

Poznań, 31 grudnia 2018 r.

Dr hab. Janusz Maciaszek, prof.

Akademii Wychowania Fizycznego

im. Eugeniusza Piaseckiego

w Poznaniu

### RECENZJA ROZPRAWY DOKTORSKIEJ

mgr Michaliny Kuska pt. Aktywność fizyczna a jakość życia słuchaczy uniwersytetów trzeciego wieku w województwie kujawsko-pomorskim - przygotowanej pod kierunkiem naukowym Pani Promotor dr hab. Marii Nowak prof. US

#### 1. Uwagi wstępne

Podstawą wydania opinii jest pismo Dziekana Wydziału Kultury Fizycznej i Promocji Zdrowia Uniwersytetu Szczecińskiego dr hab. Jerzego Eidera, prof. US z dnia 6 grudnia 2018 r. KA/KK/22860/18.

Przedstawiona do recenzji rozprawa doktorska obejmuje w swej części merytorycznej wstęp, sześć rozdziałów oraz streszczenia w języku polskim i angielskim, a zawiera się na 132 stronach. Część uzupełniająca stanowi bibliografia obejmująca 249 pozycji, w tym 95 pozycji obcojęzycznych oraz aneks zawierający statystykę opisową i wykorzystane w badaniach kwestionariusze. Całość rozprawy doktorskiej obejmująca właściwą część merytoryczną oraz część uzupełniającą mieści się na 203 stronach. Zgodnie z wymaganiami ustawowymi stawianymi rozprawom doktorskim powinny one „stanowiąc oryginalne rozwiązanie problemu naukowego (...) oraz wykazywać ogólną wiedzę teoretyczną kandydata w danej dyscyplinie naukowej”. Mając na uwadze Ustawę z dnia 14 marca 2003 r. o stopniach naukowych i tytule naukowym oraz o stopniach i tytule w zakresie sztuki, Dz. U. nr 65, poz. 595, z późn. zm. 2 przy ocenie rozprawy doktorskiej mgr Michaliny Kuska przyjęto następujące kryteria: znaczenie podjętej tematyki, poprawność w sformułowaniu celów i hipotez badawczych, metodyka badań, struktura rozprawy oraz jej strona warsztatowa.

## 2. Znaczenie podjętej tematyki

Podjęta w rozprawie tematyka związków aktywności fizycznej z jakością życia osób starszych stanowi ważny i aktualny problem badawczy, zarówno z punktu widzenia teorii, jak i empirii. Biorąc pod uwagę powyższe, wybór tematu rozprawy doktorskiej przez mgr Michalinę Kuska uznać należy za właściwy i jednoznacznie podkreślić jego aktualność i wagę. Ze względu na wieloaspektowość rozpoznawanych kwestii, praca ta dostarcza bowiem informacje dotyczące ww. związków.

## 3. Struktura rozprawy

Struktura rozprawy jest poprawna i zgodna z koncepcją badawczą. Praca składa się ze wstępu, sześciu rozdziałów, streszczenia, bibliografii i aneksu. Rozdziały pierwszy, drugi i trzeci mają charakter teoretyczny, czwarty - metodyczny, zaś piąty - empiryczny. Szósty rozdział poświęcono dyskusji. Główną część pracy kończy osiem wniosków. Teoretyczną część dysertacji, składającą się z trzech obszernych rozdziałów, mgr Michalina Kuska napisała w oparciu o poprawnie dobrane i bogate piśmiennictwo. Prezentując podstawy teoretyczne zagadnień związanych z pojęciem procesu starzenia się oraz jego uwarunkowaniami, Doktorantka uwzględniła wiele, głównie polskich, publikacji. Rozdziały teoretyczne są napisane poprawnie i wprowadzają czytelnika w problem badawczy podjęty przez Doktorantkę. W tej części Autorka zbyt często korzystała z pozycji książkowych lub monografii, które w dysertacji doktorskiej powinny być ograniczone do niezbędnego minimum. Czytanie tekstu utrudnia dość duża swoboda językowa i stosowanie terminów i zwrotów potocznych, których należy unikać w pracy naukowej, np. „Podjęcie niniejszego tematu rozprawy uzasadniają wydłużające się przeciętne dalsze trwanie życia społeczeństwa”. Odnosząc się do przykładowego cytatu zakładam, że Doktorantka nie badała przecież losów społeczeństwa, a przytoczone zdanie może to sugerować. Ponadto nie jestem zwolennikiem tak szczegółowego wprowadzania czytelnika w tematykę prowadzonych badań. Głównym problemem badawczym była analiza związków (raczej współwystępowania) aktywności fizycznej i jakości życia, a doktorantka znaczną część pracy poświęciła analizie pojęć: pomyślnego starzenia się, rekreacji, kultury fizycznej, zdrowia oraz programów aktywizacji osób starszych. Tej części pracy Doktorantka poświęciła bardzo dużo uwagi i czasu. Rozdziały są bardzo obszerne, a ich treść oparta na licznych piśmiennictwie. Jednak wielokrotnie czytelnik otrzymuje od autorki informacje o fakcie prowadzonych różnych badań empirycznych lub rozważań teoretycznych dotyczących definiowania pojęć i zostaje zostawiony bez podsumowania lub wniosków, które należało zaproponować. Myślę, że należałoby w wielu przypadkach omawianego zagadnienia zakończyć przytaczanie opinii

