

Warszawa, 18.06.2018

Prof. dr hab. Monika Guskowska  
Zakład Psychologii Klinicznej i Pedagogiki Specjalnej  
Wydział Rehabilitacji  
AWF Warszawa

## Ocena rozprawy doktorskiej mgr Agnieszki Albrecht

### *Wolontariat sportowy a aktywność fizyczna i inne aspekty zdrowego stylu życia wolontariuszy*

Rozprawa doktorska mgr Agnieszki Albrecht przygotowana pod kierunkiem promotora dr hab. prof. AWF Janusza Maciaszka i promotora pomocniczego dr Jowity Górki stanowi wartościowe i interesujące poznawczo zamierzenie badawcze. Uwaga Autorki koncentruje się na osobach zaangażowanych w wolontariat sportowy. Aktywność wolontaryjna Polaków, mniej powszechna niż w krajach Europy Zachodniej, rzadko jest przedmiotem badań naukowych, podjęcie badań zmierzających do stworzenia społeczno-demograficznego i behawioralnego portretu sportowych wolontariuszy wydaje się więc cenne. Jak dotąd niewiele wiadomo na temat tej grupy pracującej na rzecz innych osób lub instytucji. Problem badań jest więc istotny w aspekcie teoretycznym i praktycznym, a tematyka pracy bez wątpienia mieści się w obszarze nauk o kulturze fizycznej. Autorka zajmuje się przede wszystkim składowymi stylu życia wolontariuszy przyjmując pod względem metodologii perspektywę charakterystyczną dla psychologii i socjologii zdrowia.

Realizując postawione przed recenzentem zadanie oceny, czy przedstawiona do recenzji rozprawa spełnia wymagania stawiane pracy doktorskiej, na wstępie należy rozważyć kryteria formalne. Praca liczy wraz z załącznikami 123 strony i posiada zasadniczo strukturę typową dla prac empirycznych. Proporcje między częścią teoretyczną a częścią metodologiczną i empiryczną nie budzą zastrzeżeń. Wątpliwość budzi natomiast sama organizacja tekstu. W pracy wydzielono 13 numerowanych rozdziałów. Trzy z nich tworzą część teoretyczną rozprawy, dwa kolejne – część metodologiczną, trzy następne – część empiryczną. Numeracją objęto także części pracy zwykle nienumerowane: abstract, bibliografię, spis tabel i rycin oraz aneks. Nie rozumiem powodów pominięcia streszczenia rozprawy w języku polskim.

Przyznam, że brakuje mi rozdziału tytułowanego zwykle *Wstęp*, stanowiącego zazwyczaj najbardziej osobisty fragment rozprawy, w którym autor przedstawia bardziej

osobiste powody podjęcia danego problemu badawczego niż te wskazane przez Autorkę w rozdziale 3. *Uzasadnienie wyboru problemu badawczego*, przygotowuje też niejako czytelnika do dalszej lektury. Drobne wątpliwości budzą tytuły niektórych rozdziałów, zwłaszcza powtarzanie we wszystkich tytułach podrozdziałów rozdziału 6., iż chodzi o zachowania respondentów, co w pracy empirycznej wydaje się oczywiste. Użycie terminu „materiał badawczy” dla określenia osób biorących udział w badaniu nie jest niepoprawne, ale zdecydowanie wolę termin „osoby badane”

Przejdźmy teraz do oceny pracy pod względem merytorycznym. Pierwszym jej kryterium jest umiejętność wyczerpującego, a krytycznego zarazem przedstawienia stanu wiedzy na temat problemu będącego przedmiotem badań własnych. Zadanie to mgr Agnieszka Albrecht realizuje w dwóch rozdziałach pracy. Pierwszy z nich jest poświęcony zachowaniom zdrowotnym, w tym aktywności fizycznej, drugi – wolontariatowi sportowemu. Autorka sprawnie korzysta z dorobku innych autorów ilustrując opisywane zjawiska czy uzasadniając formułowane przez siebie twierdzenia. Przedstawia zarówno wyniki badań realizowanych w Polsce jak i poza naszym krajem i dokonuje ich porównania.

