

Dr hab. Anna Bokszczanin, prof. UO
Uniwersytet Opolski
Instytut Psychologii
Kierowniczka Katedry Społecznej Psychologii Klinicznej
E-mail: abok@uni.opole.pl
Plac Staszica 1
45-052 Opole

Recenzja rozprawy doktorskiej
Pani mgr Marii Siwy
**pt. Psychospołeczne determinanty i konsekwencje zachowań siedzących w dwóch
rodzajach diad**
przygotowanej w Uniwersytecie SWPS
pod kierunkiem
Prof. dr hab. Aleksandry Łuszczyńskiej

Przedstawiona do recenzji dysertacja doktorska pani magister Marii Siwy zatytułowana „Psychospołeczne determinanty i konsekwencje zachowań siedzących w dwóch rodzajach diad” wpisuje się w nurt badań z zakresu psychologii zdrowia nad bezczynnością ruchową. Zawarte w tyle pracy pojęcie zachowań siedzących (ZS) jest przez Doktorantkę definiowane jako aktywności wykonywane w pozycji siedzącej, półleżącej lub leżącej. Temat jest ważny ponieważ siedzący tryb życia oraz czas spędzany w pozycji siedzącej istotnie zwiększył się w ostatnich dekadach zarówno w grupie dorosłych jak i dzieci. Z badań epidemiologicznych wynika, że bezczynność ruchowa narastają wśród dorosłych oraz dzieci i młodzieży, zwłaszcza dziewcząt (2015, Pałka Osińska)¹. Konsekwencje zbyt długiego przebywania w pozycji siedzącej są szkodliwe dla zdrowia somatycznego oraz psychicznego, stąd badanie tego obszaru ma istotne znaczenie zarówno teoretyczne jak i praktyczne. Skutki bezczynności ruchowej mogą być niezwykle poważne i powodować nadwagę i otyłość oraz przyczyniać się do powstania cukrzycy, osteoporozy, chorób serca udarów i wielu innych. Autorka w swojej rozprawie zajmuje się psychospołecznymi determinantami ZS oraz ich psychologicznymi

¹ Pałka, K., & Osińska, E. (2015). Aktywność fizyczna uczennic gimnazjum w opinii młodzieży i ich rodziców.

konsekwencjami. Temat ujęty jest więc jest szeroko a jego ważnym elementem jest prowadzenie badań w diadach osób dorosłych oraz diadach rodzic -dziecko.

Moje zastrzeżenie dotyczy kwestii językowej, a mianowicie sformułowania „zachowania siedzące”: Od dłuższego już czasu w polskim piśmiennictwie z zakresu problematyki zdrowia, na tłumaczenie angielskiego zwrotu *sedentary behaviors* używa się określenia „zachowania sedentaryjne”², co wydaje się już utrwalonym i bardziej zręcznym określeniem niż „zachowania siedzące”. Ponadto w tytule dysertacji brakuje rozszerzenia pojęcia diady. Jednakże w tytułach tekstów, które są przedmiotem rozprawy, takie rozszerzenia się znajdują. Pomimo tych uwag tytuł dysertacji uważam za jasno sformułowany i zawierający niezbędne informacje o przedmiocie naukowych dociekań Doktorantki.

Dysertacja została zaprezentowana jako manuskrypt składający się z części opisowej zawierającej streszczenie, wprowadzenie, przedstawienie celów pracy oraz opis czterech odrębnych badań przedstawionych jako prace opublikowane. W dalszej części opracowanie zawiera bibliografię oraz oświadczenia współautorów, gdyż wszystkie teksty, które stanowią podstawę dysertacji mają charakter wieloautorski. Na stronie drugiej manuskryptu znajduje się syntetyczny spis treści wraz z numerami stron. Układ pracy oceniam jako prawidłowy. Trzy artykuły zamieszczone w części końcowej zostały już opublikowane a czwarty znajduje się w recenzjach. Spis treści jest czytelny, chociaż mógłby być bardziej szczegółowy (np. poprzez podanie tytułów publikacji, czy wyjaśnienie czego dotyczy rozdział Bibliografia), co ułatwiłoby studiowanie przedstawionej rozprawy. Pomimo tej uwagi układ przedstawionej do recenzji rozprawy doktorskiej uważam za prawidłowy.

