



Błażej Cieślík<sup>1</sup>, Weronika Stodółka<sup>2,\*</sup>, Paulina Morga<sup>2</sup>,  
Lilianna Jaworska<sup>2</sup>, Tomasz Kuligowski<sup>2</sup>

<sup>1</sup> AKADEMIA IM. JANA DŁUGOSZA W CZĘSTOCHOWIE

<sup>2</sup> AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO WE WROCŁAWIU

## SYTUACJA MATERIALNA I AKTYWNOŚĆ NAUKOWA A ZABURZENIA NASTROJU DOKTORANTÓW

Abstract

Financial situation, research activity, and mood disorders among PhD students

**Background.** The aim of the study was to provide information about the socio-economic status, research activity, and mood disorders among PhD students of the Academy of Physical Education in Wrocław, Poland. **Material and methods.** This study covered 61 PhD students (mean age 28.4 years). The research employed the diagnostic survey method. The author's survey examined the employment status and economic situation. An additional method, used to assess depression symptoms, was Beck Depression Inventory. **Results.** In the fields of physiotherapy and physical education, 96% and 78% of PhD students, respectively, had found employment. The total of 72% of physical education and 50% of physiotherapy students had published at least once. As many as 30% of all respondents reported symptoms of mood disorders and complained about mental health problems. **Conclusions.** Mood disorders are a serious problem in PhD students of the Academy of Physical Education in Wrocław. While physical education students show greater activity in the field of scientific research, more physiotherapy students are professionally active.

**Key words:** financial situation, research activity, mood disorders, PhD students

**Słowa kluczowe:** sytuacja materialna, aktywność naukowa, zaburzenia nastroju, doktoranci

### WPROWADZENIE

Wysokie bezrobocie wśród młodych osób jest poważnym problemem dzisiejszej Europy. Analizując dane Eurostatu z 2013 r., można zauważyć, że nawet wyższe wykształcenie nie daje pewności zatrudnienia. W Hiszpanii, Grecji czy Portugalii stopa bezrobocia wśród osób z wyższym wykształceniem wynosi odpowiednio 15%, 19% i 11% (Eurostat..., 2014). Podobną sytuację obserwuje się na polskim rynku pracy. W 2012 r. 15% wszystkich bezrobotnych stanowiły osoby z wykształceniem wyższym, zaś 31% bezrobotnych było w przedziale wiekowym 25–34 lata (Główny Urząd Statystyczny [GUS], 2014). Dane GUS z III kwartału 2015 r. wskazują na wzrost liczby bezrobotnych do 19% wśród osób z wykształceniem wyższym. Jest to druga pod względem wielkości grupa bezrobotnych w ujęciu uwzględniają-

cym kwalifikacje, zaraz po osobach z wykształceniem zasadniczym zawodowym, a na równi z wykształceniem średnim zawodowym. Wśród osób w wieku 25–34 lat bezrobotni stanowią niemalże 30% i są najliczniejszą grupą. Co więcej, w grupie z wykształceniem wyższym ponad 70% bezrobotnych to osoby w wieku 24–34 lat (GUS, 2016).

Stacjonarne studia doktoranckie, jako studia III stopnia, są kontynuacją studiów magisterskich i nierzadko stanowią alternatywę dla wchodzących na rynek pracy absolwentów Wydziału Fizjoterapii czy Wydziału Wychowania Fizycznego Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu. Poprzednie badania naszego zespołu wykazały, iż wśród absolwentów fizjoterapii 11% kontynuowało naukę na studiach doktoranckich (Cieślík i wsp., 2015). Niektórzy studenci wybierają dalszą edukację ze względów ekonomicznych, inni z chęci rozwoju naukowego. W roku akademickim 2012/2013 na Wydziale Fizjoterapii przyjęto 12 osób, zaś w kolejnym roku akademickim liczba przyjętych wzrosła nie-

\* Autor korespondencyjny

malże dwukrotnie i wyniosła 23 osoby. Z jednej strony wzrost liczby doktorantów powoduje rywalizację o stypendium naukowe, z drugiej zwiększa możliwości współpracy między młodymi naukowcami.

Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu zapewnia stypendium dla maksymalnie 30% najlepszych doktorantów. Pozostałe osoby zmuszone są do radzenia sobie bez dodatkowego źródła finansowania. Sytuacja ta sprawia, iż niezbędne jest podjęcie pracy przez doktoranta poza uczelnią. Zasoby czasowe przeznaczane w znacznej części na aktywność zawodową uszczuplają czas, który student powinien poświęcić na rozwój naukowy, tj. prowadzenie badań naukowych, uczestnictwo w konferencjach czy tworzenie publikacji (czynności te są wymagane do przyznania stypendium dla najlepszych doktorantów). Tworzy się swojego rodzaju błędne koło, w której doktorant nie rozwija się naukowo, zmniejszając swoje szanse otrzymania dodatkowego finansowania, w następstwie czego poszukuje pracy zarobkowej. W konsekwencji zmniejszone możliwości rozwoju naukowego mogą negatywnie wpłynąć na samopoczucie i motywację młodych naukowców.

Szczepańska i wsp. (2008) wykazali, iż wśród studentów fizjoterapii objawy obniżonego nastroju cechowały 15% badanej populacji. Niemal identyczny wynik uzyskano podczas analizy samopoczucia absolwentów fizjoterapii. Co więcej, wyniki badań własnych dowiodły, iż obawa o przyszłość jest największym zmartwieniem tejże grupy (Cieślik i wsp., 2015). Wśród doktorantów, których 70% z pewnością nie posiada dodatkowego źródła finansowania w postaci stypendium naukowego, można się spodziewać podobnych wyników. Oznaki obniżonego nastroju czy bardziej nasilone objawy depresji mogą rzutować na aktywność badawczą doktorantów i znacznie obniżyć efektywność rozwoju naukowego młodych naukowców.

#### CEL BADAŃ

Celem badań była ocena i porównanie sytuacji społeczno-ekonomicznej oraz samo-

poczucia i nastroju doktorantów z rocznika 2014/2015 Wydziału Fizjoterapii oraz Wydziału Wychowania Fizycznego Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu.

#### MATERIAŁ I METODY

W badaniach uczestniczyło 61 osób (41 kobiet, 20 mężczyzn). Średni wiek wynosił 28,4 ( $\pm 2,5$ ) roku. Wszyscy badani byli uczestnikami dziennych studiów doktoranckich Wydziału Fizjoterapii lub Wydziału Wychowania Fizycznego Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu (rok akademicki 2014/2015). Uczestnicy badania stanowili około 66% wszystkich doktorantów uczelni (67% doktorantów Wydziału Fizjoterapii oraz 65% doktorantów Wydziału Wychowania Fizycznego). W przypadku pozostałych 34% osób ankiety nie zostały dostarczone bądź nie otrzymano zwrotu. W badanej grupie kobiety stanowiły 67%. Badania przeprowadzono w lipcu 2015 r., a udział w nich był dobrowolny.

Narzędziem badawczym była anonimowa ankieta składająca się z trzech części, które łącznie zawierały 35 pytań. Pierwsza część obejmowała 7 pytań na temat aktywności naukowej i zawodowej doktoranta. Druga część zawierała także 7 pytań, sprawdzających odczucia towarzyszące studiom doktoranckim. W tych dwóch częściach pytano m.in. o stan zatrudnienia, zadowolenie finansowe czy liczbę publikacji naukowych. Dodatkowo poproszono o ocenę stopnia zadowolenia ze studiów doktoranckich, chęć pracy naukowo-dydaktycznej na uczelni czy subiektywną ocenę wpływu studiów III stopnia na rozwój naukowy. Trzecia część ankiety zawierała Skalę Depresji Becka (BDI, *Beck Depression Inventory*). Składa się ona z 21 pytań opisujących na 4-punktowej skali symptomy depresji (emocjonalne, poznawcze, motywacyjne i fizyczne). Uzyskane wyniki mają charakter przesiewowy i nie są jednoznaczne z postawieniem diagnozy klinicznej precyzującej typ zaburzeń depresyjnych (Beck i wsp., 1961).

Obliczenia statystyczne przeprowadzono za pomocą programu Statistica 10. Wyniki BDI oraz wiek badanych przedstawiono przy

użyciu statystyk opisowych – średniej oraz odchylenia standardowego. Normalność rozkładu zmiennych sprawdzano testem Shapiro-Wilk'a. Różnice wyników uzyskanych w BDI pomiędzy doktorantami na poszczególnych latach studiów sprawdzono przy użyciu wieloczynnikowej analizy wariancji. Do analizy wewnętrznych interakcji wykorzystano test *post hoc* Tuckeya. Rozkład odpowiedzi zaznaczanych w BDI oraz w pozostałych pytaniach zawartych w ankiecie przedstawiono w ujęciu procentowym. Istotność różnic w strukturach procentowych sprawdzono przy użyciu testu  $\chi^2$ . Granice istotności statystycznej wyników testów statystycznych oznaczono na poziomie  $\alpha < 0,05$ .

