

# **Recenzja rozprawy doktorskiej mgr Anny Józefczyk „Systemowe mechanizmy kształtowania dobrostanu psychicznego młodych dorosłych”**

## **Wprowadzenie**

Temat pracy doktorskiej mgr Anny Józefczyk dotyczy zagadnienia niezwykle ważnego i chociaż tytuł rozprawy brzmi neutralnie i naukowo, to w istocie chodzi o zmierzenie się z problemem kluczowym i starym jak świat: **od czego zależy, czy człowiekowi jest dobrze na świecie.** Innymi słowy: **jak być rodzicem, żeby dziecku było dobrze na świecie, gdy będzie dorosłym człowiekiem?** (Któż z nas nie chciałby znać na to odpowiedzi?) Na te pytania od dwóch tysięcy starają się znaleźć odpowiedź – z różnym skutkiem - filozofowie, przywódcy religijni, pedagodzy i artyści. Mgr Anna Józefczyk podjęła to zagadnienie z perspektywy neutralnego i precyzyjnie rozumującego naukowca i – powiedzmy to od razu – uzyskała cenną i wartą rozpowszechnienia odpowiedź. A ściślej mówiąc: uzyskała szereg odpowiedzi, gdyż zagadnienie jest złożone i szukanie odpowiedzi prostej, jednoznacznej skazane byłoby na porażkę.

Doktorantka podjęła problem idąc szlakiem oczywistych intuicji (a zarazem je sprawdzając), że dobrostan osoby dorosłej (w przypadku problemu badawczego: młodej dorosłej) może zależeć od tego, co się działo w życiu tej osoby, gdy była dzieckiem, a w szczególności, co się działo między rodzicami oraz co się działo między rodzicami a tą osobą. Na to zagadnienie autorka spojrziała odwołując się do teorii Murray'a Bowena i był to wybór trafny co najmniej z dwóch powodów. Po pierwsze, teoria i jej kluczowe tezy okazały się mieć niebanalna moc wyjaśniająca, a po drugie sama teoria, sformułowana blisko pół wieku temu, a w ostatnich dziesięcioleciach nieco zapomniana, zyskuje w rozprawie mgr Józefczyk wiele argumentów przemawiających za jej wartością.

## **Treść pracy**

W części teoretycznej autorka precyzuje istotę projektu badawczego, konkretnie przybliżając takie pojęcia jak „dobrostan psychiczny”, „wczesna dorosłość” czy „system rodzinny”. Należy podkreślić, że opis tych pojęć jest niezwykle obszerny, zawiera perspektywę psychologiczną, ale także filozoficzną i kulturową, a we fragmentach nawet

biologiczną (gdzie pisze o hormonach szczęścia). Licząca blisko sto stron część wstępna sama w sobie mogłaby być koherentną rozprawą naukową, a jej poszczególne rozdziały mogłyby być odrębnymi publikacjami (przykładowo: rozdz.1. „Dobrostan w różnych ujęciach teoretycznych”).

Szczególne miejsce w tym opisie zajmuje, co zrozumiałe, teoria Bowena.<sup>1</sup> Warto zaznaczyć, że bowenowska koncepcja „systemu emocjonalnego w rodzinie” należy (po latach zapomnienia) do elementarza terapeuty rodzinnego. Teoria Bowena została opisana w pracy doktorantki czytelnie, wnikliwie i ma walory wysokiej użyteczności dydaktycznej. Jest to tym cenniejsze, że obecnie mamy coraz częściej do czynienia z próbami łączenia podejścia systemowego i psychodynamicznego w terapii rodzin, a sam Bowen chociaż kładł podwaliny pod systemową teorię rodziny nie kwestionuje roli podświadomości (o czym zresztą autorka sama wzmiankuje).

