

# **METODOLOGIE 2**

**SP7MP MTP2/01**

**ZÁVĚREČNÝ PROJEKT**

**Barbora Šindelková**

**(UČO 363067)**

## **Téma:**

Informovanost žáků středních škol o poruchách příjmu potravy

## **Výzkumný problém:**

Znalost problematiky poruch příjmu potravy u žáků středních škol.

## **Výzkumná otázka:**

Jaká je informovanost žáků středních škol o poruchách příjmu potravy?

## **Úvod:**

Poruchy příjmu potravy jsou psychosomatické onemocnění, mezi které patří mentální anorexie, mentální bulimie, záchvatovitě přejídání a méně známé poruchy příjmu potravy. Onemocnění postihuje převážně dívky a dospívající ženy, ale začínají se také objevovat i u mužů. Mentální anorexie spočívá v odmítání potravy a zkreslené představě o svém těle. Nejčastěji vzniká u dívek ve věku mezi 13. až 15. rokem. U mentální bulimie je tomu naopak, projevuje se opakovanými záchvaty přejídání a následným zbavení potravy. Obvykle onemocnění vzniká kolem 15. až 25. roku života. Což je věkové rozmezí studentů středních škol. Z tohoto důvodu bylo zaměřeno na střední školy. Cílem výzkumu bude zjistit informovanost chlapců a dívek o poruchách příjmu potravy. Zjištění informovanosti může být nápomocné především pro školu, která v případě neznalosti dané problematiky u studentů může zajistit přednášku o poruchách příjmu potravy odborníkem nebo učitel vyučující výchovu ke zdraví se může touto problematikou v hodinách více zabývat.

## **Cíl výzkumu:**

Cílem výzkumu je zjištění, zda jsou žáci středních škol dostatečně informovaní (mají dostatečné znalosti) o poruchách příjmu potravy. Bude zjišťován rozdíl v informovanosti mezi chlapci a dívkami. Následně bude pro žáky zkoumaných

středních škol vytvořen informační leták o poruchách příjmu potravy, který přinese ucelené informace o problematice a důležité kontakty na odbornou pomoc.

**Hlavní výzkumná otázka:**

- Jaká je informovanost žáků středních škol o poruchách příjmu potravy?

**Vedlejší výzkumné otázky:**

- Jaké znalosti mají žáci o onemocnění mentální anorexie?
- Jaké znalosti mají žáci o onemocnění mentální bulimie?
- Jaké znalosti mají žáci středních škol o organizacích zabývajících se poruchami příjmu potravy?
- Jaký mají žáci středních škol postoj k dietám?
- Jakou znalost mají žáci o Body Mass Index?

**Typ výzkumu:**

Strategii výzkumu byl určen výzkum kvantitativní. Pro získávání dat jsem si zvolila dotazník, protože jím získáme velké množství informací od velkého počtu respondentů najednou. Nevýhodou dotazníku: podle mého názoru je, že se můžeme setkat se zkreslením odpovědí u některých respondentů. Za rušivý faktor považuji i okolní spolužáky, kteří mohou výzkumné šetření ovlivnit případným napovídáním či opisováním odpovědí od spolužáků. Výhody dotazníku: za kladné u dotazníku považuji, že respondenti by mohli být zároveň otevřenější u citlivých otázek, na které by např. při rozhovoru nebyli ochotni odpovědět.

**Hypotézy:**

H1: Informovanost dívek o poruchách příjmu potravy je na lepší úrovni než u chlapců.

H2: Rozdíl mezi mentální anorexií a mentální bulimií budou lépe znát chlapci než dívky.

H3: Dívky mají více osobních zkušeností s redukčními dietami než chlapci.

**Pracovní hypotézy:**

Čím více jsou dívky informované o poruchách příjmu potravy, tím negativněji k onemocnění přistupují.

Dívky jsou lépe informované o poruchách příjmu potravy a mají větší sklon k onemocnění než chlapci.

Ochota chlapců vzdělávat se v oblasti poruch příjmu potravy je menší než ochota dívek.

