

POSUDEK NA DIPLOMOVOU PRÁCI

VIRTUAL MEDIATION: COMPARISON OF THE EFFECTS OF MEDIATION AND NEUROFEEDBACK ON COGNITIVE PROCESSES

Autor: Lukáš Ondřej

Konzultant diplomové práce: Doc. PhDr. Petr Kulišťák, PhD.

Oponent diplomové práce: Mgr. Katarína Komadová, PhD.

Rok: 2009

Předložená diplomová práce Lukáše Ondřeje se zabývá srovnáním možného vlivu meditace a neurofeedbacku na kognitivní procesy u zdravé populace. Přínos tohoto tématu je znatelný v zamyšlení se nad praktickými možnostmi využití neurofeedbacku a meditace jako způsobů kognitivního tréninku a ověření jejich tréninkové funkce prostřednictvím realizovaného výzkumného projektu.

V teoretické části autor popisuje a srovnává různé druhy meditačních technik, věnuje se jejich vlivu na zdraví, vedlejším účinkům, jejich využití v terapii a fyziologii meditace. V této části považuji vzhledem k tématu a zaměření empirické části za důležité, že autor se nezabýval jenom pozitivním efektem meditačních technik, ale i možnými vedlejšími účinky a možnými způsoby jejich využití v psychoterapeutické práci. Tyto kapitoly pak vytvářejí významný podklad a srozumitelný přechod ke kritériím výběru účastníků výzkumu (zdravé osoby, bez psychických obtíží apod.). V další části přibližuje neurofeedback, možnosti jeho využití a metodologické otázky. V poslední části porovnává EEG meditace a biofeedbacku. K vypracování práce použil bohaté zdroje literatury, převážně zahraniční, které srozumitelně a s kritickým nadhledem integroval do odborného a zároveň dobře čitelného textu.

V empirické části si autor za cíl své práce položil srovnání možného vlivu meditace a EEG biofeedbacku na kognitivní procesy u zdravé populace. Stanovil si hypotézy, že krátkodobý neurofeedback a krátkodobá meditace ovlivňuje u zdravých dospělých osob kognitivní a pozornostní procesy a že takovýto trénink vede k zlepšení výkonu v testech kognitivních funkcí (chybí však rozepsání přesného znění hypotéz). Výzkumný soubor byl tvořen 15 osobami, které byly po počátečním testování rozděleny podle několika kritérií do 3 skupin. První skupina absolvovala dvou-týdenní intenzivní trénink pomocí neurofeedbacku, druhá skupina absolvovala dvou-týdenní trénink koncentrativní meditace a třetí, kontrolní skupina se neúčastnila ani neurofeedback tréninku ani koncentrativní meditace. Testování osob proběhlo 2-krát (před a po tréninku) pomocí sestavené baterie několika testů z Vienna Test System a bylo zaměřené na testování kognitivních funkcí, především dlouhodobou selektivní pozornost, prostorovou orientaci, reakční čas, vizuální krátkodobou paměť, pracovní paměť. Psychologické testování bylo doplněno snímáním EEG.

V diskusi autor srovnává výsledky s výsledky jiných, v zahraničí realizovaných studií. S kritickým odstupem hodnotí realizaci výzkumného projektu a metodologické otázky s ním spojené, věnuje pozornost sestavení výzkumného souboru, vlivu jeho velikosti na získané výsledky, jako i vlivu dalších proměnných (věk, pohlaví, vzdělání, kouření), kterých vliv na výsledek bychom mohli předpokládat. Vzhledem k nízkému počtu výzkumných osob interpretuje výsledky s obezřetností.

Z vypracování diplomové práce je patrná bohatá znalost autora v dané problematice. V empirické části prokázal schopnost pečlivě sestavit výzkumný projekt, pracovat s výzkumnými daty a s kritickým nadhledem interpretovat získané zjištění.

Předložená diplomová práce Lukáše Ondřeje splňuje požadavky kladené na diplomovou práci. Doporučuji k obhajobě.

V Praze, 3.9.2009

Mgr. Katarína Komádová, PhD.

