

Warszawa, 20.12.2022

Dr hab. Maciej Stolarski, prof. ucz.

Uniwersytet Warszawski

Wydział Psychologii

**Recenzja rozprawy doktorskiej mgr Joanny Tomczyk  
pt. „Rola odczuwania wdzięczności a dzienny dobrostan psychiczny pacjentek  
onkologicznych i depresyjnych”,  
napisanej pod kierunkiem dr hab. Izabeli Krejtz, prof. Uniwersytetu SWPS**

Rozprawa doktorska mgr Joanny Tomczyk dotyczy zagadnienia interesującego teoretycznie i ważkiego praktycznie: Doktorantka podjęła bowiem próbę empirycznej analizy roli wdzięczności w kształtowaniu dobrostanu psychicznego pacjentek onkologicznych oraz kobiet z wysokim nasileniem objawów depresji. Mgr Tomczyk zrealizowała dwa eksperymentalne badania dzienniczkowe, w których uczestniczki na przestrzeni 14 dni brały udział w interwencjach dotyczących praktykowania wdzięczności.

Rozprawa ma formę spójnego tematycznie zbioru czterech artykułów empirycznych. Dwa z spośród nich zostały opublikowane w recenzowanych czasopismach naukowych o zasięgu międzynarodowym, indeksowanych w bazie Web of Science: *International Journal of Women's Health* (IF=2.590; 70 pkt. MEIN) oraz *Frontiers in Psychology* (IF=4.232; 70 pkt. MEIN). Obydwa periodyki publikują teksty wyłącznie w formule Open Access, co z jednej strony stanowi ich atut (z racji efektywności w rozpowszechnianiu publikowanych wyników), z drugiej bywa przedmiotem krytyki. Tego rodzaju czasopisma, ze względu na *stricte* „biznesową” (*for-profit*) formułę funkcjonowania ich macierzystych wydawnictw, stają często przed dylematem: maksymalizacja zysków vs. troska o jakość publikowanych tekstów. Na szczęście w przypadku tych wydawnictw (*Frontiers Media* i *Dove Press*) wydaje się, iż poziom wymagań odnośnie jakości publikowanych tam tekstów pozostaje odpowiedni<sup>1</sup>. Pozostałe dwa teksty zostały umieszczone w bazach *OSF Preprints*, tym samym nie przeszły (jak dotąd) standardowej procedury recenzenckiej. Z włączaniem preprintów do dorobku doktorskiego

---

<sup>1</sup> Zob. np. Bulucea i in. (2022).

spotkałem się tutaj po raz pierwszy i, szczerze mówiąc, miałem pewne wątpliwości, czy rozprawa zawierająca teksty nieopublikowane spełnia kryteria ustawowe<sup>2</sup>. Jednak zważywszy na to, iż przedłożony do recenzji dorobek zawiera dwa zrecenzowane i opublikowane teksty, zdecydowałem się rozstrzygnąć moje wątpliwości na korzyść Doktorantki, uznając, iż spełnia on rzeczne wymogi formalne, zaś wspomniane teksty nieopublikowane jak dotąd w czasopismach zdecydowałem się potraktować jako uzupełnienie dorobku podstawowego zawartego w dwóch pracach zrecenzowanych i opublikowanych.

Artykuły zostały przygotowane wraz z Promotorką oraz wiodącym badaczem osobowości i psychologii społecznej, prof. Johnem B. Nezlekiem (art. 1-4); ponadto współautorką artykułu 1. była dr Monika Kornacka. Wskazuje to na umiejętność prowadzenia owocnej współpracy naukowej w zespole badawczym. Jednocześnie wkład Doktorantki, zgodnie z załączonymi oświadczeniami współautorów, jest zdecydowanie wiodący (70-85%) we wszystkich tekstach; jest ona ponadto pierwszą Autorką każdego z przedłożonych do recenzji artykułów, co wydaje się rozwiewać ewentualne wątpliwości odnośnie zasadności włączenia ich w skład dorobku doktorskiego mgr Tomczyk.

Zaprezentowany w artykułach cykl badań i analiz tworzy spójną tematycznie całość. Artykuły zostały „spięte” tekstem wprowadzającym w postaci autoreferatu, w którym Autorka zaprezentowała szerszy kontekst dla przeprowadzonych badań, przedstawiła główne cele przeprowadzonego projektu badawczego, jego ramy koncepcyjne oraz kontekst kliniczny, który dla recenzowanej pracy był bez wątpienia kluczowy. Przedstawiła również podsumowanie uzyskanych wyników oraz ich ogólną dyskusję. Co ważne, raportowane w przedłożonych do recenzji tekstach badania empiryczne zostały zrealizowane w ramach kierowanego przez Doktorantkę grantu Preludium NCN. Umiejętność pozyskiwania i realizacji grantów badawczych stanowi kluczową dla współczesnego badacza umiejętność, dlatego też fakt, iż jej projekt doktorski został zrealizowany dzięki samodzielnie pozyskanym funduszom zasługuje bez wątpienia na podkreślenie i docenienie. Ponadto godnym odnotowania jest fakt, iż punktem wyjścia dla przeprowadzonych badań własnych były wyniki uzyskane przez Doktorantkę w ramach pracy magisterskiej, również opublikowanej w formie artykułu naukowego (Sztachańska i in., 2019).

---

<sup>2</sup> Art. 13. p. 5. Ustawy o tytule i stopniach naukowych wskazuje, iż teksty powinny być **opublikowane lub przyjęte do druku w czasopismach naukowych**.

Od strony teoretycznej inspiracją dla przeprowadzonych przez Doktorantkę badań były główne postulaty psychologii pozytywnej, uwypuklające znaczenie prowadzenia, równoległe do działań terapeutycznych i zmniejszających cierpienie, oddziaływań mających na celu poprawę dobrostanu osób chorych. Spośród licznych form tzw. interwencji pozytywnych, Autorka wybrała wdzięczność, która – jak sama zauważa (s. 3) – pozostaje jedną z najskuteczniejszych metod pozwalających na podwyższenie dobrostanu psychicznego (por. Wood i in., 2010). Jednocześnie, spośród kilku możliwych sposobów rozumienia i operacjonalizacji wdzięczności, mgr Tomczyk wybrała dwa, ujmując rzeczony konstrukt jako chwilowy stan (emocję) oraz jako cechę dyspozycyjną. Z kolei zmienną zależną – dobrostan – Autorka zoperacjonalizowała – za Dienerem – jako połączenie bilansu afektywnego z satysfakcją z życia. Tym samym pomiar i wyciągane wnioski dotyczą siłą rzeczy raczej hedonistycznej formy dobrostanu. Pomiar ten został jednak uzupełniony o zmienne takie jak sens życia czy poczucie własnej wartości; szkoda jednak, że nie zmierzono wprost dobrostanu eudajmonistycznego (np. z wykorzystaniem skali QEWB Watermana i wsp.).

Autorka postawiła szereg hipotez, które zamierzała zweryfikować w zaplanowanych badaniach empirycznych. Dotyczyły one przede wszystkim potencjalnych mechanizmów pośredniczących w zależności pomiędzy wdzięcznością a dobrostanem, depresją i lękiem (akceptacja choroby, style radzenia sobie), intraindywidualnej współzmienności wdzięczności i miar dobrego funkcjonowania, a także zmian w zakresie względnie stałych charakterystyk wskutek udziału w interwencji „wdzięcznościowej”.

Zastosowana przez Doktorantkę metodologia bez wątpienia zasługuje na docenienie – jak sama zauważa w Autoreferacie, zdecydowana większość badań nad wdzięcznością prowadzonych w grupach klinicznych miała dotychczas charakter korelacyjny. Tymczasem Autorka zastosowała złożony schemat badawczy, łączący podejście eksperymentalne z dzienniczkowym. Zastosowanie tzw. *Experience Sampling Method* stanowi spore wyzwanie, zarówno na etapie organizacji badań, jak i podczas analizy zebranych w ten sposób danych. Mgr Tomczyk z powodzeniem zrealizowała obydwie badania i przeprowadziła adekwatne analizy statystyczne. Z drugiej strony szkoda, że obydwie opublikowane prace dotyczą w istocie analiz poprzecznych, a te, które omawiają wyniki uzyskane w oparciu o analizy badań dzienniczkowych to tylko preprinty. Mam nadzieję, że Doktorantce uda się je opublikować w przyszłości. Być może zasadnym byłoby połączenie ich w jeden, ale za to „silniejszy” dzięki replikacyjnemu charakterowi, artykuł empiryczny (tzw. *multiple-study article*) – wydaje się, iż zabieg tego rodzaju mógłby zwiększyć prawdopodobieństwo uzyskania pozytywnej recenzji.