Čím více osobních zkušeností s redukčními dietami, tím snadněji mohou žáci onemocnění propadnout.

### **Konceptualizace:**

Poruchy příjmu potravy - jsou to psychická onemocnění, charakterizované chronickým průběhem, závažnými somatickými, psychickými a sociálními důsledky.

Informovanost - znamená znalost určité oblasti, daného tématu.

Vzdělání – je souhrn znalostí, které získáváme pomocí vzdělávání, výuky a studia specifických vědomostí.

Redukční dieta - je dieta, jejímž cílem je redukce tělesné hmotnosti, je základním prostředkem léčby nadváhy a obezity.

### **Operacionalizace:**

Indikátor č. 1: heterogenní skupina (věk, pohlaví)

Indikátor č. 2: edukační prostředí (typ školy, zařazení problematiky do vyučování nebo v rámci přednášky, samostatný zájem o problematiku např. četba odborných časopisů, hledání podrobností o onemocnění na internetu)

Indikátor č. 3: osobní zkušenosti (rodina, kamarádi)

Indikátor č. 4: postoj k vlastnímu tělu

### **Metody sběru dat:**

Výzkumnou populací budou žáci druhých ročníků středních škol. Na střední školy bylo zaměřeno z důvodu většího podlehnutí onemocnění mentální bulimii, která nejčastěji vzniká ve věku mezi 15 až 25 rokem. Výběr středních škol bude proveden pomocí losování, při němž se vylosují 4 školy, které se na výzkumu podílejí. Po výběru budou osloveni ředitelé škol a následně vyučující předmětu výchova ke zdraví, v jehož předmětu budou dotazníky rozdávány. Nejvhodnější formou sběru dat v mém případě je dotazník, kdy jím získáme obrovské množství informací od velkého počtu respondentů. Dotazník bude obsahovat celkem 15 otázek, typu otevřené, polootevřené a zavřené.

Dotazníky budou anonymní. Výzkumným vzorkem bude 280 žáků středních škol rozdělených dle pohlaví. Distribuci dotazníků budu provádět osobně v hodinách výchovy ke zdraví, kdy budu moci vysvětlit význam a požadavky na vyplnění dotazníků či případné nesrovnalosti u některých otázek. Aby se předešlo špatnému vyplnění dotazníků.

### **Nástroj sběru dat:**

Dobrý den,

jsem studentkou Masarykovy univerzity, Pedagogické fakulty. Tímto dotazníkem bych Vás chtěla požádat o spolupráci při zpracovávání mé diplomové práce na téma „Informovanost žáků středních škol o poruchách příjmu potravy“. Dotazník je zcela anonymní a údaje budou použity pouze v praktické části mé diplomové práce.

**Odpovědi, prosím, zakřížkujte, popřípadě napište na zvýrazněné tečky.**

Děkuji Vám za spolupráci.

Barbora Šindelková

#### **1. Víte, co znamená pojem poruchy příjmu potravy?**

ano, prosím, stručně popište.....

.....

ne

#### **2. Slyšel/a jste někdy pojem mentální anorexie?**

ano

ne

#### **3. Slyšel/a jste někdy pojem mentální bulimie?**

ano

ne

#### **4. Víte, jaký je rozdíl mezi mentální anorexií a mentální bulimií?**

ano, prosím, uveďte jaký.....

.....

ne

**5. Znáte počáteční projevy nemocí mentální anorexie a mentální bulimie?**

- ano, prosím, uveďte jaké.....  
.....  
 ne

**6. Znáte název nějaké organizace, které se zabývají poruchami příjmu potravy?**

.....

