

**Recenzja pracy doktorskiej mgr Agaty Gorączko zatytułowanej
„Zasoby osobiste i funkcje poznawcze a jakość życia wybitnych sportowców
z uszkodzeniem rdzenia kręgowego”,
napisanej pod kierunkiem dr hab. Grzegorza Żurka, prof. AWF we Wrocławiu
oraz promotora pomocniczego dr Aliny Żurek**

Współczesny sport dąży do maksymalizacji wyników, przekraczania kolejnych granic możliwości ludzkiego ciała. Zachęca do tego popularna dewiza funkcjonująca w sporcie *citus, altius, fortius* (szybciej, wyżej, mocniej). Z jednej strony mówimy, że sport to zdrowie, z drugiej zaś, że jest wylęgarnią urazów fizycznych, czyli jak się popularnie mówi – kontuzji. Powszechnie uważa się też, że sport to kultura ryzyka, gdzie obowiązuje zasada *no pain no gain* (bez bólu, cierpienia nie ma sukcesu). Sytuacja, w której sportowiec doznaje ciężkiego obrażenia (zwłaszcza o skutku katastrofalnym, uniemożliwiającym powrót do sportu na dotychczasowych zasadach), to jeden z najbardziej traumatycznych momentów w jego życiu. W jednej chwili z mistrza sprawności motorycznej staje się osobą z niepełnosprawnością. Może to zachwiać jego poczuciem tożsamości lub nawet sensem życia. Dlatego takie osoby powinny być otoczone szczególną opieką. Dzisiaj coraz częściej mówi się holistycznym modelu zdrowia i podejścia do pacjenta. Podejście holistyczne powstało jako swego rodzaju alternatywa do klasycznego podejścia biomedycznego, w który personel medyczny jest przede wszystkim „dostarczycielem zdrowia”, a pacjent (kontuzjowany zawodnik) biernym „odbiorcą”. Dlatego, z wielkim uznaniem należy przyjąć badania przeprowadzone przez Panią Agatę Gorączko, która podjęła szeroko rozumianą problematykę jakości życia sportowców po urazie rdzenia kręgowego, prezentując podejście na wskroś holistyczne.

Pani Agata Gorączko przedstawia w swojej dysertacji cykl pięciu artykułów spójnych tematycznie, poświęconych determinantom jakości życia sportowców prezentujących poziom

elity, którzy w związku z profesjonalnym uprawianiem sportu doznali obrażenia, skutkującego uszkodzeniem rdzenia kręgowego. Artykuły te powstały w wyniku realizacji dobrze zaplanowanego projektu badawczego, którego celem było, jak pisze Autorka: „wyjaśnienie zależności między zasobami osobistymi i funkcjami poznawczymi a jakością życia sportowców, którzy w wyniku urazu rdzenia kręgowego zakończyli karierę sportową”.

Przed przystąpieniem do badań postawiono cztery pytania badawcze o charakterze eksploracyjnym, związane z podjętym tematem badawczym. Ich konstrukcja nie budzi zastrzeżeń. Spośród 32 osób zaproszonych do badań z całego świata, kryteria włączenia spełniło jedynie dziewięć osób - siedmiu mężczyzn i dwie kobiety z Europy oraz Ameryki Północnej. Liczba badanych, których wyniki zaprezentowano w poszczególnych artykułach, waha się od trzech do dziewięciu osób. Można przypuszczać, że spowodowane to było różnym czasem powstawania publikacji i być może kolejnymi zaproszeniami do badań. Problematyka poruszana w kolejnych artykułach stanowi jakby dopełnianie obrazu, tak, że po przeczytaniu ostatniego artykułu mamy wrażenie, że postawiony w projekcie cel został w pełni osiągnięty.

W czterech z pięciu przedstawionych do oceny artykułów, pani Agata Gorączko jest pierwszym autorem, w jednym zaś drugim (pierwszym jest promotor). Jej wiodący udział w przeprowadzeniu i opracowaniu badań został bardzo dobrze udokumentowany. Badania miały charakter ilościowy i jakościowy, a główną metodą był wywiad częściowo ustrukturalizowany, skonstruowany przez Autorkę, mającą długoletnie doświadczenia w pracy z osobami po uszkodzeniu rdzenia kręgowego.

