

Posudek vedoucího bakalářské práce

Autorka: Monika Nosková

Název: Využití Feldenkraisovy metody při léčbě funkčních poruch krční páteře

Vedoucí práce: PhDr. Jitka Vařeková, PhD.

Rozsah: 88 stran textu, 6 stran příloh

Literatura: 18 literárních odkazů, 7 jiných zdrojů

Obsah práce:

V první části práce autorka podrobně zpracovala dva teoretické okruhy: funkční poruchy pohybového systému a koncept Feldenkraisovy metody.

V praktické části jsou uvedeny kasuistiky tří žen ambulantně léčených pro bolesti v oblasti krční páteře. Tyto ženy po dobu 8 týdnů cvičily autorkou vytvořenou sestavu inspirovanou metodou M. Feldenkraise. Následně byly zhodnoceny změny v jejich držení těla a svalovém napětí. Vyšetření bylo doplněno dotazníkem sledujícím subjektivní pocity klientek.

Dotazy k obhajobě:

- 1) Dokážete vysvětlit, v čem spočívá Feldenkraisova metoda? Proč je Vám osobně blízká?
- 2) Jaký význam hraje duševní činnost při cvičení Feldenkraisovy metody?

Hodnocení:

Studentka Monika Nosková byla při volbě tématu své práce motivována kurzem cvičení podle metody M. Feldenkraise absolvovaným na naší fakultě a zkušenostmi z vlastní fyzioterapeutické praxe. Je až s podivem, jak málo je tato známá a ve světě uznávaná metoda tématem našich závěrečných prací a o to větší vnímám přínos předkládané práce.

Teoretická část práce je zpracována na dobré úrovni. Autorka prokázala orientaci v problematice a poznatky přehledně uspořádala. Do budoucna lze studentce doporučit snad jen intenzivnější práci se zahraničními periodiky.

Praktická část si stanovila reálné cíle: ověřit, zda osmítýdenní cvičení dle Feldenkraisovy metody bude mít u tří klientek nějaký zaznamatelný efekt. Domnívám se, že autorka prokázala zvládnutí metodologického základu nezbytného pro vědecké zkoumání na úrovni bakalářské práce. Ačkoli je pochopitelné, že výsledky sledování na takto malém vzorku nejsou vědecky zobecnitelné, práce může být dobrým východiskem pro další šetření na tomto poli. Pro magisterskou práci bych autorce nicméně doporučovala jít více do hloubky při rozboru formy a podstaty Feldenkraisova cvičení, práci s větším souborem a kvalitnější výzkumné nástroje (přístrojové zachycení posturálních změn, standardizovaný dotazník apod.).

Monika Nosková pracovala samostatně a stav práce pravidelně konzultovala. Z mého pohledu vedoucího práce splnila požadavky kladené na vypracování bakalářské práce a práci doporučuji k obhajobě.

V Praze, 6. 9. 2009

PhDr. Jitka Vařeková, PhD.