innych badaczy swoimi przemyśleniami i wnioskami istotnymi dla prowadzonych badań. Warto wyjaśnić znacznie np. całego ostatniego akapitu rozdziału 2.2. kończącego się zdaniem: „To co ważne dla 60-lataka niekoniecznie może wpływać na jakość życia 70-lataka czy 80-lataka”. Czytelnik musi samodzielnie odnaleźć związek tych stwierdzeń z problemem badawczym podjętym przez doktorantkę. W mojej opinii warto się bardziej skupić na wnikliwym opracowaniu rozdziału trzeciego, w którym Doktorantka powinna zgodnie z tytułem omówić stan wiedzy na temat związków aktywności fizycznej z jakością życia. Autorka opracowując ten rozdział przytoczyła dużą liczbę piśmiennictwa i opisała liczne badania związane z poruszonym przez siebie problemem. Podziwiam zaangażowanie i cierpliwość w poszukiwaniu piśmiennictwa z zakresu aktywności fizycznej osób starszych. Warto jednak, poza wskazaniem i opisaniem tak licznych badań, uzasadnić czytelnikowi potrzebę prowadzenia kolejnych, nowych badań. Zastanawia mnie też przyczyna wystąpienia różnicy, jaka pojawiła się pomiędzy tytułem tego rozdziału (dodanie problemu zachowań zdrowotnych) a tematem rozprawy doktorskiej. Tytuł rozdziału jest zgodny z prezentowanymi dalej wynikami, ale tytuł pracy i cel główny są inne.

#### 4. Cele pracy i hipotezy badawcze

Problem badawczy, cel główny rozprawy, cele cząstkowe i hipotezy badawcze zostały zaprezentowane w pierwszej części pracy. Wyłoniony problem badawczy sformułowany został w postaci celu głównego zapisanego w rozdziale 4.1. na stronie 50: „ustalenie związków aktywności fizycznej o zróżnicowanym poziomie i intensywności, podejmowanej w czasie wolnym przez słuchaczy uniwersytetów trzeciego wieku, z jakością życia w dziedzinach fizycznej, psychicznej, społecznej i środowiskowej”. Ponadto zamiarem Doktorantki było osiągnięcia czterech celów cząstkowych zapisanych na stronie 51. Szczegółowa lektura rozprawy mgr Michaliny Kuska upoważnia do stwierdzenia, że cel główny sformułowano poprawnie, wyraźnie wyznaczając w nim kierunek badań. Dwa pierwsze cele cząstkowe również sformułowano poprawnie, ale nie rozumiem związku celu 3 i 4 z głównym problemem badawczym. Ocena przydatności kwestionariusza (jeden z celów) może być problemem badawczym innej (raczej wcześniejszej) pracy naukowej. Jeśli jakieś narzędzie budzi wątpliwości przed badaniami to nie należy z niego korzystać w tych badaniach, a wcześniej zweryfikować jego jakość. Natomiast treść celu czwartego pozwala przypuszczać, że Doktorantka знаła już wyniki badań przed postawieniem tego celu i założyła, że należy promować aktywność fizyczna, ponieważ ona podnosi jakość życia. Z drugiej strony czy osiągnięcie tego celu można potwierdzić na podstawie opisanych w dysertacji badań? Które narzędzia zostały do tego wykorzystane? Mimo powyższych wątpliwości i uwag uważam, że

Doktorantka przedstawiając, analizując i oceniając uzyskane w trakcie badań wyniki, konsekwentnie dążyła do realizacji postawionych celów, co w dużym stopniu udało się osiągnąć.

