

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

Fakulta pedagogická
Katedra psychologie

PROTOKOL O HODNOCENÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE (Posudek oponenta práce)

Práci předložil(a) student(ka): **Teresa Karasová**

Název práce: Spánek jako důležitá složka životospřávy

Předmět hodnocení	Výborné	Velmi dobré	Dobré	Nevyh.
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 BP			x	
Celkový přínos BP			x	

Doplnění hodnocení, připomínky, dotazy:

Předložená bakalářská práce řeší téma „Spánek jako důležitá složka životospřávy“. Teoretická část je členěna do těchto dílčích částí: (1) Zdraví; (2) Výživa; (3) Pohybová aktivita; (4) Odpočinek; (5) Duševní hygiena; (6) Závislost; (7) Spánek. V sedmé kapitole (s. 37) oceňuji příběh Randyho Gardnera popisující spánkovou deprivaci v období jedenácti dnů, autorka rovněž neopomněla zanalyzovat význam snů z pohledu S. Freuda a C.G.Junga.

V praktické části si autorka klade za cíl „zmapovat spánkové zvyklosti a kvalitu spánku pracujících versus studentů a následně provést porovnání výsledků obou skupin. Pozornost byla věnována také jednotlivým korelacím mezi spánkovými návyky a jednotlivými aspekty funkce organismu a také psychickým rozpoložením respondentů“ (s. 51).

Z diplomové práce bohužel vůbec není patrné, jakým způsobem byl výzkum realizován. Informace, že dotazníky byly vyplňovány elektronickou cestou, není dostačující, pokud zároveň není uvedeno, jakým způsobem proběhlo oslovení respondentů apod. Stejně tak nevyhovující je rovněž charakterizace výzkumného vzorku. Ten by měl být rozhodně charakterizován z hlediska genderu, věku, a vzhledem k zaměření výzkumu by bylo rovněž více než vhodné uvést, jaké typy profesí pracujících vykonávali a jaké obory převažovaly mezi studujícími. Dovedu si představit, že rozdíly mezi jednotlivými profesemi mohou být podstatně významnější než rozdíly mezi skupinami studujících a pracujících.

Vyhodnocení výzkumu autorka uvádí v procentech (zaokrouhluje přitom na setiny procenta, což je vzhledem k rozsahu vzorku zcela neopodstatněné) bez jakéhokoliv hlubšího statistického vyhodnocení. Následně na základě odpovědí několika málo respondentů vyvozuje dalekosáhlé závěry týkající se například rozdílů v duševní rovnováze mezi těmi, kdo spí alespoň 6 hodin denně, a ostatními. Jsem přesvědčena, že při použití adekvátních statistických metod by se ukázaly prakticky všechny tyto rozdíly jako statisticky neprůkazné. Celkově závěr je psaný spíše metodou „přání otcem myšlenky“ než kritickým zhodnocením získaných dat. Obávám se, že z takto realizované praktické části není možné dospět k žádným komplexním závěrům.

Další připomínky k praktické části: Kapitola 8.2 (s. 51) obsahuje graf, u kterého postrádám popis, obdobný problém nalezneme na str. 53 –65. V kapitole 8.3 (s. 52) postrádám bližší informace, které se týkají samotné konstrukce dotazníku. Podle jakých kritérií byly jednotlivé otázky řazeny do škál? Může toto autorka vysvětlit při obhajobě?

Dotazy, které by se mohly stát předmětem obhajoby

1. Konstrukce dotazníku (viz výše)?
2. Jaký názor má autorka na citát Alberta Einsteina, podle něhož „člověk, který spí více než 4 hodiny denně, je lenoch“?

Bakalářská práce splňuje základní požadavky kladené na tento typ prací, a proto ji doporučuji k ústní obhajobě.

NAVRHOVANÁ ZNÁMKA:

dobře

Datum: 12. května 2014

Mgr. Dana Brabcová, Ph.D., oponent BP

Dana Brabcová