

**WNIOSEK
O WSZCZĘCIE POSTĘPOWANIA HABILITACYJNEGO**

**Do
Centralnej Komisji
do Spraw Stopni i Tytułów**

Paweł Posadzki

Zatrudniony: Uniwersytet w Exeter, Szkoła Medycyny

Email: Paul.Posadzki@pcmd.ac.uk

Obszar wiedzy, dyscyplina naukowa: Nauki o Zdrowiu

Warszawski Uniwersytet Medyczny, Wydział Nauk o Zdrowiu

Uprzejmie proszę o wszczęcie postępowania habilitacyjnego na Warszawskim Uniwersytecie Medycznym, Wydziale Nauk o Zdrowiu. Uprzejmie dziękuję.

Wnoszę o przeprowadzenie głosowania komisji habilitacyjnej w trybie jawnym.

Paweł Posadzki



Exeter, 03.11.11

Wykaz publikacji oraz indywidualny wkład

Posadzki P. Psychospołeczne uwarunkowania postaw wobec zdrowia. (Praca kwalifikowana)

1.2 Posadzki P. Wybrane zagadnienia z zakresu jogi w aspekcie terapii manualnej. *Medycyna Manualna*. 2005; 9 (1-2): 9-21. (procentowy udział 100%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.3 Posadzki P. Psychologiczne uwarunkowania zdrowia i jakości życia. *Studia Humanistyczne*. 2005; (5):65-87. (procentowy udział 100%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.4 Posadzki P. Wybrane zagadnienia z zakresu jogi w aspekcie neuromobilizacji. *Medycyna Manualna*. 2006;10; (1): 11-23. (procentowy udział 100%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.5 Posadzki P. Społeczne uwarunkowania zdrowia. *Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne*. 2008; 471; (4): 18-25. (procentowy udział 100%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.6 Posadzki P. Pozytywne postawy wobec zdrowia – podstawy teoretyczne. *Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne*. 2008; 467; (12):10-20. (procentowy udział 100%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przeprowadzenie badań ilościowych, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.7 Posadzki P. Parekh S. O'Driscoll ML. Mucha D. Qigong's relationship to educational kinesiology: A Qualitative approach. *J Bodyw Mov Ther* 2010 Jan;14(1):73-9. (procentowy udział 85%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.8 Posadzki P. Richerson S. Tai Chi and Meditation: A conceptual (re) synthesis. *J Holist Nurs*. 2009 Jun;27(2):103-14. (procentowy udział 90%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.9 Posadzki P. Parekh S. Yoga and physiotherapy: A speculative review and a conceptual synthesis. *Chin J Integr Med* 2009 Feb;15(1): 66-72. (procentowy udział

95%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.10 Posadzki P Stockl A. Mucha D Qi Gong exercises and Feldenkrais method from the perspective of Gestalt concept and humanistic psychology. *J Bodyw Mov Ther* 2010 Jul;14(3):227-33. (procentowy udział 90%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.11 Posadzki P. Parekh S. Glass N. Qi Gong and Yoga exercises for the prevention of mental health disorders: A conceptual meta-synthesis. *Chinese Journal of Integrative Medicine*. 2009 Sep 15. (procentowy udział 50%, wkład obejmuje współudział w definiowaniu koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.12 Posadzki P. Qi Gong exercises through the lens of Alexander technique. *European Journal of Integrative Medicine*. 2009. vol. 1 (2):87-92. (procentowy udział 100%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.13 Posadzki P. Musonda P. Stockl A. Tsouroufli M. The sense of coherence, health behaviours, self-efficacy and optimism among healthy college students: A cross sectional survey. *Scand J Psychol*. 2010 Jun 1;51(3):246-52. (procentowy udział 80%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przeprowadzenie badań ilościowych analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.14 Posadzki P Musonda P Debska G Polczyk R Quality of life, sense of coherence, self-efficacy and level of optimism among undergraduate students: A cross sectional study. *Applied Research in Quality of Life*. 2009; 4(3): 239-258. (procentowy udział 70%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przeprowadzenie badań ilościowych, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.15 Posadzki P. Smith T. Lomi-lomi: A massage with movements. *Alternative Therapies in Health and Medicine*. 2009 Nov-Dec;15(6):44-9. (procentowy udział 90%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.16 Posadzki P. Soft and hard Qi Gong: A review of similarities, differences and underlying principles. *Integrative Medicine: A Clinician's Journal*. 2010; (4): 46-50. (procentowy udział 100%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.17 Posadzki P. Qi Gong and physiotherapy: A narrative review and conceptual

