



## Informace pro vedení školy k výzkumné studii

V Olomouci 17.dubna 2019

Vážená paní ředitelko, vážený pane řediteli,

dovolte, abychom Vás seznámili s **procedurální stránkou** naší **případné spolupráce** na výzkumné studii, která je zaměřená na **stravování, vztah k jídlu a s tím spojené psychologické proměnné u populace dospívající mládeže od 11 do 15 let**. Vaše škola byla vybrána pro testování náhodným výběrem ze seznamu všech škol stejného typu z celé ČR.

Naším cílem je zmapování současného stravovacího chování dospívajících v České republice (například: jaké jídlo a nápoje konzumují, v jakém množství a při jakých příležitostech). Dále prozkoumání obezity, nadváhy a souvisejících psychologických proměnných (například: sebestřetí, impulzivita, apod.). Jedním z výstupů projektu bude standardizace metod – převod metod ze zahraničí a jejich standardizace v českém prostředí.

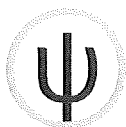
**Jednotlivé metody tvoří dotazníkovou baterii, která bude předkládána studentům, jsou blíže popsány níže.** Administrace dotazníkové baterie bude skupinová a bude **probíhat osobně za přítomnosti proškoleného pracovníka** ve třídách Vaší školy. Znamená to, že bychom soubor dotazníků administrovali studentům **6. až 9. ročníku** středního vzdělávání (popř. kvintě až septimě). **Výběr konkrétních tříd bychom nechali na telefonické domluvě s Vámi.**

Administrace testové baterie trvá **jednu vyučovací hodinu (45 minut)**. Při administraci dotazníků bychom Vám chtěli **komplikovat výuku co nejméně**, a proto Vám vyjdeme v nejvyšší možné míře vstříc při dohodě, ve kterých vyučovacích hodinách budeme moci testovat. Nicméně preferujeme dopolední vyučovací hodiny, kdy jsou studenti relativně méně unaveni. Před administrací budou **studenti seznámeni se záměrem studie a s etickými pravidly**. Během administrace dotazníku **není přítomnost vyučujícího nezbytně nutná**. Z našeho pohledu je žádoucí spíše absence pedagoga, neboť jeho přítomnost by mohla studenty během práce na vyplňování dotazníků ovlivňovat.

Celé testování je zcela **anonymní a dobrovolné, odpovídá všem etickým standardům psychologického testování** formou dotazníků u dané populace. Data budou chráněna proti zneužití.

Vzhledem k rostoucí dostupnosti množství a druhů jídla a zároveň tlaku na vzhled a štíhlost je nutné pochopit potřeby dospívajících a přispět k prohloubení poznatků o této problematice. Naše zjištění by mohla **pomoci k pochopení celkové komplexnosti jídelního chování a stravování a k nahlédnutí do světa a psychiky dospívajících**, kteří bojují se svým vztahem k jídlu. Výzkumného projektu se bude účastnit přibližně **2000 studentů z celé České republiky**. Vaší účastí ve studii přispějete k podpoře výzkumu a standardizaci nástrojů k diagnostice obtíží spojených se stravováním a dalšími psychologickými proměnnými u dospívající mládeže od 11 do 15 let. Tyto psychodiagnostické metody budou moci sloužit jako vodítko odborníkům pracujícím s dospívajícími v široké psychologické praxi.

Výzkum zároveň poskytne kompletní screening jídelního chování u zmiňované populace na celém území ČR. Naš výzkum na reprezentativním souboru českých dospívajících přinese kvalitní data a informace o způsobu stravování českých dospívajících, které budou moci v budoucnu posloužit také jako kvalitní data vedoucí například i k legislativním změnám.



## **Dotazníkovou baterii celkem tvoří 12 metod v tomto pořadí:**

### **1) Dotazník sociodemografických údajů (H. Pipová, M. Dolejš, J. Suchá, 2019)**

Tento krátký dotazník zjišťuje základní sociodemografické proměnné, jako je věk, pohlaví, bydliště apod.

