

WPROWADZENIE

Lata 2020–2023 to czasy, które przejdą do historii pod znakiem kryzysu zdrowotnego spowodowanego pandemią COVID-19 oraz kryzysu humanitarnego związanego z wybuchem wojny w Ukrainie. Oto w świecie, który od dziesięcioleci cieszył się względną stabilizacją, rozwojem medycyny i podnoszeniem jakości życia obywateli, następuje kryzys zdrowotny, którego wcześniej nie doświadczyli żyjący obecnie ludzie. Pandemia COVID-19, choroby wywołanej przez wirusa SARS-CoV-2, doprowadziła do istotnych zmian we współczesnym świecie. Pandemia wiązała się zarówno z doświadczeniami negatywnymi, takimi jak trauma związana z konsekwencjami nieznaney i niezwykle zaraźliwej choroby, jak i doświadczeniami potencjalnie pozytywnymi, związanymi ze zmianami systemu pracy oraz rozwojem technologii informatycznych.

Oddziaływanie pandemii COVID-19 na życie ludzi wiązało się z nieustannym kryzysem we wszystkich właściwie obszarach życia – relacji interpersonalnych, dystansu społecznego, życia rodzinnego, zachowań zdrowotnych, systemu pracy, czy nauki w szkołach i na uczelniach. Kiedy tylko wydawało się, iż zagrożenie związane z pandemią COVID-19 zostało dobrze poznane i stało się kontrolowane, doszło do kolejnego załamania stabilizacji współczesnego świata – w 2022 roku wybuchła wojna w Ukrainie. Wydarzenie to ukazało kruchość współczesnego przekonania o wojnie jako o zamierzczłym i niespotykanym obecnie w krajach rozwiniętych rozwiązaniu politycznym. Podobnie jak pandemia wybuch wojny w Ukrainie wywołał u wielu osób szok, stając się potencjalnym źródłem traumatycznych doświadczeń.

Dostosowanie się do nieustannych w ostatnich latach zmian spowodowanych kryzysem zdrowotnym i humanitarnym wymagało uruchomienia istotnych zasobów adaptacyjnych, w szczególności tych o charakterze psychologicznym. Jako grupy szczególnego ryzyka podatności na traumatyczne doświadczenia wskazuje się dzieci, młodzież i młodych dorosłych, których możliwości zaradcze i zasoby są w trakcie rozwoju. Sama pandemia i związane z nią obostrzenia mogły być wśród osób młodych także zagrażające dla realizacji zadań rozwojowych – szczególnie tych o charakterze społecznym.

Podmiotem niniejszej publikacji uczyniono osoby młode, w wieku wczesnej dorosłości, a jej przedmiotem wybrane psychologiczne czynniki prozdrowotne, które mogą potencjalnie stanowić czynniki ochronne wobec rozwoju niekorzystnych zjawisk psychopatologicznych w czasach naznaczonych silnymi stresorami. Ważnym przymiotem niniejszej publikacji jest jej badawczy, oryginalny charakter. Wszystkie ujęte w niej czynniki psychologiczne zaprezentowane są w oparciu

o przeprowadzone wśród młodych Polaków badania naukowe, których realizacja przypadała na okres kryzysu zdrowotnego i humanitarnego. Praca składa się z dwunastu rozdziałów – raportów z badań psychologicznych dotyczących takich czynników psychologii zdrowia u młodych dorosłych jak poczucie koherencji, prężność psychiczna, optymizm dyspozycyjny, procesy tożsamościowe, empatia, inteligencja emocjonalna, style radzenia sobie ze stresem, zachowania zdrowotne, style przywiązania oraz wsparcie społeczne. Cechy te zestawiono z czynnikami o charakterze psychopatologicznym – nasileniem objawów lęku, depresji i stresu, poczuciem osamotnienia, agresją, używaniem alkoholu czy myśleniem spiskowym. Badane aspekty odnoszono także do jakości życia młodych dorosłych. Głównym celem prowadzonych badań była ocena związków wskazanych aspektów psychologii zdrowia i cech o charakterze psychopatologicznym, a zatem i ocena aktualności ich prozdrowotnego znaczenia w nowych okolicznościach związanych z nakładaniem się kryzysu zdrowotnego i humanitarnego.

Szczególnego charakteru nadaje tej publikacji fakt, iż jest to pozycja przygotowana głównie przez osoby młode – studentów psychologii i kierunku lekarskiego, skupionych w kołach naukowych, stawiających niejednokrotnie swoje pierwsze kroki w świecie badań naukowych.

Paweł Dębski