synthesis. *European Journal of Integrative Medicine*. 2009; 1, (3): 139-144. (procentowy udział 100%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.18 Posadzki P. Glass N. The sense of coherence and self-efficacy: A qualitative synthesis. *Scientific World Journal*. Sep 14;9:924-33. (procentowy udział 95%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.19 Posadzki P. Glass N. Mind-body medicine: A qualitative approach. *Advances in Mind Body Medicine*. 2009 ;24(3):8-14. (procentowy udział 95%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.20 Posadzki P. The transmission of affect: The compassionate love in clinical and educational settings. *Integrative Medicine: A Clinician's Journal*. 2010; 9 (5):46-50. (procentowy udział 100%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.21 Posadzki P. The Sociology of Qi Gong: A Qualitative Study. *Complementary Therapies in Medicine*. 2010 Apr;18(2):87-94. (procentowy udział 100%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przeprowadzenie badań jakościowych, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.22 Lizis P., Posadzki P. Smith T The relations of the explosive muscle strength and the medial longitudinal arch of the feet in young adults: A cross sectional study. *Foot and Ankle International*. 2010 Sep;31(9):815-22. (procentowy udział 50%, wkład obejmuje analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.23 Posadzki P An Incorporation of Massage Practice into Psychotherapy: An Integrative, Conjoint Approach. *Chin J Integr Med* 2011 Feb;17(2):154-8. (procentowy udział 100%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.24 Posadzki P. Qi Gong 18 Luohan Hands and Yoga for the prevention of LBP A conceptual synthesis. *Chin J Integr Med* 2011 April;17(4): (procentowy udział 100%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.25 Posadzki P. The psychology of Qi Gong: A qualitative study. *Complementary Health Practice Review*. 2010; 15(2) 84-97. (procentowy udział 100%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przeprowadzenie badań jakościowych, analizę i

interpretację danych, prezentację wyników)

1.26 Posadzki P. Lizis P. Hagner-Derengowska M. Pilates for low back pain: A systematic review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*. 2011 May;17(2):85-9. (procentowy udział 95%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.27 Posadzki P, Ernst E Osteopathy for musculoskeletal pain patients: a systematic review of randomized controlled trials. *Clinical Rheumatology*. 2011 Feb;30(2):285-91. (procentowy udział 90%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.28 Ernst E. Posadzki P. Lee MS. Reflexology: An update of a systematic review of randomised clinical trials. *Maturitas*. 2011 Feb;68(2):116-20. (procentowy udział 80%, wkład obejmuje współudział w definiowaniu koncepcji, systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.29 Ernst E. Posadzki P. An independent review of NCCAM funded studies. *Clinical Rheumatology*. 2011 May;30(5):593-600. (procentowy udział 50%, wkład obejmuje współudział w definiowaniu koncepcji, systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.30 Posadzki P. Ernst E. Guided imagery for musculoskeletal pain: a systematic review. *Clinical Journal of Pain*. 2011 Sep;27(7):648-53. (procentowy udział 90%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.31 Ernst E Posadzki P. Systematic reviews of spinal manipulations for headaches: an attempt to clear up the confusion. *Headache*. 2011 Oct;51(9):1419-25. (procentowy udział 50%, wkład obejmuje współudział w definiowaniu koncepcji, systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.32 Posadzki P. Ernst E. Spinal manipulations for the treatment of migraine: a systematic review of randomized clinical trials. *Cephalalgia*. 2011 Jun;31(8):964-70. (procentowy udział 70%, wkład obejmuje współudział w definiowaniu koncepcji, systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.33 Kang JW, Lee MS, Kim JI, Lee EN, Posadzki P. Ernst E. Tai chi for the treatment of osteoarthritis: a systematic review and meta-analysis. *BMJ Open*. 2011 Jan 1;1(1):e000035. (procentowy udział 10%, wkład obejmuje analizę i interpretację

danych, prezentację wyników)

1.34 Posadzki P. Zhang J, Lee MS, Ernst E. Acupuncture for chronic nonbacterial prostatitis/chronic pelvic pain syndrome: a systematic review. *Journal of Andrology*. 2011 Mar 24. (procentowy udział 85%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.35 Posadzki P. Kundalini Yoga Meditation for Complex Psychiatric Disorders. *Focus on Alternative and Complementary Therapies*. 2011; 16 (1):96. (procentowy udział 100%, wkład analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.36 Posadzki P. Ernst E. Spinal manipulations for cervicogenic headaches: a systematic review of randomized clinical trials. *Headache*. 2011 Jul-Aug;51(7):1132-9. (procentowy udział 60%, wkład obejmuje współudział w definiowaniu koncepcji, systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.37 Posadzki P. Shark cartilage for cancer: a mini systematic review. *Focus on Complementary and Alternative Therapies*. 2011; 16 (3): 204-207. (procentowy udział 90%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.38 Posadzki P. Ernst E. Is yoga an effective treatment for asthma: A systematic review of randomized clinical trials. *Journal of Asthma*. 2011 Aug;48(6):632-9. (procentowy udział 90%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.39 Posadzki P. Ernst E. Yoga for low back pain: a systematic review. *Clinical Rheumatology*. . 2011 Sep;30(9):1257-62. (procentowy udział 90%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.40 Posadzki P. Tai chi/qigong improves selected indicators of metabolic syndrome, QoL, depression and perceived stress. *Focus on Alternative and Complementary Therapies*. 2011;16(2):161-162. (procentowy udział 100%, wkład obejmuje analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.41 Ernst E. **Posadzki P.** Lee MS. Complementary and alternative medicine (CAM) for sexual dysfunction and erectile dysfunction in older man and women: an overview of systematic reviews. *Maturitas* . 2011 Sep;70(1):37-41. (procentowy udział 50%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, systematyczny przegląd

literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.42 Posadzki P, Ernst E. Complementary and alternative medicine (CAM) for rheumatoid arthritis and osteoarthritis: an overview of systematic reviews. *Current Pain and Headache Reports*. DOI: 10.1007/s11916-011-0227-x (procentowy udział 90%, wkład obejmuje współudział w definiowaniu koncepcji, systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.43 Posadzki P, Ernst E. Chiropractic for the treatment and prevention of sport injuries. *Focus on Alternative and Complementary Therapies*. (procentowy udział 50%, wkład obejmuje systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.44 Posadzki P, Ernst E. Response to Licciardone. *Clinical Rheumatology*. 2011 Jun;30(6):873. (procentowy udział 50%, wkład analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.45 Posadzki P, Lewandowski W, Terry R, Ernst E. (accepted for publication) Guided Imagery for non-musculoskeletal pain: a systematic review of randomized clinical trials. *Journal of Pain and Symptom Management*. (procentowy udział 85%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.46 Posadzki P, Ernst E, Terry R, Lee MS. Is yoga effective for pain? A systematic review of randomized clinical trials. *Complementary Therapies in Medicine*. 2011 Oct;19(5):281-7 (procentowy udział 90%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.47 Posadzki P. Yoga improves mood and anxiety in healthy subjects. *Focus on Alternative and Complementary Therapies*. 2011; 16 (2):165-166 (procentowy udział 100%, wkład obejmuje analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.48 Posadzki P, Ernst E. Spinal manipulation: An update of a systematic review of systematic reviews. *New Zealand Medical Journal*. 2011 Aug 12;124(1340):55-71. (procentowy udział 50%, wkład obejmuje współudział w definiowaniu koncepcji, systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

