

Helena Wrona-Polańska

## „Promocja zdrowia - mit czy rzeczywistość: między teorią a praktyką”

17. Europejskie Sympozjum Somatoterapii i Edukacji Psychosomatycznej

Kraków 25-27 października 2007 roku

Health promotion - myth or reality: between theory and practice

Katedra Psychologii  
Uniwersytet Pedagogiczny im. KENi

W ostatnich latach wzrosło zainteresowanie problematyką zdrowia. Szczególnie ostatnie półwiecze XX wieku obfituje w doniesienia związane ze zdrowiem. Powstała nawet odrębna dziedzina – psychologia zdrowia, której czołowymi przedstawicielami są Matarazzo i Taylor. Problematyka zdrowia nie jest czymś zupełnie nowym, gdyż pierwsze wzmianki o zdrowiu pochodzą od Hipokratesa (IV w. p.n.e.) uznanego za ojca medycyny, który utożsamiał zdrowie z dobrym samopoczuciem. Wskazywał on także na nierozwalne związki człowieka z otoczeniem i indywidualny sposób życia jako czynniki warunkujące zdrowie.

Renesans problematyki zdrowia wiąże się z zapotrzebowaniem społecznym, a więc koniecznością przeciwdziałania narastającej umieralności z powodu chorób cywilizacyjnych, nowotworów i zawałów w krajach wysoko rozwiniętych, których przyczyn poszukiwano w środowisku i stylu życia. Takie podejście doprowadziło do rozszerzenia modelu zdrowia i powstania modelu biopsychosocjalnego, inaczej zwanego ekologicznym oraz medycyny behawioralnej, której konsekwencją było uwzględnienie stylu życia w podejściu

do diagnozy i leczenia chorób cywilizacyjnych.

Początkowo zdrowie definiowane było w sposób negatywny, jako brak choroby czy zakłóceń w funkcjonowaniu organizmu. Pierwsza pozytywna definicja zdrowia została sformułowana w 1948 r. przez Światową Organizację Zdrowia (WHO), która utożsamiała zdrowie z pełnią dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego, a nie tylko z brakiem choroby lub kalectwa. Była to pierwsza pozytywna definicja zdrowia, która uwzględniała trzy jego wymiary: somatyczny, psychiczny i społeczny.

Następnie socjologowie medycyny (Słońska) definiowali zdrowie jako dyspozycję lub zasób umożliwiający zaspokojenie potrzeb i realizację zadań życiowych stawianych przez otoczenie i samego siebie.

Współczesne myślenie o zdrowiu wymaga podejścia do tego fenomenu w sposób systemowy, jako procesu równoważenia wymagań otoczenia (stresorów) z możliwościami (zasobami) człowieka. Z tak rozumianego zdrowia wynikają różne zadania dla promocji zdrowia.

Problematyka promocji zdrowia została po raz pierwszy podjęta i szcze-

gółowo określona na I Międzynarodowej Konferencji Promocji Zdrowia, która odbyła się w 1986 r. w Ottawie. Jej rezultatem był dokument zwany Kartą Ottawską, w którym została zawarta definicja promocji zdrowia: „(...) jest to proces umożliwiający każdemu człowiekowi zwiększenie oddziaływania na własne zdrowie w sensie jego poprawy i utrzymywania”. Promocja zdrowia w znaczeniu psychologicznym to: „Proces nabywania przez ludzi umiejętności kontrolowania i wpływania na własne zdrowie”. Jest to czynność celowa, którą należy rozwijać poprzez zwiększanie świadomości, zarówno jednostkowej jak i społecznej, w zakresie problematyki dotyczącej zdrowia. Pomocne może być w tym rozumienie zdrowia jako wartości, a szczególnie nadanie zdrowiu statusu najwyższej wartości, o którą warto dbać i zabiegać, gdyż umożliwia ona osiągnięcie innych wartości. Właśnie zdrowie jako wartość stało się punktem wyjścia dla promocji zdrowia, jak podkreślał Profesor Julian Aleksandrowicz na konferencji w Krakowie w 1972 roku, która stała się początkiem ruchu na rzecz promocji zdrowia w Polsce.

