

Dr hab. Beata Szluz, prof. UR

Rzeszów, 06.06.2025 r.

Uniwersytet Rzeszowski

Wydział Nauk Społecznych

Instytut Nauk Socjologicznych

Aleja Tadeusza Rejtana 16 C

35-959 Rzeszów

Recenzja rozprawy doktorskiej

mgr Aleksandry Zając

pt. *Metoda mindfulness jako forma pomocy i wsparcia w profilaktyce*

wypalenia zawodowego wśród zawodowych kuratorów sądowych,

napisanej pod kierunkiem

prof. dra hab. Andrzeja Niesporka i dr hab. Elżbiety Turskiej, prof. UŚ

(zgodnie z uchwałą Rady Naukowej Dyscypliny Nauki Socjologiczne Uniwersytetu Śląskiego
w Katowicach)

Metoda *mindfulness*, znana jako uważność, jest to praktyka skupienia uwagi na obecnym momencie w sposób nieoceniający i świadomy. Jest to zauważanie doświadczeń, myśli, uczuć i otoczenia w bieżącej chwili, bez rutynowego reagowania lub przywiązywania się do nich. W latach 70. XX wieku metoda *mindfulness* zyskała na popularności, szczególnie na Zachodzie. Jon Kabat-Zinna opracował „Program redukcji stresu opartego na uważności” (ang. *Mindfulness-Based Stress Reduction – MBSR*) na Uniwersytecie Massachusetts. Zaadaptował w ten sposób praktyki *mindfulness* do pola medycznego, pokazując, jak te techniki mogą być wykorzystane do radzenia sobie ze stresem, bólem i chorobami. W ostatnich dekadach coraz więcej naukowców analizuje metodę *mindfulness*, która zyskała uznanie poza medycyną. Może być wykorzystywana także w profilaktyce wypalenia zawodowego.

W nawiązaniu do tematu niniejszej dysertacji doktorskiej podkreślam, że podjęcie uwidocznionej w tytule tematyki uważam za uzasadnione. Dostrzegam

Beata Szluz

aktualność i znaczenie tej problematyki w naukach społecznych. Pragnę zauważyć, że zagadnienie wpisujące się w pole badań socjologii stosowanej i socjologii problemów społecznych, nie jest badane i obrazowane w literaturze naukowej wystarczająco dogłębnie. Autorka podjęła w rozprawie temat ważny zarówno w aspekcie badań naukowych, jak również aplikacji do praktyki (do tego odniosę się w kolejnej części recenzji).

Problematyka, którą zainteresowała się Doktorantka, sytuje rozważania w obrębie nauk społecznych, w zakresie socjologii, a szczegółowo – co nadmieniałam – socjologii stosowanej, socjologii problemów społecznych. Uważam, że prowadzenie rozprawy doktorskiej pod kierunkiem dwóch Promotorów, specjalizujących się w socjologii i psychologii, w kontekście tematu dysertacji jest uzasadnione i godne naśladowania.

Praca składa się ze 173 stron, wraz z bibliografią (s. 145-158). Dysertacja pozbawiona jest wstępu, w którym należałoby uzasadnić wybór tematu, podać przedmiot i cel badań, problemy, wskazać metody i techniki badawcze oraz narzędzia, a także odnieść się do literatury przedmiotu. Uwypuklić literaturę, do której Doktorantka się odwołała – w dwóch aspektach – (1) wskazać czołowych badaczy krajowych i zagranicznych, którzy zajmują się badaniem tej problematyki, (2) zasygnalizować, w jakich dyscyplinach oparcie znajdą podjęte w dysertacji rozważania (powinny to być głównie prace z zakresu nauk socjologicznych, ale mogą być też z innych dyscyplin), czy dominują monografie, rozdziały w monografiach, artykuły z czasopism czy Autorka posiłkowała się źródłami pochodzącymi ze stron internetowych. Ponadto Doktorantka powinna scharakteryzować zawartość dysertacji. Dlaczego brakuje tej części pracy, jak Autorka wyjaśni ten deficyt?

W dysertacji wyodrębnionych zostało siedem rozdziałów. Rozprawę zamyka dyskusja i zakończenie oraz bibliografia, w której zostały wykazane opracowania / źródła prawa wykorzystane przez Autorkę (do tego odniosę się w dalszej części

recenzji). Rozprawa została opatrzona aneksem, w którym zamieszczone są narzędzia badawcze.

Rozdział pierwszy dysertacji został zatytułowany „Charakterystyka zjawiska wypalenia zawodowego”. Autorka wprowadza w nim czytelnika w problematykę wypalenia zawodowego, ukazuje w ujęciu chronologicznym zjawisko wypalenia zawodowego. Zestawia pojęcie stresu i wypalenia. Doktorantka poszukuje przyczyn wypalenia zawodowego, obrazuje proces jego rozwoju i symptomy (zostały wymienione na s. 21-23, pozbawione jednak szerszej własnej analizy). W podrozdziale obrazującym wspomniany proces rozwoju wypalenia zawodowego (s. 18-21) należało nie tylko przytoczyć i zapisać w punktach fazy procesu, ale poddać je analizie, odnieść się do nich. W wywodzie naukowym Doktorantka koncentruje się na zjawisku wypalenia zawodowego wśród kuratorów sądowych, odnosi się do wybranych danych empirycznych (dobranych według jakiego kryterium?; dlaczego tylko wybranych danych empirycznych?) dotyczących wypalenia wśród wspomnianych kuratorów sądowych. Autorka powinna po każdej części tekstu podjąć próbę wnioskowania, napisania podsumowania. Takie podsumowanie znalazło się natomiast na końcu rozdziału. Mam pytanie – jakie teorie socjologiczne stanowią podłoże podjętych przez Autorkę badań naukowych?

Kolejny rozdział pracy doktorskiej poświęcony został problematyce kurateli sądowej. Autorka ukazała, jak zmieniała się kuratela sądowa w Polsce, odnosząc się do rozwoju instytucji kuratora rodzinnego i instytucji kuratora dla dorosłych, a także do rozwoju kurateli sądowej. Scharakteryzowała organizację Kuratorskiej Służby Sądowej w Polsce, uprawnienia i obowiązki kuratorów sądowych. Zarysowała zakres zadań zawodowych kuratorów dla dorosłych i standard obciążenia pracą kuratora zawodowego dla dorosłych oraz zakres zadań zawodowych kuratorów rodzinnych i również standard obciążenia pracą kuratora zawodowego rodzinnego. Autorka lakonicznie przytacza np. uprawnienia i obowiązki kuratorów sądowych (s. 38-39), podobnie na s. 39-40

przywołuje zadania, rozpoczynając od wymieniania w tekście wielu rozporządzeń, które powinny znaleźć się w przypisie dolnym. Zaprezentowany standard obciążenia pracą jest ukazany tylko w postaci treści w tabeli 2 i w tabeli 3. Należałoby poddać zebrane elementy analizie, wysunąć wnioski. Jakie wnioski nasuwają się Doktorantce? (s. 43 - ?). Ta część dysertacji jest nieco słabsza.

W trzecim rozdziale, poprzedzonym po raz pierwszy krótkim wstępem, Doktorantka kontynuowała swój wywód, dokonując analizy specyfiki pracy kuratorów sądowych, modeli kurateli sądowej, kompetencji i bezpieczeństwa kuratorów sądowych (należałoby poszerzyć spektrum analiz, odnieść się do liczniejszych badań naukowych). Jeden z podrozdziałów zawiera obraz metodyki pracy kuratorów sądowych. Mam pytanie – co wynika z przedstawionego katalogu wartości Krystyny Ostrowskiej? (s. 48).

Mając na względzie temat dysertacji Autorka zobrazowała „Problematykę *mindfulness*”. Zdefiniowała uważność, trening uważności, a także korzyści płynące z zastosowania *mindfulness*. Skonstruowała również przegląd wybranych badań dotyczących efektywności *mindfulness* w grupie pracowników socjalnych (dlaczego pracowników socjalnych?; a inni przedstawiciele zawodów pomocowych? czy Autorka nie odnalazła innych badań?). Jednocześnie chcę podkreślić i docenić liczbę odszukanych badań, które Doktorantka zestawiała w tabeli 6.