Wszystkie badania zostały przeprowadzone online, z zachowaniem wszelkich standardów rzetelności. Po lekturze artykułów byłem pod wrażeniem kompleksowej wiedzy Autorki i nie miałem wątpliwości, że opowiada się ona za holistycznym modelem podejścia do pacjenta, również wtedy, gdy jest to sportowiec, który doznał uszkodzenia rdzenia kręgowego. Badania mgr Gorączko dowodzą jak zasadne jest przeciwstawienie modelu holistycznego podejściu stricte biomedycznemu.

Wszystkie artykuły zostały opublikowane w tym samym czasopiśmie: *International Journal of Environmental Research and Public Health* w latach 2020 – 2020. W tym czasie czasopismo miało wskaźnik IF od 3,390 w roku 2020 do 4,614 w roku 2022 oraz 140 punktów według oceny Ministerstwa Edukacji i Nauki. W czasie, gdy Autorka publikowała przedstawione do oceny artykuły czasopismo było notowane w bazach Web of Science oraz PubMed.

Obecnie przejdę do omówienia poszczególnych artykułów

Pierwszy z artykułów zatytułowano „**Quality of life after spinal cord injury: a multiple case study examination of elite athletes**”

Do badania zaproszono 23 zawodników, ale tylko 3 wyraziło zgodę i spełniło warunki włączenia. Był to były zawodnik trenujący skoki na rowerze BMX, trzykrotny złoty medalista największych zawodów tego typu. Drugi z badanych to były skoczek narciarski, dwukrotny mistrz świata juniorów. Trzecia z badanych osób to była mistrzyni Europy w karate.

Jako narzędzia badawcze zastosowano wywiad częściowo ustrukturyzowany oraz skróconą wersję WHO Quality of Life Questionnaire. Kwestionariusz opisuje 4 aspekty: zdrowie fizyczne, aspekt społeczny, psychologiczny i środowiskowy. Wysokie wyniki są wskaźnikiem subiektywnie lepszej jakości życia. Narzędzie to, jak zaznaczono w artykule, jest obecnie uważane za najbardziej odpowiednie narzędzie do badania jakości życia ludzi z traumatycznym uszkodzeniem rdzenia kręgowego. Jego wybór do realizacji zaplanowanego projektu badań jest w pełni zasadny.

Wywiady były nagrywane a następnie podlegały transkrypcji. Materiały z wywiadów zostały przeanalizowane przy użyciu indukcyjnej analizy tematycznej z wykorzystaniem programu komputerowego MAXQDA. Jest to wiodące na świecie oprogramowanie do analizy danych metodami jakościowymi i mieszanymi. Trzeba zaznaczyć, że we wczesnym etapie opracowywania danych z wywiadu dwóch badaczy analizowało każdą wypowiedź nadając jej odpowiednią etykietę. Zidentyfikowano trzy główne kategorie: tożsamość sportowa, wczesny wzorzec adaptacyjny oraz długoterminowy wzorzec zachowania po wypadku. Solidne przygotowanie oraz opracowanie danych z wywiadów uważam za szczególnie ważne w badaniach przeprowadzonych przez Doktorantkę. Pozwalają one zobaczyć badanych zawodników, którzy doznali tak ciężkiego urazu jako niepowtarzalne jednostki, zmagające się ze swoimi problemami. Trzeba bowiem pamiętać, że sytuacja jest zawsze czyjaś.

Badane osoby generalnie pozytywnie oceniały swoją jakość życia. Badania jakościowe pozwoliły wyodrębnić cztery aspekty: fizyczność (ból, napięcia mięśni, ograniczenia w motoryczności, ale też podkreślanie, że zasoby wyniesione ze sportu miały pozytywny wpływ na rehabilitację), obszar psychologiczny (wskazywanie na nowe cele, rolę duchowości, czy docenianie iż ma się sprawne ręce oraz umysł), obszar społeczny (docenianie relacji interpersonalnych oraz wsparcia społecznego), obszar środowiskowy (bezpieczeństwo fizyczne i materialne, umożliwienie kontaktu ze środowiskiem sportowym). Badanie pokazuje, że na

percepcję jakości życia duży wpływ może mieć aktualny stan zdrowia. Dotyczy to jednego z badanych, który miał problemy zdrowotne w ostatnich czterech miesiącach przed badaniem.