### **2) Dotazník stravování a pohybové aktivity (H. Pipová, M. Dolejš, J. Suchá, 2019)**

Otázky slouží ke zmapování stravování adolescentů a jídelních zvyků rodiny. Zaměřují se například na pravidelnost ve stravování, přípravu pokrmů a také na zmapování pohybové aktivity.

#### **Příklady otázek:**

- Jak často obvykle snídáš (něco víc než sklenici čaje, mléka nebo džusu)?
- Za jak zdravé považuješ své stravování celkově?

### **3) Dotazník závislosti na jídle mYFAS 2.0 (H. Pipová, M. Dolejš, J. Suchá, 2019) modified Yale Food Addiction Scale 2.0 - mYFAS 2.0 (A. Schulte, A. N. Gearhardt, 2017)**

Autory této zkrácené verze dotazníku YFAS 2.0 jsou Schulte a Gearhardt. Metoda hodnotí projevy závislosti na jídle v posledních 12 měsících a obsahuje 15 položek.

#### **Příklady položek mYFAS 2.0:**

- Jedl/a jsem až do momentu, kdy jsem se cítil/a fyzicky špatně.
- Mé stravovací návyky mi často způsobovaly trápení.

### **4) Dotazník pro vyšetření poruch příjmu potravy EDE - Q8 (H. Pipová, M. Dolejš, 2019) Eating Disorder Examination Questionnaire EDE - Q8 (S. Kliem, 2008)**

Jedná se o krátký dotazník, který screeningově mapuje poruchy příjmu potravy. Tento nástroj je vhodný k epidemiologickému výzkumu poruch příjmu potravy. Tato krátká verze dotazníku vznikla v Německu z původní delší verze EDE-Q.

#### **Příklad položek EDE - Q8:**

- Toužil/a jsi někdy zhubnout?
- Cítil/a jsi se někdy tlustý/á?

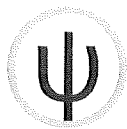
### **5) Dotazník bažení po jídle FCQ-T-r (H. Pipová, M. Dolejš, 2019)**

#### **Food cravings questionnaire – trait-reduced FCQ-T-r (A. Meule, 2014)**

Tento dotazník se zabývá tématem bažení po jídle. Byl sestrojen americkými psychology v roce 2000. Původní dotazník měl 39 položek. V roce 2014 němečtí psychologové přišli s jeho zkrácenou 15 položkovou verzí. Dotazník se ptá na různé situace z denního života, které se hodnotí na škále od rozhodně nesouhlasím po rozhodně souhlasím.

#### **Příklady položek EDE-Q8:**

- Nemám vůli odolat své touze po jídle.
- Když podlehnu touze po jídle, úplně ztratím kontrolu.



**6) Dotazník vztahu k jídlu (H. Pipová, J. Suchá, M. Dolejš, 2019)**

Námi vytvořený dotazník mapuje obecně vztah jedince k jídlu a stravování ve smyslu nadměrného jení a přejídání.

**Příklady položek:**

- Zanedbávám své vztahy kvůli jídlu.
- Dopředu plánuji, že se v tajnosti přejím.

**7) Dotazník struktury vztahů (H. Pipová, M. Dolejš, 2019)**

**Relationship Structures Questionnaire (ECR-RS) (R. Chris Fraley, 2008)**

ECR-RS je sebesposuzující dotazník určený k posouzení blízkých vztahů. Nástroj obsahuje 9 položek, které mohou být použity pro hodnocení vztahu například s matkou, otcem, partnerem nebo nejlepším přítelem. V našem výzkumu používáme dotazník k zhodnocení vztahu s oběma rodiči.

**Příklady položek:**

- Nerad se matce otevírám.
- S otcem obvykle mluvím o svých problémech.

