



Poznań, dnia; 30.05.2022r.

dr hab. Michał Ziarko, prof. UAM  
Zakład Psychologii Zdrowia  
i Psychologii Klinicznej  
Instytut Psychologii  
Uniwersytet im. Adama Mickiewicza

Strona | 1

**Recenzja rozprawy doktorskiej magistra Krzysztofa Juchacza pt. „Wpływ oddziaływań psychoterapeutycznych na skuteczność leczenia otyłości” napisanej w Kolegium Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu pod kierunkiem. dr hab. n. med. inż. Rafała Wojciecha Wójciaka.**

### **Uzasadnienie wyboru tematu**

Pan mgr Krzysztof Juchacz w rozprawie doktorskiej napisanej pod kierunkiem Pana dr hab. n. med. inż. Rafała Wojciecha Wójciaka, omawia zagadnienia istotne zarówno z punktu widzenia nauk o zdrowiu jak i psychologii zdrowia. Praca wykonana przez Doktoranta wzbogaca te dwie dyscypliny o wiedzę dotyczącą znaczenia psychoterapii w leczeniu otyłości. Z perspektywy psychologii zdrowia za wartościowe uważam sprawdzenie, czy połączenie psychoterapii z oddziaływaniami dietetyka i fizjoterapeuty sprzyja redukcji masy ciała? Podstawowym pytaniem, na które Doktorant poszukiwał odpowiedzi było: czy włączenie psychoterapii do procesu leczenia nadmiernej masy ciała ułatwia redukcję wagi?

W moim odczuciu temat, który podjął Doktorant jest zagadnieniem istotnym. Otyłość stanowi poważny problem w krajach rozwiniętych. Szacuje się, że w Polsce ponad połowa ludności dorosłej ma nadmierną masę ciała, a odsetek otyłych dochodzi do 20% populacji osób dorosłych. W ostatnich latach obserwuje

się wzrost rozpowszechnienia się nadmiernej masy ciała. Jest to poważny problem zdrowotny, ponieważ otyłość zwiększa ryzyko zachorowania na wiele chorób przewlekłych, m.in. cukrzycę typu 2, chorobę niedokrwienną serca, niektóre nowotwory. Z punktu widzenia zdrowia publicznego istotne wydaje się zidentyfikowanie czynników sprzyjających redukcji masy ciała, a jednym z nich może być udział osób z nadwagą w psychoterapii. W związku z tym jednoznacznie pozytywnie oceniam problematykę podjętą przez Doktoranta.

### **Teoretyczne podstawy badań**

Doktorant realizując projekt badawczy, którego wyniki przedstawione są w rozprawie, chciał sprawdzić, czy oddziaływania psychoterapeutyczne zwiększają efektywność leczenia otyłości. Takie sformułowanie problematyki rozprawy doktorskiej na etapie pracy koncepcyjnej stawia przed Doktorantem następujące zadania: (1) scharakteryzowanie zjawiska otyłości, (2) przedstawienie psychologicznych czynników sprzyjających rozwojowi otyłości, (3) opisanie następstw otyłości oraz (4) dokonanie analizy oddziaływań psychologicznych sprzyjających leczeniu otyłości. Doktorant, na różnym poziomie szczegółowości podejmuje te zagadnienia w rozdziale teoretycznym.

Ujmując całościowo treści rozdziału teoretycznego wywód prowadzony przez Doktoranta jest spójny. Najpierw przedstawia zjawisko otyłości akcentując problemy zdrowotne będące konsekwencją nadmiernej masy ciała. Później dokonuje charakterystyki zjawiska otyłości definiowane w psychologii zdrowia. Opisuje psychologiczne czynniki ryzyka rozwoju otyłości oraz przedstawia niektóre z jej psychologicznych następstw. Ostatni fragment wprowadzenia teoretycznego poświęcony jest zagadnieniu leczenia otyłości za pomocą oddziaływań psychoterapeutycznych. Tę część wprowadzenia uważam za niekompletną. Sądzę, że zabrakło szczegółowej charakterystyki terapii Gestalt i oddziaływań,

jakie są zalecane w tym nurcie. Uważam, że te zagadnienia powinny być opisane a następnie powinna zostać uzasadniona potencjalna użyteczność tej szkoły psychoterapii w leczeniu otyłości. Kwestie te wydają się istotne, ponieważ uczestniczki badań brały udział w sesjach terapii Gestalt. Jako uważny czytelnik nie czuję się przekonany, że terapia Gestalt może być skuteczną metodą leczenia otyłości.

Pomimo braku opisanego powyżej we wprowadzeniu, uważam że część teoretyczna doktoratu spełnia wymagania stawiane przed pracą doktorską.

### **Ocena projektu badań i poprawności przyjętych metod badawczych**

Oceniając część doktoratu prezentującą założenia badań własnych oraz opracowania uzyskanych wyników należy podkreślić odpowiednie kompetencje mgr Krzysztofa Juchacza do tworzenia i przeprowadzania projektów badawczych.