1.49 Terry R, **Posadzki P**, Watson L, Ernst E. The use of ginger (*Zingiber officinale*) for the treatment of pain: a systematic review of clinical trials. *Pain Medicine*. (procentowy udział 40%, wkład obejmuje współudział w definiowaniu

koncepcji, analizę i interpretację danych)

1.50 Onakpoya I, Posadzki P, Davis L, Ernst E Efficacy of long-term Conjugated Linoleic Acid (CLA) supplementation in the management of overweight and obesity: a systematic review and meta-analysis of randomized clinical trials. *European Journal of Nutrition*. (procentowy udział 35%, wkład obejmuje analizę i interpretację danych)

2. Podręczniki, skrypty:

2.1. Posadzki P. A mixed method approach to optimism research. [w]: Brandt P. *The psychology of optimism*. Nova Science Publishers. New York, 2011.

3. Inne publikacje lub twórcze opracowania dzieł artystycznych

3.1. Posadzki P. Psychologiczne wyznaczniki pozytywnej postawy wobec zdrowia. *1 Międzynarodowa Konferencja Naukowo-Metodyczna na temat Promocji Zdrowia i Zagrożeń Cywilizacyjnych*. Nowy Targ, Polska, 16-17 Listopada 2007. (procentowy udział 100%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przeprowadzenie badań ilościowych, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

3.2. Posadzki P. Parekh S. Qi Gong and Yoga exercises for mental health prevention: A conceptual meta-synthesis. *1st International Euro-India Conference on Holistic Medicine*. Kottayam, Kerala, India, 21st-23rd August 2008 (procentowy udział 50%, wkład obejmuje współ-definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

3.3. Posadzki P. Wyzwania Metodologiczne w badaniach nad terapia manualnej. *2 Międzynarodowa Konferencja Naukowo-Metodyczna na temat Promocji Zdrowia i Zagrożeń Cywilizacyjnych*. Nowy Targ, Polska, 22-23 Listopada 2008. (procentowy udział 100%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, przegląd literatury, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

3.4. Posadzki P. Stockl A. Qualitative studies on Qi Gong exercises: Closer to the essence of their experience? *Valuing Qualitative Research: Diversity and Debate in Alternative & Complementary Health*. University of York, England, July 13-14 2009. (procentowy udział 90%, wkład obejmuje definiowanie koncepcji, wykonanie badań jakościowych, analizę i interpretację danych, prezentację wyników)

3.5 Posadzki, P. Closer to the Essence of Yoga Experience. *International*

Interdisciplinary Scientific Conference Yoga in Science – Future and Perspectives,
September 23-24, 2010, Belgrade, Serbia. (procentowy udział 100%, wkład
obejmuje definiowanie koncepcji, wykonanie badań jakościowych, analizę i
interpretację danych, prezentację wyników)

3.6. Posadzki P. Ernst E. Complementary medicine for stress relief? *Stress and Life-
International conference of psychoneuroendocrinology*. 27-30 October,
Orvieto, Italy. (procentowy udział 50%, wkład obejmuje współudział w
definiowaniu koncepcji, systematyczny przegląd literatury, analizę i interpretację
danych, prezentację wyników)

03.11.2011

Posadzki



Paweł Posadzki, PhD

Associate Research Fellow

Adres: University of Exeter, Department of Complementary Medicine

Veysey Building

EX2 4SG

Exeter

Wielka Brytania

Email:Paul.Posadzki@pcmd.ac.uk

DODATKOWE INFORMACJE

O osiągnięciach dydaktycznych, współpracy z instytucjami naukowymi i działalności popularyzującej naukę

- Styczeń 2008-Lipiec 2009- Uniwersytet Wschodnia Anglia (Norwich, Wielka Brytania)- Oprócz projektowania i prowadzenia badań klinicznych, byłem również odpowiedzialny za opiekę projektów badawczych studentów i ocenę ich prac naukowych.
- Wrzesień 2009-Lipiec 2010- Wykładowca w Instytucie Fizjoterapii w Podhalańskiej Państwowej Wyższej Szkole Zawodowej w Nowym Targu oraz Świętokrzyskiej Szkole Wyższej w Kielcach. Prowadzenie wykłady i ćwiczenia z terapii manualnej, technik mobilizacyjnych i masażu. Do chwili obecnej byłem promotorem piętnastu prac licencjackich z zakresu fizjoterapii. Nie pełniłem funkcji promotora pomocniczego.
- Luty 2010 Przygotowałem materiały do e-learning dla Brytyjskiego Freshwinds Institute of Integrated Medicine

