



## POSUDEK MAGISTERSKÉ DIPLOMOVÉ PRÁCE

Univerzita Palackého v Olomouci – Filozofická fakulta – Katedra psychologie

Autor práce: **Mgr. et Bc. Pavel Vozka**

Název práce: **Kvalitativní analýza strategií zvládání stresu v běhu na lyžích**

Autor posudku: **PhDr. Daniel Dostál, Ph.D.**

oponent práce

Autor posudku hodnotí práci v každé kategorii na škále A – F, přičemž hodnota „F“ v jakékoliv kategorii znamená nedoporučení práce k obhajobě. Hodnota A znamená excelentní práci překračující standardní nároky na diplomovou práci. Při uvedení hodnoty A je vždy nutné slovně uvést důvody, v čem je práce nadstandardní. Při uvedení hodnoty D nebo F je vždy nutné uvést důvody, které hodnotitele vedly k snížení hodnocení. Průměrně dobrá práce dle požadavků a norem katedry je hodnocená hodnotou B nebo C. Každá oblast hodnocení (viz níže 1 – 5) má jinou váhu při stanovení celkového hodnocení práce. Celkové hodnocení práce je dána komplexním posouzením práce autorem posudku.

V případě teoretické práce autor posudku extenzivně zpracuje hodnocení v bodě 2, v bodě 3 se věnuje zejména stanovení problému a cílů práce, v bodě 4 se zaměřuje na analytickou práci studenta a schopnost studenta postulovat na podkladě literatury závěry novým způsobem (úhel pohledu, nové spojitosti, kritické myšlení).

Hodnota

A - F

**1 Aktuálnost problematiky, originalita práce, společenská potřeba práce, praktický přínos práce.**

A

Využití poznatků z psychologie k zefektivnění tréninku a maximalizaci výkonu sportovců je aktuální a velmi žádané téma. Autor sám v úvodu čtenáři sděluje, že „V České republice neexistuje práce podobného rozsahu o dané problematice.“ Pro úplnost je však vhodné dodat, že autor již v minulosti obhájil bakalářskou práci „Strategie zvládání stresu ve vybrané sportovní disciplíně - běh na lyžích“ a magisterskou práci „Kvalitativní analýza strategií zvládání stresu v běhu na lyžích“, které se zjevně i bez hlubšího prostudování zabývají totožným tématem.

**2 Úroveň a kvalita teoretické části práce (přehled poznatků). Samostatnost zpracování, vzhled autora do problematiky, literární prameny, využití databází, zahraniční literatury.**

A

Teoretická část práce o rozsahu přibližně 40ti stran přibližuje čtenáři téma stresu a strategií jeho zvládání a dále témata související s během na lyžích. Autor se v problematice dobře orientuje, což dokládá jak jeho osobní zájem o popisovanou problematiku, tak již dvě napsané práce na dané téma. Dodejme, že teoretická část předkládané práce se výrazně překrývá s předchozími pracemi. Ke cti autora však zmiňme, že získané materiály jsou znovu převyprávěny a mají jinou formu i strukturu než v předchozích textech, nejde tedy většinou o prosté zkopírování.

Práce je podložena 88 relevantními literárními zdroji mezi nimiž převažují anglicky psané odborné články.

**3 Formulace problému a cílů práce, výzkumný design, využití adekvátních metod a technik zpracování (výzkumných, statistických, jiných).**

E

Autor ve své práci hledá odpověď na 4 otázky: jak sportovci rozumí pojmům zátěž a tres, s jakými stresory se potkávají, jak se s nimi vyrovnávají, a jestli souvisí subjektivní prožívání před závodem s výsledkem závodu. Otázky se pokouší zodpovědět pomocí kvalitativního designu.

Volba metody je překvapivá. Za vhodný krok by se tato volba dala považovat, pokud bychom se vyskytovali ve zcela neprozkoumaném terénu, o kterém výzkumník nemá žádné povědomí. Autor se přitom nejméně od roku 2015 tématem odborně zabývá, realizoval v dané oblasti dvě dotazníkové studie a sám je dlouhodobě v úzkém kontaktu s komunitou běžců na lyžích. V takovém kontextu se zdá krajně nepravděpodobné, že nemá dostatek informací o tom, co běžce na lyžích stresuje atp., aby mohl vytvořit relevantní hypotézy a sáhnout po silnějších výzkumných nástrojích. V rámci kvalitativního designu navíc volí jednu z nejslabších možností, případovou studii, provedenou na sedmi běžcích na lyžích.

Čtenář se těžko brání dojmu, že rozhodování o metodologii výzkumu bylo vedeno spíš snahou minimalizovat potřebné úsilí k dopsání práce než snahou o získání originálního vědeckého poznatku.

Malá účinnost zvolené metody vyjde najevo v diskuzi a závěrech práce, kde autor nemůže udělat prakticky žádný přesvědčivý závěr. Čtenář zjišťuje, že text nazvaný analýza strategií zvládnutí stresu říká o zvládnutí stresu jen o málo víc než „Někdo poslouchá hudbu, někdo si jde zaběhat, jinému zase sport nepomáhá, a tak se jde jen tak projít, další zase volí jako strategii povídání sám se sebou.“. Po mnoha semestrech všech možných metodologií psychologického výzkumu je toto zklamáním.

**4 Zpracování a prezentace výsledků práce, interpretace výsledků, diskuse, závěry.**

B

Autor pracuje se získanými daty obratně a své závěry předává čtenáři čtivou formou. V diskuzi propojuje svá postřehy s výsledky rozmanitých studií, což svědčí o jeho dobrém rozhledu v tématu.

Drobnou výtku lze směřovat na opakované utíkání se ke kvantitativnímu způsobu smýšlení – autor například staví některé argumenty na četnostech určitých jevů, vzhledem k rozsahu souboru a způsobu jeho získávání, jsou pozorované četnosti vcelku nerelevantní (tedy například závěr „Většina závodníků tráví čas před závodem raději sama.“ Je těžko obhájitelný).

**5 Formální zpracování práce, jazyková a stylistická úroveň, rozsah práce, grafická úprava práce, dodržení publikační normy.**

A

Po formální stránce je práce kvalitní – autor píše přehledně a vzhledně, dodržuje gramatická i typografická pravidla. Citační norma je dodržena.

**Další poznámky  
(nepovinné):**

**Silné stránky práce**

- Autor má dobrý přehled o popisované problematice.
- Chvályhodná struktura a úprava práce.

**Slabé stránky práce**

- Zvolený design není adekvátní vzhledem k míře znalostí, kterými autor o koumaném fenoménu disponuje. Práce působí spíše dojmem předstudie vytržené z většího projektu.

**Hodnocení celkem:**

Práci doporučuji k obhajobě

Návrh klasifikace práce: **C**

Datum: 4.1.2019

Podpis: