

Prof. dr hab. Jan Blecharz
Zakład Psychologii
Akademia Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha
w Krakowie

Recenzja osiągnięcia naukowego, dorobku naukowego oraz działalności dydaktycznej i organizacyjnej dr Doroty Ortenburger w związku z wnioskiem Uniwersytetu Humanistyczno-Przyrodniczego im. Jana Długosza z dnia 14. 03. 2023 do Rady Doskonałości Naukowej o przeprowadzenie postępowania w sprawie nadania Jej stopnia doktora habilitowanego w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu, w dyscyplinie nauki o kulturze fizycznej, prowadzonym przez Radę Dyscyplin Naukowych

W niniejszej recenzji będę się posługiwał się kryteriami wyznaczonymi przez art. 219 ust. 1 Ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce”, mając za podstawę wszelkie dostarczone mi dokumenty i publikacje na czele z autoreferatem.

W przedłożonej dokumentacji znajdują się, oprócz wymienionych, wszystkie wymagane dokumenty, w tym autoreferat oraz wykaz publikacji składających się na osiągnięcie naukowe, o którym mowa w przepisach Ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. „Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce” (Dz. U. z 2022 r. poz. 574, z późniejszymi zmianami). Habilitantka dołączyła również wykaz pozostałych osiągnięć naukowych, dydaktycznych, organizacyjnych, spis otrzymanych nagród, a także innych aktywności w obszarze naukowo-organizacyjnym. Poniższa recenzja odwołuje się do kryteriów oceny wyszczególnionych w art. 219 ustawy z dn. 20 lipca 2018 „Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce” (Dz. U. z 2022 r. poz. 574, z późniejszymi zmianami).

Sylwetka Habilitantki

Dr Dorota Ortenburger jest doktorem nauk społecznych, dyscyplina psychologia, uzyskanym na Uniwersytecie Jagiellońskim, w roku 1998, na podstawie rozprawy *Pomiar wybranych aspektów sprawności komunikacyjnej*, której Promotorem był prof. dr hab. Zbigniew Nęcki wówczas pracownik UJ. Tym samym Habilitantka spełnia pierwsze kryterium habilitacyjne, drugiego dowodzić będzie moja ocena dorobku.

Magisterium z psychologii, ze specjalnością psychologia kliniczna, dr Ortenburger uzyskała na Uniwersytecie Śląskim, w roku 1988.

Ponadto odbyła wiele szkoleń: w Winter Pain School, The Pain Relief Foundation, Clinical Sciences Centre, Aintree University Hospital Liverpool (Wielka Brytania) Rok

ukończenia: 2018; International Pain Schools Klagenfurt 2013, EFIC: European Accreditation Council for Continuing Medical Education EACMEC, 24 (Austria) Rok ukończenia: 2013; St George's Hospital Chronic Pain Self- Management Team. Chronic Pain Service Department of Neuropsychology & Clinical Health Psychology 13. 01. 2014 (Wielka Brytania); Pain Forum Day of the University of Birmingham 19.09.2012; Training Mental Health Professionals in Mental Health Promotion. Minimizing Mental Illness. Integration through Education. Funded by the Health Programme of The European Union. Middlesex University London (Wielka Brytania) 13.09.2013 3.

Wymienionymi szkoleniami Habilitantka wzbogaciła swoje kompetencje psychologiczne o aspekt medyczny bólu. Warto podkreślić dbałość o zdobycie kompetencji klinicznych w dziedzinie badania i zwalczania bólu, który dominuje w tematyce szkoleń, a także międzynarodowe miejsce tych stażów: Wielka Brytania i Austria.

Informacja o dotychczasowym zatrudnieniu w jednostkach naukowych lub artystycznych.

2019 - i nadal, adiunkt Katedra Kinezylogii i Profilaktyki Zdrowia;

2014 - 2018 Zakład Fizjoterapii Instytut Wychowania Fizycznego i Turystyki i Fizjoterapii Akademia im. Jana Długosza w Częstochowie, przekształcony w Zakład Biomechaniki;

1998 - 2014 adiunkt Zakład Psychologii Wydział Nauk Społecznych Akademia im. Jana Długosza w Częstochowie;

1989 - 1998 asystent Zakład Psychologii Wydział Pedagogiczny Akademia im. Jana Długosza w Częstochowie

Ocena dorobku naukowego wskazanego jako podstawa habilitacji czyli głównego osiągnięcia naukowego

Tytuł osiągnięcia: *Psychologiczne uwarunkowania wspierania rozwoju potencjału zawodników taekwon-do w perspektywie salutogenetycznej.*

Liczba prac 6, sumaryczna wartość współczynnika dla przedstawionego cyklu publikacji IF=13,898; MEiN=374 pk

Wszystkie publikacje po doktoracie: IF=33,669.

Deklaracje współautorów pod każdą z pozycji na liście, jednoznacznie wskazują na dominującą rolę merytoryczną i organizacyjną Habilitantki (ocienioną na 70% do 85 %)

w projektowaniu, przygotowaniu i prowadzeniu badań, obliczeń, przygotowaniu, redakcji i ewentualnej korekty tekstów.

Badania, objęte osiągnięciem habilitacyjnym dotyczą czterech głównych i powiązanych tematycznie obszarów problemowych: 1/ poznawczych i behawioralnych strategii radzenia sobie z bólem; 2/ czynników, które mają udział w kształtowaniu się zachowań zdrowotnych u zawodników taekwon-do, 3/ regulacji emocji oraz 4/ związków pomiędzy charakterystykami psychologicznymi a wykonaniem technik sportowych w taekwon-do. Zgodnie z przyjętym podejściem salutogenetycznym, celem nadrzędnym było uzyskanie wiedzy o psychologicznych uwarunkowaniach i skutkach aktywności fizycznej w kontekście wspierania rozwoju fizycznego i psychicznego człowieka u zawodników uprawiających taekwon-do.

Do najważniejszych celów szczegółowych wyżej wymienionych badań należą, cytując (za Autoreferatem, s. 7)

1. Identyfikacja strategii radzenia sobie z bólem, które są preferowane przez zawodników taekwon-do.
2. Zbadanie związków strategii radzenia sobie z bólem z poczuciem koherencji.
3. Określenie czynników, wpływających na radzenie sobie z negatywnymi emocjami u osób ćwiczących taekwon-do.
4. Odpowiedź na pytanie o związki pomiędzy zachowaniami zdrowotnymi a poczuciem koherencji.
5. Przebadanie grupy zaawansowanych zawodników taekwon-do w aspekcie związków czynników emocjonalnych, poznawczych z poczuciem sensowności i zaangażowanym uczestnictwem w treningach.
6. Wskazanie zależności pomiędzy poczuciem koherencji a poziomem zachowań zdrowotnych wśród kobiet i mężczyzn trenujących taekwon-do.
7. Stwierdzenie, czy aspekty poczucia kompetencji osobistej wpływają na kinematykę ruchu podczas wykonywania określonej techniki w taekwon-do (uderzenie, kopnięcie).

W komentarzu do tych celów chciałbym mocno podkreślić bardzo duże merytoryczne znaczenie badania bólu we wskazanej dyscyplinie sportu. Po pierwsze dlatego, że Habilitantka zna ten obszar, jest wyszkolona w odpowiednich technikach i zna problematykę psychologii bólu, określała i badała strategie radzenia sobie z bólem, po drugie, że w tej dyscyplinie jest to zagadnienie bardzo ważne, po trzecie – i polskie i obce badania nad tym zagadnieniem oceniam z – perspektywy mojego doświadczenia badawczego i praktycznego

w roli psychologa sportu – jako zbyt rzadkie i niesystematyczne. (W kontraście do badań w Instytucie Psychologii Uj, jakie prowadzi prof. Babel).

We *Wprowadzeniu do zagadnienia badawczego podjętego w cyklu publikacji* Habilitantka charakteryzuje ogólnie, ale wnikliwie, wybraną dyscyplinę sportu jako koreańską sztuką walki wskazując na jej aspekt motoryczny, a także etyczny: zaangażowanie, kierowanie się zasadami moralnymi, rozwijanie zdolności do skupienia uwagi i wytrwałości, konieczną spójnością celów, zasad i ekspresji widocznej w zachowaniu (analogicznie – bardzo ważne dla podejścia salutogenetycznego). Ponadto opisuje genezę i historię taekwon-do, jej przejawy oraz funkcjonowanie tradycyjne, koreańskie i we współczesnym świecie sportowym.

W aspekcie motorycznym - siłę i wytrzymałość uważa Habilitantka jako zdolności motoryczne, które mają podstawowe znaczenie dla zawodników uprawiających sporty walki. Analizując aspekty motoryczne dyscypliny taekwon-do Habilitantka przedstawia najpierw jej charakterystyki z uwagi na „różnicowanie bezwzględnej siły mięśniowej w poszczególnych grupach mięśniowych tj. prostowników i zginaczy: łokcia, kolana i tułowia oraz ich rozkładów procentowych” (Autoreferat, s.10). Kolejno przedstawia biomechaniczne i fizjologiczne procesy dokonujące się w ciele zawodników tej dyscypliny podczas treningu. Podkreśla ściśle powiązania biomechaniki ruchu człowieka z przygotowaniem techniczno-taktycznym, które powinno być doskonałe. Perfekcyjne, (choć nie mające wiele wspólnego z perfekcjonizmem w sensie psychologicznym, co należałoby dodać) niełatwe i relatywnie długie wyszkolenie ma szczególne właściwości psychologiczne. Wymaga treningu, który doprowadziłby do podniesienia progu bólu, kontroli emocji negatywnych, głównie lęku, złości, agresji, opanowania stresu. Habilitantka podkreśla – co sygnalizuje nie tylko głęboką znajomość omawianej dyscypliny, ale też umiejętność adekwatnego zastosowania psychologii jako narzędzia pomocnego w doskonaleniu umiejętności – nie tylko ważność treningów motorycznych i dopracowywania i taktyki, ale też konieczność całościowego ujęcia tej kwestii, które dostrzega w dążeniu jako: „znalezienie równowagi wewnętrznej, poprawę funkcjonowania poznawczego i szeroko rozumianej kondycji psychicznej” (Autoreferat s. 11). W koncepcji salutogenetycznej jako najogólniejszej podstawie, upatruje z kolei wsparcia teoretycznego, zgodnymi z tą charakterystyką.

Druga część *Wprowadzenia* do Autoreferatu ma tytuł „Interakcja czynników fizjologicznych i psychologicznych w regulacji ruchu w kontekście taekwon-do”. Jest to wysoce profesjonalna analiza tytułowego zagadnienia, w sporej części będąca charakterystyką wysiłku fizycznego i jego mózgowych podstaw.

Z kolei część psychologiczna, będąca zreasumowaniem wielu badań, dotyczy funkcjonowania kognitywnego i emocjonalnego podczas ruchu, - emocji podstawowych i złożonych (społecznych) oraz stresu, które mają zwrotny wpływ na sferę ruchową oraz dają efekty fizjologiczne. Są przedmiotem badań psychologii sportu, nauk o kulturze fizycznej i medycyny w ogólności.

