

**Posudek oponenta rigorózní práce Mgr. et Mgr. Zuzany Šípové  
„Strategie zvládání zátěže a psychohygienu v kontextu syndromu vyhoření  
u doprovázejících pracovníků“**

**Univerzita Karlova v Praze. Filozofická fakulta. Katedra psychologie.**

**Praha 2017**

Autorka zvolila za téma své práce strategie zvládání stresu a zátěže. Práce navazuje na původní práci diplomovou, která se prioritně věnovala problematice pracovníků poradenských, a rozšiřuje výzkumný záběr o pracovníky organizace doprovázející pěstounské rodiny.

Literárně teoretická část práce proto vychází z obecnějšího pojetí stresu a zátěže a směřuje k jemněji členěné problematice psychohygieny v souvislosti s rizikem vyhoření u doprovázejících pracovníků. S tím souvisí i kapitola, která se zaměřuje detailněji na poradenství jako takové a usiluje o výčet jeho specifík - Pomáhající profese a proces pomáhání. Velmi oceňuji dílčí kapitolu Specifika a rizika profese doprovázení pěstounských rodin, která mapuje v ČR relativně nový jev v jeho psychologickém kontextu. Profesní zátěž stres a syndrom vyhoření tvoří obsah následující kapitoly. Teoretickou část práce uzavírá text s tématem Strategie zvládání zátěže a stresu v kontextu psychohygieny. V této kapitole seznamuje autorka čtenáře rovněž s dotazníkem zvládání stresu (SVF 78) a jeho specifickými úpravami v této práci – tato část textu by se však mohla případněji začlenit do části empirické (v rámci popisu výběru a charakteristik užitých metod). Závěr teoretické části ústí v text, který předkládá širokou paletu možných strategií a metod psychohygieny.

Empiricky orientovaná část práce se zaměřuje na výzkumné otázky zjišťující salutoprotektivní a rizikové momenty v profesi doprovázejících pracovníků a pokouší se zmapovat problematiku aktivně užívaných strategií zvládání zátěže u daných pracovníků. Autorka sleduje rovněž možnosti aplikovaných psychohygienických postupů a strategií jako preventivní ochrany pracovníků pomáhajících profesí. Metodologické zázemí práce tvoří Dotazník zvládání stresu SVF 78 (39 osob), původní autorský dotazník (108 osob) a polostrukturované rozhovory (15 osob). Autorka velice pečlivě dokládá způsob a průběh kontaktování respondentů, sběru i zpracování dat. Místy je text až zbytečně podrobný a v důsledku této volby spíše nepřehledný – část textu o tvorbě dotazníku by mohla být patrně přesunuta do příloh. Výsledky jsou však prezentovány přehledně a strukturovaně.

Vedlejším pozitivním benefitem autorčiny výzkumné činnosti je ocenění většiny respondentů, že s nimi vůbec někdo obdobný rozhovor vedle a touto cestou jim zpřítomňuje často zanedbávané možnosti duševní hygieny ve vztahu k jejich profesi. Diskuse k dané práci je adekvátně podrobná a rozsáhlá.

Jazyk práce je příjemně kultivovaný, použitá literatura přiměřeně rozsáhlá. Poněkud atypické je číslování stránek u příloh, to je ale spíše marginální nedostatek. Uvítala bych, kdyby autorka v diskusi podrobněji zmínila specifickou pracovní problematiku doprovázejících v kontextu pohledu psychologa. Přínosem by bylo navrhnout i některá preventivní opatření, která by mohla doprovázející podporovat a chránit v průběhu jejich profesní kariéry.

Celkově mohu zhodnotit, že předložená práce plně odpovídá požadavkům na tento typ práce kladeným, doporučuji ji tedy k obhajobě na Katedře psychologie FF UK a navrhuji hodnocení: prospěla.

V Praze 19. 3. 2017

PhDr. Iva Štětovská, Ph.D.