

Metodologie 2

Kód předmětu: SP7MP_MTP2/01

Závěrečný projekt

Markéta Šujanová (321958)

Téma: Poruchy příjmu potravy

Výzkumný problém: Výskyt poruch příjmu potravy u žáků na základní škole

Výzkumná otázka: Porovnání znalostí a rizika vzniku poruch příjmu potravy žákyň 6. třídy s žákyněmi 9. třídy.

Úvod

Tématem pro výzkum je problematika poruch příjmu potravy. Výzkumná část se bude zabývat rizikem vzniku poruch příjmu potravy u žákyň na základní škole v Moravskoslezském kraji, ale také ověřením znalosti této problematiky.

Tématem jsou poruchy příjmu potravy, protože v dnešní době žijeme v kultuře, která klade značný důraz na náš zevnějšek a obavy o fyzický vzhled se mohou snadno přeměnit v posedlost, která ovládá náš osobní a společenský život. Poruchy příjmu potravy jsou onemocnění, které mohou ohrozit život a jsou současně fyzické a psychické povahy a vyznačují se abnormalitami ve stravovacích návycích. Důležitým mezníkem je období dospívání, kdy se ženské tělo výrazně mění, což nemusí být se strany dívek pozitivně akceptováno.

Cílem plánovaného výzkumu je zjistit riziko vzniku poruch příjmu potravy a znalosti spojené s touto problematikou u žákyň základní školy. Položky dotazníku budou také zaměřeny na sebehodnocení vlastního těla.

Hlavní výzkumná otázka: Je riziko vzniku poruch příjmu potravy vyšší u dívek 6. nebo 9. třídy?

Vedlejší výzkumné otázky: 1) Jaké znalosti mají dívky ohledně poruch příjmu potravy?

2) Komunikují dívky mezi sebou o své tělesné hmotnosti?

3) Jaká je spokojenost dívek se svým vlastním tělem?

4) Jak dívky hodnotí svůj vztah k sobě?

Výzkumná strategie

Pro svou výzkumnou část jsem si vybrala kvantitativní výzkumnou strategii, která umožňuje zpracování většího množství dat. Předpokládám totiž získání informací od velkého výzkumného vzorku.

Stanovení hypotéz

H1: Dívky 9. třídy budou mít větší znalosti z problematiky poruch příjmu potravy než dívky 6. třídy.

H2: Dívky 9. třídy budou kritičtěji hodnotit svůj zevnějšek než dívky 6. třídy.

H3: U dívek 9. třídy bude větší riziko poruch příjmu potravy než u dívek 6. třídy

Konceptualizace

Poruchy příjmu potravy jsou psychická onemocnění, která patří mezi dlouhodobá a závažná. Řadíme sem nejčastěji mentální anorexii, která může vést až k úplnému odmítání jídla, mentální bulimii, která je charakterizována přejídáním a následným zvracením a záchvatovité přejídání, které se projevuje konzumací velkého množství jídla, kterého se osoby trpící tímto onemocněním nesnaží zbavit.

Operacionalizace

Indikátor č.1 Mentální anorexie

- Narušení vztahu k jídlu
- Přísné diety
- Nápadný a rapidní úbytek váhy

- Podrážděnost a přecitlivělost

Indikátor č.2 Mentální bulimie

- Tajné přejídání
- Úzkostné stavy
- Vyhýbání se společnosti
- Intenzivní zájem o tělesný vzhled

Indikátor č.3 Záchvatovité přejídání

- Porucha se rozvíjí jako reakce na stres
- Nevyvážené stravování
- Fyzicky nepříjemné pocity z přejedení, nedochází však ke zvracení

Metoda sběru dat

Jako metoda sběru dat poslouží v tomto případě dotazník. Dle Gavory (2000, s. 99) *„Dotazník je určen především pro hromadné získávání údajů. Myslí se tím získávání údajů o velkém počtu odpovídajících. Proto se dotazník považuje za ekonomický výzkumný nástroj. Můžeme jím získávat velké množství informací při malé investici času.“*

Respondenti pro dotazníkové šetření budou žákyně 6. a 9. třídy základní školy. Tyto ročníky byly vybrány pro dokumentaci odlišností odpovědí daných věkových skupin. Sběr dat tedy proběhne na čtyřech základních školách v místě mého bydliště, tedy v Krnově. Dotazník po předchozí domluvě do škol osobně donesu a pokud to vedení školy umožní, budu přítomna během jeho vyplnění. Dotazník bude realizován přibližně u 200 respondentů.

