

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

Fakulta pedagogická

Katedra psychologie

PROTOKOLO HODNOCENÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(Hodnocení vedoucí práce)

Práci předložil student: **Bc. Josef Štědronský**

Název práce: **Dopad psychické zátěže a stresu na zdraví člověka
jak si jej uvědomujeme a jak jej dokážeme zmírnit**

| Předmět hodnocení | Výborné | Velmi dobré | Dobré | Nevylh. |
|---|---------|-------------|-------|---------|
| Iniciativa a samostatnost při zpracování | x | | | |
| Splnění cíle a rozsahu zadání | x | | | |
| Úroveň zpracování teoretické části | x | | | |
| Úroveň zpracování praktické části | x | | | |
| Projektová a metodologická koncepčnost | x | | | |
| Vhodnost použitých metod | | x | | |
| Způsob zpracování dat | x | | | |
| Správnost, důkladnost vyhodnocení výsledků | x | | | |
| Odborná jazyková úroveň | x | | | |
| Formální uspořádání a úprava (text, grafy, tabulky) | x | | | |
| Práce s odbornou literaturou (citace a odkazy) | x | | | |
| Celková odborná úroveň DP | x | | | |
| Celkový přínos DP | x | | | |

Doplnění hodnocení, připomínky, dotazy:

Předložené diplomová práce (dále jen DP) překračuje obvyklé standardy DP, jak po stránce rozsahu tak i obsahu. Celkový počet 146 stran (včetně příloh a literatury) a množství prostudované (naší i zahraniční) literatury svědčí o nevšedním zájmu autora o zkoumanou problematiku vlivu stresu na zdraví člověka. Mnoho DP a BP na FPE se zabývá teorií stresu, patrně v žádné nenajdeme tak podrobná teoretická východiska (včetně copingových strategií) od různých autorů jako u předložené DP. Podrobněji se diplomant zaměřuje na tzv. psychosomatické problémy, které jsou podmíněny stresem. Citace jsou nejen rozsáhlé, pestré, ale i formálně správné, doprovázené výstižným a mnohdy i humorným (přiměřeně, takže i ve vědeckém díle akceptovatelným) komentářem autora. Jeho výhodou je, že studuje stěžejní publikace v originále (mnohdy u nás ještě nepřeložené), oceňuji zejména Psychosomatic assesment jakousi metastudii, která obsahuje přehled celosvětových poznatků sledované problematiky. Doplňeno o myšlenky Seligmána, Lazaruse, Křivohlavého a Rheinwaldové pak tvoří teoretická část předložené DP konzistentní celek. Skloubení teorií copingu a teorií fyziologických, způsobů diagnostikování či rozpoznávání

psychosomatického onemocnění vedlo ke komplexnímu pohledu na problematiku z mnoha úhlů, který jsem ještě v žádné DP nenašel.

V praktické části analyzuje autor výsledky svého rozsáhlého výzkumu (218 respondentů - osloveno bylo 10 tisíc respondentů), které provedl elektronickou formou pomocí dotazníkového šetření. Dotazník vznikl částečně z veřejně publikovaných upravených dotazníků např. Holmes-Rahe či Kouhoutka a je doplněn řadou otázek, které autor DP sám zkonstruoval na základě Seligmannovy teorie naučené bezmoci/optimismu či Antonovského konceptu salutogeneze apod.

Vzhledem k elektronickému způsobu dotazování a také vzhledem k obrovskému rozsahu výzkumu (na 59 otázek odpovídalo 218 respondentů) nebylo možné vložit do písemné podoby DP zdrojová data, nicméně v textu jsou na několika místech odkazy na internet, kde jsou všechna data volně k dispozici.

Diplomovou práci považuji za velmi zdařilou a doporučuji ji k obhajobě.

Dotazy, které by se mohly stát předmětem obhajoby

- 1) Jaké výsledky výzkumu autora nejvíce překvapily a jak by bylo možné využít závěrů z předložené DP?
- 2) V DP autor pojednává o vlivu stresu na zdraví člověka, existuje nějaká vazba mezi stresem a imunitou jedince?
- 3) Autor zajímavě pojednává o fenoménu strachu z budoucnosti (ve Frommovském pojetí by se dalo říci o strachu ze "svobody"). Je možno tento faktor chápat jako nový „civilizační“ stresor?
- 4) Jak by autor krátce objasnil Seligmannovu teorii naučeného optimismu?

NAVRHOVANÁ ZNÁMKA:

výborně

Datum: 18. srpna 2014

PhDr. V. Holeček, Ph.D., vedoucí DP

