



Lublin, dn. 7 sierpnia 2023

RECENZJA

Rozprawy doktorskiej lek. mgr psychologii Kacpra Łosia pt.:

„Mindfulness (uważność), stres oraz funkcje wykonawcze jako cechy wpływające na efekty działania studentów kierunku lekarskiego w symulacjach medycznych”

Pracownicy służby zdrowia stają w obliczu wyzwań, które mogą mieć szkodliwy wpływ na ich zdrowie fizyczne i psychiczne. Nieleczony stres może prowadzić do lęku, depresji, używania substancji psychoaktywnych, zaburzeń snu, zakłóceń w relacjach osobistych, lekkomyślnych zachowań, a nawet samobójstw. Długotrwały stres może także prowadzić do wypalenia zawodowego, zespołu charakteryzującego się objawami wyczerpania emocjonalnego, depersonalizacji i poczucia niskich osiągnięć osobistych. Podwyższony poziom stresu odnotowano także u ponad 75% studentów w wieku 18-33 lat, którzy często zgłaszają wyższy poziom stresu niż osoby z innych grup wiekowych. Niektóre badania wykazały, że ponad 85% studentów stwierdziło, że czuli się przytłoczeni codziennymi obowiązkami.

Stres i wypalenie u pracowników służby zdrowia skutkują spadkiem wydajności pracy, spadkiem zadowolenia z pracy oraz niższej jakości opieki nad pacjentem. Aby zapewnić bezpieczeństwo zarówno klinicystom, jak i pacjentom, konieczne są skuteczne interwencje zarówno na poziomie indywidualnym jak i organizacyjnym.

Termin *mindfulness*, jest angielskim tłumaczeniem palijskiego słowa *sati*, mającego różne znaczenia w zależności od tłumaczenia, wśród których wymienia się uwagę, świadomość, retencję i rozeznanie. Na język polski słowo to najczęściej tłumaczone jest jako *uważność*. Nie istnieje jedna definicja znaczenia słowa *mindfulness*, co do której zgodziliby się wszyscy uczeni. Rozróżnia się natomiast kilka pojęć związanych z *mindfulness*, istotnych dla właściwego zrozumienia literatury opisującej wyniki badań odnoszące się do tego zagadnienia. A mianowicie, uczeni wyróżniają uważność jako cechę, definiowaną jako charakterystyczną dla danej osoby umiejętność do utrzymywania świadomości chwili obecnej w sposób niereaktywny i nieosądzający. Uważność jako cecha różni się od stanu uważności, który opisuje nieosądzającą, skupioną na teraźniejszości świadomość doświadczaną w dowolnym momencie oraz od praktykowania uważności, polegającego na celowym angażowaniu się w uważne ćwiczenia w celu podtrzymania stanu uważności. Liczne badania wykazały, że praktykowanie uważności wiąże się ze zwiększoną uważnością jako cechą, co z kolei wiąże się ze zmniejszeniem stresu psychicznego.





Na poziomie indywidualnym interwencje oparte na uważności zyskały uznanie jako skuteczne metody zmniejszania stresu, niepokoju i wypalenia zawodowego. Badania wykazały, że na poziomie organizacyjnym uważność zwiększa satysfakcję pacjenta, poprawia ocenę kliniczną oraz wczesne rozpoznawanie potencjalnych nieprawidłowości w opiece nad pacjentem, co w rezultacie zmniejsza liczbę błędów medycznych. Ostatnie przeglądy systematyczne i metaanalizy wskazują na liczne korzyści wynikające z praktykowania uważności dla pracowników służby zdrowia, ale zauważają również, że potrzebne są dobrze zaprojektowane badania w tym zakresie.

Autor przedstawionej mi do recenzji rozprawy podjął w swojej pracy ciekawe zagadnienie dotyczące potencjalnych relacji między *mindfulness* a wykonywaniem obowiązków przez pracowników opieki zdrowotnej. W oparciu o istniejące doniesienia dotyczące tej tematyki Autor postawił sobie za cel zbadanie tego zjawiska w populacji polskich studentów wydziału lekarskiego w warunkach symulacji medycznej.

Tematyka pracy wpisuje się w aktualny nurt badań dotyczący wpływu stresu oraz zjawiska wypalenia zawodowego na efektywność pracy pracowników opieki zdrowotnej oraz bezpieczeństwo pacjentów. W tym kontekście uważność oraz praktyki prowadzące do jej poprawy mogą okazać się pomocne w usprawnieniu zarówno umiejętności technicznych jak i nietechnicznych.

