

# Posudek oponenta bakalářské práce

## Deka bezpečí pro osoby trpící panickou poruchou a sebepoškozováním

Studentka:	Martina Wimmerová
Oponent bak. práce:	doc. Ing. Zdeněk Míkovec, Ph.D., FEL, ČVUT

### Téma

Cílem bakalářské práce bylo prozkoumat problematiku panické poruchy a sebepoškozování a vytvořit produkt, který by zmírňoval jejich projevy.

### Řešení

V analytické části své práce se studentka zevrubně věnuje problematice panické poruchy a sebepoškozování a předkládá přehledné definice klíčových pojmů společně s řadou výzkumů, které jasně ukazují na vztah mezi těmito dvěma nemocemi. Tato část práce je velmi dobře opřena o existující literaturu. Závěry, které studentka předkládá, jsou tak velmi přesvědčivé a dobře vyargumentované. Studentka také provedla výzkum mezi lidmi postiženými tímto onemocněním a získala tak další vhled do problematiky. Z této analýzy pak vychází definice cílové skupiny a základní představa jakým směrem se bude ubírat řešení, tj. zmírňování škrábání a mačkání jako uklidňující rutinu.

Při návrhu řešení si studentka určila klíčové charakteristiky budoucího řešení: ochrana a pocit bezpečí. Klíčové také bylo jednoduché použití a ovládání (s ohledem na třesy končetin jako typický průvodní jev). Postupně vznikala řada návrhů, které studentka kriticky hodnotila a vylučovala za dalšího procesu. Nakonec vznikla tzv. „deka bezpečí“, která nejlépe splňuje všechna stanovená kritéria.

Výsledný produkt pracuje téměř se všemi lidskými smysly a přináší nebývale vysokou míru variability. Deka se dá použít téměř libovolně, jako oblečení, jako pokrývka, jako úkryt. Velmi zajímavé se mi jeví jednoduchá a současně nesvazující možnost chránit ruce ve speciálních kapsách. Při použití jako oblečení využívá produkt také terapeutického účinku zátěže. Speciální struktury na povrchu deky umožňují zaměstnat uživatelovu mysl a tak zapomenout na paniku.

Oceňuji, že se v závěru práce studentka věnuje praktickým otázkám spojenými s výrobou, údržbou a cenou produktu.

Na závěr bych chtěl vyzdvihnout i dlouhodobou studii, kterou provedla s jednou uživatelkou trpící panickými atakami. Tato studie naznačuje, že by se mohlo jednat o účinnou a akceptovatelnou pomůcku.

Výsledky práce tvoří velmi solidní základ pro další vývoj pomůcek řešících problematiku zmírňování projevů panických atak.

### Závěr

K bakalářské práci nemám žádné zásadní výhrady.

Práci hodnotím známkou **A (výborně)**.

V Praze dne 15. 6. 2023

doc. Ing. Zdeněk Míkovec, Ph.D.