Prof. dr hab. Dariusz Krok
Instytut Psychologii
Uniwersytet Opolski

Opole, dn. 15.07.2026

RECENZJA ROZPRAWY DOKTORSKIEJ

Pana mgr JANA RYBAKA, zatytułowanej *Psychologiczne uwarunkowania dobrostanu psychicznego ze szczególnym uwzględnieniem wdzięczności,* napisanej pod kierunkiem prof. dra hab. Stanisława Głaza SJ. Kraków 2026, ss. 140/mps/.

Dobrostan psychiczny jest złożonym zjawiskiem, uwarunkowanym oddziaływaniem wielu czynników osobowościowych, emocjonalnych, poznawczych i społecznych. Wśród psychologicznych determinant dobrostanu szczególne miejsce zajmują zasoby, takie jak prężność psychiczna, wsparcie społeczne, optymizm, poczucie sensu życia oraz umiejętność skutecznej regulacji emocji. W ostatnich latach coraz większe zainteresowanie badaczy wzbudza również wdzięczność, uznawana za jeden z kluczowych zasobów sprzyjających zdrowiu psychicznemu i pozytywnemu funkcjonowaniu człowieka. Wynika to z faktu, że osoby cechujące się silną wdzięcznością częściej doświadczają pozytywnych emocji, większej satysfakcji z życia, lepszej jakości relacji interpersonalnych oraz niższego poziomu stresu i objawów depresyjnych (Choi i in., 2025; Dang i in., 2026; Fuller i in., 2025). W tej perspektywie wdzięczność pełni szczególną rolę, ponieważ integruje sferę poznawczą, emocjonalną i społeczną, wzmacniając zdolność jednostki do dostrzegania pozytywnych aspektów życia oraz skutecznego radzenia sobie z codziennymi wyzwaniami. Stanowi ona zatem ważny obszar badań współczesnej psychologii pozytywnej oraz psychologii zdrowia, a także cenny cel oddziaływań profilaktycznych i terapeutycznych.

1. Ocena merytoryczna dysertacji

Recenzowana dysertacja doktorska Pana mgr JANA RYBAKA składa się z wprowadzenia teoretycznego oraz cyklu siedmiu artykułów naukowych, których zasadniczym celem badawczym było zidentyfikowanie i eksploracja psychologicznych uwarunkowań dobrostanu psychicznego ze szczególnym uwzględnieniem roli wdzięczności. Ocena

merytoryczna powyższych artykułów zostanie dokonana na podstawie ich wartości badawczej i kryteriów stawianych pracom doktorskim.

Cykl siedmiu artykułów składających się na rozprawę doktorską obejmuje następujące prace badawcze:

1. Wolanin, A., & **Rybak, J**. (2021). Wdzięczność a poczucie długu w sytuacji otrzymania pomocy. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska. Sectio J, Paedagogia-Psychologia, 34*(3), 147-162. https://doi.org/10.17951/j.2021.34.3.147-162
2. **Rybak, J**., & Wolanin, A. (2022). Towards positive organization. The evolution of gratitude. *Scientific Papers of Silesian University of Technology. Organization and Management Series*, *162*, 651-663. https://doi.org/10.29119/1641-3466.2022.162.36
3. Wolanin, A., & **Rybak, J**. (2022). Gratitude and the quality of life in a personalist and existential approach. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska. Sectio J, Paedagogia-Psychologia*, *35*(3), 77-96. https://doi.org/10.17951/j.2022.35.3.77-96
4. Dacka, M., Wolanin, A., & **Rybak, J**. (2022). Perception of pandemic and students' quality of life in the initial stage of pandemic – a quantitative and qualitative perspective. *Polish Psychological Bulletin, 53*(4), 315-328. https://doi.org/10.24425/ppb.2022.143377
5. Szmyd, K., **Rybak, J.**, & Odziomek, P. (2025). Spirituality in the workplace: the impact of Christian values on management style and employees' psychological wellbeing. *European Research Studies Journal, 28*(1), 1085-1097. https://doi.org/10.35808/ersj/3960
6. **Rybak, J.**, & Szmyd, K. (2025). Mental resilience and satisfaction with life: Organizational perspective. *European Research Studies Journal, 28*(2), 809-823. https://doi.org/10.35808/ersj/4012
7. **Rybak, J.** (2025). Poczucie bezpieczeństwa jako warunek *sine qua non* dobrostanu – pomiędzy perspektywą ewolucyjną a międzykulturową. W A. Woźny (Red.), *Wybrane zagadnienia bezpieczeństwa społecznego* (s. 351-366). Wydawnictwo Politechniki Częstochowskiej