W dniach 25-27 października 2007 roku odbyło się w Krakowie w Auli im. Nowodworskiego Collegium Medium Uniwersytetu Jagiellońskiego 17. Europejskie Sympozjum Somatoterapii i Edukacji Psychosomatycznej pt.: „Promocja zdrowia - mit czy rzeczywistość: między teorią a praktyką”, zorganizowane przez Towarzystwo Edukacji Psychosomatycznej i Zakład Psychologii Zdrowia Katedry Psychologii Akademii Pedagogicznej w Krakowie oraz Instytut Psychologii Stosowanej Uniwersytetu Jagiellońskiego pod przewodnictwem prof. dr hab. Heleny Wróny-Polańskiej.

Sympozjum było kontynuacją idei nestora polskiej psychosomatyki Profesora Juliana Aleksandrowicza, twórcy III rewolucji zdrowotnej i inicjatora promocji zdrowia w Polsce – patrona naszego Sympozjum.

Honorowy patronat objęli m. in. Prezydent Miasta Krakowa Jacek Majchrowski i Minister Zdrowia Zbigniew Religa. Z ramienia uczelni patronat objęli Rektorzy: Akademii Pedagogicznej – prof. dr hab. Henryk Żaliński, Uniwersytetu Jagiellońskiego - prof. dr hab. Karol Musioł, Prorektor ds. Collegium Medium UJ – prof. dr hab. n. med. Wiesław Pawlik oraz Dziekani: Wydziału Pedagogicznego AP – prof. dr hab. Bożena Muchacka, Wydziału Zarządzania i Komunikacji Społecznej UJ – prof. dr hab. Michał du Vall, a także Konsul Republiki Federalnej Niemiec – dr Thomas Glaser i Konsul Republiki Słowackiej – Ivana Horsky. Patronat medialny objęli TVP3 Kraków i Radio Kraków.

Międzynarodowy Komitet Naukowy Sympozjum złożony był z 40 profesorów w większości polskich uczelni, ale także zagranicznych (z Włoch, Niemiec, USA, Belgii).

Przygotowaniem Sympozjum zajęł się Komitet Naukowo-Organizacyjny w składzie: przewodnicząca – prof. dr hab. Helena Wrona-Polańska, zastępca – ks. prof. dr hab. Janusz Mastalski, sekretarze – dr Joanna Kossewska, Marta Polańska, mgr Barbara Rząsa, dr Piotr Słowik, członkowie – prof. dr hab. Dorota Kubacka –Jasiecka, prof. dr hab. n. med. Jan Łazowski, dr Wojciech Czajkowski, dr Katarzyna Prochwicz, dr Marek Tański.

Uroczystego otwarcia Sympozjum dokonała przewodnicząca prof. dr hab. Helena Wrona-Polańska. Następnie zabrali głos J. E. ks. kardynał Stanisław Dziwisz, Rektor Akademii Pedagogicznej – prof. dr hab. Henryk Żaliński. W imieniu Rektora UJ i Prorektora ds. Collegium Medicum UJ zabrała głos prof. dr hab. Beata Tobiasz-Adamczyk, a następnie prezes Towarzystwa Edukacji Psychosomatycznej prof. dr hab. n. med. Jan Łazowski.

Przewodnicząca prof. dr hab. Helena Wrona-Polańska w swoim wystąpieniu podkreśliła, że Kraków jest miastem wyjątkowym, nie tylko ze względu na swo-

ją historię i tradycję, zabytki i dziedzictwo kulturowe, ale także rozwój nauki i praktyki klinicznej.

Właśnie w Krakowie przed kilkudziesięciu laty zrodziły się idee holistycznego podejścia do człowieka chorego, za-inspirowane i wdrażane do praktyki klinicznej przez nestora polskiej psychosomatyki Profesora Juliana Aleksandrowicza, lekarza, wielkiego humanistę, wieloletniego kierownika III Kliniki Chorób Wewnętrznych, a potem Kliniki Hematologii Akademii Medycznej w Krakowie (obecnie Collegium Medium UJ), inspiratora badań nad zdrowiem, zapoczątkowanych jeszcze w latach siedemdziesiątych XX wieku. Profesor był twórcą III rewolucji zdrowotnej, zainicjowanej konferencją naukowo-humanistyczną w 1972 roku w Krakowie, której głównym celem było interdyscyplinarne spojrzenie na fenomen zdrowia, a więc systemowe ujęcie zdrowia, po raz pierwszy w kategoriach procesu (definicja Blicharskiego), a przede wszystkim włączenie świadomości w orbitę zdrowia. Przykładem takiego całościowego podejścia do zdrowia była sentencja znajdująca się u wejścia do Kliniki Hematologii AM w Krakowie: „Klinika nie tylko leczy, ale uczy jak żyć, by zachować zdrowie”, która stała się hasłem zachęcającym do świadomego podejmowania zdrowego stylu życia w celu realizacji postulatów sformułowanego przez Światową Organizację Zdrowia: „Twoje zdrowie w Twoich rękach”.

