



dr hab. Wioletta Radziwiłłowicz, prof. UG

Gdańsk, 28 maja 2021 roku

Instytut Psychologii

Uniwersytet Gdański

Recenzja dorobku naukowego dr Małgorzaty Obary-Gołębiowskiej

z Katedry Psychologii Rozwoju i Edukacji Wydziału Nauk Społecznych
Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie

w związku z ubieganiem się o stopień doktora habilitowanego

Informacje wstępne o Habilitantce i materiale przedłożonym do oceny

Przedstawiona poniżej recenzja została sformułowana na podstawie analizy materiałów przekazanych mi przez Radę Naukową Dyscypliny Psychologia Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu oraz w zgodzie z zasadami postępowania habilitacyjnego, które określono w ustawie z dnia 20 lipca 2018 r. (art. 221 ust. 5 ustawy - Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce, Dz. U. z 2020 r., poz. 85 z późn. zm.). Na materiały składają się: 1) monografia „Nadwaga, otyłość i psychologia. Zastosowanie oddziaływań poznawczo-behawioralnych w pracy z pacjentami z nadmierną masą ciała i zaburzeniami współistniejącymi” (Wyd. Difin, 2020, Warszawa), wskazana przez dr Małgorzatę Obarę-Gołębiowską jako główne osiągnięcie naukowe, 2) kopie 17 artykułów naukowych, w tym dwóch, których jest jedynym autorem, 3) zestawienie publikacji wraz z analizą bibliometryczną, przygotowane przez Bibliotekę Uniwersytecką UWM w Olsztynie, 4) autoreferat Habilitantki, 5) wykaz wystąpień konferencyjnych, informacje o: udziale w komitetach organizacyjnych i naukowych konferencji, uczestnictwie w pracach zespołów badawczych, członkowstwie w towarzystwach naukowych, stażach w instytucjach naukowych, współpracy z otoczeniem społecznym i gospodarczym oraz inne dokumenty, które Habilitantka uznała za istotne. Zestaw dokumentów został przygotowany w uporządkowany sposób.

Pani dr Małgorzata Obara-Gołębiowska jest absolwentką Uniwersytetu Gdańskiego, w którym najpierw, w Wydziale Nauk Społecznych w 2003 roku ukończyła studia psychologiczne, zaś pomyślna realizacja badań nad determinantami zdolności samoregulacyjnych w strategiach odżywiania się osób z otyłością pozwoliła na uzyskanie stopnia doktora nauk humanistycznych w zakresie psychologii w 2010 r. Habilitantka nieustannie dbała i dba o rozwój swoich kompetencji zawodowych, kolejno: jako absolwentka studiów podyplomowych z zakresu psychologii klinicznej w Gdańskim Uniwersytecie Medycznym (2014), certyfikowany psychoterapeuta poznawczo-behawioralny (PTTPB, 2018; Uniwersytet SWPS, Filia w Sopocie), zaś obecnie jest ona uczestniczką studiów podyplomowych z zakresu dietetyki i poradnictwa żywieniowego w Wyższej Szkole Kształcenia Zawodowego. Ponadto Minister Zdrowia uznał (na wniosek dr Małgorzaty Obary-Gołębiowskiej oraz w konsekwencji: na podstawie opinii zespołu ekspertów z 18 listopada 2020 r.) jej dorobek naukowy i zawodowy za równoważny ze zrealizowaniem programu szkolenia specjalizacyjnego w dziedzinie psychologii klinicznej.

Pani dr Małgorzata Obara-Gołębiowska rozwój naukowy i zawodowy związała głównie z Uniwersytetem Warmińsko-Mazurskim (UWM) w Olsztynie, w którym była zatrudniona na stanowisku asystenta począwszy od 2005 roku, zaś po obronie rozprawy doktorskiej – na stanowisku adiunkta w Katedrze Psychologii Rozwoju i Edukacji. Dodatkowo od kwietnia 2020 r. pracuje jako psychoterapeuta w Akademickim Centrum Wsparcia, które świadczy pomoc psychologiczną studentom oraz pracownikom uczelni. Ponadto w latach 2005-2014 pracowała jako psycholog w Oddziale Leczenia Otyłości w Miejskim Szpitalu Zespolonym w Olsztynie.

Analiza bibliometryczna

Dane ilościowe charakteryzujące zasięg oddziaływania publikacji można uznać za wysokie. Suma punktów MNiSW wynosi łącznie 705 punktów, w tym 231 punktów przypada na publikacje, których Habilitantka jest jedynym autorem (tutaj 100 punktów przypada za monografię) oraz 171 punktów za prace, których jest pierwszym autorem. *Impact factor* prac wynosi w sumie 12,47 pkt, przy czym 9,3 pkt to pierwszoautorskie prace oryginalne. Suma punktów MNiSW za autorstwo rozdziałów wynosi 45 punktów. Przy ocenie wpływu dorobku na rozwój nauki *Index Hirscha* wynosi - w zależności od źródła - 3 (*ISI Web of Science*, łącznie 32 cytowania) lub 3 (*SCOPUS*, łącznie 69 cytowań). Jednak powyższe wskaźniki ulegają obniżeniu w sytuacji, kiedy się uwzględni, że analiza bibliometryczna wskazuje, iż 60 punktów (3,154 IF) pochodzi z czterech listów, napisanych do redakcji *Iranian Journal of Public Health*.

Równocześnie należy uszczegółowić, jaka część dorobku stanowi efekt pracy indywidualnej, jaka zaś - pracy zespołowej. I tak, po uzyskaniu stopnia doktora Habilitantka była jedynym autorem monografii oraz trzech rozdziałów (Otyłość jako choroba cywilizacyjna XXI wieku. Zjawisko stygmatyzacji osób z nadmiarem kilogramów, 2013; Walka z otyłością jako problem psychospołeczny XXI wieku. Wpływ implementacji intencji celu na samoregulację odżywiania się, 2013; Objadanie się jako reakcja na nadmierny stres doświadczany przez kobiety będące ofiarami przemocy domowej, 2014) w pracach zbiorowych. Jednakże powyższe rozdziały nie zostały przedłożone do recenzji. Spośród łącznie dwudziestu (poza monografią) prac, których dr Małgorzata Obara-Gołębiowska jest jedynym autorem, do dorobku dołączyła tylko dwa artykuły (Employment discrimination against obese women in obesity clinic's patients perspective, 2016; Quality of life in obesity at perimenopausal age in obese women and women with proper body mass index, 2018). Opublikowane rezultaty badawcze Habilitantka zreferowała podczas 34 naukowych konferencji ogólnopolskich oraz 15 konferencji międzynarodowych.

Ocena osiągnięcia naukowego pt. „Zastosowanie wybranych aspektów oddziaływań poznawczo-behawioralnych w pracy z pacjentami z nadmierną masą ciała i zaburzeniami współistniejącymi”

Zgodnie z danymi zawartymi w autereferacie za główne osiągnięcie naukowe Habilitantka uznała monografię „Nadwaga, otyłość i psychologia. Zastosowanie oddziaływań poznawczo-behawioralnych w pracy z pacjentami z nadmierną masą ciała i zaburzeniami współistniejącymi”, opublikowaną w 2020 r. przez warszawskie Wydawnictwo Naukowe Difin (ISBN: 978-83-8085-263-1).

Habilitantka za swoje największe osiągnięcie naukowe uznała - cytując fragment autoreferatu (str. 2) - „opisanie zastosowania wybranych aspektów oddziaływań poznawczo-behawioralnych w pracy z pacjentami z nadmierną masą ciała i zaburzeniami współistniejącymi”, zaprezentowanego w monografii, a także innych publikacjach, będących efektem „własnej ścieżki badawczej: terapia nadwagi i otyłości – rola pomocy psychologicznej w zespole interdyscyplinarnym oraz zastosowanie psychoterapii poznawczo-behawioralnej w leczeniu nadmiernej masy ciała” (str. 4 autoreferatu). Wykaz tych publikacji (oraz wystąpień konferencyjnych) zamieściła w punktach 7.1 oraz 7.2 autoreferatu (str. 24-41). Są to następujące artykuły oraz rozdziały w monografiach:

- Otyłość jako problem psychospołeczny, 2008, Człowiek, Niepełnosprawność, Społeczeństwo;

- Otyłość jako odmienność somatyczna – problemy psychopedagogiczne i społeczne. W: U. Bartnikowska, C. Kosakowski, A. Krause (2008, red.), Współczesne problemy pedagogiki specjalnej;

- Walka z otyłością jako problem psychospołeczny XXI wieku. Wpływ implementacji intencji, celu na samoregulację odżywiania się. W: K. Ćwirynkało, C. Kosakowski, A. Żywanowska (2013, red.), Kierunki Rozwoju Pedagogiki Specjalnej;