Kluczowe miejsce w opisie doktorantki zajmuje kategoria dyferencjacji JA (w literaturze polskojęzycznej opisywana także jako „różnicowanie JA”). Jest to kategoria opisująca dwa kluczowe aspekty egzystencji ludzkiej: wspólnotę *versus* indywidualność (wymiar interpersonalny) oraz procesy emocjonalne *versus* procesy umysłowe (wymiar intrapsychiczny). Te wymiary Bowen traktuje jako podstawową perspektywę do opisu zjawisk rodzinnych, a doktorantka idąc tym tropem bada, w jakim stopniu, w zależności od czego i w jakich okolicznościach owo różnicowanie może stanowić o dobrostanie osoby dorosłej.

### **Część badawcza**

Wysoko oceniam dokładność i precyzję przygotowanej przez autorkę pracy metodologicznej, liczebność grupy badanej, staranność w doborze narzędzi badawczych, a wcześniej ich przygotowanie (między innymi poprzez adaptację kwestionariusza badającego mechanizmy regulacji napięcia w rodzinie). Tak więc proces badawczy nie sprowadzał się do testowania hipotez, lecz był wieloczęściowy, a kolejne etapy logicznie z siebie wynikały. Przyjęte przez badaczkę narzędzia (rozdz. 6.2.1.- 6.2.3) dobrane są trafnie i opisane niezwykle szczegółowo, podobnie zresztą jak sama procedura badawcza i analiza wyników. Nawiasem mówiąc, ta ostatnia wymagała ode mnie dodatkowych studiów nad obecnie stosowanymi metodami statystycznymi i tym bardziej pozostaje z głębokim uznaniem wobec podjętej przez autorkę pracy.

---

<sup>1</sup> Warto tu nadmienić, że Bowena można traktować jako jednego z głównych twórców systemowej teorii rodziny, a jego wpływ na praktykę kliniczną jest niezaprzeczalny, chociaż nie zawsze identyfikowany. Takie pojęcia jak triangulacja, fuzja ego czy dyferencjacja JA są obecne w codziennym słowniku terapeutów rodzinnych i często stanowią kategorie pryzmatyczne, pomagające zrozumieć rodzinę i jej dysfunkcję.

Celem, jakie doktorantka postawiła przed swoim badaniem, było uzyskanie odpowiedzi między innymi na następujące pytania:

1. Czy zachodzi związek między poziomem dyferencjacji ja a dobrostanem dorosłego, innymi słowy, czy zachodzi związek między odrębnością emocjonalności i racjonalności u danej osoby a jej zadowoleniem z życia?
2. Czy zachodzi związek między tym, jaki jest poziom dyferencjacji Ja danej osoby a poziomem dyferencjacji Ja rodziców u tej osoby?
3. Jakie dysfunkcjonalne relacje między rodzicami są predyktorem braku dobrostanu dorosłego?
4. Czy triangulacja osoby dorosłej, gdy była dzieckiem też wpływa na ten dobrostan?

Wskazując na te cztery pytania, należy podkreślić, że sama autorka stawia tych pytań znacznie więcej, uszczegóławiając je, wnikając w problemy i szukając na nie odpowiedzi poprzez wyrafinowane procedury statystyczne.

### **Uwagi na temat pracy**

Podjęcie przez autorkę wyżej wymienionych wątków wydaje się dodatkowo aktualne, gdyż – jak zauważa autorka (str. 92) - powstaje pytanie, na ile intensywnie zmieniające się uwarunkowania kulturowe czynią obserwacje Bowena sprzed pół wieku nieaktualnymi. Tu należy od razu dodać, że uzyskane przez doktorantkę wyniki dowodzą, że olbrzymia większość intuicji Bowena okazały się trafne, a wykazanie tego, to jeden z najcenniejszych efektów pracy doktorantki.