Hipotezy badawcze stanowią najważniejszy punkt odniesienia w dokonywaniu oceny wartości naukowej pracy. Doktorantka postawiła aż osiem hipotez. Ta stosunkowo duża liczba hipotez wynika z zakresu badań i złożoności podjętego problemu naukowego. Postawione hipotezy powinny określać kierunek i zakres badań, a ich empiryczna weryfikacja umożliwić dążenie do realizacji założonych celów badawczych. Jako recenzent muszę jednak zwrócić uwagę na niewystarczającą precyzję w budowaniu hipotez. Jednoznaczne potwierdzenie lub odrzucenie zaproponowanych przez doktorantkę hipotez, udzielenie odpowiedzi „tak” lub „nie” jest niezwykle trudne. Szczególnie trudna do weryfikacji jest hipoteza pierwsza: „W ostatnim roku osoby starsze najczęściej preferowały spacer, gimnastykę, jazdę na rowerze oraz pływanie”. Hipoteza jest krótka treściowo, ale problem który porusza niezwykle złożony. Poza tym uwzględnienie w przewidywaniach, w jednej hipotezie, zmiany jednocześnie kilku zmiennych stwarza ryzyko zaistnienia sytuacji, że tylko jedna z nich (spacer lub gimnastyka lub pływanie), albo dwie lub trzy razem zmieniają się istotnie. Wtedy hipotezy nie można, ani potwierdzić, ani falsyfikować. W hipotezie czwartej należy założyć precyzyjnie dodatni lub ujemny wpływ, a nie tylko „istotny wpływ” analizowanej zmiennej. Hipotezy piąta i siódma dotyczą tego samego założenia, ale zostały tylko inaczej zapisane. Błąd ten wynika prawdopodobnie z uwzględnienia zbyt wielu zmiennych w jednej hipotezie. Wydaje się, że w przypadku przygotowywania części pracy do druku treść hipotez powinna zostać poddana analizie i uszczegółowiona.

## 5. Metodyka badań

Przyjęta metodyka badań jest odpowiednia do realizacji sformułowanego celu głównego. Mgr Michalina Kuska wykorzystwała wiele źródeł danych i informacji, zarówno o charakterze wtórnym, jak i pierwotnym. Analiza polskiego i zagranicznego piśmiennictwa dała podstawy do prowadzonych badań. W części empirycznej Doktorantka wykorzystwała techniki wywiadu, ankiety, obserwacji i badania dokumentów. W opisie materiału badawczego nie odnalazłem zapisu o doborze losowym, ale warto uzupełnić tę część pracy o właściwe informacje dotyczące doboru-losowania badanych. Warto też podać w dysertacji powody uwzględnienia w badaniach takiej, a nie np. większej liczebnie grupy kobiet i mężczyzn. Ważne jest również precyzyjne określenie warunków włączenia i wyłączenia z badań.

Bardzo szczegółowo opracowany jest rozdział poświęcony opisowi metod badawczych. Charakterystyka prowadzonych badań umożliwia replikację badań.

Rozdział piąty pt. „Analiza wyników badań własnych” przedstawia wyniki przeprowadzonych badań. Rozdział ten słusznie został podzielony na trzy podrozdziały, w których omówione zostały wyniki badań oceniających aktywność fizyczną słuchaczy uniwersytetu trzeciego wieku, ich zachowania zdrowotne oraz jakość życia aktywnych fizycznie słuchaczy. W wymienionych podrozdziałach zamieszczono zarówno ryciny, jak i tabele, które zawierają bardzo szczegółowe dane liczbowe. W rozdziale tym zawarto aż 39 tabel i 4 ryciny, które zostały skrupulatnie omówione. W tej części pracy Doktorantka zachowała duży porządek strukturalny, ale mimo prawdopodobnie dużego wysiłku włożonego w chęć bardzo czytelnego opisu zebranych wyników nie uniknęła błędów i niedomówień. Podziwiam dokładność w prezentacji wyników, ale szkoda że nie powstał rozdział podsumowujący związki aktywności fizycznej z jakością życia badanych a jedynie krótki podrozdział 5.3.2., w którym dość ogólnie opisane zostały wyniki z tabel 45 i 46. Ta ważna (w kontekście tematu pracy) część mogłaby być lepiej potraktowana. Ponadto uważam, że w tabelach niewłaściwie obliczano wartości procentowe. Po pierwsze często suma zmiennych nie jest równa 100%, a po drugie czasem zestawienie procentowe jest przeprowadzone niewłaściwie (zamiast w kolumnach, jest w wierszach) co utrudnia analizę (np. tab. 3). Ponadto zawartość tabeli 23 nie odpowiada tytułowi tabeli. Nie umiem stwierdzić np. co autorka chciała w niej przedstawić. Tabela 24 mogłaby zostać podzielona na dwie oddzielne.