- wraz z H. Brycz: Strategies of return to self-regulation among obese people: Implementation of goal's intention and motivation to weight reduction, 2015, Baltic Journal of Health and Physical Activity; artykuł przedłożony do recenzji;

- wraz z H. Brycz: Effect of the depletion of self-control strength on the self-regulation of the nutritional process in obese individuals, 2017, Baltic Journal of Health and Physical Activity; artykuł przedłożony do recenzji;

- wraz z H. Brycz i J. Szczepanik: Determinants of self-regulation in obesity: formation of implicit food preferences, 2017, Health Psychology Report; artykuł przedłożony do recenzji;

- wraz z H. Brycz, M. Lipowską i M. Lipowskim: The role of motivation to reduce obesity among elderly people: response to priming temptation in obese individuals, 2018, International Journal of Environmental Research and Public Health; artykuł przedłożony do recenzji;

- wraz z K. Przybyłowicz, M. Kuśmierczyk i A. Hinburg: Zaburzenia samoregulacji odżywiania się kobiet otyłych, BMI>30, 2014, Szkice Humanistyczne;

- wraz z K. Przybyłowicz: Charakterystyka psychologicznych aspektów odżywiania się kobiet w wieku prokreacyjnym, 2015, Forum Medycyny Rodzinnej;

- wraz z K. Nowicką-Sauer, M. Pietrzykowską, K. Jarmoszewiczem i J. Siebertem: Percepcja przyczyn nadwagi wśród pacjentów oddziału leczenia otyłości–raport wstępny, 2014, Family Medicine & Primary Care Review; artykuł przedłożony do recenzji;

- wraz z K. Przybyłowicz: Associations between obesity and diet-related compensatory health beliefs, 2015, Iranian Journal of Public Health;

- Analiza poziomu poczucia skuteczności w redukcji nadwagi i otyłości oraz natężenia kompensacyjnych przekonań zdrowotnych dotyczących odżywiania się i regulacji masy ciała pacjentów Oddziału Leczenia Otyłości, 2016, Polski Przegląd Nauk o Zdrowiu;

- wraz z J. Michałek-Kwiecień: Polish adaptation and validation of the Dieting Self_Efficacy Scale, 2018, Health Psychology Report; artykuł przedłożony do recenzji;

- wraz z J. Michałek-Kwiecień: Personality traits, dieting self-efficacy and health behaviors in emerging adult women: implications for health promotion and education, 2020, Health Promotion Perspectives; artykuł przedłożony do recenzji;

- Afirmacja sprawnościowa jako sposób poprawy samooceny osób otyłych, 2013, Niepełnosprawność;
- wraz z K. Przybyłowicz, D. Jesiołowską i L. Antoniakiem: A subjective dissatisfaction with body weight in young women: do eating behaviours play a role? 2014, Roczniki Państwowego Zakładu Higieny;
- Objadanie się jako reakcja na nadmierny stres doświadczany przez kobiety będące ofiarami przemocy domowej. W: E. Gładysz (2014, red.), Młode pokolenie wobec zagrożeń współczesnego świata;
- wraz z K. Przybyłowicz, O. Milewską, A. Chrzęszcz, M. Kuśmierczyk, J. Ciborską: Ocena urozmaicenia spożycia żywności wśród personelu medycznego, 2013, Szkice Humanistyczne; artykuł przedłożony do recenzji;
- wraz z A. Danielewicz, K. Przybyłowicz, K. Boradyn, M. Kuśmierczyk i J. Ciborską: Dietary protein intake and the risk of sarcopenia among perimenopausal Polish women, 2015, Annals of Nutrition and Metabolism;
- wraz z J. Morze, K. Przybyłowicz i A. Danielewicz: Diet in Acne Vulgaris: Open or Solved Problem? 2017, Iranian Journal of Public Health;
- wraz z A. Danielewicz, J. Morze, M. Przybyłowiczem i K. Przybyłowicz: Nutrient patterns and the skeletal muscle mass index among Polish women: a cross-sectional study, 2019, Scientific Reports; artykuł przedłożony do recenzji;
- wraz z K. Przybyłowicz: Cywilizacyjne uwarunkowania otyłości. Porównanie stylu życia osób otyłych i osób z wagą w normie, 2014, Niepełnosprawność. Dyskursy Pedagogiki Specjalnej;
- Karmienie emocjonalne oraz instrumentalne. Rola rodziców w formowaniu prawidłowych nawyków żywieniowych wśród dzieci, 2016, Żywnienie Człowieka i Metabolizm;
- wraz z K. Przybyłowicz, I. Sebastyańską-Targowską, J. Ciborską i M. Kuśmierczyk: Otyłość jako czynnik wpływający na indywidualną ocenę jakości życia człowieka, 2013, Szkice Humanistyczne;
- Quality of life in obesity at perimenopausal age in obese women and women with proper body mass index, 2018, Health Problems of Civilisation; artykuł przedłożony do recenzji;
- Wizerunek ciała w otyłości: wpływ oddziaływań interdyscyplinarnych w zakresie zmiany stylu życia na samoocenę atrakcyjności otyłych kobiet, 2015, Dyskursy Pedagogiki Specjalnej, Niepełnosprawność;

- Peer discrimination of obese children. Research conducted based on a programme for dealing with aggression organized for children attending elementary school, 2016, Nutrition, Obesity & Metabolic Surgery;

- wraz z K. Przybyłowicz, M. Kuśmierczyk i A. Hinburg: Zaburzenia samoregulacji odżywiania się kobiet otyłych, BMI>30., 2016, Szkice Humanistyczne;

- Otyłość jako choroba cywilizacyjna XXI wieku. Zjawisko stygmatyzacji osób z nadmiarem kilogramów. W: E. Wesołowska (red.), Psychologia na uniwersytecie i w praktyce;

- wraz z K. Przybyłowicz: Employment discrimination against obese women in Poland focus study involving patients of an obesity management clinic, 2014, Iranian Journal of Public Health;

- Employment discrimination against obese women in obesity clinic's patient's perspective, 2016, Roczniki Państwowego Zakładu Higieny; artykuł przedłożony do recenzji;

- wraz z J. Michałek-Kwiecień: Polish adaptation and validation of the anti-fat attitudes scale – AFAS, 2018, Baltic Journal of Health and Physical Activity; artykuł przedłożony do recenzji;

- Attempt to counteract stigmatization of obese persons. Effect of psychoeducation on the level of bias against obese persons, 2016, Nutrition, Obesity & Metabolic Surgery;

- wraz z M. Pietrzykowską, K. Nowicką-Sauer, T. Cwalińskim, A. Kosińską, W. Krzezińskim i J. Siebertem: Występowanie zaburzeń psychicznych wśród osób z otyłością, 2014, Family Medicine & Primary Care Review; artykuł przedłożony do recenzji;

- wraz z M. Pietrzykowską, A. Moliszem i K. Nowicką-Sauer: Poziom lęku i depresji wśród pacjentów oddziału leczenia otyłości, 2017, Polski Przegląd Nauk o Zdrowiu; artykuł przedłożony do recenzji;

- Co-occurrence of depression, anxiety disorders, and obesity. Comparison of overweight and obese patients with patients with correct body weight in terms of expansion of depression-anxiety symptoms, 2017, Nutrition, Obesity & Metabolic Surgery;

- wraz z K. Przybyłowicz, K. Boradyn i J. Morze: Quality of life in obesity. Do depression-anxiety symptoms are present among overweight and obese patients more often than among patients with proper body weight? 2017, Annals of Nutrition and Metabolism;

- wraz z A. Hinburg, K. Przybyłowicz, M. Kuśmierczyk i J. Ciborską: Ocena efektów edukacji żywieniowej w grupie populacji kobiet z nadmierną masą ciała w odniesieniu do wybranych parametrów antropometrycznych i biochemicznych, 2014, Szkice Humanistyczne; artykuł przedłożony do recenzji;

- Wizerunek ciała w otyłości: wpływ oddziaływań interdyscyplinarnych w zakresie zmiany stylu życia na samoocenę atrakcyjności otyłych kobiet, 2015, Dyskursy Pedagogiki Specjalnej. Niepełnosprawność;

- wraz z D. Salwach-Kuberską: Impact of interdisciplinary interventions on the quality of life of obese people, 2017, Journal of Education, Health and Sport;

- wraz z K. Przybyłowicz, A. Danielewicz i J. Morze: Changes in the quality of life and BMI of overweight women after interdisciplinary interventions in weight reduction, 2019, Iranian Journal of Public Health;

- Ocena wpływu uczestnictwa w interdyscyplinarnym programie utraty masy ciała na poziom poczucia skuteczności w redukcji nadwagi pacjentów z BMI ≥ 25 ., 2018, Żywnienie Człowieka i Metabolizm;

- Application of Cognitive-Behavioural Techniques on Changes in the Scope of Dieting Self-efficacy Level among Obese People, 2017, Iranian Journal of Public Health.

Podsumowując powyższe zestawienie można stwierdzić, że Habilitantka przedłożyła do recenzji 15 spośród wymienionych powyżej 43 prac. Jednakże ze względu na to, że badania zaprezentowane w jej monografii są „konsekwencją i zarazem podsumowaniem aktywności badawczej oraz terapeutycznej do tej pory prowadzonych” (str. 5 autoreferatu), właśnie monografia wymaga szczególnie wnikliwej oceny.

Ocena monografii

Zacznę od przedstawienia oceny merytorycznej monografii. Przede wszystkim na wielkie uznanie zasługuje konsekwentne i systematyczne podejmowanie problematyki badawczej, mającej nieprzecenione znaczenie psychologiczne, medyczne i społeczne oraz łączenie zainteresowań naukowych z oddziaływaniami terapeutycznymi wobec osób z ponadnormatywną masą ciała. Lekarze oraz psychologowie pracujący na co dzień z tą grupą osób mają świadomość, że jest wśród nich jest duży odsetek bardzo „trudnych” pacjentów, tym bardziej należy docenić zaangażowanie Habilitantki.

Mocną stroną monografii jest wskazanie przez Habilitantkę implikacji praktycznych, np. potrzeba wsparcia psychopedagogicznego dzieci z ponadnormatywną masą ciała (str. 70), które charakteryzują się zwiększonym ryzykiem podejmowania prób samobójczych oraz znaczenie dietoterapii i aktywności fizycznej jako podstawowych strategii stosowanych w celu redukcji masy ciała (podrozdział 3.1., str. 83-90).

Jednak już tytuł monografii oraz jego rozwinięcie mogą budzić wątpliwości ze względu na pomieszanie płaszczyzn myślenia. Rozumiem oczywiście prawdopodobną „marketingową” intencję jego powstania, jednak równie dobrze zamiast terminu „i psychologia” mogłaby się w tytule znaleźć biochemia, pedagogika, psychoterapia, dietetyka itp. Inna wątpliwość, związana z utożsamianiem odmiennych pojęć nasuwa się podczas lektury spisu treści monografii, w którym paragraf „2.6. Fizyczne, ekonomiczne oraz psychospołeczne konsekwencje (podkreśl. moje) nadwagi i otyłości” znajduje się na końcu rozdziału „2: Uwarunkowania (podkreśl. moje) nadwagi i otyłości”. Jest oczywiste, że konsekwencje powinny stanowić odrębny rozdział.

Zlewanie się różnych płaszczyzn rozumowania uwidacznia się również we współwystępowaniu języka zmiennych psychologicznych z „technicznym” językiem analiz statystycznych, np.: (str. 46 monografii): „stwierdzono dodatnie korelacje między ogólnym wskaźnikiem intensywności zachowań zdrowotnych i jego poszczególnymi wymiarami a poczuciem własnej skuteczności w przestrzeganiu diety wraz z podskalami”; (str. 52): „Analiza wyników kwestionariusza w tej grupie badawczej (podkreśl. moje; to określenie występuje również bardzo często w empirycznej części monografii) wykazała niższe natężenie nieprawidłowych zachowań żywieniowych niż w grupie poprzedniej. Wszystkie wymiary kwestionariusza, tj. nawykowe i emocjonalne przejadanie się oraz restrykcje dietetyczne, były na poziomie umiarkowanym. (...) Kobiety z nadwagą i otyłością otrzymały wynik na pograniczu wysokiego i umiarkowanego w zakresie przejadania się emocjonalnego”; (str. 246): „Wpływ schematów Younga na wynik ogólny zachowań związanych z jedzeniem.

Habilitantka niestety powieliła w monografii szereg błędów, które charakteryzuje opublikowany wcześniej, pozostały dorobek. Mam na myśli sformułowania: poziom lęku, depresji (raczej powinno być sformułowanie: subiektywne / obiektywne nasilenie objawów lęku, depresji), poziom impulsywności, poziom sumienności, poziom samoakceptacji, poziom izolacji społecznej, poziom uprzedzeń wobec osób otyłych, a także będące zapewne dosłownym, choć dość rażącym tłumaczeniem z jęz. angielskiego (np. str. 69 – „dzieci kalekie oraz ze zdeformowaną twarzą, piąte zdjęcie ukazywało dziecko z nadmierną masą ciała, a na szóstym było dziecko szczupłe i bez jakichkolwiek form kalectwa”).

Habilitantka wielokrotnie posługuje się opisem analiz statystycznych, np. „uśrednionych wyników w podskalach” [np. str. 47 – „uśrednione wyniki w zakresie poszczególnych podskali kwestionariusza TFEQ-18 były na poziomie umiarkowanym”; „część osób, która uzyskała wysokie wyniki w zakresie TFEQ-18 oraz niskie w DIET-SE”, „Dodatkowo analiza korelacji pomiędzy kwestionariuszami (podkreśl. moje) TFEQ oraz DIET-SE wykazała, że wysokie nasilenie jedzenia pod wpływem emocji (TFWQ-E) oraz braku kontroli nad jedzeniem (TFEQ-U) są istotnie związane z niskim poczuciem skuteczności w przestrzeganiu diety (DIET-SE)”; str. 65 – „W przypadku BMI w granicach normy jakość życia przyjmuje wartość optymalną”; str. 52 – „kobiety z nadwagą i otyłością otrzymały wynik na pograniczu wysokiego i umiarkowanego w zakresie przejadania się emocjonalnego; str. 66 – „Analiza otrzymanych wyników wykazała istotnie niższą jakość życia we wszystkich wymiarach kwestionariusz wśród kobiet otyłych...”], niestety nie przykładając należytej uwagi do operowania we właściwy sposób specjalistycznym, klinicznym językiem, co przyczyniłoby się do próby bardziej klarownego wyjaśnienia zakładanych uwarunkowań, mechanizmów czy funkcji psychologicznych.

Oprócz powyższych błędów w tekście występują tzw. skróty myślowe, wyrażone w nieprecyzyjnych sformułowaniach, np.: (str. 92) „niestabilne zaburzenia psychiczne (ciężka depresja, zaburzenia osobowości)”, „modalności” psychoterapii, (str. 99) „parametry psychologiczne”, „powód przyjścia” (tj. zgłoszenia się po pomoc psychologiczną, str. 163, 184, 209).

Czasami zdarza się Habilitantce mylenie przyczyn z konsekwencjami, np. cytując wyniki badań innych autorów pisze ona (str. 44 monografii): „(...) ekstrawersja jest czynnikiem ochronnym zdrowia (Magee, Heaven, 2011; Turiano, Pitzer, Armour, 2012). Jednak wiąże się ona zarówno z prewencyjnymi, jak i ryzykownymi zachowaniami zdrowotnymi (Allsopp, 1986; Benjamin, Wulfert, 2005; Magee, Heaven, 2011; Martsh, Miller, 1997; Turiano i in., 2012). Jej wysoki poziom, zwłaszcza w zakresie towarzyskości, sprzyja spożywaniu posiłków oraz alkoholu podczas spotkań w gronie osób znajomych. Z tego powodu (podkreśl. moje) ekstrawersja jest znacznie podwyższona u osób otyłych w porównaniu z osobami z prawidłową masą ciała”. Podobnie należałoby przyjąć odwrotny kierunek wnioskowania, kiedy Habilitantka opisuje wyniki badań własnych (str. 79): „Wyniki wskazywały na znaczący wpływ stopnia uprzedzeń wobec osób otyłych na poziom empatii. Porównania post hoc Tukeya dowiodły, że wszystkie grupy statystycznie istotnie różniły się od siebie. Uczestnicy z najwyższymi wynikami w trzech wymiarach empatii cechowali się najniższymi postawami związanymi z uprzedzeniami wobec osób otyłych w porównaniu z osobami z wyższymi wskaźnikami w skali AFAS”.

Również pod względem formalnym oraz edytorskim monografia budzi wiele zastrzeżeń. Recepcja tekstu jest bardzo trudna ze względu na bardzo częste rozpoczynanie zdań od nazwisk badaczy, wprowadzanie „wyliczanki” nazwisk autorów i wyników ich badań, zamiast metodycznej koncentracji się na opisywanych zjawiskach. Taki styl pisania gubił płynny tok myślenia i wypowiedzi i odsuwał uwagę od głównego wątku. Podobny efekt miało dość częste wtrącanie informacji związanych z procedurą własnych badań (np. że wszystkie badane osoby udzieliły odpowiedzi na pytania) do rozważań nad uwarunkowaniami nadwagi i otyłości. Szczegółowy opis jednego z badań własnych, dotyczącego skuteczności implementacji intencji w realizacji zadań, nie był celowy (jest to badanie studentek nad sposobem, w jaki zamierzają zdobywać materiały niezbędne do napisania referatu na zaliczenie przedmiotu, str. 98-99). Natomiast czasami brakowało klarownego uporządkowania wielu danych za pomocą schematu / rysunku lub tabeli, np. można byłoby przyporządkować trudności w domenach funkcjonowania emocjonalno – społecznego wyróżnionych w teorii schematów Younga do poszczególnych objawów zaburzeń odżywiania się (str. 114-120).