17. Sympozjum było kontynuacją tej wielkiej tradycji badań nad zdrowiem zapoczątkowanej przez Profesora J. Aleksandrowicza, a także odpowiedzią na papieskie wezwanie Jana Pawła II, będące wyrazem troski o człowieka, jego godność, a więc duchowy wymiar zdrowia niezwykle ważny, chociaż nieco zaniedbany w dzisiejszym globalnym świecie. Ojciec Święty, Jan Paweł II w 2003 roku mówił do ludzi nauki: „Do was, profesorzy, kieruję słowa zachęty, do was studenci – wezwanie, byście gorliwie i owocnie wyko-

rzystywali wasze talenty, wam wszystkim życzę, byście wspólnie pracowali nad nieustannym promowaniem życia i godności człowieka”.

Jego Eminencja Ks. Kardynał Stanisław Dziwisz w swoim wystąpieniu podkreślił: „Kościół z uznaniem wita inicjatywy służące prawdziwemu dobru człowieka, a więc także jego życiu i zdrowiu, śledzi z wielką uwagą i w sposób sobie właściwy stara się w nich uczestniczyć”.

Rektor Akademii Pedagogicznej prof. dr hab. Henryk Żaliński podkreślił znaczący udział wśród organizatorów Sympozjum Zakładu Psychologii Zdrowia Katedry Psychologii AP, utworzonego z inicjatywy prof. dr hab. Heleny Wrony-Polańskiej w 2006 roku oraz jego wkład w kreowanie młodych nauczycieli ku przyszłości. Zacytował Jana Zamoyskiego: „Chcielibyśmy, aby to chowanie w naszej uczelni było jak najlepsze, aby nauczyciele byli przygotowani nie tylko merytorycznie, ale także potrafili wychować młodzież, oddziaływać swoim przykładem”.

Prezes Towarzystwa Edukacji Psychosomatycznej prof. dr hab. med. Jan Łazowski podkreślił, że „integrowanie nauki, różnych dziedzin i tradycji przyrodniczych, społecznych, duchowych zachodnich i wschodnich, amerykańskich i europejskich ku pożytkowi ciała i ducha pozostaje naszym celem”.

Uroczyste otwarcie zakończył występ Marka Polańskiego, który zagrał „Paganinianę” Nathana Milsteina na skrzypce solo.

Celem Sympozjum było określenie faktycznego stanu promocji zdrowia w Polsce i w Europie w różnych dziedzinach życia z uwzględnieniem teorii i praktyki oraz istniejących badań prowadzonych w trosce o zdrowie i jego propagowanie.

Sympozjum miało charakter interdyscyplinarny, a zamierzeniem organizatorów było zintegrowanie środowiska naukowego wokół zdrowia w różnych jego wymiarach - somatycznym, psychicznym,

społecznym i duchowym oraz wypracowanie sposobów jego promowania i umacniania.

Wykłady I sesji plenarnej obejmowały problematykę szeroko rozumianego zdrowia i jego promocji oraz sposoby radzenia sobie z chorobą, z uwzględnieniem wszystkich wymiarów zdrowia, także tego najgłębszego – duchowego, bardzo często pomijanego, ale jak wskazuje praktyka kliniczna i obserwacja życia codziennego, niezmiernie ważnego w życiu człowieka, zarówno zdrowego jak i chorego. W relacjach lekarz-pacjent najwyższą wartością jest nadzieja, której nie można pozbawić chorego. Bardzo ważną formą promowania zdrowia jest umiejętność radzenia sobie z własną samotnością i wychodzenia z niej. Podkreślano także, jak ogromny jest udział jednostki w promowaniu zdrowia poprzez kreowanie własnych zasobów osobistych, stanowiących przeciwwagę dla wymagań otoczenia, czyli stresorów, a także jak ważne jest zapewnienie odpowiednich warunków dla promocji zdrowia.

Wykłady II sesji plenarnej dotyczyły różnych zagrożeń zdrowia w kontekście rozwojowym. Podkreślano także znaczenie rodziny dla kształtowania mechanizmów odporności jako wyznacznika zdrowia dzieci.

