

Prof. dr hab. Jan Blecharz
Akademia Wychowania Fizycznego
im. B. Czecha w Krakowie

Recenzja pracy doktorskiej mgr Agnieszki Kmiecik: "Lęk oraz pewność siebie a poziom zaangażowania w czynności sportowe zawodniczek piłki nożnej ekstraklasy", przygotowanej pod kierunkiem dr. hab. Janusza Szopy, prof. AWF Katowice i promotora pomocniczego dr. hab. Damiana Grabowskiego, prof. SWPS Katowice

Lęk jako czynnik wywołujący silne pobudzenie, będące przyczyną dyskomfortu psychicznego, budził zainteresowanie od czasów starożytnych. Pod koniec XIX i na początku XX wieku nowego znaczenia nadała mu psychoanalityczna koncepcja Freuda, podkreślająca, że źródłem lęku są stłumione nierozwiązane konflikty. Teorie uczenia podkreślają, że reakcji lękowych możemy się uczyć, a szczególną rolę odgrywają w tym procesie hipokamp i ciało migdałowate. Źródło lęku, w przeciwieństwie do strachu, jest wewnątrz człowieka i niedostrzegane przez innych. Reakcja lękowa oprócz dyskomfortu psychicznego może mieć silne komponenty fizjologiczne, wpływać na procesy poznawcze oraz poziom wykonania motorycznego. Stąd też problematyka lęku była zawsze w kręgu zainteresowań psychologii sportu, dla której jednym z głównych problemów są czynniki determinujące optymalny poziom funkcjonowania w sytuacjach rywalizacji sportowej. Silny lęk w czasie zawodów sportowych (również tych najwyższej rangi, jak igrzyska olimpijskie czy mistrzostwa Świata) może być przyczyną tzw. dławienia emocjonalnego (chokingu), które powoduje, że zawodnik nie może zaprezentować pełni swoich możliwości i zamiast satysfakcji z wykonania doznaje ciężkiej frustracji. Dlatego temat podjęty przez Panią magister Agnieszkę Kmiecik jest ważny dla psychologii sportu, należy do ciekawych poznawczo oraz posiada walory użyteczne.

Na podkreślenie zasługuje również fakt, że osobami badanymi były kobiety uprawiające najpopularniejszą w Europie dyscyplinę sportu, czyli piłkę nożną, na najwyższym w Polsce poziomie rozgrywek ligowych. Przedmiotem podjętych przez Autorkę badań był związek pewności siebie i lęku z zaangażowaniem w działalność sportową w czasie treningów oraz zawodów.

Rozprawa jest wyjątkowo krótka. Łącznie z bibliografią, spisami tabel i rysunków oraz aneksem liczy 104 strony. Oczywiście, mała objętość pracy nie przesądza o jej jakości. Analiza literatury cytowanej - 213 pozycji oraz 3 dokumenty elektroniczne, wskazuje na trafny dobór

pozycji, z obszaru języka angielskiego i polskiego. Czterdzieści prac zostało opublikowanych przed rokiem 2000, a 80 po roku 2010. To ważne, gdyż literatura powinna być bieżąca, a literaturę starszą można wspomnieć, jeżeli wątek historyczny jest istotny dla opisywanych badań. W tym kontekście dziwi przypis z podręcznika Rubinsztejna (strona 7 i 35) wydanego w 1962 roku, czy też Kreutzta (w tekście rok wydania 1949, a w spisie literatury cytowanej 1975). Przypisy te odnoszą się do pojęcia czynności. W tym przypadku dużo stosowniejsze byłoby zacytowanie autora pojęcia czynności w polskiej psychologii prof. Tadeusza Tomaszewskiego. Podręcznik Rubinsztejna stanowił kanon na studiach psychologicznych, ale było to w latach 70-ch i 80-ch ubiegłego stulecia.

Struktura pracy jest typowa. Część teoretyczna obejmuje 30 stron, opis badań około 16 stron, analizy statystyczne około 11 stron, dyskusja wyników oraz podsumowanie około 8 stron.

Najpierw odniosę się szczegółowo do poszczególnych części pracy, a następnie przejdę do uwag ogólniejszych.

