

Wydział Opieki Zdrowotnej
Wyższa Szkoła Nauk Stosowanych
Ul. Królowej Jadwigi 18
41-704 Ruda Śląska

RECENZJA

Rozprawy na stopień doktora nauk o zdrowiu mgr Joanny Domagalskiej pt.:

„Osobowość typu D, poziom odczuwanego stresu i sposoby radzenia sobie ze stresem oraz zachowania depresyjne u nauczycieli szkół ponadgimnazjalnych”

Promotorem rozprawy doktorskiej jest prof. dr hab. n. med. Przemysław Nowak z Katedry Toksykologii i Ochrony Zdrowia w Środowisku Pracy, Wydział Zdrowia Publicznego w Bytomiu, Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach.

Rozprawa liczy 105 stron i zawiera 7 rozdziałów: wstęp, założenia i cele pracy, materiał i metody, analiza statystyczna, wyniki, dyskusja, oraz wnioski, ponadto streszczenie polskie i angielski. Wykaz skrótów, spis tabel i rycin ułatwiają lekturę.

Ponadto do pracy dołączono 6 załączników: Ankietę autorską, Skalę do Pomiaru Osobowości Typu D (DS14), Skalę Pomiaru Stresu (PSS-10), Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem (Mini-COPE), ateńską Skalę Bezsenności (AIS) i Inwentarz Depresji Becka.

Dołączenie załącznika ze stosowanymi w pracy narzędziami, świadczy o rzetelności Doktorantki w podejściu do realizowanych badań i ułatwia



merytoryczną ocenę rozprawy. W tym miejscu chciałbym zauważyć, że ten dobry obyczaj nie zawsze jest przestrzegany w rozprawach doktorskich.

Wstęp podzielony został na 6 podrozdziałów w których autorka opisała charakterystykę zawodu nauczyciela, obciążenia psychofizyczne związane z tym zawodem. Przybliżyła czytelnikowi koncepcję osobowości typu D, zwanej również osobowości stresowej, zostało zaproponowane przez Johana Denoletta w 1995 roku w wyniku identyfikacji osobowościowych czynników ryzyka chorób sercowo-naczyniowych. Osobowość D obejmuje dwa wymiary –negatywną emocjonalność oraz hamowanie społeczne. Pierwszy z nich określa skłonność ciągłego przeżywania negatywnych emocji. Hamowanie społeczne polega na świadomym powstrzymywaniu się od wyrażania negatywnych emocji i zachowań zgodnych z tymi emocjami. Koncepcja osobowości typu D nawiązuje do wcześniej opisywanych przez innych autorów cech osobowości: neurotyzmu i introwersji.

Doktorantka skupiła swoją uwagę nad stresem w miejscu pracy, jego źródłami i skutkami oraz aspektem prewencyjnym. Nie pominęła również dolegliwości często spotykanymi w tym zawodzie; zaburzeniami snu oraz depresjom.

Należy podkreślić, iż w dostępnym piśmiennictwie brak jest badań dotyczących relacji pomiędzy osobowością typu D a nasileniem stresu, bezsenności i depresji wśród nauczycieli. Jest to ważne uzasadnienie tematu rozprawy doktorskiej.

Założenia i cele pracy

Wiedza dotycząca psychologicznego funkcjonowania i adaptacji zawodowej nauczycieli pozwoli zidentyfikować problemy z którymi borykają się oni sami i z którymi muszą konfrontować się ich uczniowie, o których powinny władze oświatowe, odpowiedzialne za politykę edukacyjną.

Celem badanie była identyfikacja najistotniejszych czynników stresogennych oraz wyjaśnienie zależności pomiędzy osobowością typu D, subiektywnym odczuciem stresu, radzeniem sobie ze stresem oraz występowanie zachowań depresyjnych u nauczycieli szkół ponadgimnazjalnych.

Cel główny zrealizowano za pośrednictwem celów szczegółowych:

1. Oszacowania odsetka nauczycieli o osobowości typu D (osobowość stresowa)
2. Zidentyfikowanie czynników wywołujących stres w pracy.
3. Określenie odczuwanego poziomu stresu związanego z pracą.



4. Zidentyfikowanie strategii radzenia sobie ze stresem wykorzystywanym przez nauczycieli
5. Ocena częstości występowania bezsenności i depresji wśród nauczycieli
6. Analiza zależności pomiędzy osobowością typu D a innymi badanymi zmiennymi.

Material i metody

Liczbę uczestników badania ustalono za pomocą kalkulatora doboru próby biorąc pod uwagę wielkość populacji nauczycieli szkół ponadgimnazjalnych w Polsce (191409) oraz przyjmując następujące wartości parametrów : wielkość frakcji –0,5; poziom ufności-95%; błąd maksymalny -5%. Na tej podstawie oszacowano liczbę osób, które powinny brać udział w badaniu na 383 osoby.