Bibliografia części opisowej manuskryptu to około 40 publikacji o zasięgu światowym. Są to publikacje angielskojęzyczne z prestiżowych, specjalistycznych i wysokopunktowanych czasopism takich jak, *Journal of Affective disorders*, czy *Mental Health and Physical Activity*. Wszystkie pozycje bibliograficzne zostały starannie dobrane i trafnie odzwierciedlają treści zawarte w części opisowej. Podobnie w publikacjach stanowiących podstawę rozprawy doktorskiej znajdują się trafnie dobrane publikacje w liczbie ok. 40-55 publikacji cytowanych w każdym z artykułów. Z tej perspektywy całość bibliografii zastosowanej w dysertacji należy ocenić wysoko. Można jednak zauważyć brak przeglądu literatury polskojęzycznej odnoszącej się do problematyki ZS. Jednakże wśród polskich psychologów problematyka ZS nie jest zbyt

² Jodkowska, M., Tabak, I., Oblacińska, A., & Stalmach, M. (2013). Siedzący tryb życia polskich 13-latków i jego powiązania z wybranymi zachowaniami zdrowotnymi, praktykami rodzicielskimi oraz masą ciała. *Developmental Period Medicine*, 2, 165-173.

mocna eksplorowana, większe zainteresowanie można odnotować wśród badaczy z zakresu zdrowia fizycznego, edukacji, czy nauk medycznych.

Ogólny cel badań własnych przedstawiony przez doktorantkę (str. 14 manuskryptu) dotyczy poszerzenia wiedzy na temat wybranych predyktorów ZS oraz ich psychologicznych konsekwencji. Rolę predyktorów w zaprojektowanych badaniach własnych pełni społeczna kontrola, pozytywna i negatywna, oraz satysfakcja z relacji. Konsekwencje na których skupia się mgr Siwa to symptomy depresji. Eksplorowane cele dotyczą diad, dwóch odrębnych grup osób relacji dorosły- dorosły i dorosły- dziecko. Autorka sformułowała dwa pytania badawcze odrębnie dla badań nr 1 i 2 oraz dwa pytania dla badań nr 3 i 4. Pytania odnoszące się do badania 1 i 2 skupiają się na testowaniu roli kontroli społecznej (pozytywnej i negatywnej) w redukcji czasu ZS oraz pośredniczącej roli satysfakcji w relacji pomiędzy rodzajem kontroli społecznej a ZS. W odniesieniu do badań 3 i 4 pytania badawcze skupiają się na poszukiwaniu związków diadycznych między ZS, aktywnością fizyczną (AF) i nasileniem symptomów depresji. W mojej ocenie pytania są oryginalne, właściwie sformułowane, wystarczająco szerokie i nowatorskie, co jest wymagane w pracach doktorskich. Postawione pytania w pewnym zakresie weryfikują zjawiska już znane i potwierdzone w innych badaniach, np. związek pomiędzy ZS a nasileniem symptomów depresji, mają więc charakter replikacyjny. W pytaniach pojawiają się także nowatorskie treści, dotąd nie testowane, jak np. występowanie symptomów depresji w diadach a ZS. Wydaje się jednak, że istnieją przesłanki wynikające z literatury przedmiotu do postawienia hipotez kierunkowych, które ułatwiłyby testowanie oczekiwanych zależności oraz interpretację wyników.

W zaprezentowanych badaniach wykorzystano wcześniej zgromadzone dane z badań realizowanych w latach 2016- 2020 (zarejestrowane w ClinicalTrials.gov), które stanowiły wyniki z grantu NCN pozyskanego przez prof. Dr hab. Aleksandrę Łuszczynską. Wtórne wykorzystanie danych uważam za wartościowy zabieg gdyż, jak się wydaje, wiele danych gromadzonych przez badaczy nie jest wystarczająco eksplorowanych jeśli chodzi o zdobycie nowej wiedzy i publikacje. Wynika to min. z ograniczeń czasowych, które są często dość restrykcyjne przy realizacji projektów badawczych. W odniesieniu do kolejnych badań (1-4) Doktorantka przedstawia metodologię, która jest opisana szczegółowo w artykułach będących przedmiotem oceny. Opisy badanych grup są szczegółowe, a zastosowane narzędzia pomiarowe właściwie dobrane. Badania przeprowadzano w dużych próbach osób. Wśród osób dorosłych udział wzięło 320 par, w większości były to osoby w związkach romantycznych. W badaniach dziecko-rodzic udział brało 247 par. Większość badanych osób, tzw. docelowych, charakteryzowała mała aktywność fizyczna a wysoki odsetek posiadał dolegliwości chorobowe

np. cukrzycę, czy chorobę układu sercowo naczyniowego. Badania miały miejsce zarówno w wiejskich jak i miejskich lokalizacjach.

Procedura badań oraz sposoby statystycznych analiz danych zostały właściwie dobrane i opisane. Przeprowadzone badania miały charakter podłużny, pomiary odbywały się w trzech punktach czasowych i miały formę planowanych interwencji. Ten rodzaj metodologii jest szczególnie cenny gdyż pozwala na uchwycenie zmian w czasie pod wpływem manipulacji polegającej min. na szkoleniu/edukacji badanych. Wykonanie badań w różnych punktach czasowych pozwala także na stosowanie analiz mediacyjnych. Na podkreślenie zasługuje wykorzystanie do pomiaru ZS akcelerometrów, które z dużą precyzją mierzą czas ZS. Można więc stwierdzić, że zastosowane metody są nowoczesne, przemyślane, zróżnicowane i odpowiednie do zbadania oczekiwanych zależności. Drobna uwaga krytyczna dotyczy umieszczenia opisów pomiarów (np. s. 16, pierwszy akapit) w części teoretycznej manuskryptu a powinny się one znaleźć w opisie metodologii badania.

