prof. . dr hab. Zbigniew Tarkowski
Wyższa Szkoła Biznesu – National Louis University w Nowym Sączu
Wydział Nauk Społecznych i Informatyki

Recenzja rozprawy doktorskiej mgr Jana Rybaka pt :
Psychologiczne uwarunkowania dobrostanu psychicznego ze szczególnym uwzględnieniem wdzięczności

Recenzowanie pracy doktorskiej składającej się z cyklu artykułów tematycznie powiązanych , ale napisanych przez różnych autorów , jest zadaniem trudnym . Oświadczenia współautorów o wkładzie doktoranta nie rozwiewają wszystkich wątpliwości . Ale Ustawa z dnia 20 lipca 2018 roku „Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce" stwarza możliwość obrony tego typu rozpraw doktorski . Przedłożona do recenzji składa się z wprowadzenia opracowanego przez doktoranta , czterech artykułów napisanych przez dwóch autorów , dwóch prac napisanych przez trzech autorów oraz rozdziału w pełni autorskiego. Należy podkreślić , że autorzy omawianego zbioru artykułów powtarzają się w różnych konfiguracjach. Sugeruje to , że stanowią oni zespół naukowy lub grupę badaczy mających podobne zainteresowania naukowe, co podnosi walory recenzowanego dzieła .

W jego tytule występują dwa słowa kluczowe : dobrostan oraz wdzięczność . Doktorant dokładnie wyjaśnia te skomplikowane pojęcia , korzystając z przede wszystkim z wiedzy psychologicznej . A przecież one powstały i były rozwijane wcześniej na gruncie filozofii , teologii i etyki . Czołowi ich przedstawiciele (Seneka , Kant , św . Augustyn i inni) pisali , że wdzięczność jest cnotą nad cnotami , a niewdzięczność jest przejawem niegodziwości budzącej odrazę, co warto przypomnieć . Doktorant lokalizuje badania w nurcie psychologii pozytywnej (jest plusem tej pracy), określającej wdzięczność jako emocję społeczną lub siłę charakteru, pozwalających dostrzec i docenić wsparcie innych ludzi. Składa się ona z czterech składników : 1. zauważanie rzeczy lub spraw , za które powinniśmy być wdzięczni , 2. myślenie o tym , dlaczego je otrzymaliśmy , 3. przeżywanie pozytywnych emocji , 4. okazywanie wdzięczności poprzez działanie . Składniki te są w zróżnicowanym stopniu (najmniejszym składnik czwarty) analizowane w ocenianej rozprawie . Przejdźmy do jej kolejnego słowa kluczowego rozprawy , czyli do dobrostanu . Przypomnijmy , że jego synonimy to szczęście , pomyślność , zadowolenie ,dobrobyt , dobre samopoczucie . Doktorant koncentruje się na dobrostanie psychicznym, który określana jako wysoką satysfakcję z życia . Dostrzega , że ona zależy nie tylko od „ zasobów „ psychicznych jednostki , ale także od czynników zdrowotnych , ekonomicznych i kulturowych . Istotne jest to , że do determinantów dobrostanu psychicznego zalicza wdzięczność, co sprawia , że granice między tymi pojęciami stają się płynne .

Jak pisze doktorant celem projektu badawczego było rozpoznanie i opisanie uwarunkować dobrostanu psychicznego , za szczególnym uwzględnieniem wdzięczności . Nowatorstwo projektu polega na probie integracji rozproszonych badań , dostarczenie danych szczegółowych oraz stworzenie podstawy modelu. Postawiono pięć hipotez zakładających pozytywne powiązanie dobrostanu psychicznego z wdzięcznością duchowością , percepcją sytuacji , poczuciem bezpieczeństwa oraz rezylencją . Dodatkowo założono ,ze wzbudzenie wdzięczności wiąże się dodatnio z emocjami pozytywnymi , zaś poczucie długu z emocjami negatywnymi . W celu weryfikacji owych hipotez zbadano w sumie 705 osób , ale jest to grupa niejednorodna i niespójna . Zastosowano w sumie sześć narzędzi psychometrycznego pomiaru (w różnych zestawieniach) z reguły kwestionariuszowych wypełnianych w wersji papierowej lub on- line. Narzędzia te zostały dobrane poprawnie . Pewne wątpliwości budzi korzystanie z „ Kwestionariusza Wdzięczności G-Q6 „ , który służy do oceny wdzięczności jako cnoty, zaś doktorant koncentruje się na wdzięczności jako emocji . Badania potwierdziły hipotezę główną i hipotezy szczegółowe , ale nie w całości , o czym pisze doktorant w dyskusji.

