

## **Program Pozytywnego Zdrowia (POS-H-PRO)**

Od lat nauki o zdrowiu koncentrują się bardziej na prewencji, czyli profilaktyce chorób oraz metodach przeciwdziałania, niż na promocji zdrowia. Trudno jednak uznać, że sam brak choroby, czy brak dolegliwości wystarcza do osiągnięcia całkowitego dobrego samopoczucia. Brak identyfikacji czynników budujących zdrowie, a w konsekwencji brak wsparcia dla pozytywnych uwarunkowań zdrowia oraz zasobów zdrowotnych oznaczać może, że ograniczamy możliwości jakościowo lepszego, dłuższego oraz bardziej odpornego na przeciwności losu życia.

Do elementów sprzyjających całkowitemu dobremu samopoczuciu/dobrostanowi zalicza się nie tylko zdrowie, ale również szczęście, poczucie sensu życia, posiadanie oraz zadowolenie z bliskich kontaktów społecznych, jak również zadowolenie z sytuacji finansowej. Ponadto uznaje się, że poczucie moralności oraz po prostu bycie dobrym człowiekiem (odzwierciedlające duchowy wymiar życia) korzystnie wpływa na dobrostan oraz kształtuje odporność na przeciwności losu. W końcu, wpływ pracy na osiągnięcie dobrego samopoczucia jest również bezsporny.

Chociaż do tej pory prowadzono prace nad identyfikacją pozytywnych uwarunkowań zdrowia, wiedza w tym temacie jest wciąż niewystarczająca. Zidentyfikowanie zasoby i zachowania zdrowotne odnoszą się głównie do zdrowia fizycznego, rzadziej zaś do zdrowia psychicznego. Wiedza na temat pozytywnych determinantów szeroko rozumianego dobrostanu, czy samopoczucia jest natomiast znikoma. Dodatkowo, chociaż dużo wiemy na temat negatywnego wpływu pracy na życie w dobrym samopoczuciu (np. wpływ wypalenia zawodowego, czy utraty pracy), wciąż niewiele możemy powiedzieć na temat istnienia wpływu pozytywnego.

Celem Programu Pozytywnego Zdrowia jest wskazanie pozytywnych czynników i zasobów, które można by zakwalifikować jako wspierające szeroko rozumiane zdrowie i dobrostan oraz przyczyniające się do osiągnięcia stanu pełnego fizycznego, umysłowego, społecznego, duchowego oraz ekonomicznego dobrostanu (zgodnie z definicją zdrowia Światowej Organizacji Zdrowia).

Innymi słowy, POS-H-PRO wychodzi nie tylko poza tradycyjne 'naprawianie'/rozwiązywanie problemów zdrowotnych, będących podstawą profilaktyki chorób, ale również poza tradycyjne rozumienie promocji zdrowia i poszukuje czynników takich jak czynności dnia codziennego, cech osobowości, życie duchowe, przestrzegane norm moralnych, czy korzystanie z dóbr kultury i sztuki, które mogą przyczynić się do osiągnięcia stanu pełnego fizycznego, umysłowego, społecznego, duchowego oraz ekonomicznego dobrostanu.

Program ma trzy priorytety na lata 2021-2022: (1) wskazanie czynników łagodzących niekorzystny wpływ na dobrostan ograniczeń społecznych i zawodowych związanych epidemią koronawirusa COVID-19 jak i samej choroby; (2) analiza wpływu (i) uczestnictwa (receptywnego) w kulturze i sztuce oraz (ii) aktywnego korzystania z nich tych dóbr na dobrostan i długość życia; (3) ze względu na to że każdy człowiek chciałby mieć poczucie sensu życia, wskazanie czynników przyczyniających się do tego wymiaru dobrostanu.

Dzięki wykorzystaniu rzetelnych i wiarygodnych danych, odpowiednich metodologicznie analiz oraz wnikliwej analizie wyników, przeanalizowane zostaną niezbadane dotychczas potencjalne determinanty dobrostanu oraz przedstawione zostaną wyniki wskazujące na działania sprzyjające osiągnięciu pełnego dobrostanu. Na podstawie badań i analiz możliwe będzie przedstawienie rekomendacji dla decydentów oraz praktyków w zakresie polityk wspierających i promujących lepsze i dłuższe życie wynikające z osiągnięcia pełni dobrostanu fizycznego, umysłowego, społecznego, duchowego oraz ekonomicznego.