Jest swoistym wyzwaniem badanie zjawisk rodzinnych i próba zalgorytmizowania mechanizmów rządzących rodziną w sytuacji, gdy 1. złożoność i wieloczynnikowość zjawisk wewnątrzrodzinnych skazuje nas zawsze na frustrację związaną z nieuzyskaniem obrazu pełnego; 2. zjawiska rodzinne mają charakter cyrkularny i uwikłane są w sprzężenia zwrotne, a epistemologia linearna może się okazać nieadekwatna. Pisze o tym pośrednio autorka (s. 117): „mechanizmy regulacji napięcia mogą się częściowo przenikać lub przechodzić jedno w drugie, a zatem pozostają ze sobą w ścisłej zależności”. Recenzent odniósł wrażenie, że autorka pracy jest świadoma, że epistemologia cyrkularna byłaby bardziej użyteczna w badaniu rzeczywistości rodzinnej, a jednocześnie, że proces badawczy skłania do respektowania metodologii linearnej. Ten dylemat być może byłby do pokonania poprzez wzbogacenie badań ilościowych badaniami jakościowymi. Ale nie jest moim zadaniem proponowanie tego osobie, która dokonała tytanicznego dzieła na gruncie badań ilościowych.

## Uwagi dotyczące uzyskanych wyników

1. Zgadzam się z autorką pracy, że wyniki opierają się na deklaracjach osób badanych, a więc wiemy więcej o tym, jak oni chcą być widziani niż o tym, jacy są. Może tu silną rolę odgrywać wzorzec kulturowy, który na przykład nakazuje kobietom być bardziej emocjonalnymi, a mężczyznom bardziej racjonalnymi. Rzecz jasna uwaga ta nie oznacza kwestionowania uzyskanych rezultatów badawczych, a jedynie wskazuje na złożoność problemu.
2. Jeśli nie przeoczyłem istotnych danych, to badane rodziny są to osoby żyjące w miastach. Zastanawiam się, w jakim stopniu ten fakt wpływa na uzyskane wyniki i czy ta okoliczność demograficzna nie wymusza ograniczeń we wnioskowaniu. Można bowiem domniemywać, że wzory kulturowe silne w mieście są inne niż te dominujące w małych aglomeracjach czy na wsi. Jest to zresztą problem wielu badań, kiedy trzeba doprecyzować, do jakiej podgrupy czy kultury odnoszą się uzyskane wyniki.
3. Podobne ograniczenie wynika z faktu, że badane były tylko rodziny „pełne”, a więc takie, w których nie doszło do rozwodu. Nie jest to, oczywiście, zarzut. Wręcz przeciwnie: dobór grupy był merytorycznie uzasadniony i precyzyjnie przeprowadzony. Trudno się jednak oprzeć pokusie zapytania, jak opisane przez autorkę procesy przebiegają w rodzinach (formalnych bądź nieformalnych), u których dysfunkcja, na przykład triangulacja dziecka, doprowadziła do rozstania.
4. Powstaje pytanie, na ile badanie przekłada się na wnioski praktyczne, w tym przypadku – czy uzyskane wyniki stanowią mogą użyteczną odpowiedź klinicytom i terapeutom indywidualnym i terapeutom rodzinnym. Odpowiedź jest jednoznacznie pozytywna, przy czym nie należy tego rozumieć jako zachętę, by – idąc za uzyskanymi wynikami - na przykład wstępnie w konkretnej terapii przyjmować, że żony „prezentują wyższy poziom nierozwiązanego przywiązania emocjonalnego od rodziców [...] niż mężowie.” (s. 229). Bowiem użyteczność wiedzy naukowej dla praktyki terapeutycznej nie ma polegać na bezpośredniej aplikacji jakiegoś twierdzenia do każdej rodziny, lecz ma wytwarzać w umyśle terapeuty swego rodzaju wrażliwość i uważność na skomplikowane zjawiska wewnątrzrodzinne. Tym nie mniej hipotezy i pytania stawiane przez autorkę mają niemal dosłowne odzwierciedlenie w wyzwaniach, przed jakimi stoi terapeuta w czasie sesji z rodziną. Przykładowo (s. 133): „*Wyższe nasilenie mechanizmu nadmiernej koncentracji rodziców na dziecku jest związane z jego niższym poczuciem dobrostanu psychicznego*”). Tak więc praca stanowi zachętę, by Murray Bowen wrócił na seminaria i kursy kształcące przyszłych terapeutów, gdyż jego refleksje sprzed

niemal pół wieku są nie tylko aktualne, ale także wnikliwie i skierowujące wrażliwość terapeuty na kluczowe obszary procesu rodzinnego.

5. Autorka jest słusznie ostrożna przy określaniu charakteru związków przyczynowo-skutkowych i używa raczej kategorii współzależności. Jest to tym ważniejsze, że opisując fenomeny rodzinne najbardziej użyteczna jest teoria systemowa (do której zresztą autorka bezpośrednio nawiązuje) i epistemologia cyrkularna. O tej perspektywie autorka wspomina rzadko, a szkoda, gdyż właśnie ona pomaga zbliżyć się do rozstrzygnięcia wielu dylematów, na przykład pytania, czy niska dyferencjacja JA ma wpływ na pojawienie się zaburzeń psychicznych. Fuzja może być skutkiem a nie tylko przyczyną zaburzenia psychicznego (tak podpowiada doświadczenie kliniczne i perspektywa cyrkularna). Tę kwestię mogłyby ewentualnie pogłębiać badania longitudinalne (o których zresztą autorka wspomina. (s. 82).

6. Jako szczególnie interesujące spostrzegam wyniki następujące:

\* U kobiet pojawia się większa niż u mężczyzn trudność w budowaniu zróżnicowanego JA (a więc – w uproszczeniu – oddzielania emocjonalności od racjonalności). Ta obserwacja, podobnie jak wiele innych uzyskanych z badania można odnosić do mocy wzorca kulturowego i stanowi przyczynek do wiedzy z obszaru *gender study*. Proces triangulacji, kluczowy z perspektywy klinicznej, znajduje swoje późne skutki w obniżonej u młodego dorosłego dyferencjacji JA.

\* Stopień reaktywności emocjonalnej jest przekazywany kolejnym pokoleniom i ma wpływ na poziom dobrostanu osoby dorosłej.

\* Symptomy chorobowe obecne w rodzinie stanowią istotny czynnik współtworzący triangulację i utrudniający proces budowania dobrostanu osoby dorosłej. (Opis procesu triangulacji i parametrów wpływających na ten proces jest szczególnie cenny dla terapeutów pracujących z rodzicami nastolatków.)

\* Szczególnie cenna jest konkluzja autorki, będąca zarazem swego rodzaju kontekstualizacją społeczną badania. Coraz wyraźniej obecny wzorzec kulturowy polegający na - jeśli tak można powiedzieć - zjawisku „opóźnienia dorostania” może być głębiej rozumiany poprzez odniesienie do triangulacji rodzicielskiej, zwłaszcza matczynej. Znamienny jest fakt, że – jak zauważa autorka - młodzi dorośli za atrybut dorosłości uważają w większym stopniu swoją autonomię, niż pełnienie ról społecznych. Ta obserwacja wydaje się być szczególnie cenna dla tych, którzy współkształtują współczesną rodzinę, a więc nie tylko dla terapeutów rodzinnych i pedagogów i daje dodatkowy obraz

tego, co się dzieje we współczesnej kulturze i co – być może – zapowiada określone społeczne niebezpieczeństwa na przyszłość.

### **Uwagi formalne i wątpliwości**

Praca od strony formalnej imponuje starannością i rzetelnością. Bogata (rzekłbym: przebogata, bo licząca prawie 400 pozycji) bibliografia, odwoływanie się do źródeł, minimalna liczba literówek, precyzyjny styl – sprawiają, że czytelnik ma poczucie, że obcuje z pracą naukową wysokiej rangi. Jednocześnie precyzja, a może nawet perfekcja autorki każe jej wiele wątków zgłębiać tak wielostronnie (a czasami – wielokrotnie), że zmusza czytelnika do wytrwałości w koncentrowaniu uwagi. Być może podniosłoby klarowność przekazu, gdyby poszczególne rozdziały i podrozdziały kończyły się zdaniem/dwoma podsumowującymi wywódm.