W tym miejscu przyjrzymy się wykazowi literatury. Obejmuje on 203 pozycje, 60% to literatura w języku angielskim, 55% stanowią prace opublikowane po 2008 roku. Dobór i wykorzystanie źródeł nie budzą zastrzeżeń. Natomiast sposób zapisu bibliograficznego, choć konsekwentnie realizowany, odbiega od standardów.

Część teoretyczna rozprawy realizuje cel, który przed nią stoi – prowadzi do opisanie problemu badawczego podjętego przez Autorkę i uzasadnia jego podjęcie. Mgr Agnieszka Albrecht w przekonujący sposób uzasadnia wybór problemu badawczego w osobnym rozdziale 3. Dokonuje podsumowania przeglądu literatury, wskazuje koncepcje, które wymagają empirycznej weryfikacji, kwestie dotąd nierozstrzygnięte lub takie, które nie były wcześniej podejmowane na gruncie polskim. Uzasadnia nie tylko celowość podjęcia badań nad stylem życia sportowych wolontariuszy, ale i wybór miejsca ich prowadzenia. Doktoranci mają często problem z przekonującym uzasadnieniem wyboru problematyki badawczej, natomiast mgr Agnieszka Albrecht realizuje to zadanie naprawdę dobrze.

W części metodologicznej pracy, którą stanowią dwa rozdziały rozprawy: 3. *Założenia badawcze* i 4. *Metodologia badań* doktorant powinien wykazać się między innymi umiejętnością jasnego sformułowania celu pracy, pytań badawczych i hipotez. Autorka jako cel pracy wskazuje analizę związków między udziałem w wolontariacie sportowym a podejmowaniem aktywności fizycznej przez wolontariuszy, następnie w podrozdziale 4.2 *Cele szczegółowe* pisze: *badanie miało na celu również pozyskanie szerokiej gamy informacji*

o stylu życia wolontariuszy i dalej: ...zbadane zostały również: preferencje żywieniowe, korzystanie z używek, czas poświęcony na sen, odczuwanie stresu w sytuacjach życia codziennego (s. 28). Cele szczegółowe pozostają więc bez związku z celem ogólnym, a powinny stanowić jego uszczegółowienie. Wydaje mi się, że bardziej trafne byłoby wskazanie jako celu ustalenie zależności między udziałem w wolontariacie sportowym a stylem życia, a w celach szczegółowych wskazanie, jakie elementy stylu życia będą brane pod uwagę oraz zaakcentowanie wśród nich aktywności fizycznej (jeśli taka jest intencja Autorki).

Analiza pytań badawczych wskazuje, że poznanie tych zależności ma się odbywać przez porównanie wybranych składowych stylu życia wolontariuszy i osób niebiorących udziału w sportowym wolontariacie. Wszystkie pytania badawcze mają formę pytań rozstrzygnięcia i nie budzą zastrzeżeń, choć równie dobrze mogłyby zostać sformułowane jako pytania dopełnienia (*jakie są różnice*). Hipotezy stanowią prawdopodobną odpowiedź na te pytania. Co wymaga podkreślenia i pozytywnej oceny, Autorka przedstawia przekonująco przesłanki każdej hipotezy odwołując się do wyników wcześniejszych badań. Niekiedy jednak przyjmuje pewne założenia nie przedstawiając ich uzasadnienia czy traktuje jako pewnik coś, co jest jedynie przypuszczeniem (np. to, że wolontariusze posiadają wiedzę żywieniową – s. 31; czy że przejawiają cechy ekstrawersji – s. 32). Same hipotezy nie budzą zastrzeżeń poza nieostrymi sformułowaniami dotyczącymi wielkości różnic międzygrupowych. O ile określenie „istotnie częściej/rzadziej” nie budzi wątpliwości (hipoteza zostanie potwierdzona w przypadku stwierdzenia różnic istotnych statystycznie), o tyle „zdecydowanie częściej”, „znacznie mniejszy” już tak. Kiedy uznamy tak sformułowaną hipotezę za potwierdzoną? A kiedy odrzucona zostanie hipoteza *Sportowcy po zakończeniu kariery chętnie angażują się w wolontariat sportowy w trenowanej wcześniej dyscyplinie?* Kiedy się nie angażują czy też kiedy robią to niechętnie? Hipoteza musi być sformułowana precyzyjnie, a uzyskane w wyniku badania dane powinny pozwolić na jej testowanie, najlepiej jednoznacznie.

