

Warszawa, 20.07.2023

Prof. dr hab. Monika Guskowska  
Katedra Terapii Zajęciowej  
Wydziału Rehabilitacji  
Akademii Wychowania Fizycznego  
Józefa Piłsudskiego w Warszawie

Ocena rozprawy doktorskiej mgr Pauliny Łęczyckiej  
*Wypalenie zawodowe a styl życia nauczycieli wychowania fizycznego  
i innych specjalności*

Ocena rozprawy doktorskiej została sporządzona na wniosek Rady Naukowej Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie z dnia 15.06.2023 r. Przedłożona do recenzji rozprawa została wykonana pod kierunkiem promotora dr hab. Grażyny Kosiby, prof. AWF i promotora pomocniczego dr Anety Cichosz-Dziadury.

Podjęty w pracy problem dotyczy wypalenia zawodowego nauczycieli wychowania fizycznego w porównaniu z nauczycielami innych specjalności i jego wybranych behawioralnych i psychicznych korelatów. Przedmiotem zainteresowania mgr Pauliny Łęczyckiej są związki wypalenia zawodowego z wybranymi zachowaniami zdrowotnymi, w tym aktywnością fizyczną i zwyczajami żywieniowymi oraz poczuciem skuteczności i zadowoleniem z życia. Problem ten jest interesujący pod względem poznawczym oraz ważny ze względów społecznych. Nauczyciele to grupa zawodowa obciążona dużym ryzykiem wypalenia zawodowego. Określenie aktualnego stopnia tego zagrożenia pozwala zaplanować działania o charakterze profilaktycznym i terapeutycznym. Dobra kondycja psychiczna nauczycieli stanowi istotną determinantę efektywności ich działań zawodowych. Dotyczy to wszystkich nauczycieli, niezależnie od specjalności, koncentracja na nauczycielach wychowania fizycznego w rozprawie naukowej na stopień doktora nauk o kulturze fizycznej wydaje się w pełni uzasadniona. Poszukiwanie w grupie nauczycieli tej specjalności zależności między wypaleniem zawodowym a takimi elementami stylu życia jak aktywność fizyczna i zachowania żywieniowe jest szczególnie ważne, gdyż to właśnie nauczyciele wychowania fizycznego powinni modelować prozdrowotne zachowania swoich uczniów. Problem badań bez wątpienia mieści się w obszarze badawczym nauk o kulturze fizycznej, rozwiązano go z wykorzystaniem narzędzi właściwych dla tej dyscypliny naukowej. Rozprawa została oceniona pod względem formalnym i merytorycznym.

## Ocena formalna

Recenzowana praca liczy 136 stron i posiada strukturę nieco odbiegającą od struktury typowej dla empirycznych rozpraw doktorskich. W pracy zachowano właściwą proporcję między częścią teoretyczną i częścią metodologiczno-badawczą. Pierwsza poprzedzona krótkim wstępem liczy niespełna 40 stron, druga 55 stron. Rozdział prezentujący teoretyczne podstawy pracy składa się z pięciu podrozdziałów, rozdział omawiający metodologię badań własnych zawiera cztery podrozdziały. Kolejność podrozdziałów jest prawidłowa, a ich tytuły są adekwatne wobec przedstawianych w nich treści. Wątpliwości budzi struktura części empirycznej – rozdziału 3. zatytułowanego *Wyniki badań*. Wyróżniono w nim dwa podrozdziały: w jednym omówiono wyniki porównania badanych zmiennych ze względu na specjalność nauczycielską i płeć, w drugim przedstawiono związki między badanymi zmiennymi. W pracy nie wydzielono osobnego rozdziału poświęconego dyskusji i wnioskom. Dyskusja, wyróżniona śródtytułem, jest prowadzona w podrozdziale 3.2. *Zachowania zdrowotne, poczucie skuteczności i satysfakcja z życia a poziom wypalenia zawodowego...*, dalszą część tego podrozdziału stanowią wnioski z badań. Wyróżnienie rozdziału/podrozdziału poświęconego dyskusji jest standardem w przypadku rozpraw doktorskich. Pozostałe części rozprawy: piśmiennictwo, spis rycin i tabel, aneks zawierający zastosowane narzędzia badawcze oraz streszczenie w języku polskim i angielskim nie budzą już zastrzeżeń.