Ponadto w całej monografii wiele wątków, które stanowią logiczną i odrębną całość, nie zostało od siebie oddzielonych. Większość akapitów liczy kilkadziesiąt wierszy, blisko siedmiostronicowa dyskusja wyników badań własnych jest złożona z siedmiu akapitów (str. 155-161), zaś najbardziej obszerny akapit składa się ze 120 wierszy (str. 193-197). Taka struktura tekstu znacząco utrudnia jego recepcję.

Podsumowując teoretyczną część monografii stwierdzam, że Habilitantka zawarła w niej wiele danych dotyczących biopsychospołecznego rozumienia zdrowia, choroby, funkcjonowania osób z nadwagą i otyłością oraz ich leczenia, jednak tekst zawiera wiele powyżej opisanych usterek. Szczególnie badania własne zostały opisane w taki sposób, że można odnieść wrażenie, że są to rozbudowane abstrakty artykułów. Wymienione powyżej różnorodne mankamenty wynikają z możliwego pośpiechu w redagowaniu tekstu, zbyt małej ilości czasu na rzetelne uporządkowanie wiedzy i pogłębioną refleksję oraz czasami niezbyt sprawnego i komunikatywnego posługiwania się językiem.

Przejdę do oceny empirycznej części monografii. Jej mocną stroną jest zamysł prezentacji badań dotąd nie opublikowanych przez Autorkę oraz bazowanie na osobistych, zawodowych doświadczeniach psychoterapeuty poznawczo-behawioralnego pracującego w szpitalnym oddziale leczenia nadwagi i otyłości. Jednakże ze względu na to, że tematyka badawcza nawiązywała do dotychczasowych prac własnych z zakresu terapii nadwagi i otyłości, wiele uwag przedstawionych powyżej odnosi się również do empirycznej części monografii.

W pierwszym opisywanym badaniu, które Habilitantka uznaje za quasi-eksperyment (trudno do końca się tym zgodzić, że zostały spełnione wszystkie warunki), zbadała ona dwukrotnie ogółem imponującą grupę, liczącą 850 osób w ciągu wieloletniej pracy terapeutycznej w szpitalnym oddziale leczenia nadwagi i otyłości, natomiast czterokrotne badanie dotyczyło tylko 45 osób, wyodrębnionych z pierwotnej grupy. Nie podaje ona wyjaśnienia, dlaczego jedynie 5,3% osób uczestniczyło w „rozszerzonej” (str. 129) czy „głównej” (str. 128) części badania”.

Generalnie, opis grupy jest niepełny. U wszystkich uczestników badania (jednak nie wiadomo, u ilu konkretnie) występowało jedno lub więcej powikłań nadmiernej masy ciała, np. cukrzyca typu 2, zaburzenia lipidowe, nadciśnienie tętnicze zespół policystycznych jajników i wiele innych. Ponadto u 25% badanych wystąpiły inne zaburzenia odżywiania się, np. przejadanie się związane z czynnikami psychologicznymi, atypowa żarłoczność psychiczna, nieokreślone zaburzenia odżywiania się. Zaburzenia te (oprócz nieprawidłowych zachowań zdrowotnych związanych z dietą oraz zbyt małą aktywnością fizyczną) przyczyniły się do powstania nadmiernej masy ciała. Cała „wyjściowa” grupa badanych jest zatem bardzo zróżnicowana pod względem klinicznym. Stąd nasuwają się pytania, czy analiza statystyczna nie powinna uwzględniać odrębności podgrupy ze współwystępującymi zaburzeniami odżywiania się oraz czy wnioski płynące z analiz wyników są uprawomocnione. Ta kwestia staje się jeszcze bardziej problematyczna, jeśli uwzględni się fakt, że u 45 pacjentek, które uczestniczyły w każdym badaniu, nie współwystępowały zaburzenia odżywiania się.

Nie wiadomo również, jakie były zasady doboru pacjentów do podgrup, którzy przez trzy miesiące po zakończeniu dwutygodniowego programu utraty masy ciała korzystali z obowiązkowych konsultacji psychologicznych: w gabinecie terapeutycznym vs za pośrednictwem internetu vs rozmowy telefonicznej. Ponadto pytania oraz hipotezy badawcze (str. 125-127) zostały sformułowane w dość arbitralny sposób. Habilitantka nie podaje przesłanek, na podstawie których można przypuszczać, że np. streszczając hipotezę 4: „wskaźniki jakości życia uogólnionego poczucia skuteczności, samooceny, zadowolenia z poszczególnych części i parametrów ciała w pomiarze trzecim będą utrzymywały się przynajmniej na poziomie osiągniętym w pomiarze drugim”. Zostały one również powtórzone w omówieniu wyników badań własnych: „zmiennie psychologiczne będą utrzymywały się przynajmniej na poziomie osiągniętym w pomiarze drugim, czyli po zakończeniu turnusu odchudzającego” (str. 157).

Ponadto analizy statystyczne są bardzo proste, obejmują one tylko różnice w zakresie badanych zmiennych (BMI, jakość życia, samoocenę, uogólnione poczucie własnej

skuteczności oraz „poziom” zadowolenia z poszczególnych części ciała) pomiędzy kolejnymi pomiarami. W ich opisie Habilitanka znowu posługuje się sformułowaniami typu: „wyniki skali”, nie wprowadzając języka zmiennych. W tym badaniu zabrakło chociażby analiz korelacyjnych, dlatego tym bardziej nieuprawnione jest twierdzenie, że „celem pracy było przedstawienie wpływu (podkreśl. moje) zastosowanych strategii zmiany na indeks masy ciała, a także zmienne psychologiczne” (str. 155). By dowieść, że badana grupa jest heterogeniczna, można byłoby przeprowadzić analizę skupień. Tymczasem analizy przeprowadzone przez Habilitantkę mają charakter deskryptywny, nie pełnią one eksplanacyjnej funkcji nauki i nie stanowią podstawy wnioskowania o wpływie zmiennych niezależnych na zmienne zależne. Omawiany podrozdział kończy tabela 36 (str. 154-155), która zawiera szereg interesujących danych, pochodzących z wywiadów z pacjentkami, a które dotyczą ich wiedzy na temat czynników wspomagających oraz utrudniających wprowadzanie prawidłowych nawyków żywieniowych i aktywności fizycznej w trakcie turnusu odchudzającego i po jego zakończeniu. Jednakże brakuje w niej nawet najprostszych danych (N, %) oraz krótkiego omówienia.

Omówienie wyników badań własnych zostało napisane z różnorodną dynamiką, często w sprawozdawczy sposób. Autorka powtarza w nim wyniki uzyskanych badań, odwołuje się do wyników uzyskanych przez innych autorów, przy czym formułuje zbyt odważną w kontekście wielu powyżej wymienionych ograniczeń metodologicznych myśli, że oceniała trwałość utrzymywania się pożądaných zmian (str. 156).

Druga część empirycznej części monografii to opis trzech studiów przypadków. Habilitanka deklaruje, że jednym z jej celów jest opis, w jaki sposób współistniejące zaburzenia u osób badanych przenikały się i jak to wpływało na ich masę ciała. U pierwszej opisaney pacjentki z nadwagą rozpoznano zespół lęku napadowego współwystępujący z hipochondrią, przejadaniem się pod wpływem innych czynników psychologicznych oraz cechami osobowości zależnej. Druga osoba, również z nadwagą, spełniała kryteria diagnostyczne epizodu depresyjnego umiarkowanego, atypowej żarłoczności psychicznej oraz wykazywała cechy zaburzeń osobowości unikającej. Natomiast u trzeciej pacjentki stwierdzono otyłość współwystępującą z uogólnioną fobią społeczną, dystymią, przejadaniem się związanym z innymi czynnikami psychologicznymi oraz zaburzeniem osobowości unikającej. Trwałość efektów terapii mierzono, podobnie jak w poprzednim ocenianym badaniu, od razu po ukończeniu programu terapeutycznego oraz po 3 i 6 miesiącach od jego zakończenia.

