

Recenzja

rozprawy doktorskiej mgr Karoliny Łobczowskiej

pt. *Implementacja interwencji dotyczących aktywności fizycznej i diety*

promotor: prof. dr hab. Aleksandra Łuszczyńska

"W tym roku biorę się za siebie" - to obietnica, którą składa sobie i innym większość populacji. Najczęściej plany dotyczą wdrożenia zachowań prozdrowotnych, takich jak zwiększenie udziału w aktywności fizycznej oraz zdrowe odżywianie się. W tym celu wykorzystywane są istniejące programy, coraz częściej dostępne w formie aplikacji mobilnych. Niestety, fakt, że obietnica jest składana niemal co roku wskazuje na niską efektywność implementacji. Nie tylko indywidualne włączenie się w programy prozdrowotne, ale i instytucjonalne implementowanie polityk mających na celu podniesienie zdrowia w populacji napotyka na wiele trudności. Pomimo niezbitych dowodów na związek aktywności fizycznej ze zdrowiem tak somatycznym, jak i psychicznym jej poziom według danych WHO jest niewystarczający, a nawet wydaje się spadać w niektórych grupach wiekowych. Wskazuje się wręcz na pewien paradoks, pomimo wzrostu świadomości roli aktywności fizycznej w połączeniu ze zdrową dietą dla zdrowia, wzrasta poziom otyłości i biernego stylu życia. Stało się to wręcz problemem społecznym, dlatego też implementacja programów prozdrowotnych jest zadaniem instytucji publicznych. Niestety, pomimo zaangażowania specjalistów wskazuje się na niewystarczającą skuteczność działań wdrożeniowych. Do dyskusji nad problematyką efektywności wdrażania programów prozdrowotnych, opartych o aktywność fizyczną i dietę włącza się mgr Karolina Łobczowska. Przedstawiona do oceny rozprawa doktorska jest interesującym i zarazem twórczym pomysłem badawczym. Niepodważalną zaletą pracy jest już samo podjęcie się próby, zresztą bardzo udanej, dostarczenia empirycznych dowodów na istnienie powszechnych barier zmniejszających efektywność oddziaływań. Recenzowana praca ma nie tylko walory naukowe, lecz może być źródłem aplikacji do praktyki.

Rozprawę doktorską stanowi cykl spójnych tematycznie trzech prac, z których dwa to przeglądy systematyczne systematycznych przeglądów i jeden artykuł empiryczny. Prace przeglądowe zostały już opublikowane, a artykuł badawczy złożony został dopiero do czasopisma. Wybrane przez

Doktorantkę czasopisma naukowe, do których wysłała swoje prace cechuje bardzo wysoka bądź wysoka wartość bibliometryczna (*International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* – IF=5.6, MNiSW=140 pkt; *Implementation Science* – IF=8.8, MNiSW=140 pkt; *Psychology & Health* – IF=2.4, MNiSW=70 pkt) - oczywiście, życzę Autorce, aby i trzecia praca opublikowana została w czasopiśmie pierwszego wyboru.

Wszystkie trzy czasopisma publikują prace z zakresu zdrowia analizowanego z perspektywy wielu dyscyplin naukowych, w tym psychologii. Z całą pewnością prace w nich opublikowane przeszły przez złożony proces recenzencki przez międzynarodowe gremium specjalistów nauk o zdrowiu i/lub psychologii zdrowia, stanowiąc prezentację obecnego potencjału naukowego Doktorantki. Do recenzji w ramach postępowania awansowego przedłożono wszystkie trzy prace, tj.

