

UK v Praze, Filozofická fakulta

Katedra andragogiky a personálního řízení

Posudek vedoucí bakalářské práce

„Pracovní stres“ – Klára Löblová

Bakalářská práce Kláry Löblové se zaměřuje na velmi významné téma současného života, kterým je pracovní stres. Jako cíl své práce si autorka stanovila shrnout nejdůležitější aspekty problematiky pracovního stresu a uvést do souvislostí různé odborné poznatky.

Soupis bibliografických citací předložené bakalářské práce obsahuje celkem 33 položek včetně internetových zdrojů, z toho 4 cizojazyčné zdroje, bibliografie 6 zdrojů, z toho 2 cizojazyčné. Vzhledem k požadavkům je soupis zdrojů poměrně rozsáhlý.

Text autorka strukturovala logicky do tří základních kapitol. V první kapitole se zabývá vymezením stresu a zátěže, somatickými a psychickými aspekty stresu, typy stresu a stresory. Navazující druhá kapitola postihuje pracovní zátěž a pracovní stres. Autorka se v této kapitole zaměřila nejprve na individuální odolnost vůči zátěži, dále na faktory a důsledky pracovní zátěže a pracovního stresu, na zvládání zátěže a stresu a na tzv. Stress Management. Poslední kapitolu své práce věnovala související, resp. navazující problematice syndromu vyhoření, který je identifikován, zkoumán a odborně zpracováván zejména v kontextu pracovního života. Autorka v této kapitole obsáhla v logické struktuře problematiku vyhoření v komplexním záběru – nejprve uvádí pojetí syndromu vyhoření, dále věnuje pozornost jeho příčinám, rovinám, příznakům, rovněž velmi významnému tématu, kterým je podíl osobnosti na syndromu vyhoření, uvádí profese ohrožené syndromem vyhoření a v závěru kapitoly se zaměřuje na vliv pracovních podmínek a prevenci syndromu vyhoření.

K rozpravě v průběhu obhajoby mám pro autorku podnět k úvaze – o míře stresu pracovníků v kontextu různých stylů vedení.

Autorce se v práci podařilo propojit somatickou rovinu stresu, oblast pracovní zátěže, zvládání zátěže a stresu, ovlivňování stresu a syndrom vyhoření. Rozpracovává je důsledně, velmi pečlivě a v kontextech. V daném rozsahu bakalářské práce postihla Klára Löblová významné aspekty pracovního stresu velmi kvalifikovaně. Text je napsán kultivovaným a čtivým jazykem. Po obsahové stránce hodnotím práci Kláry Löblové jako velmi zdařilou. K formální stránce práce nemám připomínky.

Předloženou bakalářskou práci Kláry Löblové doporučuji k přijetí k obhajobě.

V Praze dne 25. srpna 2011

PhDr. Renata Kocianová, Ph.D.