**7. Kde jste se dozvěděl/a nejvíce o poruchách příjmu potravy? (Vyberte pouze jednu odpověď!)**

- rodina  
 škola  
 kamarádi  
 lékař  
 knihy, časopisy  
 televize  
 internet

**8. Zajímáte se o články na internetu nebo v časopise, které se týkají různých diet a nápadů jak zhubnout?**

- ano, tyto články vyhledávám  
 ano, čtu je, ale jen když na ně narazím, nevyhledávám je  
 tyto články automaticky přehlížím

**9. Vyčítáte si někdy jídlo, které jste snědl/a? (Jestli si myslíte, že jídlo, které jste snědl/a bylo příliš tučné, sladké nebo jste ho snědl/a příliš hodně.)**

- ano, často si vyčítám  
 ano, ale jen když toho sním opravdu hodně  
 neřeším, kolik toho sním a jak to bylo tučné

**10. Hlídáte si svoji tělesnou váhu? (Vyberte pouze jednu odpověď!)**

- ano, pravidelně cvičím  
 ano, držím neustále diety

- ano, pouze když přiberu, držím dietu nebo cvičím  
 ne

**11. Jak často se vážíte?**

- vícekrát denně  
 jednou denně  
 jednou týdně  
 jednou měsíčně  
 jednou ročně  
 nevážím se

**12. Znáte pojem Body Mass Index (BMI)?**

- ano, prosím uveďte, jak se s ním pracuje.....  
.....  
 ne

**13. Uvítal/a byste přednášky na téma poruchy příjmu potravy či hlubší rozbor daného problému?**

- ano  
 ne

**14. Jste:**

- dívka     chlapec

**15. Prosím, napište svoje osobní údaje váhu, výšku a věk:**

váha: ..... výška: ..... věk: .....

**Předvýzkum:**

Předvýzkum bude proveden na malé skupině žáků druhých ročníků středních škol v Brně, formou dotazníků a poté rozhovorem týkající se vyplňování dotazníků pro zpětnou vazbu a pro ověření kvality tohoto měřicího nástroje.

## **Problémy při výzkumu:**

Problém, který může u výzkumného šetření nastat, je laxní přístup respondentů k vyplňování dotazníků, což by mohlo negativně ovlivnit objektivitu celého výzkumu a důvěrnost získaných dat. Abychom předešli těmto problémům, je třeba respondentům hned z počátku zdůraznit důležitost správného vyplnění dotazníku.

## **Seznam literatury:**

1. GAVORA, P. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paidao, 2010. 252s. ISBN 978-80-7315-185-0
2. HALL, L., COHN, L. *Rozlučte se s bulimií*. Brno: Era, 2003. 235s. ISBN 80-86517-60-8
3. KOCOURKOVÁ, J. et. al. *Mentální anorexie a mentální bulimie v dětství a dospívání*. Praha: Galén, 1997. 143s. ISBN 80-85824-51-5
4. KRCH, F. D. a kol. *Bulimie jak bojovat s přejídáním*. Praha: Grada Publishing a.s., 2003. 169s. ISBN 80-247-0527-3
5. KRCH, F. D. *Poruchy příjmu potravy – 2. aktualizované vydání*. Praha: Grada Publishing a.s., 2005. 216s. ISBN 80-247-0840-X
6. KRCH, F. D., RICHTEROVÁ, I. *Chci ještě trochu zhubnout*. Praha: Motto, 1998. 91s. ISBN 80-85872-86-2
7. LADISHOVÁ, L. C. *Strach z jídla*. Ružomberok: Epos, s. r. o., 2002. 158s. ISBN 80-89191-53-3
8. LEIBOLD, G. *Mentální anorexie*. Praha: Svoboda, 1995. 136s. ISBN 80-205-0499-0
9. MARÁDOVÁ, E. *Poruchy příjmu potravy*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí o.p.s., 2007. 32 s. ISBN 978-80-86991-09-2
10. PAPEŽOVÁ, H. *Bulimia nervosa*. Praha: Psychiatrické centrum, 2003. 109s. ISBN 80-85121-81-6
11. PAPEŽOVÁ, H. *Spektrum poruch příjmu potravy: interdisciplinární přístup*. Praha: Grada, 2010. 424s. ISBN 978-80-247-2425-6

Doporučuji projekt upravit před tím, než se pustíte do případné realizace – zejména chybí vztah mezi vaším tématem a otázkami na jedné straně a dotazníkem na straně druhé.