Podjęte opracowanie stanowi jedno z pierwszych w Polsce badań o tej tematyce co niewątpliwie wyróżnia rozprawa doktorską lek. mgr psychologii Kacpra Łosia. Na uwagę zasługuje fakt udziału w badaniu studentów kierunku lekarskiego w środowisku tzw. symulowanych warunków klinicznych i realizacja badania w oparciu o wykorzystanie scenariuszy wysokiej wierności o tematyce pediatrycznej.

Przedstawiona mi do recenzji rozprawa stanowi syntetyczne opracowanie stanowiące cykl dwóch spójnych tematycznie prac opublikowanych w recenzowanych czasopismach naukowych, znajdujących się na liście filadelfijskiej, w których lek. mgr psychologii Kacper Łoś jest pierwszym autorem. Łączny współczynnik wpływu wymienionych publikacji wynosi 3,39 i 210 punktów MNiSW. Obie publikacje są pracami wieloautorskimi, jedna z nich jest pracą oryginalną, a drugą publikacją przeglądową. Tytuły publikacji zostały zawarte w stosownym wykazie publikacji wchodzących w cykl, który stanowi spójną i ciekawą tematyczną całość.

W rozprawie można wyróżnić dwie odrębne części. Pierwsza część zawiera syntetyczne podsumowanie w języku polskim celów, metodyki oraz wyników prac składających się na cykl anglojęzycznych publikacji, którą uzupełnia bibliografia zawierająca 19 pozycji. Druga część zawiera pełne teksty niniejszych anglojęzycznych publikacji oraz wymagane oświadczenia współautorów.





We wstępie pierwszej części rozprawy Doktorant w sposób syntetyczny wprowadza czytelnika w definicję zjawiska *mindfulness* oraz opisuje jego potencjalny związek z pracą lekarza, szczególnie w warunkach stresu. Autor słusznie podkreśla, że w pracy lekarza, obok wiedzy medycznej oraz umiejętności praktycznych, stanowiących fundament wykonywania zawodu, bardzo istotne są umiejętności psychospołeczne, zwane kompetencjami miękkimi lub umiejętnościami nietechnicznymi do których należą: komunikacja interpersonalna, asertywność, radzenie sobie ze stresem, obrona przed manipulacją, umiejętność negocjacji, rozwiązywanie konfliktów, zarządzanie zespołem i motywowanie pracowników oraz przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu. Autor słusznie zauważa, że istotnymi cechami niezbędnymi w pracy lekarza są również funkcje wykonawcze jako zestaw cech, które są odpowiedzialne za zachowania prowadzące do rozwiązywania problemów i realizacji postawionych celów.

W dalszych podrozdziałach tej części rozprawy autor formułuje cele obu przedstawionych prac. Celem pracy oryginalnej było zbadanie, czy istnieją związki pomiędzy cechami uważności (*mindfulness*), wpływem stresu i funkcjami wykonawczymi a efektami działań studentów kierunku lekarskiego w czasie symulacji medycznych wysokiej wierności, w stanach zagrożenia zdrowia i życia pacjenta pediatrycznego. Celem pracy przeglądowej była analiza dostępnej, opublikowanej w recenzowanych czasopismach literatury, dotyczącej wpływu *mindfulness*, stresu, funkcji wykonawczych i świadomości sytuacyjnej na działania młodych lekarzy i ewentualne zmniejszenie liczby popełnianych przez nich błędów medycznych.

W dalszej części rozprawy Autor przedstawia metodykę pracy oryginalnej opisując grupę badaną oraz interwencję edukacyjną, wymienia zastosowane narzędzia o charakterze kwestionariuszy i skal oraz krótko odnosi się do analizy statystycznej. Wydaje się, że cennym byłoby uzupełnienie tej części rozprawy o dokładniejszy opis kontekstualny zajęć z zastosowaniem symulacji medycznej w odniesieniu do programu studiów, w tym ujęcie informacji takich jak: liczba osób wchodzących w skład zespołów realizujące poszczególne scenariusze, czas przeznaczony na każdy scenariusz, oraz informacje dotyczące debriefingu (miejsce, czas, schemat). Interesujące byłyby także dokładniejsze informacje dotyczące treści scenariuszy symulacyjnych, w tym cele edukacyjne ustalone dla poszczególnych scenariuszy. W przypadkach pediatrycznych istotnym elementem mogącym wpływać na stres jest wiek pacjenta, tak więc podanie wieku pacjentów w scenariuszach byłoby interesujące dla czytelników publikacji. Kolejnym elementem, który wzbogaciłby rozprawę jest załączenie stosowanych narzędzi – skal oraz kwestionariuszy, jak również uzasadnienie wyboru ich zastosowania w badaniu. Doktorant podaje co prawda teksty źródłowe, jednakże dla czytelnika rozprawy doktorskiej, możliwość bezpośredniego odniesienia się do zastosowanego narzędzia stanowi znaczne ułatwienie zrozumienia przedstawionych przez Autora wyników. Warto byłoby także podać, kiedy dokładnie uczestnicy badania wypełniali poszczególne kwestionariusze. Rozdział dotyczący