Dotazník

Milé žákyně,

Jsem studentka Pedagogické fakulty Masarykovy univerzity v Brně a ráda bych vás požádala o vyplnění anonymního dotazníku, který poslouží jako výzkumná část k mé diplomové práci. U každé otázky prosím označte odpověď, která je vám nejbližší, nebo doplňte vlastní text. Předem děkuji za vaši spolupráci.

Markéta Šujanová

1) Co si myslíš o své hmotnosti?

- a) Myslím si, že je v normě.
- b) Připadám si obézní.
- c) Připadám si příliš štíhlá.
- d) Neřeším to.

2) Jsi spokojená se svou postavou?

- a) Ano, jsem spokojená
- b) Občas jsem spokojená
- c) Nejsem spokojená

3) Sleduješ pravidelně svou hmotnost?

- a) Vážím se každý den.
- b) Vážím se jednou týdně.

- c) Vážím se jednou měsíčně.
- d) Vážím se náhodně
- e) Neřeším svou hmotnost.

4) Kladeš důraz na to, čím se stravuješ?

- a) Ano, snažím se jíst vyváženou stravu.
- b) Snažím se omezovat tučné potraviny.
- c) Jím zrovna to, na co mám chuť.
- d) Já to neřeším, ale rodiče dbají na to, abych se zdravě stravoval.

5) Kolik porcí jídla během dne sníš?

- a) 1 – 2 porce jídla
- b) 3 porce jídla
- c) 5 porcí jídla
- d) 6 a více porcí jídla

6) Povídáš si s kamarády často o tom, kdo z vás má jakou postavu?

- a) Ano, je to naše hlavní téma.
- b) Ano, ale ne moc často.
- c) Vůbec se o tom nebavíme.

7) Držela jsi někdy nějakou dietu?

- a) Pokoušela jsem se o to, ale nevydržela jsem to.
- b) Ano, a vydržím tak dlouho, jak si stanovím.
- c) Ano, teď momentálně ji držím.
- d) Ne, nikdy jsem to nezkoušel/a.

8) Zajímáš se o články na internetu nebo v časopise, které se týkají různých diet a nápadů jak zhubnout?

- a) Ano, tyto články vyhledávám.
- b) Ano, čtu je, ale jen když na ně narazím, nevyhledávám je.
- c) Tyto články automaticky přehlížím.

9) Vyčítáš si někdy jídlo, které jsi snědla? (Mám na mysli, jestli si myslíš, že jídlo, které jsi snědla bylo příliš tučné nebo že jsi ho snědla příliš hodně.)

- a) Ano, často si to vyčítám.
- b) Ano, ale jen když toho sním opravdu hodně.
- c) Neřeším, kolik toho sním a jak to bylo tučné.

10) Říká ti někdo v tvém okolí, že by, jsi mě/la zhubnout? Pokud ne, přejdi k otázce č. 13.

- a) Ano
- b) Ne

11) Osoby, které ti říkají, že by jsi měla zhubnout jsou:

- a) Rodina
- b) Kamarádi
- c) Ostatní známí
- d) Všichni dohromady
- e) Jiní (vypiš)

12) Zaměřuješ se více na svou postavu po připomínkách takového typu?

- a) Ano, nutí mě to, abych zhubla
- b) Ano, ale hubnout se mi nechce
- c) Ne, je mi jedno kdo si co myslí.

13) Chtěl/a bys zhubnout?

