

## POSUDEK NA BAKALÁŘSKOU PRÁCI

SANDRY ZELENKOVÉ:

### „STRES JAKO PSYCHOLOGICKÝ PROBLÉM PŘI ODCHODU ZE ZAMĚSTNÁNÍ“

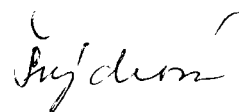
Předložená bakalářská práce rozpracovává velmi zajímavou problematiku stresu jako psychologického problému při odchodu ze zaměstnání. Vybrané téma je, zvláště v současné době, kdy se s touto problematikou často setkáváme v každodenním životě, velmi aktuální a přínosné. Autorka k jeho zpracování přistoupila velmi zodpovědně a se zájmem.

Práce obsahuje 53 stran textu, včetně soupisu bibliografických citací a bibliografie. V souhrnu je v bibliografii uvedeno 5 a v bibliografických citacích 29 literárních zdrojů včetně několika titulů zahraničních.

Práce je sestavena ze sedmi logicky provázaných kapitol včetně závěru. V první kapitole autorka rozpracovává problematiku stresu, příčin jeho vzniku, jeho významu, stresových reakcí (psychických i fyziologických) a zvládnutí stresu. Zmiňuje se rovněž o pojmech eustres, distres, frustrace, deprivace a konflikt. V rámci druhé kapitoly autorka řeší význam práce pro člověka, zabývá se faktory ovlivňujícími vztah člověka k práci a pracovní motivací. Třetí kapitola rozpracovává vliv ztráty zaměstnání na člověka (psychické reakce na nezaměstnanost, sociální aspekty nezaměstnanosti, vliv stresu v důsledku ztráty zaměstnání na fyzické zdraví a možnosti pomoci v jejichž rámci zvláště zdůrazňuje outplacement. V dalších kapitolách jsou zpracována témata odchodu do důchodu (problémy seniorů, vztah zaměstnavatele a seniora) a odchodu na mateřskou dovolenou (kariéra versus rodina, problematika mateřské role, finanční závislost na partnerovi). V poslední kapitole je pak zmíněn dobrovolný odchod ze zaměstnání.

Práce splňuje požadavky kladené na bakalářský úkol. Je psána čtivě, systematicky a se zájmem, po stránce obsahové ani formální k ní nemám zásadnějších připomínek. Autorce se podařilo velmi dobře uchopit danou problematiku a poskytnout ucelený přehled o tomto tématu. Vzhledem k výše uvedenému ji ráda doporučuji k obhajobě.

Praha 25.7.2009



PhDr. Ivana Šnýdrová, CSc.