W tym miejscu chcę, niejako na marginesie, zwrócić uwagę, że obecnie, gdy tekst rozprawy doktorskiej jest upubliczniany - zamieszczany na stronie uczelni, należy zrezygnować z zamieszczania w niej narzędzi badawczych, do których dostęp jest ograniczony. Wykorzystane w pracy skale pomiarowe są przedmiotem sprzedaży w Pracowni Testów Psychologicznych, a do ich zakupu są uprawnione osoby legitymujące się stopniem zawodowym magistra określonych kierunków studiów.

Zapis bibliograficzny nie jest konsekwentny (znaki przestankowe, nawiasy). Szczególną trudność sprawia Doktorantce uporządkowanie kilku prac tego samego autora, publikowanych samodzielnie i we współautorstwie. Zazwyczaj przyjmuje się następującą zasadę: najpierw przedstawione są prace mające jednego autora uporządkowane w porządku od najstarszych do najnowszych lub odwrotnie, następnie prace wieloautorskie w kolejności alfabetycznej według nazwiska drugiego autora (a w razie potrzeby kolejnych współautorów) z zachowaniem przyjętego porządku chronologicznego.

## **Ocena merytoryczna**

### ***Streszczenie***

Ocenę rozpocznę od streszczenia, choć znajduje się ono na końcu rozprawy. Zawiera ono wszystkie niezbędne elementy (wprowadzenie wskazujące problem, cel pracy, osoby badane, narzędzia badawcze i przedstawione opisowo wyniki, które nazwano wnioskami). Wątpliwość budzi dosłowny cytat z powołaniem się na źródło. W streszczeniu nie zamieszcza się zazwyczaj odwołań do literatury.

### ***Wstęp***

We wstępie znajdujemy krótkie uzasadnienie badania wypalenia zawodowego nauczycieli jako grupy zawodowej szczególnie na nie narażonej oraz znaczenie stylu życia w profilaktyce tego zjawiska. Wskazano w nim także przedmiot pracy. Moim zdaniem nie znajdziemy tu jednak wystarczającego uzasadnienia objęcia badaniem poczucia własnej skuteczności i zadowolenia z życia. Nie zostały one także uwzględnione w tytule rozprawy, tym samym treść rozprawy jest szersza niż jej tytuł.

Dalsza część wstępu zawiera narracyjny, zbędny w mojej ocenie, spis treści. Dla orientacji w zawartości merytorycznej rozprawy z powodzeniem wystarczy znajdujący się na jej początku spis rozdziałów.

### ***Część teoretyczna rozprawy***

Część teoretyczna rozprawy stanowi sprawdzian zdolności dokonania krytycznej analizy i syntezy dotychczasowych osiągnięć naukowych, w tym umiejętności przedstawiania koncepcji teoretycznych i wyników badań naukowych w przejrzysty i czytelny sposób, stanowiące jedno z kryteriów oceny rozprawy doktorskiej.

W pierwszym podrozdziale mgr Paulina Łęczycka przedstawia zjawisko wypalenia zawodowego, koncentrując się na jego definicjach i charakterystyce pod względem przejawów, przyczyn i dynamiki. Ujawnia przy tym umiejętność syntetyzowania informacji z różnych źródeł i prowadzenia analiz porównawczych. W podrozdziale drugim koncentruje się na zjawisku wypalenia zawodowego nauczycieli jako grupy zawodowej szczególnie nim zagrożonej wskazując tego przyczyny. Chcąc zapewne dowieść znajomości literatury przedmiotu na str. 16 w dwóch akapitach Doktorantka przytacza 28 publikacji jako przykład prac dotyczących wypalenia zawodowego nauczycieli. Przyznam, że nie jestem zwolenniczką takiego zabiegu. O wiele cenniejsze jest, w mojej ocenie, omówienie najważniejszych dla problemu prac teoretycznych i studiów empirycznych, które znajdujemy na kolejnych stronach. Brakuje mi jednak krytycznej oceny i wskazania luk w wiedzy na temat wypalenia zawodowego nauczycieli, które mogłyby wypełnić wyniki badań własnych.

