



Univerzita Karlova v Praze

Filozofická fakulta – Katedra psychologie

Celetná 20, Praha 1

## **Posudek vedoucí na diplomovou práci**

**Název práce:**

**Autorka:** Bc. Linda Soukupová

**Vedoucí:** Mgr. Karolína Janků, Ph.D.  
Centrum pro výzkum spánku a chronobiologie  
Národní ústav duševního zdraví

### **PŘÍNOSNOST PRÁCE**

Jedná se o velmi důležité téma s ohledem na vysokou prevalenci a negativní dopady chronické insomnie. Téma má praktický přesah do terapeutické i klinické praxe. Potíže s emoční regulací jsou společné insomnii a dalším psychiatrickým onemocněním, s kterými je tato porucha spánku často komorbidní a zvyšuje riziko jejich rozvoje. Cílením léčby na tyto obtíže tak vzniká potenciál prevence. Jako praktický přínos práce byla vytvořena edukační brožura pro pacienty s chronickou nespavostí, která bude mít využití i v klinické praxi.

### **CÍL**

Cílem práce bylo posoudit, zda skupinová KBT-I přispívá ke zmírnění subjektivních potíží v emoční regulaci u dospělých pacientů s insomnií. Výzkumná studie porovnává změnu potíží v emoční regulaci u skupiny lidí, kteří absolvovali KBT-I, s kontrolní skupinou lidí s insomnií bez psychoterapeutické intervence. Hodnoceny byly také změny depresivní, úzkostné symptomatiky a hyperarousalu.

### **FORMÁLNÍ STRÁNKA**

Diplomová práce má 92 stran, včetně seznamu referencí a příloh. Kapitoly jsou přehledně členěné a logicky na sebe navazují. Obsahuje velmi kvalitní a rozsáhlou literární rešerši. Celkový počet referencí je 208, naprostá většina je tvořena zahraničními články. Práce splňuje všechny formální náležitosti. Text je velmi čtivě a srozumitelně psaný. Grafická znázornění přispívají ke srozumitelnosti textu.

### **TEORETICKÁ ČÁST**

Teoretická část nabízí velmi kvalitní rešerši dosavadních poznatků k tématu práce. Srozumitelně a věcně propojuje téma insomnie, REM spánku, emoční dysregulace a psychických potíží. Přehledně jsou shrnuta diagnostická kritéria insomnie různých klasifikačních systémů.

Velmi kvalitně, srozumitelně a čtivě napsáno, užívání odborného jazyka na velmi kvalitní úrovni. Literární přehled obsahuje všechna důležitá témata ve vztahu k zaměření práce. Nemám co vytknout.



### EMPIRICKÁ ČÁST

Empirická část obsahuje standardní rozdělení kapitol. Cíle výzkumu jsou jasně definované, logicky navazují na shrnutí mezer v dosavadním poznání. Výsledky jsou prezentovány převážně přehledně. Trochu matoucí je jen uvedení Grafu 6, znázorňujícího výsledky experimentální KBT-I skupiny v podkapitole o kontrolní skupině. Některé výsledky jsou uváděny zbytečně dvakrát (v textu a zároveň v tabulce). Jako veliké plus shledávám provedení power analýzy pro výpočet adekvátní velikosti výzkumného vzorku. Diskuze je velmi pěkně zpracovaná.

### CELKOVÉ HODNOCENÍ

Jako vedoucí práce hodnotím studentčinu samostatnost a zájem o téma velmi pozitivně. Samostatně organizovala nábor participantů kontrolní skupiny, sběr, zpracování a analýzu dat. Velkým přínosem práce je vytvoření edukační brožury pro pacienty s insomnií, která jistě najde i další uplatnění v klinické praxi.

Předloženou práci hodnotím výborně a doporučuji k obhajobě.

Mgr. Karolina Janků, Ph.D.

V Praze dne 21.8.2023