Kolejnym przedmiotem oceny jest dobór próby i metody oraz zastosowane w pracy narzędzia badawcze. Kryteria jak i sam proces doboru próby zostały jasno opisane. Liczebność całej badanej próby jest wystarczająca dla realizacji przyjętego celu, a charakterystyka obu grup wyczerpująca. Można tylko zastanawiać się, czy określenia „grupa badana” i „grupa kontrolna” są najbardziej właściwe. Badane są przecież obie grupy, a termin „grupa kontrolna” jest zwykle stosowany w modelu eksperymentalnym. Niestety,

Autorka nie ustrzegła się przed nazwaniem badanych „grupą badawczą” (s. ryc. 1, s. 42; ryc. 4, s. 46; ryc. 8, s. 51; s. 64).

W pracy zastosowano właściwie dobraną metodę sondażu diagnostycznego. Dla potrzeb pracy opracowano dwie wersje ankiety, która dotyczy aktywności fizycznej, stylu życia i wolontariatu sportowego. Powstaje pytanie, dlaczego do badania aktywności fizycznej nie zastosowano standardowych narzędzi badawczych jak *Międzynarodowy Kwestionariusz Aktywności Fizycznej (IPAQ)*? Istnieją także standaryzowane skale do badania zachowań zdrowotnych (np. *Inwentarz Zachowań Zdrowotnych IZZ Juczyńskiego*). Stosunkowo prostą i dostępną nie tylko dla psychologów skalą do badania nasilenia stresu jest *PSS-10*. Skale te mają ustalone i satysfakcjonujące właściwości psychometryczne. Stosowanie standaryzowanych i znormalizowanych narzędzi o ustalonej rzetelności i trafności istotnie zwiększa szanse na uzyskanie trafnych danych. Dzięki normom można odnieść uzyskane wyniki do populacji, a nie tylko porównać z rezultatami grupy odniesienia.

Ankieta stworzona przez Autorkę jest poprawna i nie budzi większych zastrzeżeń, w pracy nie znalazłam jednak informacji, czy próbowano ją ocenić pod względem psychometrycznym, ustalając choćby rzetelność metodą testu powtórnego. Moim zdaniem niejasna może być dla respondenta relacja między pojęciami „aktywność fizyczna” i „ćwiczenia fizyczne” (pyt. 1. i 2. a 3. i 4.). Dla mnie z kolei nie jest jasny powód rozdzielenia zainteresowania sportem na „sport w ogóle”, „sporty zespołowe” i „sporty indywidualne”. Zwracam ponadto uwagę, że w całej ankiecie przyjęto formę drugiej osoby liczby pojedynczej (Ty), a w pytaniu 12. pojawia się nieoczekiwane forma „Pan/Pani”. Domyślałam się, że odpowiedź „8 dni” w pytaniu 2. ankiety kierowanej do grupy kontrolnej (s. 116) jest błędem drukarskim.

Zastosowane w badaniach metody analiz statystycznych zostały dobrane prawidłowo. Zmienną niezależną nie była jednak, jak pisze Autorka na s. 41, grupa badana i grupa kontrolna, tylko przynależność do grupy (lub zaangażowanie w wolontariat sportowy).

