

**Název studie**      Psychologické souvislosti výživy a zvládání stresu

**Autor posudku**    Martina Ondrová

---

### **Celkové hodnocení**

---

Sběr dat byl v posuzované studii proveden velmi kvalitně. Autorka osobně prověřila způsob stravování probandů, nezávislou proměnnou rozdělující je do dvou skupin. Měla tedy plnou kontrolu nad nezávislou proměnnou. Dotazníky osobně uvedla, vysvětlila téma a záměr své práce. Autorka se správně rozhodla pro kvótní výběr vzorku, jenž optimalizuje reprezentativnost vzorku, ale zároveň přiznává neznalost parametrů základní populace.

Pečlivě bylo uskutečněno párování kontrolní skupiny podle jednotlivých demografických proměnných. Vyzdvihla bych také výběr statistického testu. T-test pro dva nezávislé výběry je vhodným nástrojem pro ověření hypotéz.

V diskuzi jsou podrobně rozebrány jednotlivé složky ovlivňující validitu výzkumu (Goodwin, 2007). Kritice byla podrobena především interní validita, přesně faktory ovlivňující výsledky závislé proměnné. Zvýšit interní validitu výzkumu by bylo možné zařazením pre a posttestu. Tato možnost nebyla z objektivních důvodů využita.

Nejzávažnějším metodologickým nedostatkem je nedostatečně formulovaná výzkumná otázka. Nejprve je stanoven předpoklad, že lidé stravující se odlišně od většinové společnosti jsou vystaveni většímu stresu. Následuje tvrzení, vyplývající ze studií, že lidé stravující se zdravě, by měli být psychicky odolnější. Toto tvrzení si odporují. Vhodné by bylo uvést výzkumnou otázku, která identifikuje kauzalitu vztahu. Například: „Je makrobiotická výživa příčinou vyšší odolnosti vůči stresovým podnětům?“ Výzkumné otázky označené 1) a 2) jsou podle mého názoru hypotézami, které ale ve studii chybí. Pokud by byly převedeny do oznamovacích vět, splnily by všechna pravidla pro formulování hypotéz.

Nedostatkem studie je povrchně zpracovaná teoretická část. Pro čtenáře neznalé problematiky důsledků výživy na psychické zdraví je velmi těžké získat orientaci v dosavadních výzkumech. Chybí citace o výsledcích průřezových studií, experimentálních projektů a konkrétních kazuistikách, o kterých autorka informuje v úvodu studie.

Studie neobsahuje definice, které by pomohly čtenáři zorientovat se ve výzkumném tématu. Především nový obor neurogastroenterologie by si zasloužil jasné vymezení. Také přesné definice výrazů druhý mozek a enterický nervový systém by bylo vhodné vysvětlit. Především proto, že jsou novými a zatím běžně nepoužívanými termíny v anatomii člověka.

Autorka se odvolává (strana 3, odstavec 4) na dosavadní výzkumy a sděluje zásadní informace o vzniku deprese. Odstavec neobsahuje žádnou citaci, podporující toto tvrzení. Čtenář neví, odkud tato informace pochází. Jejím zdrojem může být předchozí autorčin výzkum, odborná literatura nebo pouhá domněnka.

V sociálních vědách jsou statistické hypotézy testovány na 5% hladině statistické významnosti. Studie používá dva testy, u testu SOC je zvolena hladina významnosti  $\alpha=0.05$  (5%), ale test PVS je testován na  $\alpha=0,01$  (1%) hladině významnosti. Proč byl zvolen tento postup?

---

---

Posuzovaná studie informuje o zajímavé oblasti psychosomatiky. Poněkud slabší teoretická část je vyvážena pečlivým sběrem dat a kvalitní analýzou dat.

---

#### Silné stránky (za co chválit)

- Zajímavé téma studie, informující o novém oboru lidského vědění.
- Diskuze je velmi pěkně a pečlivě sepsaná. Obsahuje přesný popis nedostatků, jichž si je autorka vědoma.
- Závěr studie přináší podněty k dalším výzkumům.
- Přehledné zobrazení statistických výsledků T-testu v tabulkách.
- Vhodně zvolená metoda sběru dat.

#### Slabé stránky (náměty na zlepšení)

- Zkoumaný soubor neobsahuje reprezentativní vzorek populace.
  - Chybí základní definice výrazů neurogastroenterologie, přenašeče ovlivňující náladu, druhý mozek.
  - Počet probandů výzkumného souboru je v tabulce č. 2 uveden chybně.
  - Studie neobsahovala etické aspekty výzkumu.
  - Chybí úvodní dotazník, podle kterého byli probandí rozděleni do makrobiotické a kontrolní skupiny.
- 

#### Otázky pro autora studie

1. Proč byli probandí vybráni pouze z řad studentů a absolventů filozofických fakult?
  2. Co je neurogastroenterologie? Kde se mohu seznámit s tímto oborem v České republice?
  3. Popište prosím, kudy a kam vede bloudivý nerv? Přesněji pojem: údaje jsou vedeny nahoru.
  4. Proč je v tabulce č. 1 (Charakteristika výzkumného souboru) uvedeno 64 probandů, ale v tabulce č. 2 (věkové rozložení výzkumného souboru) pouze 32 probandů, když obě obsahují výzkumný soubor? Kontrolní skupina byla sestavena metodou párování, možná proto je uveden v tabulce pouze poloviční počet probandů. Nebylo by vhodné tuto skutečnost zmínit a vyznačit v tabulce, nebo jejím názvu.
  5. Pokud aplikujeme poznatky z teoretické části na konkrétní případ – člověku s Morbus Crohn (zánětlivé onemocnění tlustého střeva) je operativně odstraněna velká část (až  $\frac{3}{4}$ ) tlustého střeva a část tenkého střeva. Podle vaší teorie by měl po operaci upadnout do deprese, být veselý anebo apatický?
- 

#### Literatura:

Goodwin, C. J. (2007) Research in Psychology: methods and Design. 5th. ed. N. J: JohnWiley & Sons Inc.