

Prof. dr hab. Jerzy Nowocien

Recenzja rozprawy doktorskiej mgr. Mariusza Tomczaka pt. *Jakość życia a funkcjonalna sprawność fizyczna kobiet domów pomocy społecznej Dolnego Śląska*

wykonana na zlecenie Rady Kolegium Naukowego Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu.

Temat

Rozprawa doktorska pana magistra Mariusza Tomczaka przygotowana pod opieką pani prof. dr hab. Zofii Ignasiak stanowi oryginalne opracowanie naukowe ważnego zagadnienia społecznego. Traktuje o starości jako zjawisku społecznym i kulturowym. Jakość życia i sprawność funkcjonalna ludzi określanych mianem „starszych, trzeciego wieku, seniorów albo też niekiedy mianem ludzi w wieku poprodukcyjnym” stały się na przełomie XX i XXI wieku nie tylko społecznym zjawiskiem ale też cywilizacyjnym problemem. Ów problem jest konsekwencją wielkich przemian technicznych i technologicznych, przeobrażeń stylu życia, wszystkich sfer społecznych od ekonomii i gospodarki począwszy przez edukację, kulturę, przez czas wolny, turystykę po ochronę zdrowia i opiekę społeczną, w tym nad ludźmi końcowej fazy życia. Wszelkie zmiany cywilizacyjne rodzą nowe zjawiska i potrzeby oraz wyzwania. Cechą społeczeństw przełomu wieków XX i XXI jest wydłużanie się życia człowieka. Długość życia, jego jakość mogą opóźnić starość, ale ta zawsze nadchodzi. Starzeją się jednostki ludzkie, starzeją się społeczeństwa. Fakty te wymagają innego niż dotychczas, nowego podejścia rządów i społeczeństw do zjawiska demograficznego oraz do indywidualnych osób. Problemy te są dobrze znane autorowi recenzowanej pracy doktorskiej. Nadając pracy tytuł: „Jakość życia a funkcjonalna sprawność fizyczna kobiet z domów pomocy społecznej Dolnego Śląska” zapowiedział poszerzenie wiedzy w zakresie jakości życia seniorów, wypełnianie go nowymi treściami: czynienia go godnym i zapewniającym radość w procesie starzenia się. Autor wybrał do przeprowadzenia badań empirycznych jedną płęć – kobiety i jedną z form pomocy społecznej – domy pomocy społecznej, jednego województwa – Dolnego Śląska.

Treść pracy jest adekwatna do tematu określonego w tytule. Traktuje starość jako proces, ontogenezy, który objawia się obniżaniem wydolności fizycznej, osłabieniem psychicznym, społecznym i duchowym. Ukazuje na tle procesów inwolucyjnych aktywność fizyczną i odżywianie jako główne czynniki zdrowia seniorów. Aktywność fizyczna pomaga -

–podkreśla autor – propagować pozytywny wizerunek osób starszych, wpływa na podtrzymanie sprawności fizycznej. Ukazuje również aktywność fizyczną jako pewne antidotum, w hamowaniu lub zapobieganiu wielu chorobom. Wynikami badań opisanych w literaturze krajowej i zagranicznej autor dowodzi, że starość jednostkowa i demograficzna dokonuje się przez zmiany biologiczne, ekonomiczne, psychiczne, społeczne i kulturowe. Przytoczone w tym miejscu refleksje o starości podkreślają, zasadność, wartość poznawczą i społeczną tematu. Treść pracy przekonuje, iż podjęty temat spełnia wymogi ustawowe stawiane rozprawom na stopień naukowy doktora. Ubieganie się p. mgr. Mariusza Tomczaka o stopień doktora nauk o kulturze fizycznej na podstawie tej rozprawy jest zasadne,

Problem badawczy i metodologia badań

Głównym celem badań uczynił autor „analizę i ocenę poziomu funkcjonalnej sprawności fizycznej, subiektywnej jakości życia i zdrowia kobiet zamieszkujących domy pomocy społecznej Dolnego Śląska” (s. 13). Cel główny uszczegółowił pięcioma innymi. Autor nie postawił problemu badawczego wprost. Określając tylko cele pracy, treść mogłaby stać się wyłącznie raportem z badań. Jednak tak się nie stało, autor ustrzegł się tego pokazując problem „braku usystematyzowanej i pełnej wiedzy na temat rozwoju form pomocy społecznej w naszym kraju” (s. 14). Problemem jest również – podkreślił autor w przeglądzie literatury – brak usystematyzowanych źródeł informacji na ten temat”. Tak więc praca doktorska M. Tomczaka stanowi uzupełnienie, wypełnienie luki w literaturze przedmiotu. Pokazuje domy pomocy społecznej jako pożądane instytucje społeczne, które tworzą nowe szanse wyeliminowania monotonii z życia seniorów, zastępując ją radością w aktywności fizycznej, podnosząc jakość życia. Autor wykazał się wiedzą o zmianach inwolucyjnych w organizmie człowieka. Przeprowadził dobrą kwerendę dorobku naukowego krajowego i zagranicznego, dowodzi, iż najbardziej istotnym czynnikiem hamującym proces starczego zniedołężnienia i ogólnego starzenia się organizmu jest aktywność fizyczna. Stara się przekonać wynikami badań, że na dłuższe życie i pomyślną starość nie ma lepszego lekarstwa niż odpowiednio dobrana aktywność fizyczna. Powinna być ona wpisana na stałe w styl życia seniorów. Konstrukcja pracy spełnia wymogi metodologiczne i merytoryczne. Zastosowane metody, techniki i narzędzia badań są odpowiednie do celu badań oraz ich przedmiotu. Dobór i wykorzystanie metod i technik zapewniły wieloaspektowość poznania badanych zjawisk. Podstawową metodą uczynił autor sondaż diagnostyczny. W jego ramach zastosował technikę ankiety. Przeprowadził pomiary masy i wysokości ciała, obliczył wskaźnik BMI, kryteria jego wartości odniósł do określonych przez WHO. Pomiar sprawności funkcjonalnej badanych

kobiet przeprowadził Testem Sprawności Fizycznej Seniorów. Uzyskane wyniki badań autor zaprezentował nie tylko ilościowo, ale także jakościowo. Dzięki postępowaniu metodologicznemu, wykorzystaniu metod statystycznych, pakietu programów przeprowadzona analiza wyników nadaje im przejrzystość, wiarygodność i obiektywność.

Struktura i treść pracy

Zasadniczą strukturę pracy stanowią rozdział metodologiczny i wyniki badań. Za rozdział teoretyczny należy uznać *Wstęp* (1) oraz *Cela badań* (2). Taki układ stanowi pewną niezręczność, bowiem wstęp zwykle nie jest rozdziałem ale stanowi wprowadzenie do treści pracy. Zaś cel badań podajemy w rozdziale metodologicznym. Jednak nie czynię z tego zarzutu, choć z drobnymi uwagami wypełnia to rozwiązanie wymóg określany przeglądem badań, analizą literatury. Rozdział *Wyniki badań* (4) stanowią zasadne merytorycznie podrozdziały. Pomieszczone są w nich wyniki badań w postaci wykresów, opisów, obliczeń statystycznych z komentarzami rzeczowymi. Są one przemyślane i w pełni odzwierciedlają omawianą problematykę. Autor z dużym znanstwem i sprawnością intelektualną przeprowadził analizę cech somatycznych badanych kobiet, ich subiektywną ocenę jakości życia, zdrowia i samozadowolenia z życia, ocenę funkcjonalnej sprawności fizycznej oraz zależności między subiektywną oceną jakości życia, zdrowia i samozadowolenia a parametrami funkcjonalnej sprawności fizycznej kobiet mieszkających w domach społecznych Dolnego Śląska.

Po prezentacji wyników badań autor umieścił *Dyskusję* (5), a po niej *Wyniki i wnioski* (6). Oznaczenie tego rozdziału jest zbędne, nie ma w nim wyników, ale same wnioski. Mogłyby one być podane po dyskusji. Treść pracy zakończona jest piśmiennictwem, stanowi je ponad 100 pozycji literatury w języku polskim i angielskim, ta druga jest może nawet w większości. Po zakończeniu treści wraz z piśmiennictwem autor umieścił *Streszczenie* (8), także w języku angielskim, nie uwzględnionym w spisie treści. Praca zawiera; spis tabel, rysunków i zdjęć.

Pozytywnie odnoszę się do przeprowadzonej przez autora dyskusji wyników badań własnych. Omawiając je odnosi się do innych uzyskanych wcześniej przez badaczy tej problematyki w Polsce i innych krajach. Podkreślił fundamentalne czynniki zwiększania się liczby ludzi starych w cywilizacji przełomu XX i XXI wieku. Podkreśla i uzasadnia argumentami najważniejsze wyzwania społeczne w zakresie podnoszenia jakości życia mieszkańców domów opieki społecznej. Zdecydowanie i słusznie kojarzy wartości zdrowia z aktywnością, a szczególnie fizyczną. Ten fragment pracy jest zdecydowanym potwierdzeniem znajomości rzeczy i swobodnego poruszania się doktoranta po przedmiotowej problematyce.

Sprawnie przeprowadzona dyskusja merytoryczna z refleksjami autora dały podstawę do sformułowania wniosków, które sensownie wieńczą przedsięwzięcie badawcze.