Trzeci element *Wprowadzenia* to stwierdzenie, że badania psychologiczne skupiały się na opisie cech osobowości zawodników trenujących taekwondo olimpijskie i porównywaniu tych cech z cechami osób trenujących inne sztuki walki. Z literatury przedmiotu Habilitantka wyprowadza uzasadniony wniosek o znaczącej roli samooceny i umiejętności koncentrowania się przez zawodników na trudnym, ciągłym i efektywnym działaniu, pomimo środowiskowych dystraktorów. Te czynniki psychologiczne, natury poznawczej i emocjonalnej, zwrotnie oddziałują na ciało i jego pracę za pośrednictwem układu nerwowego.

Mając na uwadze podstawy teoretyczne badań, Habilitantka uważa, że proces treningowy w taekwon-do, z założenia, z własności tego sportu, powinien być prowadzony z dbałością o zdrowie ćwiczących. Stąd uzasadnione jest odwoływanie się do koncepcji salutogenetycznej ponieważ silnie akcentuje się w niej rolę orientacji prozdrowotnej i poczucia koherencji. W taekwon-do jak i w wielu innych sztukach walki istotne są także zasady etyczne, dotyczące obcowania z innymi ludźmi i te dotyczące własnej postawy wobec wysiłku, odczuwanych emocji, wyzwań, presji, ograniczeń. W celu pozyskania nowej wiedzy Habilitantka skupiła się „na zbadaniu związku pomiędzy poziomem poczucia sensowności, wskaźników zaangażowania w procesy treningowe i lęku zarówno u zawodników i zawodniczek taekwon-do, a uogólnionym poczuciem sprawczości, lękiem, poczuciem koherencji i dominującymi sposobami radzenia sobie z bólem” (Autoreferat, s. 13).

Chciałbym podkreślić, że koncepcja salutogenetyczna Aarona Antonovskiego¹ pozostaje w swoistej opozycji do podejścia patologicznego lub patologizującego w zakresie problemu przyczyn chorób i dysfunkcji, kluczowa jest tu właściwość zwana koherencją, czyli orientacja życiowa, oparta na przeświadczeniu człowieka o stabilności i przewidywalności rzeczywistości, możliwości poradzenia sobie z problemami, np. choroba czy stres i o posiadaniu po temu odpowiednich zasobów (Antonovsky, 1995). Choroba widziana jest przez Antonovskiego jako jeden biegun kontinuum, na którego przeciwległym krańcu znajduje się zdrowie. Główny postulat koncepcji salutogenetycznej głosi konieczność badania wszelkich

¹ Antonovsky, Aaron. 1995. *Rozwikłanie tajemnicy zdrowia. Jak radzić sobie ze stresem i nie zachorować*, tłum. Helena Grzegołowska-Klarkowska. Warszawa: Wydawnictwo: Instytut Psychiatrii i Neurologii .

determinantów zdrowia (i dobrostanu, bo tak się ta koncepcja poszerza, wchodząc w obszar psychologii pozytywnej).

Zwracam uwagę, że Habilitantka deklaruje, że wyniki badań, przedstawione w Jej osiągnięciu habilitacyjnym realizowały ważny problem poznawczy, którym jest związek charakterystyk psychologicznych ze wskaźnikami zaangażowania w proces treningowy i zachowaniami zdrowotnymi oraz związanymi z nimi przekonaniami, u zaawansowanych zawodników taekwon-do. Jej badania wykorzystaly i rozwinęły metodykę badań poprzez wykorzystanie rejestracji wskaźników biomechanicznych wykonania technik taekwon-do, a następnie porównania ich z charakterystykami psychologicznymi. W pełni się zgadzam z tą deklaracją i będę wskazywał na właściwości procesów badawczych i wyniki, które to potwierdzają, a tym samym pozwalają uznać przedstawione w Autoreferacie osiągnięcie za ważny wkład w psychologię sportu, a tym samym nauki o kulturze fizycznej.

Przejdę do uwag na temat poszczególnych badań raportowanych w Osiągnięciu.

Tekst pierwszy (Ortenburger, D., Mosler, D., Cholewa, J., & Wąsik, J., 2023), dotyczy związku poczucia koherencji z zachowaniami prozdrowotnymi zawodników taekwon-do. Poczucie koherencji ujmowane jest jako predyspozycja do radzenia sobie z trudnościami codziennego życia, i wiąże się z zachowaniem lepszego stanu zdrowia, składa się z poczucia sensowności i zrozumiałości rzeczywistości oraz poczucia zaradności. Celem badań było określenie związku pomiędzy poczuciem koherencji a poziomem zachowań zdrowotnych wśród kobiet i mężczyzn trenujących taekwon-do.

Badaniami objęto 121 osób w tym 69 (56.56%) mężczyzn i 53 (43.44%) kobiet (wiek: 27.05 ± 9.25 lat; zakres: 18-45 lat). Wszyscy byli formalnie zawodnikami taekwon-do.) z minimalnym stażem co najmniej 4 lata. Zbadano wartości wskaźników poczucia koherencji z podziałem na płeć, nasilenie poszczególnych strategii radzenia sobie z bólem, samoocenę poziomu konstruktywnej mobilizacji do działania pod wpływem stresu. Wyniki wskazują na wiele zależności szczegółowych.

Z wynika z nich, że płeć różnicuje nasilenie konstruktywnej mobilizacji do działania pod wpływem stresu. Nasilenie zachowań zdrowotnych u badanych kobiet i mężczyzn jest odmienne, a wartość globalnego wskaźnika zachowań zdrowotnych u kobiet jest wyższa niż u mężczyzn. Natomiast relacja poczucia koherencji i strategii radzenia sobie z bólem jest złożona i zależy od rodzaju strategii radzenia sobie z bólem. Strategia określana jako katastrofizowanie ujemnie koreluje z wszystkimi trzema składnikami poczucia koherencji: zaradnością,

zrozumiałością i poczuciem sensowności. Co więcej, katastrofizowanie także koreluje negatywnie z nasileniem konstruktywnej mobilizacji do działania pod wpływem stresu.

