

Analýza závislosti na čokoládě

Teoretický rámec

Tato zpráva se zabývá analýzou závislosti na čokoládě na základě dat získaných během kurzu Psychometrika 1 v akademickém roce 2021/2022.

Závislost na jídle, včetně čokolády, je předmětem rostoucího vědeckého zájmu. Studie ukazují, že některé potraviny s vysokým obsahem cukru a tuku mohou aktivovat mozkové obvody podobně jako návykové látky (Gordon et al., 2018). Mezinárodní klasifikace nemocí MKN-10 definuje závislost pomocí kritérií jako ztráta kontroly, abstinenční příznaky nebo růst tolerance (Slovák et al., 2017).

Sebeposuzovací škály, jako je Yale Food Addiction Scale (Gearhardt et al., 2016), jsou běžně využívány k hodnocení závislosti na jídle a byly validovány v různých kulturách. Cílem analýzy je ověřit, zda existují rozdíly mezi skupinami respondentů na škále závislosti na čokoládě a jak tyto skupiny souvisí s reálnou konzumací čokolády.

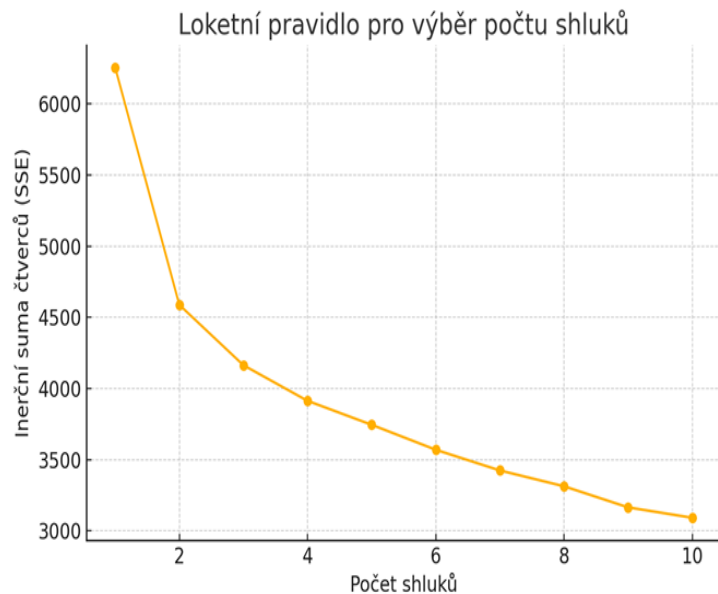
Analytická část

Data pocházejí ze Sebeposuzovací škály závislosti na čokoládě (Fejková & Vanysacker, 2021), která obsahuje 10 položek hodnocených na čtyřbodové Likertově škále. Kromě těchto položek byla analyzována také celková skóre závislosti (HS) a průměrná denní spotřeba čokolády (VALID_KRIT).

Použitá metoda: shluková analýza (k-means clustering), která pomáhá identifikovat skupiny respondentů s podobnými vzorci odpovědí. Optimální počet shluků byl určen pomocí loketního pravidla. Graf ukazuje prudký pokles hodnoty inerciální sumy čtverců (SSE) při třech shlucích, což naznačuje optimální rozdělení dat.

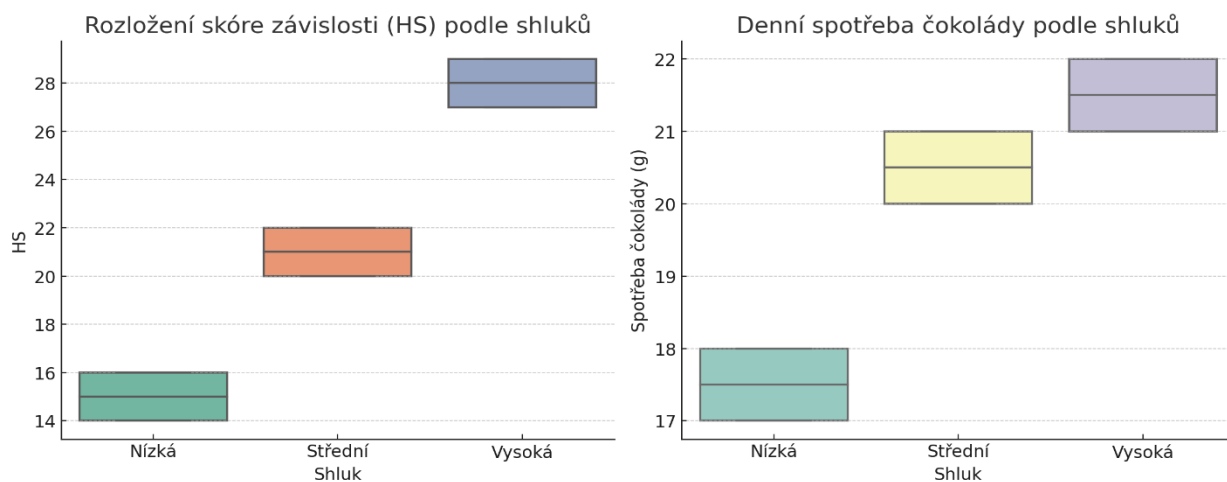
Na základě shlukování byly identifikovány tři skupiny respondentů:

