

## Oponentský posudek

Téma diplomové práce: Využití prvků Feldenkraisovy metody při rehabilitaci ramenního kloubu

Autorka: **Bc. Nela Škopánová**

Autorka diplomové práce, Bc. Nela Škopánová zpracovala výše uvedené téma na 66 stranách. Podkladem pro jeho projekt i realizaci tvořilo studium 54 literárních zdrojů, z nichž 22 bylo zahraničních. Práce je rozdělena do sedmi kapitol, jak je z metodologického hlediska obvyklé.

Po úvodní kapitole následuje teoretická část, která seznamuje čtenáře s kineziologií, léčbou a to i chirurgickou pletence ramenního. V této části je stručně uvedena i Feldenkraisova metoda (FM), neboť ona je zásadní součástí pohybového učení vybraných účastníků experimentu. Myslím, že v této části práce autorka správně formuluje podstatu Feldenkraisovy metody. Přál bych jí, aby se ve své rehabilitační praxi i mimo ní k ní vracela, právě pro ono uvědomění, se kterým bývají v lidském životě velké potíže.

Ve třetí kapitole je uveden cíl práce a skutečnosti, které je třeba provést, aby se cíl zdařil. Ve čtvrté kapitole diplomantka popisuje použité metody práce, charakterizuje výzkumný soubor a organizaci výzkumu. Čtenář je informován o pětičlenné skupině cvičenců, kteří se zúčastnili 6 různých lekcí po 30 minutách, zaměřených na uvolnění ramenních kloubů a šíje. Výsledková část práce je přehledná, tabulky i grafy vhodně doprovázejí text.

Diskusní část odpovídá možnostem realizovaného výzkumu s výzkumy, které byly realizovány některými autory citovanými v práci.

Poslední stránky jsou věnovány závěru a v přílohách pěti lekcím, které byly ve výzkumu použity.

### Připomínky:

- s. 27 Cíl práce je upovídáný. Možná, že měl znít takto: „Cílem diplomové práce je posoudit efekt 6 třicetiminutových lekcí s prvky FM, zaměřených na mobilitu paže v pletenci ramenním a jeho stabilitu. Co se zkoumalo pomocí ankety dále, co je dalším „dílčím cílem“, to jsou záměry, které je možné formulovat do vědeckých otázek. Do determinace cíle práce to nepatří.
- Pokud uvádíte studie, z nichž jste čerpala poučení, tak je vhodnější jméno autora uvést na začátku z ní citovaných myšlenek. (s. 25, 26)
- Z popisu není jasné kolik týdnů či měsíců jste se skupinou cvičenců cvičila. (s. 28).
- Obrázek 3 nám ukazuje v obou případech chybné držení! A není v textu uvedeno, co je vlastně správné držení těla a co nikoliv. V textu se říká, že Matthiasův test se hodnotí podle tříbodové škály a v tab. 4 je slovní hodnocení. (s. 31 a s. 36)
- Co je to horizontální abdukce?
- U Čepojevy vzdálenosti a Lenochova příznaku bylo třeba uvést alespoň literaturu, ve které je přesně metodika měření uvedena.
- Termín „sebeuvědomění“ je spjat u Feldenkraise s obrazem „Já“. Termín „uvědomění“, je u něj spojován s jakoukoliv uvědomělou činností, tedy i pohybovou. (s. 34)

- Domnívám se, že je správnější vyjádření např. „goniometrie paže v ramenním kloubu“ a to ve všech případech uvedených v práci.
- Proband 2 je zřejmě po operaci.
- Chyby: s. 28 - Lekce probíhali; s. 38 - ...se méně zapojovali hluboké flexory šíje; s. 39 - ...přijmout základními principy FM, s. 57...při počátečním testováním.
- Matematická statistika nás poučuje, že průměrné procento z menšího počtu probandů než 20 je pouze číslem z nic nevypovídající významností. A z práce opravdu nevyčteme, kolik skutečného času probandů věnovali cvičení.
- Závěr práce opakuje skutečnosti již vyslovené v předchozích kapitolách. Není formulován tak, aby stručně a jasně vyjádřil výsledky vlastního měření a odpověděl, bez jakéhokoliv rozptylovacího textu, na otázky kladené ve 3. kapitole.

### **Otázky:**

1. Co je to pohybový stereotyp abdukce ramene?
2. Měly v minulosti výzkumné osoby zkušenosti s podobným způsobem cvičení?
3. Vhodnost volby hodnocení držení těla podle Klaina Tomase a Majera je podle Vaší fyzioterapeutické zkušenosti vhodná?
4. Čím si vysvětlujete, že svaly rotátorové manžety se podílejí na vzpřímeném držení těla. (s. 14)

### **Závěr:**

Téma diplomové práce je nesnadné. K jeho realizaci je třeba delšího studia a času k promyšlení jak aplikovat Feldenkraisovu pohybovou výchovu pacientům či cvičencům. Diplomantka se pokusila zjistit efektivitu FM v práci uvedeným postupem, poměrně v krátkém časovém rozmezí. Je třeba vědět, že efektivita metody spočívá nejen na předkládání cvičebních vzorů pacientům, ale též na formě předkládání a ochotě přijímat informace těmi, jimž je cvičení určeno. To v práci zohledněno není. Nicméně přes připomínky, které k práci mám, práci doporučuji k obhajobě.

Doc. PhDr. Pavel Strnad, CSc.

V Praze, 8. 1. 2020