1.1. Ocena Wprowadzenia

We wprowadzeniu do rozprawy Autor w sposób uporządkowany i przekonujący nakreślił teoretyczne podstawy prowadzonych badań, koncentrując się na psychologicznych aspektach dobrostanu i wdzięczności. Punktem wyjścia rozważań było podanie rozumienia

dobrostanu psychicznego, który jest najczęściej definiowany jako stan satysfakcji z życia oraz harmonii między potrzebami jednostki a wymaganiami otoczenia. W literaturze wyróżnia się dwa główne podejścia do jego rozumienia: hedonistyczne, akcentujące przewagę pozytywnych emocji i zadowolenie z życia, oraz eudajmonistyczne, które podkreśla znaczenie rozwoju osobistego, poczucia sensu i realizacji własnego potencjału. Autor trafnie podkreślił traktowanie dobrostanu przez współczesne koncepcje jako „dynamicznego, subiektywnego i wielowymiarowego konstruktu" (s. 3), który obejmuje zarówno aspekty psychiczne, jak i społeczne, tym samym, uznając go za istotny wskaźnik jakości życia oraz ważny zasób sprzyjający zdrowiu i efektywnemu funkcjonowaniu. Integrację w/w podjeść należy ocenić bardzo pozytywnie na rzecz Doktoranta, ze względu na dostarczenie globalnego i wielowymiarowego rozumienia dobrostanu.

Następnie omówiono ogólne predyktory dobrostanu, ze szczególnym zwróceniem uwagi na pięć zasadniczych zasobów psychicznych odpowiadających różnym warstwom funkcjonowania człowieka: poczucie bezpieczeństwa – zasób pierwotny, rezyliencja – zasób adaptacyjno-regulacyjny, wdzięczność – zasób emocjonalno-relacyjny, percepcja sytuacji – zasób poznawczy i duchowość – zasób egzystencjalno-sensotwórczy. Dzięki temu Doktorant słusznie określił uwarunkowania dobrostanu psychicznego oraz wskazał, że wdzięczność stanowi jeden z istotnych aspektów dobrostan, gdyż łączy w sobie ważne mechanizmy sprzyjające pozytywnemu funkcjonowaniu jednostki poprzez intensyfikację emocji pozytywnych, wzmacnianie więzi społecznych, budowanie sensu oraz regulację moralną (s. 4).

W kolejnym kroku analiz teoretycznych omówiono krótko pięć w/w zasadniczych zasobów psychicznych: poczucie bezpieczeństwa, rezyliencję, wdzięczność, percepcję sytuacji oraz duchowość i wartości. Charakterystyka poszczególnych konstruktów ma syntetyczny charakter, obejmuje najważniejsze aspekty teoretyczne oraz wyniki badań uzasadniające ich włączenie do modelu badawczego. Taki sposób prezentacji pozwala czytelnikowi zrozumieć zarówno specyfikę każdego z analizowanych zasobów, jak ich potencjalną rolę w kształtowaniu dobrostanu psychicznego. Jednocześnie przedstawione zagadnienia tworzą spójne uzasadnienie dla dalszych analiz empirycznych oraz wskazują na integracyjne podejście Doktoranta, uwzględniające wzajemne oddziaływanie czynników emocjonalnych, poznawczych, osobowościowych i egzystencjalnych. Zasadnie określono, że powyższe zasoby rzeczywiście sprzyjają rozwojowi i kształtowaniu się dobrostanu psychicznego, prowadząc do pozytywnych doświadczeń i emocji (ss. 5-8).