Kolejny podrozdział dotyczy prozdrowotnego stylu życia i zachowań zdrowotnych. Moją wątpliwość budzi rozważanie pojęcia zdrowia w ujęciu historycznym począwszy od Sokratesa, omawianie modeli zdrowia i przedstawianie wielu definicji zdrowia, stylu życia i zachowań zdrowotnych. Wszystkie te treści są zbędne z punktu widzenia celu rozdziału teoretycznego – wykazania luk w wiedzy naukowej i uzasadnienie podjęcia badań własnych. Moim zdaniem przyjęte definicje stylu życia i zachowań związanych ze zdrowiem mogłyby znaleźć się na początku kolejnego podrozdziału, w którym Doktorantka omawia uwzględnione w badaniu składowe prozdrowotnego stylu życia (aktywność fizyczna, nawyki żywieniowe, zachowania profilaktyczne, pozytywne nastawienie psychiczne).

Wiem, że mgr Paulina Łęczycka nie jest psychologiem, więc ustalanie relacji między pojęciami psychologicznymi może stanowić dla niej trudność. Z obowiązku recenzenta zwracam uwagę, że pojęcia *pozytywne nastawienie psychiczne*, *myślenie pozytywne* i *nastrój* nie są tożsame. W ostatnim podrozdziale części teoretycznej Doktorantka omawia dwa konstrukty *uogólnione poczucie własnej skuteczności* (uogólnione jest poczucie a nie skuteczność) i *satysfakcja z życia*. Podobnie jak poprzednio podaje wiele ich definicji, co nie służy jasności wyводу. Relacje między różnymi terminami (*satysfakcja życiowa*, *jakość życia*, *dobrostan*, *pozytywna samoocena*) pozostają niejasne. W przypadku niejasności terminologicznych autor powinien bądź ustalić zakresy pojęć i relacje między nimi, bądź (co zalecałabym w tym przypadku) przedstawić jedną, przyjętą w pracy definicję kluczowych konstruktywów.

Część teoretyczna rozprawy dowodzi znajomości literatury przedmiotu. W tym miejscu odniosę się do wykorzystanej w pracy literatury. Jest ona imponująca pod względem ilościowym, wykaz obejmuje 342 prace, w rzeczywistości jest ich o 6 mniej - Autorka zdublowała w wykazie 6 prac (pozycje 189/190; 210/211, 244/245; 251/252; 267/268; 309/310). Ponad połowę z nich stanowią prace obcojęzycznych. Pewną wątpliwość budzi powoływanie się na prace publikowane przed niemal ćwierć wiekiem (90 prac zostało opublikowanych przed 2001 rokiem) oraz na pracę magisterską (pozycja 189/190).

W części teoretycznej rozprawy mgr Paulina Łęczycka podejmując kwestie istotne z punktu widzenia problemu badawczego w przejrzysty i czytelny sposób przedstawia koncepcje i modele teoretyczne jak i wyniki badań naukowych. Mankamentem tej części jest to, że Autorka przedstawia w kolejnych podrozdziałach informacje dotyczące badanych zmiennych niejako oddzielnie, bez powiązania ich ze sobą. Doktorantka sprawnie przywołuje definicje pojęć, omawia koncepcje i relacjonuje wyniki dotychczasowych badań. Pewną trudność sprawia Jej przeprowadzenie krytycznej analizy ujęć teoretycznych i syntezy danych

empirycznych. Krytyczna analiza czy to istniejących koncepcji naukowych, czy wyników badań innych autorów zwykle pozwala na wskazanie luk w wiedzy, które wymagają uzupełnienia i w konsekwencji – zdefiniowanie problemu badawczego i sformułowanie celu badań. Rozdział teoretyczny pracy kończy się omówieniem wyników jednego z badań. Brakuje w nim podsumowania i przekonującego uzasadnienia podjęcia badań nad wypaleniem zawodowym nauczycieli wychowania fizycznego i poszukiwania związków między tym zjawiskiem a składnikami prozdrowotnego stylu życia. Szczególnego wyjaśnienia wymaga uwzględnienie w badaniu poczucia skuteczności i zadowolenia z życia oraz poszukiwanie ich relacji z wypaleniem zawodowym i pozostałymi zmiennymi.