Doceniam, że w części poświęconej opisowi działań statystycznych doktorantka omówiła klasyfikację korelacji, a w czasie analiz wyników zwracała uwagę na fakt wystąpienia korelacji statycznie istotnej i czasami nie obawiała się podkreślenia słabości tej korelacji. Nie ulega przecież wątpliwości, że wartość współczynnika korelacji równa 0,9 a nawet 0,15 świadczy o nikłych zależnościach pomiędzy zmiennymi. Mimo wymienionych niedociągnięć uważam, że Autorka dobrze poradziła sobie z opisem uzyskanych wyników.

6. Rozdział „Dyskusja” został podzielony na 3 części, co ułatwiło zebranie i podjęcie próby interpretacji uzyskanych wyników. Świadomie piszę tutaj o próbie interpretacji, ponieważ domyślam się, że interpretacja tak licznych zmiennych i ich zebranie jest niezwykle trudne. Sprawę komplikuje dodatkowo konieczność uwzględniania różnych zmiennych, parametrów mających z założenia charakteryzować aktywność fizyczną lub jakość życia. Z drugiej strony wydaje mi się, że nie można tu posługiwać się jednym parametrem, ponieważ nie uzyskałoby się pełnego obrazu badanego przez Doktorantkę zjawiska. W mojej ocenie mgr Michalina Kuska wystarczająco poradziła sobie z tą różnorodnością uzyskanych wyników i zależności. Jednak w rozdziale „dyskusja” oczekiwałbym od Doktorantki interpretacji wyników i dyskusji,

a w mniejszym stopniu opisywania badań innych autorów, które raczej pojawić się powinny w pierwszych rozdziałach tej pracy.

7. Rozdział „Wnioski” wynika z rezultatów przeprowadzonych badań i przemyśleń oraz jest w dużym stopniu konsekwencją postawionych na początku dysertacji hipotez. Dlatego zrównanie liczby hipotez z liczbą wniosków należy uznać za właściwe postępowanie. Wnioski są poprawne, odpowiadają częściowo postawionym hipotezom. Jako recenzent muszę konsekwentnie zauważyć, że niejednoznaczne hipotezy ograniczyły możliwość formułowania precyzyjnych wniosków.

8. Konkludując część empiryczną rozprawy oceniam jako poprawną. Strona warsztatowa opiniowanej rozprawy doktorskiej mgr Michaliny Kuska zasługuje na pozytywną ocenę. Pracę cechuje bowiem kompleksowość i wystarczający poziom dociekań. Doktorantka poprawnie opisała stan wiedzy na temat aktywności fizycznej i jakości życia osób starszych. Posługiwała się przy tym zwykle poprawnym językiem polskim. Wykorzystane metody zostały użyte przez Doktorantkę zgodnie z zaleceniami metodologii badań naukowych. Usterki jakie pojawiły się dysertacji, a odnotowane w tej recenzji nie uniemożliwiają wystawienia pozytywnej oceny końcowej.

#### 7. Konkluzja końcowa

Analiza całości recenzowanej rozprawy doktorskiej mgr Michaliny Kuska pozwala na stwierdzenie, iż stanowi ona studium badawcze związków aktywności fizycznej, zachowań zdrowotnych i jakości życia. Oceniam tą pracę pozytywnie zarówno w warstwie teoretycznej, jak i praktycznej oraz uznaję, że stanowi ona oryginalne rozwiązanie problemu naukowego, wskazując na odpowiedni poziom wiedzy teoretycznej jej Autorki oraz umiejętność samodzielnego prowadzenia przez nią pracy naukowej. Biorąc pod uwagę przyjęte wcześniej kryteria oceny, stwierdzam, iż recenzowana przeze mnie rozprawa doktorska mgr Michaliny Kuska pt. „Aktywność fizyczna a jakość życia słuchaczy uniwersytetów trzeciego wieku w województwie kujawsko-pomorskim” odpowiada warunkom stawianym tego typu opracowaniom i wnoszę do Rady Wydziału Kultury Fizycznej i Promocji Zdrowia Uniwersytetu Szczecińskiego o dopuszczenie jej do Publicznej obrony.

