

Záverečná karta projektu

Názov projektu Evidenčné číslo projektu **APVV-15-0502**

Psychologické, psychofyziologické a antropometrické koreláty srdcovocievnych ochorení (SCO)

Zodpovedný riešiteľ **PhDr. Miloš Šlepecký, CSc.**

Príjemca **Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre - Fakulta sociálnych vied a zdravotníctva**

Názov pracoviska, na ktorom bol projekt riešený

Katedra psychologických vied FSVaZ UKF v Nitre

Názov a štát zahraničného pracoviska, ktoré spolupracovalo pri riešení

Zahraničné pracovisko neparticipovalo na riešení projektu.

Udelené patenty/podané patentové prihlášky, vynálezy alebo úžitkové vzory, ktoré sú výsledkami projektu

Nebolo definované v cieľoch projektu.

Najvýznamnejšie publikácie (knihy, články, prednášky, správy a pod.) zhrňujúce výsledky projektu – uveďte aj publikácie prijaté do tlače

Monografia z výskumu:

Šlepecký, M. a kol.: 2020. Psychologické, psychofyziologické a antropometrické koreláty srdcovocievnych ochorení. FSVaZ UKF Nitra. 2020. ISBN 978-80-558-1599-2.

Metodika z výskumu:

Šlepecký, M. a kol.: 2020. Psychologické poradenstvo v rámci prevencie srdcovocievnych ochorení. Metodika vychádzajúca z výsledkov výskumu: Psychologické, psychofyziologické a antropometrické koreláty srdcovocievnych ochorení. FSVaZ UKF Nitra. 2020. ISBN 978-80-558-1600-5.

Uplatnenie výsledkov projektu

Nami vytvorenú metodiku vychádzajúcu z výskumu odporúčame zaradiť do klinickej a poradenskej praxe. V rámci prevencie taktiež odporúčame aplikovať postupy schématerapie a meranie psychofyziologickej odpovede na stresovú záťaž. Práve nameraná jedinečnosť individuálnej odpovede na stresovú záťaž (tzv. individuálna odpoveďová špecificita), môže kompletizovať klinický obraz jednotlivca a umožniť lepšie nastaviť liečebné postupy, ktoré by zvýšili jeho resilienciu. Pri schémach (detailne popísaných v monografii z výskumu) a temperamentových predispozíciách, ktoré indikujú súvislosť s tlmivým a emočne nereagujúcim fenotypom a vedú k zníženému emočnému reagovaniu, je možné využiť aplikovanie programov zameraných na zvýšenú všímavosť k emočnému reagovaniu a empatii. Pri schémach, ako nedôvera/zneužívanie, pri ktorých sme zistili, že sú prepojené s

ostrážitým fenotypom, by bolo vhodné znižovať prílišnú reaktivitu pomocou postupov využívajúcich princíp spätnej väzby (ako sú napríklad biofeedbackové postupy). Naše výsledky odporúčame využiť aj pri výučbe na katedrách psychológie, špecializačnej príprave, aj v postgraduálnom vzdelávaní, ako aj v príprave v certifikovanej pracovnej činnosti psychoterapia ako konceptu, ktorý prepája poznatky viacerých smerov a integruje ich do nového prístupu v psychologickú prevenciu a ovplyvnení somatických ochorení. Poukazuje na význam posilnenia výučby v psychofyziológii (objektívizácii), novších stresových teórií (adaptívny kalibračný model) a ich prepojení s psychologickými poznatkami. Zvýšená schopnosť emočnej regulácie vo vzťahu k prevencii výskytu srdcovocievnych ochorení môže predstavovať ďalšiu z oblastí uplatnenia psychológov nielen v zdravotníctve na somatických oddeleniach, ale aj v poradenstve, či v psychológii zdravia. Jedným z cieľov našej práce bolo identifikovať psychologické faktory, ktoré by mohli prispievať k zvýšenému riziku srdcovocievnych ochorení v rámci primárnej prevencie.

Súhrn výsledkov riešenia projektu a naplnenia cieľov projektu v slovenskom jazyku (max. 20 riadkov)

Nami zistené výsledky objasňujú vzťah medzi temperamentovou a fenotypovou predispozíciou k aktivácii/inhibícii, ranými maladaptívnymi schémami, behaviorálnou somatickým štýlom ich zvládania, centrálnou a autonómnou reguláciou organizmu, rizikovými faktormi (napr. nadváha) a objektívnymi ukazovateľmi srdcovocievneho rizika. Keďže výskum bol realizovaný na vzorke zdravej populácie, umožňuje v budúcnosti porovnávať výsledky s rôznymi klinickými skupinami. Psychofyziologickou premennou, ktorá sa ukázala byť zvlášť senzitívnou vo vzťahu k psychologickým premenným, sa ukázala byť krátkodobá variabilita frekvencie srdca a aj samotná frekvencia srdca. Tá je determinovaná interakciou sympatika a parasympatika, kortikálnymi spojmi, ako aj lokálnou aktivitou sinoatriálneho uzla. Z nášho pohľadu sa ako najvýznamnejším modulačné spojenie s frekvenciou srdca ukazuje byť práve kortikálna úroveň (vzťah k raným maladaptívnym schémam). Výskum (nami realizovaný aj v súlade s inými odborníkmi) potvrdzuje užitočnosť Youngovej teórie raných maladaptívnych schém v zdravej populácii vo vzťahu k rizikovým faktorom srdcovocievnych ochorení. Zistenia viedli k vypracovaniu metodiky určenej na detekciu psychologických rizikových faktorov.

Súhrn výsledkov riešenia projektu a naplnenia cieľov projektu v anglickom jazyku (max. 20 riadkov)

The research results clarify the relationship between temperamental and phenotypic predisposition to activation / inhibition, early maladapted schemas, behavioral and somatic style of their coping, central and autonomous regulation of the organism, risk factors (e.g., overweight) and objective indicators of a cardiovascular risk. The research was conducted on a sample of healthy population which enables scientists to compare the results with various clinical groups in the future. Short-term heart rate variability and heart rate itself were identified as variables significantly sensitive in relation to psychological variables. Heart rate variability is determined by interaction of sympathetic and parasympathetic systems, cortical junctions, as well as by local activity of the sinoatrial node (SAN). From our perspective, cortical level (associated with early maladaptive schemas) seems to be the most important modulation connection with heart rate frequency. The research (carried out by our team along with other professionals) confirms the usefulness of Young's early maladaptive schemas theory in healthy population and its relation to risk factors for cardiovascular diseases. The findings led to the development of a methodology designed to detect psychological risk factors.