

POSUDOK NA HABILITAČNÚ PRÁCU

Mgr. Moniky Hricovej, PhD.

ZDRAVOTNÉ CIELE, ÚLOHA SEBAREGULÁCIE A STAROSTLIVOSTI O SEBA

Aktuálnosť témy

Habilitačnú prácu Mgr. Moniky Hricovej, PhD., ktorú jej autorka predložila k oponentúre, možno hodnotiť ako vysoko aktuálnu a spoločensky prospešnú. V čase, keď sa zvyšuje dĺžka života obyvateľstva, no zároveň narastá i výskyt mnohých civilizačných chorôb, sú úvahy vzťahujúce sa k starostlivosti o vlastné zdravie súčasťou snaženia sa o udržanie kvality života a eliminácie ľudského utrpenia. Uhol pohľadu autorky podložený jej vedomosťami i skúsenosťami, nadobudnutými v profesijnej pozícii klinického psychológa, odкрýva viaceré doposiaľ málo preskúmané cieľové charakteristiky, charakteristiky procesu sebaregulácie a starostlivosti o seba, ktoré prispievajú k dosiahnutiu cieľov v oblasti zdravia a k prevencii ochorení. Vo svojej habilitačnej práci zúročila jej autorka plynule na seba nadväzujúce poznatky a výskumné zistenia, ktoré dosiahla vďaka svojej účasti na riešení početných výskumných projektov v priebehu posledného desaťročia, smerujúcich do oblasti podpory zdravia. Vytvorila tak vhodnú teoretickú platformu pre mnohostranné objasnenie problematiky dosahovania zdravotných cieľov (ich hierarchická organizácia, teórie a modely týkajúce sa zdravia a percepcie či zmyslu choroby, cieľové charakteristiky) a odhalenia podstaty sebaregulačného procesu a ich dôsledkov, ktoré v podobe zdravotného správania nadväzujú na odporúčania odborníkov v oblasti medicíny, s využitím psychologických poznatkov a zásad spolupráce odborníkov s pacientom (dodržiavania zdravotných odporúčaní, počnúc podriadenosťou a pasivitou pacienta, cez väčší podiel pacienta na rozhodovaní až po dohodu medzi lekárom a pacientom a jeho ochotu prevziať zodpovednosť za vlastné zdravie).

Vhodnosť zvolených metód

Cieľovým zámerom predkladanej habilitačnej práce bolo kriticky prediskutovať predpoklad, že sebaregulácia vo všeobecnosti a sebaregulácia starostlivosti o seba u jednotlivca, môžu obohatiť poznatky týkajúce sa dosahovania cieľov v oblasti zdravia a prevencie ochorení.

Vzhľadom na vymedzený cieľ sú zvolené metódy, ktoré autorka použila adekvátne, schopné priniesť očakávané poznatky a v ich sumáre i užitočné výsledky. V primárnom výskume využila autorka habilitačnej práce korelačno-komparačný výskumný dizajn v kombinácii s náročnejšími štatistickými metódami - lineárnou regresnou, mediačnou a faktorovou analýzou.

V dôsledku komparácie vlastných údajov a výsledkov práce citovaných odborníkov priniesla autorka vo všetkých štyroch kapitolách práce množstvo cenných poznatkov.

To dáva relevantný základ pre jej čiastkové sumarizácie, či záverečnú autorskú syntézu.

Predložená habilitačná práca je vhodne členená do zmysluplných kapitol a subkapitol. Literárne zdroje sú citované správne, zodpovedajú citačným normám pre daný typ práce.

Výzvy podať vyčerpávajúci prehľad teórií, modelov i cieľových charakteristík v oblasti zdravia, jeho sebaregulácie a sebakontroly a podporiť ich poznatkami z časovo i obsahovo aktuálnych literárnych prameňov, sa autorka habilitačnej práce zhostila veľmi dobre. Jej práca pozostáva zo štyroch teoreticky vhodne koncipovaných kapitol. Kým autorka v prvých dvoch kapitolách kladie dôraz na analýzu cieľových charakteristík a stanovenie a dosahovanie cieľa, vrátane analýzy prekážok a revidovanie nastolených cieľov, druhé dve kapitoly sa zamerali na výskum sebaregulácie pri chronickom ochorení a pri starostlivosti o seba. Autorka práce sa vyhýba zjednodušujúcim konštatovaniam a záverom, ponúka široký diapazón podnetných myšlienok a výskumných prístupov, ku ktorým pristupuje kriticky.

