

Práci předložil(a) student(ka): MONIKA MARTÍNKOVÁ  
Výchova ke zdraví

**Název práce: ANALÝZA STRESOVÝCH FAKTORŮ U VYSOKOŠKOLSKÉ  
POPULACE**

Oponoval/a : Mgr. Vladimíra Lovasová, PhD.

Předložená bakalářská práce se zabývá problematikou stresové zátěže u vysokoškoláků. Je členěna do čtyř stěžejních kapitol, přičemž první tři mají funkci teoretické části BP („Stres“, „Analýza vysokoškolické mládeže populace“, „Zvládnání stresu“), kapitolu č. 4 tvoří výzkumné šetření. Všechna z uvedených témat teoretické části jsou z obsahového hlediska cíli bakalářské práce relevantní, jejich sled však nepůsobí zcela logicky.

V rámci kapitoly č. 1 autorka popisuje stres a stresory, náročné životní události, projevy a reakce na stres, následky stresu a možnosti jeho zvládnání.

V kapitole č. 2 je z vývojového hlediska charakterizována mladá dospělost. Autorka se také pokoušela podchytit specifika období studia na vysoké škole. Tomuto záměru odpovídá subkapitola č.2.2, která svým rozsahem nedosahuje ani jedné strany. Další stati kapitoly č. 2 pojednávají o životním stylu a jeho složkách mají charakter obecného výkladu jednotlivých kategorií, ale k období mecitmy či přímo vysokoškolické populaci se vztahují minimálně. Autorka, bohužel, nevyužila možnosti čerpat informace z velkého množství výzkumů české i zahraniční provenience, které již byly na toto téma realizovány.

Kapitola č. 3 je opět věnována stresu, konkrétně jeho zvládnání. Převážně se jedná o metodický vstup a výčet abreaktivních technik.

V rámci výzkumného šetření si jako cíl autorka stanovila odhalit stresory, které působí na studenty ZČU. V úvodu kapitoly č. 4 jsou formulovány tři hypotézy, ve kterých se autorka z možných stresorů zaměřila na nedostatek času a zkouškové

situace. Hypotézu č. 1 však tak, jak je konstruována, nelze validně ověřit. Za účelem naplnění stanoveného cíle autorka realizovala dotazníkové šetření u 50 respondentů. Pozitivně hodnotím volbu vzorku respondentů napříč studijními ročníky. Vytvořený dotazník je obsahově i konstrukčně validní a formulačně odpovídá cílové skupině. Získaná data autorka prezentovala dle jednotlivých otázek v tabulkách a graficky v podobě absolutních a relativních četností. Interpretace výsledků však mají spíše charakter odhadů a ne odborné polemiky. Za přidanou hodnotu BP popvažují subkapitulu č.4.5, ve které autorka sumarizovala a seřadila výsledky postupně dle četnosti. Závěry výzkumného šetření tím získaly na srozumitelnosti. V závěru se autorka také logicky vypořádala se stanovenými hypotézami, čímž funkčnost svého výzkumu potvrdila.

#### Celkové hodnocení :

Autorce se podařilo naplnit cíle, které si pro bakalářskou práci vytyčila. V rámci teoretické části prokázala požadovanou schopnost pracovat s odbornou literaturou, řazení jednotlivých statí je ale spíše nahodilé. Jazykovou úroveň hodnotím jako přijatelnou. Analytické vstupy bakalářská práce neobsahuje. Z projektového hlediska BP působí koncepčně, vykazuje však metodologické nedostatky. Metoda sběru dat je zvolena vhodně a způsob zpracování dat přijatelný. Výsledky by však mohly být důkladněji vyhodnoceny. K formální stránce BP nemám připomínky. Text, grafy i tabulky jsou srozumitelné a jejich signace jsou funkční a odpovídající normě. Odkazy a citace respektují bibliografickou normu.

- Objasněte pojem „expozice stresového podnětu“.
- Čím si vysvětlujete to, že více než polovina dnešních vysokoškoláků nemá pravidelný pohyb ?
- Proč jsou studenti nespokojeni se stylem výuky na fakultě ?

Doporučení práce k obhajobě :     **ANO**

Celkové hodnocení práce : **VELMI DOBRĚ**     †

Datum: 20.8.2013



situace. Hypotézu č. 1 však tak, jak je konstruována, nelze validně ověřit. Za účelem naplnění stanoveného cíle autorka realizovala dotazníkové šetření u 50 respondentů. Pozitivně hodnotím volbu vzorku respondentů napříč studijními ročníky. Vytvořený dotazník je obsahově i konstrukčně validní a formulačně odpovídá cílové skupině. Získaná data autorka prezentovala dle jednotlivých otázek v tabulkách a graficky v podobě absolutních a relativních četností. Interpretace výsledků však mají spíše charakter odhadů a ne odborné polemiky. Za přidanou hodnotu BP popvažují subkapitulu č.4.5, ve které autorka sumarizovala a seřadila výsledky sestupně dle četnosti. Závěry výzkumného šetření tím získaly na srozumitelnosti. V závěru se autorka také logicky vypořádala se stanovenými hypotézami, čímž funkčnost svého výzkumu potvrdila.

#### Celkové hodnocení :

Autorce se podařilo naplnit cíle, které si pro bakalářskou práci vytyčila. V rámci teoretické části prokázala požadovanou schopnost pracovat s odbornou literaturou, řazení jednotlivých statí je ale spíše nahodilé. Jazykovou úroveň hodnotím jako přijatelnou. Analytické vstupy bakalářská práce neobsahuje. Z projektového hlediska BP působí koncepčně, vykazuje však metodologické nedostatky. Metoda sběru dat je zvolena vhodně a způsob zpracování dat přijatelný. Výsledky by však mohly být důkladněji vyhodnoceny. K formální stránce BP nemám připomínky. Text, grafy i tabulky jsou srozumitelné a jejich signace jsou funkční a odpovídající normě. Odkazy a citace respektují bibliografickou normu.

- Objasněte pojem „expozice stresového podnětu“.
- Čím si vysvětlujete to, že více než polovina dnešních vysokoškoláků nemá pravidelný pohyb ?
- Proč jsou studenti nespokojeni se stylem výuky na fakultě ?

Doporučení práce k obhajobě : **ANO**

Celkové hodnocení práce : **VELMI DOBRĚ** †

Datum: 20.8.2013