## WYNIKI

### Aktywność naukowa i zawodowa doktorantów

Analiza aktywności zawodowej doktorantów poszczególnych wydziałów uwidacznia istotną różnicę w liczbie pracujących osób. Wśród respondentów Wydziału Fizjoterapii 96% było czynnych zawodowo poza studiami doktoranckimi; na Wydziale Wychowania Fizycznego swoją aktywność zawodową potwierdziło 78% doktorantów. Różnica ta była istotna statystycznie ( $p = 0,04$ ). Wśród pracu-

jących doktorantów Wydziału Fizjoterapii 18% zgłosiło, że pracuje w wymiarze nieprzekraczającym 1/2 etatu, zaś 36% – powyżej 1/2 etatu, natomiast na Wydziale Wychowania Fizycznego 35% ankietowanych pracowało w wymiarze 1/2 etatu i mniejszym, 42% – w wymiarze powyżej 1/2 etatu. Co więcej, wśród fizjoterapeutów 45% prowadziło własne przedsiębiorstwo i samodzielnie regulowało sobie czas pracy, zaś w przypadku absolwentów Wydziału Wychowania Fizycznego odpowiedź tę zazaczyło 23% respondentów. Spośród wszystkich doktorantów Wydziału Fizjoterapii 29% pracowało na uczelni (17% na podstawie umowy cywilnoprawnej, 12% na podstawie umowy o pracę). Na Wydziale Wychowania Fizycznego pracowało 16% doktorantów (3% na podstawie umowy cywilnoprawnej, 13% na podstawie umowy o pracę).

Biorąc pod uwagę aktywność naukową, zaobserwowano różnicę liczby osób po wszczęciu przewodu doktorskiego. Na Wydziale Wychowania Fizycznego w przybliżeniu 1/3 wszystkich uczestników posiadała otwarty przewód doktorski, natomiast na Wydziale Fizjoterapii – dwukrotnie mniej. Co więcej, doktoranci Wydziału Wychowania Fizycznego byli także bardziej aktywni naukowo, częściej dysponowali opublikowanym bądź przyjętym do druku przynajmniej jednym artykułem naukowym, podczas gdy na Wydziale Fizjoterapii połowa osób posiadała

Tab. 1. Charakterystyka statystyczna odpowiedzi w obszarze aktywności naukowej i zawodowej doktorantów AWF we Wrocławiu z podziałem na wydziały

Pytania	Doktoranci				$\chi^2$
	Wydział Fizjoterapii		Wydział Wychowania Fizycznego		
	tak	nie	tak	nie	
Czy masz otwarty przewód doktorski?	17%	83%	31%	69%	0,2
Czy masz opublikowaną jakąś publikację (bądź przyjętą do publikacji)?	50%	50%	72%	28%	0,04
Jeśli tak, to czy masz publikacje z listy filadelfijskiej (z Impact Factor)?	33%	67%	39%	61%	0,9
Czy starałeś się kiedykolwiek o dofinansowanie/grant?	54%	46%	63%	37%	0,7
Czy dostałeś dofinansowanie/grant (obojętne, czy z uczelni, czy zewnętrzny)?	38%	62%	50%	50%	0,3
Czy poza studiami doktoranckimi jesteś aktywny zawodowo?	96%	4%	78%	22%	0,04
Czy jesteś zatrudniony na uczelni?	29%	71%	16%	84%	0,2

zaakceptowaną publikacją ( $p = 0,04$ ). Brak różnic istotnych statystycznie uwidocznił się natomiast w liczbie publikacji w czasopiśmie z listy filadelfijskiej. W przypadku wsparcia finansowego badań naukowych podobna liczba doktorantów obu wydziałów złożyła wnioski o dofinansowanie (zarówno wewnętrzne uczelniane, jak i zewnętrzne). Również zbliżona grupa doktorantów uzyskała finansowanie swojej pracy (tab. 1).

#### Nastroj i samopoczucie oraz odczucia doktorantów

Analizując stan emocjonalny oraz odczucia doktorantów, można zauważyć brak istotnych statystycznie różnic w badanych aspektach. Większość doktorantów (80%) była zadowolona z decyzji o podjęciu studiów doktoranckich. Co więcej, zarówno połowa doktorantów Wydziału Fizjoterapii, jak i połowa doktorantów Wydziału Wychowania Fizycznego odczuwała, że studia III stopnia w istotny sposób wpływają na ich rozwój naukowy. Zbliżony odsetek respondentów obu wydziałów stwierdził, że oczekiwania dotyczące studiów doktoranckich są zbieżne ze stanem faktycznym. Mimo wszystko większość ankietowanych wyraziła chęć pracy na uczelni, zaś w przypadku około 2/3 wszystkich respon-

dentów zanotowano intencję pracy w charakterze pracownika naukowo-dydaktycznego po uzyskaniu stopnia doktora (tab. 2).