Cel pracy został prawidłowo sformułowany na s. 9 Wprowadzenia – było nim zidentyfikowanie i opisanie psychologicznych uwarunkowań dobrostanu psychicznego, ze szczególną koncentracją na wdzięczności. Na uznanie zasługuje fakt, że Autor nie zadeklarował stworzenia całkowicie nowej teorii uwarunkowań dobrostanu psychicznego, lecz realistycznie skupił się tylko na „naukowym wkładzie" wdzięczności. Takie podejście świadczy o dojrzałości badawczej oraz świadomości metodologicznej, gdyż rozwój nauki najczęściej polega na stopniowym pogłębianiu i integrowaniu istniejącej wiedzy, a nie na formułowaniu całkowicie nowych paradygmatów. Jako wartościowe należy uznać dążenie do integracji rozproszonych dotychczas wyników badań w postaci wielopoziomowego modelu zasobów psychologicznych. Zaproponowana koncepcja wskazuje na dojrzałą próbę całościowego ujęcia dobrostanu psychicznego poprzez uwzględnienie współdziałania wielu czynników funkcjonujących na różnych poziomach psychologicznego funkcjonowania jednostki.

Na uwagę zasługuje również dążenie do osadzenia prowadzonych analiz w kilku komplementarnych perspektywach teoretycznych: psychologii pozytywnej, personalistyczno-egzystencjalnej koncepcji jakości życia, psychologii ewolucyjnej oraz problematyki organizacyjnej. Integracja tych podejść stanowi interesującą próbę stworzenia szerszej perspektywy interpretacyjnej i prowadzi do bardziej wszechstronnego wyjaśnienia mechanizmów kształtujących dobrostan psychiczny. Cenne wydaje się także uwzględnienie takich kategorii, jak duchowość, wartości czy różnice międzykulturowe, które nie za często analizowane są łącznie z klasycznymi konstruktami psychologii pozytywnej (s. 9 Wprowadzenia).

Pewnymi słabościami założonego projektu badań jest brak sformułowania celów szczegółowych. Doktorant pozostał tylko na określeniu ogólnego celu, bez wniknięcia „w głąb" badanych zależności. Rozprawa zyskałaby na wartości, gdyby sformułowano konkretne, szczegółowe cele, które Doktorant chciał osiągnąć. Pewne wątpliwości budzi także sposób przedstawienia nowatorstwa projektu. Autor kilkakrotnie odwołuje się do deklaracji o „integracji" i „wielowymiarowym modelu", jednak nie zawsze precyzyjnie wyjaśnia, na czym polega oryginalność proponowanego rozwiązania w odniesieniu do istniejących modeli dobrostanu. Warto byłoby tutaj wyraźniej wskazać, jakie elementy modelu stanowią rzeczywisty wkład własny, a które są adaptacją lub rozwinięciem wcześniej opublikowanych koncepcji. Przykładem jest tutaj sformułowanie, że nowatorski wkład autora pozwoli na „uzyskanie dokładniejszego obrazu wybranych fragmentów mapy" (s. 9). Choć metafora ta jest atrakcyjna stylistycznie, w rozprawie naukowej bardziej przekonujące byłoby

jednoznaczne wskazanie konkretnych luk badawczych, które projekt ma wypełnić oraz precyzyjniejsze sformułowanie celów szczegółowych.

W dalszej części Wprowadzenia Doktorant zaprezentował hipotezy szczegółowe, zastosowaną metodę (zbiorcza charakterystyka próby badawczej, narzędzia i procedurę), wyniki, dyskusję, ograniczenia i dalsze kierunki badań oraz implikacje praktyczne. Taki sposób prezentacji Wprowadzenia należy ocenić pozytywnie. Pozwala on czytelnikowi już na początku rozprawy uzyskać całościowy obraz projektu badawczego, jego założeń oraz logiki prowadzonych analiz. Szczególnie wartościowe jest uwzględnienie nie tylko celów i hipotez, ale również refleksji nad ograniczeniami badań oraz wskazanie możliwych kierunków ich dalszego rozwoju. Świadczy to o krytycznym podejściu Doktoranta do własnych badań i obiektywności przeprowadzonych analiz. Pewną wątpliwość można natomiast zgłosić do wyboru tylko trzech badań: Badanie 1 – rezyliencja i satysfakcja z życia, Badanie 2 – dobrostan w pandemii, ewolucja wdzięczności i Badanie 3 – wdzięczność, poczucie długu i jakość życia (s. 11). Ponieważ rozprawa opiera się na cyklu publikacji siedmiu prac, zbiorczy opis próby badawczej i procedury winien być dotyczyć wszystkich, gdyż wówczas można by wyraźniej zaakcentować specyfikę poszczególnych badań oraz wskazać różnice metodologiczne w ich obrębie. Ułatwiłoby to ocenę spójności całego projektu oraz lepsze zrozumienie zakresu poszczególnych analiz.