### ***Część empiryczna rozprawy***

Kolejne kryterium oceny rozprawy doktorskiej stanowi umiejętność określenia problemu badawczego, sformułowania celu badań, pytań badawczych i ewentualnie hipotez. Treści pozwalające na ocenę pracy pod tym względem znajdujemy w rozdziale drugim zatytułowanym *Metodologia badań*. Mgr Paulina Łęczycka w jasny sposób formułuje poznawczy cel badań, określając jakie zależności między zmiennymi są przedmiotem jej zainteresowania. Jego uszczegółowienie stanowi 11 pytań badawczych. Nie budzą one zastrzeżeń formalnych, zostały poprawnie sformułowane. W części teoretycznej nie wykazano jednak, że zasadne jest poszukiwanie zróżnicowania wypalenia zawodowego, poczucia własnej skuteczności czy zadowolenia z życia w zależności od specjalności nauczycielskiej czy też zależności między wypaleniem zawodowym a stylem życia, zachowaniami zdrowotnymi czy sytuacją finansową, rodzi się więc pytanie, dlaczego Doktorantka chce je badać.

Kolejnym kryterium oceny rozprawy doktorskiej jest właściwy dobór metod i narzędzi badawczych oraz osób badanych. Przedstawiona do oceny rozprawa doktorska z powodzeniem je spełnia. W badaniach zastosowano sześć właściwie dobranych standardowych kwestionariuszy, w tym cztery skale psychologiczne, które krótko opisano, nie podano jednak ich właściwości psychometrycznych. Nie ma natomiast potrzeby trzykrotnego podawania zasad interpretacji wyników w skali stenowej.

Liczebność badanej grupy jest wystarczająca, proporcja płci i nauczycieli różnych specjalności nie budzi zastrzeżeń. Brakuje informacji o zasadach doboru do badań. Jaką była procedura doboru losowego? Jakie były kryteria włączenia i wyłączenia? Badaną grupę wyczerpująco scharakteryzowano pod względem płci, wieku, stażu pracy, specjalności, poziomu kształcenia, wykształcenia, miejsca zamieszkania, liczby osób w gospodarstwie domowym i deklarowanej sytuacji finansowej. Doktorantka jednak nie sprawdziła przy pomocy testów statystycznych, czy nauczyciele wychowania fizycznego i pozostałych specjalności

istotnie różnią się pod tym względem. Bez takich danych twierdzenie, że grupy różnią się lub nie różnią nie jest uzasadnione.

W ostatnim podrozdziale części metodologicznej przedstawiono metody statystyczne, wskazując w jakich analizach znalazły one zastosowanie. Są wśród nich zarówno testy parametryczne jak i nieparametryczne. Nie można ocenić, czy zostały one prawidłowo dobrane bez informacji na temat tego, czy poszczególne zmienne spełniały wymogi normalności rozkładu. Wnioskowanie o tym na podstawie przeprowadzonych analiz budzi wątpliwości. Na przykład do analizy tych samych danych (np. wyniki kwestionariusza IPAQ) zastosowano parametryczny test t-Studenta w porównaniu w zależności od specjalności (tab. 21), natomiast porównując wyniki kobiet i mężczyzn prawdopodobnie test nieparametryczny (tab. 22), obliczono współczynniki korelacji rang Spearmana (tab. 42). Nie zawsze też wiadomo, jakie testy były stosowane (np. tab. 22, tab. 33).

