

Hodnocení bakalářské práce

Název práce: **Životní styl zdravotních sester**

Autorka: **Ivana Šenková** - 3. ročník bakalářského studia obor
ošetřovatelství LF UK Praha v Hradci Králové

Vedoucí práce: **MUDr. Lubomír Hadaš, Ph.D.**

1. Autorka si zvolila jako téma své bakalářské práce problematiku životního stylu zdravotních sester. Uvědomuje si, že dnešní civilizovaný svět je plný spěchu a celkového zrychlení technického vývoje. To vnucuje lidem nový pracovní i životní rytmus. Problémy pak řeší většinou alkoholem, drogami, antidepresivy, hypnotiky. Prioritou každého z nás je umět správně odpočívat, relaxovat, bránit se stresu. Volba tématu je velmi dobrá, jedná se o aktuální téma. Získané poznatky jsou dále využitelné pro praxi.

2. Autorka práci rozdělila na část teoretickou a empirickou. V teoretické části jasně a široce zpracovala problematiku. Nechybí zde podstatné kapitoly, jako definice zdraví a životního stylu, jejich jasné vysvětlení a zpracování do kapitol výživy, pohybové aktivity. V této části nechybí podstatná sdělení jako stres, relaxace a regenerace. Teoretická část je přehledně zpracována.

3. V empirické části si stanovila autorka pět výzkumných cílů. Porovnává životní styl svobodných a vdaných sester. U tohoto vzorku zjišťuje, jaký mají vztah k sobě samé, zda kouří více vdané sestry než svobodné. Zjišťuje, zda sestry s praxí nad 10 let se stravují lépe, než sestry s praxí do 5let a zda sestry s praxí do 5let trpí menším stresem, než sestry s praxí do 10let. K získání informací použila formu anonymního dotazníku. Dotazník je velmi zajímavý a splňuje předpoklady získání informací pro tuto práci. Část dotazníku je z Číny, část dle jiných bakalářských prací a část zapůjčena z ústavu hygieny a preventivního lékařství LF UK v HK. Autorce se vrátilo 72 sestrami vyplněných dotazníků. Kvalifikovaně byly výsledky zpracovány do grafů a tabulek.

4. Výsledky, které autorka získala jsou dále využitelné, bakalářské práci dodávají na věrohodnosti a smysluplnosti. Závěr práce je zdařilý a potvrzuje zaujetí autorky pro zvolené téma. Práci lze využít jak k výuce, tak ke zveřejnění.

5. Autorka prokázala schopnost pracovat s odbornou literaturou.
6. Dotazník pro sestry vytvořila autorka sama pro potřeby studie.
7. Celkové stanovisko oponentky k práci – jedná se o ojedinělou kvalitní práci na vysoce aktuální téma. Vybočuje ze standardní úrovně bakalářských prací.

Téma k diskusi při obhajobě.

1. Jakou formou byste působila na sestry, aby změnily životní styl?(Špatné stravování, kouření, pohybová aktivita, relaxace..)
2. Jak tato práce ovlivnila Vás?

Klasifikace: Výborně

V Hradci Králové
12.10.2010