W 3-stronicowym Wstępie jest mowa o coraz większej liczbie kobiet uprawiających piłkę nożną oraz wpływie czynników psychologicznych (w tym lęku) na poziom wykonania sportowego, a także zapowiedź czego będzie dotyczyć praca.

Rozdział pierwszy zatytułowany "Psychologiczne korelaty osiągnięć sportowych" stanowi teoretyczne podłoże do przeprowadzonych badań empirycznych. Wprowadza on w pewne zakłopotanie, gdyż w tytule pracy czytamy o pewności siebie i poziomie zaangażowania w czynności sportowe. W rozdziale tym wyróżniono trzy podrozdziały zatytułowane kolejno: Temperamentalna specyfika lęku i charakterologiczna specyfika pewności siebie, Lęk we współzawodnictwie sportowym, Poczucie pewności siebie a osiągnięcia sportowe oraz Poczucie skuteczności wykonania jako czynnik osiągnięć sportowych.

W rozdziale zawarto szereg informacji ważnych dla podjętego tematu, zaczerpniętych z najczęściej trafnie dobranych koncepcji i artykułów. Często są to jednak informacje fragmentaryczne, będące jakby zasygnalizowaniem problemu, po czym następuje przeskok na następne zagadnienie. Przykładowo, Autorka przywołuje pobieżnie koncepcję lęku współzawodnictwa brytyjskiego psychologa sportu Grahama Jonesa, która stała się popularna między trenerami, ponieważ jest logiczna i łatwa do zrozumienia. Szkoda, że nie zaprezentowano w pracy jego modelu kontroli lęku współzawodnictwa, gdyż byłby on bardzo pomocny dla zrozumienia poruszanej problematyki. To samo dotyczy lęku poznawczego. Brakuje w tym rozdziale omówienia modelu katastrofy lęku Hardy'ego i Fazey'a, tym bardziej,

że Autorzy podkreślają znaczenie pewności siebie i pozytywnej postawy dla efektywnego współzawodnictwa. To samo dotyczy Praw Yerkesa - Dodsona, które pomimo, że zostały sformułowane ponad 100 lat temu, to ich znaczenie dla zrozumienia funkcjonowania człowieka w sytuacji stresu nie straciło nic na aktualności, pod warunkiem, że nadaje się im odpowiednią interpretację (patrz: Aleksandra Tokarz 2009, Prawa Yerkesa-Dodsona w badaniach psychologicznych nad aktywnością sportową). Wiąże się to też ściśle ze wspomnianymi przez Autorkę, jakby mimochodem, badaniami Hanina i jego koncepcji zindywidualizowanej strefy optymalnego funkcjonowania. Niektóre zagadnienia, na przykład dotyczące temperamentu (którego przecież Autorka nie badała) zdają się przypadkowo dobrane i rozrzucone w różnych miejscach, co sprawia wrażenie chaosu lub redundancji. Równocześnie należy zauważyć, że Autorka trafnie odwołała się do teorii lęku jako stanu i cechy Spielbergera, koncepcji lęku współzawodnictwa w sporcie Martensa, a pojęcie pewności siebie i własnej skuteczności omówiła w oparciu o koncepcję A. Bandury oraz R. Vealey. Uzasadnione jest też przywołanie transakcyjnej teorii stresu Lazarusa i Folkman. Ale znów, jest to informacja niepełna. Brakuje przede wszystkim omówienia aspektu poznawczego - oceny pierwotnej i wtórnej. To bardzo ważne, gdyż decyduje, czy daną sytuację spostrzegamy jako stresującą i czy traktujemy ją jako wyzwanie, zagrożenie lub stratę. Jak mówił twórca teorii stresu H. Selye, nie ważne co się nam zdarza, ale jak to widzimy, interpretujemy. Wspomniany już Tadeusz Tomaszewski twierdził, że nie tylko sytuacja wpływa na człowieka, ale także człowiek przekształca, zmienia tę sytuację, w wyniku własnych czynności. To bardzo ważne założenia dla poruszanej w dysertacji problematyki, które nie zostały przedstawione w sposób wyczerpujący, uporządkowany i klarowny. Mamy za to dużo wrzuconych krótkich tematów, czasami jest to jedno zdanie, które nie jest dalej kontynuowane. Przykładowo na stronie czternastej, przy omawianiu reakcji lękowych pojawia się zdanie: "To wszystko sprzyja kontuzjom i zmniejsza osiągnięcie sukcesów". Jeżeli Autorka chciała krótko zaznaczyć, że reakcje lękowe mogą sprzyjać doznawaniu urazów fizycznych w sporcie, to należało przynajmniej zrobić odniesienie do modelu M.B. Andersena i J.M. Williams (A model of stress and athletic injury - 1988). Nie wiem też czy zasadna jest egzemplifikacja odporności psychicznej sportowców poprzez zdanie na stronie 18: "Nie każdy zawodnik to Ryszard Parulski czy Emil Ochrya". Rzeczywiście to byli doskonali polscy szermierze w latach 60-tych XX wieku, ale podobnych przykładów z polskiego sportu można by mnożyć. Z obowiązku recenzenta pragnę też zauważyć, że Susan Folkman, Robin Vealey, a także pojawiająca się na dalszych stronach pracy Deborah Feltz są paniami i uznanymi amerykańskimi psychologkami sportu. Piszę o tym, gdyż Autorka stosuje w odniesieniu do nich odmianę męską. Na stronie 15 czytamy: Na Olimpiadzie w Pekinie w