Refleksje, uwagi dyskusyjne i usterki

Treść pracy stanowi zwartą konstrukcję i uporządkowany wywód merytoryczny. Jest w niej wiele dobrego, jednak z obowiązku recenzenta, a także z chęci wsparcia autora w doskonaleniu jego warsztatu badawczego i redakcyjnego przedstawiam kilka refleksji, uwag dyskusyjnych i usterek. Autor przeprowadził analizę starzenia się człowieka, ukazał uwarunkowania tego zjawiska w sposób klarowny i przekonujący, przedstawił zmiany inwolucyjne zachodzące w organizmie ludzi starzejących się i starych. Autor wykorzystuje różne określenia typu „seniorzy, ludzie starsi, w podeszłym wieku, późnej dorosłości” itp., a zdecydowanie unika terminu „człowiek stary”. Nieużycie tego określenia w sytuacjach, których zdecydowanie ono pasuje, jest adekwatne, powoduje przynajmniej niezręczność. W ten sposób czyni się starość zjawiskiem pejoratywnym może nawet wstydliwym. A przecież tak nie jest i być nie musi. Starość jest zjawiskiem naturalnym, zwyczajnym procesem zachodzącym w organizmie człowieka od narodzin przez dzieciństwo, wiek dojrzewania, dorosłość, ona jest finałem życia. Jest etapem w życiu człowieka takim jak wszystkie inne, tyle że ostatnim. Jako naturalna faza życia wymaga traktowania na równi z innymi, którą trzeba przejść, a więc należy być do niej przygotowanym. Dlatego pedagodzy mówią o wychowaniu ku starości. Chętnie usłyszałbym refleksje autora w tej kwestii czyli używania określenia „człowiek stary” podczas publicznej obrony pracy.

Prezentowane wyniki badań empirycznych mają dobrą przejrzystą oprawę w tabelach i rycinach. Nadmieniam, iż byłoby korzystniej aby autor posłużył się mianem *rycina*, a nie *rysunek*. Za niekorzystne uznaję wartościowanie wyników słowem „aż” 55% (s. 34), 64% (s. 34), 80% (s. 35), 74% (s. 41) itd. Badacz powinien prezentować faktyczne wyniki badań oraz interpretować je bez emocji, aby nie stwarzać wrażenia, że koniecznie chce osiągnąć to, co założył. Niekiedy może to być odebrane jako lekceważenie czytelnika, który przecież potrafi wartościować. W ramach dyskusji chciałbym usłyszeć rozwiniętą tezę zapisaną na stronie 53. „Badania oraz analiza cech somatycznych pokazują jednorodność kobiet pod względem wysokości ciała. Kobiety dłużej mieszkające w domach pomocy społecznej są nieco wyższe, a zarazem istotnie młodsze od kobiet mieszkających w nich krócej”.

Na stronie 55. jest pomyłka w nazwisku, które napisane jest *Gruszkowska*, a powinno być *Guszkowska*.

Ocena końcowa

Oceniając rozprawę mam ogólne wrażenie dobre. Stanowi ona ważne poznawczo, społecznie i utylitarnie opracowanie. Wszystkie czynności koncepcyjne i badawcze wykonał autor z rzetelnością, starannością badawczą i wyraził poprawnym językiem. Wykazał się ogólną wiedzą teoretyczną w dyscyplinie nauk o kulturze fizycznej. Treść pracy, prowadzony logicznie wywód merytoryczny potwierdzają umiejętności samodzielnego organizowania i prowadzenia badań, a także pisania pracy naukowej.

Przedstawiając drobne uchybienia, refleksje i dyskusyjne uwagi nie było moim celem obniżanie wartości pracy, ale zdecydowanie chęć jej udoskonalenia, a także stworzenie autorowi szansy wyrażenia refleksji podczas obrony rozprawy. Praca jest przygotowana starannie pod względem konstrukcyjnym i bogato udokumentowana źródłowo. Podkreślam, że doktorant zrealizował zapowiadany w części metodologicznej pracy cel. Odpowiedział na postawione badania badawcze. Wynikami badań prezentowanymi w pracy poszerzył istotnie wiedzę w naukach o kulturze fizycznej.

Konkluzja

Stwierdzam, że praca spełnia warunki określone w art. 179 ust. 1. ustawy z dnia 03.07.2018 r., Dz.U z 2018 r., poz. 1669, w związku z Rozporządzeniem Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego z dnia 19 stycznia 2018 r. w sprawie szczegółowego trybu i warunków przeprowadzania czynności w przewodzie doktorskim, w postępowaniu habilitacyjnym oraz w postępowaniu o nadanie tytułu profesora, Dz. U. z 2018 r., poz. 261.

Wnoszę do Wysokiej Rady Kolegium Naukowego Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu o dopuszczenie jej do kolejnych etapów w przewodzie doktorskim.

Warszawa, 30. lipca 2021 r.

Jerzy Nowocień

