

**Posudek vedoucího práce na diplomovou práci předloženou k obhajobě na Katedře psychologie FF  
UK v září 2020**

**Téma diplomové práce: Orthorexia nervosa v kontextu internetu a sociálních sítí**

**Autor práce: Daniela Králová**

Diplomandka předkládá k posouzení diplomovou práci v rozsahu 76 stran (včetně seznamu literatury), v příloze je uveden Dotazník „Životní styl a zdravá strava“ včetně průvodního dopisu, který diplomantka pro účely svého výzkumu využila.

Zvolené téma považuji za aktuální a z psychologického hlediska zajímavé jednak z důvodu nejednoznačného vymezení ortorexie (běžný zájem o zdravý životní styl vs. duševní porucha), ale také pro narůstající oblibu sociálních sítí, které mohou ovlivňovat životní styl i postoj ke stravování jejich uživatelů.

Diplomová práce je členěna do dvou základních částí – teoretické a výzkumné. Teoretickou část tvoří 5 základních kapitol, které na sebe navazují a vzájemně se doplňují. V první kapitole autorka seznamuje s konceptem orthorexie nervosa, navrhovanými diagnostickými kritérii i diagnostickými nástroji, které se pro odhalení ortorektických tendencí ve světě používají. Zde oceňuji autorčin podrobný přehled jednotlivých metod včetně popisu vzniku dané metody i zamyšlení nad limity při jejich používání. Autorka zde prezentuje rizikové faktory i osobnostní charakteristiky, které mohou vést k rozvoji ortorektického chování.

Druhá kapitola je věnována zařazení ortorexie mezi duševní poruchy. Autorka zde uvádí výsledky studií, které se tomuto tématu věnují. Pozornost věnuje zejména srovnání ortorexie s mentální anorexií a jinými poruchami příjmu potravy, podobností s obsedantně-kompulzivní poruchou. Zde pro mě byla překvapivá samostatná podkapitola věnovaná vztahu ortorexie s mentální anorexií a další podkapitola věnovaná ortorexii v kontextu ostatních poruch příjmu potravy. Co autorku vedlo k tomuto rozčlenění? Oceňuji zamyšlení nad tím, zda je či není žádoucí uvažovat o ortorexii jako o samostatné psychiatrické diagnóze. V této souvislosti by mě zajímal také vlastní názor autorky na tuto věc? Domnívá se na základě prostudované literatury, že ortorexie by měla být zařazena do manuálu duševních poruch? Jak vnímá navrhovaná a v práci uvedená diagnostická kritéria?

Další kapitoly jsou věnovány médiím, wellness obecně i sociálním sítím, které mohou ovlivňovat jídelní chování lidí a vést případně k rozvoji ortorexie. V poslední kapitole autorka neopomíjí možnosti prevence rozvoje ortorexie i případné léčby, zdůrazňuje multidisciplinární přístup.

Ačkoliv v teoretické části autorka využila především cizojazyčné zdroje, nelze si nepovšimnout poměrně velkého množství populárních článků, kde spolehlivost a odborná úroveň uváděných informací může být sporná. Stejně také některé citované pasáže působí ve vědecké práci poněkud nepatřičně, např.: „nahradit fitness jídla a wellness guru přírodou a štěňaty, protože jak říká, je nemožné cítit se špatně, když koukáte na obrázky štěňátek“ (str.40); „...vydala by kuchařky v UK i US, kdyby nevyšlo najevo, že si vše vymyslela a rakovinu velmi pravděpodobně nikdy neměla.“ (str.35). Některé citované pasáže nejsou uvedeny v uvozovkách a lidová mluva se pak mísí s odborným textem, což působí rušivě. Také by bylo vhodné sjednotit formu citování různých autorů v textu –

někde uvedeno jméno i příjmení, jindy pouze příjmení. Cenné na práci vnímám, že se autorka snažila postihnout téma z různých úhlů a širšího kontextu, přínosem je kritické uvažování nad uváděnými informacemi (např. metodologie některých citovaných výzkumů, zohlednění kulturního i dobového kontextu).

V empirické části si autorka kladla za cíl prozkoumat tendence k ortorexii v populaci zájímaví se o zdravou stravu, u uživatelů sociálních sítí i u populace, kde je fyzická kondice a/nebo vzhled důležitá. Autorka si klade čtyři výzkumné otázky a testuje zde čtyři základní hypotézy směřující k porovnání rizika ortorexie u různých skupin. Součástí dotazníku, který autorka ve své práci použila, jsou také otázky mapující postoje respondentů ke zdravé výživě. Analýzu odpovědí autorka využila pro lepší porozumění motivace osob ke zdravému stravování v českém prostředí. Sekundární cíl práce bylo také ověření využití dotazníku ORTO-15 v českém prostředí pro odhalení rizika ortorexie.

Ačkoliv autorka popisuje výzkumný soubor i jednotlivé skupiny respondentů a uvádí je také v tabulkách, domnívám se, že by práci prospělo také podrobnější grafické zpracování základních charakteristik respondentů dané výzkumné skupiny i grafického zpracování výsledků. Také definování hypotéz považuji za méně přesné – autorka předpokládá, že se liší ortorektické tendence u jednotlivých skupin respondentů – jsou touto odlišností míněny vyšší nebo nižší ortorektické tendence? První hypotéza: *„Lidé, kteří se od sebe liší v četnosti navštěvování internetových stránek s tématem zdravé stravy, se od sebe liší i v ortorektických tendencích.“* je celkově sémanticky hůř srozumitelná.

V diskusi diplomandka poukazuje na limity své práce i nežádoucí proměnné, které mohly výsledky výzkumu ovlivnit. Srovnává své výsledky s jinými studiemi, ovšem ne vždy jsou uváděné studie v souladu s výzkumným záměrem autorky. S ohledem na nejednoznačné vymezení ortorexie i toho, čemu se autorka ve své práci věnovala, je otázkou, zda lze autorčiny výsledky srovnávat s výsledky jiných výzkumů zaměřených na souvislost užívání sociálních sítí a rizika rozvoje poruch příjmu potravy. Za jeden z praktických přínosů práce považuji kritické zhodnocení dotazníku ORTO-15, který může sloužit jako screeningový nástroj pro osoby, které se zdravým stravováním profesionálně zabývají a mohou odhalit problematické jídelní návyky i případné riziko rozvoje ortorexie u svých klientů.

#### **Otázky a podněty k obhajobě:**

1. Jak autorka chápe rozdíl mezi ON a OCD zejména v uvedeném ego syntonním a ego dystonním vnímání obsesí? Byl tento rozdílný postoj empiricky potvrzen?
2. O čem mohou svědčit nejednoznačné názory odborníků i výrazně nekonzistentní výsledky různých studií věnovaných ortorexii (což potvrdily i výsledky autorčina výzkumu)?

**Práce celkově vyhovuje požadavkům, které jsou na tento typ prací kladeny, proto ji doporučuji k obhajobě a navrhuji hodnocení velmi dobře.**

Mgr. Veronika Šporclová, Ph.D.