Są to w mojej opinii interesujące i wartościowe wyniki wymagające dalszych badań, - głównie porównań z zawodnikami trenującymi inne sporty walki, - ale też mogą być przesłanką do diagnozy a szczególnie takiej, która poprzedzałaby cykle treningów. Habilitantka postawiła problem nowocześnie, zgodnie z trendami w naukach o zdrowiu, w dyscyplinie nauki o kulturze fizycznej i praktyce oddziaływań prozdrowotnych (por. Łuszczynska, 2004)², także w psychologii zdrowia. Jak zawsze przy badaniach dobrze zaprojektowanych, ich powtórzenie, jako postulowana kiedyś strategia autorskiej autoreplikacji, byłyby jak najbardziej zalecane.

Celem badań przedstawionych w tekście drugim (Ortenburger, D., Mosler, D., Langfort, J., & Wąsik, J., 2022), było określenie związku pomiędzy poczuciem sensowności, charakterystyką zaangażowanego uczestnictwa (czyli udziału w dobrowolnych zgrupowaniach), a poziomem lęku wśród zawodników o wysokim poziomie sportowym. Zbadano 58 zaawansowanych zawodników taekwon-do; w tym 32 mężczyzn i 26 kobiet (wiek: $26,36 \pm 8,97$ lat). Do pomiaru zastosowano standaryzowane narzędzia z zakresu psychologii zdrowia i nauk o zdrowiu, do pomiaru nasilenia poczucia sensowności oraz poziomu lęku. Badana grupa zawodników jest wewnątrznie podzielona pod względem poziomu lęku i poczucia sensowności. Wskazują na to wyniki statystycznej analizy skupień. W oparciu o przyjęty model regresji można przyjąć, że wyjaśnione zostało 46% wariacji poziomu lęku w badanej grupie. Wyniki badań pokazały, że udział predyktora „częstości udziału w zgrupowaniach” w kształtowaniu się poziomu lęku jest zróżnicowany.

Wyniki tych badań wskazały, że w kształtowaniu się poziomu lęku odgrywają rolę czynniki związane z podejmowanymi zachowaniami, takimi jak zaangażowane uczestnictwo w treningach oraz jak poczucie sensowności podejmowanych działań.

Podkreślam, że badanie objęło czynniki przynależące do pojęcia koherencji, które weszły do modelu regresji, co potwierdza podstawową hipotezę Habilitantki, dowodzi także odpowiedniego skonstruowania przez Nią owocnego planu badawczego. Konieczność powtórzenia tych badań jest ponownie oczywista. Jednakże populacja zawodników tej

² Łuszczynska A. (2004). *Zmiana zachowań zdrowotnych. Dlaczego dobre chęci nie wystarczają?*, Wyd.1, GWP, Gdańsk.

dyscypliny nie jest wielka. Schemat badań powtarzanych w określonym adekwatnie rytmie czasowym byłby dobrym rozwiązaniem.

Tekst trzeci (Wasik, J, Ortenburger, D., & Gora, T., 2016), jest poświęcony efektom kinematycznym uderzeń taekwondo w różnych warunkach zewnętrznych, zaś interpretacji dokonano w aspekcie psychologicznym i w perspektywie zastosowania jej w sporcie, treningu zdrowotnym i jego skutkach.

Analizie poddano 60 uderzeń zarejestrowanych u pięciu zawodniczek taekwon-do, porównano prędkość uderzeń ręką w deskę (używaną do konkurencji sportowej rozgrywanej w taekwon-do pod nazwą „testy siły”) i w „powietrze” tj. bez fizycznego celu. Analiza statystyczna polegała na wykorzystaniu testu t-*Studenta* dla zmiennych niezależnych, wskazała na istotne różnice między prędkością maksymalną ręki podczas próby łamania deski i treningową formą uderzeń. Natomiast nie zarejestrowano istotnych statystycznie różnic [w prędkości maksymalnej między lewą i prawą ręką. Takie działanie Habilitantka uważa za zgodne z koncepcją współdzielenia zasobów argumentując, że gdy czynność wymaga większej precyzji działania, wydłuża on czasu ruchu: „Nasz system nerwowo-mięśniowy "płaci" za to wydłużonym czasem potrzebnym do wykonania złożonych, wielowymiarowych zadań” (Autoreferat, s. 15). Wyniki tych badań, Jej zdaniem, otwierają nową perspektywę dla analizy taekwon-do i innych sportów walki jako nowoczesnych narzędzi rehabilitacji, terapii i poprawy jakości życia.

Uważam ten wynik za bardzo ważny, a przytoczoną interpretację za wartą dalszej weryfikacji empirycznej. Koncepcja współdzielenia zasobów wymaga wsparcia empirycznego, i w badaniach i w analizie treningów różnego rodzaju.

Tekst czwarty, Ortenburger, D., Wasik, J., Szerła, M., & Gora, T. (2016), dotyczy pytania, czy ból zawsze towarzyszy sportom walki i jakie są strategie zwalczania bólu u zawodników taekwon-do.