1. Lobczowska, K., Banik, A., Romaniuk, P., Forberger, S., Kubiak, T., Meshkovska, B., Neumann-Podczaska, A., Kaczmarek, K., Scheidmeir, M., Wendt, J., Scheller, D. A., Wieczorowska-Tobis, K., Steinacker, J. M., Zeeb, H., & Luszczynska, A. (2022). Frameworks for implementation of policies promoting healthy nutrition and physically active lifestyle: systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 19(1), 16. <https://doi.org/10.1186/s12966-021-01242-4>
2. Lobczowska, K., Banik, A., Brukalo, K., Forberger, S., Kubiak, T., Romaniuk, P., Scheidmeir, M., Scheller, D. A., Steinacker, J. M., Wendt, J., Wieczorowska-Tobis, K., Bekker, M. P. M., Zeeb, H., & Luszczynska, A. (2022). Meta-review of implementation determinants for policies promoting healthy diet and physically active lifestyle: application of the Consolidated Framework for Implementation Research. *Implementation Science*, 17(1), 2. <https://doi.org/10.1186/s13012-021-01176-2>
3. Lobczowska, K., Kulis, E., Banik, A., Siwa, M., Boberska, M., Szczuka, Z., Zaleskiewicz, H., Wietrzykowska, D., Krzywicka, P., Misiakowska, J., Kornafel, A., Kuzminska, J., Paduszynska, N., Zalewska-Lunkiewicz, K., Luszczynska, A. (w recenzjach). Are implementation barriers adequately addressed? The associations between the implementation process characteristics reported by implementers and physical activity changes among participants of a planning intervention. *Psychology and Health*

oraz skrócony opis osiągnięcia naukowego, jak również streszczenia w języku polskim i angielskim.

Oceniając pracę doktorską opartą o cykl opublikowanych już prac, skoncentruję się jako recenzent na całościowym ujęciu problemu badawczego, mniej na uwagach szczegółowych do

poszczególnych publikacji, których ostateczna wersja jest wypadkową zamierzeń Autorki, wymagań czasopisma oraz zaleceń recenzentów powołanych przez redakcję. Oceniając całościowo rozprawę doktorską należy podkreślić wagę podjętych problemów oraz to, iż przeprowadzone badania nie budzą zastrzeżeń natury metodologicznej. Uzyskane wyniki, poddane badawczej analizie, spełniają oczekiwania recenzenta odnośnie do kwalifikacji poznawczej i poziomu rozprawy naukowej, w tym wypadku doktorskiej, pozwalając na zdecydowanie pozytywną ocenę.

Zgodnie ze wskazaniem mgr Łobczowskiej celem łączącym wszystkie prace jest *identyfikacja kluczowych aspektów implementacji interwencji psychospołecznych dotyczących zmiany zachowań zdrowotnych, takich jak aktywność fizyczna oraz zdrowa dieta* (s. 3). Tematyka zachowań prozdrowotnych jest w psychologii zdrowia szeroko eksplorowana, jednakże najczęściej w odniesieniu do zachowań indywidualnych poszczególnych osób z populacji ogólnej lub grup klinicznych. Znacznie rzadziej dokonywana jest psychologiczna analiza efektywności wdrażania całych programów interwencyjnych. Dlatego też dobór tematyki doktoratu Pani mgr Karoliny Łobczowskiej uważam za bardzo trafny i ważki społecznie. Niestety, w tym miejscu muszę sformułować główny zarzut pod adresem pracy – psychologiczny aspekt zagadnienia jest moim zdaniem niewystarczająco wyodrębniony – a właściwie został wyrażony tylko raz, na stronie 9 wstępu *“W psychologii jako dyscyplinie naukowej coraz większa liczba badań dotycząca zmiany zachowań koncentruje się na opracowywaniu i zastosowaniu modeli teoretycznych, w tym modeli implementacji interwencji, które proponują determinanty implementacji typu indywidualnego (poznawcze, behawioralne), organizacyjnego (Michie i in., 2010, Davies i in., 2010; Eccles i in., 2008) oraz systemowego (Nilsen, 2015)”*. Oczywiście zdaje sobie sprawę, że w doktoratach opartych o cykl publikacji nie mogą, ze względu na ograniczenia wprowadzane przez czasopisma naukowe, znajdować się wszystkie treści, szczególnie jeśli prace publikowane są w czasopismach interdyscyplinarnych, jak to ma miejsce w wypadku tej dysertacji. Zabrakło mi jednak poszerzonej analizy zjawiska w ujęciu psychologicznym we wstępie.