1.2. Ocena merytoryczna artykułów ujętych w recenzowanej dysertacji

Jak już wcześniej podkreślono, w skład rozprawy wchodzi siedem artykułów, z których pięć ma charakter empiryczny, a dwa – teoretyczny. Pięć z nich zostało opublikowanych w języku angielskim, jeden z nich jest na liście JCR, a cztery – na listach CEJSH, ERIH PLUS, EBSCO czy Index Copernicus. Ich wskaźnik punktowy aktualnego wykazu MNiSW mieści się w przedziale od 100 do 20 pkt. W jednym artykule Autor posiada wkład 100%, w czterech – 50%, a w dwóch – 33,3%.

Przedłożone artykuły tworzą spójny pod względem merytorycznym cykl poświęcony psychologicznym uwarunkowaniom dobrostanu psychicznego, ze szczególną koncentracją na wdzięczności. Łączy je wspólna problematyka badawcza, konsekwentnie realizowana w kolejnych etapach projektu, co nadaje całej rozprawie przejrzystą strukturę i wyraźną ciągłość naukową. Na pozytywne podkreślenie zasługuje oryginalność podjętej problematyki. Badania nad psychologicznym znaczeniem wdzięczności w ramach dobrostanu psychicznego nadal należą do ważnych obszarów współczesnej psychologii, dlatego wybór tej tematyki należy uznać za trafny i wartościowy. Przedstawiony cykl publikacji wnosi nową wiedzę do

rozwijającego się obszaru psychologii pozytywnej, co pozwala pozytywnie ocenić wartość naukową rozprawy doktorskiej mgr JANA RYBAKA.

Z uwagi na status recenzyjny artykułów dokonany już w ramach procesu publikacji ograniczę się do krótkiej ich oceny przede wszystkim w ramach przedłożonej rozprawy doktorskiej.

W pierwszym artykule podjęto interesującą i stosunkowo rzadko analizowaną problematykę relacji między emocją wdzięczności a poczuciem długu, która ma istotne znaczenie zarówno dla psychologii emocji, jak i psychologii pozytywnej. Na uwagę zasługuje próba rozróżnienia tych dwóch konstruktów, które w literaturze przedmiotu bywają traktowane niejednoznacznie, a także uwzględnienie ich związków z innymi emocjami oraz wdzięcznością dyspozycyjną. Pozytywnie należy ocenić zastosowanie zarówno wystandaryzowanego narzędzia do pomiaru wdzięczności dyspozycyjnej (GQ-6), jak i manipulacji eksperymentalnej umożliwiającej wywołanie emocji wdzięczności oraz poczucia długu. Połączenie metod korelacyjnych z elementami eksperymentu zwiększyło wartość metodologiczną badania i pozwoliło na bardziej pogłębioną analizę badanych zależności dla wdzięczności i długu. Dodatkowym atutem było także uwzględnienie różnic między kobietami i mężczyznami, co umożliwiło bardziej zróżnicowaną interpretację uzyskanych wyników.

Drugi artykuł miał na celu określenie związku między strategiami historii życia (*Life History*) a wdzięcznością. Autor podjął próbę połączenia dwóch stosunkowo odległych nurtów teoretycznych: psychologii pozytywnej oraz psychologii ewolucyjnej, analizując zależności między wdzięcznością a strategiami historii życia. Takie interdyscyplinarne podejście stanowi niewątpliwy walor pracy i świadczy o umiejętności poszukiwania nowych perspektyw interpretacyjnych. W literaturze przedmiotu badania tego typu należą do rzadkości, dlatego podjęcie tej problematyki należy uznać za wartościowe poznawczo. Pozytywnie należy ocenić również osadzenie badań w dobrze ugruntowanych podstawach teoretycznych. Najbardziej interesującym rezultatem badań jest wykazanie dodatniej zależności między strategią wolnej historii życia a wdzięcznością w grupie kobiet, ale nie mężczyzn. Wynik ten wpisuje się w przewidywania teorii ewolucyjnej oraz psychologii pozytywnej i wskazuje na biologiczne i społeczne uwarunkowania wdzięczności. Jednak pewne zastrzeżenia budzi również skład próby badawczej. Badanie przeprowadzono wyłącznie wśród studentów, przy wyraźnej przewadze kobiet (138 K i 59 M), co ogranicza możliwość uogólniania uzyskanych rezultatów na populację ogólną.