Po uzyskaniu stopnia naukowego doktora wykonałem sześć recenzji w anglojęzycznych czasopismach naukowych. Pomagałem też pisać program nauczania z zakresu kierunku fizjoterapia dla Łużyckiej Szkoły Wyższej w Żarach. Jestem ponadto recenzentem kilku czasopism naukowych: *The Lancet*, *Complementary Therapies in Medicine*, *Alternative Therapies in Health and Medicine*, *Focus on Alternative and Complementary Therapies* oraz *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*.

Moja działalność w organizacjach naukowych i społecznych związana była i jest przede wszystkim z zarysowanymi wyżej zainteresowaniami naukowymi, organizacyjnymi i sportowymi:

- 2003 r. – członek Stowarzyszenia Instruktorów i Trenerów Polskiego Związku Narciarskiego
- Od 2006 r. – członek Rady Naukowej do Badań nad Medycyną Komplementarną
- Od 2008 r. – członek Polskiego Towarzystwa Fizjoterapii
- Od 2010 r. – członek Rady Naukowej Międzynarodowego Towarzystwa ds. Interdyscyplinarnych Badań nad Joga.
- Od 2010 r. – członek Redakcji Naukowej czasopisma *Focus on Alternative and Complementary Therapies*

Cały czas czynnie współpracuję z ośrodkami naukowymi w Szkocji, Chinach, Australii, Korei Południowej czy Stanach Zjednoczonych. Współpraca ta owocuje licznymi projektami badawczymi i publikacjami.

Paweł Posadzki



*Dr Paweł Posadzki, Associate Research Fellow
University of Exeter, Department of Complementary Medicine
Veysey Building
EX2 4SG
Exeter
Wielka Brytania
Email:Paul.Posadzki@pcmd.ac.uk*

AUTOREFERAT

o zainteresowaniach i osiągnięciach w działalności naukowo-badawczej oraz dydaktycznej

Działalność naukowo-badawczą rozpocząłem podczas studiów w Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie. Przejawiła się ona prowadzeniem badań w Instytucie Nauk Humanistycznych AWF. Pochodząca z tego okresu praca, dotyczyła treningu mentalnego oraz psychologicznych aspektów lęku reprezentantów Polski w narciarstwie alpejskim. Wyniki z tychże badań wykorzystałem do napisania pracy magisterskiej. W 2003 roku zostałem przyjęty na studia doktoranckie na AWF w Krakowie.

Równocześnie podjąłem studia na Podhalańskiej Państwowej Wyższej Szkole Zawodowej w Nowym Targu na kierunku fizjoterapia, gdzie moje zainteresowania naukowo-badawcze skierowały się w stronę nauk o zdrowiu. Wysoka średnia ocen sprawiły, iż podczas studiów na PPWSZ otrzymywałem stypendium uczelniane.

Trzy lata pracy badawczej na AWF i PPWSZ zaowocowały napisaniem i obroną pracy doktorskiej nt. „Psychospołeczne uwarunkowania postaw wobec zdrowia”. W tym stosunkowo krótkim okresie czasu opublikowałem trzy prace oryginalne:

1. „Joga w aspekcie terapii manualnej”
2. „Joga w aspekcie neuromobilizacji”
3. „Psychologiczne uwarunkowania zdrowia i jakości życia”

W 2007 roku, po obronie pracy doktorskiej, zostałem zatrudniony na stanowisku asystenta ds. badań naukowych w Szkole Medycznej na Uniwersytecie Wschodnia Anglia (ang.

University of East Anglia) w Wielkiej Brytanii. Prowadziłem i projektowałem tam badania w zakresie chirurgii ortopedycznej i traumatologii. W tym czasie wziąłem też udział w dwóch konferencjach międzynarodowych dotyczących medycyny komplementarnej.

