

Lublin, 16 grudnia 2025

dr hab. Agata Błachnio, prof. KUL

Instytut Psychologii

Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II

Recenzja rozprawy doktorskiej mgr Patrycji Chwilkowskiej pt. *The influence of Positive Emotions on Cardiovascular Recovery in Esports* napisanej pod kierunkiem prof. UAM dr. hab. Łukasza D. Kaczmarka

W niniejszej recenzji dokonam oceny oryginalności postawienia problemu naukowego, poziomu przygotowania teoretycznego Autorki oraz jej umiejętności samodzielnego prowadzenia projektu badawczego. Przedłożona do recenzji rozprawa liczy 136 stron wraz z bibliografią i składa się z ośmiu rozdziałów. Została napisana w języku angielskim. Praca poświęcona jest zagadnieniu psychofizjologicznej regeneracji układu sercowo-naczyniowego po rozgrywce esportowej, analizowanemu w oparciu o hipotezę wycofania oraz rolę emocji pozytywnych.

Autorka w pierwszej części pracy przedstawiła solidne podstawy teoretyczne badań dotyczących hipotezy wycofania, osadzając je w kontekście badań psychofizjologicznych, stresu, emocji oraz psychologii zdrowia. Następnie w sposób logiczny i dobrze uzasadniony omówiła esport jako specyficzny obszar funkcjonowania człowieka, analizując go z perspektywy psychofizjologii. Autorka z dużą wnikliwością dokonała przeglądu dotychczasowych badań, a

treść została jasno zaplanowana i konsekwentnie poprowadzona, co świadczy o przemyślanej koncepcji tej części pracy. Część teoretyczna stanowi szczegółowe i aktualne kompendium wiedzy dotyczące hipotezy wycofania w kontekście emocji pozytywnych, przy czym Autorka trafnie podkreśla niejednoznaczność dotychczasowych wyników, uzasadniając tym samym potrzebę podejmowania dalszych badań. Autorka wykazała się bardzo dobrą znajomością literatury przedmiotu, sięgając do licznych doniesień z badań międzynarodowych i wyciągając z nich trafne oraz krytyczne wnioski. Całość wywodu jest spójna, logicznie uporządkowana i stanowi wartościową podstawę do formułowania pytań badawczych oraz hipotez, które zostały konsekwentnie rozwinięte w dalszych częściach pracy. Warto docenić tematykę badań, a także podkreślić nowatorstwo zastosowania hipotezy wycofania w kontekście esportsu, który jak wskazuje wiele badań jest związany z intensywnymi emocjami, a jednocześnie relatywnie słabo obecny w badaniach psychofizjologicznych.

Mam kilka uwag odnośnie części metodologicznej pracy, które nie umniejszają jej wartości, a większość z nich może pokazywać jedynie punkty do dyskusji i kierunki przyszłych badań. W opisie próby badawczej brakuje informacji o płci uczestników, która pojawia się dopiero w części dotyczącej ograniczeń. Informacja ta powinna zostać jednoznacznie wskazana już na etapie charakterystyki próby. Dodatkowo zasadne byłoby krótkie osadzenie struktury próby w szerszym kontekście, np. poprzez przywołanie danych statystycznych dotyczących tego, kto najczęściej gra w CS2/esport (struktura płci, wieku, poziomu zaawansowania).

Opis procedury preselekcji uczestników wymagałby doprecyzowania. W opisie Gaming Disorder Test pojawia się informacja, że osoby z wysokimi wynikami zostały wykluczone z

badania, jednak wcześniej nie zaznaczono, że rekrutacja obejmowała ten etap selekcyjny. Warto byłoby jednoznacznie opisać go oraz wskazać, ilu potencjalnych uczestników odrzucono z powodu wysokiego poziomu problematycznego grania.