Odnosząc się do tytułu rozprawy doktorskiej, który brzmi: *Implementacja interwencji dotyczących aktywności fizycznej i diety* – mam podobną uwagę. Moim zdaniem choć tytuł jest zwięzły, ale nie do końca daje potencjalnemu czytelnikowi wskazówkę – jakiej dyscypliny naukowej dotyczy dysertacja. Brakuje mi doprecyzowania typu, *efektywność, modele* etc. w odniesieniu do procesu implementacji, ale także wskazania “podmiotu interwencji”. Ponadto tytuł nie aktualizuje u mnie konceptu “praca psychologiczna”.

Dobór prac wchodzących w skład doktoratu jest nietypowy. Po raz pierwszy spotykam się pracą o takim poziomie teoretyczności – dwie z trzech publikacji to przeglądy systematyczne. Nie jest to zarzut *per se*, uważam wręcz, że w wypadku doktoratu opartego o cykl publikacji praca teoretyczna powinna być obowiązkowa – jest to bowiem jedyna możliwość, aby kandydat do stopnia doktora wykazał się szeroką wiedzą teoretyczną dotyczącą tematyki poruszanej w rozprawie. Jednakże decyzja o dominacji tego typu prac w cyklu nie do końca mnie przekonuje. Jednakże we wprowadzeniu Pani magister w sposób przekonujący nakreśla ogólną wizję całego projektu badawczego oraz w sposób logiczny i ustrukturyzowany przeprowadza czytelnika przez poszczególne etapy dociekań naukowych. W tej części opracowania zabrakło mi jedynie wspomnianego już wcześniej zarysowania perspektywy psychologicznej.

Wszystkie prace wchodzące w skład dysertacji oparte są na ważnych, zarówno z praktycznego, jak i poznawczego punktu widzenia, założeniach. Dwie pierwsze prace to przeglądy systematyczne przygotowane w oparciu o metodologię zgodną z wyznacznikami Cochrane – taka metodologia to “złoty standard” w naukach medycznych w odniesieniu do badań klinicznych, ale coraz częściej stosowany jest w naukach społecznych, w tym w psychologii. W obu pracach nie mam zastrzeżeń co do metodyki prowadzonych badań, wszelkie reguły zostały dochowane.

Pracę z 2022 roku *Frameworks for implementation of policies promoting healthy nutrition and physically active lifestyle: systematic review* wyróżnia włączenie do analizy nie tylko publikacji naukowych ale także dokumentów interesariuszy, czyli w tym wypadku Światowej Organizacji Zdrowia oraz Organizacji Narodów Zjednoczonych do spraw Wyżywienia i Rolnictwa. Celem artykułu była indentyfikacja teoretycznych modeli wyjaśniających proces implementacji interwencji mających na celu zmianę zachowań zdrowotnych, takich jak aktywność fizyczna oraz zdrowa dieta.

Zidentyfikowanie modelowego podejścia do praktyk wdrożeniowych jest doskonałym preludium do poszukiwania barier i czynników ułatwiających implementację interwencji. Taki cel postawiła sobie Autorka przystępując do pracy nad kolejnym przeglądem systematycznym z 2022 roku *Meta-review of implementation determinants for policies promoting healthy diet and physically active lifestyle: application of the Consolidated Framework for Implementation Research*. Praca ta to systematyczny przegląd systematycznych przeglądów zwieńczony metaanalizą stanowiącą ilościową syntezę wyników badań włączonych do przeglądu. Sam fakt, że można było taki typ przeprowadzić wskazuje na ważkość poruszanej tematyki badawczej. Wybrany przez autorów Ujednolicony Model Badań nad Implementacją (CFIR) posłużył jako punkt wyjścia do analiz barier i facylitatorów wdrożenia

interwencji. Poza wartością naukową, praca ta ma ewidentny walor wdrożeniowy - to doskonały przykład wkładu w nurt *evidence based* czyli praktyki opartej na dowodach, w odniesieniu do praktyk prozdrowotnych. Pomimo, że koncepcja CFIR zakłada istnienie 26 determinantów implementacji interwencji, to badania pozwoliły na identyfikację jedynie siedmiu istotnych czynników ułatwiających lub utrudniających wdrożenie polityk prozdrowotnych opartych o aktywność fizyczną i dietę.