Podczas pobytu na UWA wziąłem udział w projektowaniu badań naukowych i składaniu grantów do zewnętrznych organizacji sponsorujących:

1. Rekombinowane genetycznie białka (BMP-2) w leczeniu trudno gojących się złamań kończyn dolnych: studia pilotażowe (Health Technology Assessment)
2. Rekombinowane genetycznie białka (BMP-2) w złamaniach około-protezywnych (British Orthopaedic Association)
3. Ruchoma lub nieruchoma jednoczęściowa proteza stawu kolanowego: Badania pilotażowe (British Orthopaedic Association)
4. Przedni lub tylny SLAB w złamaniach stawu skokowego.

Podczas pracy na UWA pogłębiłem wiedzę z zakresu randomizowanych badań klinicznych oraz badań jakościowych. Czynn timer współpracowałem i współpracuję z ośrodkami naukowymi w Szkocji, Chinach, Australii, Korei Południowej czy Stanach Zjednoczonych. Od początku zatrudnienia w angielskiej UWA starałem się umiejętnie łączyć obowiązki pracownika naukowego z działalnością dydaktyczną. Oprócz projektowania i prowadzenia badań klinicznych, byłem również odpowiedzialny za opiekę projektów badawczych studentów i ocenę ich prac naukowych.

Po półtorarocznym pobycie za granicą powróciłem do Kraju i zająłem stanowisko wykładowcy w Instytucie Fizjoterapii w Podhalańskiej Państwowej Wyższej Szkole Zawodowej w Nowym Targu oraz Świętokrzyskiej Szkole Wyższej w Kielcach, gdzie prowadziłem wykłady i ćwiczenia z terapii manualnej, technik mobilizacyjnych i masażu. Będąc w kraju, prócz obowiązków dydaktycznych, kontynuowałem współpracę naukową z kolegami z zagranicy, co zaowocowało szeregiem publikacji w anglojęzycznych czasopiśmie naukowych.

Po rocznym pobycie w Kraju, zostałem ponownie zatrudniony w Wielkiej Brytanii, na

stanowisku adiunkta w Szkole Medycznej, Departamencie Medycyny Komplementarnej na Uniwersytecie w Exeterze (ang. University of Exeter). Zajmowałem się tam systematycznymi przeglądami literatury oraz badaniami nad skutecznością i bezpieczeństwem zastosowania Medycyny Komplementarnej w praktyce klinicznej.

Prowadzone przeze mnie, lub z moim współudziałem, badania naukowe, dotyczyły następujących zakresów tematycznych, związanych z szeroko pojętymi naukami o zdrowiu:

1. Skuteczność medycyny komplementarnej/alternatywnej
2. Systematyczne przeglądy literatury i meta-analizy
3. Medycyna psychosomatyczna
4. Zdrowie psychospołeczne
5. Psychologia medycyny
6. Medycyna zapobiegawcza i prewencja chorób
7. Fizjoterapia, teoria i praktyka
8. Zagadnienia bólu
9. Efekt placebo w badaniach i terapii

Wyniki zaprezentowanych wyżej badań wniosły, moim zdaniem, wiele nowych idei do nauk o zdrowiu. Mają one charakter zarówno teoretyczny jak i praktyczny.

Przeprowadzone przeze mnie, lub z moim współudziałem, badania w wymienionych wyżej zakresach tematycznych, pozwoliły na wysunięcie następujących, najważniejszych wniosków:

- q **Chińskie ćwiczenia Qi Gong i Jogi mogą być stosowane przez fizjoterapeutów, ergoterapeutów czy rehabilitantów w celu wspomagania tradycyjnego sposobu leczenia ruchem czy usprawniania ruchowego.**
- q **Ćwiczenia jogi mogą zostać wykorzystane przez terapeutów manualnych i fizjoterapeutów w celu mobilizacji stawów obwodowych i osiowych oraz nerwów**

obwodowych.