Autorka zasadniczo opiera swoje analizy o wskaźniki pochodzące z miar samoopisowych. Zabieg taki sam w sobie nie jest oczywiście niczym niepoprawnym – przeciwnie, w odniesieniu do zmiennych związanych z poczuciem subiektywnego dobrostanu i depresyjności, użycie innych miar nie miałoby sensu. Z drugiej jednak strony, zwłaszcza zważywszy na kliniczny kontekst prowadzonych przez mgr Tomczyk dociekań badawczych, wydaje się, iż możliwe (i całkiem zasadne) byłoby wykorzystanie wskaźników obiektywnych, takich jak np. poziom kortyzolu. Gdyby Autorka zdecydowała się na pomiar tej zmiennej z wykorzystaniem analizy kortyzolu obecnego we włosach osób badanych, wówczas można byłoby uchwycić czasową zmienność w tym obszarze, a także stabilność efektów interwencji (np. w okresie trzech miesięcy po zakończeniu interwencji). Niezależnie od tego, warto byłoby wskazać na oparcie analiz wyłącznie na miarach samoopisowych jako ograniczenie przeprowadzonych badań.

Doktorantka zgodnie z powszechną praktyką przytacza miary rzetelności użytych narzędzi (a ściślej – spójności wewnętrznej, bo taką jest alfa-Cronbacha). Nie mogę się zgodzić z przytoczonym przez Autorkę Shroutem (1998), że wartość alfy na poziomie 0,66 wskazuje na umiarkowaną rzetelność (dosł. *moderate*) narzędzia (patrz s. 5. artykułu z *Frontiers in Psychology*). Wielu metodologów i psychometrów sugeruje wartość krytyczną dla akceptowalności alfy na poziomie 0,65 lub nawet 0,70. Rzetelności poniżej poziomu 0,70 to raczej rzetelności niskie, zaś przytoczona tu wartość wskazuje na to, że użyta miara to raczej jako tzw. marker mierzonej cechy niż jej solidny wskaźnik. Na szczęście Autorka wskazuje ten fakt w dyskusji jako ograniczenie przeprowadzonego badania.

Wyniki wszystkich badań zostały starannie opisane. Nie tylko zastosowano adekwatne do testowania stawianych hipotez narzędzia analityczne, ale także szczegółowo opisano proces budowania kolejnych modeli analiz. Wyniki analiz są poprawnie zinterpretowane i adekwatnie zilustrowane z wykorzystaniem rycin. Warto byłoby natomiast uwzględnić w analizowanych modelach szereg zmiennych kontrolowanych ubocznych i/lub zakłócających – wydaje się, iż wzięcie pod uwagę wieku lub stanu zdrowia fizycznego (przynajmniej w przypadku pacjentek onkologicznych) pozwoliłoby na „oczyszczenie” uzyskanych efektów z wpływów owych czynników. Inna drobna uwaga dotyczy raportowania analiz mediacyjnych – w ich przypadku obok podstawowych statystyk warto raportować tzw. *ratio of indirect to total effect*. Wskaźnik ten pozwala na oszacowanie jaka część analizowanego efektu może zostać wyjaśniona poprzez działanie mediatora, przez co dużo bardziej „namacalna” staje się jego siła wyjaśniająca.

W tym miejscu warto docenić bardzo interesujące analizy oparte o model moderowanej mediacji. Tego rodzaju podejście analityczne pozwala na uchwycenie niewidocznych na pierwszy rzut oka zależności, a także zobrazowanie złożoności funkcjonowania psychicznego człowieka. Być może warto byłoby – jeśli Autorka nie zrobiła tego jeszcze we własnym zakresie (tzn. poza analizami opisanymi w przedłożonych do recenzji tekstach) – przeprowadzić podobne analizy, w których zmienną zależną byłoby nasilenie depresyjności (lub lęku) w momencie po interwencji, przy kontroli poziomu tej samej zmiennej przed interwencją. Tego rodzaju analizy mogłyby pozwolić na uchwycenie zmian w zakresie najbardziej interesujących Doktorantkę wymiarów wskutek interwencji oraz wyciągnąć pewne wstępne wnioski odnośnie ew. nieoczywistych zależności przyczynowych.

Pewnym problemem wydaje się wyciąganie dość daleko idących wniosków z analiz o charakterze poprzecznym. Autorka wskazuje, że projekt przyczynił się do „znalezienia czynników pośredniczących w relacji między wdzięcznością a dobrostanem (...), depresją i lękiem” (s. 14 autoreferatu). Owszem, uwzględnione w badaniach zmienne – style radzenia sobie i akceptacja choroby – okazały się pełnić w sensie statystycznym rolę mediatorów analizowanych zależności. Jednak w rzeczywistości tego rodzaju analizy nie pozwalają na wyciąganie wniosków o charakterze przyczynowym – możliwa wydaje się w tym wypadku również zależność odwrotna: np. osoby o wyższym poziomie dobrostanu mają oczywiście więcej powodów do bycia wdzięcznym. Autorka jest co prawda świadoma ograniczeń badań poprzecznych-korelacyjnych (*vide* dyskusje wyników w artykułach 1 i 2), jednak formułowane później konkluzje wydają się minimalizować znaczenie owych istotnych ograniczeń tego rodzaju badań.