Oceniając swoją sytuację materialną, 71% respondentów Wydziału Fizjoterapii określiło ją jako zadowalającą. W przypadku Wydziału Wychowania Fizycznego odpowiedź taką zaznaczyła nieco ponad połowa ankietowanych (tab. 2).

Analiza zebranego materiału sugeruje, że wśród doktorantów Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu problem zaburzeń nastroju jest zjawiskiem poważnym. W badanej grupie około 25% uczestników ujawniało symptomy obniżonego nastroju i złego samopoczucia psychicznego, przy czym około 5% badanych cierpiało na zaburzenia nastroju o poważnym nasileniu ( $BDI > 19$ ) (tab. 3).

Analizując wyniki doktorantów poszczególnych wydziałów, można zauważyć wyższe wartości w przypadku uczestników studiów doktoranckich Wydziału Wychowania Fizycznego. Niemalże na każdym roku studiów wynik BDI jest tu wyższy niż w przypadku doktorantów Wydziału Fizjoterapii. Na Wydziale Fizjoterapii odsetek osób zgłaszających objawy obniżonego nastroju wyniósł 31%, natomiast wśród doktorantów Wydziału Wychowania Fizycznego 22%. Jednak na tym

Tab. 2. Charakterystyka statystyczna odpowiedzi w obszarze odczuć doktorantów AWF we Wrocławiu z podziałem na wydziały

Pytania	Doktoranci				$\chi^2$
	Wydział Fizjoterapii		Wydział Wychowania Fizycznego		
	tak	nie	tak	nie	
Jeśli nie pracujesz na uczelni, to czy chciałbyś pracować na uczelni w tym momencie?	79%	21%	93%	7%	0,1
Czy Twoja sytuacja finansowa jest zadowalająca?	71%	29%	56%	44%	0,2
Czy jesteś zadowolony z wyboru studiów doktoranckich?	79%	21%	81%	19%	0,5
Czy chciałbyś pracować na uczelni po obronie doktoratu?	67%	33%	66%	34%	0,4
Czy czujesz, że studia doktoranckie w istotny sposób wpływają na Twój rozwój naukowy?	50%	50%	50%	50%	1,0
Czy uczelnia spełnia Twoje oczekiwania co do studiów doktoranckich?	17%	83%	22%	78%	0,3
Czy kiedykolwiek podczas studiów doktoranckich spotkałeś się z próbą utrudnienia rozwoju naukowego ze strony wyżej postawionych pracowników uczelni?	42%	58%	53%	47%	0,3

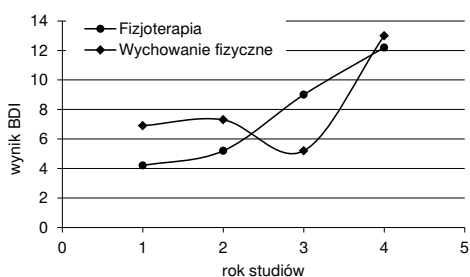
Tab. 3. Charakterystyka statystyczna w obszarze nastroju i samopoczucia według BDI wśród doktorantów AWF we Wrocławiu

Rok studiów	Liczba badanych doktorantów	Odsetek studiujących	Nastój			
			BDI ( $\pm$ SD)	brak zaburzeń nastroju [%]	objawy obniżonego nastroju [%]	nasilone objawy depresji [%]
Ogółem	61	66	6,5 $\pm$ 7,1	70	25	5
I	20	67	5,9 $\pm$ 6,0	74	21	5
II	24	72	6,2 $\pm$ 5,7	81	19	0
III	8	53	6,2 $\pm$ 5,9	71	29	0
IV	9	64	12,6 $\pm$ 7,9	33	45	22

BDI – Skala Depresji Becka

Tab. 5. Charakterystyka statystyczna odpowiedzi zaznaczanych na Skali Depresji Becka przez doktorantów AWF we Wrocławiu z podziałem na wydziały

Objaw	Suma [%]			Objaw	Suma [%]		
	fizjoterapia	wychowanie fizyczne	łącznie		fizjoterapia	wychowanie fizyczne	łącznie
Obawa o przyszłość	67	81	75	Brak przyjemności dnia codziennego	17	47	34
Zmiany masy ciała	50	94	75	Negatywna ocena własnego wyglądu	33	31	32
Trudności z podejmowaniem decyzji	62	47	54	Negatywny obraz siebie na tle innych osób	42	22	30
Trudności z motywacją	33	50	43	Problemy ze snem	25	34	30
Nerwowość i rozdrażnienie	50	34	41	Niezadowolenie z siebie	25	28	27
Poczucie ciągłego zmęczenia	37	37	37	Samooskarżanie	17	31	25
Poczucie smutku i przygnębienia	25	44	36	Płaczliwość	17	25	21
Pogorszenie kontaktów międzyludzkich	33	37	36	Zmiana apetytu	25	16	20
Obawa o swoje zdrowie	27	40	36	Utrata zainteresowań seksem	17	22	20
Poczucie winy	42	28	34	Oczekiwanie kary	0	16	9



Ryc. 1. Porównanie średnich wyników Skali Depresji Becka między poszczególnymi latami studiów doktoranckich AWF we Wrocławiu

drugim wydziale 9% osób wykazało zaburzenia nastroju o poważnym nasileniu, podczas gdy u nikogo z Wydziału Fizjoterapii nie odnotowano takich objawów (tab. 4).

