

Univerzita Karlova v Praze  
Filozofická fakulta  
Katedra psychologie  
Celetná 20, Praha 1

## Posudek oponenta na diplomovou práci

**Název práce:** Mindfulness a orgasmická kapacita ženy

**Autor:** Bc. Kateřina Čížková

**Oponent:** Mgr. Alexandra Schneider Hrouzková, Ph.D.

**Přínos:** Výzkum vlivu v euroamerické společnosti dnes tolik populárního konceptu rozvoje mindfulness na sexuální funkce a sexuální prožitek ženy je užitečným krokem v úsilí k nalezení efektivní metody nejen pro léčbu ženských sexuálních dysfunkcí, ale také pro zkvalitnění sexuálního života neklinické populace. Poznatky výzkumu tohoto směru mají značný potenciál užítu v sexuologické, poradenské i psychoterapeutické praxi.

**Cíl:** Slovy autorky v úvodu bylo cílem práce zjistit, zda existuje vztah mezi obecnou úrovní všímavosti a orgasmicitou žen. V empirické části autorka cíl výzkumu více konkretizovala prostřednictvím čtyř výzkumných otázek:

- 1) Existuje souvislost mezi mindfulness a sexuální funkcí ženy?
- 2) Existuje souvislost mezi orgasmickou kapacitou a úrovní mindfulness ženy?
- 3) Existuje souvislost mezi úrovní mindfulness a vaginální orgasmicitou ženy?
- 4) Existuje souvislost mezi spokojeností ženy s vlastní orgasmickou kapacitou a její úrovní mindfulness?

Tyto otázky byly postupně zodpovězeny, autorka cíl dokázala naplnit.

**Formální stránka:** Práce obsahuje 70 stran textu, 10 stran s výčtem literatury a 20 stran příloh. Práce je dále srozumitelně a přehledně členěna do kapitol - teoretická část sestává ze čtyř kapitol, šest kapitol tvoří část výzkumnou. Práce je opatřena samostatným úvodem a závěrem. Oceňuji zejména zpracování značného množství zdrojové literatury (již zmíněných 10 stran). Po formální stránce bych pro případnou další akademickou práci doporučila vyvážit Úvod - doplnit jej podrobnějším vymezením cíle práce, významu zvolené tematiky, důvodem její volby a popisem metodiky.

**Teoretická část:** Čtyři kapitoly teoretické části tvoří smysluplný celek. Autorka se nejprve věnuje obecně konceptu mindfulness a v jednotlivých podkapitolách, které na sebe logicky a plynule navazují, přibližuje dosavadní poznatky k dané oblasti. Následuje kapitola k problematice sexuality ženy. Autorka z široké oblasti ženské sexuality zvolila čtyři témata, která považovala za stěžejní vzhledem k výzkumnému cíli své práce. Jednotlivé podkapitoly byly zpracovány přehledně a kvalitně. Mně osobně zde však chyběly poznatky vyvažující informace v kapitole 1.2.2 Penilně-vaginální styk, která se zaměřuje vesměs na pozitivní aspekty penilně-vaginálního styku a vaginální orgasmicity, ale opomíjí jiné a další formy a způsoby sexuální aktivity a sexuálního uspokojení v páru a jejich pozitivní dopad na sexualitu a prožívání sexuality. (např. David A. Frederick, Janet Lever, Brian Joseph Gillespie, Justin R. Garcia. **What Keeps Passion Alive? Sexual Satisfaction Is Associated With Sexual Communication, Mood Setting, Sexual Variety, Oral Sex, Orgasm, and Sex Frequency in a National U.S. Study.** *The Journal of Sex Research*, 2016; 1 DOI: 10.1080/00224499.2015.1137854.) Také bych zde v této souvislosti přivítala samostatnou podkapitulu na téma ženské sexuální spokojenosti, i z toho důvodu, že problematice sexuální spokojenosti se autorka dále ve výzkumné části věnuje. Ve třetí

kapitole autorka témata vhodně propojuje a předkládá poznatky současného výzkumu vztahující se k mindfulness a ženské sexualitě. Čtvrtá kapitola systematicky uvádí teoretická východiska pro empirickou část práce.

**Empirická část:** Jednotlivé kapitoly výzkumné části splňují standardní náležitosti, autorka zde předkládá výzkumné otázky a hypotézy, definuje výzkumný soubor, popisuje metody sběru i zpracování dat, předkládá výsledky. Oceňuji umístění většiny tabulek do příloh a zachování plynulosti textu. Autorka smysluplně vysvětluje svou volbu výzkumných metod a detailně popisuje jednotlivé výzkumné kroky, včetně zvolených statistických metod.

Připomínku k zamyšlení bych do budoucna měla k pojmu „vaginální orgasmus“, který dle mého nemusel být dostatečně operacionalizován. Při osobním rozhovoru s respondentkami by možná bylo zjištěno, že za vaginální orgasmus považují takový, kterého dosáhly při souloži s partnerem, tedy i tehdy, kdy byl nějakým způsobem drážděn klitoris (například třením o partnerův podbříšek apod.). Z praxe mohu potvrdit, že většina žen nedokáže s přesností vypovědět, jaký typ orgasmu prožívá a co to přesně znamená prožívat striktně klitoridální či vaginální orgasmus. Krom dotazu na zdravotní stav a těhotenství, který autorka dodatečně zařadila, nabízím ke zvážení do budoucna zařadit také položku dotazující se na aktuální fázi menstruačního cyklu respondentky.

**Diskuze:** Na šesti stranách diskuze autorka rozvádí a analyzuje výsledky, zvažuje další vlivy a faktory, jež mohou s výzkumnými zjištěními souviset. Byť autorka vede diskuzi svědomitě a většinu možných námitek bere v úvahu a zodpovídá, doporučila bych více rozvinout téma sexuální spokojenosti ženy a její souvislost s orgasmicitou a úrovní mindfulness, zejména vzhledem k nepotvrzení závislosti v tomto bodě (nebyla přijata hypotéza, že existuje vztah mezi úrovní mindfulness a spokojeností se sexuálním životem). Co by na základě výsledků považovala autorka za klíčové - navyšovat například prostřednictvím mindfulness orgasmickou kapacitu ženy či její sexuální spokojenost? Vnímá autorka tyto dva fenomény jako oddělené či nějaký způsobem související?

**Celkově:** Navzdory drobným připomínkám autorka ve své práci jednoznačně prokázala jak schopnost pracovat se zdroji, tak schopnost používat vědecké psychologické metody a o jejich použití ve výzkumu kriticky přemýšlet. Práce je také vysoce kvalitně jazykově a formálně zpracována. Výzkumná zjištění předložené práce naznačují pozitivní trendy pro možné využití nácviku mindfulness v sexuologické i psychologické praxi. Autorka získala užitečné znalosti pro další výzkum v této oblasti.

Předloženou práci **HODNOTÍM VÝBORNĚ** a **DOPORUČUJI K OBHAJOBĚ**.

V Praze 23. srpna 2018

Mgr. Alexandra Schneider Hrouzková, Ph.D.