2008 roku różnica pomiędzy pierwszym i czwartym miejscem w wioślarstwie mężczyzn wynosiła średnio 1.34 %...). Otóż od czasów starożytnych wiadomo, że olimpiada to miara czasu - czterolecie, które jest wieńczone igrzyskami olimpijskimi. W Pekinie w 2008 roku odbywały się Igrzyska XXIX Olimpiady. Podsumowując, w rozdziale teoretycznym, mimo licznych odwołań, często trafnie dobranej literatury przedmiotu brak spójnego i logicznego wyводу. Dobra praca powinna opowiadać historię. Najlepsze historie są logiczne, spójne, mają dobrą strukturę. Czytelnik podąża za historią, nawet jeżeli nie jest ekspertem w danej dziedzinie. Warto o tym pamiętać na przyszłość.

Rozdział drugi jest zatytułowany Materiał i metody.

Na początku rozdziału przedstawiono cel badań, którym było określenie zależności pomiędzy pewnością a poziomem zaangażowania w wykonanie czynności sportowych zawodniczek piłki nożnej oraz zależności pomiędzy poziomem lęku a poziomem zaangażowania w wykonanie czynności sportowych zawodniczek piłki nożnej na poziomie ekstraklasy na terenie województwa śląskiego. Następnie sformułowano trzy pytania badawcze i trzy hipotezy. Ich treść nie budzi zastrzeżeń. Szczególnie interesująca jest hipoteza trzecia mówiąca, że "pewność siebie pośredniczy w związku pomiędzy lękiem i poziomem zaangażowania w czynności sportowe zawodniczek piłki nożnej". Grupę badaną stanowiło 46 zawodniczek w wieku od 17 do 36 lat, uprawiających piłkę nożną w 3 klubach, z czego dwa były w czołówce tabeli ligowej, a jeden walczył o utrzymanie w lidze. Badania, które trwały miesiąc, przeprowadzono w pięciu ostatnich kolejkach kończących rozgrywki.

Jako narzędzia badawcze zastosowano:

- Inwentarz Stanu i Cechy Lęku STAI
- Skalę do badania cechy lęku współzawodnictwa sportowego (na podstawie skali SCAT)
- Skalę do badania intensywności oceny stanu lęku (na podstawie zmodyfikowanej skali CSAI-2R)
- Inwentarz Pewności Siebie w Sporcie (TSCI-PL)
- Skalę Uogólnionej Własnej Skuteczności (GSES)
- Kwestionariusz do badania celów związanych z osiągnięciami w sporcie 2X2 (KCO-S)
- Skale obserwacyjne do badania zaangażowania podczas meczu

Narzędzia te zostały dobrane trafnie, w sposób przemyślany, co świadczy o dobrej operacjonalizacji zmiennych.