Trzeci artykuł dotyczył relacji wdzięczności i jakości życia w perspektywie personalistycznej i egzystencjalnej. Z perspektywy rozprawy doktorskiej artykuł należy ocenić jako wartościowy poznawczo i dobrze osadzony w jej głównej tematyce. Na szczególne uznanie zasługuje wyraźne zakotwiczenie badania w personalistyczno-egzystencjalnej koncepcji jakości życia, co nadaje analizie szeroki, wielowymiarowy charakter. Tak szerokie ujęcie problemu badawczego świadczy o dobrej orientacji teoretycznej oraz umiejętności integrowania różnych perspektyw psychologicznych. Uzyskane rezultaty wskazują na obecność dodatnich, choć niskich i umiarkowanych korelacji między wdzięcznością a wszystkimi wymiarami jakości życia, co jest spójne z założeniami psychologii pozytywnej i potwierdzają znaczenie wdzięczności jako zasobu sprzyjającego dobrostanowi psychicznemu w różnych sferach funkcjonowania jednostki. Pewnym ograniczeniem badania był jednak stosunkowo ogólny charakter wniosków. Stwierdzenie, że wdzięczność koreluje ze wszystkimi wymiarami jakości życia, wymaga bardziej pogłębionej interpretacji mechanizmów leżących u podstaw tych zależności

W czwartym artykule dokonano analizy funkcjonowania psychicznego młodych ludzi w warunkach pandemii COVID-19, czyli w sytuacji o wysokim poziomie stresu, niepewności i gwałtownej zmiany społecznej. Pozytywnie należy ocenić zastosowanie zarówno narzędzi ilościowych, w tym Skali Dobrostanu Psychologicznego Ryff, jak i autorskiego kwestionariusza dotyczącego percepcji i radzenia sobie z pandemią. Istotną zaletą projektu było również uzupełnienie analiz ilościowych o komponent jakościowy, co pozwoliło na bardziej pogłębione zbadanie zróżnicowanych doświadczeń indywidualnych oraz identyfikację odmiennych modeli funkcjonowania psychicznego w zależności od płci i sposobu interpretacji sytuacji pandemicznej.

Piąty i siódmy z włączonych do rozprawy artykułów mają charakter teoretyczny i „wspólny mianownik" skupiający się wokół dobrostanu psychicznego, gdyż dotyczą zależności między duchowością i poczuciem bezpieczeństwa a dobrostanem. Pierwszy z nich posiada charakter interdyscyplinarny i dobrze osadza analizę duchowości i dobrostanu w literaturze psychologicznej, teologicznej i zarządzania. Jego główną zaletą jest próba integracji duchowości z praktyką organizacyjną oraz wskazanie potencjalnych korzyści dla dobrostanu pracowników. Drugi a artykułów, analizujący poczucie bezpieczeństwa w kontekście dobrostanu psychicznego, odznacza się spójnością teoretyczną i szerokim, wielopoziomowym ujęciem problemu (psychologia, ewolucja, kultura). Interesująca jest tutaj próba integracji wielu perspektyw oraz dobre osadzenie w klasycznych teoriach psychologicznych i empirycznych.

Szósty, w kolejności, artykuł badał związek między rezyliencją a satysfakcją z życia w kontekście organizacyjnym. Uzyskane rezultaty potwierdziły zakładany dodatni związek między rezyliencją a satysfakcją z życia, co jest zgodne z dotychczasową literaturą przedmiotu i stanowi jej empiryczne wzmocnienie w ramach schematów organizacyjnych. Wartością dodaną artykułu było osadzenie analiz w realiach funkcjonowania organizacji oraz próba powiązania wyników z czynnikami stresu zawodowego, natomiast pewnym ograniczeniem – brak szerszego omówienia hipotezy dotyczącej różnic płciowych oraz nieco ogólny charakter rekomendacji wdrażania treningów rezyliencji.