Pri hodnotení habilitačnej práce chceme vyzdvihnúť systematickosť a zmysel pre precíznu analýzu, s akými sa jej autorka zmocnila pomerne komplikovanej problematiky. Svoju prácu začína výskumom, v ktorom sa zamerala na rozbor cieľových charakteristík, súvisiacich s pokrokom pri dosahovaní cieľov a rešpektovaním zdravotných odporúčaní stanovených odborníkmi. Pokračuje analýzou prekážok, ktoré bránia dosiahnutiu vytýčených cieľov a možnostiam prispôbiť sa zmeneným životným podmienkam. Dôraz kladie i na monitoring stratégií zrieknutia sa pôvodného cieľa, resp. možnosti jeho revidovania.

V druhých dvoch kapitolách habilitačnej práce predstavuje jej autorka celkovo štyri štúdie, ktorých cieľom je preskúmať špecifické otázky dosahovania zdravotných cieľov. Aplikácie podnetných zistení z teoreticky zameraných kapitol transformuje do oblasti psychologickéj praxe v súvislosti s ochorením diabetes mellitus 2 a s chronickými bolesťami chrbta, ochoreniami, ktoré sú v súčasnej dobe veľmi časté a ich výskyt má rastúce tendencie.

V druhej časti habilitačnej práce nadväzuje jej autorka na doposiaľ predstavené kľúčové koncepty procesu sebaregulácie, no ústrednú tému reprezentuje oblasť starostlivosti o seba v zmysle zdraviu prospešného správania, aktívneho a dobrovoľného plnenia zdravotných cieľov. Takto objasňuje proces možného uzdravenia či prevencie hroziacich ochorení.

V realizovanom výskume sa zamerala na sledovanie procesu starostlivosti o seba u onkologických pacientov a predstaviteľov pomáhajúcich profesií, čo opäť vhodne dokrešľuje jej teoretický zámer – predostrieť čitateľovi ako funguje proces starostlivosti o seba. V relevantnej štúdií u ťažko chorých a tých, ktorí pomáhajú iným zvládať životné traumy, pracovníkov vyčerpaných stresom, príležitostne so znakmi syndrómu vyhorenia, depersonalizácie, ale i osobného uspokojenia.

Autorka habilitačnej práce vhodne zvolila korelačno-komparačný výskumný dizajn, lavínovou metódou výberu výskumnej vzorky oslovila participantov výskumu, ktorých charakterizuje z hľadiska veku, pohlavia a dĺžky ochorenia. Ako nástroje merania uplatnila habilitantka viacero dotazníkov, pri niektorých z nich, týkajúcich sa sebaregulácie, starostlivosti o seba bola spoluautorkou, ďalšie adaptovala, modifikovala či preložila pre účely výskumu. Vnútoraná konzistencia týchto dotazníkov bola prinajmenšom uspokojivá, s výnimkou 2. a 3. faktora pri dotazníku IPQ-R (Moss-Morris, 2002). Metódy štatistického spracovania výsledkov zodpovedajú povahe dát a riešeného výskumného problému. Tu sa prejavila autorkina erudovanosť v štatistickom spracovaní získaných údajov (deskriptívna štatistika, korelačná analýza, lineárna regresná analýza, mediačná analýza a faktorová

analýza, obsahová analýza). Oceňujem i diskusné príspevky k výskumným výsledkom jednotlivých štúdií, v ktorých argumentačne presvedčivým spôsobom zdôvodňuje dosiahnuté poznatky a dokladuje ich platnosť primerane zvolenými, časovo i obsahovo aktuálnymi bibliografickými odkazmi.

Dosiahnuté výsledky a splnenie cieľa

Pozitívne hodnotím už samotnú teoretickú časť práce. Autorka tu vychádzala z aktuálnych a kvalitných zdrojov. Komparatívna analýza výskumov množstva odborníkov jej umožnila vytvoriť nielen vlastné závery, ale aj nové teoretické konštrukcie, ktoré majú hodnotu i potenciú pomáhať v uvedenej oblasti. Som presvedčená, že v práci interpretované skutočnosti sú kvalitné a užitočné najmä pre ľudí s ťažkým chronickým ochorením či zdravotníckych pracovníkov či pracovníkov pomáhajúcich profesií alebo akademických a výskumných pracovníkov, pôsobiacich v danej oblasti, takže autorka habilitačnej práce svoj cieľ jednoznačne splnila.

Prínosy habilitačnej práce (Prínos pre rozvoj teórie a praxe)

Autorka sprístupnila vo svojej habilitačnej práci množstvo cenných informácií. V jej prístupe sa odzrkadlil dlhodobý záujem o riešenie témy, hlboké znalosti z oblasti klinickej a sociálnej psychológie, psychológie zdravia, metodológie vied, ale aj skúsenosti výskumníčky v danej oblasti a skúsenosti v role klinického psychológa. O zodpovednom prístupe k téme svedčí aj rozsiahly zoznam literatúry a literárnych prameňov predovšetkým zahraničných autorov, publikovaných v posledných desaťročiach.