Różnice wyników w skali BDI pomiędzy poszczególnymi wydziałami oraz latami studiów nie były istotne statystycznie ( $p = 0,7$ ) (ryc. 1). Co więcej, nie wykazano istotnych różnic ani w stosunku do efektów głównych, ani ich wewnętrznych interakcji ( $p > 0,05$ ).

Biorąc pod uwagę procentowy rozkład odpowiedzi zaznaczanych w skali BDI wśród doktorantów obu wydziałów łącznie, można

zauważyć, iż obawa o przyszłość oraz zmiana masy ciała są najczęstszymi bólczkami doktorantów Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu. Na kolejnych miejscach znajdują się trudności z podejmowaniem decyzji, zaburzenia automotywacji oraz uczucie nerwowości i rozdrażnienia (tab. 5).

## DYSKUSJA

### Aktywność naukowa i zawodowa

Celem badań była ocena i porównanie sytuacji społeczno-ekonomicznej oraz samopoczucia i nastroju doktorantów Wydziału Fizjoterapii oraz Wydziału Wychowania Fizycznego Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu studiujących w roku akademickim 2014/2015.

Pierwszym pytaniem analizującym aktywność naukową doktorantów było pytanie o otwarty przewód doktorski. Wszczęcie przewodu doktorskiego jest wymagane zarówno na Wydziale Wychowania Fizycznego, jak i na Wydziale Fizjoterapii, a na obu wydziałach odbywa się w porównywalny sposób. W udzielanych odpowiedziach można zauważyć różnice w liczbie osób posiadających otwarty przewód doktorski (więcej doktorantów na Wydziale Wychowania Fizycznego niż na Wydziale Fizjoterapii).

Co więcej, doktoranci Wydziału Wychowania Fizycznego publikują znacznie więcej prac naukowych w recenzowanych czasopismach z części B (nieposiadających wskaźnika cytowań Impact Factor). Z drugiej strony niemal identyczna liczba doktorantów publikowała w czasopismach z listy filadelfijskiej. W analizie procentowego rozkładu odpowiedzi uzyskanych w części dotyczącej aktywności naukowej uwidacznia się obraz szerszej działalności badawczej doktorantów Wydziału Wychowania Fizycznego. Przyczyną takiego stanu może być zwiększona aktywność zawodowa fizjoterapeutów. Zawód fizjoterapeuty figuruje w zestawieniach jako zawód nadwyżkowy. Oznacza to, iż zapotrzebowanie na rynku pracy jest mniejsze niż liczba osób poszukujących pracy w tym zawodzie. W 2013 r. w urzędach pracy było zarejestrowanych

ponad dwa razy więcej bezrobotnych fizjoterapeutów niż wynosiła liczba miejsc dostępnych na rynku pracy (Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej, 2013). Konkurencja na rynku pracy zmusza doktorantów do ciągłego utrzymania zatrudnienia oraz nie pozwala na okresy przejściowe pomiędzy pracami, ponieważ w tym czasie dostępnych jest wielu fizjoterapeutów na ich miejsce pracy. Dodatkowo nieustanne zatrudnienie zwiększa doświadczenie pracownika, co w dobie nadmiernej podaży znacznie podwyższa konkurencyjność rehabilitanta na rynku pracy.

Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu oferuje stypendium naukowe dla maksymalnie 30% doktorantów danego roku obu wydziałów łącznie. Z tego względu doktoranci Wydziału Fizjoterapii i Wydziału Wychowania Fizycznego konkurują ze sobą w ubieganiu się o stypendium naukowe. Największą liczbę punktów stypendialnych doktorant uzyskuje za opublikowanie artykułu w czasopiśmie recenzowanym. Liczba punktów zależy od punktowania czasopisma na ministerialnej liście czasopism punktowanych wykazu A i B i równa się czterokrotności tej punktacji. Więcej publikują doktoranci Wydziału Wychowania Fizycznego, co może się przyczyniać do większego ich udziału w stypendiach naukowych. Sytuacja ta powoduje zwiększony przymus pracy doktorantów Wydziału Fizjoterapii ze względu na brak dodatkowych źródeł finansowania. W tym miejscu warto zwrócić uwagę na to, że na Wydziale Wychowania Fizycznego uczestnikami studiów doktoranckich są także fizjoterapeuci – i odwrotnie. W 2011 r. Larivière przeanalizował aktywność naukową doktorantów z Kanady w latach 2000–2007. Analizując bazę Web of Science (WoS), wykazał, iż największą aktywność przejawili przedstawiciele nauk medycznych (63% doktorantów miało dorobek odnotowany w WoS) (Larivière, 2012). Podobne wyniki uzyskano w odniesieniu do aktywności naukowej warszawskich doktorantów w latach 2005–2007. Ponad 60% respondentów deklaroowało posiadanie publikacji o charakterze naukowym (*Model kształcenia...*, 2008). W powyższych badaniach zwrócono jedynie uwagę na publikacje w recenzowanym czasopiśmie, można jednak stwierdzić, że płodność naukowa