Niewątpliwie zaprezentowane historie życia badanych osób wraz z uporządkowanym opisem, poczynszy od pierwszego etapu terapii, zgłaszanych trudności,

po diagnozę i konceptualizację, szczegółowy opis sesji terapeutycznych, mechanizmów zmiany itp. wnoszą do monografii wiele barw życia. Ta część pracy, mimo że z konieczności napisana według dość sztywnego schematu powszechnie stosowanego w paradygmacie terapii poznawczo-behawioralnej, ukazała Habilitantkę jako kompetentnego, zaangażowanego praktyka. Jedynie więcej uwagi można byłoby poświęcić znaczeniu różnorodnych doświadczanych traumatycznych wydarzeń życiowych (szczególnie tych, których znaczenia nie rozumieją dzieci, a które powinny być im „wy tłumaczone”, nazwane, zinterpretowane przez kompetentnego dorosłego; por. opis trzeciej badanej osoby). Jest to bardzo istotne dla zrozumienia patogenezy objawów psychopatologicznych oraz kształtowania się ruminacyjnego stylu myślenia (por. opis drugiej badanej osoby), jakże powszechnego w grupach klinicznych, które szczególnie interesują dr Małgorzatę Obarę-Gołębiowską. Tym bardziej można żałować, że nie wprowadziła ona do tej części pracy własnej idei, że koncepcję dezadaptacyjnych wczesnodziecięcych schematów Younga warto wykorzystać w celu lepszego zrozumienia problemów pacjenta, zwłaszcza na etapie konceptualizacji (str. 282).

Habilitantka nie wyjaśnia, sygnalizując implikacje kliniczne własnych badań, w jaki sposób jej wnioski „mogą być z powodzeniem zastosowane w programach profilaktyki zaburzeń odżywiania i ponadnormatywnej masy ciała w kontekście niezaspokojenia wczesnodziecięcych potrzeb człowieka. Warto, aby tego typu programy były skierowane do ogółu populacji, a w szczególności do osób w wieku prokreacyjnym, przyszłych oraz obecnych rodziców” (str. 275). Można w tym miejscu zadać pytanie, czy w celu zwiększenia dobrostanu nie należy pracować w ten sposób również z osobami, które mają autonomicznie, samodzielnie funkcjonujące dzieci? Wydaje się, że kluczowe jest przecież uznanie swej przeszłości, opracowanie jej i poradzenie sobie z dziedzictwem historyczno – psychologicznym. W innym przypadku programy profilaktyczne bazujące na teorii Younga mogą nie działać. Habilitantka przecież sama podaje przykłady traumatycznych wydarzeń (np. nieopracowana żałoba, przekaz przemocy), których doświadczają osoby z zaburzeniami odżywiania się ze współwystępującymi zaburzeniami psychicznymi.

Można również polemizować (nie jest to uwaga krytyczna) z tezą Habilitantki, że terapię poznawczo - behawioralną uznaje się za leczenie „pierwszego rzutu” wśród podejść psychologicznych, zwłaszcza w perspektywie długoterminowej. Otóż już w pierwszej połowie minionego stulecia uznawano, że wszystkie terapie psychologiczne prawdopodobnie cechują się podobną skutecznością [S. Rosenzweig, 1936, Some implicit common factors in diverse methods of psychotherapy, *American Journal of Orthopsychiatry*, 6(3), 412-415]. Wówczas większość podejść terapeutycznych można

było ogólnie zakwalifikować jako „psychodynamiczne” lub „behawioralne”. Zacytowany klinicysta zilustrował swój wniosek nawiązaniem do fabuły *Alicji w krainie czarów* (Carroll, 1997). Otóż w trakcie swych przygód Alicja trafia na wyścig Kumotrów, polegający na bieganiu w kółko bez żadnych reguł. Wyścig trwa pół godziny, po czym ptak Dodo oznajmia, że każdy wygrywa, więc każdy powinien dostać nagrodę. Pojęcie „werdykt ptaka Dodo” znalazło zastosowanie w odniesieniu do stanowiska, zgodnie z którym wszystkie terapie psychologiczne są sobie równe pod względem skuteczności.

Każda terapia psychologiczna przypisuje bardzo wyraźnie określone role „uzdrowicielowi” i jego pacjentowi. „Uzdrowiciel” proponuje pacjentowi przekonujące teoretyczne uzasadnienie dla jego cierpienia oraz zaleca określone rytuały terapeutyczne. Ich kontakt zazwyczaj zachodzi w kontekście gabinetu (kojarzącego się z łagodzeniem niepokoju) oraz pomocnej, wspierającej relacji terapeutycznej. Można zatem uznać, że większość porównań między poszczególnymi paradygmatami psychoterapii prowadzi do „remisu”, również ze względu na tzw. czynniki wspólne dla wszystkich szkół psychoterapii. Jednak niewątpliwie powtarzany przez Habilitantkę pomiar zmian poznawczych, emocjonalnych oraz behawioralnych u zbadanych pacjentek był dowodem skuteczności zastosowanych strategii. Dzięki obniżeniu nasilenia i częstotliwości występowania objawów psychopatologicznych poprawiło się ich funkcjonowanie psychospołeczne, skutecznie obniżyły one masę ciała oraz zmieniły nawyki żywieniowe. Można przyjąć, że zastosowanie psychoterapii poznawczo - behawioralnej opierającej się na konceptualizacji przypadku pacjenta oraz na empiryzmie opartym o współpracę z pacjentem jest skuteczną formą leczenia nadmiernej masy ciała oraz towarzyszących jej objawów zaburzeń psychicznych.

Celem trzeciej, ostatniej części monografii było opracowanie modelu predykcyjnego nadmiernej masy ciała. Podłożem teoretycznym była koncepcja schematów Younga, która należy do tzw. trzeciej fali psychoterapii poznawczo - behawioralnej, przy czym jednocześnie jest ona współcześnie najbardziej eklektycznym paradygmatem psychoterapeutycznym. Częściowo drugie pytanie badawcze (W jaki sposób schematy oraz domeny schematów wpływają na BMI kobiet z nadmierną masą ciała?) zawiera się w pierwszym pytaniu badawczym (W jaki sposób schematy oraz domeny schematów wpływają na zachowania związane z jedzeniem w zakresie nawykowego przejadania się, emocjonalnego przejadania się oraz restrykcji dietetycznych wśród kobiet z nadmierną masą ciała?). Ponadto czy zbyt odważne sformułowanie o „wpływie” nie powinno być zastąpione „współwystępowaniem” czy powiązaniem” badanych zmiennych?

Również w omawianym badaniu zabrakło pełnej charakterystyki badanej grupy

klinicznej (tzn. ile kobiet miało nadwagę, ile było z otyłością (udział obydwu podgrup w badaniu wynika choćby z danych zawartych w tab. 43; str. 243-244), ile spośród nich cierpiało z powodu współwystępujących chorób somatycznych, współwystępujących zaburzeń odżywiania się oraz depresji). Brakuje również opisu badanych kobiet z grupy kontrolnej i procesu ich rekrutacji do badań.

Brakuje także opisu danych, które znajdują się w tab. 43 (str. 243-246), a wystarczyłoby choćby wymienić zmienne, które dominują w obrazie funkcjonowania grupy. Wydaje się również, że wyniki przedstawione w tab. 51 (str. 261-262) zostały nieprawidłowo odczytane, tzn. w rzeczywistości najsilniejszy efekt dotyczy ukierunkowania na innych oraz ograniczonej autonomii i niskich umiejętności. Ponadto interesujący, ale niezinterpretowany wynik dotyczył braku różnic międzygrupowych w obszarze schematu samopoświęcania się. Ogólnie, uzyskany w wyniku analiz model wskazał na umiarkowane dopasowanie, natomiast wariancja BMI jest słaba (4%). Wnioskowanie o „wpływie” dezadaptacyjnych wczesnodziecięcych schematów na wszystkie badane zmienne psychologiczne nie powinno być zatem aż tak kategoryczne. Z tego względu Habilitantka powinna rozwinąć refleksję nad możliwymi innymi, silniejszymi predyktorami nadwagi i otyłości.

Podsumowując, mocną stroną trzeciego badania są zaawansowane analizy statystyczne (równania strukturalne SEM), natomiast opis wyników jest bardzo schematyczny, podobnie jak wyliczanie zmiennych, które różniły kobiety z normową od kobiet z ponadnormatywną masą ciała. By dodać trochę dynamiki do opisu, można byłoby choćby wymieniać je począwszy od największej siły efektu, a nie według kolejności w tabeli. Ponadto omówienie wyników badań własnych zawiera wiele powtórzeń wyników. Byłoby ono o wiele bardziej pogłębione, gdyby Habilitantka podzieliła się własną refleksją na temat terapii schematów i jej praktycznym wykorzystaniem (np. korzystając bardziej twórczo z cytowanej monografii „Terapia schematów. Przewodnik praktyka”, J.E. Young, J.S. Klosko, M.E. Weishaar, 2019, GWP).