Badaniami objęto 47 zawodników taekwon-do (14 kobiet, 33 mężczyzn, wiek $25,1 \pm 9,73$ lat) za pomocą kwestionariuszy stosowanych w psychologii zdrowia. Analiza statystyczna ujawniła, że strategia katastrofizowania w bardzo niewielkim stopniu była stosowana w badanej grupie. Ponadto nasilenie tej strategii ujemnie korelowało z poczuciem własnej skuteczności. Natomiast poznawcze i behawioralne strategie radzenia sobie z bólem (przewartościowanie, odwracanie uwagi, strategie behawioralne) były pozytywnie skorelowane z poczuciem własnej skuteczności. Uzyskano więc empiryczne argumenty, na to, że zawodnicy taekwon-do nie wyolbrzymiają znaczenia bólu, jest on wyzwaniem i wskazaniem do poprawy przygotowania

ogólnego. Stosują adaptacyjnie korzystniejsze strategie radzenia sobie z bólem, sprzyjające procesom regeneracji organizmu. Ważny wynik to także stwierdzenie, że poczucie osobistej kompetencji jest związane z adaptacyjną strategią radzenia sobie z bólem i powoduje lepsze radzenie sobie z bólem.

Wyniki badań, często podejmowanych w różnych dyscyplinach i w różnych momentach treningu i kariery, dotyczące tego samego sportu, dają bardzo rozmaite konfiguracje danych do oceny skuteczności technik zwalczania bólu, świadczą też o odmiennych funkcjach technik zwalczania bólu. Tutaj słusznie Habilitantka wskazuje na ich funkcje faworyzujące proces regeneracji, to jest podejście nowe i nowoczesne, jak sędzę. Ponadto stwierdzenie że „zawodnicy taekwon-do nie wyolbrzymiają znaczenia bólu, jest on wyzwaniem i wskazaniem do poprawy przygotowania ogólnego”. Ma znaczenie zarówno merytoryczne, jak i wprost techniczne, jako bezpośrednie wskazanie i wytyczna do treningu sportowego i psychologicznego.

Tekst piąty - Ortenburger, D., Wasik, J., & Bukova, A. (2015), dotyczy treningu taekwondo w kontekście radzenia sobie z negatywnymi emocjami.

Skuteczne radzenie sobie z negatywnymi emocjami ma znaczenie adaptacyjne, a wraz z umiejętnością nawiązywania pozytywnych relacji społecznych, stanowi czynnik ochronny. Nieumiejętności indywidualne w tym zakresie natomiast, stanowią istotny czynnik wystąpienia zaburzeń depresyjnych. Celem serii badań opisanych w artykule było określenie, jak ćwiczący taekwon-do radzą sobie z negatywnymi emocjami i czy częstotliwość treningów i wiek oraz zmienne sytuacyjne, np. uczestnictwo w obozach taekwon-do różnicują grupę w tym obszarze. Zbadano 47 osobową grupę zawodników taekwon-do trenujących co najmniej 4 lata w średnim wieku $25,17 \pm 9,73$ lat.

Analiza statystyczna metodą k-średnich wyodrębniła dwa istotnie się różniące skupienia przypadków, odmienne pod względem radzenia sobie z emocjami i częstością uczęszczania na treningi. Wyższe wskaźniki poziomu radzenia sobie z negatywnymi emocjami wystąpiły w tym skupieniu, w którym były osoby z dłuższą praktyką i częściej uczestniczące w treningach taekwon-do, lepiej radzące sobie z odczuciami związanymi z frustracją, gniewem, i emocjami związanymi z ewentualną porażką.

Można tu wnioskować, jak stwierdza Habilitantka, że właściwa praktyka sztuk walki może stanowić źródło zróżnicowanych doświadczeń wspierających rozwój fizyczny i psychiczny człowieka, i przynosi poprawę zdrowia fizycznego ćwiczących oraz ich

samopoczucia. Tym samym badania konsekwentnie wpisują się w koncepcje salutogenetyczną, zgodnie z przyjętą przez Wnioskodawczynię podstawa teoretyczną.

Tekst szósty - Ortenburger, Wąsik, Mosler, (2021), dotyczył spostrzegania własnej efektywności i zachowań związanych ze zdrowiem w kontekście treningu taekwon-do na obozie. Respondenci, którzy uczestniczyli w dużej ilości obozów sportowych deklarowali wyższy poziom poczucia skuteczności. Badaniami objęto 58 zawodników praktykujących taekwon-do od co najmniej 4 lat, w tym 32 mężczyzn i 26 kobiet w średnim wieku $26,36 \pm 8,97$ lat.

Analiza współczynników korelacji wykazała związek między spostrzeganiem własnej skuteczności, a nawykami zdrowotnymi, prawidłowym odżywianiem i pozytywnym nastawieniem psychicznym. Wynik ten potwierdził się w analizie skupień, wskazującej na dwie podgrupy, różniące się poczuciem skuteczności oraz zachowaniami zdrowotnymi. Wyniki korespondują też z badaniami dowodzącymi, że wyższe poczucia skuteczności wiążą się ze słabszą tendencją do spostrzegania popełnionych błędów jako porażek, co może chronić przed wyolbrzymianiem problemów sytuacji przegranej.

Cykl prac naukowych wskazanych jako Osiągnięcie dostarczył, zdaniem Habilitantki, nowych danych, wniosków, hipotez. Przechodzę do podsumowania oceny Osiągnięcia.

