

Posudek bakalářské práce

„Stres jako psychologický problém při odchodu ze zaměstnání“

Autorka: Sandra Zelenková

Posudek: Mgr. Lucie Pivoňková

Tato bakalářská práce se zaměřuje na fenomén stresu ve specifické životní situaci, kterou odchod ze zaměstnání je. Autorka v první kapitole zevrubně rozebírá pojem stres a to zejména z psychologické perspektivy. V této části práce tak jsou popsány příčiny vzniku stresu, jeho funkce a formy, jakými lidský organismus na stres reaguje. Tyto formy pak člení na psychologické a fyziologické. Autorka tuto kapitolu uzavírá tématem zvládnání stresu.

V druhé kapitole se autorka věnuje tématu práce a jejího významu pro člověka a její role v místním socio-kulturním prostředí, aby tak ozřejmila příčiny vzniku stresu při ztrátě zaměstnání. Tuto kapitolu je možné považovat za stručný úvod ke kapitole třetí, která je zaměřena na konkrétní spouštěč stresové reakce, tedy na ztrátu zaměstnání. Následky ztráty zaměstnání pak rozdělila na psychické reakce, sociální dopady a vliv tohoto stresu na fyzické zdraví.

Přestože zde zmiňuje také systémové nástroje, které mohou využít při realizaci outplacementu, zdůrazňuje autorka potřebu aktivního přístupu nezaměstnaného, který uvádí do kontextu s aktuálními pracovními podmínkami. Nezaměstnaného primárně nenahlíží jako pasivní oběť dané situace, ale jako hlavního činitele, který se musí aktivně podílet na řešení své osobní situace. Upozorňuje zde rovněž na psychologické důsledky, které mohou nastat, pokud je tato aktivita dlouhodobě neúspěšná.

V další části své práce se autorka zaměřila na konkrétní typy odchodu ze zaměstnání, tedy odchod do důchodu, odchod na mateřskou a rodičovskou dovolenou a také nepříliš často zmiňovaný dobrovolný odchod ze zaměstnání. Vytvoření každé podskupiny podle typu ztráty zaměstnání autorka vždy v úvodu zdůvodňuje. V jednotlivých kapitolách se pak zaměřuje na specifické aspekty konkrétního typu ztráty zaměstnání a zároveň mezi nimi hledá další vzájemné paralely, čímž je udržován kontext celé práce.

Autorka použila 29 literárních pramenů, z toho 2 cizojazyčný, přičemž prokázala, že umí pracovat s odbornou literaturou a citace vhodně doplnit a logicky provázat vlastním textem. Všechny údaje, které autorka ve své práci uvádí, se k tomuto tématu vztahují a působí uceleným dojmem.

Práci doporučuji k obhajobě.

Mgr. Lucie Pivoňková 21.8. 2009

