

Dr hab. Małgorzata Grabara

Katowice, 28 kwietnia 2017

Akademia Wychowania Fizycznego

Im. Jerzego Kukuczki w Katowicach

Katedra Turystyki i Prozdrowotnej Aktywności Fizycznej

Zakład Rekreacji i Odnowy Psychosomatycznej

RECENZJA

Rozprawy doktorskiej mgr Katarzyny Bulińskiej

pt. „Wpływ programu relaksacyjnego na parametry psychosomatyczne fizjoterapeutów z ośrodków opieki długoterminowej o profilu geriatrycznym”

Rozprawa doktorska mgr Katarzyny Bulińskiej dotyczy oceny ewentualnego wpływu dwumiesięcznego programu relaksacyjnego na wybrane parametry psychosomatyczne fizjoterapeutów pracujących z osobami starszymi w placówkach pobytu długoterminowego oraz związku tego programu z pracą zawodową badanych osób. Badaniami objętych zostało 48 fizjoterapeutów pracujących w takich ośrodkach i spełniających określone kryteria.

Doktorantka opracowała program relaksacyjny dla uczestników badań, który okazał się skuteczny m.in. w zakresie promocji aktywności fizycznej i obniżenia poziomu stresu, co w konsekwencji może przekładać się na poprawę zdrowia, jakości życia i efektywności pracy fizjoterapeutów poddanych eksperymentowi. Autorka wskazuje również na potrzebę cyklicznie powtarzania tego typu programu w celu poprawy komfortu pracy fizjoterapeutów.

Podjęta w przedłożonej do recenzji dysertacji problematyka badań jest oryginalna, aktualna i w pełni uzasadniona. Promowanie aktywności fizycznej i wskazanie sposobów radzenia sobie ze stresem jest bardzo ważne dla ogółu społeczeństwa, w tym szczególnie dla grup zawodowych pracujących w warunkach permanentnego stresu.

Formalna ocena pracy

Przedstawiona mi do oceny dysertacja doktorska Pani mgr Katarzyny Bulińskiej liczy łącznie z załącznikami 155 stron. Składa się z 9 rozdziałów: „Wstęp”, „Cel pracy”, „Pytania badawcze”, „Materiał i metody badawcze”, „Wyniki”, „Dyskusja”, „Ograniczenia badań naukowych”, „Wnioski” „Literatura”, 7 załączników.

Na początku pracy zamieszczono streszczenie w j. polskim i angielskim, spis rycin, tabel, załączników oraz wykaz skrótów. W załącznikach Autorka zawarła zaproszenie do programu, opis programu relaksacyjnego, druk zgody na udział w projekcie, informację jak przygotować się do badań, kwestionariusz ankiety, grafik zajęć oraz płytke cd z treningiem relaksacyjnym.

Bibliografia obejmuje 178 pozycji, głównie artykułów naukowych. Przeważająca liczba przywoływanych prac (123), to prace napisane w j. angielskim. Na podkreślenie zasługuje fakt, iż Autorka przywołuje głównie prace opublikowane w ostatnich latach (2010-2017), mniej jest nieco starszych (2000-2009), zaś prac z lat 80-tych i 90-tych ubiegłego wieku jest bardzo niewiele.

Praca napisana jest poprawnym językiem naukowym. Natomiast w opisie wyników Autorka powinna konsekwentnie stosować tylko czas przeszły. Odsyłacze zamieszczone są prawidłowo. Tabele i ryciny są bardzo czytelne, przejrzyste. Układ pracy jest klarowny i poprawny merytorycznie. Pod względem formalnym praca jest przygotowana zgodnie z wytycznymi do przygotowywania prac doktorskich eksperymentalnych opracowanych przez Wydział Fizjoterapii Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu. Dodatkowo Autorka zamieściła rozdział „Ograniczenia badań naukowych”.

Reasumując, **pod względem formalnym dysertację oceniam pozytywnie.**

Merytoryczna ocena pracy

Wstęp

Wprowadza czytelnika w problematykę badawczą pracy. Autorka podkreśla znaczenie opieki długoterminowej w świetle zmian demograficznych, rolę fizjoterapeutów w zakresie opieki nad osobami starszymi i niepełnosprawnymi, specyfikę pracy fizjoterapeutów oraz dokonuje przeglądu programów relaksacyjnych skierowanych do pracowników służby zdrowia. Autorka wyraża również swoje zaniepokojenie sytuacją zawodową i wskazuje

potrzebę opracowania strategii zapobiegającej skutkom zawodowym, na jakie narażeni są fizjoterapeuci. Rozdział ten, obok roli wprowadzającej w problematykę badań, uzasadnia również wybór tematu pracy.