Kolejna istotna uwaga dotyczy braku wyraźnego zaznaczenia w artykułach 3. i 4. tego, że opisane w nich badania zostały przeprowadzone na części prób, które posłużyły do analiz w artykułach 1. i 2. Tego rodzaju informacja powinna się zdecydowanie w nich znaleźć – na takie rozwiązania wskazuje etyka publikowania prac naukowych.

Pewne wątpliwości wzbudził we mnie pomiar dwóch różnych mediatorów w dwóch odmiennych próbach badawczych. Nie wiadomo bowiem, czy (a jeśli tak – to w jakim stopniu) raportowane w artykułach 1. oraz 2. efekty mediacyjne nie są w rzeczywistości redundantne oraz na ile są one specyficzne dla każdej z uwzględnionych w badaniach populacji. W kolejnych badaniach warto byłoby skonfrontować owe dwa mediatory w jednej próbie badawczej i poddać analizie w modelu mediacji wielokrotnej.

Chociaż moja ocena formalnych aspektów pracy jest raczej wysoka, Autorka nie ustrzegła się w tym obszarze kilku niedociągnięć, spośród których najważniejsze omówię poniżej. Pierwsza z uwag dotyczy sposobu formułowania hipotez. Hipoteza powinna być zdaniem w sensie logicznym; innymi słowy, powinno być możliwe stwierdzenie jej prawdziwości. Tym samym hipotezy winny być formułowane w czasie teraźniejszym – tymczasem Autorka formułuje je w czasie przyszłym (patrz s. 6-7 autoreferatu) lub w formie przypuszczającej (np. s. 3. w artykule z *Frontiers in Psychology*). Nie wydaje mi się również właściwym określanie hipotez mianem „oczekiwań” (*expectations*; tamże; zob. też np. dyskusję w artykule 4. – „*the study did not meet some of our expectations*” – w badaniu nie chodzi wszakże o to, by wyniki spełniły oczekiwania badaczy). Zdecydowanie bardziej uzasadnionym byłoby użycie określenia *predictions* lub po prostu *hypotheses*.

Doktorantka popełnia też jeden z najpowszechniejszych wśród młodych adeptów nauki błędów używając w niepoprawny sposób terminu *założenia* (np. s. 7. Autoreferatu) – wszak założenia przyjmujemy przed badaniem, a nie weryfikujemy empirycznie w badaniu! W takich miejscach pracy znacznie poprawniej byłoby użyć zwrotu *przypuszczenia* bądź *przewidywania* (np. Przypuszczałam, że w obu badaniach..., lub: Przewidywałam...), co zresztą Autorka robi w odniesieniu do innych hipotez.

Pragnę również zwrócić uwagę Doktorantki na dość powszechną obecnie (i ze wszech miar zasadną) praktykę opisu uzyskanych wyników z użyciem czasu *przeszłego* – taki rodzaj opisu rezultatów pozwala na uniknięcie formułowania zbyt daleko idących konkluzji w oparciu o wyniki pojedynczego badania i uwzględnienie probabilistycznego charakteru wnioskowania w naukach empirycznych. Zarówno w artykułach, jak i w autoreferacie, Autorka używa czasu teraźniejszego (np. „We found that gratitude is positively related to mental health...” (s. 15 artykułu z *Frontiers in Psychology*) lub “Prowadzenie dzienniczka (...) korzystnie wpływa na samopoczucie...” (s. 20 autoreferatu)), co wydaje się sugerować, iż uzyskane wyniki mają charakter stwierdzeń ostatecznych – a są to przecież wnioski sformułowane w oparciu o wyniki pojedynczego badania, z natury obciążonego błędem, wyciągnięte na podstawie wyników o określonej istotności statystycznej, a więc znów – z niezerowym prawdopodobieństwem przyjęcia hipotezy fałszywie pozytywnej. Zdecydowanie rekomendowałbym Autorce używanie w analogicznych przypadkach czasu przeszłego („...*was positively related...*” czy „...*wpływało na samopoczucie...*”).

Nie bardzo rozumiem, co Autorka miała na myśl pisząc w autoreferacie o „procesach wewnątrzgrupowych” (s. 7, punkt 2.). Może chodziło o zmienność intraindywidualną?