W kolejnym rozdziale (s. 74-87) Autorka zaprezentowała metodykę własnych badań. Ujęła tutaj model badawczy, organizację i przebieg badania, scharakteryzowała metody, techniki i narzędzia badawcze, zwracając uwagę na ocenę rzetelności użytych narzędzi w badaniach własnych. Doktorantka scharakteryzowała próbę badawczą, odnosząc się do pierwszego i do drugiego etapu badań. Chcę podkreślić prowadzenie pracy przez dwóch Promotorów, o czym wspomniałam na wstępie. Efektem jest zastosowanie podczas badań połączenia (s. 77) kontekstu socjologicznego (zastosowano: narzędzie ankiety własnej konstrukcji) i kontekstu psychologicznego (zastosowano: OLBI –

Oldenburski kwestionariusz wypalenia zawodowego w adaptacji Teresy Chirkowskiej-Smolak, następnie użyto: FIU-14 – Fryburskiego inwentarza uważności w adaptacji Stanisława Radonia). Jest to wartościowy aspekt tej dysertacji, co chciałabym docenić. Mam pytanie – dlaczego próby tak bardzo się różnią? (503 kuratorów w pierwszym i tylko 19 w drugim etapie badań).

Przeprowadzone badania i uzyskane wyniki stały się podstawą do zobrazowania „Specyfiki wypalenia zawodowego wśród zawodowych kuratorów sądowych w opinii badanych”. Doktorantka przeprowadziła diagnozę wypalenia zawodowego, następnie scharakteryzowała jego wymiary i predyktory.

Na podstawie wyników badań Autorka ukazała znaczenie metody *mindfulness* w profilaktyce wypalenia zawodowego kuratorów zawodowych, sporządziła diagnozę wiedzy na temat tej metody i jej rolę w profilaktyce wypalenia zawodowego. Zastosowane narzędzia i uzyskane wyniki dały podstawę do poznania opinii respondentów na temat metody *mindfulness*. Chcę podkreślić, że analizy i wnioskowanie mogłoby być szersze, bardziej precyzyjne i pogłębione. Za godne podkreślenia uważam jednak to, że Doktorantka została przygotowana przez Promotorów w zakresie zastosowania metod statystycznych, które są nieodzownym narzędziem w socjologii, służącym do zbierania, analizowania i interpretowania danych dotyczących społeczeństwa.

Autorka w podsumowaniu wysunęła szereg wniosków. Podjęła próbę dyskusji, a w niej porównywania wyników własnych badań do wyników badań innych badaczy, co uważam za poprawne. Ważne jest wysunięcie rekomendacji dla praktyków, które znalazły się w dysertacji.

Podczas czytania tekstu nasunęły się uwagi, a mianowicie:

(1) pierwsza z nich: podkreślam, że Doktorantka zna literaturę przedmiotu, jednocześnie w części teoretycznej powinien tworzyć więcej samodzielnego tekstu, np. rozbudować, poszerzyć wywód, uzupełnić go o wnioski, tworzyć konkluzje nie tylko na końcu rozdziałów;

Beata Słuz

- (2) kolejna: dostrzegam erudycję Autorki w podjętym polu eksploracji;
- (3) trzecia: Doktorantka powinna częściej konfrontować swoje wyniki i wnioski z tymi, które postawili inni badacze, krajowi i zagraniczni. Wzbogaciłoby to dyskusję wyników badań i wnioskowanie;
- (4) czwarta: po każdej części wywodu nasuwają się konkluzje, można też podjąć próbę budowania własnych np. typologii, definicji.
- (5) kolejna: dysertacja dowodzi, że mgr Aleksandra Zając posiada ogólną wiedzę teoretyczną w dyscyplinie naukowej, w pole której wpisuje się rozprawa;
- (6) konkluzja: Doktorantka została przygotowana przez Promotorów dysertacji do prowadzenia badań naukowych.

