

**Recenzja rozprawy doktorskiej autorstwa mgra Michała Bergiera
„Aktywność fizyczna kobiet i mężczyzn z niezależnych centrów kultury
na tle zaleceń prozdrowotnych i samooceny jakości życia”
Napisanej pod kierunkiem naukowym Dra hab. Władysława Mynarskiego,
profesora uczelni**

Recenzowana praca doktorska liczy ogółem 190 stron. Układ całości opracowania jest typowy dla prac empirycznych i zawiera wszystkie konieczne elementy, tj.: wstęp, teoretyczno-metodyczne podstawy problematyki badań, cel, pytania i hipotezy badawcze, materiał i metody badań, wyniki badań, dyskusję, wnioski, streszczenie w języku polskim i angielskim, piśmiennictwo, spis rzeczy oraz aneks.

„Wstęp” został napisany dość syntetycznie i obejmuje dwie i pół strony. Jego objętość, w kontekście występowania w pracy obszernego rozdziału teoretyczno-metodycznego, uważam jednak za wystarczającą. W pierwszej części Doktorant przytacza dość ogólną wiedzę na temat zmian znaczenia aktywności fizycznej w życiu człowieka, jakie zachodzą wraz z rozwojem cywilizacji. W tej części pracy niepotrzebnie użyto zwrotów potocznych, np. „uciążliwa udręka”, które nie powinny się znaleźć w dysertacji naukowej. Błędne merytorycznie i logicznie jest również zdanie: „Tendencja taka w połączeniu z nieograniczoną podażą żywności prowadziła do coraz powszechniejszego zjawiska hipokinezji w społeczeństwach wysoko rozwiniętych”. Po pierwsze, co trzeba z całą mocą podkreślić, podaż żywności nie jest wcale nieograniczona, na co wskazuje chociażby porażający fakt, że około 800 mln ludzi na świecie cierpi głód, a około 6 mln corocznie umiera z tego powodu. Żywność nie jest dobrem wolnym, lecz rzadkim w znaczeniu ekonomicznym, o czym prawdopodobnie w niedalekiej przyszłości, za sprawą katastrofalnego stanu środowiska przyrodniczego i eksplozji demograficznej, przekonają się także mieszkańcy krajów rozwiniętych. Po drugie, natomiast podaż żywności nie ma bezpośredniego związku z niedoborem ruchu współczesnego człowieka. Następnie Autor przytacza i relacjonuje wyniki badań dotyczące: wpływu wysiłków fizycznych na stan zdrowia, aktywności fizycznej przedstawicieli różnych grup społecznych oraz diagnozy jakości życia. Wprowadza także czytelnika w problematykę stowarzyszeń pozarządowych, w tym niezależnych centrów kultury, identyfikuje cel pracy oraz wymienia główne

metody badawcze. To czego, w mojej ocenie, brakuje w tej części rozprawy to krótkiego przedstawienia struktury pracy z przybliżeniem tematyki opisywanej w każdym z rozdziałów.

Wysoko oceniam treść rozdziału pt. „Teoretyczno-metodyczne podstawy problematyki badań”, w którym Doktorant powołując się na liczne publikacje autorów krajowych i zagranicznych, wprowadza czytelnika w problematykę podjętych badań. Charakteryzuje w nim: rolę aktywności fizycznej w życiu współczesnego człowieka, biologiczne i psycho-społeczne uwarunkowania aktywności fizycznej, parametry i kryteria poziomu aktywności fizycznej rekomendowanej w celach zdrowotnych dla osób dorosłych, metody i narzędzia oceny aktywności fizycznej, związki aktywności fizycznej ze zdrowiem, zakres znaczeniowy określenia jakości życia i jego związki ze zdrowiem oraz genezę, podstawy prawne i formy działalności niezależnych centrów kultury.