- a) Ano
- b) Ne
- c) Je mi to jedno

14) Co si představuješ pod pojmem

- a) mentální anorexie –
- b) bulimie –

15) Znáš ve svém okolí někoho, kdo trpí poruchou příjmu potravy? Věděla bys jak mu pomoci?

16) Kolik je ti let?

- a) 11-12 let
- b) 12-13 let
- c) 14-15 let
- d) 15 a více

Děkuji za Váš čas věnovaný vyplnění dotazníku!

Možné praktické a etické problémy, které mohou nastat při realizaci výzkumu

Problémy, které mohou nastat při výzkumu se mohou týkat ochoty vyplňovat dotazník a to vzhledem k tomu, že některé otázky jsou otevřené a vyžadují slovní odpověď.

Žákyně mohou také odpovídat pouze „nevím“, ale ne z důvodu že by nevěděly, ale z důvodu, že se jim nebude chtít vyplňovat dotazník. Tímto může dojít ke zkreslení výsledků v následném vyhodnocení. Problémem může být také neochota vedení školy spolupracovat a povolit vyplnění dotazníku na jejich školách.

Literatura:

1. FOŘT, Petr. *Stop dětské obezitě*. Praha: Ikar, 2004. 206 s. ISBN 80-249-0418-7.
2. GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Překlad Vladimír Jůva. Brno: Paido, 2000, 207 s. ISBN 80-859-3179-6.
3. KOTULÁN, Jaroslav. *Zdravotní nauky pro pedagogy*. Brno: Masarykova univerzita, 2005. 258 s. ISBN 80-210-3844-6.
4. KRCH, František. *Bulimie: Jak bojovat s přejídáním*. Praha: Grada, 2003. 172 s. ISBN 80-247-0179-0.
5. KRCH, František David. *Mentální anorexie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2002, 235 s. ISBN 80-717-8598-9.
6. KRCH, František David. *Poruchy příjmu potravy: vymezení a terapie*. Praha: Grada, 1999, 238 s. ISBN 80-716-9627-7.
7. KUNOVÁ, Václava. *Zdravá: výživa*. 1. Praha: Grada Publishing, a.s., 2004. 136 s. ISBN 80-247-0736-5.
8. LEIBOLD, Gerhard. *Mentální anorexie: Příčiny, průběh a nové léčebné metody*. Praha: Svoboda, 1995. 140 s. ISBN 80-205-0499-0.

Internetové zdroje:

1. Aerobní aktivity - rychlá chůze a běh. *Plus pro vás* [online]. 2011 [cit. 2012-12-07]. Dostupné z: <http://plusprovas.cz/clanek/6941-aerobni-aktivity-%E2%80%93-rychla-chuze-a-beh>
- 2.. Anorexia nervosa. *Umm* [online]. 2011 [cit. 2012-12-20]. Dostupné z: <http://www.umm.edu/altmed/articles/anorexia-nervosa-000012.htm>
3. Asociaceppp [online]. [cit. 2012-12-20]. Dostupné z: <http://www.asociaceppp.eu/>
4. Bulimia nervosa fact sheet. *Womenshelath* [online]. 2009 [cit. 2012-12-18]. Dostupné z: <http://www.womenshealth.gov/publications/our-publications/fact-sheet/bulimia-nervosa.cfm>

Projekt by chtěl ještě lépe promyslet a doladit před realizací výzkumu. Otázky, hypotézy a nástroj sběru dat spolu musí být v souladu!!! Vůbec není zřejmé, jak budete zjišťovat „riziko vzniku PPP“ – to je ta hlavní otázka, která bude všechny čtenáře vašeho výzkumu zajímat a se kterou jste se měla vyrovnat (operacionalizací). Pozor na omezení reprezentativity výzkumu – těžko můžete tvrdit, že zjišťujete něco o žácích (žákyních ne?) ZŠ, máte-li tak úzce a záměrně vybraný vzorek – situace v Krnově bude jistě odlišná od situace v Praze a situace v Dívčím Hradě. Budete-li potřebovat konzultaci před realizací projektu, ozvěte se mi.