

ÚVOD	3
VÝZKUM V OBLASTI PSYCHOSOMATIKY	4
Výzkumné soubory	4
Cíle výzkumu	5
Použité dotazníky	5
ZJIŠTĚNÍ VÝZKUMU	6
OBSAH VZDĚLÁVÁNÍ	21
PROFILY LEKTORŮ	23
PODMÍNKY STUDIA	24
SHRNUTÍ PROGRAMU	26
PŘÍLOHA – ROZVRH A ORGANIZACE STUDIA	27

Cílem vzdělávacího programu celoživotního vzdělávání „Psychosomatika, biopsychosociální přístup k poruchám zdraví“ je výuka a výcvik v oblasti psychosomatiky pro profesionály. V souladu s biopsychosociálním přístupem ke zdraví člověka je určen odborníkům z různých oborů tak, aby se mohli navzájem obohatit a vytvořil se prostor pro vzájemnou mezioborovou diskuzi či spolupráci. Program je určen lékařům, psychologům, sociálním pracovníkům, kněžím, magistrům v oboru ošetrovatelství a dalším pomáhajícím profesím.

Impulzem pro vznik vzdělávacího programu byla zjištění, která jsme odhalili v rámci několika výzkumů v oblasti psychosomatiky v letech 2014 a 2016. Realizoval je Institut sociálního zdraví (OUSHI), pod Cyrilometodějskou teologickou fakultou Univerzity Palackého pod vedením profesora Petera Tavela. Dalšími členy výzkumného týmu byli MUDr. Natálie Kaščíková a profesor MUDr. Jozef Hašto.

Uvádíme zde **závěrečná shrnutí** z provedeného výzkumu:

- vyšší výskyt psychopatologických symptomů u lidí s depresí nebo (psycho)somatickými syndromy v porovnání se „zdravými“,
- vyšší výskyt traumatizace u lidí s nejistými typy vztahové vazby (zejména u lidí s ustrašenou – fearful) v porovnání s lidmi s bezpečnou vztahovou vazbou,
- vyšší výskyt ustrašeného typu vztahové vazby u lidí s depresí anebo některými (psycho)somatickými syndromy v porovnání se „zdravými“,
- vyšší výskyt životních stresorů v průběhu života u lidí s depresí anebo některými (psycho)somatickými syndromy v porovnání se „zdravými“,
- nižší resilience u lidí s depresí anebo některými (psycho)somatickými syndromy v porovnání se „zdravými“.

Nálezy svědčí pro souvislosti mezi ranými zkušenostmi v dětství a stresory v průběhu pozdějšího života a psychickým a somatickým zdravím v dospělosti. Rozsah problematiky traumatizace a nejistých stylů vztahového chování a jejich dopad na zdraví je výzvou pro preventivní a terapeutické programy.

Tento vzdělávací program si klade za cíl seznámit odborníky s teoretickými východisky práce s psychosomatickým pacientem/klientem a poskytnout i informace k vhodným terapeutickým postupům. Rádi bychom tak aktivně přispěli k řešení a reagovali na výzvu, kterou nám zjištění výzkumu předložilo.

Jednotlivé kurzy jsou akreditovány na ministerstvu zdravotnictví podle zákona č. 96/2004 Sb., o nelékařských zdravotnických povoláních; na ministerstvu práce a sociálních věcí podle zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách; na České lékařské komoře a Asociaci klinických psychologů ČR.

VÝZKUM V OBLASTI PSYCHOSOMATIKY



VÝZKUMNÉ SOUBORY

Rok 2014 – 1000 respondentů,
reprezentativní soubor obyvatel ČR z hlediska:

- pohlaví (48,6 % mužů),
- věkového složení (od 15 do 90 let, s průměrným věkem 46,04),
- regionální příslušnosti (14 krajů ČR).

Rok 2016 – 1800 respondentů,
reprezentativní soubor obyvatel ČR z hlediska:

- pohlaví (48,7 % mužů),
- věkového složení (od 15 do 88 let, s průměrným věkem 46,61),
- vzdělání (ZŠ 7,8 %, SŠ 72 % a VŠ 20,2 %),
- regionální příslušnosti (14 krajů ČR).

HBSC 2014 – sběr u 11, 13 a 15letých dětí - dohromady 15 000 – životní styl (rodina, škola, volný čas), psychosomatické syndromy (bolest zad, hlavy, břicha); studie se provádí každé 4 roky a probíhá ve 40 zemích.

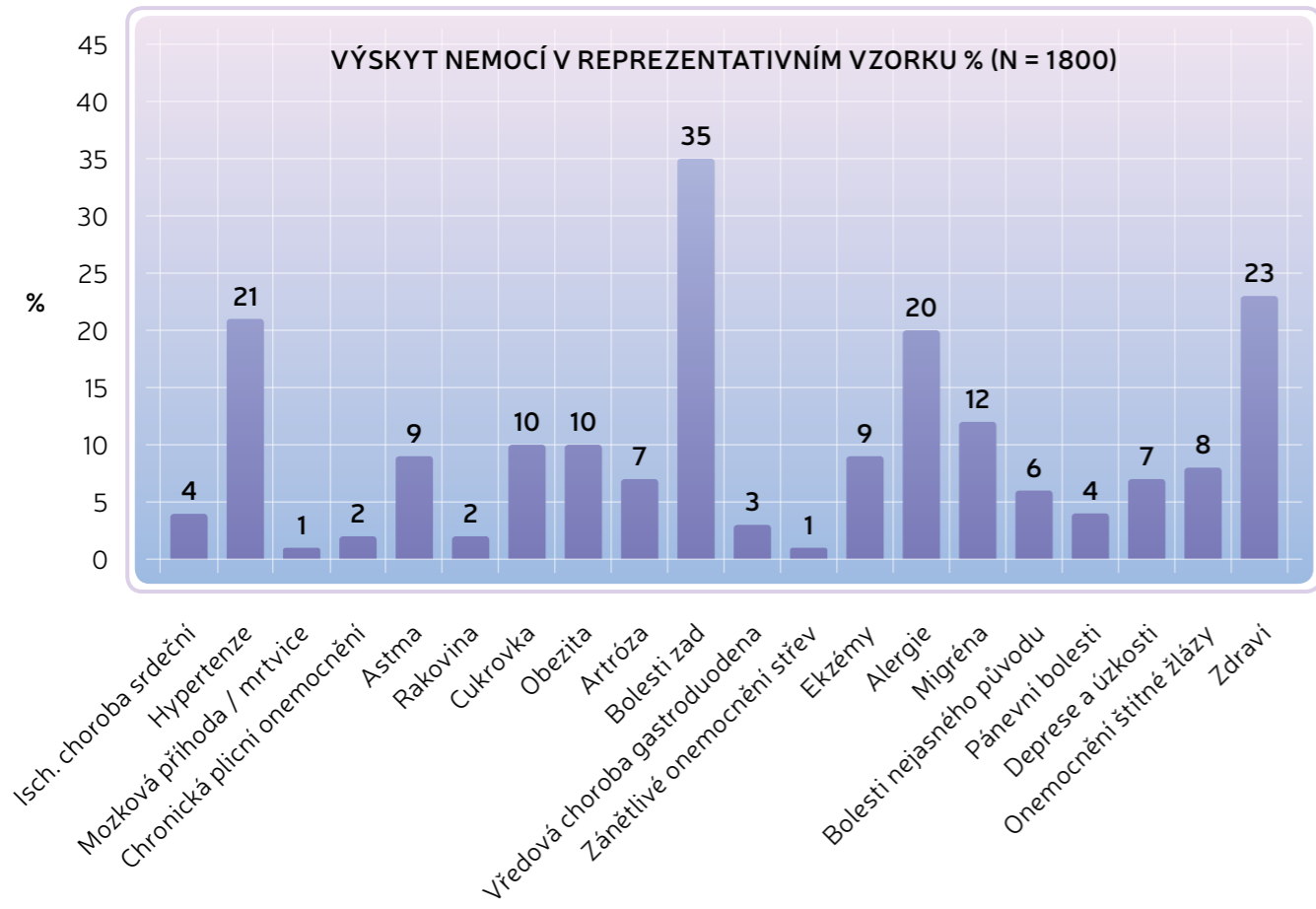
CÍLE VÝZKUMU

- Východisko - určité typy vztahové vazby a traumatizace představují rizikový faktor pro vznik psychických, psychosomatických a somatických onemocnění,
- ověření a standardizace kvalitních nástrojů umožňujících detekovat typy vztahové vazby, různé formy a rozsahy traumatizace v dětství a výskyt závažných stresorů v průběhu života, ve vztahu s duševním a tělesným zdravím a resiliencí u dospělé populace,
- získání celkového přehledu o výskytu rizikových faktorů (traumatizace, nejisté typy vztahové vazby) v populaci a v klinických vzorcích - edukace obyvatel, utváření a nabídka preventivních a terapeutických programů a utváření terapeutických postupů v klinické praxi.

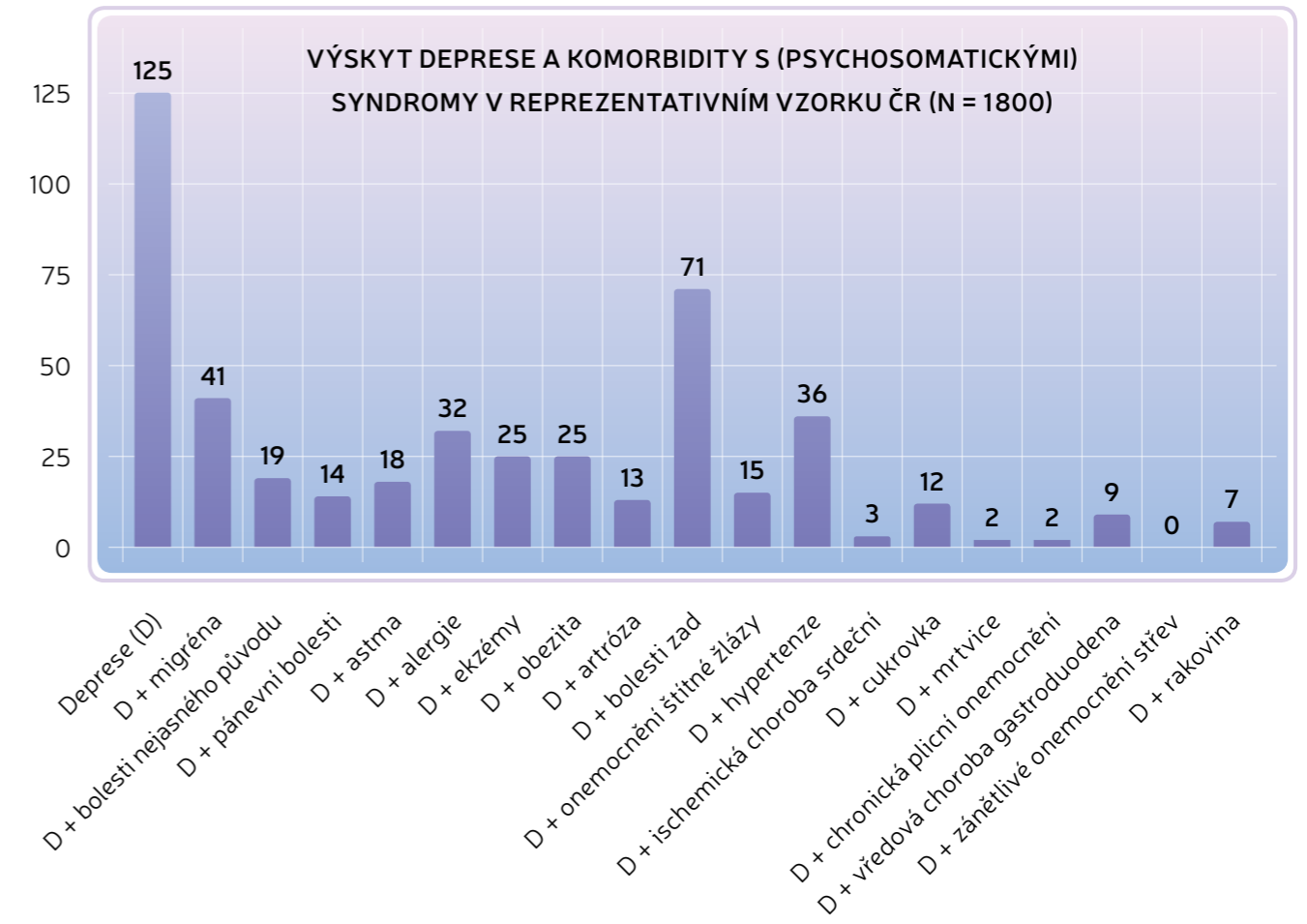
POUŽITÉ DOTAZNÍKY

- Prožívání blízkých vztahů (ECR-R 16) – Experiences in Close Relationships – Revised
- Traumatizace v dětství (CTQ) – Childhood Trauma Questionnaire
- Dotazník životních stresorů (LSC-R) – Life Stressor Checklist – Revised
- Dotazník symptomů (BSI-53) – Brief Symptom Inventory
- Otázky na výskyt chronických onemocnění

ZJIŠTĚNÍ VÝZKUMU

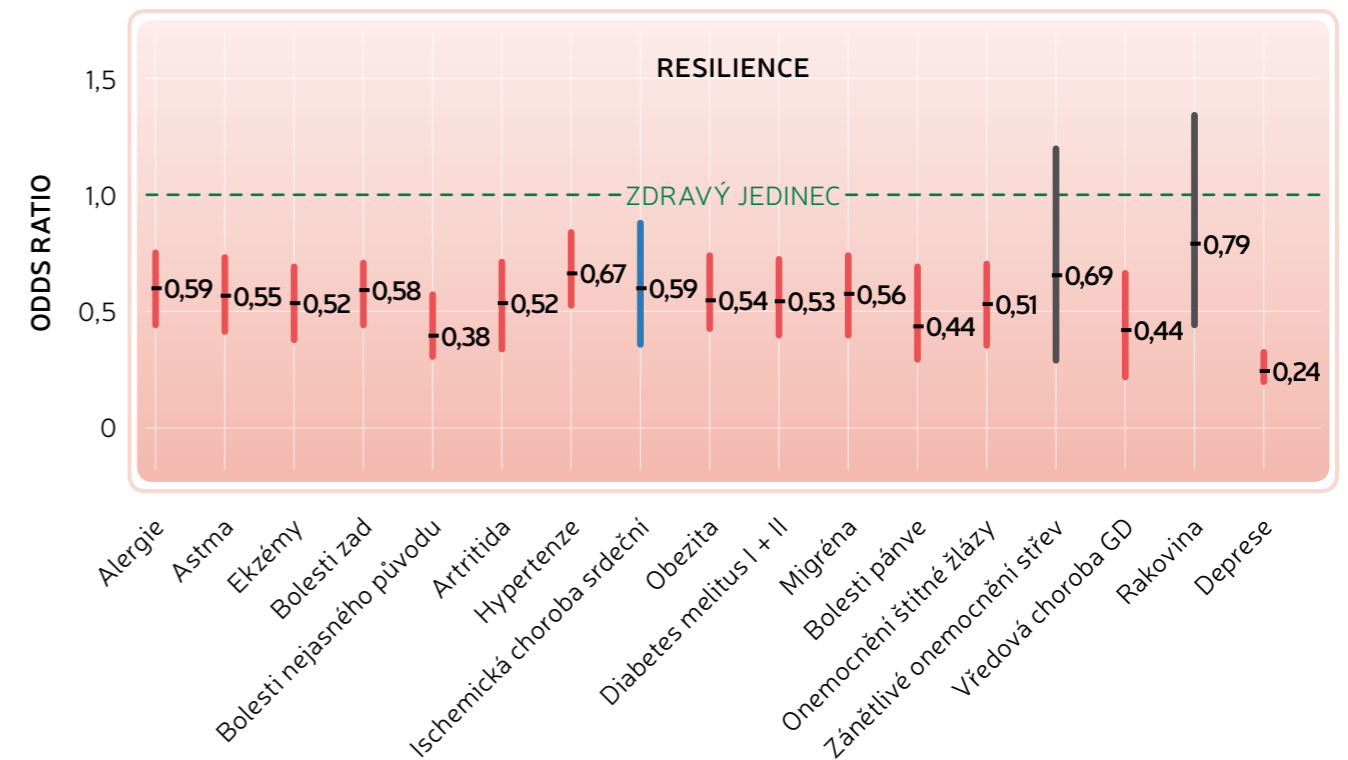
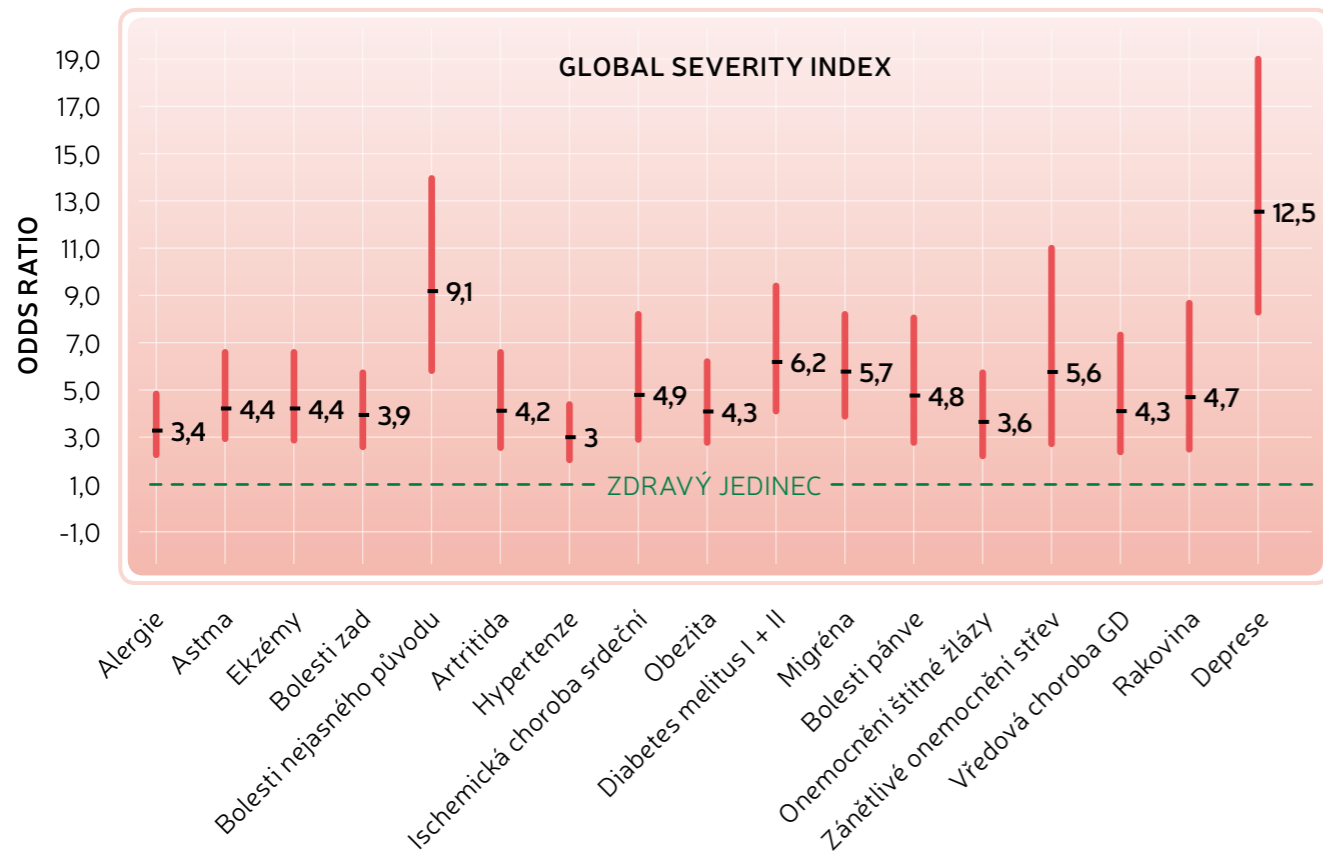


Výskyt onemocnění v reprezentativním vzorku (N = 1800) je **udáváný v procentech**. „Zdraví“ jedinci jsou ti, kteří udávají, že nemají žádné chronické onemocnění.



Výskyt komorbidity deprese s různými (psycho)somatickými syndromy v reprezentativním vzorku (N = 1800) je **udáváný v číslech**.

U lidí s depresí nebo různými (psycho)somatickými syndromy je významně vyšší celkové skóre psychopatologických symptomů (GSI = global severity index) a významně nižší resilience oproti „zdravým“ lidem.



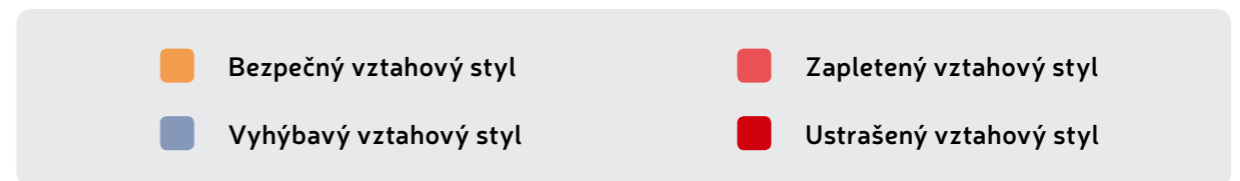
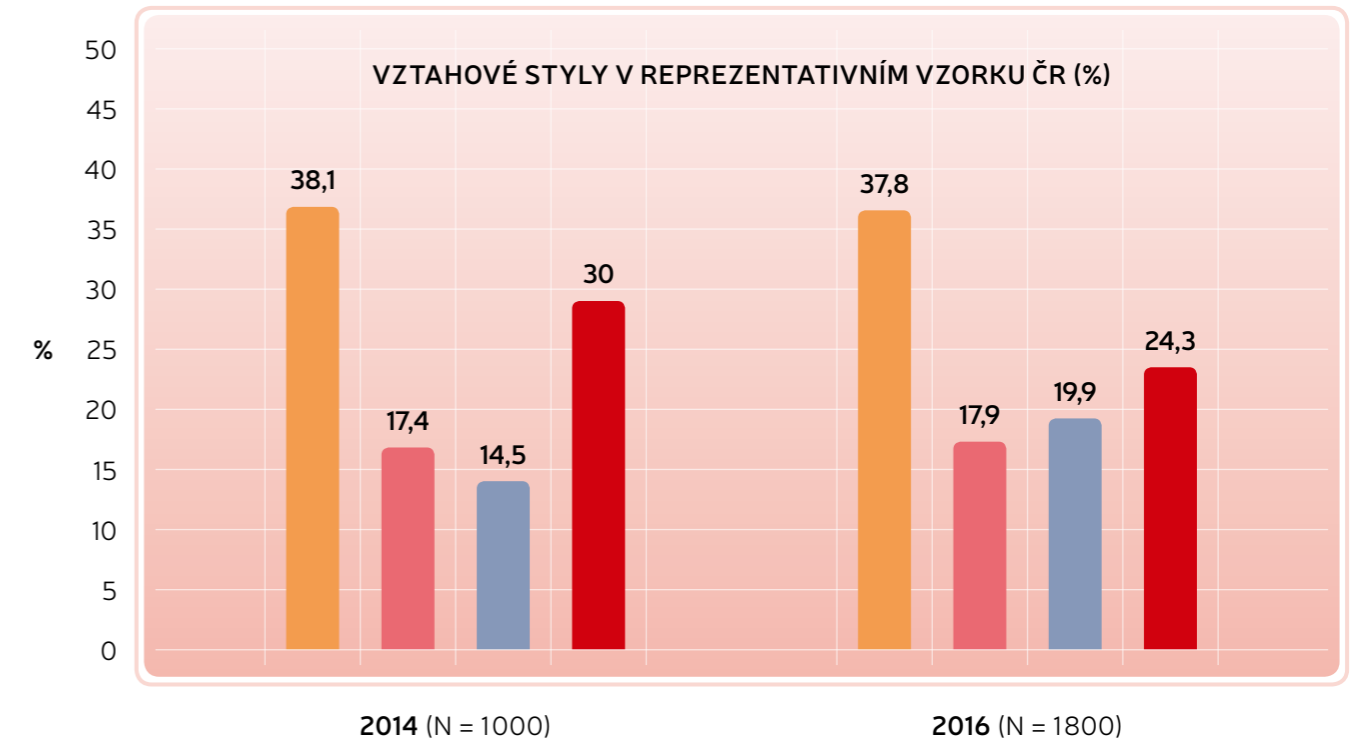
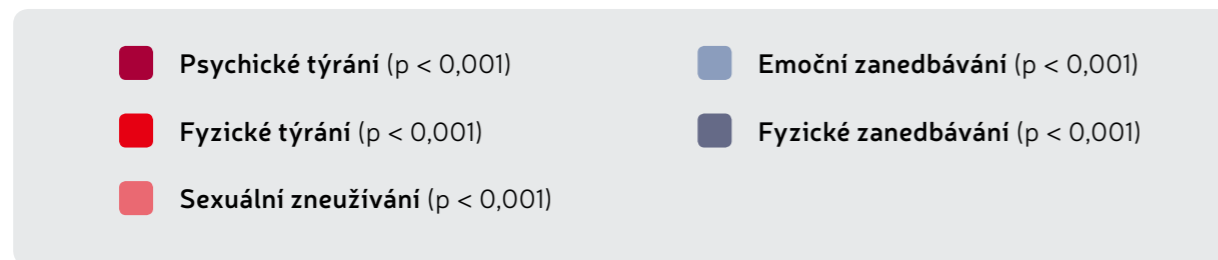
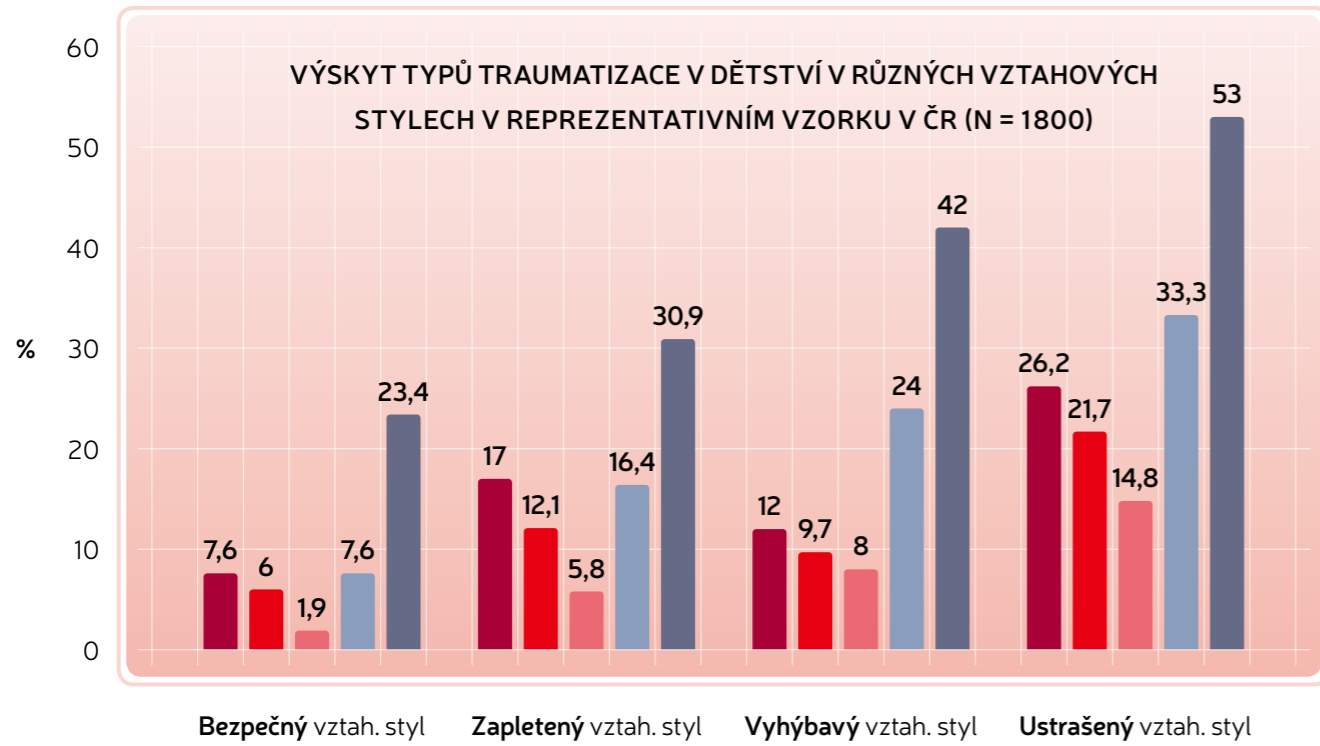
Všechny hodnoty jsou významné na hladině významnosti: *** $p < 0,001$

ODDS RATIO (OR) – udává násobek výskytu psychopatologie u lidí s daným (psycho)somatickým syndromem oproti „zdravým“.

*** $p < 0,001$, * $p < 0,05$, NS

ODDS RATIO (OR) udává násobek skóre resilience u lidí s daným (psycho)somatickým syndromem oproti „zdravým“.

U lidí s nejistými vztahovými styly, tj. s ustrašeným (fearful), zapleteným (preoccupied) a vyhýbavým (dismissive) se významně častěji vyskytují všechny formy špatného zacházení v dětství oproti lidem s bezpečným (secure) vztahovým stylem.

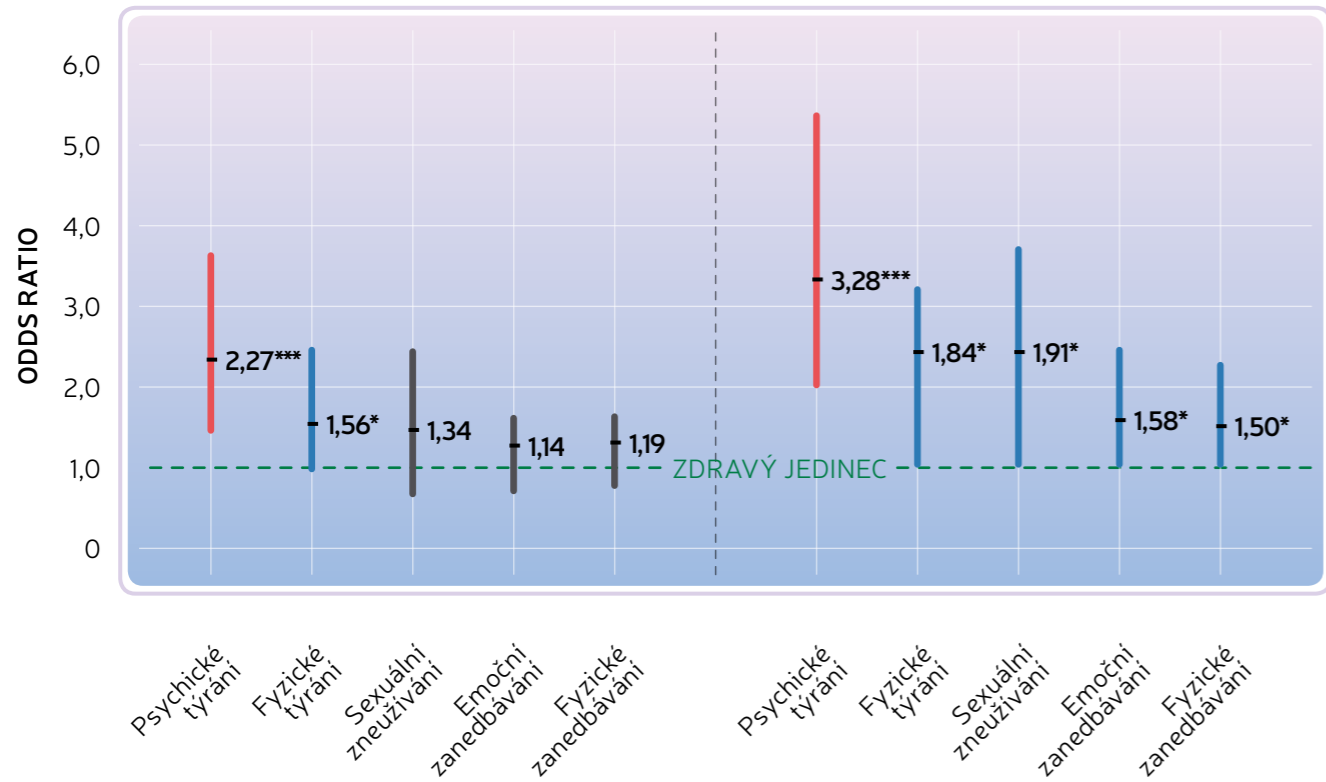


U lidí s alergií nebo astmatem je oproti „zdravým“ významně zvýšený výskyt špatného zacházení v dětství a významně vyšší výskyt ustrašené vztahové vazby.



TRAUMATIZACE V DĚTSTVÍ A ALERGIE

TRAUMATIZACE V DĚTSTVÍ A ASTMA



*** p < 0,001, * p < 0,05, NS

ODDS RATIO (OR) udává násobek výskytu různých forem traumatizace v dětství u lidí s alergií a astmatem oproti „zdravým“.

STYL VZTAHOVÉHO CHOVÁNÍ U LIDÍ S ALERGIÍ NEBO ASTMATEM V POROVNÁNÍ SE „ZDRAVÝMI“

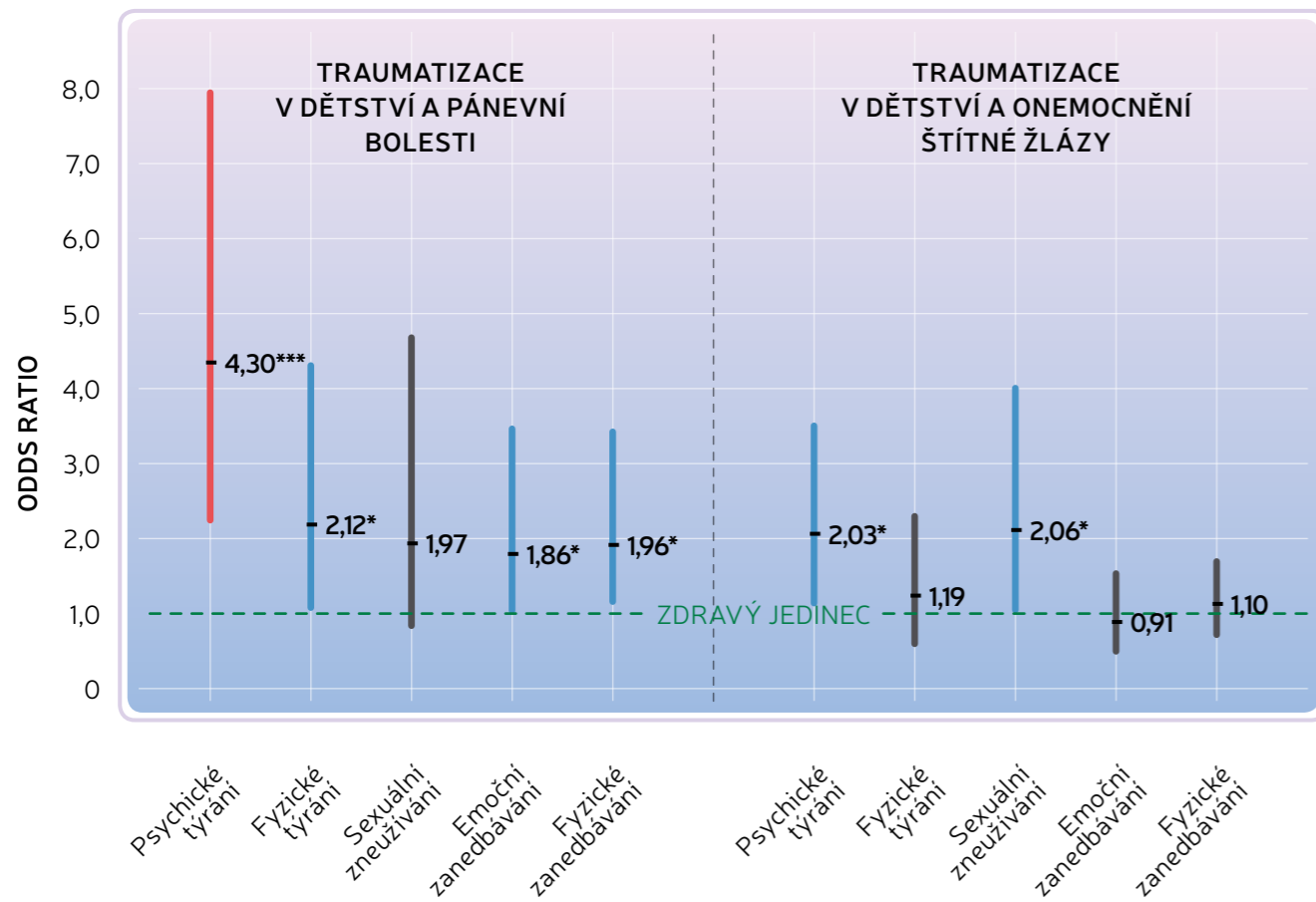
Styl vztahové vazby	OR u lidí s alergií oproti „zdravým“	p-hodnota	OR u lidí s astmatem oproti „zdravým“	p-hodnota
Bezpečný	0,68*	p = 0,05	0,87	NS
Zapletený	1,27	NS	1,1	NS
Vyhýbavý	0,83	NS	0,76	NS
Ustrašený	1,55*	p = 0,028	1,4*	p = 0,04

* p < 0,05, NS

ODDS RATIO (OR) udává násobek výskytu typů vztahové vazby u lidí s alergií a astmatem oproti „zdravým“; vidíme významně nižší výskyt bezpečné vztahové vazby a významně vyšší výskyt ustrašené vztahové vazby.

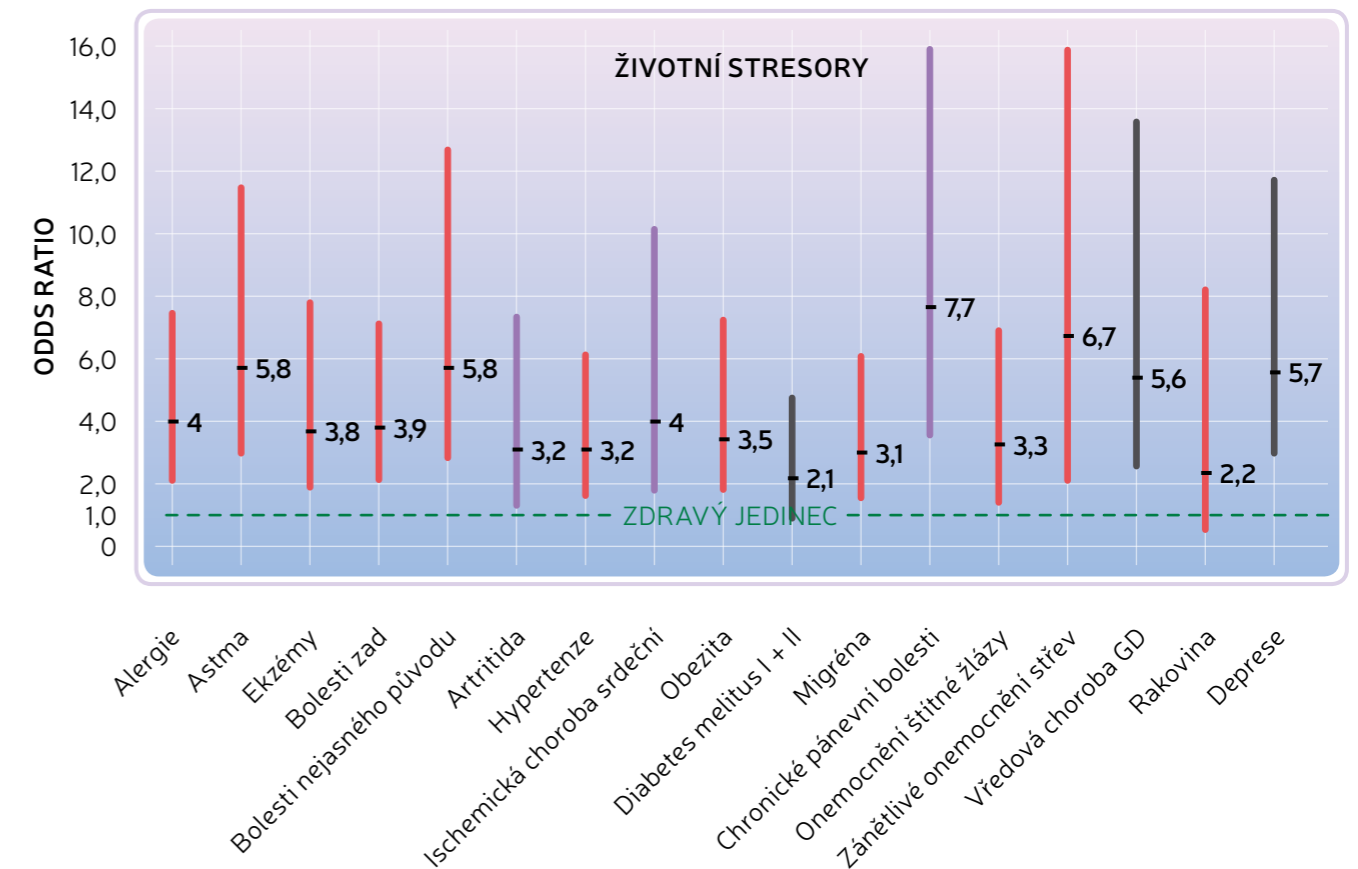
U žen se syndromem „pánevních bolestí“ nebo u lidí s onemocněním štítné žlázy je oproti „zdravým“ zvýšený výskyt špatného zacházení v dětství.

U lidí s depresí nebo s různými (psycho)somatickými syndromy je v porovnání se „zdravými“ významně vyšší výskyt stresorů v průběhu života.



*** p < 0,001, * p < 0,05, NS

ODDS RATIO (OR) udává násobek výskytu různých forem traumatizace v dětství u žen se syndromem „pánevních bolestí“ a u lidí s onemocněním štítné žlázy oproti „zdravým“.



*** p < 0,001, ** p < 0,005, NS

ODDS RATIO (OR) udává násobek výskytu vícečetných stresorů u lidí s depresí nebo různými (psycho)somatickými syndromy v porovnání se „zdravými“; cut off pro zvýšený výskyt stresorů je skóre 15 a víc, průměrný výskyt stresorů ve skupině zdravých je 3,48.

- Signifikantně **vyšší výskyt psychopatologických symptomů** u lidí s **depresí** nebo (psycho)somatickými syndromy v porovnání se „zdravými“,
- signifikantně **vyšší výskyt traumatizace** u lidí s **nejistými typy vztahové vazby** (zejména u lidí s **ustrašenou – fearful**) v porovnání s lidmi s bezpečnou vztahovou vazbou,
- signifikantně **vyšší výskyt ustrašeného typu vztahové vazby** u lidí s **depresí** anebo některými (psycho)somatickými syndromy v porovnání se „zdravými“,
- signifikantně **vyšší výskyt životních stresorů** v průběhu života u lidí s **depresí** anebo některými (psycho)somatickými syndromy v porovnání se „zdravými“,
- signifikantně **nižší resilience** u lidí s **depresí** anebo některými (psycho)somatickými syndromy v porovnání se „zdravými“,
- nálezy svědčí pro **souvislosti mezi ranými zkušenostmi v dětství a stresory v průběhu pozdějšího života a psychickým a somatickým zdravím v dospělosti**,
- rozsah problematiky traumatizace a nejistých stylů vztahového chování v běžné populaci je výzvou pro **preventivní a terapeutické programy**.

Vzdělávání bude probíhat formou čtyř víkendových setkání za akademický rok. Délka každého setkání bude 12 vyučovacích hodin. Niže najdete seznam seminářů, které bude pravděpodobně obsahovat. Podrobnější popis ještě doplníme.

Úvod do psychosomatiky na psychodynamických základech

prof. MUDr. Jozef Hašto, Ph.D.

Integrativní přehled poznatků hlubinné psychologie o genezi psychosomatických symptomů a syndromů. Přihlíží se i k významu genetických dispozic.

Přehled psychosomatických syndromů a principy diagnostického rozhovoru

MUDr. Natália Kaščáková

Účastník získá přehled o nejčastěji se vyskytujících psychosomatických syndromech, jejich diagnostice a zvláštnosti vedení diagnostického rozhovoru u psychosomatických případně alexithymických pacientů/klientů, s ohledem na jejich převažující obranné mechanismy. Problematika bude názorně ilustrovaná na kazuistikách.

Psychosociální rizikové a ochranné faktory a resilience. Nástroje pro zjišťování vztahového stylu, stresorů v dětství a v dalším průběhu života.

MUDr. Natália Kaščáková

Účastník získá přehled o psychosociálních rizikových faktorech spolupůsobících při vzniku a udržování psychosomatických syndromů a také o ochranných faktorech. Součástí semináře bude představení nástrojů na zjišťování stylu vztahového chování v interpersonálních vztazích, na zjišťování traumatizace v dětství a stresorů v průběhu života, s praktickými implikacemi pro praxi.

Autogenní trénink – základní stupeň

prof. MUDr. Jozef Hašto, Ph.D.

Nácvik prohloubeného koncentrativního sebeuvolnění pomocí speciálních formulek podle J. H. Schultza za účelem redukce stresu, vlivu stresorů a aktivaci ozdravných-trofotropných procesů v organismu. Workshop je kombinací teoretického výkladu, vysvětlení metodiky, sebezkušenostního zážitku s následnou reflexí ve skupině.

(Pokračování na str. 22.)

Jacobsonova progresivní svalová relaxace

prof. MUDr. Jozef Hašto, Ph.D.

Metodika a sebezkušenost v rámci postupného napínání a uvolňování 16 svalových skupin s cílem dospět ke schopnosti navodit si uvolnění pomocí samotného mentálního zaměření.

Supervize případů s rozšířenou biografickou anamnézou s využitím techniky M. Bálinta při práci se skupinou

prof. MUDr. Jozef Hašto, Ph.D.

Základní informace o technice supervize, sebezkušenost a nácvik práce se skupinou.

Hypnóza

prof. MUDr. Jozef Hašto, Ph.D.

Technika navození hypnotického stavu, využití "prázdné hypnózy" a terapeutických formulek. Práce ve trojicích. Následná diskuze ve velké skupině.

Empatická laboratoř

prof. MUDr. Jozef Hašto, Ph.D.

Praktické nácviky empatické komunikace ve trojicích. Reflexe ve velké skupině.

Psychosomatika – kognitivně behaviorální přístup

prof. MUDr. Ján Praško, Ph.D.

Význam teorie učení pro pochopení etiopatogeneze a terapeutických možností.

Somatické symptomy, syndromy a komorbidity u psychiatrických pacientů

MUDr. Martin Hollý

(nebo MUDr. Juraj Rektor)

Seznámení s výskytem somatických symptomů, syndromů a jejich komorbiditou u psychiatrických pacientů.

Psychoterapeutická pomoc při zpracování psychického traumatu

Mgr. Hana Vojtová

Účastníci získají informace o možnostech psychoterapeutické pomoci, které mohou usnadnit zpracování psychického traumatu.

Daisenalytické chápání psychosomatických syndromů a terapeutické implikace

MUDr. Michal Kryl

Vysvětlení, jak chápe psychosomatické syndromy daisenalyza a jaké nabízí terapeutické implikace.



prof. MUDr. Jozef Hašto, Ph.D.

Psychiatr a psychoterapeut s dlouholetou praxí. V současnosti působí v psychiatrické ambulanci Promentesana v Trenčíně. Má vzdělání v několika psychoterapeutických metodách, např. katatymně imaginativní psychoterapii, supervizi formou bálintovských skupin, hypnóze a autogenním tréninku, Rogersovské psychoterapii, psychodynamické terapie aj., a v některých z těchto metod působí i jako školitel.

Kromě toho vyučuje na různých univerzitách a je držitelem mnoha ocenění, např. ceny Ligy za duševní zdraví SR za dlouhodobý přínos pro duševní zdraví nebo Osobnost roku 2000 v oblasti duševního zdraví. Je autorem několika knih, např. Vztahová vazba, Autogénny trénink nebo Posttraumatická stresová porucha. V současné době se věnuje zkoumání vztahové vazby v dospělosti jako determinantě zdraví. To je nyní dynamicky se rozvíjející oblast aplikovaného psychologického výzkumu.

Pracoviště: Pro mente sana, s. r. o., Heydukova 27, 811 08 Bratislava



MUDr. Natália Kaščáková | natalia.kascakova@oushi.upol.cz

Natália Kaščáková je psychiatrička – psychoterapeutka. Vystudovala Fakultu všeobecného lékařství v Praze a Bratislavě. Specializovala se na psychiatrii, 9 let pracovala v Psychiatrickej nemocnici v Pezinku, z toho 3 roky na psychosomatické klinice. Ukončila výcvik v hlubinné metodě – v koncentrativní pohybové terapii (KPT), vzdělává se v katathymně imaginativní psychoterapii a v psychotraumatologii. Působila jako jeden z vedoucích výcvikového programu v KPT ve Vídni. Přednášela psychopatologii a psychiatrii na vysokých školách (FF Trnava, PF Bratislava). Posledních 10 let působí v soukromé psychiatrické a psychoterapeutické praxi a 5 let vede semináře v rámci vzdělávání školících se psychoterapeutů pod záštitou Slovenské psychoterapeutické společnosti. Je autorkou odborné knihy "Obranné mechanismy z psychoanalytického, etologického a evolučně-biologického hlediska" (2006). Ve svém výzkumu na OUSHI Univerzity Palackého v Olomouci se věnuje zkoumání souvislostí mezi vztahovou vazbou, traumatizací v dětství a dalším životě, resiliencí a psychickým a somatickým zdravím.

Pracoviště: Pro mente sana, s. r. o., Heydukova 27, 811 08 Bratislava

Profily ostatních lektorů doplníme.



PODMÍNKY PŘIJETÍ UCHAZEČE DO PROGRAMU:

a) řádné přihlášení přes portál ČŽV <https://czv.upol.cz> na jednotlivé ročníky studia;

b) splnění přijímacích kritérií:

- ukončené studium medicíny, psychologie, sociální práce, teologie, magisterského studia v ošetrovatelství a příbuzných oborů (doložit scan diplomu);
- praxe v pomáhající profesi minimálně 5 let (scan potvrzení zaměstnavatele)
- motivační dopis, kde uchazeč uvede i informaci o možnostech uplatnění získané znalosti a dovednosti v praxi

Délka studia: 3x 1 rok (studium je rozděleno do 3 ročníků, absolvent všech ročníků dostane souhrnný certifikát).

Typ programu: zájmový.

Forma a typ studia: kombinovaná forma mimořádného studia vybraných předmětů (účastník si může vybrat z nabízených seminářů anebo absolvovat všechny).

Povinný základ pro všechny uchazeče tvoří (pro ověření dosažení cílů vzdělávání): Přehled psychosomatických syndromů a principy diagnostického rozhovoru a Supervize případů s využitím techniky M. Bálinta.

Obsah programu: cykly víkendových seminářů, které obsahují praktický nácvik způsobilosti (kombinace teorie, metodiky, sebezkušenosti a reflexe ve skupině); práce s psychosomatickými pacienty s následnou supervizí (bálintovská skupina).

Rozvrh a organizace studia (rozsah programu): čtyři víkendová setkání – semináře za akademický rok. Každé o rozsahu 12 vyučovacích hodin. Celkem bude realizováno 12 seminářů za tři roky studia.

Způsob ukončení studia:

- absolvování všech/vybraných přednášek a cvičení (kontrola na základě prezenčních listin);
- vyhodnocení a supervizní schválení záznamu praktické ukázky práce (kontrola dosažených výsledků vzdělávání, dokladem bude zpráva se semináře)

Doklad o absolvování studia: osvědčení o absolvování studia v rámci celoživotního vzdělávání (všechny tři roky). Účastník navíc obdrží certifikát o absolvování každého semináře s oborovou akreditací (MZ, MPSV, ČLK a AKP ČR).

Garant programu: prof. Ing. Mgr. et Mgr. Peter Tavel, Ph.D.

Pracoviště garantující studium: Cyrilometodějská teologická fakulta

Cena studia, platební podmínky: Studium je plně hrazené účastníky:

- absolvování 1 ročního cyklu vzdělávacího programu za zvýhodněnou cenu 10 000 Kč, platba předem na účet nejpozději týden před zahájením programu. (Celková cena programu 30 000 Kč)
- absolvování jednotlivých seminářů, jednotková cena 2 900 Kč, platba předem na účet + sleva při absolvování každého dalšího semináře 5 % z ceny (145 Kč). (Celková cena programu 33 205 Kč)

Fakulta/součást UP, která program/kurz vypisuje	CMF (OUSHI)
Druh programu CŽV	Programy zájmového vzdělávání
Název skupiny programů, ve které je kurz realizován	Zájmové kurzy v oblasti zdraví
Vzdělávací cíle skupiny programů	Rozšíření znalosti a dovednosti v oblasti psychosomatiky
Název programu/kurzu	Psychosomatika, biopsychosociální přístup k poruchám zdraví
Zaměření programu/kurzu	Kurz zaměřený na výkon povolání i zájmově
Forma programu/kurzu	Kombinovaná
Jazyk programu/kurzu	Čeština
Anotace programu/kurzu	Kurz je určen pro odborníky v oblasti péče o zdraví (tělesné, psychické, duchovní) a má jim přinést hlubší orientaci v oblasti psychosomatiky a nabídnout jim praktické metody a nástroje jak pracovat s psychosomatickými pacienty/klienty.
Vzdělávací cíle programu/kurzu	Výuka a výcvik v oblasti psychosomatiky pro profesionály. V rámci programu se seznámí s teoretickými koncepty, empirickými zjištěními a intervencemi v oblasti psychosomatiky.
Požadované předpoklady	Ukončené studium medicíny, psychologie, sociální práce, teologie, magisterského studia ošetrovatelství a příbuzných obor. Motivace a možnost využití získaných poznatků a dovedností v praxi, praxe 5 let v oboru. Výběr uchazečů na základě vstupních předpokladů (motivační dopis, scan potvrzení o praxi a diplomu) a uhrazení kurzovného dle podmínek programu.
Garant programu/kurzu	prof. Ing. Mgr. et Mgr. Peter Tavel, Ph.D. e-mail: peter.tavel@upol.cz
Kontaktní osoba programu	Mgr. Ivana Svobodová tel.: 775 230 972 e-mail: czv@oushi.upol.cz

PŘÍLOHA Č. 1 – ROZVRH A ORGANIZACE STUDIA

První část kurzu začíná 10. 11. 2017 a končí 17. 3. 2018. Program je realizován ve **čtyřech dvoudenních setkáních** za akademický rok (pátek odpoledne a sobota celý den) o rozsahu 12 vyučovacích hodin. Ta se uskuteční na CMTF v Olomouci. Celkový počet hodin výuky v kurzu je 3x 48 hodin/rok (celkem 144 vyučovacích hodin za 3 roky studia).

Páteční setkání je časově rozvrženo: **17.00 – 20.15** (17.00 – 18.30 a 18.45 – 20.15) a **sobotní: 9.00 – 16.45 hod.** (9.00 – 10.30, 10.45 – 12.15, 13.30 – 15.00, 15.15 – 16.45)

Data setkání v akademickém roce 2017/18:

Termín	Přednášející	Název semináře
10. – 11. 11. 2017	prof. MUDr. Jozef Hašto, Ph.D.	Úvod do psychosomatiky na psychodynamických základech
1.–2. 12. 2017	MUDr. Natália Kaščáková	Přehled psychosomatických syndromů a principy diagnostického rozhovoru
12.–13. 1. 2018	MUDr. Natália Kaščáková	Psychosociální rizikové a ochranné faktory a resilience. Nástroje pro zjišťování vztahového stylu, stresorů v dětství a v dalším průběhu života
16.–17. 3. 2018	prof. MUDr. Jozef Hašto, Ph.D.	Autogenní trénink – základní stupeň

Platební podmínky programu

Zájemci, kteří splnili všechny podmínky k přijetí a úspěšně absolvovali přijímací pohovor, budou o dalším postupu informováni referentkou celoživotního vzdělávání. Platba (10 000 Kč za rok, nebo 2 900 Kč za jednotlivý seminář, nebo platba se slevou 5 % (145 Kč) za další kurz) bude uskutečněna dle instrukcí informačního mailu z CŽV UP.

Uchazeči přijatí do kurzu mohou požádat o proplacení poplatku vysílající nebo doporučující organizaci (zaměstnavatel).

Bližší informace na adrese: czv@oushi.upol.cz

Kurz bude otevřen za předpokladu minimálního počtu 16 přihlášených účastníků a při maximálním počtu 50 účastníků. Pořadatel si vyhrazuje navýšit kapacitu u teoretických témat dle skutečného zájmu odborné veřejnosti.