Główne wyniki badań zostały przedstawione z zastosowaniem analiz ścieżkowych metodą maksymalnego prawdopodobieństwa testując konkurencyjne modele. W oddzielnych punktach czasowych oceniano statystyczną istotność efektów mediacyjnych. Doktorantka w sposób rzetelny prezentuje tabele z wynikami oraz ryciny, na których prezentuje zaobserwowane zależności wraz z ich opisem. Przeprowadzone dyskusje wyników są dogłębne i odpowiadają na postawione pytania i weryfikują hipotezy. Nie wszystkie oczekiwania badaczy zostały potwierdzone.

W badaniu nr 1 udowodniono, że redukcja czasu ZS jest wynikiem zastosowania negatywnej kontroli przez partnera oraz niższej satysfakcji ze związku. Taki wynik, chociaż zaskakujący, znajduje wyjaśnienie zgodne z teoretycznym modelem DHIM (Huelsenitz, 2019)³. Interpretacja niektórych wyników nie jest do końca dla czytelnika jasna, np. nie wiadomo jak rozumieć niektóre sformułowania, np. (str. 21.) „nawet uczestnicy mniej zadowoleni z relacji zgłaszali umiarkowaną satysfakcję z relacji”.

W badaniu nr 2 oczekiwano zwiększenia aktywności fizycznej (AF) w diadach rodzic-dziecko, po zastosowaniu interwencji. Szereg zaobserwowanych tutaj zależności miało charakter złożony i generalnie nastrocza trudności w interpretacji. Na przykład stosowanie pozytywnej, wzmacniającej dziecko w wysiłkach, kontroli rodzicielskiej wiązało się z większą satysfakcją dziecka z relacji z rodzicem, ale nie miało przełożenia na zmniejszenie czasu ZS.

³ Huelsenitz, C. O., Jones, R. E., Simpson, J. A., Joyal-Desmarais, K., Standen, E. C., Auster-Gussman, L. A., & Rothman, A. J. (2022). The dyadic health influence model. *Personality and Social Psychology Review*, 26(1), 3-34.

Jednakże z przeprowadzonej dyskusji wynika, że Doktorantka rozumie te złożoności i bierze pod uwagę fakt, że wiele z uzyskanych efektów było niewielkich rozmiarów, a kontrola rodzicielska może być odbierana jako rodzaj manipulacji, co prowadzi do konkluzji, że badanie powinno być powtórzone w innych warunkach.

W kolejnym badaniu nr 3 testowano zależności pomiędzy ZS a depresyjnością w diadach osób dorosłych. Udowodniono, np., że osoby, które na początku badania (T1) cierpiały z powodu poważnych problemów zdrowotnych u ich partnerów zaobserwowano wysokie nasilenie depresji w późniejszych pomiarach (T2 i T3). Wyniki badania częściowo potwierdziły hipotezę błędnego koła depresji oraz otwierają nowe perspektywy badawcze w obszarze zdrowia psychicznego, ZS oraz AF.

Badanie nr 4 skupiało się na testowaniu podłużnych efektów bezpośrednich i mediacyjnych pomiędzy objawami depresji a ZS w diadach rodzic – dziecko. Badanie dostarcza dowodów wskazujących, iż dłuższy czas ZS prowadzi do większego nasilenia symptomów depresji zarówno w grupie rodziców jak i ich dzieci. Można sądzić, iż jest to jeden z ważniejszych wyników przedstawionej dysertacji.

Pomimo uzasadnionej ostrożności Doktorantki w formułowaniu praktycznych implikacji badania, ze względu na złożoność uzyskanych wyników, z całą pewnością niektóre z nich mają istotne znaczenie dla praktyki psychologicznej w tym profilaktyki zdrowia psychicznego wśród dzieci jak i dorosłych. Przy indywidualnym i zróżnicowanym podejściu działania interwencyjne i terapeutyczne nakierowane na zmniejszenie czasu ZS u dorosłych i dzieci będą miały istotne odbicie w poprawie zdrowia.