**8) Dotazník postojů proti tloušťce (H. Pipová, M. Kostková, M. Dolejš, 2019)**

**Antifat Attitudes Questionnaire (AFA) (C. S. Crandall, 1994)**

Tento nástroj se zajímá o předsudky ohledně tlustých lidí a strachu z tloušťky. Obsahuje tři faktory, jejichž otázky jsou zaměřeny na odpor vůči obézním osobám, na strach z tloušťky a na sílu vůle. Dotazník obsahuje 13 položek.

**Příklad položek v dotazníku AFA:**

- Obávám se, že budu tlustý.
- Dělá mi problém brát tlusté lidi vážně.

**9) Škála přesvědčení o obézních osobách (H. Pipová, M. Kostková, M. Dolejš, 2019)**

**Beliefs About Obese Persons Scale (BAOP) (B. D. Allison, V. C. Basile, and H. E. Yaker, 1991)**

Tento dotazník se zaměřuje na postoje, které adolescenti zaujímají vůči obézním osobám. Je zde obsaženo celkem 8 položek.

**Příklad položek v dotazníku BAOP:**

- Obezita se často vyskytuje, když je jídlo užívané jako kompenzace za nedostatek lásky nebo pozornosti.
- Většina obézních lidí jí více než lidé s normální vahou.

**10) Unconditional Self-Acceptance Questionnaire (J. M. Chamberlain, D. A. F. Haaga, 2001)**

**Dotazník bezpodmínečného sebepřijetí (H. Pipová, D. Meisnerová, M. Dolejš, 2019)**

Dotazník měří úroveň bezpodmínečného sebepřijetí. Tvrzení se týkají toho, jak jedinec přijímá sám sebe, a na základě čeho odvozuje svoji hodnotu. Pro člověka bezpodmínečně přijímajícího sebe sama je charakteristické, že nehodnotí svou osobu jako celek, ale pouze své konkrétní chování. Uvědomuje si své přednosti i nedostatky.

**Příklady položek:**

- Pokud se mi v určitých věcech nedaří, vážím si méně sám/a sebe.
- Mám pocit, že někteří lidé mají větší hodnotu než jiní.



**11) Škála impulzivity – SIDS (O. Skopal, M. Dolejš, 2016)**

Nástroj se zaměřuje na posouzení impulzivity u adolescentů. Rys impulzivity souvisí s neodkladností, školní úspěšností a také i se sebehodnocením. Impulzivita je považována za jeden z prediktorů rizikového chování a rizikového stravování. Škála impulzivity obsahuje 24 otázek.

**Příklad otázek v dotazníku SIDS:**

- Často nedomýšlím následky svého chování.
- Vrhám se občas do něčeho jen tak, bez přemýšlení.

**Odborný garant studie PhDr. Martin Dolejš, PhD., a jeho tým se výzkumně dlouhou dobu věnují problematice rizikového chování v různých směrech (více informací o výzkumném týmu i výběr publikovaných statí najdete v dalším dokumentu).**

**V průběhu několika dnů Vás budeme kontaktovat telefonicky, abychom smluvili konkrétní podmínky případné spolupráce a datum návštěvy. Rádi zodpovíme veškeré dotazy týkající se administrace a dalších náležitostí testování.**

Děkujeme za Vaše přispění k výzkumu a podporu prevence v oblasti nezdravého vztahu k jídlu u dospívajících.

**Za výzkumný tým**

Mgr. Helena Pipová  
E-mail: [helena.pipova01@upol.cz](mailto:helena.pipova01@upol.cz)  
Telefon: + 603 871 177

Anna Poláková  
Email: [annpol@seznam.cz](mailto:annpol@seznam.cz)  
Telefon: 725 974 437

Katedra psychologie  
FF Univerzita Palackého  
Křížkovského 10  
771 80 Olomouc  
[www.psych.upol.cz](http://www.psych.upol.cz)