Habilitačná práca by mohla byť cennou pomôckou pre pacientov s rôznymi typmi chronických ochorení, pracovníkov pomáhajúcich profesií, zdravotníkov, klinických psychológov, aby na základe oboznámenia sa s poznatkami z výskumov, v práci popísaných a analyzovaných, dokázali podporiť vnútornú i vonkajšiu motiváciu seba i iných kandidátov na zdravotnú starostlivosť pri dosahovaní zdravotných cieľov a vzdorovať negatívnym javom ako je stres, trauma, depresia a pod.

Pripomienky a formálna stránka práce

Habilitačná práca sa zameriava na koncept cieľov a cieľové správanie v oblasti zdravia. Zdravie je pojmom, ktorý radíme medzi hodnotové kategórie - motivačné štruktúry cieľového charakteru. Z tohto dôvodu by bolo vhodné, keby kapitola fokusovaná na definovanie cieľov obsahovala aj takýto hodnotový rozmer a jeho vymedzenie napr. od Milтона Rokeacha (1980).

Interpretácia výsledkov výskumných štúdií by mohla zohľadňovať aj vývinové osobitosti skúmaných jedincov, príp. brať do úvahy životné udalosti (ich dynamiku), ktoré môžu závažne pôsobiť na sebareguláciu a proces starostlivosti o seba. Nielen dĺžka ochorenia ako uvádza autorka (str. 78), ale aj neočakávané životné zmeny (napr. negatívne životné udalosti) môžu ovplyvniť progres pri dodržiavaní zdravotných odporúčaní.

Kým tabuľky a ilustratívne obrázky sú vhodne stvárnené, práca má formálne nedostatky po gramatickej stránke (str. 90 „Pre starostlivosť o seba je typické, že má dlhodobí zámer“.);

str.68 „...jedinci s nízkou sebaúčinnosťou sú náchylný k úzkosti...; str. 91 „...preložili do Slovenského jazyka...“ i stylistickej stránke (str. 52 „...v prípade zdravotných problémoch“, str. 51 „vyhýba sa tomu, aby niečo urobil pre dosiahnutie cieľa, napriek tomu, že by chcel.“ Str. 103 nedokončená veta: Percentuálny výskyt negatívnych dôsledkov plynúcich z pomáhania u nami oslovených pomáhajúcich pracovníkov...Str.10, 25, 51,52 a i.)
Textové spracovanie práce vzhľadom na početné preklepy a drobné chyby, budí dojem, akoby autorka nemala dostatok času na kontrolu a elimináciu nedostatkov. Na str. 91 upozorňujem na nejednotnosť v uvádzaní mien autorov (napr. Lev vs. Levová). V texte by sa mala uvádzať slovenská transkripcia mena ženských autoriek (str. 11 Dwecková). Na str.61 je chyba v tabuľke 2, druhý údaj v stĺpci sebaúčinnosť postráda nulu za desatinnou čiarkou. Na str. 74 je iný údaj v tabuľke 7 (ide o tretí údaj v stĺpci zrieknutie) ako v príslušnom texte.

Otázky do diskusie

1. Stretla sa autorka HP v priebehu svojich výskumov s prejavmi Pštrosieho efektu, akú mali podobu a ako je možné ich odstrániť? Je to vôbec efektívne?
2. Aký je postoj lekárov ku konkordancii ako pacientovej osobnej zodpovednosti za svoje zdravie? Súhlasia s vyššou mierou jeho slobody pri rozhodovaní?
3. Je možné uvažovať popri pôsobení sebaúčinnosti v úlohe mediátora na vzťah vnútornej motivácie a progresu pri zdravotných odporúčaní aj o úlohe sebaúcty?

Vyjadrenie pre udelenie akademickej hodnosti docent

Predložená práca spĺňa nároky požadované od habilitačnej práce. Je nielen cenná, užitočná, napísaná inteligentným štýlom, ale aj nadmieru zaujímavá a schopná pomôcť tým, ktorí to naozaj potrebujú...

Preto Mgr. Monike Hricovej, PhD. navrhujem po úspešnej obhajobe udeliť vedecko-pedagogický titul docent v odbore psychológia.

Súhlasím s udelením titulu docent.

V Bratislave, 17.1.2020

doc.PhDr. Barbora Mesárošová, CSc.

oponentka habilitačnej práce