- q **Wizualizacja/trening wyobraźniowy przynosi pozytywne rezultaty w walce z bólem pochodzenia mięśniowo-szkieletowego.**
- q **Osteopatia jako odmiana terapii manualnej nie jest jednoznacznie skuteczną formą leczenia bólu pochodzenia mięśniowo-szkieletowego.**
- q **Refleksoterapia stóp nie posiada jednoznacznie potwierdzonej skuteczności klinicznej jeśli chodzi o leczenie jakiegokolwiek choroby.**
- q **Metoda Pilatesa jest skutecznym sposobem leczenia bólu dolnego odcinka kręgosłupa, lecz ilość dostępnych danych jest niezadowalająca.**
- q **Wysklepienie podłużne stopy studentów mierzone kątem Clarke'a nie jest skorelowane z siłą eksplozywną mierzoną za pomocą skoku wzwyż i w dal.**
- q **Leczenie napięciowych czy migrenowych bólów głowy za pomocą manipulacji kręgosłupa szyjnego jest kontrowersyjne oraz posiada szereg przeciwwskazań i niekorzystnych reakcji poza zabiegowych.**
- q **W badaniach klinicznych nad manipulacjami czy mobilizacjami chiropraktycznymi obserwuje się pogwałcenie etyki badawczej w postaci braku poprawnie udokumentowanej ilości niekorzystnych reakcji poza zabiegowych.**
- q **Suplementacja dietetyczna preparatem z chrząstki rekina jest nieskuteczna w leczeniu nowotworów.**
- q **Suplementacja kwasem linolenowym posiada ograniczoną efektywność w leczeniu otyłości.**
- q **Chiropraktyka nie jest skuteczna jeśli chodzi o zapobieganie i leczenie urazów sportowych.**

- q **Kinesio-taping nie posiada jednoznacznie potwierdzonej skuteczności klinicznej w zapobieganiu i leczeniu urazów sportowych.**
- q **Badania nad chiropraktyką sponsorowane przez amerykańskie Narodowe Centrum ds. Badań nad Medycyną Komplementarną są niskiej jakości metodologicznej i posiadają liczne niedociągnięcia oraz błędy merytoryczne.**
- q **Efekt placebo w badaniach chirurgicznych jest co najmniej równie silny jak w badaniach farmakologicznych.**
- q **Joga wydaje się skutecznym sposobem na leczenie chronicznego, niespecyficznego bólu dolnego odcinka kręgosłupa. Jeśli chodzi o leczenie zarówno bólu ostrego jak i chronicznego w pozostałych częściach ciała dowody nie są jednoznacznie przekonujące.**
- q **Dowody potwierdzające skuteczność akupunktury w leczeniu chronicznego zapalenia prostaty są obiecujące, jednak metodologiczna jakość badań zapobiega wyciąganiu jednoznacznych konkluzji.**
- q **Imbir może być skuteczny w leczeniu bólu ostrego i chronicznego, jednak ilość i jakość dostępnych badań nie pozwala na wysnuwanie definitywnych twierdzeń.**
- q **Producenci wybranych suplementów diety podają fałszywe i nie poparte dowodami naukowymi informacje promując swoje produkty na rynku a instytucje odpowiedzialne za ochronę konsumentów nie wywiązują się ze swoich obowiązków, co stanowi pogwałcenie Unijnego Prawa.**

Wyniki badań przeprowadzonych w wymienionych wyżej zakresach tematycznych, zaowocowały powstaniem łącznie ponad 50. prac naukowych, 1. rozdziału w książce oraz 5. pozostałych publikacji (wydawnictwa konferencji naukowych).

Wyodrębniona część pracy zbiorowej (rozdział w książce) pt.: „Psychologia optymizmu” (The psychology of optimism) stanowi podstawę ubiegania się o stopień doktora habilitowanego. Posadzki P. A mixed method approach to optimism research. [w]: Brandt P. The psychology of optimism. Nova Science Publishers. New York, 2011.

Spośród wymienionych prac, 45 ukazało się drukiem, a 13 obecnie znajduje się w recenzjach następujących czasopism: *Annals of Surgery*, *Cephalalgia*, *British Medical Journal*, *Scandinavian Journal of Sport Medicine*, *Clinical Journal of Pain*, *American Journal of Nutrition*.