Na pewno wyniki badań Autorki wskazują pośrednio na zjawisko wtórnych korzyści (ang. *secondary gain*), które obserwujemy u ludzi po ciężkich urazach fizycznych w sporcie. Przejawia się to w tym, że doceniają rzeczy, których nie dostrzegali dotychczas. Mówią czasami, że stali się lepszymi ludźmi w pewnych aspektach. Dobrze zrehabilitowani byli sportowcy, którym ciężkie urazy (w tym przypadku rdzenia kręgowego) uniemożliwiły powrót do sportu, mogą być świetnymi motywatorami oraz mogą być pomocni w readaptacji społecznej osób, które kończą profesjonalne uprawianie sportu. Omawiany artykuł dowodzi, że możliwa jest wysoka jakość życia po ciężkich urazach fizycznych w sporcie, pod warunkiem, że kontuzjowani zawodnicy zostaną objęci kompleksową holistyczną opieką, która umożliwi im optymalną readaptację z wykorzystaniem zasobów wyniesionych z okresu, gdy profesjonalnie uprawiali sport.

Drugi z artykułów został zatytułowany: Purpose in Life of Elite Athletes after Spinal Cord Injury

Badaniami objęto pięciu sportowców. Oprócz wywiadu i kwestionariusza osobistego zastosowano Skalę Poczucia Sensu Życia (*Purpose in Life*) autorstwa Crumbaugh i Maholica. Pytania w skali dotyczą zagadnień egzystencjalnych, ale też afirmacji życia. Zastosowanie tego narzędzia do prowadzonych badań było przemyślane i trafne. Komentując ten artykuł warto przytoczyć zdanie z abstraktu, iż „ludzie nie zawsze są wolni w wyborze warunków życia, ale są wolni w wyborze postaw wobec warunków, w jakich się znajdują”. W Skali Poczucia Sensu Życia czterech badanych uzyskało wysokie wyniki a jeden znacząco niższy. Bardzo wartościowe dane uzyskano z wywiadów. Badani byli-zawodnicy wskazują, w jaki sposób przystosowywali się do nowej sytuacji po uszkodzeniu rdzenia kręgowego, jak wyznaczali sobie nowe cele życiowe. Czasami dotyczą one sprawnego poruszania się przy pomocy kul, usamodzielniania się w codziennych czynnościach, poradzenia sobie z nastrojem depresyjnym lub osiągania coraz lepszych wyników w sporcie dla osób z niepełnosprawnościami. Cele te dotyczą też czerpania radości z życia, zarażania nią innych, a także motywowanie innych do budowania i uwalniania swojego potencjału. Bycie i zaangażowanie w środowisko sportowe nadaje dodatkowy sens życiu i wzmacnia procesy coraz lepszej adaptacji do zmienionej sytuacji życiowej. Omawiany artykuł pozwala zobaczyć sportowców po urazie rdzenia kręgowego w całej gamie i złożoności sytuacji, w jakiej się znaleźli oraz mechanizmów, które uruchamiają, aby nie tylko egzystować, ale rozwijać się i wspierać innych.

Trzeci z artykułów nosi tytuł : **Is Self-Efficacy Related to the Quality of Life in Elite Athletes after Spinal Cord Injury?**

W badaniu uczestniczyło dziewięciu zawodników po urazie rdzenia kręgowego. Oprócz wywiadu półustrukturalizowanego oraz kwestionariusza osobowego zastosowano omawianą już Skalę Jakości Życia (*The World Health Organization Quality of Life Scale*) oraz Skalę Uogólnionej Własnej Skuteczności GSES (*General Self-Efficacy Scale*). Włączenie do badań takiej zmiennej, jak poczucie własnej skuteczności, jest bardzo ważne, gdyż aspekt ten kojarzony jest z wysokimi osiągnięciami w sporcie oraz innych obszarach życia. Dodaje on pewności w podejmowanych działaniach oraz chroni przed lękiem poznawczym, który może bardzo znacząco obniżać poziom wykonania oraz powodować dyskomfort emocjonalny.

