Katarzyna Rutkowska
Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie

WYBRANE OBSZARY WSPÓŁPRACY ZAWODOWEJ FIZJOTERAPEUTÓW I PSYCHOLOGÓW SPORTU

Streszczenie

Profesjonalizacja współczesnego sportu sprawia, że wymaga on od zawodników (ale też trenerów) coraz większych poświęceń. Jeśli zasoby psychofizyczne nie są wystarczające, proces adaptacji do wyzwań może zostać utrudniony. Urazy, różnorakie przeciążenia stanowią czynniki ryzyka zarówno w sferze fizycznej, jak i psychospołecznej. Stąd tak ważne jest włączenie do procesu szkolenia sportowego, już od najmłodszych lat sportowych adeptów, udziału specjalistów – w tym fizjoterapeutów i psychologów sportu. Ich synergiczna współpraca może wspomóc minimalizowanie wpływu czynników ryzyka. Efektywne działania fizjoterapeutów i psychologów sportu mogą pomóc zawodnikowi w zdobywaniu zasobów niezbędnych do radzenia sobie z wymaganiami sportu, ale także do optymalnego funkcjonowania w dynamicznie zmieniającej się rzeczywistości „pozasportowej". Wymaga to dyskusji nad standardami/modelami takiej współpracy. W pewien sposób określają to wymagania/regulacje prawnoadministracyjne i istniejące umownie „dobre praktyki". Praca stanowi głos w debacie nad dyscyplinami komplementarnymi fizjoterapii. Wydaje się, że zadania stawiane przed psychologami, psychologami sportu z powodzeniem wpisują się w niektóre wyzwania zawodowe fizjoterapeutów – zwłaszcza działania profilaktyczne, związane z promocją zdrowia, edukacją zdrowotną. Mając na uwadze dobro holistycznie postrzeganego zdrowia zawodnika – niezbędna jest synergiczna współpraca fizjoterapeutów i psychologów sportu.

Celem niniejszej pracy jest ukazanie psychologii sportu jako dyscypliny komplementarnej fizjoterapii. Artykuł to głos w dyskusji nad potrzebą i potencjałem tworzenia standardów współpracy psycholog sportu – fizjoterapeuta. Praca ma charakter przeglądowy.

Słowa kluczowe: psychologia sportu, fizjoterapia, profilaktyka, promocja zdrowia

Wstęp

Współczesny sport nieodzownie wiąże się z profesjonalizacją, koniecznością dostosowania stylu życia zawodnika (już od jego najmłodszych lat) do wymogów wyczynu. Dbałość o holistycznie postrzegane zdrowie powinna być podstawą maksymalizacji wyników sportowych, a przede wszystkim utrzymania satysfakcjonującej jakości życia na gruncie sportu i poza nim. W tym procesie niezbędne jest interdyscyplinarne, kompleksowe wsparcie zawodnika uzyskiwane na każdym etapie sportowej kariery, ze strony różnych specjalistów. W tym kontekście – ważna staje się ich efektywna i kierunkowa współpraca. Ciekawą płaszczyzną takich działań jest współpraca psychologów sportu i fizjoterapeutów. Celem niniejszej pracy jest zwrócenie uwagi czytelnika na potencjał, jaki tkwi w tych dwóch istotnych dla rozwoju zawodnika (i jako sportowca i jako człowieka) profesjach, ale także w efektywnej współpracy ukierunkowanej na troskę o zasoby (psychofizyczne) niezbędne w radzeniu sobie i w sporcie i w życiu „pozasportowym".

Fizjoterapia i psychologia sportu

Do niedawna te dwie grupy zawodowe nie miały stosownych regulacji prawnych. O ile fizjoterapeuci w 2016 roku doczekali się ustawy o zawodzie fizjoterapeuty i związanego z nią ustanowienia konkretnych zasad zawodowego funkcjonowania (Paszkowska 2020), o tyle psychologowie pomimo stosownej ustawy (Ustawa z dnia 8 czerwca 2001 r. o zawodzie psychologa i samorządzie zawodowym psychologów. Dz.U. 2001 nr 73 poz. 763) nie mogą liczyć na systemowe regulacje administracyjnoprawne. Ustawa zawiera szereg błędów legislacyjnych, które uniemożliwiają tworzenie norm. Jest zatem „klasycznym przypadkiem tak zwanego martwego prawa" (Żukowski, 2017, s. 14). Prawo do wykonywania zawodu działa w przypadku grupy zawodowej fizjoterapeutów; nie jest jednak skuteczne w przypadku psychologów. To sprawia, że potrzebna jest świadomość po stronie odbiorców usług psychologicznych, by skutecznie weryfikować kompetencje psychologów, także psychologów sportu. Pełnienie roli zawodowej psychologa zakłada „osobiste wykonywanie wewnętrznie spójnego zbioru czynności, systematycznie i odpłatnie, koncentrujących się na ludzkim zachowaniu składającym się z subiektywnych procesów umysłowych, jak i z zewnętrznych, obiektywnych i fizycznych reakcji" (Żukowski, 2017, s. 7).

Dotychczasowe zapisy prawne (w tym przywołana ustawa), Kodeks Etyczny Psychologa Polskiego Towarzystwa Psychologicznego (PTP 2018) oraz przyjęte „dobre praktyki" zakładają, że psychologiem w Polsce może być osoba, która ukończyła 5 lat studiów psychologicznych. Tym samym brakuje pełnego doprecyzowania dotyczącego, kim jest psycholog sportu w Polsce. Aktualnie dwie instytucje weryfikują kompetencje zawodowe: 1/ Polskie Towarzystwo Psychologiczne (PTP) nadaje psychologom sportu stosowne klasy, analogicznie, jak niegdyś przyznawano klasy trenerom w określonych dyscyplinach sportowych – drugą, pierwszą i mistrzowską, 2/ Polski Komitet Olimpijski (PKOl) weryfikując w ramach Programu Kształcenia Ustawicznego Psychologów Sportowych kwalifikacje psychologów sportu, nadaje psychologom nominacje olimpijskie (OSPS, 2023; PTP, 2023). Poza wytycznymi PTP i PKOl nie ma prawnych standardów dla osób wykonujących zawód psychologa sportu. Na rynku usług tego typu funkcjonują osoby przedstawiające się jako specjaliści pracujący nad sferą mentalną swoich klientów/pacjentów; jednocześnie nie legitymują się wykształceniem psychologicznym.

Psychologia sportu rozwija się dynamicznie od końca XIX wieku. W Polsce teoria psychologii sportu rozwijana była przede wszystkim w ośrodkach Akademii Wychowania Fizycznego. Aktualnie z powodzeniem tą tematyką zajmują się także naukowcy w ośrodkach uniwersyteckich. W obszarze praktyki psychologia sportu początkowo pojawiała się w obszarze sportu wysokokwalifikowanego – sportu na najwyższym poziomie. Dziś – rekomendowane jest wdrażanie do pewnej filozofii już od „pierwszych kroków" adeptów sportu. Ponadto psychologia sportu dedykowana zawodnikom, drużynom, ale i sztabom – trenerom, lekarzom medycyny sportowej, czy też rodzicom/opiekunom młodych zawodników. Ważną grupą odbiorców działań z obszaru psychologii sportu są też osoby, których funkcjonowanie jest podobne do sportowców, które trenują/ćwiczą, aby zaprezentować „szczyt formy" w tym konkretnym miejscu i czasie – na przykład wokaliści, aktorzy, muzycy, menedżerowie (Blecharz, 2006; Rutkowska, 2011).

Europejska Federacja Psychologii Sportu ćwierć wieku temu wskazała kluczowe obszary aktywności zawodowej psychologów. Należą do nich: 1/ prowadzenie badań nad różnymi aspektami psychospołecznego funkcjonowania człowieka zaangażowanego w aktywność fizyczną, 2/ edukacja przedmiotowa, 3/ praktyka związana z szerokorozumianym diagnozowaniem, interwencją oraz psychoprofilaktyką (Jarvis, 2003). W kontekście niniejszej pracy – to wymienione na końcu wyzwanie zawodowe budzi szczególną ciekawość.

Pomimo istniejących niejasności i luk regulacyjnych, warto zaznaczyć, że – zgodnie ze stosownymi opiniami prawnymi – zawód psychologa jest zaliczany (podobnie jak fizjoterapeuty) do grupy zawodów zaufania publicznego: „ (…) to zawody, których wykonywanie wiąże się ze świadczeniem określonych usług istotnych z punktu widzenia podstawowych dóbr jednostki – takich jak zdrowie, ochrona interesów majątkowych, dóbr osobistych i innych" (Młynarska-Sobaczewska, 2009, s. 740) oraz zawodów medycznych uregulowanych (Krasnowolski, 2013; Kłusek, 2016; OZZP, 2016).

Profesja fizjoterapeuty, w przeciwieństwie do zawodu psychologa, jest zdecydowanie dokładniej dookreślona. Standardy wykonywania zawodu są określone poprzez właściwe regulacje prawne – przede wszystkim doprecyzowuje je ustawa (Ustawa z dnia 25 września 2015 r. o zawodzie fizjoterapeuty. Dz.U. 2015 poz. 1994). Przepisy stanowią o wymogu posiadania kwalifikacji i wiedzy poświadczonych dyplomem ukończenia stosownych studiów na kierunku fizjoterapia; niezbędny jest również odbyty staż zawodowy i złożenie Państwowego Egzaminu Fizjoterapeutycznego. Wykładnie standardów świadczonych usług uwzględnia również Europejska Deklaracja Standardów w Fizjoterapii (2003). Zgodnie z nią fizjoterapia jako kluczowe zadanie przyjmuje świadczenie jednostkom i grupom społecznym określonych usług ukierunkowanych na ochronę, rozwój, podtrzymanie i/lub przywrócenie możliwie największego zakresu czynności ruchowych; przy czym te zakresy czynności są postrzegane jako jeden z istotnych wyznaczników zdrowia. Fizjoterapeuta nie tylko zajmują się praktyką (w tym diagnozą kliniczną, ale również dydaktyką, edukacją i promocją zdrowia; przy czym wszystkie te zadania realizują z koniecznością dostosowania ich od określonych/różnych warunków i miejsc pracy, ludzi (w różnym wieku, z różnych kultur, o różnym potencjale zdrowia). Warto zaznaczyć, że w Polsce istotny dla postrzegania zawodu fizjoterapeuty jest także Krajowy Standard Kwalifikacji Zawodowych Fizjoterapeuty (2006), który precyzyjnie określa wymogi i zadania zawodowe, podkreślając jednocześnie obowiązek ustawicznego rozwoju i doskonalenia zawodowego. Branżowy Kodeks Etyczny (finalna wersja dokumentu „Zasady etyki zawodowej fizjoterapeuty" została opracowana podczas II Krajowego Zjazdu Fizjoterapeutów (Uchwała Nr 25/II KZF/2022II Krajowego Zjazdu Fizjoterapeutów), podobnie jak w przypadku psychologów – reguluje standardy deontologiczne. Pomimo starannych regulacji trwają prace ewaluacyjne dotyczące zawodu.

Wśród różnych głosów dotyczących kierunków rozwoju profesji fizjoterapeuty pojawiają się uwagi sugerujące potrzebę większej humanizacji zawodu, a także wzmacniania kompetencji ukierunkowanych na współpracę z zespołami terapeutycznymi (Nieścioruk, Rutkowska, 2018). Z pewnością współpraca z psychologiem może być dla psychologa pomocna także z perspektywy doskonalenia jego kompetencji psychospołecznych niezbędnych w pracy z pacjentami/klientami, a jednocześnie stanowiącymi bufor wypalenia zawodowego.

Swoistym zobowiązaniem zawodowym i psychologów i fizjoterapeutów jest współpraca zawodowa – zwłaszcza z innymi przedstawicielami zawodów medycznych na rzecz dobra pacjenta/klienta – zgodnie z obowiązującą wiedzą. Współczesna wiedza natomiast w sposób bezdyskusyjny podkreśla związek między ciałem a umysłem, między sferą fizyczną a psychospołeczną funkcjonowania człowieka. Stąd wysoka zasadność podejmowania dyskusji nad formami i zasadami współpracy fizjoterapeutów i psychologów – także na gruncie szerokorozumianej kultury fizycznej, która uwzględnia zarówno rekreację, wychowanie fizyczne, rehabilitację ruchową oraz sport (Krawczyk, 1983). To na gruncie kultury fizycznej, poprzez udział w niej, człowiek ma szansę integrować i utrwalać postawy (rozumiane jako i wiedza i zachowania) warunkujące harmonijny i wszechstronny rozwój osobowości, ale i holistycznie rozumianego zdrowia – w aspekcie fizycznym, psychicznym i społecznym (Kosiewicz, 2000). W niniejszej pracy analizie poddany został wybrany, w pewnym wymiarze najistotniejszy, obszar możliwej współpracy przedstawicieli tych dwóch profesji na szczególnym gruncie – w obszarze współczesnego sportu. Sport wymaga maksymalizacji sił fizycznych i psychicznych, a jednocześnie jest terenem ryzyka urazów/mikrourazów zarówno ciała, jak i psychiki.

Profilaktyka, promocja zdrowia, edukacja jako wyzwania zawodowe fizjoterapeutów i psychologów

Współcześnie istnieje wiele różnorodnych czynników ryzyka, które mogą zagrażać zdrowiu (w wymiarze fizycznym, społecznym, emocjonalnym i duchowym), prawidłowemu rozwojowi człowieka. Istnieją one w sporcie (presja czasu, wyniku, konieczność poświęcenia na rzecz aktywności sportowej innych obszarów funkcjonowania), ale i w życiu codziennym (konieczność adaptacji do zmieniającego się świata, ewentualne trudności relacyjne, wyzwania związane z edukacją, pracą zarobkową, kontekstami

rodzinnymi). Efektywna i kierunkowa pomoc ludziom sportu wymaga zatem holistycznych oddziaływań wzmacniających posiadane zasoby (także psychofizyczne), wspomagających proces radzenia sobie z problemami/wyzwaniami. Wydaje się, że w tym obszarze synergiczne połączenie praktyki fizjoterapeutycznej i psychologicznej może wzmacniać czynniki chroniące, a minimalizować ilość i szkodliwość czynników ryzyka. W tym zakresie zarysowuje się potrzeba i potencjał współpracy fizjoterapeutów i psychologów sportu; ten obszar to profilaktyka (Gaś, 2005, Śliwa, 2015). Dość bliska tym oddziaływaniom, choć w większym stopniu skupiona nie tyle na ochronie zdrowia (jak w przypadku profilaktyki), ale na jego doskonaleniu - jest promocja zdrowia. W profilaktyce ukierunkowanej na oddziaływania środowiskowe, nacisk położony jest na unikanie zagrożeń. Natomiast w promocji zdrowia koncentracja jest na wspieraniu zasobów, podkreślaniu znaczenia dobrych wzorców i praktyk na rzecz zdrowia; przy czym te oddziaływania kierowane są do szerszych społeczności (Salamucha, 2016).

Dwa zasygnalizowane obszary potencjalnej współpracy psychologów i fizjoterapeutów – promocja zdrowia oraz profilaktyka, a także wpisująca się w ich ramy edukacja zdrowotna to według stanowiska medycyny opartej na dowodach kluczowe ścieżki poprawy jakości zdrowia (Rezner i in., 2013). Warto również zaznaczyć, że zgodnie z przytoczonymi powyżej standardami wykonywanych profesji – zarówno psychologowie, jak i fizjoterapeuci wśród realizowanych zadań zawodowych zajmują się edukacją.

Podsumowanie

Niniejszy głos w dyskusji nad dyscyplinami komplementarnymi fizjoterapii stanowi sygnał ukazujący potrzebę szerszej debaty nad standardami współpracy fizjoterapeutów i psychologów pracujących w sporcie, czy szerzej – w różnych obszarach aktywności fizycznej. Ze względu na określone zadania zawodowe tych dwóch profesji, ale także wobec wyzwań i zagrożeń tkwiących we współczesnych czasach i w samym sporcie – upatruje się dużego potencjału w synergicznej współpracy fizjoterapeutów i psychologów na rzecz wspierania szerokorozumianego zdrowia sportowców. Szczególnie ważny staje się nie tylko obszar edukacji, diagnozy i interwencji, ale także profilaktyki i promocji zdrowia.