Autorka zestawiała bibliografię (s. 145-158), uważam że bogatą, mając na uwadze temat rozprawy doktorskiej. Sugeruję wydzielanie części w bibliografii (opracowania / literatura i netografia – bez wydzielania ich w spisie treści). Kolejnym elementem powinien być wykaz źródeł prawa (bez wydzielania go w spisie treści). W tej części wykazu warto wyodrębnić na początku konstytucje, następnie ustawy, rozporządzenia itd. Jednocześnie należy podkreślić, że Doktorantka odwołała się do szerokiego spektrum literatury przedmiotu, odniesienia do stron internetowych, raportów, sprawozdań i opinii, a także do źródeł prawa (mając na uwadze to, że rozprawa wpisuje się w pole nauk socjologicznych, a nie nauk prawnych). W zestawieniu odnalazłam publikacje nie tylko z obszaru nauk socjologicznych, lecz również m.in.: nauk medycznych i o zdrowiu, psychologii, pedagogiki oraz odwołania do publikacji zamieszczanych na stronach internetowych (netografia). Wpisanie tych treści w tekst z zakresu nauk socjologicznych jest wartościowe. Wykaz bibliografii świadczy o erudycji Autorki. Należy podkreślić, że Doktorantka sięgnęła do prac w języku polskim i publikacji w językach obcych.

W trakcie lektury tekstu napotkałam pewne drobne błędy stylistyczne, interpunkcyjne i nieliczne „literówki”. Autorka zbudowała tekst tworząc zbyt krótkie, jednozdaniowe akapity, np. s. 7, s. 28, mimo że myśl jest rozbudowana i

dłuższa. Popeliła drobne błędy w przypisach, np. s. 10-14, s. 20, s. 25, s. 27, s. 29, s. 53 itd., np. rozpoczyna przypis od – Red. (np. s. 38)?, przypis 126 – dlaczego odnosząc się do ustawy, Autorka dodaje s. 7? (powinien zostać wskazany artykuł, paragraf, ustęp, punkt itp.), przypis 177 – tytuły czasopism zapisujemy wielkimi literami. Dlaczego odniesienia do np. ustaw znajdują się w tekście, a nie w przypisie dolnym? Nie zastosowała konsekwentnie zasady dotyczącej tzw. skracania przypisów dolnych. Przypisy nie są zawsze budowane konsekwentnie, według jednolitego wzoru. Sugeruję odnoszenie się do tabel z podaniem numeru, unikanie odniesień „tabela poniżej”, „tabela powyżej”, ponieważ czytelnik nie wie, która to ma być tabela, jeśli Autorka otacza te tabel czy schematy tekstem. Warto zwracać uwagę na estetykę pracy, np. jednolitość stosowanej czcionki. Sugeruję dokonanie korekty (proponuję zamieszczenie wykazu tabel i rysunków przez bibliografią).

Reasumując, po wnikliwym przeczytaniu dysertacji stwierdzam, że przedstawiona do oceny praca doktorska spełnia podstawowe wymagania stawiane przed rozprawą doktorską, zgodnie z warunkami określonymi art. 179 ust. 7 ustawy z dnia 3 lipca 2018 r. przepisy wprowadzające ustawę – Prawo szkolnictwie wyższym i nauce oraz w ustawie z dnia 20 lipca 2018 r. – Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce, art. 187 ust. 1 i 2 – 1. „Rozprawa doktorska prezentuje ogólną wiedzę teoretyczną kandydata w dyscyplinie albo dyscyplinach oraz umiejętność samodzielnego prowadzenia pracy naukowej lub artystycznej. 2. Przedmiotem rozprawy doktorskiej jest oryginalne rozwiązanie problemu naukowego, oryginalne rozwiązanie w zakresie zastosowania wyników własnych badań naukowych w sferze gospodarczej lub społecznej albo oryginalne dokonanie artystyczne”. Wnioskuje zatem do Rady Naukowej Dyscypliny Nauki Socjologiczne Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach o dopuszczenie Doktorantki mgr Aleksandry Zając do publicznej obrony.

06.06.2025 r.

Beata Szluz

.....
Dr hab. Beata Szluz, prof. UR

Beata Szluz