Ankietyzację przeprowadzono wśród 600 nauczycieli szkół ponadgimnazjalnych kilku miast śląskich, których dyrektorzy wyrazili zgodę na rozdysponowanie ankiet w okresie kwietnia do czerwca 2016 roku. Ostatecznie uzyskani 412 prawidłowo wypełnionych kwestionariuszy.

Badanie polegało na wypełnieniu:

- ankiety autorskiej
- Skali do Pomiaru Osobowości Typu D (DS14)
- Skali Odczuwanego Stresu (PSS-10)
- Inwentarza do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem (Mini COPE)
- Ateńskiej Skali Bezsenności (AIS)
- Skali Depresji Becka

Ankieta autorska zawierała pytania dotyczące uczestnika badania: dotyczących danych osobowych, stażu pracy, stopnia awansu zawodowego, wymiaru zatrudnienia i licznych czynników stresogennych do których zaliczono m.in. wypełnianie dokumentacji, terminowość wykonywania zadań, organizacje pracy, kontakt z przełożonymi, z rodzicami uczniów, z uczniami, poczucie psychicznego przeciążenia pracą, odpowiedzialność za uczniów, zbyt niskie zarobki i wiele innych.

Do pomiaru osobowości typu D Zastosowano skalę DS14, w polskiej adaptacji Ogińskiej-Bulik i Juczyńskiego, zaś natężenie stresu oceniano kwestionariuszem PSS-10.



Do pomiaru radzenia sobie ze stresem użyto Inwentarza Mini Cope, zaś oceny bezsenności dokonano przy pomocy Ateńskie Skali Bezsenności (AIS).

Obecność objawów depresji i ich nasilenie oceniano przy pomocy Skali Depresji Becka.

Analiza statystyczna

Uzyskane wyniki badań ankietowych zostały poddane wnikliwej analizie statystycznej z zastosowaniem licznych narzędzi dostosowanych do badanych zbiorów. Duża liczba wypełnionych kwestionariuszy przemawiała za poprawnością uzyskanych rezultatów. Jako poziom istotności statystycznej przyjęto p mniejsze niż 0,05.

Wyniki.

Wyniki badań przedstawiono czytelnie przy pomocy XV tabel i 33 rycin.

Na ich podstawie doktorantka wysnuła 5 wniosków:

1. Osobowość typu D stwierdzono u około 1/3 badanych nauczycieli.
2. Dla 1/3 nauczycieli wykonywany zawód okazał się wysoce stresujący, w czynnikami wzmagającymi to zjawisko były odpowiedzialność za uczniów, poczucie psychicznego obciążenia praca oraz zbyt niskie zarobki.
3. Posiadana przez nauczycieli osobowość typu D znamienne różnicowała częstość stosowania sposobów radzenia sobie ze stresem, a w szczególności w przypadku strategii skoncentrowanych na problemie oraz strategii unikowych.
4. Bezsenność oraz zachowania depresyjne występowały istotnie częściej u osób z osobowością typu D oraz były zależne od płci.
5. Istnieje konieczność wdrożenia działań związanych z redukcją psychospołecznych czynników ryzyka w środowisku pracy w postaci próby modyfikacji kultury organizacyjnej, wprowadzenie szkoleń dla pracowników narażonych na stres w zakresie skutecznych sposobów walki

z nim, a także działań naprawczych mających na celu poprawę zdrowia w ujęciu holistycznym.

Dyskusja

Dyskusja zawiera wnikliwą konfrontację uzyskanych wyników badań z obszernym piśmiennictwem. Świadczy ona o dobrej znajomości poruszanych przez autorkę zagadnień. Związek pomiędzy osobowością D a podatnością na stres, występowaniem bezsenności i depresji obserwuje się w wielu krajach i licznych zawodach. Wyniki eksploracji dokonane przez doktorantkę są zbieżne z badaniami innych autorów, dotyczącymi zarówno nauczycieli jak i innych zawodów z obszaru Europy i Ameryki Północnej. Pewne rozbieżności wyników dotyczą krajów Ameryki Południowej i Azji. Natomiast żadne z wymienionych badań nie było jednak tak kompleksowe i wielostronne, w zakresie związków pomiędzy osobowością typu D a nasileniem stresu oraz występowaniu bezsenności i depresji w grupie zawodowej nauczycieli.

Autorka wskazała na fakt występowania wyższego odsetka osobowości D wśród nauczycieli niż w polskiej populacji ogólnej, co wskazuje iż znajdują się w grupie większego ryzyka chorób psychosomatycznych.

Opinia

Doktorantka trafnie wybrała temat swej rozprawy doktorskiej, która wpisuje się w holistyczny nurt badań, ukazujących wzajemne powiązania pomiędzy osobowością typu D, czyli osobowością stresową u nauczycieli a podatnością na przewlekły stres prowadzący do zaburzeń psychosomatycznych takich jak bezsenność i depresja.