Wdzięczność okazała się przede wszystkim emocją pozytywną, umiarkowanie związaną z radością . To potwierdza wcześniejsze ustalenia , że wdzięczność jako emocja ma charakter przejściowy , sytuacyjny, okazjonalny . Może ona sprzyjać rozwojowi wdzięczności jako cnoty , ale nie musi. Paradoks wdzięczności polega na tym , że jest najbardziej ceniona , gdy jest dobrowolna i autentyczna. Jej brak w relacjach międzyludzki stanowi bardzo ważny sygnał niedoceniania uzyskanego wsparcia lub obniżania się wartości tych relacji . Okazało się , że dług nie stanowi prostego przeciwieństwa wdzięczności , które są odczuwane podobnie w stosunku do osób najbliższych i dalszych , co wymaga szerszego komentarza. Zdaniem doktoranta wyniki jego (i współpracowników) badań potwierdzają wcześniejsze ustalenia o powiązaniu wdzięczności z dobrostanem . Z takim wnioskiem można polemizować , gdyż doktorant skupił się na emocjonalnym . a nie charakterologicznym lub etycznym aspekcie wdzięczności . Człowiek niecnotliwy ,żyjący w dobrostanie , bywa niewdzięczny , zaś jednostka daleka od dobrostanu , ale moralna jest zdolna do okazywania wdzięczności.

Doktorant podkreśla znaczenie jego badań jako polskiego wkładu w określaniu związku między rezylencją a satysfakcją z życia . Badania te przeprowadzone w okresie pandemii i wojnie na Ukrainie wykazały , że rezylencja jest kluczowym zasobem , leżącym u podstaw dobrostanu . Dla niego mniej istotny jest sam fakt zagrożenia , co mniemanie o nim. Taka interpretacja nawiązuje wprost do psychologii indywidualnej A. Adlera. Mam nadzieję , że doktorant szerzej uzasadni nieoczekiwany wynik , dlaczego tylko u kobiet poczucie długu koreluje z radością.

Można odnieść wrażenie , że doktorant nie docenia swojej indywidualnej pracy pt : „ Poczucie bezpieczeństwa jako warunek dobrostanu – pomiędzy perspektywą ewolucyjną a międzykulturową „ którą umieszczoną na końcu recenzowanego zbioru artykułów . Tymczasem ten bardzo na czasie rozdział książki został napisany w sposób klarowny , dojrzały i syntetyczny . Doktorant dokonał w nim -na podstawie przeglądu badań i modeli teoretycznych - analizy zależności między poczuciem bezpieczeństwa a dobrostanem jednostki z perspektywy psychologii ewolucyjnej i międzykulturowej . Szczególnie interesująca jest ta druga perspektywa mówiąca o uwarunkowaniach kulturowych , które są często przemilczane . To jak definiujemy bezpieczeństwo , dobrostan (a także wdzięczność) zależy od przyjętych w danym społeczeństwie norm , wartości , obyczajów , religii , instytucji . Podział na kultury kolektywistyczne oraz indywidualistyczne wydaje się zbyt schematyczny . Wracając do kluczowych pojęć ocenianej rozprawy można zapytać , jak przedstawiają się relacje między dobrostanem a wdzięcznością w różnych kulturach i podkulturach , na przykład w społeczności akademickiej .

Dojrzałość naukowa doktoranta ujawnia się w opisie ograniczeń badań własnych. Przyznaje on, wykorzystano w nich bazujące na samoopisie skale typu Likerta, które oceniają bardziej stan deklaratywny niż rzeczywisty. Grupę badanych trudno uznać za dobraną losową . Ponadto badania były prowadzone głównie w okresie pandemicznym oraz trwającej wojny na Ukrainie. Wymienione ograniczenia utrudniają uogólnianie wyników badań , ale nie pozbawiają je wartości. Zdaniem doktoranta najbardziej kuszącą perspektywą badawczą jest poprowadzenie dalszych badań podłużnych z czym należy się zgodzić .

Pisząc o implikacjach praktycznych rozprawy doktorant ostrzega przed marketingowym podejście do programów wspierania dobrostanu psychicznego lub rozwijających poczucie wdzięczności . W pracy terapeutycznej proponuje podejście oparte na naukowych dowodach , których sam stara się dostarczyć . Cytowana przez niego literatura liczy 76 pozycji , głównie anglojęzycznych

Reasumując . Przedstawiony w recenzowanej rozprawie doktorskiej cel projektu badawczego został osiągnięty , a uzyskane wyniki badań są interesujące i użyteczne praktycznie. Spełnione zostały wymagania stawiane rozprawom doktorskim zgodnie z art. 187 Ustawy z dnia 20 lipca 2018 roku Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce. Dlatego oceniam przełożoną mi do recenzji rozprawę jednoznacznie pozytywnie i składam wniosek o dalsze jej procedowanie.

Lublin dn. 10 .06 . 2026