

Název studie Psychologické souvislosti výživy a zvládání stresu

Autor posudku Eva Iserová

Celkové hodnocení

Cílem studie bylo najít souvislosti mezi příjmem určité stravy a zvládáním stresu. Přes obtížnost podchytit proměnné, které měly na výzkum vliv, se autorka pokusila zvýšit validitu (specifikací výzkumného souboru, zařazením kontrolní skupiny apod.). Prezentovala přehledně výsledky a studii vhodně doplnila o podrobnou reflexi rizik a možných problémů zvoleného designu studie. Při spolupráci s participanty postupovala v souladu s etickými standardy.

V teoretické části obecněji popsala zkoumaný problém. Možná by stálo za to zaměřit se úžeji na problémy přímo se vážící k výzkumným otázkám a více se věnovat operacionalizaci pojmů, které se vztahují k výzkumným otázkám. Například blíže definovat stravu většinové populace (případně, jakými metodami a riziky těchto metod můžeme tyto informace zjistit) nebo operacionalizovat zdroje stresu. Bylo by tak jasnější, co se přesně pod těmito kategoriemi míní.

Hypotézy, do jisté míry „skryté“ ve výzkumných otázkách, jsou jasné a konkrétní, což umožňuje jejich snadnou ověřitelnost. Ve studii však jasná formulace hypotéz chybí. Navrhovala bych stanovit si výzkumné otázky obecněji (např. Jaké jsou rozdíly ve zvládání stresu mezi lidmi stravujícími se makrobioticky a stravujícími se způsoby většinové populace?) a „původní“ znění otázek pak přeformulovat do oznamovacích vět, které by sloužily jako hypotézy.

Z hlediska výběru vzorku autorka hovoří o kvótním výběru. Ten by měl imitovat známé vlastnosti populace. V tomto případě známy nebyly. Autorka měla možná na mysli metodu záměrného výběru. Mezi konkrétní parametry zařadila věk a studium na filosofické fakultě. Kontrolní skupina byla vybrána metodou párování, což se jeví jako vhodné pro zvýšení validity. Ovšem přesný popis výběru kontrolní skupiny popsán nebyl. Navrhovala bych se také blíže zmínit, proč byly vybrány právě výše uvedené parametry pro výběr vzorku. Autorka odůvodňuje věk participantů, ale tvrzení nepodkládá výzkumným zdrojem. Omezením celkového výzkumného souboru bylo docíleno jisté eliminace vlivu intervenujících proměnných. Výsledky studie je pak obtížné generalizovat na širší populaci. Tento fakt bych navrhovala dát najevo už v teoretické části, ale i v názvu (např. název doplnit o „u mladých studentů nebo bývalých studentů filosofických fakult“).

Autorka jednala v souladu s etickými standardy. Zapojila do studie osoby, které informovaně souhlasily s participací, jednala s nimi s respektem a vyhnula se jejich klamání. Množství podaných informací o podstatě výzkumu mohlo mít vliv na možnou reaktivitu participantů, což by mohlo mít za následek zkreslení dat. Bylo by dobré tento fakt reflektovat.

Byl vhodně použit Studentův t-test pro dva nezávislé výběry (neznámý populační rozptyl, nezávislost skupin). Výsledky byly přehledně zobrazeny, možná by bylo vhodné do tabulky doplnit počet respondentů.

Doporučovala bych do výsledků zařadit také velikost efektu (Cohenovo d). Tím by byla zajištěna snadnější interpretace dat (o jak velký efekt se jedná) a přehlednost zjištěných závěrů.

Autorka reflektovala důvody, proč jí statisticky vyšel zrovna takový výsledek. Zabývala se i dalšími alternativními odpověďmi. Vhodný se jeví zejména výčet limitů výzkumného souboru. Rizika odvození špatného závěru kvůli nevhodně zvolenému výzkumnému souboru jsou pro daný typ studie ohrožující (může dojít ke zkreslení, zejména pokud generalizujeme daná zjištění na celou populaci). Dalším kladným přínosem je autorčin návrh možnosti testovat daný výzkumný problém experimentem.

Silné stránky (za co chválit)

- Snadná ověřitelnost výzkumných otázek.
- Snaha zvýšit validitu.
- Etika výzkumu. (ve vztahu k participantům výzkumu)
- Přehledně prezentované výsledky.
- Reflexe v diskusi. (zejména možné limity studie – výběru vzorku, primárního nastavení participantů apod.)

Slabé stránky (náměty na zlepšení)

- Nedostatečná operacionalizace a teoretické ukotvení. (návrh: zúžit záběr předkládaných teoretických zjištění, zaměřit se konkrétněji na koncepty apod., které se váží k výzkumným otázkám)
 - Chybí jasná formulace hypotéz. (návrh: formulovat obecnější výzkumnou otázku a původní znění otázek přeformulovat jako hypotézy)
 - Velké množství intervenujících proměnných. (Je odpověď na výzkumnou otázku zároveň odpovědí na to, zda existuje souvislost mezi příjmem určité stravy a zvládnutím stresu? návrh: zúžit téma)
 - málo rozpracovaná statistická analýza dat (návrh: doplnit některé údaje – N , Cohenovo d , případně i X_{min} a X_{max})
-

Otázky pro autora studie

1. Proč si autorka zvolila pro výběr do vzorku parametry věku a studium na filosofické fakultě?
 2. Jak probíhalo párování ve výzkumném vzorku?
 3. Jak by se dal charakterizovat běžný stravovací návyk většinové populace? Jakým způsobem to lze objektivně zjistit? (Podobně u osob, stravujících se makrobioticky.)
 4. Proč se autorka rozhodla právě pro užití dotazníků SOC a PVS?
-

5. Jaké všechny informace autorka sdělila participantům o záměrech a cílech studie?