Cel badań, pytania badawcze

Cel pracy jest zgodny z jej tytułem, sformułowany prawidłowo, rozszerzony w postaci 5 celów szczegółowych. Autorka formułuje również 12 pytań badawczych, z których 6 dotyczy fizjoterapeutów i 6 dotyczy programu. W pracy nie postawiono hipotez, jednakże w różnych koncepcjach metodologicznych prezentuje się odmienne podejścia do tej kwestii. W moim odczuciu pytań badawczych jest za dużo, jednak ta uwaga podobnie jak poprzednia jest dyskusyjna i nie stanowi zarzutu *sensu stricto*.

Skala trudności podjętej problematyki badawczej oraz jej znaczenie w pełni odpowiada wymogom stawianym rozprawom doktorskim.

Materiał i metody badawcze

Praca jest częścią projektu badawczego, który uzyskał pozytywną opinię Senackiej Komisji ds. Etyki Badań Naukowych przy Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu.

Doktorantka bardzo dokładnie scharakteryzowała (również graficznie) całą procedurę doboru uczestników do udziału w projekcie. Ścisłe określiła kryteria włączenia do badań i wyłączenia z badań. Ostatecznie badaniami objętych zostało 48 fizjoterapeutów. Autorka scharakteryzowała ich podstawowe dane, tj. wiek, płeć, staż pracy status rodzinny.

W dalszej części tego rozdziału Autorka opisała procedury badań, miejsce badań i ich organizację, a także szczegółowo opisała poszczególne badania i próby w ramach tych badań.

Przeprowadzone badania Autorka podzieliła wg następującego kryterium: badania psychometryczne z wykorzystaniem kwestionariuszy ankiet (Kwestionariusz Subiektywnej Oceny Pracy, Kwestionariusz Orientacji Życiowej) i badania somatyczne (podstawowe pomiary antropometryczne, pomiary hemodynamiczne). Metody i narzędzia badawcze zastosowane przez Autorkę uważam za właściwe i adekwatne do problemu badawczego. Jednakże w części ankiety dotyczącej samooceny aktywności fizycznej należałoby dodać pytanie dotyczące intensywności podejmowanej AF, zwłaszcza, że Autorka dokonuje porównania szacowanego poziomu AF badanych osób do zaleceń wg WHO.

W kolejnym podrozdziale Autorka bardzo dokładnie opisała program relaksacyjny wraz z charakterystyką poszczególnych zajęć. Moja krytyczna uwaga dotyczy jedynie zapisu nazw pozycji jogi (asan) w j. polskim. Obok dosłownego tłumaczenia nazw z sanskrytu lub w

niektórych przypadkach zamiast niego, stosowniejsze byłoby określenie pozycji wyjściowej i ruchu, np. „*paścimottanasana*” zamiast „rozciąganie ku zachodowi”, które to określenie nie mówi osobie nieznającej nazw asan, lepiej napisać skłon w przód z siadu prostego.

Metody analizy statystycznej

Metody statystyczne wykorzystane w pracy są opisane dość lakonicznie i do tej części pracy mam kilka uwag krytycznych. Autorka pisze, że „z racji licznych odstępstw od normalności danych do analiz zastosowano testy nieparametryczne”. Co oznacza normalność danych? Jakim testem Autorka oceniła normalność rozkładu? Co Autorka rozumie przez stwierdzenie, że „relatywnie niska liczebność grup zmniejsza wartość statystycznych testów normalności”? Dlaczego Autorka zastosowała test Manna-Whitneya w przypadku zmiennych jakościowych? Jest to test nieparametryczny oparty na rangowaniu.

Wyniki

Pani mgr K. Bulińska przedstawiła wyniki swojej pracy w sposób przejrzysty i logiczny. Na początku części wynikowej Autorka dokonała charakterystyki społeczno-demograficznej i zawodowej badanych osób. W tabeli 5 Autorka niepoprawnie określiła stopień naukowy doktora jako tytuł naukowy. Jako elementy stylu życia Autorka przedstawiła m.in. częstotliwość i objętość podejmowanej aktywności fizycznej (AF), formy AF, sposoby spędzania czasu wolnego, informacje dotyczące stosowanych przez badanych diet i używek. Autorka napisała, że „średnia ilość godzin poświęconych na aktywność fizyczną świadczy o spełnianiu zaleceń WHO”. Natomiast w wynikach nie ma wzmianki o poziomie intensywności podejmowanej aktywności fizycznej. Warto by również pokazać, jaki odsetek badanych spełniał zalecenia WHO, jeśli Autorka byłaby w stanie określić na podstawie zebranych danych, że dana forma podejmowanej aktywności fizycznej była co najmniej o umiarkowanej intensywności.

