

Univerzita Karlova v Praze
Filozofická fakulta - Katedra psychologie

Posudek oponenta na diplomovou práci

Název práce: Efekt programu Sebekoučink s intervencí lektora kognitivně behaviorální terapie

Autorka: Bc. Kristýna Hosnedlová

Oponent: PhDr. Tamara Hrachovinová, CSc.
Katedra psychologie FF UK

Nadváha a obezita je nepochybně závažný medicínský problém, svou povahou komplexní a v neposlední řadě interdisciplinární. Dostupnost psychologické intervence při léčbě obezity je obecně (nejen v ČR) limitovaná. Webové aplikace jsou jednou z možností při intervenci s cílem snižování hmotnosti. Zaměření práce na počítačový program Sebekoučink s virtuální podporou vyškoleného lektora a na jeho efektivitu je v tomto ohledu zajímavé prakticky i teoreticky.

Diplomová práce nepatří k obsáhlejším, má 61 stran textu, seznam literatury čítá 7 stran, přílohy práce neobsahuje. Práce má tradiční rozdělení na teoretickou a empirickou část a je strukturována do šesti oddílů. V první části jsou kapitoly týkající se nadváhy a obezity, kognitivně behaviorální terapie v léčbě obezity a webových a mobilních aplikací jako nástroje v léčbě obezity. Psychologickým faktorům by bylo vhodné věnovat více prostoru (než jen dvě strany). Zmíněn zde není např. výskyt impulzivity u osob s obezitou, výzkumy týkající se kvality života, gender rozdíly.

V práci je program Sebekoučink detailně popsán, podobně jsou uvedeny cíle, metodika i realizovaný předvýzkum. Hypotézy jsou stanoveny adekvátně. Hypotézy H1 až H5 se týkají efektu programu. V následujících hypotézách H6 až H12 pak byl testován efekt téhož programu s intervencí lektora KBT. Práce rovněž obsahuje charakteristiku výzkumného souboru a zvolená kritéria. Kritéria zařazení do souboru jsou jednoznačně a podrobně stanovena. Z oslovených 296 osob bylo do projektu zařazeno 110 osob (45 do experimentální a 65 do kontrolní skupiny). Z toho bylo 92 procent žen. Z původního počtu do následné analýzy vstoupilo 66 osob (viz strana 49). Není zde však uvedeno, kolik osob z toho tvořilo experimentální a kolik kontrolní skupinu.

K diplomové práci mám následující připomínky a otázky.

Respondenti mají společnou charakteristiku, že se přihlásili do programu Sebekoučink.

Soubor je heterogenní (hmotnost, pohlaví) a to se patrně odrazilo ve výsledcích.

Vstupní hmotnost 59,5 až 139 kg, podobně BMI 25,2 až 47,6. Tato skutečnost není zmíněna v diskusi.

Za úvahu by stálo zúžení souboru. Např. zvážení zařazení osob s BMI 25,2.

Tématem je rovněž rozložení podle pohlaví, kdy jednoznačná převaha žen (je sice obvyklá), ale vyvolává otázku, zda muži netvořili odlišnou skupinu např. v zapisování, konzumaci některých potravin, míře pohybu atd. Ani tato možnost není diskutována.

Není jasné, kolik osob splnilo z každé skupiny zadaná kritéria. Kolik osob v konečné podobě (tedy vstoupilo do analýzy) mělo k dispozici virtuální intervenci lektora KBT?
Analyzovat změny v pohybové aktivitě, když 26 procent uživatelů nevedlo údaj?
V práci postrádám alespoň zmínku týkající se intervence lektora (počet vzkazů, jejich obsah, míra individuálního přístupu).
Kapitola diskuse má více charakter výsledky shrnující.

Grafická úprava je adekvátní. Diplomové práci by prospěla větší pečlivost v citacích, např. Chambliss 2014 v seznamu literatury je 2011, Little 2016 bez et al. x Little a dalších šest spoluautorů, podobně Podina 2017.

Závěr: Diplomová práce Bc. Kristýny Hosnédlové: „Efekt programu Sebekoučink s intervencí lektora kognitivně behaviorální terapie splnila nároky kladené na diplomovou práci doporučuji ji proto k obhajobě.

Návrh klasifikace: velmi dobře

V Praze dne 17. srpna 2018

PhDr. Tamara Hrachovinová, CSc.