



OPONENTSKÝ POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Název práce: Copingové strategie sociálních pracovníků

Autorka práce: Martina Králová

Obor studia: Sociální a charitativní práce

Posudek vypracoval: Mgr. Michal Kaczor

Datum: 30. dubna 2017

Bakalářská práce Martiny Králové na téma **Copingové strategie sociálních pracovníků** čítá celkově 50 stran (formát A4), včetně abstraktu. Téma je aktuální a opomíjenou problematikou na poli sociální práce. Hlavním cílem práce je: „*Představit copingové strategie pro sociální pracovníky*“, a to zejména strategie zvládání náročných životních situací, které podporují tělesné i duševní zdraví sociálního pracovníka, a taktéž ty, které se jeví jako neefektivní (s. 6).

Úvod je vyčerpávajícím uvedením do pojednávané problematiky, kterou autorka jasně formuluje, a to celkově v souladu s metodickými pokyny. Neopomíná zde jeden z klíčových faktů, totiž že: „*Má-li sociální pracovník podávat kvalitní a odborné výsledky, je nutné ho zajistit nejen materiálními a technickými podmínkami nezbytnými pro jeho povolání, ale také ho současně podporovat a vzdělávat v oblasti zaměřené na zvládání stresu a užívání vhodných copingových strategií, čímž můžeme předejít pracovnímu vyhoření*“ (s. 5).

V první kapitole se autorka zaměřuje na definování zátěže a podrobněji rozebírá psychickou a pracovní zátěž, která je specifická pro praxi sociálních pracovníků. Uvádí též zdroje, které u nich mohou způsobovat vyčerpání, potažmo syndrom vyhoření. Ke zmiňovanému přistupuje věcně a v patřičném rozsahu. Podobně si počíná i ve druhé kapitole, kde čtenáři přibližuje problematiku stresu. Snaží se předkládat perspektivu/pojetí různých autorů, což je pro čtenáře přínosné.

Ve třetí kapitole se autorka dostává ke klíčovému copingu, který nejprve definuje. Myslí při tom na praktickou komparaci jednotlivých definic od různých autorů. Představuje navíc důkladný přehled všech metod a technik zvládání zátěže. Chválím také to, že autorka kromě efektivních copingových strategií uvádí rovněž ty negativní (konzumace alkoholu, užívání drog a psychofarmak, kouření a přejídání). V závěru kapitoly pak přichází řada na copingové metody a strategie přímo v praxi sociálních pracovníků.

Závěr práce adekvátně sumarizuje důležité informace vztahující se k naplňování cíle práce. Autorka zde zmiňuje klíčové poznatky, mj.: „*Myslím si, že každý student by měl být během studia obeznámen s potenciálními zdroji stresu jeho budoucí práce a tak si mohl úspěšně budovat efektivní copingové strategie, které mu pomohou stresu úspěšně předejít a vyhnout se tak syndromu vyhoření.*“ (s. 44) nebo „*Myslím si, že by mělo být*



více věnováno času na téma duševní hygieny u sociálních pracovníků. Tím by se tak lidé, kteří vykonávají tuto profesí nebo chtějí vykonávat, mohli více seznámit s vlastním já, naučit se pozorovat své jednání během různých a často náročných situací s klienty a poznat, co jim samotným se jeví jako zátěžové a přechází ve stres“ (s. 45).

Nutno podotknout, že jednotlivé kapitoly jsou provázány logicky a průběžně doplňovány o osobní názory autorky. Ta vše navíc očekávaně propojuje s profesí sociální práce, resp. sociálními pracovníky. Práce je psána čtivě, autorka adekvátně pracuje s odbornými a relevantními zdroji k řešenému tématu. Celkový dojem z práce však devalvují nesprávné formulace vět, resp. různorodé chyby v textu. Pro příklad uvádím: „Tyto psychosomatická onemocnění (...)“ (s. 18); „(...) prostřednictvím dvěma v něčem obdobnými a v něčem rozdílnými způsoby (...)“ (s. 32); „(...) pracují s rozmanitou klientelou, která často přicházejí s nereálnými očekáváními (...)“ (s. 44). Dalším rušivým prvkem jsou ponechané předložky a spojky na koncích řádků, jejichž odstranění určuje metodický pokyn.

Práce jednoznačně naplňuje požadavky kladené na tento typ kvalifikační práce, a proto ji doporučuji k obhajobě s navrhovanou výslednou známkou (výborně)-(chvalitebně), v závislosti na výsledku obhajoby.