Moje uwagi dotyczą tytułu rozdziału, gdyż słowo "materiał" w odniesieniu do osób brzmi trochę niezręcznie. Tytuł podrozdziału 2.2 "Materiał - opis badanej populacji" brzmi również

nieprawidłowo, ze względu na termin "materiał" (uwaga powyżej) oraz "badana populacja", ponieważ Autorka nie badała całej populacji, a jedynie dobraną celowo grupę. Tytuły rozdziałów 2.3 i 2.4 brzmią jak tytuły z podręcznika do metodologii.

Obecnie przejdę do omówienia zastosowanych w pracy analiz statystycznych oraz zaprezentowania wyników badań.

Doktorantka prawidłowo dobrała metody statystyczne w swoich badaniach. Jednakże szczegółowy opis zastosowanych metod statystycznych w rozdziale 2.3 (Metody analizy statystycznej) zaciemnił wgląd jakie metody zostały wykorzystane. Wydaje się, że klarowniejszym byłoby wypunktować zastosowane metody z odniesieniem w jakim celu zostały one użyte. Niepotrzebne jest zbyt szczegółowe opisywanie takich metod statystycznych jak: analizy korelacji (test korelacji r Pearsona oraz ρ Spearmana), ponieważ w środowisku naukowym jest to wiedza powszechna. Podobna uwaga dotyczy opisu analiz wariancji – choć tu zabrakło informacji w jaki sposób autorka interpretowała wartość efektu (eta kwadrat). Tak jak analizie korelacji została poświęcona znaczna część tego podrozdziału tak analizie mediacyjnej doktorantka przeznaczyła niewiele miejsca – a jest to metoda, która jest rzadziej stosowana, zatem tutaj należałoby bardziej szczegółowo opisać na czym ona polega. W tym przypadku warto także zwrócić uwagę na bardzo małą liczebność osób badanych jeżeli chodzi o analizy mediacyjne – grupa licząca jedynie 46 osób budzi duże zastrzeżenia co do wybrania takiej metody statystycznej. Literatura przedmiotu (np. Koopman, Hollenbeck, Sin, 2015) podaje jako minimalne liczebności 75 osób badanych a niektórzy nawet ponad 100 osób. Oczywiście zastosowanie korekty bootstrappingu jest pomocne i w takiej sytuacji nie wyklucza zastosowania tego typu analiz, jednak należy wtedy być bardzo ostrożnym w wyciąganiu wniosków z tego typu analiz ze względu na dużą szansę popełnienia błędu I rodzaju (MacKinnon i wsp., 2004). Ponadto Autorka nie wspomniała w tym miejscu o testach, które wykorzystywała w analizie mediacji, tj. teście Sobela oraz teście Goodmana – warto byłoby je opisać – zwłaszcza, gdy testom znacznie popularniejszym poświęcono tak dużo miejsca.

Drobna uwaga dotyczy także zastosowanych programów statystycznych – oba narzędzia są dobrze znane w środowisku naukowym, wydaje się jednak zasadne, aby wspomnieć, że do analiz mediacji wykorzystano plugin PROCESS, bo przypuszczam, że została ona wykorzystana (chyba, że doktorantka liczyła każdy krok analizy oddzielnie), a nie jest to oficjalna część pakietu SPSS.

W podrozdziale 2.4.1. Opis statystyczny i właściwości psychometryczne narzędzi pomiaru – wątpliwości budzą wyniki opisowe – np. zaprezentowane w tabeli 1., średnie wartości STAI-

I wydają się być niezgodne z możliwymi wynikami do uzyskania w teście. W tabeli wartości średnie przyjmują 1-2 punktów a wyniki surowe STAI powinny mieścić się w zakresie 20-80 punktów. Chyba, że doktorantka przeliczyła wyniki surowe na steny i na nich przeprowadzała dalsze obliczenia – o tym należałoby wspomnieć. Ponadto analizy statystyczne na wynikach unormowanych znacznie spłycają uzyskane rezultaty.

Zastanowienie budzi sensowność badania korelacji pomiędzy wynikami tych samych narzędzi – z pewnością taką korelację się zaobserwuje. Tutaj rozsądniejszym byłoby zbadanie różnic w nasileniu np. lęku w czasie różnych meczów – z uwzględnieniem ich „ważności”/trudności.