Podsumowując artykuły przedstawione w ramach dysertacji doktorskiej mgr JANA RYBAKA, należy stwierdzić, że podejmują one istotne i aktualne problemy badawcze, osadzone w nurcie współczesnej psychologii pozytywnej, zdrowia i organizacji. Charakteryzują się poprawnym poziomem metodologicznym, opartym na adekwatnym doborze narzędzi badawczych oraz właściwie sformułowanych hipotezach, co pozwoliło na uzyskanie rzetelnych wyników empirycznych oraz wyciągnięcie cennych wniosków badawczych. Uzyskane dane wnoszą wartościowy wkład do wiedzy na temat uwarunkowań dobrostanu psychicznego, ze szczególnym uwzględnieniem roli wdzięczności jako istotnego zasobu psychologicznego. Wyniki konsekwentnie wskazują na jej znaczenie w kształtowaniu pozytywnego funkcjonowania jednostki, zarówno w wymiarze emocjonalnym, jak i społecznym oraz poznawczym. Na podkreślenie zasługuje również konceptualnie szeroki i innowacyjny charakter przeprowadzonych badań, wynikający zarówno z podejmowanej problematyki, jak i zastosowanych podejść badawczych. Artykuły łączą różne perspektywy teoretyczne oraz operacjonalizacyjne, co pozwala na wielowymiarowe ujęcie analizowanych zjawisk. Ponadto, istotną wartością prac jest ich oryginalność, przejawiająca się w podejmowaniu – w niektórych przypadkach – zagadnień relatywnie rzadko analizowanych w literaturze psychologicznej. Przedstawione wyniki mogą stanowić podstawę do formułowania praktycznych rekomendacji dotyczących wspierania dobrostanu psychicznego w różnych kontekstach życia człowieka, w tym w obszarze edukacji, pracy oraz działań prozdrowotnych.

Jednak, aby obiektywnie ocenić przedłożoną rozprawę należy wspomnieć także o pewnych wątpliwościach/punktach dyskusyjnych, które, chociaż nie podważają ogólnej koncepcji i wartości pracy, to jednak stanowią platformę do rzeczowej dyskusji. Po pierwsze, warto było rozważyć zmianę kolejności prezentowanych publikacji i umieścić artykuły teoretyczne jako pierwsze tak, aby stworzyć bazę teoretyczną dla późniejszych wyników badań empirycznych. W ten sposób, poszczególne artykuły układałyby się w logiczny ciąg – od przeglądu i integracji wiedzy teoretycznej, poprzez formułowanie modeli wyjaśniających,

aż do ich empirycznej weryfikacji. Taki układ byłby bardziej spójny z logiką prowadzenia wywodu naukowego, ponieważ opracowania teoretyczne stanowiłyby naturalne wprowadzenie do problematyki badawczej oraz tworzyłyby podstawy koncepcyjne dla kolejnych badań empirycznych.

Po drugie, wartościowe byłoby powiązanie głównego celu pracy (s. 9 Wstępu), dotyczącego trzech artykułów nt. wdzięczności (s. 11 Wstępu), z problematyką pozostałych artykułów wchodzących w skład cyklu publikacji w kontekście dobrostanu psychicznego i zamieszczenie na końcu pracy syntetycznego omówienia, interpretującego znaczenie i funkcje uzyskanych wyników w budowaniu wielopoziomowego modelu psychologicznych uwarunkowań dobrostanu. Pozwoliłoby to zbadać, jakie nowe informacje wnoszą uzyskane wyniki dla zrozumienia funkcji wdzięczności jako jednego z kluczowych zasobów psychicznych.

Powyższe uwagi nie są krytyką recenzowanej rozprawy, lecz raczej zapraszają do rzeczowej i dojrzałej dyskusji naukowej nad tworzeniem wielopoziomowego modelu psychologicznych uwarunkowań dobrostanu, szczególnie w perspektywie wdzięczności. Obiektywnie należy bowiem stwierdzić, że zaproponowany przez Doktoranta model badawczy został zrealizowany poprawnie, dostarczając wartościowych uzasadnień merytorycznych i integracji danych. Na pozytywne podkreślenie zasługuje fakt, że przedstawione analizy nie ograniczają się do prezentacji pojedynczych zależności empirycznych, lecz umożliwiają globalne zrozumienie uwarunkowań dobrostanu psychicznego i „poznawczego umiejscowienia" wdzięczności w szerszym kontekście współczesnych teorii psychologicznych. Bez wątpienia, Doktorant wykazał się umiejętnością połączenia odmiennych perspektyw teoretycznych i wyników badań własnych w jednolity model wyjaśniający psychologiczne uwarunkowania dobrostanu psychicznego. W konsekwencji, rozprawa posiada nie tylko walor poznawczy, ale również istotny potencjał inspirujący dla zastosowań praktycznych. Na bazie uzyskanych wyników można bowiem zbudować wartościowy i inspirujący program psychoprofilaktyczny dotyczący zwiększania potencjału psychicznego jednostek oraz podwyższania pozytywnych czynników, szczególnie życiowej satysfakcji i szczęścia.

