

**PSYCHOLOGICKÉ SOUVISLOSTI VÝŽIVY A ZVLÁDÁNÍ STRESU****Autor posudku**

Ondřej Páleník

UČO: 347942

**Celkové hodnocení**

Autorka hledala souvislost mezi stylem stravování a zvládním stresu. Při tomto hledání se pustila do nepříliš probádané oblasti, která si však stále více získává pozornost výzkumníků. Lze ocenit snahu o nahlédnutí do problematiky, která je zatím velmi nejasná. Autorka si k výzkumu zvolila dobré výzkumné otázky, které zároveň správně vyjadřují, co je cílem výzkumu a jak je v něm třeba postupovat. Dále mohu ocenit vhodné zvolení metody párování respondentů, která zaručuje kvalitní porovnání dvou různých skupin lidí. Získaná data pak byla podle dostupných informací správně zpracována, byly zvoleny vhodné statistické testy a provedena Bonferroniho korekce pro mnohočetná porovnávání. Předností diskuse této studie je pak správné poukazování na některé nedostatky studie, hlavně intervenující proměnné. Například to, že lidé stravující se makrobioticky mohou být typem lidí s koherentnější osobností a vnitřním místem kontroly, což může ovlivnit jejich zvládnání stresu. Mohou to být také lidé více o sebe pečující ve všech směrech.

Další nedostatky, na které diskuse upozorňuje, mohly a měly být kontrolovány. Autorka si nedostatky svého postupu uvědomuje, avšak některé z nich bylo možno napravit. Proč museli být účastníky zrovna studenti? Zdůvodnění výběru vzorku, tedy mladých lidí, je velmi slabé. Úplně pak chybí informace, proč byli vybráni právě studenti filozofických fakult a ve vybraném věkovém rozmezí. Studenti jsou, co se týče jídla, velmi specifická skupina, proto je absolutně nereprezentativní. Autorka zmiňuje, že se nesnaží o vztahování výsledků na celou populaci, nýbrž na generalizaci kompletně rezignuje, což nelze považovat za správné, protože takový výzkum radikálně ztrácí na ceně. Mimo jiné chybí i informace, ze kterých škol studenti byli. Nabízí se domněnka, že snad všichni mohli být studenty jedné školy. Není podána informace, jakým způsobem byli vybráni a kontaktováni. Není mi jasné, proč byl zvolen kvótový výběr, když rozložení respondentů ve skupinách je 3 – 6 – 13 – 10, toto rozložení není ničím opodstatněné. Zdá se spíše, že šlo o výběr příležitostný.

Autorka zmiňuje malý počet respondentů, což mohlo být též snadno napraveno. Snad až zbytečně se diskuse zaobírá faktory, jako jsou momentální nálady. Dozvídáme se také, že nebyla možnost manipulace s proměnnými, čímž se myslí právě proměnná stravování. Není mi jasné, proč by chtěla autorka manipulovat s nezávislou proměnnou, nezdá se, že by to bylo třeba.

Zpracování textu není nejlepší. Příliš rozsáhlý teoretický úvod a naopak jednovětný popis cíle následovaný informacemi, které patří do části o metodách. Obecně špatné řazení některých informací (údaje o standardizaci dotazníků ve výsledcích), zbytečný úvod, který mohl být spojen s teorií a zkrácen (nevím, jestli je nutné vymezovat psychologii zdraví atd.). Velmi pozdě se dostáváme k makrobiotické dietě (ani v názvu není zmínka), o zvládnání stresu se bohužel nedozvíme nic. Některé formulace použité ve studii jsou nepřesné (jednou stravování „odlišně od většinové spol.“, potom „zdravě“, i když bychom se měli zajímat jen o makrobiotiky, což

je rozdíl). Dočteme se také, že autorka porovnávala testy SOC a PVS, ale to není pravda, musela tyto dva porovnávat se stravováním (ona to nejspíš myslela správně, ale ta věta je dvojsmyslná). Citované tituly časopisů by měly být uvedeny kurzívou, u některých chybí číslo. Dle mého názoru se vůbec nejedná o srovnávací studii, jak je označována.

---

**Silné stránky (za co chválit)**

- Diskuse dobře poukazuje na některé nedostatky.
- Snaha pustit se do neprobádané oblasti.
- Dobré výzkumné otázky.
- Vhodné zvolení metody párování respondentů.
- Statistická analýza.

**Slabé stránky (náměty na zlepšení)**

- Nedostatečné zdůvodnění výběru vzorku.
  - Nesmyslné použití kvótového výběru.
  - Příliš rozsáhlý teoretický úvod, ve kterém však některé informace chyběly, a naopak jednovětný popis cíle práce. Špatné řazení některých informací a nepřesnosti.
  - Rezignace na reprezentativnost, ztráta hodnoty výzkumu.
- 

**Otázky pro autora studie**

1. Proč byl kvótovým výběrem vybrán právě počet 3 – 6 – 13 – 10 respondentů v jednotlivých věkových kategoriích? K čemu ty kvóty byly a co odrážejí?
  2. Proč zrovna kombinace těchto dvou dotazníků?
  3. Proč nebyl vybrán reprezentativní vzorek nebo patřičně zúžené výzkumné otázky, aby bylo možné výsledek výzkumu považovat za platný?
  4. Proč by chtěla autorka manipulovat s nezávislou proměnnou?
  5. Proč se jemně liší formulace dvou ekvivalentních výzkumných otázek? Má to nějaké opodstatnění?
  6. O studenty jakých filozofických fakult šlo? Nebyli to náhodou studenti jedné fakulty?
-