Podkreślić należy, że wyniki badań zostały zaprezentowane w sposób czytelny i logiczny. Autorka przedstawiła wyniki analiz korelacji a w następnej kolejności analiz dwuczynnikowych oraz mediacji. Mimo pewnych uwag podkreślić należy wysoki poziom opracowania statystycznego uzyskanych wyników badań. W moim odczuciu jest to najbardziej wartościowa część pracy.

Rozdział Dyskusja liczy około 8 stron i został zredagowany poprawnie. Autorka odpowiada na postawione pytania badawcze i dokonuje weryfikacji postawionych hipotez, aczkolwiek nie czyni tego wprost i czytelnik musi sięgać pamięcią do wcześniejszego tekstu, aby połączyć dany wywód z odpowiednią hipotezą czy pytaniem badawczym. Dziwi fakt, że weryfikacji hipotez dokonano de facto w jednostronicowym tekście zatytułowanym Wnioski. Cennym jest wykazanie roli pewności siebie jako mediatora w relacji lęku z poziomem zaangażowania i wykonania. W Dyskusji Autorka zwraca uwagę na znaczenie zespołowego poczucia własnej skuteczności. Podkreśla też rolę zainteresowań i aktywności pozasportowych dla ogólnej kondycji psychofizycznej, czyli tego, co wybitny kanadyjski psycholog sportu Terry Orlick nazwał zieloną strefą. Wskazuje na ograniczenia przeprowadzonych badań - mała liczebność badanych oraz na perspektywy na przyszłych badaniach, aczkolwiek czyni to w sposób śladowy. Dyskusja potwierdza, że Autorka zaznajomiła się z dużą ilością pozycji z zakresu poruszanego problemu i w tej części pracy potrafi korzystać ze zdobytej wiedzy w sposób sprawniejszy i bardziej adekwatny.

Przechodząc do uwag ogólniejszej natury pragnę podkreślić, że w pracy zdecydowanie brakuje rozdziału o specyfice piłki nożnej kobiet w kontekście badanych zmiennych, czyli psychologicznej charakterystyki piłki nożnej kobiet jako dyscypliny sportowej.

W tekście pojawiają się liczne błędy literowe i niezręczności językowe. Brak też wniosków, gdyż to, co Autorka nazywa wnioskami, w rzeczywistości stanowi podsumowanie wyników badań.

Szkoda, że nie znamy losów drużyny, która walczyła o utrzymanie. Jeżeli drużyna zagrożona spadkiem utrzymała się w lidze, to był to sukces, co z kolei mogło mieć wpływ na oceny wystawiane przez trenera. To ważne, zarówno dlatego, że sytuacja jest zawsze czyjaś oraz ze względu na małą ilość badanych.

Pojawia się też pytanie, dlaczego lęk jako cechę (a więc czynnik stabilny) badano pięciokrotnie, a lęk jako stan (zdeteminowany sytuacją) badano tylko dwukrotnie.

W przedstawionej do recenzji pracy jest duży potencjał, ale nie do końca udało się go zrealizować.

Podsumowując stwierdzam, że – pomimo przedstawionych uwag krytycznych i braków, które niekiedy można uznać za dyskusyjne - Pani mgr Agnieszka Kmieciak Autorka rozprawy „Lęk oraz pewność siebie a poziom zaangażowania w czynności sportowe zawodniczek piłki nożnej ekstraklasy” napisanej pod kierunkiem dr. hab. Janusza Szopy, prof. AWF Katowice oraz dr. hab. Damiana Grabowskiego, prof. SWPS Katowice spełnia ustawowe wymagania stawiane pracom doktorskim. Za czym przemawia to, że:

po pierwsze - zaproponowała własne rozwiązanie złożonego i trudnego problemu naukowego, któremu też nadała odpowiednie znaczenie;

po drugie - wykazała się rozległą wiedzą empiryczną ze swojej dyscypliny naukowej;

po trzecie - dowiodła umiejętności samodzielnego prowadzenia pracy naukowej i wykazała się sprawnością warsztatową, wykonała odpowiednie badania, poddała je właściwej analizie statystycznej.

Wnoszę zatem o dopuszczenie Kandydatki do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

Kraków, 18.06.2022 r.