Badani zawodnicy uzyskali w badaniu tą skalą wyższe wyniki w porównaniu z wcześniejszymi badaniami pacjentów z takim urazem, co może świadczyć o pozytywnym wpływie profesjonalnego uprawiania sportu na ten mechanizm. Warto też zauważyć, że siedem spośród dziewięciu badanych, osób pozytywnie oceniło swoją jakość życia. Badania Doktorantki wskazują również, jak ważne jest wsparcie środowiska dla poczucia własnej skuteczności oraz pozytywnej oceny życia pomimo uciążliwej niepełnosprawności. Badania pani Agaty Gorączko wypełniają lukę dotyczącą roli długoterminowego wsparcia sportowców po ciężkich urazach kręgosłupa oraz znaczenia poczucia własnej skuteczności w procesie readaptacji.

Czwarty artykuł jest zatytułowany: „**The Relationship between Cognitive Performance and Quality of Life in Elite Athletes after Spinal Cord Injury**”

Przebadano dziewięciu sportowców po urazie rdzenia kręgowego. W badaniach zastosowano Kwestionariusz Osobowy oraz trzy narzędzia do badania funkcji poznawczych: test COWAT służący do badania płynności słownej, test Digit Span do badania uwagi oraz zakresu pamięci roboczej oraz test Stroop Color-Word, badający zdolność do hamowania interakcji poznawczych, uwagi, elastyczności poznawczej, szybkości przetwarzania oraz pamięci werbalnej i operacyjnej. Badania takie są zasadne, gdyż często urazowi rdzenia kręgowego towarzyszy uraz mózgu – co prowadzi do różnego rodzaju dysfunkcji. Problemy z oddychaniem są powszechne przy tetraplegii. Spadek saturacji w nocy ma wpływ na koncentrację, uwagę werbalną, giętkość poznawczą pamięć krótkotrwałą i długotrwałą. Leki antyastyczne, antydepresanty wpływają na procesy poznawcze

Funkcje poznawcze wiążą się z myśleniem, pamięcią, umiejętnością przyswajania nowych informacji, mowy i komunikacji. Badania nie wykazały zależności pomiędzy obniżonym poziomem funkcjonowania poznawczego a jakością życia, którą badani generalnie ocenili pozytywnie. Przyczyna, jak zauważa Doktorantka, może być różna. Być może ma to związek z zasobami wyniesionymi z uprawiania profesjonalnego sportu, a także ze wsparcia społecznego ze strony szeroko rozumianego środowiska, zwłaszcza sportowego. Na pewno zagadnienie jest ważne i wymaga dalszych badań.

Ostatni z przedstawionych do oceny artykułów został zatytułowany **Restored Life of Elite Athletes after Spinal Cord Injury**

Stanowi on niejako zwieńczenie badań i artykułów będących realizacją podjętego projektu. Jego celem było lepsze poznanie i zrozumienie strategii radzenia sobie, które sprzyjają lub utrudniają readaptację sportowców z elity po doznaniu uszkodzenia rdzenia kręgowego. Przebadano 8 osób. Podstawowym narzędziem był wywiad częściowo ustrukturyzowany, który opracowano według omówionych poprzednio procedur. Informacje te uzupełniono o dane z Kwestionariusza Osobowego.

We wprowadzeniu przedstawiono kilka modeli dotyczących przystosowania się po doświadczeniach traumatycznych, wśród których na szczególną uwagę zasługuje model dostosowania SCIAM Middletona i Craiga, gdyż jest integracją innych modeli. Jako psycholog, zwróciłbym też uwagę na transakcyjny model stresu i radzenia sobie Lazarusa i Folkman.

