

**Katedra psychologie UK FF**  
**Posudek oponenta rigorózní práce Mgr. Hany Štěpánkové:**  
**„Efekt tréninku paměti u starších osob“**

Vybrané téma se mi společně s autorkou jeví velmi aktuální jak z hlediska výzkumu, tak z hlediska praxe. V rámci společenského vnímám realizované tréninky kognitivních funkcí jako vhodný preventivní i terapeutický nástroj pro zkvalitnění života starších osob.

V literárně-přehledových kapitolách práce autorka pojednává o stárnutí, kognitivních funkcích, zejména pak o jejich vzájemném vztahu. Závěrečná kapitola je věnována „tréninku kognitivních funkcí“, především tréninku v rámci ČSTPMJ. Dále představuje dvě známé a velmi důkladné studie efektivity tréninků kognitivních funkcí – ACTIVE study a IMPACT study.

Tuto část práce hodnotím jako velmi zdařilou. Autorka pracovala s rozsáhlým množstvím naší i zahraniční literatury, včetně internetových zdrojů, a vytvořila si tak dobré teoreticko-metodologické předpoklady pro provedenou studii. Jednotlivé kapitoly práce jsou přehledně strukturovány a vzájemně propojeny. Text je srozumitelný, čtivý a názorný.

Cílem výzkumu je zjišťování efektu tréninku paměti. Autorka si na základě dřívějších poznatků stanovila tři hypotézy a dvě výzkumné otázky (str. 73).

Vybrané soubory účastníků-respondentů a metodika výzkumu jsou dobře popsány a doplněny informacemi o průběhu tréninku i šetření. Výběr metod považuji za adekvátní a pestrý. Autorka se neomezuje jen na metody měření schopností, nýbrž zařadila i subjektivní hodnocení paměti účastníků a přínosu kurzu, dále pak strukturovaný rozhovor s účastníky a jejich blízkými osobami.

V kapitole věnované výsledkům se autorka vrací ke stanoveným výzkumným otázkám a uvádí svá zjištění v podobě tabulek, jejich stručného popisu a interpretace. Velmi si cením podrobné a rozsáhlé kapitoly „Diskuse“, kde se autorka vyjadřuje k různým obtížím a omezením své práce. Popisuje přednosti a nedostatky designu studie, výběru souboru a užitých metod. Uvažuje o alternativních možnostech tréninku i výzkumu a předkládá náměty pro jejich zkvalitnění.

Vlastní studie, dle mého názoru, byla koncipována na požadované teoretické a metodologické úrovni. Cením si autorčina pečlivého přístupu ke zvolené práci a její snaze propojit získané poznatky s praxí. Vnímám i poměrně náročnou praktickou stránku práce z hlediska provedení tréninkového programu i z hlediska psychologického šetření jeho efektivity. Předloženou rigorózní práci hodnotím jako zdařilou a doporučuji ji k obhajobě.

V Praze dne 24. října 2009

  
Markéta Niederlová