Kolejnym kryterium oceny rozprawy doktorskiej jest sposób prezentacji i interpretacji uzyskanych wyników. Wyniki przeprowadzonych analiz zostały przedstawione w jasny sposób na rycinach i tabelach oraz opisane w tekście rozprawy. Niecelowe jest jednak powtarzanie w tekście danych liczbowych (wartości procentowych, wartości testów statystycznych i poziomu istotności) prezentowanych na rycinach i w tabelach. Wystarczy opis danych akcentujący kierunek stwierdzonych różnic (w której grupie więcej/mniej) oraz związków (wprost/odwrotnie proporcjonalny).

Opis wyników nie zawsze jest wystarczająco precyzyjny (przykładowo: *Wykazano natomiast słabą relację pomiędzy grupą badaną a kontrolną w codziennym spożyciu wody*, s. 59; *Nie wykazano również istotnych różnic statystycznych pomiędzy paleniem tytoniu a uprawianiem sportu wyczynowego*, s. 60). Zdaję sobie sprawę, że duża liczba danych analizowanych w pracy może powodować trudności w utrzymaniu precyzji i jasności opisu. Zachęcam więc Autorkę do zarezerwowania terminu „związek” do opisu wyników analiz korelacyjnych, a w przypadku porównywania rozkładów mówienia o różnicach międzygrupowych, ewentualnie posługiwania się bardziej ogólnym terminem „zależności”. Należy też zachować ostrożność w opisie wyników badań porównawczych czy korelacyjnych. Nie mogą one świadczyć o wpływie jednej zmiennej na drugą (np. *Oglądanie filmów i programów telewizyjnych nie miało jednak wpływu na podejmowanie aktywności fizycznej przez respondentów*, s. 48), a jedynie o zależnościach między zmiennymi.

Najtrudniejszym etapem postępowania naukowego, wymagającym bogatej wiedzy i dużej biegłości w posługiwaniu się nią jest krytyczna ocena uzyskanych rezultatów i ich zobrazowanie na tle dotychczasowego dorobku naukowego. Został on poprawnie i sprawnie zrealizowany przez Autorkę w rozdziałach 7. *Dyskusja* i 8. *Wnioski*. Rozdział poświęcony dyskusji wyników został uporządkowany według kolejno testowanych hipotez badawczych i z powodzeniem mógłby być podzielony formalnie na podrozdziały objęte numeracją. Mgr Agnieszka Albrecht odnosi w nim uzyskane rezultaty do wyników badań innych autorów, wskazując na podobieństwa i różnice oraz poszukując ich przyczyn. Konsekwentnie przywołuje każdą z hipotez i explicite określa czy została ona potwierdzona. Zwracam jednak uwagę, że powinna to robić jedynie na podstawie wyników badań własnych, a nie dostępnego piśmiennictwa. Wyniki wcześniejszych badań prowadzonych przez innych autorów należy wykorzystać w dyskusji, co Autorka z powodzeniem czyni, ale nie w procesie testowania hipotez.

Czynione przez Autorkę interpretacje dowodzą zarówno znajomości literatury przedmiotu jak i umiejętności prowadzenia naukowej dyskusji. Zachęcam jednak do większej ostrożności we wnioskowaniu na podstawie zebranych danych. Na przykład to, że wolontariusze częściej spożywają śniadania nie oznacza, że są bardziej świadomi jego pozytywnego wpływu na organizm (s. 77) a różnice w spożywaniu różnych produktów nie świadczą o zróżnicowanej świadomości wyborów żywieniowych (s. 80). „Lepsze” zachowania żywieniowe nie są równoznaczne z zainteresowaniem zdrowym stylem życia (s. 86), mogą na przykład wynikać z nawyków ukształtowanych w dzieciństwie. Należy także unikać negatywnego wartościowania wyników niepotwierdzających postawionych hipotez

