

Posudek vedoucího bakalářské práce Kateřiny Holubové

**VLIV KOGNITIVNĚ BEHAVIORÁLNÍ TERAPIE NA VYBRANÉ
PSYCHOLOGICKÉ ASPEKTY NADVÁHY A OBEZITY
U KLIENTŮ KURZŮ STOB**

FHS UK PRAHA 2011

Předložená bakalářská práce se věnuje tématu léčby nadváhy a obezity prostřednictvím specifické terapeutické metody – KBT. Práce má dvě části – teoretickou a empirickou.

Ráda bych zde vyzdvihla vysoké pracovní nasazení autorky, její poctivý přístup k práci a velmi dobrou úroveň spolupráce. Byla jsem přítomna všem fázím tvorby tohoto textu, moje role byla více supervizní než direktivní. Autorka prokázala, že je schopna sama zformulovat výzkumný cíl, že je schopna vyhledat relevantní odborné zdroje a pracovat s nimi při tvorbě teoretických východisek pro svůj výzkum (včetně jejich parafrázování a citací).

Jak už název terapie napovídá, při snižování váhy zde nejde jen o žádoucí změnu chování, ale i o změny na úrovni myšlenek a emocí – a těmto aspektům je v práci věnována největší pozornost. Cílem práce je posouzení vlivu KBT na *vybrané* psychologické aspekty podílející se na vzniku a udržování nadváhy. Oceňuji, že se autorka nesnažila věnovat *všem* těmto aspektům (což dle mého názoru není ani reálné vzhledem k osobnostní variabilitě), ale že na základě studia odborných zdrojů byla schopna zvolit jen některé z kognitivních a emočních faktorů a těm věnovat adekvátní prostor jak v části praktické, tak i empirické.

Teoretickou část považuji za solidně zpracovanou, umožňující i čtenářům – laikům určitý vhled do problematiky. K této části mám jednu připomínku: v kapitole Psychoterapie (od s. 38) bych očekávala větší reflexi i jiných typů terapie než jen KBT, která zde zaujímá výsadní postavení, což se jeví vzhledem k cíli práce jako logické, nicméně z hlediska jakési „objektivity“ a nezaujatosti ne zcela namístě (pozn.: např. zajímavé srovnání KBT s farmakoterapií nalézáme až v Závěru práce).

Empirická část je podle mého názoru rovněž solidně zvládnutá, autorkou formulované hypotézy se opírají o teoretické poznatky a jsou náležitě operacionalizovány. Pro své zkoumání autorka volí kvantitativní strategii, jako techniku sběru dat použila jinými autory vytvořené dotazníky, které mají mapovat sledované proměnné. Jejich volbu považuji za relevantní vzhledem k cíli výzkumu. Výsledky jsou přehledně prezentovány v tabulkách a doplněny vysvětlujícími komentáři, nechybí ani – i když poněkud stručnější – interpretace výsledků. Za kvalitně zpracovanou považuji kapitolu Diskuze, ve které autorka konfrontuje svá zjištění s daty získanými jinými autory v jiných výzkumech a také velice citlivě reflektuje úskalí svého výzkumu.

Práci považuji za velmi zdařilou, doporučuji ji k obhajobě a hodnotím známkou 1.

V Praze dne 13. června 2011

Mgr. Eva Richterová