Przyjęcie koncepcji salutogenetycznej umożliwiło Habilitantce badania nad znaczeniem - w przygotowaniu sportowym i postawie wobec zdrowia – koherencji, właściwości pozwalającej widzieć rzeczywistość jako spójną i sensowną. Wyniki mogą zmienić pogląd na status sztuk walki. Spowodować szersze, inne ich widzenie, bardziej interdyscyplinarne, w którym taekwon- do, jest środkiem terapii, rehabilitacji i metodą podwyższania jakości życia, nie tylko egzotycznym sportem walki. Poczucie koherencji jest predyktorem zachowań zdrowotnych u zawodników taekwon-do niezależnie od płci. Wyniki badań dr Ortenburger pozwalają uznawać tę sztukę walki za grupową formę aktywności fizycznej, sprzyjającą rozwojowi psychofizycznemu w sensie ogólniejszym, wliczając w to przygotowanie sportowe, akcentując nastawienie na wysoką jakość życia i dobrostan.

Habilitantka stwierdziła, że udział w rozmaitych formach szkolenia w taekwon-do wiąże się z podwyższaniem poziomu poczucia własnej skuteczności u zawodników, na co wpływają różnice indywidualne, ale też staż treningowy i zawodniczy. Poczucie koherencji i sensowności oraz szkolenia stanowią istotny czynnik wpływający na intensywności poziomu lęku. Aktywne i częste uczestnictwo w zajęciach grupowych i treningach wiąże się z wyższym poczuciem sensowności wśród zawodników taekwon-do. Wiek jedynie częściowo wyjaśniał te

zależności. Wnioski z tych badań przydatne są zarówno w szkoleniu zawodników, jak i w pracy z pacjentami.

Dr Ortenburger stwierdziła występowanie pewnej asymetrii w stosowaniu technik opanowywania stresu. U mężczyzn poziom konstruktywnej mobilizacji w stresie był wyższy niż u kobiet. Ponadto kobiety wykazywały wyższą wartość wskaźnika zachowań prozdrowotnych. Jakkolwiek jest to przyczynek do ciągle rozbudowanej dziedziny analiz i badań procesów zmagania się ze stresem, to te konstatacje są cenne w kontekście omawianego sportu walki i jego zastosowań w terapii w ogóle.

W kwestii radzenia sobie przez zawodników z bólem, w czym Habilitantka jest wyspecjalizowana, jej badania dowodzą, że strategia określana jako katastrofizowanie koreluje ujemnie z wszystkimi trzema aspektami poczucia koherencji: zaradnością, zrozumiałością i poczuciem sensowności oraz z intensywnością konstruktywnej mobilizacji do działania pod wpływem stresu. Ponadto koreluje ona ujemnie z intensywnością konstruktywnej mobilizacji do działania pod wpływem stresu. Strategia polegająca na odwracaniu uwagi od bólu jest silnie współzależna z dążeniem do przewartościowywania bodźców oraz umiarkowanie ze strategią behawioralnego radzenia sobie z bólem.

Wniosek z badań głosi, że aktywne uczestnictwo (uprawianie) taekwon-do może dodatkowo wzmacniać organizm człowieka, poprzez zwiększanie udziału konstruktywnych strategii związanych z radzeniem sobie z bólem.

Przyjmując, jak cytowana Badaczka, perspektywę salutogenetyczną, czyli szerokie nastawienie na wyszukanie oraz zweryfikowanie zmiennych służących zdrowiu, w aspekcie aktywnym, dostrzegamy w Jej pracach właściwości jednostki, sprzyjające równowadze, harmonii, zdrowiu. Uzyskane wyniki ponadto jednoznacznie potwierdzają, że „narzędzia zawierające się w obszarze badań z zakresu nauk o kulturze fizycznej stanowią istotny czynnik wspomagający leczenie bólu” (Autoreferat, s. 22). Ta konkluzja, zamykająca relacje z Osiągnięcia Habilitantki wydaje mi się najważniejsza.

Ocena osiągnięć dydaktycznych, organizacyjnych i popularyzatorskich oraz współpracy międzynarodowej

Aktywność dydaktyczna

Habilitantka prowadzi wykłady, ćwiczenia, seminaria i warsztaty na wszystkich stopniach studiów stacjonarnych i niestacjonarnych kierunku wychowanie fizyczne, fizjoterapia, pielęgniarstwo oraz innych kierunkach. Wykaz ważniejszych prowadzonych przedmiotów (wybrane, najważniejsze kursy): *Psychologia w sporcie z elementami diagnozy*

różnic indywidualnych, Elementy psychologii klinicznej w pracy trenera, Psychologia w sporcie, Psychologia kultury fizycznej; Opieka i edukacja terapeutyczna w chorobach przewlekłych: ból; Opieka i edukacja terapeutyczna w chorobach przewlekłych - zaburzenia zdrowia psychicznego, Psychopatologia, Psychologia - psychologia ogólna, psychologia kliniczna, psychoterapia. Terenowe formy aktywności fizycznej, Psychologia kliniczna, Edukacja zdrowotna na wyższych etapach edukacyjnych, Podstawy psychologii dla nauczycieli szkół podstawowych, Podstawy psychologii z elementami wiedzy z psychosomatyki, Elementy psychologii klinicznej w pracy trenera, Psychologia zdrowia.

Na studiach podyplomowych „Podyplomowe studia trenerskie taekwon-do (uprawnienia trenera klasy Mistrzowskiej oraz I i II klasy)” Habilitantka prowadziła przedmioty, których celem było przygotowanie do wykorzystania wiedzy psychologicznej w pracy trenera i instruktora różnych grup wiekowych – wykłady i ćwiczenia.

Habilitantka pracowała merytorycznie i rozszerzyła ofertę edukacyjną UJD o kilka nowych przedmiotów.

Była i jest promotorem 35 prac dyplomowych, zarówno magisterskich jak i licencjackich studentów kierunków wychowanie fizyczne i fizjoterapia (w sumie ponad 70 prac na różnych kierunkach).