Reasumując całą empiryczną część monografii, nie zaskakuje możliwe bardzo ogólne podsumowanie wszystkich wyników, że osoby w normowadze są zdrowsze fizycznie i psychicznie od osób z nadwagą i otyłością. Rezultaty badawcze Autorki są niewątpliwie znaczące dla praktyki psychologicznej, choć brakuje jej często ostrożności w formułowaniu wniosków. Koncepcja dwóch badań grupowych nie jest nowatorska, a badane zmienne są mocno „wyeksploatowane” w badaniach klinicznych. Generalnie Habilitantka nie potrafiła wykorzystać i wydobyć potencjału tkwiącego we wszystkich badaniach własnych. Otóż w pracy brakuje pogłębionych analiz (w badaniu pierwszym), a jeśli są one

wielostronne, wówczas brakuje spodziewanej głębi myślenia klinicznego (w opisie trzeciego badania). Również w bardzo interesujących opisach przypadków (w badaniu drugim) Habilitantka nie potrafiła w pełni skorzystać z eklektycznej teorii schematów. Z powyższych względów nie można uznać, że monografia Habilitantki przyczynia się do rozwoju teorii psychologicznej.

Ocena innych osiągnięć naukowych, związanych z głównym osiągnięciem

Habilitantka ze względu na interdyscyplinarny charakter wielu badań projekty badawcze realizuje we współpracy między innymi ze specjalistami z zakresu medycyny (np. projekt badawczy pt. Percepcja choroby i jej korelaty w wybranych chorobach przewlekłych [NKBBN/536/2015] pod kierownictwem dr hab. Katarzyny Nowickiej-Sauer z Zakładu Medycyny Rodzinnej Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego), żywienia człowieka (np. projekt badawczy pt. Żywieniowe oraz poza żywieniowe uwarunkowania stanu odżywienia w relacji do chorób dietozależnych w różnych grupach populacji polskiej - pod kierownictwem dr hab. Katarzyny Przybyłowicz, prof. UWM z Katedry Żywienia Człowieka Wydziału Nauk o Żywności; projekt badawczy dotyczący dietoterapii oraz funkcjonowania psychofizycznego dzieci z przewlekłymi bólami brzucha, wraz z dr hab. Elżbietą Jarocką-Cyrta, prof. UWM z Katedry Pediatrii Klinicznej UWM Olsztyn oraz Kliniki Pediatrii, Gastroenterologii i Żywienia Wojewódzkiego Szpitala Dziecięcego w Olsztynie) oraz kultury fizycznej (np. badania dotyczące strategii samoregulacyjnych osób otyłych, wraz z dr hab. Mariuszem Lipowskim, prof. AWFIS z Zakładu Psychologii Zdrowia Akademii Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku).

Habilitantka uzyskała grant naukowy dla młodych pracowników nauki: Jakość życia i stan zdrowia osób otyłych, UWM, natoamiast we współpracy z Uniwersytetem Humanistycznospołecznym w Warszawie pełniła funkcję wykonawcy - terapeuty w projekcie E-COMPARED: Europejskie badania porównawcze nad efektywnością interwencji internetowej terapii poznawczo-behawioralnej dla osób z depresją. Obecnie kieruje grantem Miniatura 3, przyznany mi przez Narodowe Centrum Nauki: Masa ciała jako wypadkowa uwarunkowań psychologicznych, genetycznych oraz stylu życia. Ten projekt odbywa się we współpracy z Katedrą Żywienia Człowieka UWM. Jednocześnie Habilitantka jest wykonawcą w projekcie NCBR (lata 2020-2024) Żagiel Możliwości - model dostępności UWM w Olsztynie w Centrum Innowacji i Transferu Technologii Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie. Celem projektu jest udzielanie pomocy terapeutycznej studentom z niepełnosprawnościami, ADHD, Zespołem Aspergera oraz

innymi problemami natury psychospołecznej.

Efektom przeprowadzonych badań, które były zrealizowane nie tylko dzięki grantom, jest dorobek publikacyjny, który stanowi spójną całość z głównym osiągnięciem naukowym. Ze względu na to, że wiele uwag polemicznych czy krytycznych przedstawiłam w ocenie monografii, a dotyczą one również artykułów, przedstawię te komentarze, które będą najbardziej istotne dla ogólnej oceny tej składowej dorobku. Logiczne, spójne z tytułami podrozdziałów monografii Habilitantki może być wyróżnienie następujących głównych obszarów badawczych w jej dorobku:

1. Psychologiczne czynniki etiologiczne w nadwadze i otyłości.

Jest to obszar badawczy dość szczegółowo opisany w teoretycznej części monografii (str. 43-61) oraz w artykułach:

a) badania empiryczne nad strategiami samoregulacyjnymi osób z nadmierną masą ciała, opublikowane w czterech pracach: - wraz z H. Brycz: Strategies of return to self-regulation among obese people: Implementation of goal's intention and motivation to weight reduction, *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 2015; - jej kontynuacja, z badaniami przeprowadzonymi w tej samej grupie, wraz z H. Brycz: Effect of the depletion of self-control strength on the self-regulation of the nutritional process in obese individuals, *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 2017; - wraz z H. Brycz i J. Szczepanik: „Determinants of self-regulation in obesity: formation of implicit food preferences”, *Health Psychology Report*, 2017 (artykuł powstał w ramach współpracy zagranicznej: J. Szczepanik pracuje w Experimental Therapeutics and Pathophysiology Branch, National Institute of Mental Health, USA); - wraz z H. Brycz, M. Lipowską i M. Lipowskim: “The role of motivation to reduce obesity among elderly people: response to priming temptation in obese individuals”, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2018.

Powyższe badania były prowadzone w obszarze wspólnym dla społecznej psychologii poznawczej, psychologii klinicznej i psychologii zdrowia. Wszystkie zawierały rzetelnie przeprowadzoną analizę wariancji oraz refleksyjne omówienie wyników badań własnych. Autorzy artykułów są świadomi ograniczeń własnych badań, tj. deklaracyjnego charakteru motywacji do przestrzegania diety, a także że procedura primingu to słaba manipulacja eksperymentalna, gdyż może wywołać inne efekty niż zakładane przez badaczy. Ponadto uzyskane wyniki mogą być zniekształcone np. przez współwystępowanie objawów depresji i lęku.

b) badania nad poczuciem skuteczności w przestrzeganiu diety, opublikowane wraz z J. Michałek-Kwiecień w dwóch artykułach. Pierwszy z nich („Polish adaptation and validation of the Dieting Self-Efficacy Scale”, 2018, Health Psychology Report, 2018) zawiera opis narzędzia badawczego o zadawalających właściwościach psychometrycznych. Analiza czynnikowa potwierdziła trójwymiarową strukturę (wysokokaloryczne jedzenie, czynniki społeczne i wewnętrzne, negatywne zdarzenia emocjonalne) Skali Poczucia Skuteczności w Przestrzeganiu Diety. Dodatkową wartością artykułu jest zamieszczenie w nim polsko- i anglojęzycznej wersji narzędzia. Przypuszczam, że jest to narzędzie bardzo chętnie stosowane przez Habilitatkę w codziennej praktyce klinicznej, czemu dała wyraz w opisach kazuistycznych, zamieszczonych w monografii. Autorki są świadome ww. (pkt 1a) ograniczeń własnych badań.

W drugiej pracy: “Personality traits, dieting self-efficacy and health behaviors in emerging adult women: implications for health promotion and education”, Health Promotion Perspectives, 2020 Autorki poddały analizie związku między wymiarami osobowości (w modelu Costy i McCrae), poczuciem skuteczności i zachowaniami zdrowotnymi, w tym z zachowaniami żywieniowymi. W analizie wyników badań zastosowano regresję liniową. Najważniejszymi wymiarami osobowości, pozwalającymi przewidzieć zachowania, które sprzyjają lub zagrażają zdrowiu, w tym zachowaniom żywieniowym oraz poczuciu własnej skuteczności w przestrzeganiu diety (z zastosowaniem opracowanego przez Autorki narzędzia Dieting Self-Efficacy Scale) są: neurotyzm, ugodowość i sumienność. Artykuł kończy dynamiczna, dobrze przeprowadzona dyskusja oraz wskazanie na ograniczenie badań własnych (tzn. brak danych na temat współwystępujących chorobach somatycznych).

d) badania nad szeroko pojętą satysfakcją z obrazu ciała, przeprowadzone i opublikowane wraz z K. Przybyłowicz, D. Jesiołowską, L. Antoniak w artykule: “A subjective dissatisfaction with body weight in young women: do eating behaviours play a role?” Roczniki Państwowego Zakładu Higieny, 2014. Wnioski sformułowane na podstawie wyników badań własnych mają znaczenie praktyczne, gdyż wskazują na znaczenie programów prewencyjno - edukacyjnych w zmniejszeniu występowania zaburzeń odżywiania się u kobiet w okresie wczesnej dorosłości. Jest to jedno z nielicznych badań Habilitantki, do którego włączyła ona również kobiety z niedowagą. Jednak analizy statystyczne są podstawowe, zaś wyniki potwierdzają powszechną wiedzę, np. kobiety z prawidłową masą ciała w porównaniu z kobietami z nadmierną masą ciała są bardziej akceptują swoją sylwetkę i rzadziej podejmują próby odchudzania się; największe tendencje do nieprawidłowych zachowań żywieniowych, emocjonalnego i nawykowego przejadania się i restrykcji dietetycznych mają kobiety, które chcą być dużo szczuplejsze.