Moje drobne uwagi odnośnie tej części dotyczą trzech kwestii. W podrozdziale 1.6 pt. „Zakres znaczeniowy określenia jakości życia i jego związki ze zdrowiem” Autor prezentuje najpierw jakość życia zależną od zdrowia, a następnie opisuje ogólną jakość życia subiektywną i obiektywną. Należało raczej, w myśl zasady od ogółu do szczegółu, postąpić odwrotnie i najpierw przedstawić definicję ogólnej jakości życia oraz jej dwa kluczowe podziały na: globalną (całościową) i częściową oraz obiektywną i subiektywną, a następnie opisać jakość życia związaną ze zdrowiem. Przedmiot badań Doktoranta obejmował częściową (zależną od stanu zdrowia) i subiektywną (ocenianą przez badanych) jakość życia. W tej części pracy brakuje także odwołań się do publikacji, takich wybitnych znawców problematyki jakości życia, jak: Tadeusz Borys, Teresa Słaby, Tomasz Panek, Janusz Czapiński, czy Walenty Ostasiewicz. Druga uwaga dotyczy zbyt mało pogłębionego przeglądu piśmiennictwa dotyczącego współzależności jakości życia i aktywności fizycznej. Doktorant przytacza w tej części jedynie dwie prace, a w samej bazie Scopus znajduje się ponad 17 tys. rekordów, w których oba pojęcia stanowią słowa kluczowe. W konsekwencji Autor nie zacytował w tej części wielu znaczących prac, mimo że ów problem jest jednym z kluczowych w jego rozprawie doktorskiej. Trzecia uwaga dotyczy podrozdziału 1.7 pt. „Geneza, podstawy prawne i formy działalności Niezależnych Centrów Kultury”, w którym na stronie 33 Autor zacytował nieaktualny już akt prawny. Najnowszy tekst jednolity ustawy z dnia 7 kwietnia 1989 r. Prawo o stowarzyszeniach ukazał się bowiem w 2019, wcześniej również w 2017 i 2015, a nie jak podaje Doktorant w 2001 roku.

Kolejny rozdział pracy pt. „Cel, pytania badawcze i hipotezy badawcze”, zawiera cel badań, jakim jest „ocena poziomu częstości, objętości i intensywności aktywności fizycznej oraz jakości życia osób działających (udzielających się) w Niezależnych Centrach Kultury na

tle prozdrowotnych standardów” oraz „cel aplikacyjny”, a mianowicie „rozpoznanie siły i kierunków domniemanych współzależności między poziomem aktywności fizycznej i samooceną jakości życia respondentów w wieku 19-46 lat”. Sformułowano również pięć pytań oraz pięć hipotez badawczych. Poczynione założenia badawcze uważam w zasadzie za prawidłowe, choć i w tym przypadku mam pewne uwagi. Cel pn. „rozpoznanie siły i kierunków domniemanych współzależności między poziomem aktywności fizycznej i samooceną jakości życia respondentów w wieku 19-46 lat” nie ma charakteru aplikacyjnego, lecz poznawczy. Celem naukowym (teoretycznym, poznawczym) jest bowiem wiedza i z takim rodzajem celu mamy w tym przypadku do czynienia, natomiast celem aplikacyjnym (praktycznym) jest wskazanie możliwości wykorzystania wiedzy (np. teorii lub wyników badań) w działaniu. Tego rodzaju cel nie został sformułowany w rozprawie, zatem oba sformułowane cele należy potraktować jako poznawcze, pierwszy jako główny, a drugi – pomocniczy. Formułując ten cel Doktorant użył także niewłaściwego słowa „współzależność”. W pracy badano, bowiem wyłącznie zróżnicowanie samooceny jakości życia w aspekcie aktywności fizycznej badanych. Sygnalizowaną nieścisłość powielił Autor również w piątym pytaniu badawczym pn. „W jakim stopniu poziom aktywności fizycznej osób aktywnych w NCK warunkowany jest ich jakością życia w wymiarze fizycznym i psychicznym?” oraz w piątej hipotezie badawczej pn. „Poziom aktywności fizycznej w znacznym stopniu wpływa na jakość życia badanych”. W pytaniu badawczym Doktorant błędnie pyta: jak jakość życia oddziałuje na aktywność fizyczną? (co nie było przedmiotem badań), a w hipotezie badawczej słusznie przypuszcza, że aktywność fizyczna może oddziaływać na jakość życia (co było przedmiotem badań). W odniesieniu do tej hipotezy myślę również, że w poszukiwaniu „wpływów” oczekiwania Doktoranta są zbyt daleko idące, gdyż trudno w tym przypadku mówić o prostym mechanizmie przyczynowo-skutkowym. W rzeczywistości społecznej związku jakości życia (nawet ocenianej w konwencji zdrowia) z aktywnością fizyczną, mają charakter pośredni, a czynnikiem bezpośrednio oddziałującym na ten rodzaj jakości życia jest obiektywny stan zdrowia. Należało, zatem w tym przypadku zastosować termin: związki lub korelacje.