Praca *Are implementation barriers adequately addressed? The associations between the implementation process characteristics reported by implementers and physical activity changes among participants of a planning intervention* (w recenzjach) ma już charakter badania empirycznego i oparta jest o wyniki badań prowadzonych w ramach większego projektu badawczego „Aktywność fizyczna i jakość życia: badania diadyczne w kontekście formułowania planów indywidualnych, diadycznych i kolaboracyjnych”, finansowanego przez NCN w latach 2015-2021. Z ogromnej bazy danych Doktorantka wydobyla i wykorzystala te, które dotyczyły zmiany poziomu aktywności fizycznej, mierzonej przed zastosowaną interwencją oraz 12 miesięcy po zakończeniu interwencji. Bardzo ciekawym zabiegiem było zestawienie informacji zebranych od uczestników interwencji z danymi zebranymi od implementatorów przeprowadzających oddziaływanie. Zarówno we wstępie do dysertacji, jak i w samym artykule szczegółowo opisano procedurę włączenia uczestników do badań, ale także samej trwającej aż dwa miesiące interwencji. Nowum tej pracy, w porównaniu z innymi pracami wykorzystującymi dane z projektu, jest przyjęcie perspektywy implementatora. Informacje zebrane aż od 21 osób odpowiedzialnych za wdrażanie programu prozdrowotnego to autorski wkład własny Doktorantki jednoznacznie wskazujący, że potrafi nie tylko stawiać pytania badawcze, analizować istniejące już dane, ale także projektować badania własne pozwalające na udzielenie odpowiedzi na zadane wcześniej pytania badawcze. Zachowane zostały wszelkie wymagane procedury związane z uzyskaniem zgody komisji etyki.

Oceniając dysertację całościowo warto podkreślić, że przedstawione prace stanowią spójną całość. Kolejność prowadzonych analiz – od najbardziej teoretycznej, wręcz modelowej, po empiryczną weryfikację założenia o efektywności implementacji interwencji mających na celu zmianę zachowań prozdrowotnych, jest przemyślana i celowa. Walorem pracy, która ma być podstawą nadania stopnia naukowego jest udowodnienie, że Doktorantka dysponuje wszechstronnym warsztatem badawczym w obszarze zdrowia z perspektywy interdyscyplinarnej, w tym w ujęciu psychologicznym.

W podsumowaniu recenzji pragnę stwierdzić, że wartość merytoryczną rozprawy oceniam wysoko. Badania mają charakter oryginalny, a podjęty problem ma znaczącą wartość poznawczą. Nie bez znaczenia jest aspekt aplikacyjny uzyskanych wyników. Uwagi krytyczne przedstawione w recenzji nie umniejszają walorów ocenianej dysertacji.

Przedstawiona do recenzji praca doktorska dowodzi dobrego przygotowania Doktorantki pod względem zarówno teoretycznym, jak i metodologicznym, co świadczy o jej umiejętnościach planowania i prowadzenia badań naukowych w zakresie nauk społecznych w dyscyplinie psychologia.

Reasumując stwierdzam, że przedłożona mi do recenzji dysertacja mgr Karoliny Łobczowskiej, przygotowana pod kierunkiem prof. dr hab. Aleksandry Łuszczyńskiej, spełnia warunki stawiane pracom doktorskim zgodnie z art. 187 Ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz.U. z 2018 r. poz. 1668), dlatego też wnioskuję o dopuszczenie mgr Karoliny Łobczowskiej do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

prof. dr. hab.
Małgorzata Lipowska
specjalista psychologii klinicznej
superwizor psychologii klinicznej