Habilitantka brała udział w wielu znaczących przedsięwzięciach dydaktycznych i popularyzatorskich, wymienię kilka (Autoreferat, s. 27-28):

Była Koordynatorką zajęć profesora wizytującego z Instytutu Zdrowia Narodowego Uniwersytetu Gospodarki i Wykorzystania Zasobów Naturalnych, Ukraina, 2019r.

Działała jako Członkini: „Interdyscyplinarnego Zespołu Badawczego „Ja Częstochowianin”. Na styku przeszłości i współczesności”. Brała udział w organizacji działań w obszarze obejmującym procesy tożsamościowe w obszarach podlegających Częstochoowskiemu Towarzystwu Naukowemu. Organizowała prace ze strony Uczelni w Triennale *Sztuki Sacrum* (Miejska Galeria Sztuki) Koordynowanie czynnego udziału pracowników i studentów w konferencji oraz w warsztatach metodycznych podczas 7. Triennale *Sztuki Sacrum Widzenie dzieła sztuki. Percepcja i interpretacja* (2010). Brała udział w pracach przygotowujące do czynnego udziału studentów Uczelni w Programie Era Nowe Horyzonty Edukacji Filmowej we współpracy z Miejską Galerią Sztuki w Częstochowie.

Opiekowała się studentami oraz studenckim ruchem naukowym: pełniła funkcję Opiekunki roku na kierunku Fizjoterapia studia niestacjonarne w Instytucie Wychowania Fizycznego Turystyki i Fizjoterapii (do 2019 roku) i na kierunku Wychowanie Fizyczne II

stopień 2019. Opracowywała materiał informacyjny do wniosku o utworzenie kierunku lekarskiego dotyczącego działającego studenckiego ruchu naukowego na UJD. Przygotowała prezentację dokonań i form czynnego udziału studenckich kół naukowych UJD w celu przedstawienia tych informacji we wniosku pokazującym jakie daje to możliwości studentom nowo powoływanego kierunku lekarskiego. Opracowała charakterystyki studenckiego ruchu naukowego w i zestawień za lata 2016-2018, z wykazem prac naukowych publikowanych przez członków studenckiego koła naukowego w czasopismach naukowych. Wykonywała prace związane z opieką nad działalnością naukowo-badawczą studenckiego ruchu naukowego 2015 - nadal Opiekun Studenckiego Koła Naukowego, „Aktywność-Kultura-Zdrowie” 2010 – 2022, była Opiekunką Międzywydziałowego Studenckiego Koła Naukowego.

Wspomagała organizację dydaktyki: brała udział w opracowywaniu wniosku o nadanie uprawnień do nadawania stopnia doktora w zakresie nauk o zdrowiu.

Habilitantka była Promotorką pomocniczą w przewodzie doktorskim w dyscyplinie nauki o kulturze fizycznej w przewodzie doktorskim mgr. Dariusza Moslera. Temat rozprawy doktorskiej: *Kinematyczny efekt celu a prędkość wybranych kopnięć w taekwon-do*. Data obrony rozprawy doktorskiej: 12 listopada 2020 r. Data nadania stopnia: 26 listopada 2020 r. Wydział Kultury Fizycznej i Zdrowia Uniwersytetu Szczecińskiego.

W Autoreferacie znajdują się informacje o następujących grantach i stypendiach zagranicznych:

- 2018 - Grant European Pain Federation – European Pain Federation 2018- Winter Pain School, The Pain Relief Foundation, Clinical Sciences Centre, Aintree University Hospital, Liverpool.
- 2013 - Grant European Federation of IASP® Chapters “Europe Against Pain” (EAP).Pain Schools Klagenfurt 2013
- 2008 - Grant International Association for the Study of Pain “Personality predictors in depression at chronic musculoskeletal pain patients”.

Habilitantka podała informacje o odbyciu staży naukowych w zagranicznych instytucjach naukowych:

Universita Cattolica del Sacro Cuore, VC. Włochy 1.10.2017- 2.01.2018

Rezultat stażu (publikacje ważne dla współpracy międzynarodowej):

Spalek R, Ortenburger D, Szerla M, Bitner B. Musculoskeletal pain as a challenging problem for patients and occupational therapists, *Physical Activity Review*, 2017; 5: 196-201. doi: 10.16926/par.2017.05.24

Spalek R, Ortenburger D, Wasik J, Szerla M. (2019). Goals of interdisciplinary programmes occupational therapy - selected aspects. *Book of Abstracts 2nd World Scientific Congress, Quality of Life in Interdisciplinary Approach*, 5-7.11.2019 Kochcice, Poland 3.

Major B, Matyja J, Ortenburger D, Wasik J, Gora T, Mosler D, Spalek R. (2019). Selected Psychological Aspects Of Urban Audiosphere. *Book of Abstracts IV International Science Conference for Students and Doctorate Students. Physical Activity and Health in the Interdisciplinary Approach*. 24 maja 2019, Częstochowa.

Uniwersytet Kardynała Wyszyńskiego, Wydział Filozofii Chrześcijańskiej 1.10.2018-31.12.2018.