Kolejne analizy dotyczą m.in. poziomu zadowolenia z pracy i zarobków, poziomu stresu w pracy i w życiu, subiektywnej oceny pracy. Wyniki badań wskazały na obniżenie poziomu stresu oraz obniżenie poziomu „poczucia zagrożenia” w pracy w grupie eksperymentalnej po 2 miesięcznej praktyce relaksacji.

W komentarzu przy wynikach BMI badanych, Autorka pisze, że średni wynik wskazuje na występowanie nadwagi wśród fizjoterapeutów. Lepszym rozwiązaniem byłoby przedstawienie w procentach, ilu badanych miało nadwagę lub otyłość w świetle tego

wskaźnika, oczywiście mając na uwadze niedoskonałość BMI w ocenie istnienia nadwagi lub otyłości.

W dalszej części Autorka prezentuje wyniki pomiarów hemodynamicznych, m.in. porównując wyniki kobiet i mężczyzn. Z badań wynika, iż parametry hemodynamiczne różnią się u kobiet i mężczyzn, stąd czy nie lepiej byłoby zrobić odrębne analizy dla kobiet i odrębne dla mężczyzn z grup eksperymentalnej i kontrolnej? Chyba, że była taka sama liczba mężczyzn i kobiet w tych grupach. Z drugiej jednak strony, Autorka zauważa i formułuje w części „ograniczenia badań” problem zbyt małej liczebności badanych, co może utrudniać poprawną analizę statystyczną z uwzględnieniem płci.

Autorka także dokonała analiz zależności pomiędzy poszczególnymi parametrami, a uzyskane zależności opatrzyła odpowiednim komentarzem. Zauważyła również, że na poszczególne wyniki i zależności wpływ mogły mieć również inne czynniki pojawiające się w pracy, czy też w życiu prywatnym badanych. Część wynikową pracy Autorka kończy opiniami badanych fizjoterapeutów na temat potrzeb cykliczności tego typu programów relaksacyjnych związanych z chęcią ich kontynuacji.

Podsumowując część wynikową w pracy stwierdzam, iż Pani mgr Bulińska w pełni wykonała postawione przed sobą zadanie. Autorka prawidłowo zinterpretowała wyniki swoich badań, zaopatrzyła właściwymi komentarzami, co świadczy o Jej dojrzałości naukowej.

Dyskusja

W tej części pracy Autorka szczegółowo omówiła wyniki swoich badań na tle badań innych autorów. Autorka wykazała bardzo dobre przygotowanie teoretyczne i dojrzałość do interpretacji wyników i wnioskowania. Rozdział ten czyta się z ciekawością.

Ograniczenie badań naukowych

Autorka krytycznie podeszła do swoich badań opisując pewne ograniczenia, które mogły wpłynąć na wyniki badań. W tej części pracy Autorka wskazuje również na możliwości rozwinięcia badań w tym zakresie w przyszłości. Umieszczenie tego rozdziału w pracy doktorskiej zasługuje na szczególne podkreślenie.

Wnioski

Wnioski są sformułowane poprawnie, zawierają najważniejsze informacje płynące z badań stanowiąc ich podsumowanie. Autorka wskazuje też aplikacyjne znaczenie przeprowadzonych badań.

Bibliografia

Dobór piśmiennictwa w pracy jest właściwy, adekwatny do podjętej problematyki badawczej.

Konkluzja

Podsumowując rozprawę doktorską Pani mgr Katarzyny Bulińskiej pod tytułem „Wpływ programu relaksacyjnego na parametry psychosomatyczne fizjoterapeutów z ośrodków opieki długoterminowej o profilu geriatrycznym”, przygotowaną pod opieką promotora prof. dr hab. Joanny Rymaszewskiej **stwierdzam, iż spełnia ona wszelkie wymagania stawiane rozprawom naukowym na stopień naukowy doktora nauk o kulturze fizycznej**. Wnoszę zatem do Wysokiej Rady Wydziału Fizjoterapii Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu o dopuszczenie Pani mgr Katarzyny Bulińskiej do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

Zakład Rekreacji
i Odnowy Psychosomatycznej
KIEROWNIK
Malgorzata Grabara
dr hab. Małgorzata Grabara