Łączna wartość punktowa mojego dorobku naukowego stanowi (Impact Factor ~ 40, MNiSW ~500), w tym wszystkie (100%) po uzyskaniu stopnia naukowego doktora.

W 35 publikacjach, jestem pierwszym autorem, co podkreśla główny mój udział w zdecydowanej większości przeprowadzonych badań. Zdecydowana większość wymienionych prac oryginalnych i innych opracowań mojego autorstwa, została opublikowana lub wysłana do druku w języku angielskim, w tym do licznych czasopism, znajdujących się na liście Filadelfijskiego Instytutu Informacji Naukowej: *Alternative Therapies in Health and Medicine*, *Cephalalgia*, *Clinical Journal of Pain*, *Clinical Rheumatology*, *Complementary Therapies in Medicine*, *Foot and Ankle International*, *Headache*, *Journal of Andrology*, *Journal of Asthma*, *Journal of Pain and Symptom Management*, *Maturitas*, *Scandinavian Journal of Psychology*, *The Scientific World Journal*. Pozostałe prace opublikowane zostały w języku polskim (m. in.: *Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne*, *Medycyna Manualna*, *Studia Humanistyczne*). Wyniki przeprowadzonych z moim współudziałem badań, prezentowałem uczestnicząc w 6 zjazdach naukowych w tym w czterech kongresach zagranicznych:

1. Posadzki P. 2007 Psychologiczne wyznaczniki pozytywnej postawy wobec zdrowia. I Międzynarodowa Konferencja Naukowo-Metodyczna na temat Promocji Zdrowia i Zagrożeń Cywilizacyjnych. Nowy Targ, Polska, 16-17 Listopada.
2. Posadzki P. Parekh S. 2008 Ćwiczenia Qi Gong i Joga w celu prewencji chorób psychicznych. I Międzynarodowa Konferencja nt. Medycyny Holistycznej. Kottayam,

Kerala, Indie, 21-23 Sierpnia

3. Posadzki P. 2008 Wyzwania Metodologiczne w badaniach nad terapia manualnej. 2 *Międzynarodowa Konferencja Naukowo-Metodyczna na temat Promocji Zdrowia i Zagrożeń Cywilizacyjnych*. Nowy Targ, Polska, 22-23 Listopada.
4. Posadzki P. Stockl A. Metody jakościowe w badaniach nad Qi Gongiem: Bliżej esencji przeżyć wewnętrznych? *Wartościowanie metod jakościowych: Złożoność i debata w Medycynie Komplementarnej i Alternatywnej i Zdrowiu*. University of York, Anglia, 13-14 Lipca 2009.
5. Posadzki, P. Closer to the Essence of Yoga Experience. *International Interdisciplinary Scientific Conference Yoga in Science – Future and Perspectives*, September 23-24, 2010, Belgrade, Serbia.
6. Posadzki P. Ernst E. Complementary medicine for stress relief? *Stress and Life-International conference of psychoneuroendocrinology*. 27-30 October, Orvieto, Italy.

Uzyskane wyniki badań wniosły nowe wartości do teorii i praktyki nauk o zdrowiu i mogą być wykorzystane w praktyce fizjoterapii, rehabilitacji, medycyny zapobiegawczej i psychosomatycznej, prewencji chorób, ochrony zdrowia, psychologii medycyny, leczeniu bólu czy zrozumienia efektu placebo.

Mój kontakt z naukami o zdrowiu nie ogranicza się jednak tylko do aspektu teoretycznego. Na bieżąco współpracuję bowiem z sekcjami Qi Gong, Jogi i Tai-Chi w zakresie praktycznego zastosowania tychże ćwiczeń w fizjoterapii, rehabilitacji, promocji zdrowia, prewencji chorób, czy rozwoju zdrowia pozytywnego.

Współpraca z sekcjami Qi Gong, Jogi i Tai-Chi w zakresie badań jakościowych spowodowała pogłębienie mojej wiedzy na temat fenomenologii tychże ćwiczeń oraz pozwoliło lepiej zrozumieć zakres stanów świadomości osób je praktykujących.

Paweł Posadzki