Drobne zastrzeżenie dotyczy wielokrotnego cytowania jako głównej pracy Murray'a Bowena wydania z roku 2004 (on już wtedy nie żył), podczas gdy pierwsze wydanie tejże *Family Therapy in Clinical Practice* datowane jest na rok 1978 i odwoływanie się do tej publikacji czyniłoby logicznym, że inne prace wydane w latach 90-tych XX wieku, odnoszą się do istniejącej już (a nie – mającej się w przyszłości ukazać) pracy Bowena. I druga – jeszcze bardziej drobna – uwaga: autorka używa w odniesieniu do swojej pracy określenia „nowatorski charakter badań” (str. 123). Myślę, że ten rodzaj autoafirmacji ma swoje pełne uzasadnienie w treści pracy i uzyskanych wynikach, wszakże to do zadań recenzenta należy ocena, na ile badania są nowatorskie.

### **Zakończenie**

Doktorantka jest zobowiązana do precyzyjnego, naukowego i suchego języka, ale recenzentowi wolno uprościć wnioski i wydobyć z niezwykle gęstszyc danych to, co uznaje za szczególnie interesujące. A więc: Młodemu u człowiekowi jest gorzej na świecie, jeśli jego rodzice nie usiłują rozwiązywać emocjonalnych problemów między sobą i wikłają w te problemy swoje dziecko. Im bardziej to dziecko jest wikłane przez rodziców w ich słabo zróżnicowane JA, tym większe zachodzi prawdopodobieństwo, że owemu dziecku, gdy już będzie dorosłe, będzie gorzej na świecie.

Można by powiedzieć, że tak sformułowany ogólny wniosek jest swego rodzaju banałem pochodzącym z popularnego pisma dla młodych rodziców. Tak jednak nie jest, gdyż ów wniosek ogólny został przez badaczkę głęboko uszczegółowiony i dzięki temu dysponujemy wiedzą na temat licznych dodatkowych aspektów tego zjawiska. A ponadto ma swoją osobną wartość, kiedy jakieś tezy popularne zostaną doprecyzowane i udowodnione rzetelnym badaniem.

Pozostając zatem w przestrzeni badawczej stwierdzam, że jakość opisanego procesu badawczego i uzyskane przez autorkę wyniki kwalifikują dysertację do przeredagowania jej na szereg prac odrębnych i opublikowanie ich w wysokopunktowanych pismach naukowych.

### **Podsumowanie**

Przedstawiona rozprawa doktorska mgr Anny Józefczyk „Systemowe mechanizmy kształtowania dobrostanu psychicznego młodych dorosłych” stoi na bardzo wysokim poziomie. Autorka zaprezentowała głęboką erudycję w zakresie badanego obszaru, niezwykle rzetelny warsztat badawczy oraz umiejętność twórczej i pogłębionej analizy uzyskanych wyników. W szczególności uważam, że uzyskane wyniki stanowią niebanalną empiryczną weryfikację teorii bowenowskiej, a nawet jej pogłębienie.

Uważam, że praca ta spełnia warunki określone w art. 13 ust. 1 ustawy z dnia 14.03.2003 o stopniach i tytule naukowym oraz o stopniach i tytule w zakresie sztuki, z późn. zm. zgodnie z par. 6 rozporządzenia Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego z dnia 26.09.2016 w sprawie szczegółowego trybu i warunków przeprowadzanie czynności w przewodzie doktorskim. Z głębokim przekonaniem wnioskuję o dopuszczenie mgr Anny Józefczyk do dalszych etapów przewodu doktorskiego. Ponadto uważam, że praca zasługuje na wyróżnienie.

**Prof. dr hab. n. med. Bogdan de Barbaro**