doktorantów Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu jest na zbliżonym poziomie. Z drugiej strony, przyjmując, że duża część czasopism indeksowanych w WoS to jednocześnie czasopisma z listy filadelfijskiej, można zauważyć, iż doktoranci Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu publikują dwukrotnie mniej tego typu prac niż ich koledzy z Kanady.

Analiza zadowolenia z wyboru studiów doktoranckich pozwala zaobserwować pozytywne reakcje na tę decyzję. Większość respondentów potwierdziła swoje zadowolenie z podjęcia edukacji na studiach III stopnia. Jednak tylko połowa z nich twierdzi, że studia doktoranckie w istotny sposób wpływają na ich rozwój naukowy, natomiast zaledwie wśród 1/5 badanych panuje przekonanie, że uczelnia spełniła ich oczekiwania dotyczące rozwoju naukowego. Może to być związane z tym, że mniej więcej połowa doktorantów odczuwała próbę utrudnienia rozwoju naukowego przez wyżej postawionych pracowników uczelni. Najczęściej respondenci zwracali uwagę na brak pomocy ze strony opiekuna naukowego oraz harmonogram zajęć, który utrudnia łączenie studiów doktoranckich z pracą zawodową. Te same problemy zostały zauważone przez doktorantów z innych dziedzin nauki. Zwrócili oni uwagę na relację doktorant-promotor oraz programy studiów III stopnia, które nie przystawały do potrzeb doktorantów (Domańska i Walczak, 2013).

### Nastrój i samopoczucie

W niniejszym opracowaniu grupę badaną stanowili doktoranci kolejnych etapów nauki na Wydziale Wychowania Fizycznego oraz Wydziale Fizjoterapii Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu. Każdy kolejny okres studiów doktoranckich wiąże się z nowymi wymaganiami, doświadczeniami, obowiązkami i koniecznością adaptacji, które mogą skutkować pojawianiem się napięcia oraz niekorzystnego dla organizmu stanu przewlekłego stresu, zaburzeń nastroju i depresji. Zaburzenia afektywne są bardzo powszechne w populacji ogólnej. To jedne z najczęściej występujących problemów psychicznych, coraz liczniej pojawiające się rów-

nież u młodzieży akademickiej (Kowalewski, 2006).

W 2004 r. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO, World Health Organization) uznała depresję za czwartą wśród najpoważniejszych chorób na świecie pod względem kosztów związanych z hospitalizacją, opieką medyczną, terapią oraz obciążeniem mierzonym w latach straconych wskutek niezdolności do prawidłowego pełnienia ról zawodowych i przedwczesnej śmierci. Jest ona obecnie jednym z najczęstszych problemów zdrowotnych na świecie, wiążąc się z obciążeniem porównywalnym z chorobami układu krążenia, chorobami zapalno-zwyrodnieniowymi narządu ruchu czy nowotworami. Rocznie z powodu zaburzeń nastroju o typie depresyjnym cierpi około 10% wszystkich osób dorosłych (Beck i wsp., 1961; Sartorius i wsp., 1996).

WHO informuje o ciągłym wzroście liczby zachorowań. Badania wskazują, że w 2030 r. depresja będzie najczęściej występującym zaburzeniem na świecie. Obecnie choruje na nią około 8 mln Polaków, a w latach 2013–2014 około 12 tys. podjęło próbę samobójczą. Zaburzenia nastroju oraz depresja wiążą się z problemami w zakresie funkcjonowania emocjonalnego, poznawczego oraz somatycznego, utrzymującymi się przez dłuższy czas uczuciami, takimi jak napięcie, stres, przygnębienie, smutek, lęk, utrata radości życia, wahania nastrojów, brak wiary w siebie i we własne możliwości, brak motywacji oraz chęci działania i pracy. Pojawiają się również problemy ze snem, odżywianiem, koncentracją uwagi i pamięcią, a także trudności w codziennym funkcjonowaniu, zaspokajaniu własnych potrzeb i pragnień, realizowaniu swoich celów i marzeń. Osoba chora wycofuje się z życiowych aktywności, traci zdolność do przeżywania przyjemności i pozytywnych emocji (Beck i wsp., 1961; Sartorius i wsp., 1996).