2. Zaburzenia współwystępujące u osób z nadwagą i otyłością.

Powyższa problematyka jest Habilitantce bardzo bliska badawczo. Przedstawia ją ona na str. 18-26 w monografii oraz w dwóch artykułach: 1. wraz z M. Pietrzykowską, A. Moliszem i K. Nowicką-Sauer: „Poziom lęku i depresji wśród pacjentów oddziału leczenia otyłości”, *Polski Przegląd Nauk o Zdrowiu*, 2017; 2. wraz z M. Pietrzykowską, K. Nowicką-Sauer, T. Cwalińskim, A. Kozińską, W. Krzemińskim i J. Siebertem: „Występowanie zaburzeń psychicznych wśród osób z otyłością”, *Family Medicine & Primary Care Review*, 2014. Artykuły mają sprawozdawczy charakter, drugi spośród nich jest napisany na dwóch stronach, przy czym tzw. tekst główny jest niewiele bardziej obszerny niż streszczenie. Jego wnioski są oczywiste, wskazują na częstsze niż w populacji ogólnej występowanie objawów depresji (wśród nich również myśli samobójczych) i lęku wśród kobiet z otyłością. Natomiast Habilitanka powinna podjąć próbę wyjaśnienia, jakie są mechanizmy biologiczne, psychologiczne i społeczne współwystępowania objawów zaburzeń afektywnych u osób z ponadnormatywną masą ciała oraz podkreślić znaczenie leczenia skojarzonego, tj. farmako- i psychoterapii. Natomiast pierwszy artykuł zawiera interesującą wskazówkę dotyczącą dalszych badań, w których celowa byłaby analiza porównawcza częstości występowania zaburzeń depresyjnych i lękowych u osób poszukujących i nieposzukujących pomocy terapeutycznej.

2. Cywilizacyjne przyczyny nadwagi i otyłości oraz dietoterapia.

Ten obszar badań ściśle wiąże się z obecnym profilem kształcenia się Habilitantki na studiach podyplomowych i wnosi zdecydowanie więcej do teorii i badań w dziedzinie nauk o zdrowiu, w tym dietetyki niż do dziedziny psychologii. Współtworzą go str. 35-40 w monografii oraz pięć artykułów:

a) wraz z A. Danielewicz, J. Morze, M. Przybyłowiczem i K. Przybyłowicz: “Nutrient patterns and the skeletal muscle mass index among Polish women: a cross-sectional study”, *Scientific Reports*, 2019. W artykule zaprezentowano wielopłaszczyznowe badania: wzorców żywieniowych, składu ciała i indeksu masy mięśni szkieletowych, przy czym uwzględniono szeroki kontekst fizjologicznego starzenia się. Zastosowano analizę regresji liniowej. Sformułowano pragmatyczny wniosek, że wzorce żywieniowe są istotne dla stanu tkanki mięśniowej badanych kobiet.

b) wraz z K. Boradyn, E. Jarocką-Cyrta, K. Przybyłowicz: „Parental Opinion about the Low FODMAP Diet in Dietary Treatment of Children with Functional Abdominal Pain”, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2020. Praca dotyczy dietoterapii oraz funkcjonowania psychofizycznego dzieci z przewlekłymi

bólami brzucha. Mimo prostych analiz statystycznych omówienie wyników badań jest dość szczegółowe. Praca może stanowić interesujące uzupełnienie dotychczasowych danych z dziedziny psychosomatyki dzieci oraz znaczenia wszechstronnej współpracy z ich rodzicami.

c) wraz z A. Hinburg, K. Przybyłowicz, M. Kuśmierczyk i J. Ciborską: „Ocena efektów edukacji żywieniowej w grupie populacyjnej kobiet z nadmierną masą ciała w odniesieniu do wybranych parametrów antropometrycznych i biochemicznych”, *Szkice Humanistyczne*, 2014.

Niewątpliwie w powstanie pracy Autorzy włożyli duży wysiłek badawczy, zastosowano proste, opisowe statystyki i analizy, niemniej artykuł jest poprawny empirycznie i zawiera dość pragmatyczne, choć mało odkrywcze wnioski (tj. nieprawidłowości związane ze sposobem żywienia mogą determinować nadmierną masę ciała, natomiast edukacja żywieniowa jest skutecznym narzędziem w walce z nadmierną masą ciała).

d) wraz z K. Nowicką-Sauer, M. Pietrzykowską, K. Jarmoszewiczem i J. Siebertem: „Percepcja przyczyn nadwagi wśród pacjentów oddziału leczenia otyłości–raport wstępny”, *Family Medicine & Primary Care Review*, 2014. Jest to praca „faktograficzna”, skrótowa (o objętości dwóch stron), z bardzo prostymi statystykami i zdroworozsądkowymi wnioskami (tj. pacjenci hospitalizowani w oddziale leczenia otyłości mają realną percepcję swojej choroby i są świadomi wieloczynnikowej jej etiologii).

e) wraz z K. Przybyłowicz, O. Milewską, A. Chrzęszcz, M. Kuśmierczyk, J. Ciborską: „Ocena urozmaicenia spożycia żywności wśród personelu medycznego”, *Szkice Humanistyczne*, 2013. Artykuł zawiera najślabszy w całym dorobku opis badanej grupy, jego celem była analiza urozmaicenia spożycia różnych grup produktów spożywczych przez pielęgniarki i lekarzy. Wskazała ona na niestosowanie wiedzy prozdrowotnej przez personel medyczny.

1. Konsekwencje psychospołeczne.

A. Stygmatyzacja osób z nadmierną masą ciała.

Powyższe zjawisko Autorka omawia na str. 70-79 monografii oraz w artykule, którego jest jedynym autorem “Employment discrimination against obese women in obesity clinic's patients perspective”, *Roczniki Państwowego Zakładu Higieny*, 2016. Zainteresowanie zjawiskiem stygmatyzacji i dyskryminacji - również zawodowej - wskazuje na wrażliwość na niesprawiedliwość społeczną, duże zaangażowanie społeczne Habilitantki i skuteczne, entuzjastyczne działanie jako praktyka.

Dodatkowo praca ta wskazuje na szerokie zastosowanie bardzo użytecznego narzędzia badawczego, jakim jest Skala Upředzeń wobec Osób Otyłych, która jest polską

adaptacją kanadyjskiej wersji, autorstwa Morrison i O'Connor. Szczegółowy jej opis, wraz z bardzo rzetelną analizą statystyczną (analizą rzetelności i trafności pomiaru, analizą czynnikową, która potwierdziła jednowymiarową strukturę skali) oraz polsko- i anglojęzyczną wersją narzędzia Habilitantka zawarła wraz z J. Michałek-Kwiecień w artykule "Polish adaptation and validation of the anti-fat attitudes scale – AFAS", *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 2018. Dwa powyższe artykuły zawierają ponadto bardzo interesujące wypowiedzi badanych osób, wskazujące m.in. na niekorzystne konsekwencje emocjonalne, zawodowe, stosowanie niekonstruktywnych strategii radzenia sobie itp.

B. Obniżenie jakości życia.

Habilitantka jest jedyną autorką artykułu "Quality of life in obesity at perimenopausal age in obese women and women with proper body mass index", *Health Problems of Civilisation*, 2018. Wyniki badań porównawczych przeprowadzonych w grupie kobiet z otyłością oraz grupie w normowadze wykazały oczywiste obniżenie jakości życia we wszystkich sferach (zdrowie fizyczne, psychiczne, ogólna jakość zdrowia, relacje społeczne, środowisko, ogólna jakość życia). Możliwym wzbogaceniem wyników mogłaby być np. analiza siły związków między badanymi obszarami jakości życia w obydwu grupach. Ograniczeniem we wnioskowaniu jest uwzględnienie w badaniu tylko zmiennych socjodemograficznych, jak wykształcenie oraz stan cywilny. Natomiast w kontekście rozważań nad jakością życia kobiet z dużą rozpiętością wieku (38-65 lat) celowe byłoby uwzględnienie wielu innych ważnych zmiennych, jak pozytywne i negatywne wydarzenia życiowe, posiadanie dzieci i wnuków, aktywność fizyczna, zawodowa, hobby, zaangażowanie w życie społeczne i towarzyskie, subiektywna ocena sytuacji materialnej, choroby somatyczne itp.