- Shluk 1: Nízká závislost – nejnižší skóre závislosti ($HS \approx 15$) a nejnižší denní spotřeba čokolády (~ 18 g).
- Shluk 0: Střední závislost – průměrné skóre závislosti ($HS \approx 21$) a mírně vyšší konzumace čokolády (~ 21 g).
- Shluk 2: Vysoká závislost – nejvyšší skóre závislosti ($HS \approx 28$) a nejvyšší denní spotřeba čokolády (~ 22 g).



Vizualizace rozdílů mezi shluky

Boxploty ukazují rozdíly ve skóre závislosti a denní spotřebě čokolády mezi jednotlivými skupinami respondentů.



Interpretace výsledků

Na základě analýzy jsme rozdělili respondenty do tří skupin podle jejich skóre závislosti na čokoládě a denní spotřeby:

První skupina měla nejnížší skóre i nejnížší spotřebu – čokoládu jedí málo a závislost u nich pravděpodobně nehrozí.

Druhá skupina měla střední hodnoty, což může znamenat, že mají rádi čokoládu, ale zatím ji zvládají pod kontrolou.

Třetí skupina měla nejvyšší skóre závislosti, ale jejich denní spotřeba byla jen o něco vyšší

než u druhé skupiny, to může naznačovat, že u nich hraje roli hlavně psychická závislost – čokoládu vnímají jako něco, co „potřebují“, i když ji nutně nejedí ve velkém množství.

Zavěr

Shluková analýza umožnila identifikovat tři skupiny respondentů na škále závislosti na čokoládě. Výsledky naznačují, že lidé s vyšším skóre častěji konzumují čokoládu, což odpovídá dřívějším výzkumům o závislosti na jídle (Gordon et al., 2018). Z toho vyplývá, že skóre závislosti na čokoládě většinou souvisí s tím, kolik čokolády lidé opravdu snědí. Zároveň se ukazuje, že prožívání závislosti může být někdy silnější než skutečné chování – někteří lidé se mohou cítit závislí, i když reálně čokoládu konzumují jen mírně.

V budoucím výzkumu by bylo zajímavé zkoumat, co přesně ovlivňuje tuto psychickou složku závislosti – například emoce, stres nebo zvyky. Studie ukazuje, že i jednoduchá sebesouzovací škála může být užitečná při zkoumání vztahu lidí k jídlu a chutím.

Literatura

- Fejková, E., & Vanysacker, Z. (2021). Sebesouzovací škála závislosti na čokoládě. Odborná zpráva, KPCH FF UPOL.
- Gearhardt, A. N., Corbin, W. R., & Brownell, K. D. (2016). Development of the Yale Food Addiction Scale Version 2.0. *Psychology of Addictive Behaviors*, 30(1), 113–121.
- Gordon, E. L., Ariel-Donges, A. H., Bauman, V., & Merlo, L. J. (2018). What Is the Evidence for “Food Addiction”? A Systematic Review. *Nutrients*, 10(4), 477
- Maloney, M., & Kranz, R. (1997). O poruchách příjmu potravy. Nakladatelství Lidové noviny.
- Nešpor, K. (2018). Návykové chování a závislost: Současné poznatky a perspektivy léčby.
- Slovák, D., Przewczková, P., Daňková, Š., & Zvolský, M. (Ed.). (2017). MKN-10: Mezinárodní klasifikace nemocí – desátá revize. ÚZIS ČR.