

Posudek vedoucího na bakalářskou práci Marie Moudré „Stres a jeho vliv na současnou mládež.“

Téma práce je vhodně zvolené, prožitek stresu bývá v období dospívání relativně častý a souvisí s proměnami, k nimž v této době dochází. Práce je obvyklým způsobem členěna na teoretickou část a vlastní výzkum.

Teoretický úvod část tvoří dvě části, jedna z nich je věnovaná charakteristice období adolescence a druhá se zabývá stresem a nabízí přehledem možností, jak stres zvládat. V úvodu práce autorka vysvětluje jakým způsobem chápe stres a jeho nárůst v době adolescence a k čemu by její práce měla sloužit. Charakteristika adolescence začíná vymezením obsahu této vývojové fáze a přehledem změn, k nimž v jejím průběhu dochází. V adolescenci dochází k psychickým i somatickým změnám. Kapitola věnovaná psychické proměně není zpracována příliš systematicky, text na straně 12 je nepropojený a jde spíš o jednotlivé poznámky. Tělesné změny, které souvisí s adolescencí, autorka popisuje v následující části. Zmiňuje se i o tom, co by měl adolescent zvládnout a co, pokud se to nepodaří, může představovat zátěž.

Druhá část teoretického úvodu se zabývá stresem. Základní charakteristikou stresu je nadměrná subjektivní zátěž, s níž se musí člověk vyrovnávat. V textu jsou občasné nepřesnosti a nejednoznačnosti. Členění stresu nabízí rozdělení na akutní a chronický stres, ale jeho rozdělení by bylo možné pojmut i jinak. V subkapitole pojednávající o reakci na stres autorka uvádí základní fakta. Reakce na stres mohou být psychické i somatické, mezi psychické by patřilo i jeho kognitivní zhodnocení, jak tuto situaci daný jedinec chápe. Vysvětlení proč adolescenti prožívají více stresu, resp. proč nejsou schopni se s ním vyrovnávat, nabízí další kapitola. Návod jak zvládat stres nabízí poslední kapitola.

Praktická část. Cíle výzkumu je jasně stanoven. Autorka použila metodu dotazníku, který obsahoval 14 otázek a který byl dotazovaným prezentován elektronicky. Zkoumanou skupinu tvořilo 53 adolescentů ve věku 18-19 let, což není vzhledem ke způsobu zadávání příliš mnoho. Zpracování výsledků a jejich interpretace – autorka uvádí jen popisné charakteristiky, interpretace výsledků je založena převážně na jejích domněnkách. Vyhodnocení hypotéz vychází z četnosti odpovědí určitého typu. Shrnutí neobsahuje jen přehled výsledků výzkumu, ale i další úvahy autorky. Závěr obsahuje návrhy autorky na řešení stresových situací adolescentů.

Předložená práce splňuje základní požadavky, a proto ji lze doporučit k obhajobě.

V Praze dne 23.5.2019

Prof. PhDr. RNDr. M. Vágnerová, CSc.