Kolejny rozdział pracy pt. „Materiał i metody badań” składa się z trzech podrozdziałów: (1) Dobór i charakterystyka badanych, (2) Metody, narzędzia i program badań oraz (3) Analizy statystyczne. Zastosowany w pracy celowy (a właściwie celowo-czasowy) dobór badanych do próby, ze względu na specyfikę grupy – osoby działające w niezależnych centrach kultury – jest właściwy. W badaniach uczestniczyły 104 osoby, w tym 38 kobiet i 66 mężczyzn, co może nie jest liczebnością imponującą, lecz ze względu na zamknięty charakter rozpatrywanej grupy, a w konsekwencji zastosowany sposób doboru osób do badań, uznaję za wystar-

czającą. W opisie materiału badawczego brakuje jednak informacji na temat łącznej liczby osób, które działają w Polsce w tego rodzaju stowarzyszeniach, co pozwoliłoby określić jaki udział (odsetek) z nich poddano badaniom.

Autor pozyskał również szereg informacji „metryczkowych” na temat badanych, tj.: wiek, wysokość ciała, masa ciała, wskaźnik BMI, poziom wykształcenia, charakter pracy zawodowej, samoocena zasobów czasu wolnego i sprawności fizycznej. To właściwe podejście w badaniach sondażowych, choć przydałoby się jeszcze uzyskać informacje na temat: oceny własnego stanu zdrowia i realnych zasobów czasu wolnego, będących do dyspozycji badanych. Za zbędne uważam natomiast informację na temat oceny sprawności fizycznej, gdyż taki subiektywny opis, zmiennych możliwych do obiektywnego pomiaru, nie wnosi, według mnie, żadnej wartości dodanej do pracy. W podrozdziale dotyczącym metod badawczych Autor właściwie i wystarczająco szczegółowo charakteryzuje zastosowane w badaniach narzędzia, diagnozujące aktywność fizyczną i jakość życia. Autor zbyt lakonicznie natomiast rozpiisał zastosowane metody analizy statystycznej. Jest to o tyle dziwne, że jest to mocna strona rozprawy, a na wyróżnienie zasługuję nie tylko właściwy dobór metod analizy statystycznej, lecz także ich różnorodność i właściwa interpretacja.

Rozdział 4. pt. „Wyniki badań” został napisany skrupulatnie i jasno. Zawarte w tej części tabele ułatwiają czytelnikowi śledzenie wywołu Autora. Jego struktura, w nawiązaniu do celów, problemów szczegółowych i hipotez badawczych, jest prawidłowa. Rozdział obejmuje cztery podrozdziały, tj.: (1) Charakterystyka wybranych wskaźników aktywności fizycznej badanych kobiet i mężczyzn oraz samoocena ich sprawności fizycznej, (2) Społeczno-demograficzne i morfologiczno-sprawnościowe uwarunkowania aktywności fizycznej badanych, (3) Aktywność fizyczna badanych na tle prozdrowotnych zaleceń, oraz (4) Aktywność fizyczna badanych kobiet i mężczyzn na tle samooceny jakości życia. Ta część rozprawy jest mocną stroną recenzowanej rozprawy i mam do niej jedynie kilka drobnych uwag. Charakteryzując poziom tygodniowej objętości aktywności fizycznej respondentów według kryterium IPAQ (s. 49), Doktorant posługuje się naprzemiennie odsetkami i liczebnościami badanych. Zaleca się w tym przypadku konsekwencję i zwyczajowo informacje obrazujące analizę struktury grupy opisuje się za pomocą jednostek procentowych. Analizując zróżnicowanie aktywności fizycznej badanych w grupach osób wydzielonych ze względu na wartości wskaźnika BMI w odniesieniu do wartości normatywnych (ss. 69-73), Doktorant posługuje się pojęciem „budowa ciała”. Choć jest to niekiedy praktykowane, głównie w pracach popularnonaukowych, należy pamiętać, że pojęcie „budowa ciała” jest znacznie szersze niż wskaźnik masy ciała BMI (lub Queteleta II). Znacznie bardziej kompleksowo i trafnie opisują budowę

ciała człowieka znane systemy typologiczne, np. Kretschmera, Sheldona, czy Wankego i to kategorie w nich stosowane, można byłoby ewentualnie traktować jako synonimy pojęcia „budowa ciała”. W legendzie do tabel 68-71 niezbyt precyzyjnie wyjaśniono, że symbol „I” oznacza niższy poziom jakości życia, a symbol „II” – wyższy poziom jakości życia. Jako że Autor do stworzenia tej klasyfikacji zastosował medianę, to należało raczej zapisać, że symbol „I” oznacza jakość życia niższą lub równą wartości środkowej (przeciętnej), a symbol „II” – jakość życia wyższą od wartości środkowej (przeciętnej).

