



Posudek disertační práce

Cirkadiánní preference – Rozdílný život ranních ptácat a nočních sov

Autorka: PhDr. Denisa Janečková

Školitelka: Prof. PhDr. Alena Plháková, CSc.

Oponent práce: PhDr. Martin Lečbych, Ph.D.

K volbě tématu a zaměření práce

Autorka si vybrala velmi zajímavé transdisciplinární téma, které má široké přesahy v rámci psychologie zdraví, klinické psychologie, neurobiologie a zdravotních věd. Z charakteru práce je zjevný její dlouhodobý zájem o tuto problematiku a schopnost syntetizovat poznatky z více oblastí. Ve svém výzkumu se soustředí na souvislosti mezi cirkadiánní preferencí, vybranými rysy osobnosti a rizikovými formami chování. Celkově hodnotím zaměření její práce jako velmi smysluplné.

K teoretické části práce

Teoretická část práce je informativní, představuje velmi autoritativní syntézu dosavadních poznatků o lidské chronobiologii a souvislostech biologických rytmů s životním stylem, temperamentem a charakterem. Autorka zpracovává teoretickou část formou podobnou systematické přehledové studii. Její třídění poznatků je logické, racionální, autorka píše navíc i srozumitelným čtivým jazykem. Práce s literaturou je na dobré úrovni, autorka se opírá o rozsáhlé množství prostudované literatury. Těžiště tvoří aktuální časopisecké zdroje, ke specifickému tématu, tj. souvislost mezi osobnostními rysy a cirkadiánní preferencí, je dohledáno množství zahraničních studií.

Autorka se v teoretické části zaměřuje zejména na biologické a psychologické souvislosti tématu, v menší míře však již pojednává o souvislostech sociálních. Ze sociálních souvislostí jsou zastoupena „velká témata“ (např. směnný provoz, přesun mezi časovými zónami...), avšak jistě by se dalo také pojednat alespoň v náznaku o vlivech „všedního dne“, které kvalitu i množství spánku ovlivňují (např. posun řady forem sociální zábavy do nočních



hodin, narození dětí v rodině, prodlužující se vzdálenost mezi bydlištěm a zaměstnání a tudíž nutnost časného vstávání, alokace času pro studium při zaměstnání do nočních hodin, pružná pracovní doba a její efekt...).

Z pohledu klinické psychologie oceňuji snahu systematizovat poznatky vztahující se k souvislostem kvality spánku a somatickými poruchami. Pasáže, které se k tomuto vztahují, pokládám za zdařilé. Větší pozornost si podle mého názoru mohlo zasloužit téma duševních poruch a jejich vztah ke kvalitě a množství spánku a to již vzhledem k tomu, že právě v oblasti klinické psychologie je práce obhajována (téma kvality spánku je např. hojně studováno v souvislosti se schizofrenií, poruchami osobnosti, borderline pacienty, traumatickými úrazy hlavy...).

Z formálního hlediska není teoretické části příliš co vytýkat, formální zpracování je v zásadě příkladné, pouze ojediněle se vyskytují drobné překlepy.

K výzkumné části práce

Cíl výzkumu a stanovené hypotézy jsou srozumitelně formulovány. Autorka také poměrně detailně objasňuje důvody pro jejich formulaci. Metody jsou dobrým způsobem popsány, autorka zvolila podle mého názoru vhodné metody k výzkumu. Metoda TCI-R nebyla, pokud je mi známo, dosud oficiálně vydána – v práci tato skutečnost mohla být kriticky reflektována. Způsob sběru dat je popsán kvalitně, autorka velmi poctivě a otevřeně referuje o potížích, které sběr dat provázely a její rozhodnutí vybrat populaci studentů UP se jeví jako racionální krok vzhledem k situaci. I navzdory komplikacím se jí podařilo sestavit rozsáhlý výzkumný soubor.

Výsledky práce jsou zajímavé, autorka je prezentuje přehlednou formou, hypotézy jsou testovány adekvátním způsobem. Grafy a tabulky jsou srozumitelné. U korelací, které jsou relevantní pro testování hypotéz, mohl být zhodnocen effect size, což by ještě přispělo k interpretaci zjištěných dat.

Diskuse k práci je poměrně rozsáhlá a dominantně se soustředí na interpretaci zjištěných dat. Vzhled i interpretace autorky oceňuji, velmi sympatická je snaha konfrontovat

vlastní zjištění s uvedenou teorií, snaha zamyslet se nad překvapivými výsledky, reflektovat výzkumy jiných autorů. Autorka také dospěla k zajímavým zjištěním, která mohou být pro praxi i další výzkum inspirativní. Slabší místo diskuse spatřuji v tom, že se podrobněji nevěnuje limitům studie a z nich vyplývající omezení. Kritická reflexe mohla být věnována také užívaným konceptům (zejména „depresivita“) a jejich významu mimo klinický kontext zdravé populace.

Závěr

Celkově se jedná o velmi hodnotnou práci, která se věnuje společensky důležitému tématu, autorka prokázala schopnost systematické analýzy tématu vědeckým způsobem, realizovala rozsáhlý výzkum, který obohacuje soudobé poznání a má i rozměr potenciálního praktického využití. Na práci je znát seriózní přístup k tématu a poctivost.

Práci **doporučuji k obhajobě**, neboť nepochybně splňuje kritéria doktorské vědecké práce.

V Olomouci 29. 4. 2014

PhDr. Martin Lečbych, Ph.D.