(Niestety pomiędzy grupą wolontariuszy sportowych a grupą kontrolną nie występują istotne różnice w paleniu tytoniu, s. 82) oraz przyjmowania założeń bez jakichkolwiek przesłanek (np. że wolontariusze to osoby sumienne, s. 81). Nie jest dla mnie jasne, dlaczego *udział w wolontariacie ludzi młodych nie pozwala na jednoznaczne stwierdzenie (...) wpływu tej działalności na odczuwanie stresu* (s. 88). Na podstawie uzyskanych wyników należy po prostu odrzucić hipotezę dotyczącą różnic międzygrupowych w poziomie stresu.

Szkoda, że mgr Agnieszka Albrecht nie wskazała ograniczeń prowadzonych badań ani ich dalszych kierunków. Szczególnie wart rozważenia wydaje się wpływ zmiennej aprobaty społecznej. Bezsprzecznie są nim obciążone odpowiedzi na pytania dotyczące stylu życia, zwłaszcza palenia papierosów i picia alkoholu, a w przypadku sportowych wolontariuszy być może także aktywności fizycznej. Moim zdaniem wpływ zmiennej aprobaty społecznej widać szczególnie dobrze w deklaracjach podjęcia w przyszłości wolontariatu sportowego przez nie-wolontariuszy (60% odpowiedzi twierdzących). Ostrożność w przyjmowaniu uzyskanych danych za rzeczywistość widać w tytułach rycin, zawierających termin „deklarowane”, w mniejszym stopniu – w opisie i interpretacji ich zawartości oraz wnioskowania na podstawie wyników badania.

Odnosząc się na koniec do kwestii szczegółowych, z racji psychologicznego wykształcenia muszę wskazać na brak precyzji w posługiwaniu się terminami „motywacja” i „motywy”. Motywacja to proces ukierunkowujący nasze zachowanie na określony cel, zaś motyw to bodziec do działania czy jego pobudka. Autorka badała więc konkretne motywy poznając w ten sposób motywację wolontariuszy.

Z obowiązku recenzenta pragnę wskazać także drobne błędy: brak kropki w liczbach używanych do zapisu liczebników porządkowych (np. 20. rok życia) bądź ich nieprawidłowy zapis (90-tych, 15-stu) oraz niepotrzebne spacje po łącznikach w nazwiskach złożonych (np. Lopez-Villaba czy Laudańska-Krzemińska) oraz „potknięcia” stylistyczne (*Być może jest to efekt wdrażanych licznych kampanii (...), albo wprowadzono zakaz palenia w miejscach publicznych.* s. 82). Zwracam także uwagę, że dzielenie tekstu na akapity czyni go bardziej przyjaznym dla czytelnika. Warto to uczynić na stronach 6, 10, 15, 71 i 73.

W podsumowaniu pragnę podkreślić, że pomimo przedstawionych powyżej krytycznych uwag oceniana rozprawa doktorska stanowi właściwie zaplanowane i dobrze zrealizowane oryginalne zamierzenie badawcze. Praca ta wnosi nowe, interesujące poznawczo treści do wiedzy z zakresu nauk o kulturze fizycznej. W mojej opinii rozprawa mgr Agnieszki Albrecht pt. *Wolontariat sportowy a aktywność fizyczna i inne aspekty zdrowego stylu życia wolontariuszy* spełnia wymagania formalne i merytoryczne stawiane

rozprawom doktorskim i kwalifikuje Doktorantkę do nadania stopnia doktora w dziedzinie nauk o kulturze fizycznej. Wnoszę więc do Wysokiej Rady Wydziału Wychowania Fizycznego, Sportu i Rehabilitacji Akademii Wychowania Fizycznego im. E. Piaseckiego w Poznaniu o dopuszczenie mgr Agnieszki Albrecht do kolejnych etapów przewodu doktorskiego.

M. G. S. Z. H. O. W. S. K. A.