



POSUDEK VEDOUCÍHO BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Jméno studenta: Marešová Jessica

Název práce: Copingové strategie a prevence stresových faktorů u vysokoškolských studentů a zaměstnanců

Autor posudku: PhDr. Věra Strnadová, Ph.D.

Cíl práce: Cílem práce je porovnání strategií ke zvládnání stresu a zjištění míry pociťovaného zátěže u studentů a zaměstnanců.

Povinná kritéria hodnocení práce	Stupeň hodnocení (známka)					
	A	B	C	D	E	F
Práce svým zaměřením odpovídá studovanému oboru	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vymezení cíle a jeho naplnění	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zpracování teoretických aspektů tématu	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zpracování praktických aspektů tématu	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Adekvátnost použitých metod, způsob jejich použití	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hloubka a správnost provedené analýzy	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Práce s literaturou	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Logická stavba a členění práce	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jazyková a terminologická úroveň	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Formální úprava a náležitosti práce	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vlastní přínos studenta	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Využitelnost výsledků práce v teorii (v praxi)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Dílčí připomínky a náměty:

Bakalářská práce je soustředěna na aktuální oblast psychologie - problematiku zvládnání stresových faktorů. Pro hlubší vysvětlení zkoumaných jevů autorka vhodně zpracovává současné odborné rešerše.

V teoretické části jsou vybrány moderní prameny k vysvětlení významných přístupů k definování stresové problematiky, k vysvětlení zdrojů životního a pracovního napětí, k identifikaci různých cest ke zvládnání zátěžových situací a k vysvětlení psychosomatických onemocnění.

V praktické části oceňuji, že autorka pečlivě připravila a uskutečnila vlastní dotazníkové šetření a statistické zpracování dat u dvou výzkumných skupin respondentů v průběhu let 2016/17.

Celkové posouzení práce a zdůvodnění výsledné známky:

Studie předkládá základní teoretické prameny z oblasti výzkumu zvládnání nadměrného stavu psychické a fyzické zátěže.

Použité tištěné i internetové zdroje jsou náležitě citovány.

Je zde proveden výzkum za pomoci statistického softwaru SPSS a tabulkového procesoru Microsoft Excel u 305 respondentů ze dvou sociálních skupin - vysokoškolských studentů a zaměstnanců.

Autorka podrobně testuje hypotézy, zpracovává korelace a zkoumá, zda má sportovní aktivita vliv na zvládnání stresových situací, na výskyt symptomů psychosomatických onemocnění, úzkosti a nespavosti.

Dále u skupiny 113 studentů zjišťuje finanční výdaje na sportovní aktivity.

Výsledky jsou zobrazeny v grafech a tabulkách a náležitě interpretovány.

Svou přípravu bakalářské práce studentka pravidelně konzultovala a svědomitě plnila doporučení vedoucí práce.

Bakalářská práce splňuje po stránce formální i obsahové požadovaná kritéria na velmi dobré úrovni, cíl práce je tak naplněn.

Otázky k obhajobě:

1. Mohla by autorka vysvětlit, z jakých pravděpodobných důvodů jsou studenti Finančního managementu nejvíce ochotni utratit nejvyšší částku za sportovní aktivity v porovnání se studenty ostatních zkoumaných oborů? (dle str. 71)
2. Jaké složení sportovního programu by autorka navrhla pro vysokoškolské studenty – vzhledem k tomu, že dle výzkumu jsou sportující osoby vůči stresu méně citlivé a stresovou zátěž zvládají lépe a také výskyt symptomů psychosomatických onemocnění je nižší u osob, které se věnují sportovní činnosti? (dle str. 73)

Práci doporučuji k obhajobě.

Navržená výsledná známka: A

V Hradci Králové, dne 17. května 2017

PhDr. Věra Strnadová, Ph.D.

podpis