Wykłady III sesji plenarnej dotyczyły różnych trendów promocji zdrowia w medycynie.

Sekcja IV pt.: „Promocja zdrowia z perspektywy psychologii rozwojowej”, której przewodniczyła prof. dr hab. Maria Kielar-Turska, została zorganizowana wspólnie z Komisją Nauk Psychologicznych PAN.

Ważnym punktem programu był panel dyskusyjny: „Wokół zdrowia i jego promowania”, w którym wzięli udział przedstawiciele różnych dyscyplin naukowych: prof. dr hab. Zygfryd Juczyński, ks. prof. dr hab. Józef Makselon, ks. prof. dr hab. Janusz Mastalski, prof. dr hab. Beata Tobiasz-Adamczyk, prof. dr hab. n. med.

Bohdan W. Wasilewski, prof. dr hab. Helena Wrona-Polańska, prof. dr hab. Bogusław Żurkowski. Moderatorem był prof. dr hab. Czesław Czabała. Podkreślano interdyscyplinarność zdrowia i konieczność współpracy różnych specjalistów na rzecz jego promocji, zwiększanie świadomości zdrowia jako najwyższej wartości, zwiększanie potencjałów zdrowia poprzez rozwój zasobów osobowych od najmłodszych lat życia dziecka oraz konstruowanie programów promocji zdrowia uwzględniających nie tylko procesy poznawcze, ale także emocjonalne. Podkreślano również, że w przypadku ludzi chorych i umierających ważne jest, w zależności od światopoglądu, odwołanie się do Boga jako źródła wsparcia, co jest zgodne z teorią salutogenezy.

Sympozjum towarzyszyły następujące wydarzenia:

- Wystawa „Profesor Julian Aleksandrowicz i Jego Dzieło”- Aula CM UJ
- Koncert muzyki klasycznej i filmowej w wykonaniu: Marty Polańskiej – fortepian i Marka Polańskiego – skrzypce - Sala Kominkowa Centrum Kultury „Dworek Białoprądnicki”
- Park Pojednania Narodów – „Ogrody Europy” w Oświęcimiu - Wystawa nagrodzonych
- projektów Międzynarodowego Otwartego Konkursu Architektonicznego - Klub Inteligencji Katolickiej.

W trzydniowym Sympozjum wzięło udział 183 uczestników, zorganizowano trzy interdyscyplinarne sesje plenarne, wygłoszono 20 wykładów w ich obrębie i 100 referatów w obrębie dziewięciu sekcji. Przygotowano 18 plakatów oraz 7 warsztatów i grupy Balinta.

Podsumowując, warto odnieść się do tytułu Sympozjum - czy promocja zdrowia to mit czy rzeczywistość? Promocja zdrowia jest rzeczywistością, ale ze względu na interdyscyplinarny charakter słabo upowszechnia się w nie-

których dziedzinach. W promocji zdrowia ważna jest wiedza, ale także inne czynniki, jak motywacja do działania prozdrowotnego, aktywność własna jednostki, modele wpływów społecznych itp.

Promocja zdrowia upowszechnia się w różnych dziedzinach życia, jednakże znaczącą rolę pełni w edukacji, gdyż ważne jest wychowanie ku zdrowiu od najmłodszych lat życia dziecka. Dlatego też konieczne jest wdrożenie przyszłych nauczycieli i wychowawców w problematykę zdrowia i jego promocji, aby pełnili w przyszłości rolę pierwszych, obok rodziców, animatorów zdrowia dzieci i młodzieży.

Nowością 17. Sympozjum było wyraźne określenie problematyki zawarte w tytule „Promocja zdrowia – mit czy rzeczywistość: między teorią a praktyką” oraz nadanie mu naukowego i interdyscyplinarnego charakteru, co podkreślało wielu uczestników w trakcie sympozjum i po jego zakończeniu.

Przewodnicząca, prof. dr hab. Helena Wrona-Polańska, zamykając trzydniowe obrady powiedziała: „17. Europejskie Sympozjum Somatoterapii i Edukacji Psychosomatycznej wpisuje się na trwałe nie tylko w dzieje miasta Krakowa, ale także w dzieje nauki polskiej, w dorobek naukowy Akademii Pedagogicznej im. KEN i Uniwersytetu Jagiellońskiego”.

**Adres do korespondencji:**

Prof. dr hab. Helena Wrona-Polańska  
Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN  
Katedra Psychologii  
Ul. Podchorążych 2, 30-084 Kraków