



Posudek oponenta bakalářské práce

Oponent: **Mgr. Veronika Muchlová Mühlsteinová, DiS.**
Autor práce: **Zuzana Hrdličková**
Studijní program: **OŠETŘOVATELSTVÍ**
Studijní obor: **VŠEOBECNÁ SESTRA – kombinovaná forma studia**
Název práce: **Spánková hygiena všeobecných sester**
Akademický rok: **2014/2015**

Hodnocení	1	2	3	4
Celkové rozvržení práce		x		
Úroveň zpracování teoretických poznatků		x		
Úroveň zpracování vlastních poznatků		x		
Analýza a interpretace výsledků			x	
Praktická aplikace výsledků			x	
Přiměřenost a způsob citace literatury		x		
Formální a grafické zpracování				x
Úroveň jazyka		x		

Stupnice hodnocení úrovně:
výborná = 1
velmi dobrá = 2
dobrá = 3
nevyhovující – 4
(označte křížkem)

Připomínky oponenta práce, zdůvodnění celkového hodnocení:

Studentka si zvolila téma, které je aktuální a zajímavé. Problematika spánkové hygieny je podceňována, ač má zásadní vliv na profesní i osobní život sestry.

Teoretická část práce a její rozsah odpovídá požadavkům bakalářské práce. Struktura a obsah kapitol poskytují autorce dobrá východiska pro praktickou část. Kladně hodnotím především kapitoly: *Dopady spánkového deficitu* a *Důsledky směnného provozu*. V teoretické části nejsou obsaženy žádné citace.

V praktické části zvolila autorka metodu kvantitativního šetření pomocí anonymních dotazníků. Hlavním cílem výzkumného šetření bylo zjistit úroveň spánkové hygieny všeobecných sester (str. 32). Autorka si vytyčila další 4 dílčí cíle a ke každému z nich stanovila jeden předpoklad. K předpokladům přiřadila otázky z dotazníku. Otázky 1, 6, 12, 13, 16, 17, 20, 22 a 24 nebyly vztaženy k žádnému předpokladu.

K samotné analýze zvolila autorka grafy. K jedné otázce je často prezentováno i více grafů, ty jsou ale označeny stejným číslem, např. graf 4 (str. 40, 41, 42). To způsobilo, že se do seznamu grafů generoval vždy jen jeden graf (viz seznam grafů, str. 95). Stejný problém se opakuje u grafů 5, 7, 9, 10, 15, 18, 23, 25, 26 a 27. Graf 13 na str. 58 je špatně popsán, odpovědi na otázku neodpovídají odpovědím v dotazníku na otázku 13, ale 17 (viz dotazník str. 99). V grafu číslo 17 chybí možnost *ospale*, která je pod grafem ve slovním vyjádření zmiňována (str. 63).

V prezentaci údajů je cíl 2 zhodnocen již v cíli 1. Autorka průzkumu vychází i ze stejných otázek 4, 5, 7 (str. 81, 82). Diskuzi hodnotím kladně. Je věcná, drží se zvoleného tématu, prezentuje názory jiných autorů a výsledky dalších studií. V diskuzi na str. 88 je zajímavý



názor Šonky a Pretla, že schopnost přizpůsobit se směnnému režimu je individuální a obecně se stoupajícím věkem klesá. K tomuto názoru se dále v textu připojuje i sama studentka. Domnívám se, že věková kategorie v souvislosti se spánkovou hygienou měla být faktorem, kterému se měla autorka ve své práci věnovat. Podle mého názoru by bylo přínosnější zkoumat vliv věku sestry na spánek a směnnost než sledovat souvislost s jejím dosaženým vzděláním. Autorka sice v dotazníkovém šetření zjišťovala věkovou kategorii respondentek, ale dále tato získaná data již nevyužila.

V závěru práce chybí shrnutí, zda byl hlavní cíl práce naplněn. Naopak důvod, proč si studentka téma zvolila, by měl být obsažen v úvodu bakalářské práce.

Formální a stylistická úroveň práce je nedostatečná. Text, především v teoretické části, není členěn na odstavce. Pod názvem každé kapitoly je jeden souvislý text (např. kapitola 1.2.1 nebo 1.2.2). Podkapitoly 1.3.1 – 1.3.7 obsahují příliš málo textu, maximálně tři věty. Použitá literatura je přiměřená, jeden cizojazyčný pramen je starší 20 let. Seznam grafů neobsahuje všechny grafy interpretované v bakalářské práci. Číslované a nečíslované strany neodpovídají údajům v anotaci.

Práce má mnoho formálních a stylistických chyb. S ohledem na aktuálnost a zajímavost zvoleného tématu doporučuji práci k obhajobě a hodnotím dobře.

Otázky k obhajobě:

1. Z jakého důvodu jste zvolila dosažené vzdělání všeobecné sestry jako faktor ovlivňující spánkovou hygienu?
2. Jak souvisí usínání po zazvonění budíku s dosaženým vzděláním všeobecné sestry (viz graf 15)?
3. Zjistila jste, že nejhorší přístup ke spánkové hygieně mají sestry s vyšším odborným vzděláním. Domníváte se, že tento přístup je opravdu ovlivněn dosaženou kvalifikací?

Navržené celkové hodnocení	výborně	velmi dobře	dobře	nevyhovující
-----------------------------------	---------	-------------	--------------	--------------

Datum: 1. 5. 2015

Podpis: