

Veselības psiholoģija – veselības aprūpes sistēmas sastāvdaļa

Reinis Upenieks^{1,2}, *Kristīne Mārtinsonsone*^{1,3}, *Gunta Freimane*^{1,4}

¹ *Latvijas Veselības psiholoģijas asociācija,*

² *Bērnu klīniskā universitātes slimnīca, Latvija*

³ *Rīgas Stradiņa universitāte, Rehabilitācijas fakultāte, Latvija*

⁴ *Latvijas Diabēta asociācija*

Ievads. Veselības psiholoģija ir psiholoģijas nozare, kas veidojusies 20. gadsimta beigās, ietekmējoties un integrējot medicīnas, klīniskās psiholoģijas, neirozinātnes, bioloģijas, medicīnas socioloģijas, un epidemioloģijas sasniegumus, pētījumus par stresu, sabiedrības un kopienas veselību, arodveselību, kā arī pētījumus par veselības un slimības uzvedību. Šo nozari raksturo piederība psiholoģijas zinātnei un vienlaikus – atvērtība starpnozaru sadarbībai, jo tās fokuss ir veselības, slimības un veselības aprūpes izziņāšana.

2012. gadā ir licencēta Rīgas Stradiņa universitātes Veselības psiholoģijas maģistra studiju programma, tāpēc aktuāls ir uzdevums pakāpeniski integrēt veselības psiholoģiju un veselības psihologu pakalpojumus veselības aprūpes sistēmā, iezīmējot šī speciālista profesionālās kompetences robežas veselības aprūpes speciālistu komandā.

Darba mērķis, materiāls un metodes. Referāta mērķis ir, izmantojot teorētisko un dokumentu analīzi, kā arī ekspertu vērtējumus, aktualizēt veselības psiholoģijas vietu un tās integrācijas iespējas veselības aprūpes sistēmā Latvijā, kā arī definēt veselības psiholoģijas vietu un robežas psiholoģijas un citu zinātņu vidū, stiprinot veselības psiholoģijas kā jaunas nozares pozicionēšanu. Tika apskatīti 53 (42 primārie un 11 sekundārie literatūras avoti) biežāk citētie 2002.–2012. gadā publicētie primārie un sekundārie avoti par veselības psiholoģiju un aptaujāti trīs eksperti.

Rezultāti. Literatūras analīzes rezultātā ir iezīmētas veselības psiholoģijas robežas un tās apakšnozares, kā arī apskatītas veselības psihologu pakalpojumu iespējas.

Veselības psiholoģijas mērķi saistīti gan ar teoriju attīstību, piemēram, izvērtējot uzvedības lomu slimības etioloģijā, gan to īstenošanu praksē, piemēram, popularizējot veselīgu uzvedību, sekmējot līdzestību, kā arī veicinot multidisciplināru komandu sadarbību.

Literatūras un dokumentu analīzes gaitā tika veikta arī klīniskās psiholoģijas un klīniskās veselības psiholoģijas kopīgā un atšķirīgā definēšana. Minētās nozares vieno interese par indivīda uztveri, emocijām un uzvedību. Klīnisko veselības psiholoģiju raksturo padziļināta interese par indivīda uzvedību, kas saistīta ar veselības uzturēšanu, slimības uztveri, slimības pārvarēšanu. Klīniskās veselības psiholoģijas apakšnozare iekļauj arī pārējo veselības psiholoģijas apakšnozaru atziņas, piemēram, arodu veselības psiholoģijas atziņas stresa pārvarēšanas jomā vai medicīnas profesionāļu arodveselībā.

Secinājumi. Multidisciplinārā komandā veselības psihologs var dot būtisku ieguldījumu psiholoģisko un uzvedības problēmu risināšanā, izmantojot jaunākos veselības psiholoģijā iegūtos pierādījumus par veselības uzturēšanu, slimības uztveri un slimības pārvarēšanu.

Veicot veselības psihologu profesionālo sagatavošanu, kā arī integrāciju veselības aprūpes sistēmā un nosakot šiem speciālistiem uzdevumus multidisciplinārās veselības aprūpes speciālistu komandā, svarīgi attīstīt profesionālo komunikāciju, apzinoties profesionālos krustpunktus, nosakot profesionālās robežas un sadarbības virzienus, lai sasniegtu galveno mērķi – kvalitatīvu un kompetentu palīdzību klientam / pacientam. Vienlaikus ir jāattīsta veselības aprūpes profesionāļu un pacientu izpratne par veselības psihologa profesionālā darba specifiku, kompetenci, atbildību un robežām.