

Prof. dr hab. Eleonora Bielawska-Batorowicz
Instytut Psychologii

Recenzja rozprawy doktorskiej mgr Ewy Kuliś-Stefańczyk nt.: „Planowanie indywidualne, diadyczne i kolaboracyjne: psychologiczne mechanizmy różnych typów planowania i wpływ na zachowania zdrowotne w diadach”

Przedstawiona do oceny rozprawa doktorska stanowi cykl powiązanych tematycznie artykułów naukowych, z których dwa zostały już opublikowane w czasopismach naukowych (*Health Psychology* oraz *Social Science & Medicine*), a trzeci został złożony do druku w czasopiśmie *Psychology & Health*. W pierwszej turze recenzji wskazano zakres zmian oczekiwanych przez redakcję czasopisma. Cykl poprzedzono autoreferatem, informującym o założeniach teoretycznych, procedurze badania oraz najważniejszych wynikach. Artykuły wchodzące w skład cyklu są pracami zbiorowymi, powstałymi w międzynarodowym zespole, a mgr Ewa Kuliś-Stefańczyk jest ich pierwszą autorką. Jej wiodący wkład w przygotowanie wszystkich publikacji został potwierdzony przez pozostałe osoby, które wyraziły ponadto zgodę na zgłoszenie tych publikacji jako podstawy ubiegania się przez mgr Kuliś-Stefańczyk o nadanie stopnia doktora. Wkład Doktorantki polegał na współtworzeniu koncepcji badań, projektowaniu ich procedury, gromadzeniu, analizowaniu i interpretowaniu uzyskanych danych, a także przygotowaniu oraz doskonaleniu manuskryptów. Tym samym przedstawiona do recenzji rozprawa spełnia formalne wymagania określone dla postępowania o nadanie stopnia doktora w art. 187 Ustawy Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce oraz w Regulaminie przeprowadzania postępowań o nadanie stopnia doktora w SWPS Uniwersytecie Humanistycznospołecznym.

Cykl artykułów jest istotnie cyklem powiązanych tematycznie prac, gdyż stanowi relację z różnych aspektów badań zrealizowanych w ramach tego samego projektu naukowego. Projekt ten zakładał przeprowadzenie randomizowanych badań prospektywnych z grupą kontrolą, zastosowanie kilku punktów pomiaru, wdrożenie interwencji obejmującej indywidualne, diadyczne lub kolaboracyjne planowanie aktywności fizycznej, wykorzystanie różnych metod pomiaru i kontroli zmiennych (w tym pomiar kwestionariuszowy, pomiar aktywności fizycznej za pomocą akcelerometrii, pomiar tkanki tłuszczowej metodą bioimpedancji). Projekt przeszedł procedurę rejestracji (ClinicalTrials.gov). Ostatecznie przedstawione w rozprawie badania zrealizowano z udziałem 320 diad obejmujących osoby docelowe/odbiorców interwencji oraz partnerów

pozostających w bliskiej relacji z osobami docelowymi. Tym samym wspólnym elementem wszystkich prac składających się na rozprawę są spójne założenia teoretyczne, jednolita procedura badawcza, uwzględniająca przestrzeganie niezbędnych zasad etycznych oraz ta sama grupa uczestników.

Problematyka przedstawionej do recenzji rozprawy dotyczy szeroko rozumianych uwarunkowań zachowań zdrowotnych. W szczególności zaś znaczenia różnych form planowania aktywności fizycznej dla jej rzeczywistej zmiany oraz psychologicznych mechanizmów leżących u podłoża efektywności różnych form planowania aktywności. Rozprawa dotyczy zatem kwestii bardzo istotnych w wymiarze naukowym i aplikacyjnym, zwłaszcza w świetle światowych danych o liczbie osób z nadwagą i otyłością oraz o negatywnych konsekwencjach zdrowotnych nadmiernej masy ciała. Zweryfikowana wiedza o psychologicznych mechanizmach interwencji prozdrowotnych jest niezbędna dla wdrożenia oddziaływań, które nie tylko będą akceptowane i podejmowane przez ich uczestników, ale i efektywne, a więc przynoszące rzeczywiste i utrzymujące się zmiany.

