

POSUDEK DIPLOMOVÉ PRÁCE

Univerzita Palackého v Olomouci - Cyrilometodějská teologická fakulta

Autor práce: **Bc. Eva Ondrůšková**

Název práce: **Spánková deprivace matek**

Autor posudku: **vedoucí práce**

Mgr. Veronika Navrátilová

Hodnocení závěrečné práce:

Body
0-4

- 1 Formulace a naplnění cílů, úroveň jejich zpracování.
- 2 Vhled do problematiky, porozumění tématu, odborná jazyková úroveň.
- 3 Práce se zdroji a způsob citování.
- 4 Logická stavba práce.
- 5 Výběr metod a jejich aplikace.
- 6 Zpracování empirických dat.
- 7 Formální úprava práce (text, grafy, tabulky).
- 8 Celkový odborný přínos závěrečné práce a možnosti jejího praktického využití.

Celkem

23

**Celkové
zhodnocení práce:**

Předkládaná diplomová práce se zaměřuje na významné téma spánkové deprivace matek dětí v novorozeneckém, kojeneckém a batolecím věku. Zabývá se vlivem nedostatečné délky a/nebo kvality spánku těchto žen na jejich fyzické a psychické zdraví prostřednictvím kvantitativního výzkumu postaveného na dotazníkovém šetření a matematicko-statistické analýze dat. Dotýká se i aktuálních a leckdy kontroverzních témat, jakými jsou například vliv nočního kojení nebo sdíleného lůžka matek a dětí na spánek matek a jeho kvalitu.

Cíl práce je vhodně zvolený, jasně popsany a koresponduje s dobře stanovenými hypotézami. K přednostem práce patří dle mého názoru její Teoretická část, která prokazuje dobrou orientaci autorky v problematice fyziologie spánku (matek i malých dětí) a dopadů jeho nedostatku na různé oblasti života a zdraví žen. Diplomantka čerpá z dostatečného množství relevantní odborné literatury a zdrojů a předkládá text, který je odborný, logicky dobře členěný, kultivovaný a čtivý.

Praktická část je přehledná a předkládá výsledky ohledně možnosti potvrzení či zamítnutí jednotlivých hypotéz. Větší prostor by zasloužila hlubší interpretace těchto zjištění a diskuse k nim (z hlediska souvislostí, které je možné vyvodit z dat i z hlediska srovnání výsledků s jinými výzkumy na podobné téma realizovanými v ČR nebo v zahraničí). To vše je v práci spíše stručné.

I přes zmíněné drobné nedostatky se však jedná o práci, která může být zajímavá i přínosná pro matky malých dětí a jejich blízké okolí, stejně jako pro profesionály, kteří se touto cílovou skupinou zabývají.

Otázky k obhajobě: Co považujete Vy sama za silné stránky své práce a v čem naopak vnímáte její limity?

Jaký vliv má podle výzkumných zjištění na spánek matek noční kojení a sdílení lůžka s dítětem (co-sleeping)?

Závěr:

Práci doporučuji k obhajobě

Návrh klasifikace

práce:

B

Datum:

15.05.2025

Podpis: