**Polski eksperyment psychologiczny w kosmosie**

**Psycholożka z Uniwersytetu SWPS prof. Justyna Ziółkowska będzie analizować wideodzienniki astronautów, w tym Polaka dr inż. Sławosza Uznańskiego-Wiśniewskiego, aby sprawdzić jakie cechy psychologiczne wpływają na radzenie sobie z izolacją.**

W ramach misji Axiom-4 na Międzynarodową Stację Kosmiczną (ISS), w której uczestniczy dr inż. Sławosz Uznański-Wiśniewski jako drugi polski astronauta w historii, realizowany będzie przełomowy eksperyment AstroMentalHealth. To pierwsze tego rodzaju badanie, które pozwoli porównać w czasie rzeczywistym funkcjonowanie psychiczne człowieka w kosmosie i na Ziemi. Projekt jest realizowany przez interdyscyplinarny zespół naukowców, w którego skład weszła dr hab. Justyna Ziółkowska, prof. Uniwersytetu SWPS z Katedry Psychologii Klinicznej i Zdrowia Wydziału Psychologii we Wrocławiu USWPS.

AstroMentalHealth jest to projekt pod kierownictwem dr Agnieszki Skorupy z Instytutu Psychologii na Wydziale Nauk Społecznych Uniwersytetu Śląskiego i jego celem jest badanie wpływu izolacji kosmicznej oraz warunków panujących na stacji na zdrowie psychiczne człowieka i psychologiczne funkcjonowanie astronautów podczas krótkotrwałej misji kosmicznej. Rolą prof. Justyny Ziółkowskiej jest analiza danych jakościowych gromadzonych równolegle na ISS oraz w habitacie kosmicznym Lunares w Pile.

**Pierwsze takie badanie w historii astronautyki**

Eksperyment AstroMentalHealth to unikalne przedsięwzięcie, które po raz pierwszy umożliwi bezpośrednie porównanie danych psychologicznych zebranych jednocześnie na orbicie i w ziemskim habitacie kosmicznym. Dr inż. Sławosz Uznański-Wiśniewski, wraz z innymi członkami załogi Axiom-4, weźmie udział w kompleksowym programie badawczym obejmującym codzienne wypełnianie kwestionariuszy psychologicznych, nagrywanie wideodzienników i dokumentację fotograficzną kluczowych momentów misji.

Równolegle identyczne procedury będą realizowane w habitacie Lunares Research Station w Pile, gdzie zespół astronautów analogowych odtworzy warunki panujące na ISS.

Ta podwójna perspektywa pozwoli odpowiedzieć na fundamentalne pytanie: czy ziemskie symulacje faktycznie odzwierciedlają to, co dzieje się z psychiką człowieka w kosmosie? Dotychczas naukowcy musieli polegać na założeniach i przypuszczeniach. Teraz będą mogli to zweryfikować empirycznie.

Psycholożka z Uniwersytetu SWPS podkreśla, że projekt obejmuje wiele różnych procedur badawczych: – Ja będę się zajmowała analizą wideodzienników, które biorący udział w misji zarówno głównej, jak i analogowej będą nagrywali w czasie pobytu na stacji kosmicznej/habitacie Lunares. Prowadzenie badań równolegle w habitacie kosmicznym Lunares pozwala nam na zebranie danych porównawczych.

**Innowacyjne podejście do selekcji astronautów?**

Badania koncentrują się na dwóch kluczowych cechach psychologicznych dotychczas pomijanych w procesach rekrutacji: mindfulness (uważności) oraz self-compassion (samowspółczuciu). Wcześniejsze badania prowadzone przez 2,5 roku na grupie 88 uczestników misji analogowych wykazały, że cechy te są kluczowe dla efektywnej adaptacji do warunków izolacji.

Prof. Ziółkowska zwraca uwagę, że są różne typy izolacji i zamknięcia, a pobyt na ISS jest szczególnym rodzajem izolacji: – Niewiele wiemy na ten temat. Nieco więcej badań prowadzonych jest w warunkach analogowych, w habitatach kosmicznych. W ramach projektu AstroMentalHealt przeprowadziliśmy pilotaż w czasie 2 misji analogowych i ze wstępnych analiz wynika, że niezwykle istotną rolę w radzeniu sobie z izolacją członkowie misji przypisują relacjom w zespole.

**Myśląc o Marsie, ale nie tylko**

Wyniki eksperymentu będą miały fundamentalne znaczenie dla planowanych długoterminowych misji kosmicznych, w tym wypraw na Marsa. Identyfikacja krytycznych momentów w procesie adaptacji psychologicznej pozwoli opracować skuteczne procedury wsparcia dla astronautów podczas misji trwających nawet 3 lata.

Wyniki badań mogą jednak dużo szybciej być wykorzystywane w praktyce – w szybko rozwijającej się branży turystyki kosmicznej. Psychologiczne przygotowanie uczestników takich lotów będzie kluczowe, aby ich podróż w kosmos była pozytywnym przeżyciem.

Izolacja związana z pobytem na stacji kosmicznej jest bardzo specyficznym typem izolacji, którą trudno porównać do innych. Czy możliwe będzie przeniesienie wyników badań z misji do życia na Ziemi, np. do badania osób w więzieniach, pracowników stacji badawczych lub platform wiertniczych? Prof. Ziółkowska wskazuje, że każdy z wymienionych tu typów izolacji niesie inne wyzwania, jednak mają one też wspólne cechy np. ograniczony kontakt społeczny, monotonię środowiska, brak prywatności czy zaburzony rytm dobowy. – Dlatego choć misja kosmiczna to szczególny typ izolacji, mamy nadzieję, że wyniki naszych badań dołożą swoją cegiełkę do lepszego rozumienia psychologicznych skutków izolacji, także na Ziemi – mówi badaczka.

**AstroMentalHealth – czemu dopiero dziś?**

Dlaczego dopiero teraz, po ponad 60 latach lotów kosmicznych, przeprowadzane są pierwsze takie kompleksowe badania psychologiczne na orbicie? Prof. Ziółkowska mówi, że trudno podać przyczyny,, ale wskazuje: – Musimy pamiętać, że loty w kosmos są rzadkie i – jak przekonaliśmy się w ramach przygotowań do projektu AstroMentalHealth – czas, jaki astronauci mogą poświęcić na aktywność badawczą w kosmosie, jest mocno ograniczony. To, że projekt AstroMentalHealth będzie realizowany dowodzi, że agencje kosmiczne dostrzegają wyzwania psychologiczne związane z izolacją.

Eksperyment AstroMentalHealth nie wymaga wyniesienia na orbitę żadnego dodatkowego sprzętu – wykorzystuje wyłącznie aparaturę dostępną na ISS. Na realizację badań zespół wynegocjował od 300 do 500 minut czasu pracy astronautów.

AstroMentalHealth (Mental and behavioral health, work performance, and interaction with nature and technological environment during a space mission – psychological monitoring and intervention programs) jest jednym z 13 polskich eksperymentów realizowanych w ramach pierwszej polskiej misji technologiczno-naukowej IGNIS. Projekt uzyskał wszystkie wymagane zgody komisji etycznych, w tym Medical Board ESA oraz NASA. Jest finansowany przez Ministerstwo Rozwoju i Technologii we współpracy z Polską Agencją Kosmiczną i Europejską Agencją Kosmiczną.

W skład interdyscyplinarnego zespołu badawczego wchodzą:

* Dr Agnieszka Skorupa (kierownik projektu) – Uniwersytet Śląski
* Dr Mateusz Paliga, prof. UŚ (wicekierownik) – Uniwersytet Śląski
* Dr Dagna Kocur, prof. UŚ – Uniwersytet Śląski
* Dr hab. Justyna Ziółkowska, prof. USWPS – Uniwersytet SWPS
* Prof. dr hab. Dariusz Galasiński – Uniwersytet Wrocławski
* Mgr Konrad Opaliński – Uniwersytet Zielonogórski
* Dr inż. arch. Leszek Orzechowski – Space is Moore sp. z o.o.
* Mgr inż. arch. Agata Mintus – Space is Moore sp. z o.o.

**\*\*\*\***

**Uniwersytet SWPS** to nowoczesna uczelnia oparta na trwałych wartościach. Silną pozycję zawdzięcza połączeniu wysokiej jakości dydaktyki z badaniami naukowymi prowadzonymi na najwyższym poziomie. Uczelnia kształci blisko 17 tysięcy studentek i studentów w tym ponad tysiąc z zagranicy oraz ponad 4 tys. słuchaczek i słuchaczy studiów podyplomowych na blisko 50 kierunkach studiów stacjonarnych i niestacjonarnych i ok. 200 kierunkach studiów podyplomowych. Uniwersytet oferuje programy studiów z psychologii, prawa, zarządzania, dziennikarstwa, filologii, kulturoznawstwa, nowych technologii oraz grafiki i wzornictwa, a także edukację w postaci szkoleń i krótkich kursów akademickich. Uczelnia dba o wysoką wartość akademicką naszych programów oraz ich dostosowanie do wymagań zmieniającego się rynku pracy. Kampusy Uniwersytetu SWPS znajdują się w sześciu miastach: Warszawie (siedziba), Wrocławiu, Sopocie, Poznaniu, Katowicach i w Krakowie.

Uczelnia posiada uprawnienia do nadawania stopnia doktora oraz doktora habilitowanego w siedmiu dyscyplinach: psychologia, nauki o kulturze i religii, literaturoznawstwo, nauki prawne, nauki socjologiczne, nauki o polityce i administracji, sztuki plastyczne i konserwacja dzieł sztuki. Na Uniwersytecie SWPS funkcjonuje pięć instytutów naukowych, które zajmują się organizacją i koordynacją działalności naukowej pracowników badawczych i badawczo-dydaktycznych uczelni w poszczególnych dyscyplinach: Instytut Psychologii, Instytut Nauk Humanistycznych, Instytut Nauk Społecznych, Instytut Prawa oraz Instytut Projektowania. W uczelni działa blisko 30 centrów badawczych oraz ponad 120 kół naukowych.

Uniwersytet SWPS należy do sojuszu European Reform University Alliance (ERUA). Jest to sojusz uczelni zawarty w ramach Inicjatywy Uniwersytetów Europejskich, powołanej i finansowanej przez Komisję Europejską.