W warstwie teoretycznej w rozprawie przeanalizowano możliwość stosowania i efektywność planowania aktywności fizycznej w formie indywidualnej, diadycznej i kolaboracyjnej dla rzeczywistych zmian (a zwłaszcza intensyfikacji) tej aktywności, a także dla innych zachowań zdrowotnych. Odwołano się przy tym do adekwatnych koncepcji teoretycznych, dobrze udokumentowanych wyników badań dostępnych w literaturze przedmiotu, wskazując na kontrowersje i niejasności w ich obrębie, czyniąc próbę ich rozstrzygnięcia uzasadnieniem dla badań prezentowanych w cyklu publikacji. Na podkreślenie zasługuje w tym miejscu bardzo dobra znajomość literatury, jaką wykazała się Doktorantka – sprawne odwoływanie się do adekwatnych publikacji, ich wielowątkowa, krytyczna analiza oraz właściwe wykorzystywanie w planowaniu własnych badań i konstrukcji procedury badawczej. Analiza teoretyczna została obszerniej poprowadzona w poszczególnych publikacjach cyklu niż w autoreferacie, co jest zrozumiałe zważywszy na podsumowujący charakter autoreferatu. Niemniej zawarta w nim syntetyczna analiza dobrze uzasadnia zakres, procedurę badania i interpretację uzyskanych rezultatów. Dotyczy to zwłaszcza wskazania możliwych różnic w zakresie zmian aktywności fizycznej wywołanych odmiennymi formami jej planowania, wyjaśnienia mechanizmów planowania, zwłaszcza diadycznego i kolaboracyjnego, a także przewidywania oddziaływania form planowania aktywności fizycznej na inne zachowania zdrowotne. Cały cykl publikacji wskazuje na znaczną wiedzę Autorki rozprawy w zakresie psychologii zdrowia oraz znaczne umiejętności w zakresie planowania i prowadzenia badań naukowych, w tym właściwego wyboru technik badawczych, metod analizy uzyskanych rezultatów, a także prezentowania ich w czytelny i interesujący sposób. Ponieważ składający się na rozprawę cykl artykułów to publikacje wieloautorskie, gdzie Doktorantka jest ich pierwszą autorką, to fakt ten wskazuje także na Jej – bardzo cenną we współczesnej nauce – umiejętność pracy w zespole. Na podkreślenie zasługuje także oryginalna procedura badawcza, łącząca pomiar kwestionariuszowy i rejestrację zmian za pomocą akcelerometrii i bioimpedancji, a także utrzymanie licznej grupy badanych przez cały czas trwania projektu. Dane wykazane w publikacji 1 wskazują, że przypadki rezygnacji z udziału w dalszych etapach badania były względnie nieliczne i porównywalne w każdej z czterech badanych grup (3 rodzaje interwencji i grupa kontrolna). Kwestią do rozważenia pozostaje

czy było to efektem prezentów, o minimalnej wartości, wręczanych podczas każdego ze stacjonarnych spotkań z uczestnikami badania, czy też czynnikiem motywującym do kontynuowania udziału była oryginalność projektu i obserwowane u siebie pozytywne efekty uczestnictwa. Warto podkreślić jest także to, że grupa kontrolna – mimo braku interwencji dotyczącej planowania – otrzymywała w momentach pomiaru informację o zaleceniach dotyczących zdrowego odżywiania, aktywności fizycznej i zachowań siedzących (tzw. procedura edukacji), co jednak nie przyniosło istotnych zmian w zakresie aktywności fizycznej. Taki wynik wskazuje na teoretyczną trafność zaplanowanych interwencji, a także na aplikacyjny charakter rezultatów przeprowadzonych badań. Wskazują one wyraźnie na konieczność aktywnego angażowania się w zmianę własnych zachowań zdrowotnych, gdyż wielokrotnie nawet uzyskiwana informacja o czynnikach sprzyjających zdrowiu jest niewystarczająca dla rzeczywistej zmiany.

Recenzowana rozprawa prezentuje wyniki, które stanowią cenne rozszerzenie dotychczasowego stanu wiedzy psychologicznej w zakresie uwarunkowań zmian aktywności fizycznej i roli planowania takiej aktywności. Do najważniejszych należą: (1) wykazanie znaczenia planowania diadycznego, które zwiększa poziom intensywności aktywności fizycznej (potwierdzony pomiarem akcelerometrycznym po 36 tygodniach) nie tylko u osób docelowych, ale także u ich partnerów (publikacja 1); (2) wskazanie na odmienne procesy aktywizowane podczas różnych form planowania aktywności fizycznej – procesy automatyczne przy planowaniu indywidualnym vs. procesy świadome i społeczne przy pozostałych formach planowania (publikacja 2); (3) wskazanie na możliwość istnienia efektu transferu u partnerów osób uczestniczących w planowaniu diadycznym (publikacja 3); (4) udokumentowanie swoistej przewagi planowania diadycznego nad pozostałymi formami planowania aktywności fizycznej, zwłaszcza planowania indywidualnego, w postaci współwystępowania korzystnych skutków dla osób docelowych i ich partnerów (publikacje 1-3). Wartością badań relacjonowanych w publikacjach składających się na rozprawę doktorską jest także ich wysoki standard metodologiczny, w tym procedura zakładająca wieloetapowość zbierania danych, zróżnicowanie sposobów pomiaru poprzez połączenie narzędzi kwestionariuszowych oraz rejestracji rzeczywistej aktywności fizycznej i zmian w zakresie tkanki tłuszczowej, podejście do grupy kontrolnej uzyskującej informacje edukacyjne, wreszcie metody statystycznej analizy wyników oraz ich klarowna prezentacja.

Konkludując stwierdzam, że cykl publikacji przedstawionych przez mgr Ewę Kuliś-Stefańczyk spełnia wymagania stawiane rozprawom doktorskim opisane w art. 187 Ustawy Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce. Wnioskuję o dopuszczenie Doktorantki do dalszych etapów postępowania o nadanie stopnia doktora.