Wyniki badań zaprezentowane w artykule są niezmiernie ciekawe i wnoszą wiele do praktyki. Przede wszystkim ukazują, że po ciężkim urazie zawodnicy zachowują swoją tożsamość bycia sportowcem. Pisałem też o tym w artykule z 2008 roku „Wellness and life quality after catastrophic injury – case study”. To bardzo ważne wskazanie dla osób pracujących i wspierających sportowców po ciężkich urazach fizycznych. W artykule wskazano też na rozwój potraumatyczny, przejawiający się w lepszym rozumieniu świata i samego siebie, rozwój osobisty poprzez rozwiązywanie problemów. Pewne doświadczenia mogą być przekazywane zdrowym sportowcom, którzy kończą karierę. Możliwa jest też poprawa jakości życia, lepsza integracja społeczna czy rozwój przyjaźni.

Uwagi natury ogólnej

Cel pracy oraz pytania badawcze, jak już wspomniano, zostały przedstawione prawidłowo. Także dobór narzędzi badawczych nie budzi zastrzeżeń. Badaczka posłużyła się ustandaryzowanymi testami oraz prawidłowo przygotowanym wywiadem psychologicznym. Badania w przedstawionych artykułach mają przede wszystkim charakter badań jakościowych. W dzisiejszych czasach badania tego typu cieszą się coraz większą popularnością i pomimo faktu, że brak w nich jest dużej ilości opisanych przypadków, pozwalają bardziej wnikliwie zrozumieć opisywany problem, ponieważ badaczka zdobyła informacje, których nie dałoby się uzyskać przeprowadzając badania ilościowe. Taka sytuacja ma miejsce w niniejszej pracy. W dwóch artykułach („Is Self-Efficacy Related to the Quality of Life in elite Athletes after Spinal Cord Injury?”, „The Relationship between Cognitive Performance and Quality of Life in elite Athletes after Spinal Cord Injury”) użyto prostych analiz statystycznych (korelacja rang ρ Spearmana) – ze względu na ograniczoną ilość osób badanych była to prawidłowa decyzja.

Uwagi krytyczne

Jeżeli chodzi o radzenie sobie (ang. *coping*), można było odważniej sięgnąć do klasycznej transakcyjnej koncepcji stresu, o której Autorka wspomina bardzo śladowo, a wydaje się, że byłoby to ciekawe odniesienie i kontekst teoretyczny, pomocny w interpretacji wyników.

Brakuje też odniesienia do psychologicznych modeli przyczyn urazów fizycznych w sporcie, jak chociażby model Andersena i Williams (1988), czy model reakcji na uraz (Evans i Hardy, 1999).

Przy omawianiu problematyki własnej skuteczności, brak pozycji A. Bandury, twórcy tego pojęcia w psychologii.

Jeżeli chodzi o sprawy redakcyjne, to w autoreferacie pojawiają się drobne błędy literowe lub sformułowania, które mogą budzić wątpliwości. Czy rzeczywiście uczestnik badań P1, w wieku pięciu lat wygrał pierwsze zawody narodowe, stając się mistrzem juniorów (str. 23).

Na stronie 26 pojawia się zastanawiająca informacja, z której wynika, że uczestnik badań P6 rozpoczął treningi na motocyklu mini cross, o pojemności silnika 50 cylindrów (str. 26).

Są to oczywiście drobne uchybienia, które w żadnym stopniu nie mają wpływu na pozytywną i bardzo wysoką ocenę doktoratu.

Podsumowując, stwierdzam, że Pani mgr Agata Gorączko – Autorka rozprawy „Zasoby osobiste i funkcje poznawcze a jakość życia wybitnych sportowców z uszkodzeniem rdzenia kręgowego”, napisanej pod kierunkiem dr hab. Grzegorza Żurka, prof. AWF we Wrocławiu oraz promotora pomocniczego dr Aliny Żurek, spełnia wszystkie ustawowe wymagania stawiane pracom doktorskim, gdyż:

- po pierwsze, zaproponowała własne rozwiązanie złożonego i trudnego problemu naukowego, któremu nadała odpowiednie i nowatorskie 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 bardzo ciekawe badania, poddała je właściwej analizie i dyskusji naukowej.

Wnoszę zatem o dopuszczenie Kandydatki do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Alina Żurek'. The signature is written in a cursive style with a long horizontal stroke at the bottom.