W niniejszym badaniu wykazano, że objawy obniżonego nastroju oraz depresji dotyczą aż 30% doktorantów. W badaniach przeprowadzonych w grupie 206 studentów Akademii Medycznej w Gdańsku objawy depresji stwierdzono w przypadku 15,5% badanej grupy (Marek i wsp., 2005). W kolejnym badaniu, obejmującym 100 osób w

wieku 20–35 lat, objawy depresji odnotowano aż u 20% badanych (Jurkiewicz i Kołpa, 2015). Ponadto badania własne wśród absolwentów Wydziału Fizjoterapii Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu wykazały, iż rozpowszechnienie zaburzeń nastroju sięga w tej grupie około 20% wszystkich respondentów (Cieślik i wsp., 2015).

Obraz depresji i zaburzeń nastroju jest zmienny. Mogą się one rozpocząć w każdym momencie życia. U części osób dochodzi jedynie do epizodu depresji, po którym następuje powrót do zdrowia. U ponad 50% chorych obserwuje się jednak nawroty zaburzeń depresyjnych. Nieleczony epizod depresji trwa do 24 miesięcy, a w przypadku nawet 10% osób – ponad dwa lata. Czynniki ryzyka są: starszy wiek, niższy poziom wykształcenia oraz niestabilna sytuacja małżeńska (Krupka-Matuszczyk i Matuszczyk, 2007). Przeprowadzone badanie wykazało, że w badanej grupie doktoranci obu wydziałów na poszczególnych latach studiów różnią się nasileniem zaburzeń nastroju oraz symptomów depresji. Największe natężenie stwierdzono w grupie doktorantów IV roku, różnice nie były jednak istotne statystycznie. Badania przeprowadzone w grupie olsztyńskich studentów w wieku 20–30 lat dowiodły, że co ósma osoba przejawia zaburzenia nastroju. Z kolei analizy związku tych zaburzeń z wiekiem wykazały w grupie kobiet istotną statystycznie zależność. Im osoba badana była starsza, tym częściej można było się spodziewać epizodu depresji (Białkowska i wsp., 2014).

W prezentowanym badaniu przeprowadzono również jakościową analizę zgłaszanych objawów obniżonego nastroju, będącą uzupełnieniem ocen ilościowych. Najczęściej zgłaszane i najbardziej niepokojące w badanej grupie są obawy o przyszłość, zmiany masy ciała, trudności z podejmowaniem decyzji, trudności z motywacją oraz nerwowość i rozdrażnienie (tab. 5).

Wyniki te ukazują potrzebę zajęcia się stanem zdrowia psychicznego doktorantów rozpoczynających życie zawodowe. Problem zaburzeń psychicznych dotyczy studentów różnych kierunków oraz rodzajów studiów. Badania Marek i wsp. (2005) dowodzą, jak silne jest nasilenie objawów depresji wśród

studentów medycyny, badania Pietrasa i wsp. (2012) – wśród studentów pedagogiki, z kolei badania Szczepańskiej i wsp. (2008) – wśród studentów fizjoterapii, a więc zawodów opartych na interakcjach z drugim człowiekiem potrzebującym pomocy i wsparcia (Białkowska i wsp. 2014).

Podsumowując, zdania respondentów na temat studiów doktoranckich w Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu nie różnią się znacznie. Doktoranci obu wydziałów różnią się istotnie tylko pod względem liczby posiadanych publikacji oraz aktywności zawodowej. Rysuje się jednak niepokojące zjawisko, w którym znaczna część młodych naukowców wykazuje objawy obniżonego nastroju, co negatywnie wpływa na motywację doktorantów do pracy. Dalsze monitorowanie nasilenia zaburzeń samopoczucia tej grupy wydaje się niezbędnym elementem w procesie poprawy jakości kształcenia młodych naukowców, ponieważ to właśnie oni w przyszłości będą tworzyć społeczność naukową.

## WNIOSKI

1. Przeprowadzone badania wykazały potrzebę zwiększenia aktywności naukowej doktorantów Wydziału Fizjoterapii.
2. Znaczna część młodych naukowców uważa, iż studia doktoranckie nie wpływają na ich rozwój naukowy. Niezbędne są bardziej intensywne konsultacje programu oferowanego przez Akademię Wychowania Fizycznego we Wrocławiu ze środowiskiem doktorantów.
3. Ze względu na częste występowanie stanów obniżonego nastroju spowodowanych m.in. obawą o najbliższą przyszłość istotne wydaje się zwiększenie wsparcia doktorantów w zakresie perspektyw pracy w obszarze nauki.