Podsumowując refleksje nad wszystkimi przedstawionymi do recenzji artykułami można zauważyć, że są one bardzo zróżnicowane pod względem jakości merytorycznej. Analizy statystyczne są - podobnie jak w przypadku monografii - albo wręcz niewystarczające, albo zaawansowane, natomiast omówienie wyników albo będące tylko ich niemal wiernym powtórzeniem, albo z refleksją nad możliwościami aplikacyjnymi oraz ograniczeniami badań własnych. Ponadto Habilitantka uwzględnia najprostsze - w różnym połączeniu - zmienne socjodemograficzne (tj. wiek, płeć, stan cywilny, wykształcenie i miejsce zamieszkania), natomiast do badań włącza albo pacjentów leczących się ze względu na nadmierną masę ciała, albo - w większości badań, co nie jest ich zaletą - studentów WNS UWM.

Ocena osiągnięć dydaktycznych, organizacyjnych oraz popularyzujących naukę

Habilitantka większość przedmiotów, ściśle związanych z jej zainteresowaniami naukowo - badawczymi, czyli psychologicznymi aspektami zdrowia psychofizycznego, prowadzi ze studentami Wydziału Nauk Społecznych UWM (kierunki pedagogiczne, studia podyplomowe z socjoterapii) oraz na kierunkach innych wydziałów (logopedia; zwierzęta w terapii i rekreacji; dietetyka; ratownictwo medyczne; pielęgniarstwo), a także w innych olsztyńskich szkołach wyższych i Etku. Ponadto współpracuje z Uniwersytetem Dzieci UWM, Uniwersytetem III Wieku i Olsztyńskimi Dniami Nauki UWM. Natomiast w programie wymiany międzynarodowej pracowników naukowo-dydaktycznych Erasmus+ odbyła staż w Instytucie Psychologii w Wilnie, w którym wykładała przedmiot: Psychologia zaburzeń odżywiania się i otyłości. Ponadto w ramach programu Erasmus prowadzi również zajęcia z psychologii i promocji zdrowia, edukacji zdrowotnej, psychologii zaburzeń odżywiania się - dla zagranicznych studentów UWM.

Oprócz działalności dydaktycznej w UWM dr Małgorzata Obara-Gołębiowska jest bardzo zaangażowana w działalność organizacyjną uczelni. Pełniła funkcje sekretarza oraz członka komisji rekrutacyjnych podczas naborów kandydatów na studia pedagogiczne na Wydziale Nauk Społecznych UWM Olsztyn, była opiekunem kierunku pedagogika na studiach niestacjonarne drugiego stopnia. Jest również kierownikiem Pracowni Testów Psychologicznych Katedry Psychologii Klinicznej, Rozwoju i Edukacji UWM. Przez kilka miesięcy w 2020 r. pełniła funkcję p.o. kierownika wymienionej katedry. Ponadto została powołana jako adiunkt na członka Rady Naukowej Dyscypliny Pedagogika przy WNS UWM. Jest także członkiem Rady Programowej Akademickiego Ośrodka Pomocy Psychologicznej i Terapii „Empatia” oraz Rady Programowej ds. kierunku: psychologia na UWM. Była członkiem komitetów organizacyjnych dwóch ogólnopolskich i dwóch międzynarodowych konferencji oraz sympozjów naukowych. Ponadto współtworzyła zespół, który koordynował pracę nad uruchomieniem kierunku psychologia w UWM, wcześniej badając potrzeby rynku pracy.

Ponadto Habilitantka udziela pomocy psychologicznej studentom oraz pracownikom UWM w ramach pracy w Akademickim Ośrodku Pomoc. Jestem także członkiem Rady Programowej Akademickiego Ośrodka Pomocy Psychologicznej i Terapii „Empatia” oraz Rady Programowej ds. kierunku: psychologia na Uniwersytecie Warmińsko Mazurskim. Ponadto udzielałam i udzielam pomocy psychologicznej studentom oraz pracownikom UWM Olsztyn w ramach pracy w Akademickim Centrum Wsparcia „Empatia”.

Ponadto Habilitantka wykonuje wiele prac eksperckich, np. recenzuje prace dyplomowe (nie podaje jednak ich przybliżonej liczby) studentów pedagogiki oraz artykuły (dotychczas 23) wysyłane do uznanych czasopism naukowych krajowych i zagranicznych. Od ponad roku jest członkiem Sekcji Żywienia Człowieka Komitetu Nauki Żywności i Żywienia PAN. Habilitantka również wykonała ekspertyzę dla fundacji OpenStax Poland, która dotyczyła oceny zapotrzebowania na polskim rynku wydawniczym na darmowy podręcznik do podstaw psychologii. Dr Małgorzata Obara-Gołębiowska wykonała także ekspertyzę dla olsztyńskiej fundacji INWARMIA na temat zapotrzebowania na pomoc psychologiczną dla osób z zaburzeniami odżywiania się z terenu województwa warmińsko-mazurskiego. Ponadto udziela pomocy psychologicznej osobom pokrzywdzonym przestępstwem, jest także członkiem Zespołu Interwencji Kryzysowych województwa warmińsko-mazurskiego, w którym udzielała wsparcia psychologicznego (pełniąc dyżury telefoniczne) mieszkańcom województwa warmińsko-mazurskiego w związku z epidemią koronawirusa w Polsce.

Poza działalnością dydaktyczno-naukową i organizacyjną Habilitantka prowadzi liczne działania popularyzujące naukę również w przestrzeni pozaakademickiej. Współpracuje z Urzędem Starostwa w Olsztynie, Szpitalem Miejskim Zespolonym, Ośrodkiem Sportu i Rekreacji w Olsztynie, gdzie propagowała różnorodne programy edukacji zdrowotnej, promocji zdrowia i aktywności fizycznej, przeciwdziałania przemocy, koordynowała rejestrację anonimowych dawców szpiku itd. Bardzo aktywnie współpracowała również z mediami (np. gazetą Miejskiego Szpitala Zespolonego, czasopismem „Fit nie Fat”, tygodnikiem „Wprost”, Gazetą Olsztyńską, Gazetą Wyborczą, Wiadomościami Uniwersyteckimi UWM, telewizją Polsat, Telewizją Kortowo, Telewizją Olsztyn, TVP3 Olsztyn, Radiem Olsztyn).

Habilitantka jest również członkiem trzech ogólnopolskich (Polskie Towarzystwo Psychologiczne, Polskie Towarzystwo Terapii Poznawczej i Behawioralnej, Polskie Towarzystwo Badań nad Otyłością) oraz trzech międzynarodowych (European Association of Behavioural and Cognitive Therapies, European Association for the Study of Obesity, World Obesity Federation) towarzystw naukowych ściśle powiązanych z tematyką badawczą, którą zajmuje się w pracy zawodowej.

Aktywność Habilitantki w obszarze dydaktyczno-naukowym, organizacyjnym i popularyzacji nauki spotkała się z uznaniem środowiska akademickiego. Otrzymała ona następujące nagrody i odznaczenia: (2017 r.) - Nagroda Indywidualna II stopnia Rektora UWM za działalność organizacyjną, (2019 r.) - Nagroda Indywidualna III stopnia Rektora UWM za działalność organizacyjną, (2019 r.) - Nagroda Rektora za ponadprzeciętną

działalność naukową; (2020 r.) - nagroda grantowa Rektora UWM dla pracowników UWM wykazujących aktywność naukową w aplikowaniu i realizacji projektów badawczych, (2019 r.) - Brązowy Medal za długoletnią służbę Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej. Otrzymała również nominację Kapituły Redakcji „Polski Times” do tytułu Osobowość Roku 2019 w kategorii nauka.

Podsumowując, pracowitość i aktywność Habilitantki - dydaktyczna, organizacyjna i w zakresie popularyzacji nauki jest ponadprzeciętna, zasługuje ona na szacunek i uznanie. Jest niewątpliwie postawą godną naśladowania i oceniam ją bardzo wysoko.

Jednak przede wszystkim najistotniejsza składowa oceny, czyli główne osiągnięcie naukowe, nie spełnia oczekiwań związanych z pełnieniem zadań i funkcji samodzielnego pracownika nauki.

Konkluzja

Po zapoznaniu się z osiągnięciem naukowym oraz pozostałym dorobkiem dr Małgorzaty Obary-Gołębiowskiej, doceniając dużą aktywność społeczną Habilitantki oraz jej wysokie kompetencje jako psychoterapeuty i psychologa praktyka, z przykrością muszę sformułować wniosek, że jej dorobek, uzyskany po otrzymaniu stopnia naukowego doktora nie spełnia wymogów stawianych Habilitantom, określonych w art. 221 ust. 5 ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. (Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce, Dz. U. z 2020 r., poz. 85 z późn. zm.).

W. Radziwiłowicz