Z dużą swobodą i znajomością przedmiotu napisany jest także rozdział 5 pt. „Dyskusja”. W tej części pracy Autor właściwie komentuje wyniki badań własnych na tle wcześniejszych prac, w których podejmowano podobne badania. Dyskusja ta jest wystarczająco pogłębiona i wskazuje na dobre rozumienie problematyki badań, umiejętność interpretacji wyników, a także na pewną ostrożność w formułowaniu ocen i sądów. Niepotrzebnie Doktorant dokonał jednak tutaj charakterystyki niezależnych centrów kultury (ss. 109-110), która powinna być umieszczona w rozdziale pt. „Materiał i metody badań”, na początku podrozdziału opisującego materiał badawczy. Za dużą, rzadko spotykaną w tego rodzaju pracach kwalifikacyjnych, zaletę Dyskusji należy uznać natomiast identyfikację słabych i mocnych stron pracy. Takie podejście z jednej strony umożliwia wskazanie mankamentów, które należy poprawić w kolejnych badaniach, z drugiej natomiast pozwala podkreślić aspekty pracy, które mają charakter unikatowy i stanowią pewną wartość dodaną do światowych zasobów nauki.

Recenzowaną dysertację wieńczy rozdział „Wnioski”, w którym Doktorant poprawnie formułuje pięć wniosków, nawiązując do każdego z postawionych problemów szczegółowych (pytań) i hipotez badawczych. Konstruuje także, tym razem poprawny, wniosek aplikacyjny dotyczący postulowanych sposobów zwiększania poziomu aktywności fizycznej badanych z analizowanych organizacji pozarządowych. W tej części Autor wytycza także potencjalne kierunki dalszych badań w tym obszarze problemowym.

Nie wnoszę żadnych uwag do doboru i zapisania piśmiennictwa. Przeciwnie, spoglądam na ten element pracy z uznaniem. Zwraca moją uwagę zarówno liczba (396) cytowanych i wymienionych prac, jak i staranne i konsekwentne zapisanie poszczególnych pozycji piśmienniczych. Prawidłowo także napisano streszczenie w języku polskim i angielskim, sporządzono spis rzeczy oraz opisano załączniki.

Podsumowując należy podkreślić, że recenzowana rozprawa doktorska pozbawiona jest krytycznych błędów merytorycznych i metodycznych, a moje drobne uwagi nie obniżają jej wartości. Została również napisana poprawnym, pod względem stylistycznym i gramatycznym, językiem. Nie znalazłem w niej także zbyt wielu tzw. literówek. Nie mam również za-

strzeżeń, co do sposobu opisu tabel oraz robienia przypisów. Tym samym oceniam pracę doktorską autorstwa mgr Michała Bergiera, jako dobrze przygotowaną pod względem merytorycznym i formalnym.

Konkludując stwierdzam, że rozprawa doktorska mgr Michała Bergiera pod tytułem „Aktywność fizyczna kobiet i mężczyzn z niezależnych centrów kultury na tle zaleceń prozdrowotnych i samooceny jakości życia” spełnia wszystkie warunki określone w art. 13 ust. 1 ustawy z dnia 14 marca 2003 r. o stopniach naukowych i tytule naukowym oraz o stopniach i tytule w zakresie sztuki (Dz. U. z 2017 r. poz. 1789). Recenzowana praca stanowi oryginalne rozwiązanie problemu naukowego oraz wykazuje ogólną wiedzę teoretyczną i umiejętność samodzielnego prowadzenia pracy naukowej Doktoranta. W pracy postawiono istotny, z naukowego punktu widzenia, problem, przyjęto właściwe metody jego rozwiązania, prawidłowo przeprowadzono analizę wyników oraz w sposób logiczny wysunięto wnioski z badań. Poziom przygotowania całości wskazuje na odczytanie Doktoranta, logiczne formułowanie wniosków i staranne przygotowanie pracy do druku.

W kontekście powyższego wnoszę do Wysokiej Rady Wydziału Wychowania Fizycznego Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach o przyjęcie rozprawy doktorskiej i dopuszczenie mgr Michała Bergiera do dalszych etapów postępowania związanego z ubieganiem się o stopień naukowy doktora nauk o kulturze fizycznej.

Opole, 17 sierpnia 2019 rok

Daniel Puciato