Niestosowne i niepotrzebne wydaje mi się kilkukrotne podkreślanie innowacyjności i wartości przeprowadzonych przez siebie badań (zob. chociażby pierwsze zdanie podsumowania w autoreferacie (s. 20) oraz początek drugiego akapitu na tejże stronie). Tego rodzaju oceny powinny być dokonywane przez recenzentów pracy – zadaniem doktoranta/ki jest oczywiście przygotowanie i zrealizowanie jak najlepszego projektu badawczego i jego opisanie, jednak to w gestii recenzentów leży ocena czy i w jakim stopniu projekt i dokonane w nim ustalenia empiryczne rzeczywiście poszerzają aktualny stan wiedzy oraz czy i na ile okazały się one innowacyjne. Innymi słowy – praca powinna „obronić się sama”. Na szczęście w przypadku recenzowanej pracy wartość naukowa pozostaje odpowiednio wysoka.

Podczas lektury pracy moją uwagę zwróciło kilka niewykorzystanych możliwości analitycznych. Nie znaczy to, że Doktorantka popełniła błąd nie przeprowadzając tych analiz, jednak mogłyby one, w mojej ocenie, znacząco wzbogacić wnioski z przeprowadzonych badań. Najważniejsze z nich pozwoliłem sobie opisać poniżej.

Po pierwsze, szkoda, że Autorka nie podjęła próby analizy przyczynowości analizowanych zależności wykorzystując to, że wielokrotny pomiar dzienniczkowy miar „dobowych” pozwala de facto na potraktowanie ich jako badania podłużnego z wielokrotnym pomiarem i przeprowadzenie analiz typu *cross-lag*. Wydaje się, iż odpowiedź na pytanie o kierunkowy wpływ dziennej wdzięczności na inne zmienne mierzone na poziomie dobowym mogłaby być nawet bardziej istotna niż określenie samej współzmienności. Analizy takiej można dokonać analizując efekt wdzięczności w dniu N na inne zmienne w dniu N+1, przy kontroli ich poziomu w dniu N.

Po drugie, intersujących danych mogłaby dostarczyć próba odpowiedzi na pytanie o moderującą rolę bazowego poziomu wdzięczności (i innych zmiennych dyspozycyjnych) dla efektywności zastosowanych interwencji. Autorka sama podkreśla, że Iodice i wsp. (2021), że osoby z problemami zdrowotnymi mogą najbardziej „zyskiwać” na wdzięczności. Podobny wniosek można wysnuć odnośnie bazowego zróżnicowania już w grupie osób z problemami zdrowotnymi. Często „najbardziej cieszy to, czego nam brakuje” – osoby o niskim bazowym poziomie wdzięczności jako cechy mogą doświadczać największych korzyści z interwencji opartych na wdzięczności. Wyniki wskazujące na możliwość wystąpienia tego rodzaju mechanizmu kompensacyjnego uzyskaliśmy w niedawno w badaniach prowadzonych w moim zespole. W naszym badaniu osoby z mniej adaptacyjnym obrazem przeszłości doświadczały silniejszej poprawy w zakresie negatywnego afektu po interwencji „wdzięcznościowej” (zob. Burzyska i Stolarski, 2022). Przeprowadzenie tego rodzaju analiz wydaje się również

w naturalny sposób wynikać z ujmowaniem wdzięczności jako mechanizmu pozwalającego na kompensację utraconych zasobów, omówioną przez Doktorantkę i współautorów w ramach dyskusji wyników w artykule 1 (Tomczyk i in., 2021).

Podsumowując, oceniam pozytywnie recenzowaną rozprawę doktorską. Autorka podjęła interesujący problem, przeprowadziła wystarczająco zaawansowany i spójny program badań empirycznych, dobrze poradziła sobie z opracowaniem oraz interpretacją ich wyników. Zrealizowany projekt badawczy dowodzi kompetencji naukowych Doktorantki, wskazuje na umiejętność projektowania badań, analizy ich wyników, poprawnego wyciągania wniosków, a także efektywnego przygotowywania i publikowania artykułów naukowych. Recenzowana rozprawa spełnia warunki określone w art. 13 ustawy z dnia 14 marca 2003 r. o tytule i stopniach naukowych: stanowi oryginalne rozwiązanie problemu naukowego, wskazuje na ogólną wiedzę teoretyczną Doktorantki w dyscyplinie psychologia oraz na umiejętność samodzielnego prowadzenia pracy naukowej. Stwierdzając, że opiniowana praca doktorska zasługuje na pozytywną ocenę, wnioskuję o dopuszczenie mgr Joanny Tomczyk do dalszych etapów przewodu doktorskiego.



Dr hab. Maciej Stolarski, prof. ucz.