2. Ocena formalna rozprawy

W przypadku oceny formalnej strony niniejszej rozprawy doktorskiej, składającej się z cyklu artykułów, jest ona raczej niedługa, gdyż obejmuje Wprowadzenie (ss. 3-19) i

Literaturę cytowaną (ss. 20-77).

Uwzględniając wymogi formalne, recenzowaną rozprawę należy ocenić bardzo wysoko. Spełniła ona wszystkie wymagania edytorskie oraz metodologiczne stawiane rozprawom doktorskim, co świadczy o rzetelnym podejściu Doktoranta do pracy naukowej oraz znajomości obowiązujących standardów akademickich. Całość została przygotowana w sposób estetyczny i przejrzysty – układ tekstu, struktura poszczególnych części oraz rozwiązania edytorskie są poprawne i ułatwiają odbiór prezentowanych treści. Na szczególne uznanie zasługuje dojrzały i naukowy styl wypowiedzi, widoczny we Wprowadzeniu. Doktorant sprawnie konstruuje tok wywodu, zachowując spójność argumentacji oraz logiczne następstwo prezentowanych zagadnień. Formułowane zdania są klarowne i trafnie uzasadnione w kontekście złożonych problemów badawczych.

Wymienione walory formalne sprawiają, że rozprawa stanowi spójną i czytelną całość, a opublikowane wcześniej artykuły zostały konstruktywnie połączone w jednolite opracowanie naukowe. Dzięki właściwemu opracowaniu redakcyjnemu oraz przejrzystej metodologii czytelnik może z łatwością śledzić tok rozumowania Doktoranta i właściwie interpretować prezentowane treści.

3. Ocena końcowa

W końcowej ocenie rozprawy doktorskiej mgr JANA RYBAKA pragnę podkreślić, że jest to praca reprezentująca dobry poziom naukowy, świadcząca o dojrzałości badawczej oraz zdolności do samodzielnego prowadzenia projektów naukowych. Dysertacja wyróżnia się oryginalnością podjętej problematyki dobrostanu psychicznego w kontekście wdzięczności, spójnością koncepcyjną oraz umiejętną syntezą uzyskanych danych empirycznych. Przedstawione treści pracy tworzą logiczną i konsekwentnie rozwijaną całość, ukazując szeroką perspektywę badawczą oraz dobrą orientację Doktoranta w literaturze przedmiotu. Od strony merytorycznej, rozprawa dostarcza wartościowego wkładu dla rozwoju psychologii pozytywnej i zdrowia, zwłaszcza w obszarze badań nad znaczeniem zasobów psychicznych dla budowania dobrostanu psychicznego oraz rozwoju człowieka. Na szczególne uznanie zasługuje zbadania roli wdzięczności, co stanowi cenne uzupełnienie dotychczasowych badań prowadzonych w polskim środowisku naukowym. Pewne uwagi sformułowane przeze mnie w recenzji stanowią raczej poznawczy asumpt do dalszych, rzeczowych dyskusji niż bezpodstawną krytykę pracy. Warto także podkreślić znaczenie pracy w wymiarze praktycznym, gdyż uzyskane rezultaty posiadają wyraźny potencjał praktyczny w działaniach

psychoprofilaktycznych i programach wspierania dobrostanu psychicznego. Dzięki temu rozprawa wnosi cenny wkład zarówno do rozwoju wiedzy naukowej, jak i do praktyki psychologicznej.

Na podstawie oceny merytorycznej i formalnej pragnę skonstatować, że recenzowana praca spełnia wymagania stawiane rozprawom doktorskim zgodnie z przepisami *Ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce,* i wnioskuję do Rady ds. Stopni Naukowych Uniwersytetu Ignatianum w Krakowie o dopuszczenie p. mgr JANA RYBAKA do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

Dariusz Krok

Prof. dr hab. Dariusz Krok
Uniwersytet Opolski