W mojej opinii rozprawa stanowi oryginalne rozwiązanie problemów związanych z ZS oraz AF u dorosłych i dzieci. Wyniki sugerują nowe perspektywy w badaniach diadycznych wśród osób będących w związkach romantycznych. Chociaż wyniki związane z rolą kontroli społecznej, negatywnej i pozytywnej nie były jednoznaczne, kolejne badania, przy zmodyfikowanej metodologii powinny dostarczyć rozstrzygających efektów. Wyniki badań zwracają uwagę na trudności w redukcji ZS szczególnie u osób, które borykają się z poważnymi problemami zdrowotnymi, zarówno psychicznymi (wysoki poziom depresyjności) oraz fizycznymi (np. nadwaga, otyłość).

Pani mgr Siwy powołuje się na kilka podejść teoretycznych, tj. teorię wymiany społecznej (Thibaut i Kelly, 1959)⁴, diadyczny model wpływu zdrowotnego (DHIM, Huelsnitz,

⁴ Thibaut, J.W., and Kelly, H.H. 1959. "The Social Psychology of Groups." New York John Wiley and sons Incorporated

2019)⁵, hipotezę wspólnych zasobów oraz hipotezę zgodności zachowań zdrowotnych (Meyler i in., 2007)⁶. Kandydatka zaprezentowała dobrą znajomość teoretycznych podejść zarówno tych ogólnie znanych w psychologii zdrowia jak i szczegółowych modeli odnoszących się do ZS oraz AF. Znajduje to miejsce we wstępie manuskryptu oraz we wprowadzeniu do poszczególnych publikacji. Również w dyskusji wyników powołuje się w sposób rzetelny na teorie interpretując uzyskane wyniki.

Doktorantka uczestniczyła we wszystkich fazach prowadzonych badań oraz jest pierwszą autorką ocenianych tekstów. Brała udział w przeglądzie literatury, planowaniu badań, statystycznej analizie wyników, pisaniu manuskryptu oraz w korespondencji z redakcjami i recenzentami opublikowanych prac. Teksty powstały w latach 2023- 2025, wobec czego można je zaliczyć do najbardziej aktualnej literatury psychologicznej.

Należy też zwrócić uwagę, że we wszystkich czterech opracowaniach, które stanowią podstawę doktoratu pojawiają się te same nazwiska współautorów, co oznacza, że pani mgr Siwa prowadziła badania i pisała swoje artykuły w stałym zespole osób. Kilka nazwisk to ważne i znane postaci ze świata nauki, osoby charakteryzujące się dużym dorobkiem naukowym i ogromnym doświadczeniem w badaniach z zakresu psychologii. Praca w zespole wysokiej klasy specjalistów, współautorów jest ważnym atutem i w dużej mierze gwarancją wysokiej jakości badań i publikacji.

Uzasadnienie wniosku o wyróżnienie

Wyróżnienie dysertacji uzasadnia fakt, iż została przedstawiona do recenzji w formie trzech opublikowanych tekstów i jednego złożonego do recenzji w zagranicznych, renomowanych czasopismach naukowych z zakresu psychologii zdrowia, tj. *Annals of behavioral medicine* (100 pkt. MNiSW, dwa teksty) oraz *Mental health of physical activity* (70 pkt. MNiSW, dwa teksty). Teksty, których Doktorantka jest pierwszą autorką charakteryzuje wysoki poziom teoretyczny i metodologiczny. Ważnym atutem jest umiejętność pracy w zespole naukowców w języku angielskim. W moim przekonaniu pani mgr Maria Siwy posiada znaczne kompetencje w zakresie prowadzenia badań naukowych na wysokim poziomie. Ze

⁵ Huelsnitz, C. O., Jones, R. E., Simpson, J. A., Joyal-Desmarais, K., Standen, E. C., Auster-Gussman, L. A., & Rothman, A. J. (2022). The dyadic health influence model. *Personality and Social Psychology Review*, 26(1), 3-34.

⁶ Meyler, D., Stimpson, J. P., & Peek, M. K. (2007). Health concordance within couples: a systematic review. *Social science & medicine*, 64(11), 2297-2310.

względów na wysokie walory pracy oraz istotny wkład w wiedzę na temat predyktorów i konsekwencji ZS wnoszę o wyróżnienie niniejszej dysertacji.

Podsumowanie

Stwierdzam, że rozprawa doktorska przygotowana przez panią magister Marię Siwą pt. „Psychospołeczne determinanty i konsekwencje zachowań siedzących w dwóch rodzajach diad” napisana pod kierunkiem naukowym prof. dr hab. Aleksandry Łuszczyńskiej spełnia wymogi stawiane pracom doktorskim zgodnie z Ustawą o tytułach i stopniach naukowych. Pomimo wyrażenia uwag krytycznych pracę oceniam bardzo pozytywnie. Uzyskane w badaniach wyniki stanowią istotny wkład w rozwój badań nad uwarunkowaniami i konsekwencjami bezczynności ruchowej u dorosłych i dzieci. Przedstawiam więc Wysokiej Radzie Uniwersytetu SWPS wniosek o dopuszczenie Pani magister Marii Siwy do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

Anna Bokranin