Głównym celem badawczym Doktoranta było sprawdzenie, czy udział w psychoterapii sprzyja redukcji masy ciała? W metodologicznej części pracy Doktorant sformułował cele pracy, przedstawił narzędzia badawcze, dokonał charakterystyki osób uczestniczących w badaniu, przedstawił procedurę badań oraz analiz statystycznych.

Jeśli chodzi o stawiane pytania badawcze to sądzę, że zostały one postawione w odpowiedni sposób. Natomiast uważam, że hipotezy powinny zostać rozbudowane. Według mnie zabrakło szczegółowego określenia i uzasadnienia, jakie związki i dlaczego Doktorant spodziewa się zaobserwować oraz jakie różnice mogą wystąpić między porównywanymi grupami.

Doktorant przeprowadził badanie w trzech etapach. Pierwszy miał na celu dokonanie psychologicznej charakterystyki kobiet z otyłością prostą decydujących się na instytucjonalne jej leczenie. Ta część badań miała charakter opisowy.

Drugi i trzeci etap procedury badawczej został przeprowadzony w schemacie eksperymentalnym. Drugi etap badań przebiegał w trakcie leczenia ambulatoryjnego. Doktorant wyróżniał aż cztery grupy porównawcze, których uczestniczkom były proponowane różne rodzaje interwencji. Kobiety z grupy pierwszej miały za zadanie przestrzegać indywidualnego planu odżywiania i limitu wysiłku fizycznego. Kobiety z grupy drugiej dodatkowo miały możliwość odbywania cotygodniowych spotkań z dietetykiem. Kobietom z grupy trzeciej zaproponowano uczestnictwo w psychoterapii grupowej w wymiarze dwóch spotkań w tygodniu. Kobiety przydzielone do ostatniej grupy mogły uczestniczyć we wszystkich wymienionych powyżej formach aktywności.

Trzeci etap badań odbywał się w trakcie leczenia w warunkach klinicznych. Osoby w nim uczestniczące zostały podzielane na dwie grupy kliniczną i kontrolną. Kobiety przydzielone do grupy klinicznej miały możliwość uczestniczenia w krótkoterminowej psychoterapii grupowej w nurcie Gestalt.

Taką procedurę badawczą uważam za bardzo skomplikowaną i doceniam wysiłek, jaki doktorant włożył w jej przeprowadzenie. Czytając jej opis nie potrafię, niestety, zorientować się na czym polegały interwencje podczas psychoterapii Gestalt. Czy były to jakieś interwencje specyficzne dostosowane do problemów osób z nadmierną wagą ciała? Czy też były to interwencje niespecyficzne, nawiązujące do założeń psychoterapii Gestalt i wynikające z nich formy pracy proponowane w tym nurcie psychoterapii?

Badania prowadzone przez Doktoranta miały charakter mieszany. Doktorant dokonał pomiaru trzech grup zmiennych: antropometrycznych, biochemicznych oraz psychologicznych. Badanie antropometryczne obejmowało pomiar wzrostu, wagi, obwodu tali i bioder, ponadto oszacowano zawartość tkanki tłuszczowej oraz wielkość wskaźników BMI i WHR. Badanie biochemiczne polegało na oszacowaniu stężenia glikozy na czczo, gazometrii oraz stężenia białych krwinek krwi. W badaniu psychologicznym zmierzono poziom: samoceny

przy pomocy kwestionariusza MSEI, lęku wykorzystując kwestionariusz STAI, nastroju za pomocą skali UMACL oraz zadowolenia z osiągnięcia zakładanych celów redukcji masy ciała. Wybór metod pomiaru zmiennych nie budzi zastrzeżeń.

Uważam treści zawarte w rozdziale metodologicznym za spełniające wymagania stawiane rozprawom doktorskim. Dokonany przez Doktoranta opis pozwala zrozumieć koncepcję badań, pytania, na jakie poszukiwał odpowiedzi, sposób operacjonalizacji zmiennych oraz przebieg procedury badawczej.

### **Rezultaty badań – ocena sposobu ich prezentacji i znaczenia**

Doktorant analizuje uzyskane dane za pomocą podstawowych procedur statystycznych: obliczeń statystyk opisowych, oszacowania współczynników korelacji oraz wykonania testów istotności różnic. Zastosowane procedury statystyczne są adekwatne do problemów badawczych rozwiązywanych w pracy.

Sądzę, że najważniejszym wynikiem otrzymanym w badaniach przeprowadzonych przez Doktoranta jest wykazanie, która z kombinacji interwencji sprzyja największej redukcji masy ciała. Doktorant wykazał, że kobiety z otyłością w największym stopniu tracą wagę, gdy w tym samym czasie mogą skorzystać z pomocy dietetyka i uczestniczyć w psychoterapii.

