

Sprawozdanie z 37 Konferencji Towarzystwa Badań nad Stresem i Lękiem (STAR) w Zagrzebiu – Chorwacja

Współczesne badania nad lękiem, stresem oraz radzeniem sobie realizowane są w wielu subdyscyplinach i nurtach psychologii oraz pokrewnych naukach, nie tylko na populacjach klinicznych, lecz także z udziałem psychologów pozytywnych i zdrowia. Towarzystwo Badań nad Lękiem i Stresem, założone przez wybitnego psychologa Charlesa Spielberga (1927-2013), prezesa Amerykańskiego Towarzystwa Psychologicznego (1991) zapoczątkowało długą tradycję corocznych spotkań poświęconych rozpowszechnieniu badań oraz wymianie poglądów w obrębie teorii stresu i radzenia, kryzysu psychologicznego, zasobów osobistych, zachowań zdrowotnych i innych koncepcji kluczowych dla współczesnego rozumienia dobrostanu, zdrowia i choroby. Pierwsza konferencja członków STAR odbyła się w 1980 roku w Antwerpii (Holandia), w Polsce zorganizowano dwudziestą edycję w Krakowie w 1999 roku. Przy udziale towarzystwa naukowego STAR wydawane jest uznane czasopismo *Anxiety Stress and Coping: an International Journal* (dwumiesięcznik, red. Aleksandry Łuszczynskiej). Część referatów jest publikowana w recenzowanych materiałach pokonferencyjnych.

Na konferencjach STAR pojawiają się regularnie czołowi badacze o zasięgu międzynarodowym, m.in. S. Hobfoll, R. Schwarzer, M. Zeidner, E. Frydenberg.

37 konferencja STAR odbyła się na Wydziale Filozoficznym Uniwersytetu w Zagrzebiu. W tegorocznej edycji wzięło udział ponad 250 uczestników z 33 krajów, m.in. z USA, Australii, Anglii, Hiszpanii, Niemiec, Izraela, Skandynawii, byłej Jugosławii. Polski udział w konferencji był zauważalny: przyjęto 16 wystąpień polskich badaczy, afiliowanych przez Instytuty Psychologii KUL, UŁ, UKSW, UO, UG, PAN, SWPS oraz zagraniczne ośrodki akademickie (Korajlija i in., 2016).

Formuła STAR zakłada strukturę konferencji składającą się z referatów w równoległych sesjach, wykładów delegatów o szczególnym znaczeniu, sympozjów tematycznych, sesji plakatowych, warsztatów. Towarzyszyły im zróżnicowane wydarzenia o charakterze mniej formalnym (np. wystawy powiązane z problematyką stresu). Tegoroczna konferencja liczyła 12 sympozjów z wykładami, oprócz których ogłoszono 120 referatów w sesjach równoległych oraz 61 wystąpień w sesjach posterowych. Dodatkowo uczestnicy

mieli szansę wziąć udział w siedmiu warsztatach poświęconych głównie tematyce stosowanej psychologii klinicznej i zdrowia.

Wynik analizy tematycznej wystąpień (Tabela 1) pozwala wskazać na popularność takich zagadnień, jak stres organizacyjny, radzenie sobie w kontek-

ście poszczególnych zadań rozwojowych rodziny ze szczególnym uwzględnieniem okresu rozwojowego człowieka, czy też psychologiczne aspekty kryzysów normatywnych oraz związanych ze współczesnymi konfliktami (wojna, migracja, katastrofy naturalne).

Tabela 1. Tematyka wystąpień (n=239)

	Liczba referatów		Liczba referatów
Stres zawodowy i wypalenie zawodowe	32	Konflikt oraz psychologiczne następstwa wojny	10
Lęk, stres i radzenie u dzieci, adolescentów i we wczesnej dorosłości	25	Stres, lęk i radzenie w chorobie somatycznej	9
Badania nad rodziną	20	Ogólne zagadnienia związane ze stresem i radzeniem	8
Kryzys i następstwa katastrof	19	Gerontopsychologia	7
Stres w grupach mniejszościowych, marginalizowanych i u bezrobotnych	16	Stres i radzenie w kontekście nowych mediów	4
<i>Resilience and Resiliency</i> (sprężystość psychiczna i rezyliencja)	15	Psychologia sportu a stres i radzenie	4
Koncepcje poznawcze w psychologii zdrowia i stresu	12	Psychosomatyka	4
Narzędzia psychometryczne	12	Obraz ciała	3
Skuteczność interwencji terapeutycznych	12	Psychologia penitencjarna	2
Zagadnienia z zakresu psychologii klinicznej	10	Duchowe radzenie sobie	2
Badania psychofizjologiczne lub uwzględniające wskaźniki biomedyczne	10	Inne zagadnienia	3