## BIBLIOGRAFIA

- Beck, A.T., Ward, C.H., Mendelson, M., Mock, J., Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561–571.
- Białkowska, J., Mroczkowska, D., Ziomkowska, E., Rakowska, A. (2014). Ocena zdrowia psychicznego



- nego studentów na podstawie Skróconego Kwestionariusza Zdrowia Pacjenta. *Hygeia Public Health*, 49(2), 365–369.
- Cieślak, B., Ostrowska, B., Szczepańska-Gieracha, J., Radziszewski, Ł. (2015). Aktywność zawodowa a zaburzenia nastroju wśród absolwentów fizjoterapii Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu. *Rozprawy Naukowe AWF Wrocław*, 48, 113–118.
- Domaradzka, A., Walczak, D. (2013). Wartość autoteliczna czy instrumentalna? Rola studiów doktoranckich w opinii kierowników studiów i doktorantów. *Nauka Szkolnictwo Wyższe*, 42(2), 73–94.
- Eurostat. Statistics Explained (2014). Unemployment and beyond. Pobrano 26.06.2016 r. z: [http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Unemployment\\_and\\_beyond#Further\\_Eurostat\\_information](http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Unemployment_and_beyond#Further_Eurostat_information)
- Główny Urząd Statystyczny (2014). *Aktywność ekonomiczna ludności Polski w latach 2010–2012*. Warszawa: GUS.
- Główny Urząd Statystyczny (2016). *Aktywność ekonomiczna ludności Polski III kwartał 2015 r.* Pobrano 26.06.2016 r. z: <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/rynek-pracy/pracujacy-bezrobotni-bierni-zawodowo-wg-bael/aktywnosc-ekonomiczna-ludnosci-polski-iii-kwartał-2015-r-,4,18.html>
- Jurkiewicz, B., Kołpa, M. (2015). Stres a ryzyko wystąpienia depresji u ludzi młodych w przedziale wiekowym 20–35 lat. *Problemy Pielęgniarstwa*, 23(1), 13–19.
- Kowalewski, J. (2006). Charakterystyka sytuacji zdrowotnej studentów w aspekcie ich sprawności psychosomatycznej w wybranych uczelniach wyższych Krakowa. *Edukacja*, 94(2), 28–35.
- Krupka-Matuszczyk, I., Matuszczyk, M. (red.) (2007). *Psychiatria. Podręcznik dla studentów pielęgniarstwa*. Katowice: Śląski Uniwersytet Medyczny.
- Larivière, V. (2012). On the shoulders of students? The contribution of PhD students to the advancement of knowledge. *Scientometrics*, 90(2), 463–481.
- Marek, K., Białoń, P., Wichowicz, H., Melloch, H., Nitka-Siemska, A. (2005). Przesiewowa ocena rozpowszechnienia objawów depresyjnych i lękowych wśród studentów Akademii Medycznej w Gdańsku. *Psychiatria*, 2(4), 217–224.
- Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej, Wydział Analiz i Statystyki (2013). *Zawody deficytowe i nadwyżkowe w I półroczu 2013 roku*. Warszawa: Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej.
- Model kształcenia doktorantów: wnioski z badań* (2008). Warszawa: Centrum Badań Polityki Naukowej i Szkolnictwa Wyższego, UW.
- Pietras, T., Witusik, A., Panek, M., Zielińska-Wyderkiewicz, E., Kuna, P., Górski, P. (2012). Nasilenie depresyjności u studentów kierunku pedagogika. *Polski Merkurusz Lekarski*, 32(189), 163–166.
- Sartorius, N., Ustün, T.B., Lecrubier, Y., Wittchen, H.U. (1996). Depression comorbid with anxiety: results from the WHO study on psychological disorders in primary health care. *British Journal of Psychiatry*, 168(supl. 30), 38–43.
- Szczepańska, J., Klin, Z., Jaroszewska, A., Ciesielski, R. (2008). Zaburzenia nastroju w populacji studentów Wydziału Fizjoterapii AWF we Wrocławiu. Część 1. *Fizjoterapia*, 16(3), 69–78.

Praca wpłynęła do Redakcji: 08.06.2016

Praca została przyjęta do druku: 29.10.2016

*Adres do korespondencji:*

Weronika Stodółka

Katedra Biostruktury

Akademia Wychowania Fizycznego

al. I.J. Paderewskiego 35

51-612 Wrocław

e-mail: [weronika.stodolka@awf.wroc.pl](mailto:weronika.stodolka@awf.wroc.pl)