Zapoznając się z częścią empiryczną recenzowanej rozprawy doktorskiej zastanawiałem się nad kompletnością przeprowadzonych analiz. Wydaje mi się, że to co zaprezentował Doktorant jest niekompletne na dwóch poziomach. I w związku z tym można byłoby trochę dopracować część prezentującą uzyskane wyniki. Po pierwsze, tę niekompletność widzę w sposobie prezentowania wyników. Dla przykładu w tabelach od 10 do 12 brakuje podania statystyk przeprowadzonych testów. Po drugie, uważam że Doktorant mógłby przeprowadzić jedną dodatkową analizę, która wykazałaby, czy porównywane grupy różnią się pod względem redukcji masy w ciała. Doktorant wykazał, że na

skutek uczestnictwa w programie redukcji masy ciała następuje utrata wagi. Nie wykonał natomiast analiz, które pokazałyby, która forma interwencji jest najskuteczniejsza. Taką analizę można by przeprowadzić według następującego schematu. W kroku pierwszym obliczyć wskaźnik delta obrazujący wielkość zmiany (np. odjąć początkowy wynik masy ciała od końcowego jej wyniku). A w kroku drugim, za pomocą odpowiednich testów istotności różnic sprawdzić, czy porównywane grupy różnią się między sobą w zakresie uzyskanej redukcji masy ciała. Na podstawie tego wyniku można by wnioskować, która forma oddziaływań jest najskuteczniejsza, tzn. prowadzi do największej redukcji masy ciała.

Mam również zastrzeżenie do niekompletności analiz. Odnajduję ją w przypadku przeprowadzania porównań międzygrupowych bez podawania wskaźników siły efektu (tzw. *effect size*).

Otrzymane wyniki zostały przedyskutowane na odpowiednim poziomie a wyprowadzane wnioski traktuję jako uzasadnione.

Uważam, że przeprowadzone analizy oraz prezentacja otrzymanych wyników, odpowiadają wymaganiom stawianym rozprawom doktorskim.

### **Ocena formalnej strony recenzowanej rozprawy**

Recenzowana rozprawa doktorska ma postać jednolitej pracy pisemnej, której struktura jest standardowa, tzn. praca składa się z części teoretycznej, opisu metodologii badań własnych oraz statystycznej analizy wyników. Część teoretyczną stanowi jeden rozdział liczący około 20 stron. Zagadnieniom metodologicznym poświęcone są dwa rozdziały, łącznie 7 stron tekstu. Statystyczna analiza wyników i ich dyskusja to kolejne trzy rozdziały – około 30 stron. Zrozumienie tekstu ułatwiają tabele i rysunki umieszczone w tekście. Tok prowadzonego wywodu jest spójny a struktura pracy jest przejrzysta, odpowiadająca wymaganiom stawianym rozprawie doktorskiej.

Pisząc rozprawę doktorską Doktorant skorzystał z prawie stu trzydziestu polsko i obcojęzycznych źródeł opublikowanych w latach 1947 – 2021. Literatura została dobrana przez Doktoranta specyficznym ze względu na problematykę poruszaną w pracy. Wiele z przytoczonych tekstów, co zasługuje na podkreślenie, to najnowsze opublikowane w ostatnim dziesięcioleciu, empiryczne publikacje, znajdujące się w obiegu międzynarodowym. Oprócz tego Doktorant nie pominął prac polskich badaczy zajmujących się problematyką otyłości, do których należą Nina Ogińska–Bulik, Jolanta Chanduszko–Salska czy też Anna Brytek–Matera. Odwołanie się do tak wielu tekstów, które ukazały się w ostatnich siedemdziesięciu latach jest wskaźnikiem rzetelnie przeprowadzonych studiów nad problemami poruszonymi w doktoracie oraz dobrze przyswojonej wiedzy dotyczącej analizowanych zjawisk.

Przyglądając się formalnej stronie pracy, w zasadzie trudno wskazać jakieś większe uchybienia. W niektórych fragmentach pojawiają się niewielkie niedociągnięcia formalne, np. w niepisaniu symboli statystycznych pochyloną czcionką. Generalnie jednak praca napisana jest starannie, poprawną polszczyzną, z zachowaniem większości standardów prac naukowych.

## Podsumowanie

Z punktu widzenia wymagań stawianych rozprawie doktorskiej, jako kryterium oceny przygotowania Doktoranta do samodzielnego i poprawnego, pod względem metodologicznym, rozwiązywania problemów badawczych w obszarze nauk medycznych i nauk o zdrowiu oraz psychologii, oceniam rozprawę doktorską, jako spełniającą ustawowe warunki ubiegania się o stopień doktora. Zgodnie z Ustawą o Tytułach i Stopniach Naukowych z roku 2003 z późniejszymi zmianami. Rozprawa doktorska mgr Krzysztofa Juchacza pt. „Wpływ oddziaływań psychoterapeutycznych na skuteczność leczenia otyłości” stanowi oryginalne



rozwiązanie problemu naukowego. W związku z tym wnoszę o dopuszczenie Pana mgr Krzysztofa Juchacza do dalszych etapów postępowania doktorskiego.

/dr hab. Michał Ziarko, prof. UAM/