Należy podkreślić, że jest to pierwsze tego typu studium, bo w dostępnej literaturze brak jest badań, które łączyłyby ten typ osobowości bezpośrednio z nasileniem stresu, sposobami radzenia sobie ze stresem oraz występowaniem bezsenności i depresji wśród nauczycieli.

Dokonany przez autorkę przegląd aktualnego piśmiennictwa w języku angielskim i polskim zawierającego 151 pozycji z ostatnich lat, świadczy o dobrym przygotowaniu do pojętych studiów. W dyskusji autorka podała klarowny opis patomechanizmów depresji oparty o najnowsze hipotezy dotyczące tego zaburzenia. Tak pięknego wykładu nie powstydzilby się żaden psychiatra.

Doktorantka poprawnie sformułowała cele swej rozprawy. (Pragnę jednak zwrócić uwagę, przed opublikowaniem pracy, na błąd literowy w 4 punkcie celów szczegółowych). Duża liczba badanej grupy nauczycieli szkół



ponadpodstawowych zapewniła dobrą podstawę do rzetelnej analizy statystycznej. Zastosowane metody statystyczne są adekwatne do badanych zbiorów i posłużyły do prawidłowego opracowanie wyników pracy. Liczne narzędzia badawcze pozwoliły zebrać dużą liczbę ocenianych parametrów.

Warto zauważyć oryginalną, bardzo dobrze opracowaną ankietę autorską z wyodrębnieniem 16 istotnych czynników stresogennych związanych z wykonywaniem zawodu nauczyciela.

Wyniki pracy zostały przedstawione w sposób przejrzysty w tabelach i rycinach. W dyskusji doktorantka wykazała się dobrą znajomością obszernego piśmiennictwa. WE wnikliwej analizie uzyskanych rezultatów zachowała należyta ostrożność w formułowaniu sądów.

Wnioski płynące z badań sformułowała rozważnie. Mają one dużą wartość poznawczą i praktyczną. Najważniejsze z nich to stwierdzenie osobowości typu D aż u około 1/3 badanych nauczycieli, dla których wykonywanie tego zawodu okazało się wysoce stresujące, a czynnikami wzmagającymi to zjawisko; były odpowiedzialność za uczniów, poczucie psychicznego przeciążenia praca oraz zbyt niskie zarobki.

Bezsensowność i zachowania depresyjne występowały istotnie częściej u osób z osobowością D oraz były zależne od takiej zmiennej jak płeć.

Piąty wniosek nie jest wnioskiem ściśle płynącym z badań doktorantki, ale ważnym postulatem praktycznym opartym o te badania, sugerującym konieczność wdrożenia działań związanych z potrzebą redukcji stresu w środowisku pracy.

Do tych działań należy próba modyfikacji kultury organizacyjnej, wprowadzenia szkoleń dla pracowników narażonych na stres, w zakresie skutecznych sposobów radzenia ze stresem, a także działań naprawczych mających na celu poprawę zdrowia w ujęciu holistycznym.

Nie mam uwag krytycznych dotyczących rozprawy. Zrealizowanie przez Doktorantkę programu badań związanych z rozprawą doktorską wymagała dużego nakładu pracy i czasu. Należy podkreślić jasność wyводу autorki i staranną szatę edytorską rozprawy.



WNIOSEK

Oceniana rozprawa doktorska mgr Joanny Domagalskiej pt. : „**Osobowość typu D, poziom odczuwanego stresu i sposoby radzenia sobie ze stresem oraz zachowania depresyjne u nauczycieli szkół ponadgimnazjalnych**” spełnia warunki art.13 & 1, Ustawy z dn.14 marca 2003 o stopniach naukowych i tytule w zakresie sztuki (Dz.U. nr 65 poz. 595, z późniejszymi zmianami).

W związku z powyższym mam zaszczyt przedłożyć Wysokiej Radzie Wydziału Zdrowia Publicznego, Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach, wniosek o dopuszczenie mgr Joanny Domagalskiej do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

Równocześnie występuję z **wnioskiem o wyróżnienie rozprawy doktorskiej**. Za takim wnioskiem przemawiają następujące argumenty:

1. Przedstawiona do recenzji praca jest pierwszą w piśmiennictwie, tak wielostronnym i kompleksowym studium poświęconym związkom pomiędzy osobowością typu D a nasileniem stresu oraz występowaniu bezsenności i depresji w grupie zawodowej nauczycieli.
2. Badania zostały przeprowadzone starannie, przy użyciu wielu narzędzi, na dużym materiale, z zastosowaniem licznych metod statystycznych, adekwatnych do badanych zbiorów.
3. Wnioski płynące z pracy mają nie tylko wartość poznawczą, ale duże znaczenie praktyczne. Zwróciły bowiem uwagę na duży problem dotyczący zagrożeń zdrowia dużej i ważnej grupy zawodowej jaka stanowią nauczyciele. Wskazały również na środki zaradcze, które mogłyby poprawić kondycję zdrowotną nauczycieli.



Prof. dr hab. n. med. Robert Hese