Merytoryczną część konferencji otworzył Brian Hughes (b. prezes Irlandzkiego Towarzystwa Psychologicznego, prezes STAR), zajmujący się m.in. psychofizjologicznymi aspektami stresu psychologicznego. W wystąpieniu zwrócił uwagę na szereg trudności pojawiających się we współcześnie podejmowanych badaniach psychologicznych, które dotyczą stroniczości badacza, redukcjonizmu wynikającego z przyjętej koncepcji oraz ograniczeń wynikających z technicznych niedostatków procedury badawczej. Wydaje się także aktualne stwierdzenie dotyczące braku możliwości replikacji niektórych opublikowanych badań z powodu lakonicznego opisu procedury lub nieudostępnienia wyników surowych. Podobnie jak wielu innych prelegentów prezentujących referaty w sesji poświęconej psychosomatyce, Hughes podkreślał, że szczególnie wartościowe metodologicznie są badania uwzględniające wszystkie trzy komponenty zawierające się w orientacji bio-

psychospołecznej, bez pominięcia danych medycznych/wskaźników fizjologicznych, bądź zmiennych psychologicznych. Z tego względu w niniejszym sprawozdaniu przeanalizowano pełną treść 45 wystąpień (30 referatów oraz 15 losowo wybranych posterów celem oszacowania, jaka część z nich uwzględniała zmienne psychospołeczne (np. satysfakcja z udzielanego wsparcia społecznego, poczucie własnej skuteczności), oraz zmienne odnoszące się do somatyki (np. ciśnienie tętnicze, aktywność metaboliczna OUN, poziom kortyzolu, percepcja bólu, wskaźnik BMI). Dodatkowo, w związku z pojawiającą się ostatnio dość rewizjonistyczną oceną dotychczasowego kierunku rozwoju nurtu psychologii pozytywnej (*positive psychology or positive bias*), zweryfikowano, czy poddane analizie referaty pozostające w owej orientacji, uwzględniały także zmienne wykraczające poza aspekty pozytywne (Tabela 2).

Tabela 2. Charakterystyka wystąpień ze względu na przyjętą koncepcję i metodologię (n=45).

	W orientacji patogenetycznej	Osadzone w nurcie pozytywnym lub w orientacji salutogenetycznej	Łącznie
Uwzględniało tylko zmienne psychospołeczne	23	8	31
Uwzględniało tylko zmienne biomedyczne	3	0	3
Uwzględniało obie kategorie zmiennych	7	3	10
Charakter poglądowy/ przegląd teorii	2	0	2
Łącznie	35	10	45

Za czynniki powszechnie kojarzone z psychologią pozytywną lub salutogenezą uznano takie, jak prężność, *flow*, proaktywny styl radzenia, dobrostan psychiczny. Do czynników kojarzonych negatywnie zaliczono m.in. lęk, depresję, ruminacje, wyczerpanie emocjonalne, PTSD. Z przeprowadzonej analizy można wywnioskować, że mimo, iż wszystkie z prezentowanych referatów (z wyłączeniem wystąpień poglądowo-teoretycznych) uwzględniały w porównaniach zmienne biomedyczne lub psychologiczne, niewielka część doniesień obejmowała obie kategorie zmiennych. W części przypadków wąska przestrzeń problemu badawczego uzasadnia pominięcie tych wskaźników. W wielu przypadkach pojawia się jednak ryzyko pominięcia pewnych zmiennych (zarówno w badaniach w nurcie pozytywnym oraz w paradygmacie biopsychospołecznym), ważnych z punktu widzenia rozwoju koncepcji powiązanych z procesami i zachowaniami zdrowotnymi. Przy omawianiu tematyki psychologii pozytywnej, nie można pominąć faktu, że wiele miejsca poświęcono koncepcji rezyliencji (odrębne symposium pt. „*Resilience and coping: cut from the same cloth?*”) a wartościowym wnioskiem płynącym od wielu badaczy była potrzeba doprecyzowania charakteru jej związków z copingiem (np. K. Moore, Federation University Australia).

Warto dodać, że oprócz istotnych, choć często eksplorowanych na konferencjach STAR wątków (lęk szkolny, stres akademicki, wypalenie zawodowe, choroby cywilizacyjne, interwencja kryzysowa), w 2016 roku pojawiły się w programie nowe zagadnienia, dotyczące m.in. stresu wśród mniejszości seksual-

nych (m.in. prof. I.H. Meyer, University of California, USA), psychologicznych, psychofizjologicznych i psychosomatycznych korelatów prekariatu oraz bezrobocia (m.in. prof. S. Gallagher, University of Limerick, Irlandia), czy też adaptacji psychicznej imigrantów (dr Y. Bergman, Ariel University, Izrael). Dużym zainteresowaniem cieszyło się doniesienie z badań Krysa Kaniastego (PAN; University of Pennsylvania, USA) przedstawiające własności psychometryczne narzędzia do pomiaru efektywności wsparcia z perspektywy osoby jego udzielającej (*Effectiveness of Provided Social Support Inventory EPSSI*).

O wysokim poziomie merytorycznym konferencji świadczyć może m.in. liczba uczestników o imponującym dorobku naukowym i częstych cytowaniach, prezentujących doniesienia w równoległych sesjach. Podsumowując, trudno przeoczyć fakt, że konferencje STAR mają wieloletnią tradycję i skupiają co roku grono kilkuset badaczy z całego świata w poszukiwaniu nowych paradygmatów w badaniach nad związkami stresu ze zdrowiem. Ciekawostką było wystawienie dla uczestników dzieła sztuki autorstwa Akiko Sato („*Shelter for the feeling*”), w formie rzeźby przedstawiającej zdobiony koronką biały namiot w kształcie półokręgu o wymiarach 1,4 x 2,8 m. Namiot, który w zamierzeniu miał kreować antystresową przestrzeń, można było podziwiać od wewnątrz.

Piśmiennictwo

Korajlija, A.L., Begić, D., Jurin, T., (2016). 37th Star Conference. Book of Abstracts. Zagrzeb, Medicinska Naklada.