Współpraca konferencyjna:

- Scientific Committee Member NORDSCI International Conference 2019, Athen, Greece; 2018, Helsinki, Finland
- Organizacja kongresu: 3rd World Scientific Congress pt. "Quality of Life in Interdisciplinary Approach" 26-28.10.2022 Kochcice Poland
- Udział w tworzeniu konferencji międzynarodowych, jako członek komitetu organizacyjnego:
- 4th International Scientific Conferences for Students and PhD Students „Physical Activity and Health in Interdisciplinary Approach” Czestochowa, Poland May 24, 2019;
- 1st World Congress “Quality of Life in Interdisciplinary Approach” Kochcice, Poland, November 22-24, 2018;
- III International Conference Physical Activity and Health in Interdisciplinary Approach Czestochowa, May 11, 2018;
- II Międzynarodowa konferencja naukowa Jakość Życia & Joga i Sztuki Walki Częstochowa, 2-4 Grudzień 2017;
- Międzynarodowa Konferencja Naukowa Studentów i Doktorantów „Aktywność Fizyczna i Zdrowie w ujęciu interdyscyplinarnym” Częstochowa, 17 maja 2017;
- I Congress on Health and Martial Arts in Interdisciplinary Approach, HMA 2015 17–19 September 2015, Czestochowa, Poland;
- Przewodnicząca Komitetu Organizacyjnego Ogólnopolskiej Konferencji Naukowo-Metodycznej Widzenie dzieła sztuki. Percepcja i interpretacja, 7. Triennale Sztuki Sacrum (7-9 kwietnia 2010). Organizator: Wydział Nauk Społecznych AJD, Miejska Galeria Sztuki;

- Komitet Organizacyjny VI Sympozjum Anestezjologów Ziemi Częstochowskiej 14-16.09. 2006 Poraj.

Jest to intensywna aktywność organizacyjna, spójna z przedmiotem aktywności naukowej Habilitantki.

Oceniając działania organizacyjne Habilitantki i jej współpracę międzynarodową , w odwołaniu do tabeli zatytułowanej „Zestawienie efektów prowadzonej współpracy z krajowymi i zagranicznymi ośrodkami naukowymi”, nie zawsze były to staże, (Autoreferat, s 30) stwierdzam, że współpraca z wymienionymi ośrodkami naukowymi zawsze owocowała publikacjami, rok ich wydania drukiem podaję w nawiasach: University Jana Purkyniego w Ustii Nad Labem, (2017); Pavol Jozef Safarik University, (2019, 2015); Lviv State University of Physical Culture, (2021, 2020, 2019); National University of Physical Education and Sport in Kiev (2021, 2020, 2019); Lesya Ukrainka Eastern European National University, Lutsk (2017, 2018, 2019, 2020); Universita Cattolica del Sacro Cuore (2017), The University of Gävle (2017), Saint Marys Hospital (2017). Podobne efekty dla współpraca z uczelniami polskimi: Akademia Wychowania Fizycznego w Katowicach (2021), Politechnika Śląska (2018), Uniwersytet Jana Kochanowskiego (2016), Uniwersytet Rzeszowski (2015).

Warto zwrócić uwagę na współpracę z krajami ościennymi, gdyż bliskość kulturowa i przynależność językowa oraz pokrewieństwo genetyczne tworzy tak wiele podobieństw, że badania porównawcze są subtelniejsze i dobrze uzasadnione w perspektywie nauk o zdrowiu i kulturze fizycznej.

Habilitantka otrzymała następujące nagrody i wyróżnienia

- Nagrody Rektora za osiągnięcia w pracy naukowej i dydaktycznej indywidualne: 1999; 2002, 2003, 2009; 2013, 2017, 2018, 2022.
- Nagroda i wyróżnienie na konferencji The Science of Pain and its Management, EuroSciCon Londyn, 8-10.12.2015
- Nagroda i wyróżnienie Komisji Naukowej Polskiego Towarzystwa Badania Bólu (2009; 2011).

Przynależność do organizacji naukowych

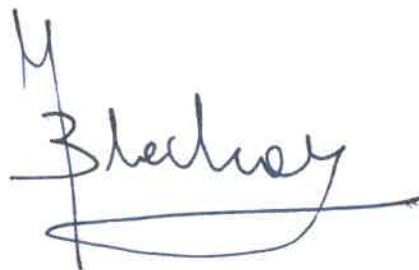
IASP - International Association for the Study of Pain, PTBB - Polskie Towarzystwo Badania Bólu, CZTN- Częstochowskie Towarzystwo Naukowe.

Konkluzja

Dorobek naukowy, ale też publikacyjny, dydaktyczny, organizacyjny i wynikający ze współpracy międzynarodowej Habilitantki naznaczone są Jej intensywnym zaangażowaniem w problematykę interdyscyplinarnie uprawianej problematyki bólu, psychologii uprawiania koreańskiej sztuki walki taekwon-do. Przyjmuje Ona perspektywę nauk o zdrowiu mając za narzędzie koncepcję salutogenetyczną. Jej publikacje są oparte na badaniach zaprojektowanych zgodnie z regułami metodologii, mają wyczerpujące i adekwatne opracowane statystyczne, są zinterpretowane w świetle szerokiej literatury przedmiotu.

Ponadto Habilitantka spełnia i spełniała na swojej uczelni wszelkie obowiązki statutowe, - nauczania, opieki, kierowania, organizacji i realizacji pracy naukowej, dydaktyki. Intensywnie wspomagała rozwój uczelni.

Na podstawie dorobku naukowego przedstawianego w Autoreferacie i w zbiorze powiązanych z nim publikacji, oraz właściwości aktywności zawodowej, organizacyjnej i dydaktycznej dr Doroty Ortenburger jednoznacznie stwierdzam, że **spełniła Ona wymagania stawiane habilitantom. Osiągnięcie zatytułowane „Psychologiczne uwarunkowania wspierania rozwoju potencjału zawodników taekwon-do w perspektywie salutogenetycznej” będące cyklem sześciu artykułów, wnosi istotny wkład do wiedzy w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu, w dyscyplinie nauki o kulturze fizycznej.**

A handwritten signature in blue ink, consisting of a vertical line on the left, a horizontal line across the middle, and a large, sweeping flourish on the right that loops back under the horizontal line.

Kraków, 30.08. 2023.