Literatura:

1. Blecharz, J. (2006). Psychologia we współczesnym sporcie – punkt wyjścia i możliwości rozwoju. *Przegląd Psychologiczny, 49,* 4, 445-462.
2. Gaś, Z.B. (2005). Profilaktyka w szkole, W: B.J. Kamińska-Buźko, J. Szymańska (red.) Profilaktyka w szkole: poradnik dla nauczycieli, Warszawa: Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej strony 9-11.
3. Jarvis, M. (2003). *Psychologia sportu*. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk: Gdańskie...
4. Kłusek, P. (2016). Fizjoterapeuta jako wolny zawód i zawód zaufania publicznego. *Rozprawy Naukowe Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, 53,* 44-56.
5. Kosiewicz, J. (2000). *Kultura fizyczna i sport w perspektywie filozofii*, Warszawa: Akademia Wychowania Fizycznego.
6. Krawczyk, Z. (1983). *O kulturze fizycznej. Studia i szkice*, Warszawa: Wydawnictwo AWF
7. Młynarska-Sobaczewska, A. (2009). *Zawody zaufania publicznego*. W: W. Skrzydło, S. Grabowska, R. Grabowski (red.). Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej. Komentarz Encyklopedyczny, Warszawa.
8. Nieścioruk, S., Rutkowska, E. (2018). Ryzyko zawodowe w pracy fizjoterapeuty w ocenie studentów. *Rozprawy Społeczne/Social Dissertations*, *12,* 3, 73-78.
9. OSPS. (2023). Lista psychologów sportu, dostęp z dnia 29.06.2023 – https://osps.com.pl/lista-psychologow-sportu/.
10. Paszkowska, M. (2020). Nowy status fizjoterapeuty w polskim systemie ochrony zdrowia. *Wiadomości Lekarskie, LXXIII, 7,* 1567-1575.
11. PTP. (2023). Certyfikaty psychologa sportu, dostęp z dnia 1.07.2023 - https://psych.org.pl/certyfikaty-i-rekomendacje/certyfikaty-psychologa-sportu.
12. Rezner, A., Rezner, W., Kosecka, J. (2013). Edukator zdrowia w podstawowej opiece zdrowotnej jako szansa na podniesienie poziomu promocji zdrowia i profilaktyki w Polsce. *Probl Hig Epidemiol*, *94, 3,* 407-412.
13. Rutkowska, K. (2011). Psychologia sportu – w stronę nauk o kulturze fizycznej czy nauk humanistycznych? *Annales Univeritatis Mariae Curie-Skłodowska Lublin – Polonia*, *XXIV, 2,* J, 7-19.
14. Salamucha, A. (2016). Pojęcie profilaktyki (analiza semiotyczna). *Roczniki Pedagogiczne*, *8*(4), 7-48.
15. Śliwa, S. (2015). *Profilaktyka Pedagogiczna*. Opole: Wyższa Szkoła Zarządzania i Administracji.
16. Żukowski, L. J. (2017). Zawód psychologa w ochronie zdrowia. *Reglamentacja prawnoadministracyjna, Monografie Prawnicze.* Wydawnictwo C.H. Beck, Warszawa.

Źródła internetowe:

- http://www.ozzp.org.pl/images/do-pobrania/opinia_prawna_zawody_medyczne.pdf (pobranie: 20.05.2023) OZZP (2016).
- https://psych.org.pl/dla-psychologow/kodeks-etyczny (pobranie: 15.06.2023) PTP (2018).
- https://www.senat.gov.pl/gfx/senat/pl/senatopracowania/56/plik/ot-625_.pdf (pobranie: 25.06.2023).
- https://ofizjo.pl/wp-content/uploads/2015/01/efs_49_fizjoterapeuta1.pdf (pobranie: 17.06.2023).
- https://osps.com.pl/lista-psychologow-sportu/ (pobranie: 17.06.2023).