

OPONENTSKÝ POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

**Martina Šmídová: Zkušenosti účastníků holotropní terapie
FHS UK Praha 2016**

Autorka předkládá téma holotropní terapie, které je svým způsobem kontroverzní, protože i odborná veřejnost se k této oblasti vyjadřuje velmi rozporuplně. Existuje celá řada odborníků z řad psychologů, kteří holotropní terapii používají a podporují v rámci psychoterapie, ale i celá řada odpůrců, kteří upozorňují na rizika této terapie.

Předložená studie je rozdělena na teoretickou a empirickou část a přehled citované literatury.

Teoretická část popisuje metodu holotropního dýchání, věnuje se holotropnímu vědomí, popisuje možnosti využití metody holotropního dýchání v rámci psychoterapie. Celá tato část se zaměřuje na popsané pozitivní účinky metody. Není zde žádná zmínka o případných kontraindikacích této metody a ani o rizicích, která jsou všeobecně známá a diskutovaná a zde by jim mělo patřit své místo. Celá teoretická část je možná až příliš stručná, nicméně po formální stránce se zdá být v pořádku.

V empirické části je předložena kvalitativní výzkumná studie provedena na vzorku 10 osob, které mají za sebou zkušenost holotropního dýchání. V úvodu přehledně uvádí cíl studie, výzkumné otázky, výběr a popis zkoumaného vzorku. Jako výzkumnou metodu autorka zvolila rozhovor. Získané výsledky autorka shrnuje v další části práce. Autorka se příliš nevěnuje negativním zážitkům, ale poukazuje na pozitivní efekt holotropního dýchání. Bylo by dobré vysvětlit, proč se takto zaměřila.

Vzorek zkoumaných osob není zcela homogenní, obsahuje nerovnoměrný počet mužů i žen, různého věku a různých profesí. Možná by stálo za to se tomuto problému věnovat v průběhu obhajoby a pokusit se naznačit, jak to mohlo získaná data ovlivnit.

V kapitole diskuse autorka porovnává dané výsledky s již proběhlými studiemi a literaturou. Na závěr zmiňuje autorka, že by se do příště chtěla vyvarovat některých chyb. Prosím, aby během obhajoby zmínila, které konkrétní chyby má na mysli a jak postupovat příště, aby k nim nedocházelo.

Předložená práce splňuje náležitosti bakalářské práce. Přes uvedené výtky ji doporučuji k obhajobě a hodnotím známkou 2. Konečné hodnocení se může změnit dle průběhu obhajoby.

