

Název studie

Psychologické souvislosti výživy a zvládnání stresu

Autor posudku

Dušan Takáč, UČO: 273596

Celkové hodnocení

Z textu je na první pohled zřejmé, že autorku oblast psychologie výživy hluboce zajímá. Vzhledem k nedostatku studií vlivu makrobiotiky na coping měla práce předpoklad přinést zajímavé poznatky. Je dobře, že sama autorka si je toho vědoma a považuje práci za explorativní výzkum. Bohužel v cílech je práce definována jako srovnávací studie, což neodpovídá jejímu zaměření.

Teoretický rámec je zpracovaný obsáhle a snaží se postihnout pohledy na zkoumanou oblast z hlediska stresu i vlivu výživy na psychické procesy. Rozsah úvodu a teorie odpovídá 48 % rozsahu celé práce, což je na výzkumnou práci příliš. Autorka mohla vynechat některou z citací v úvodu nebo lépe obohatit zprávu o podrobnější zdůvodnění některých postupů. Čtenář by ocenil hlubší popsání, jak autorka uvažovala při přípravě studie.

Přes rozsah teorie v ní spatřuji velké rezervy. Obecné pasáže střídají části, k nimž chybí citace, další působí samoúčelně a o nic nás neobohacují. Rohleder (2007) zkoumal účinky výživy na neuroendokrinní odpověď organismu, ale nedozvíme se, k jakému závěru došel. Zdroj chybí v pasážích o makrobiotice či ENS, i u východisek pro dotazníky nezdolnosti a tvrdosti, které mají působit pozitivně na zdravotní stav lidí pod vlivem stresu.

Výběr dotazníků je zajímavý, oba reprezentují hodnoty, které se autorka snaží sledovat. Zároveň mají správné parametry a dostatečnou reliabilitu, protože se jedná o ověřené metody. Chybí však zdůvodnění zvolených metod a je zřejmé, že nebyly do výběru zahrnovány jiné varianty sběru dat. Nejasný je také důvod zmínění reliability dotazníků ve výsledcích.

Zarážející je fakt, že je počítáno pouze s mladou populací. Autorka argumentuje, že je věkové rozmezí 20-30 let pod největším tlakem. Není však zřejmé, jak k závěru dospěla. K výběru zdánlivě použila kvóty, což je sporné vzhledem k neznámému rozložení v populaci. Možná by byla tedy lepší náhodná forma výběru. Výzkumný soubor tvoří jen studenty filosofických fakult. Omezení výběru probandů není zohledněno, stejně jako východiska výzkumných otázek - u respondentů se mohla autorka pokusit zjistit, jestli odpovídají popisu většího množství stresorů (finanční zátěž, komplikace při cestování). Nedostatky ve výběru jsou částečně kompenzovány metodou párování.

Autorka byla přítomna vyplňování dotazníků a mohla zodpovídat jakékoliv dotazy a nejasnosti vzniklé při vyplňování. V briefingu probandům prozradila záměr svého výzkumu, čímž mohla ovlivnit výsledky studie. O této možnosti se však nikde nezmiňuje. Výzkumné otázky formulovala dobře, ale budoucí čas do nich nepatří a není jasně řečeno, jaký rozdíl je pro výzkum signifikantní. Navíc zcela chybí hypotéza.

Ve statistické části je nesprávně použita Bonferroniho korekce, sloužící ke korekci vícenásobného vyhodnocení

hodnot. Dotazníky jsou rozdělené do tří částí otázek, žádná hodnota ve skutečnosti víckrát použita není, data není třeba korigovat.

V diskuzi je zmíněna neproveditelnost dlouhodobého výzkumu. Nemožnost realizace jistě není tak jednoznačná, jak je to předneseno, ačkoliv by si vyžadovala větší časovou investici než 11 měsíců. Výsledky však mohly být reprezentativnější.

Vyhodnocení a diskuze je podrobná, závěr obsahuje dobrý výhled pro další studie. V diskuzi však chybí vyhodnocení výzkumných otázek. Zároveň se z více než 60 % zaměřuje autorka na limity studie. Práce představuje zajímavé výsledky, ale obsahuje několik zásadních nedostatků, které význam výzkumu snižují. Přitom v teoretické části je vidět zájem i snaha, kterou by chtělo dotáhnout i v druhé části práce.

Silné stránky (za co chválit)

- zajímavý výběr dotazníků
- správná volba studentova T-testu
- práce poskytuje východisko pro další zkoumání dané oblasti
- snaha o obsáhlost teorie
- párování

Slabé stránky (náměty na zlepšení)

- budoucí čas ve výzkumných otázkách
 - citační nedostatky
 - nedostatky výzkumného souboru: chybí konkretizace okolností a metody výběru
 - možnost ovlivnění výsledků prozrazením záměru výzkumu
 - práce je uvedena jako srovnávací studie
-

Otázky pro autora studie

1. Jaký lepší výběr výzkumného souboru by bylo možné použít?
 2. Které z teoretických východisek by bylo možné vynechat? Nebo naopak o co by bylo možné obohatit výzkumnou část?
 3. Jak by vypadala formulace hypotézy?
 4. Myslíte, že Bonferroniho korekce byla správná/nutná?
 5. Mohlo prozrazení záměru výzkumu ovlivnit výsledky studie?
-