W rozdziale trzecim przedstawiono wyniki badań własnych, porządkując je w większości przypadków zgodnie z kolejnością pytań badawczych (wyjątek stanowi pyt. 6.), co pomaga w odbiorze licznych danych prezentowanych przez Doktorantkę i według zmiennych stanowiących kryterium podziału na grupy (specjalność, następnie płeć). W pierwszym podrozdziale przedstawiono dane dotyczące poziomu badanych zmiennych (wypalenie zawodowe, zachowania zdrowotne, aktywność fizyczna, zwyczaje żywieniowe, poczucie własnej skuteczności, zadowolenie z życia) i ich zróżnicowania ze względu na specjalność nauczycielską oraz w części analiz - płeć. Dostarczają one odpowiedzi na pytania badawcze 1.-5. i 7.-8. Poszukując różnic w wypaleniu zawodowym, poczuciu własnej skuteczności i satysfakcji z życia kobiet i mężczyzn przeprowadzono osobne porównanie w grupie nauczycieli wychowania fizycznego i innych specjalności. Dlaczego nie zastosowano dwuwymiarowej analizy wariancji? Czy z powodu niespełnienia wymogu normalności rozkładu? Raczej nie, skoro do porównań międzygrupowych wykorzystano test t-Studenta. W kolejnym rozdziale obliczono współczynniki r-Pearsona, by określić związki wypalenia z zachowaniami zdrowotnymi. W celu ustalenia związków wypalenia zawodowego ze stażem zastosowano nieparametryczny test Spearmana. Czy z tego powodu, że rozkład stażu nie był normalny? Proszę o wyjaśnienie tych kwestii.

W drugim podrozdziale mgr Paulina Łęczycka przedstawia dane dotyczące związków między zmiennymi. Takie analizy nie pozwalają jednak ustalić czy styl życia i badane zachowania zdrowotne różnicują strukturę wypalenia zawodowego (co zapowiada w pierwszym akapicie na str. 68), bo to wymaga analiz porównawczych, a nie korelacyjnych. Z tego powodu dane nie dostarczają odpowiedzi na szóste pytanie badawcze, które powinno

dotyczyć związków między zmiennymi, jak to jest w pytaniach 9.-11. Uważam, że przeprowadzane analizy statystyczne muszą mieć sens wynikający z treści badanych zmiennych, a wykryte dzięki nim zależności powinny służyć wyjaśnianiu i w konsekwencji przewidywaniu rzeczywistości. Jak zwiększa nasze rozumienie zjawiska wypalenia zawodowego fakt, że jego wymiary korelują ze spożywaniem słonych i słodkich przekąsek, warzyw czy orzechów?

Lekturę części empirycznej utrudnia nieco brak konsekwencji w nadawaniu tytułów tabelom (np. z *uwzględnieniem płci, kobiet i mężczyzn*) jak i fakt, że niektóre tabele mają niemal identyczne tytuły (np. tab. 35 a tab. 39 i 40). Niecelowe jest powtarzanie danych liczbowych w tabelach i w tekście pracy, co zdarza się nągminnie. Można też zrezygnować z podawania w tabelach prezentujących rozkłady zmiennych tych samych wartości ogółem odnoszących się do liczebności w podgrupach (136 i 234) i całej badanej grupie (370).

Przejdźmy teraz do dyskusji, która moim zdaniem jest najtrudniejszą częścią pracy naukowej. Autor powinien wykazać się tu zarówno znajomością literatury przedmiotu jak i umiejętnością odniesienia wyników badań własnych do rezultatów uzyskanych przez innych autorów, zdolnością myślenia krytycznego, argumentowania, wnioskowania i uzasadniania twierdzeń. Mgr Paulina Łęczycka w wielu fragmentach przedstawia wyniki badań własnych w szerokim kontekście rezultatów licznych wcześniejszych studiów. Niestety, często zatrzymuje się na takim zestawieniu. Brakuje interpretacji stwierdzonych podobieństw lub różnic, ustalenia, jakie jest ich źródło, wskazania, co z tych ustaleń wynika. Podobnie jest w przypadku zależności między zmiennymi. Brakuje ich interpretacji, wyjaśnienia zaobserwowanych związków, wskazania mechanizmów leżących u ich podstaw. Doktorantka udziela odpowiedzi na pytanie *Jak jest?*, ale nie zawsze stara się dociec *Dlaczego tak jest?* poszukując przyczyn zaobserwowanych różnic między grupami czy związków między zmiennymi.

