

**PROTOKOL O HODNOCENÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE
(Hodnocení vedoucího práce)**

Práci předložila studentka: **Bc. Eva Schneiderwindová**

Název práce: **Psychologické aspekty wellness**

1. CÍL PRÁCE:

Cíle práce jsou formulovány v jejím úvodu. V teoretické části se diplomantka věnovala vytvoření teoretické báze s akcentem na psychologické aspekty wellness a selfness, z níž pak vychází terénní šetření v praktické části práce. Můžeme konstatovat, že výtčené cíle byly dostatečně naplněny.

2. OBSAHOVÉ ZPRACOVÁNÍ:

Diplomová práce je přehledně logicky uspořádána. Autorka postupuje systematicky od stručného vymezení obecné problematiky wellness, pozornost věnuje historickým souvislostem vzniku hnutí wellness a poukazuje na původní širší význam pojmu, než jak ho mnozí chápou zkreseně dnes. Stručně vysvětluje pojmy zdraví a well-being, které se studovanou problematikou úzce souvisí.

Obsáhlejší kapitoly jsou věnovány otázkám pozitivní komunikace a také novému trendu, označovanému jako selfness. Zde je kladen důraz na význam pozitivního sebepojetí v životě člověka. V poslední kapitole teoretické části práce je věnována stručná pozornost fyzické dimenzi wellness, rovněž v propojení na psychickou stránku.

V praktické části diplomové práce řeší autorka vybrané otázky selfness v životě vysokoškolských studentů. Rozhodla se porovnat několik aspektů selfness u studentů oborů psychologie a výchova ke zdraví se studenty ostatních aprobací. Pro svůj záměr zvolila kvantitativně zaměřený průzkum s využitím dotazníku vlastní konstrukce. Výsledky šetření jsou prezentovány v grafech doplněných slovním komentářem a diskusí k získaným výsledkům. S těmi autorka dále pracuje a provádí statistickou verifikaci hypotéz.

3. FORMÁLNÍ ÚPRAVA:

Kapitoly a podkapitoly jsou značeny přehledným způsobem. Použité publikace jsou správně citovány. Práce je opatřena seznamem použité literatury a pramenů dle bibliografické normy. Znění dotazníku a seznam grafů jsou uvedeny v příloze. U grafů doporučuji použít jednotný postup při prezentaci výsledků (dimenze pozitivní – negativní).

4. STRUČNÝ KOMENTÁŘ HODNOTITELE:

Autorka projevila dostatečnou míru invence při zpracování daného tématu, z důvodu časové tísně však nevyužila dostatečně možnosti, které se nabízely. To se týká především obsahové stránky dotazníku. Přesto autorka došla k některým důležitým zjištěním, které mohou posloužit zejména při inovaci výukových obsahů. Jako významné se jeví zjištění o důležitosti posílení osobnostního a sociálního rozvoje u studentů vysoké školy. Práci doporučuji k obhajobě.

5. OTÁZKY A PŘIPOMÍNKY DOPORUČENÉ K BLIŽŠÍMU VYSVĚTLENÍ PŘI OBHAJOBĚ:

1. Které dnes opomíjené prvky wellness považujete za důležité a proč?
2. Jako roli hraje v kvalitě života zdravé sebepojetí?

6. NAVRHOVANÁ ZNÁMKA: velmi dobře

Datum: 4. 5. 2015


Podpis: PhDr. B. Jirincová