechána v původním znění, pouze je doplněna a rozvedena programem Zdraví pro všechny (Health for All – HFA).
- Ten doplňuje charakteristiku zdraví jako schopnost vést sociálně a ekonomicky produktivní život.

Literatura

- BAŠTECKÝ, J. et al. (1993). *Psychosomatická medicína*. Praha: Grada.
- BRANNON, L., FEIST, J. (1977). *Health Psychology*. New York: Books-Cole Publishing Company.
- KEBZA, V. (2005). *Psychosociální determinanty zdraví*. Praha: Academia.
- KŘIVOHLAVÝ, J. (2003). *Psychologie zdraví*. Praha: Portál.
- KŘIVOHLAVÝ, J. (2002). *Psychologie nemoci*. Praha: Grada.
- KŘIVOHLAVÝ, J. (2004). *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál.
- VYMĚTAL, J. (2003). *Lékařská psychologie*. Praha: Portál.