Treści przedstawione w dyskusji byłyby łatwiejsze w odbiorze, gdyby Autorka uporządkowała ją według pytań badawczych i najpierw udzielała na nie *explicite* odpowiedzi, a później odnosiła wyniki badań własnych do rezultatów uzyskanych przez innych autorów i (czego brakuje) do założeń i koncepcji teoretycznych. W orientacji pomogłyby też *śródtytuły*.

W początkowej części dyskusji Doktorantka zupełnie niepotrzebnie charakteryzuje ponownie badaną grupę przywołując podane wcześniej dane dotyczące płci, wieku, specjalizacji, miejsca zamieszkania, stażu. Wielokrotnie podaje dane liczbowe ilustrujące wyniki badań własnych, czego zazwyczaj nie robi się w dyskusji. Moim zdaniem jest to

uzasadnione jedynie przy porównaniu poziomu nasilenia badanych właściwości ujawnionego w badaniach własnych i ustalonego przez innych autorów.

Kolejna część pracy to *Wnioski z badań*. Często ich sformułowanie przysparza trudności doktorantom. Tak jest i w tym przypadku. W kolejnych punktach mgr Paulina Łęczycka przedstawia najważniejsze wyniki, jest więc to ich podsumowanie wyników, w wielu przypadkach dostarczające odpowiedzi na pytanie badawcze. Wnioski powinny wykraczać poza wyniki, stanowić ich uogólnienie, „wynikać z wyników”.

Wątpliwości nie budzą natomiast wnioski aplikacyjne. Autorka z powodzeniem realizuje postulat łączenia badań naukowych z praktyką wskazując działania służące profilaktyce wypalenia zawodowego wśród nauczycieli.

Szkoda, że Doktorantka nie wskazała ograniczeń badań własnych i kierunków przyszlých badań naukowych nad wypaleniem zawodowym nauczycieli.

Dysertacja jest zasadniczo poprawna pod względem językowym, jednak z obowiązku recenzenta zwracam uwagę na następujące uchybienia:

- Błędy i niezręczności językowe i stylistyczne (np. *zawody wykraczające poza ludzkie usługi*, str. 7; *wysunięto bogatą różnorodność perspektyw*, str. 7; *zdrowie jest pojęciem o wiele bardziej trudniejszym*, str. 19; *odczuwanie pozytywów z wysiłku*, str. 36; *słusznie dostrzega D. Doliński zwracając uwagę ...*, str. 37)
- Błędy literowe (np. *jednocześnie*, str. 87;
- Braki polskich znaków diakrytycznych;
- Błędy interpunkcyjne: zarówno błędne, niepotrzebne jak i brakujące znaki przestankowe;
- Liczebniki porządkowe wyrażone liczbą bez kropki (np. *wyniki w granicach od 1 do 4 stena*, str. 42 i kolejne);
- Stosowanie pod tabelami w tekście pracy czcionki mniejszej niż 12 pkt (str. 46, 47, 48, Powyższe błędy i uchybienia nie obniżają pozytywnej oceny rozprawy.

Podsumowując stwierdzam, że przedstawiona do oceny rozprawa doktorska zatytułowana *Wypalenie zawodowe a styl życia nauczycieli wychowania fizycznego i innych specjalności* przygotowana przez mgr Paulinę Łęczycką pod kierunkiem promotora dr hab. Grażyny Kosiby, prof. AWF i promotora pomocniczego dr Anety Cichosz-Dziadury stanowi oryginalne rozwiązanie istotnego problemu naukowego, lokującego się treściowo w obszarze dociekań naukowych właściwych dla nauk o kulturze fizycznej, wskazuje na wiedzę teoretyczną Kandydatki i umiejętność samodzielnego prowadzenia pracy naukowej, jest