Ponadto, procedura debriefingu nie została opisana, a tylko krótko zasygnalizowana. Z punktu widzenia standardów etycznych oraz transparentności metodologicznej warto doprecyzować, jak wyglądało zakończenie badania, jakie informacje przekazywano uczestnikom. Ponadto, pojawiła się informacja o voucherach, jakie otrzymali badani, wymagałoby to pokazania szczegółów. Ponadto, nie do końca jest też jasny tryb realizacji badania. W moim odczuciu warto jednoznacznie wskazać, czy uczestnicy byli badani indywidualnie, czy w warunkach grupowych, oraz ile łącznie czasu zajęła realizacja całego projektu badawczego, to znaczy jak długo zajęło badanie wszystkich osób.

Zastosowana indukcja pozytywnych emocji budzi pewne wątpliwości, co oceniam jako spory mankament badań. Choć użycie fragmentów filmów jest rozwiązaniem klasycznym i dobrze ugruntowanym w literaturze, można mieć wątpliwości co do ich dopasowania kulturowego i pokoleniowego w badanej grupie. Urywki z relatywnie starych amerykańskich filmów mogą nie być jednakowo zabawne lub angażujące dla polskich, młodych graczy esportowych. Alternatywą mogłyby być bodźce bliższe ich codziennym doświadczeniom (np. memy, krótkie materiały wideo popularne w mediach społecznościowych lub treści stricte gamingowe).

Mimo zastosowania szerokiego zestawu wskaźników fizjologicznych, być może w przyszłych badaniach warto rozważyć rozszerzenie pomiarów o markery hormonalne, takie jak

np. kortyzol, oznaczany w ślinie, co pozwoliłoby na pełniejsze uchwycenie reakcji stresowej. Ponadto, ciekawym kierunkiem mogłoby być także uwzględnienie znaczenia wyniku rozgrywki (wygrana vs przegrana) oraz subiektywnej oceny własnego występu, które mogłyby modyfikować zarówno reakcję stresową, jak i proces regeneracji.

Autorka potwierdziła skuteczność indukcji emocji na poziomie deklaratywnym, wykazując istotnie wyższy poziom pozytywnych emocji (w szczególności rozbawienia w grupie eksperymentalnej w porównaniu z grupą kontrolną). W przyszłych badaniach warto byłoby jednak rozważyć uzupełnienie tej procedury o dodatkowe pytania kontrolne odnoszące się bezpośrednio do subiektywnego odbioru bodźców, pozwalające ocenić, czy wywołały one jednoznacznie zamierzone emocje, czy też inne stany, takie jak zażenowanie lub znudzenie, dodając np. pytania na ile film był dla Ciebie zabawny?, „czy czułeś zażenowanie / znudzenie? (a może i inne emocje), „czy bodziec był dla Ciebie nieprzyjemny mimo intencji humorystycznej?

Podsumowanie

Cały projekt doktorski, pomimo wskazanych uwag, oceniam pozytywnie. Autorka podjęła się ciekawego i inspirującego dla przyszłych badań tematu, dotyczącego roli pozytywnych emocji w optymalizacji regeneracji psychofizjologicznej po występach esportowych, szczególnie pod względem szybkości (szybszego powrotu do stanu wyjściowego) i głębokości (większego zmniejszenia aktywacji układu sercowo-naczyniowego). Na uwagę zasługuje klarownie i dojrzałe napisana część teoretyczna a także bardzo rzetelnie zaprojektowany i przeprowadzony

eksperyment. Analizy statystyczne zostały przeprowadzone na wysokim poziomie metodologicznym, a ich interpretacja została osadzona w literaturze przedmiotu. Szczególnie cenne jest zachowanie przez Autorkę krytycznego dystansu i metodologicznej pokory w interpretacji wyników niepotwierdzonych hipotez. To wszystko świadczy o wysokiej świadomości badawczej, o umiejętności planowania, prowadzenia, a także analizy uzyskanych wyników w świetle istniejącej literatury. Moja ocena jest jednoznacznie pozytywna.

Biorąc pod uwagę wszystko powyższe stwierdzam, że rozprawa doktorska spełnia wymagania stawiane doktorantom, a tym samym rekomenduję Radzie Naukowej Dyscypliny Psychologia Uniwersytetu Adama Mickiewicza dopuszczenie do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