metod niewątpliwie zyskałby na wartości, gdyby Autor przedstawił listę kontrolną zastosowaną celem oceny umiejętności technicznych podczas scenariuszy symulacyjnych. Opis zastosowanego narzędzia jest bardzo ogólnikowy zarówno w rozprawie doktorskiej jak i prezentowanej pracy oryginalnej.

Kolejne podrozdziały pierwszej części rozprawy prezentują uzyskane przez Autora wyniki i wnioski, odnosząc się jednocześnie do tabel zamieszczonych w załączonych w części drugiej rozprawy publikacjach. Autor na podstawie zgromadzonych danych stwierdził, że stres i sposób radzenia sobie z nim wpływały na umiejętności studentów w trakcie symulacji pediatrycznych. Zaobserwował także, iż powtarzanie różnych scenariuszy w tym samym zespole poprawiało istotnie umiejętności nietechniczne, ale nie miało związku z umiejętnościami technicznymi studentów. Ponadto, autor zaobserwował, że niektóre składowe *mindfulness* takie jak nieosądzanie oraz świadome działanie były pozytywnie związane z umiejętnościami kierowników zespołów medycznych oraz że funkcje wykonawcze negatywnie korelowały z umiejętnościami nietechnicznymi oraz uważnością studentów kierunku lekarskiego.

W podsumowaniu pracy oryginalnej Autor wnioskuje, że uzyskane wyniki wskazują, iż cechy *mindfulness*, funkcje wykonawcze oraz stres wpływają na umiejętności studentów w trakcie sytuacji zagrażających życiu i zdrowiu dziecka. Stwierdza także, że konieczne są dalsze, randomizowane badania pokazujące czy poprawa uważności czy funkcji wykonawczych wpłynie na zwiększoną efektywność działań zespołów medycznych.

Druga z wchodzących w cykl publikacja mająca charakter pracy przeglądowej w sposób ciekawy przedstawia i analizuje dostępną, opublikowaną w recenzowanych czasopismach literaturę, dotyczącą wpływu *mindfulness*, stresu, funkcji wykonawczych i świadomości sytuacyjnej na działania młodych lekarzy i ewentualne zmniejszenie liczby popełnianych przez nich błędów medycznych. W pracy tej Autor sugeruje także, aby studentom medycyny oferować zajęcia edukujące w zakresie strategii oraz umiejętności radzenia sobie ze stresem, tak aby już na wczesnym etapie przygotowywać kadry medyczne do wyzwań wynikających ze stresującego trybu życia i zapobiegać ewentualnym niepomyślnym konsekwencjom. W podsumowaniu pracy Autor stwierdza, że uważność jest skuteczną techniką redukcji stresu, która może poprawić zarówno świadomość sytuacyjną jak i funkcje wykonawcze pracowników opieki zdrowotnej, sugeruje także konieczność kontynuowania badań w tym obszarze, optymalnie o charakterze wielośrodkowym, celem wykazania, iż interwencje te mogą wpłynąć na zmniejszenie liczby błędów medycznych. Zdaniem Autora należy rozważyć nauczanie technik uważności jako przedmiotu fakultatywnego na studiach medycznych, oraz podjąć dalsze badania w oparciu o wyniki i opinie studentów.





Podsumowując uważam, że przedstawiona mi do recenzji praca na stopień doktora nauk medycznych w dyscyplinie nauki medycznej autorstwa lek. mgr psychologii Kacpra Łosia pt.: „Mindfulness (uwaga), stres oraz funkcje wykonawcze jako cechy wpływające na efekty działania studentów kierunku lekarskiego w symulacjach medycznych” spełnia wszelkie wymagania stawiane rozprawom doktorskim określone w art. 187 ustawy z dnia 20 lipca 2018 roku Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz.U.z 2022 r. poz. 574).

Wobec powyższego, mam zaszczyt przedstawić Wysokiemu Senatowi Uniwersytetu Medycznego im. w Białymstoku wniosek o dopuszczenie lek. mgr psychologii Kacpra Łosia do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

Z poważaniem

Prof. dr hab. med. Anna Torres

Kierownik

Kliniki Ginekologii Dziecięcej

Uniwersytetu Medycznego w Lublinie

