



Posudek vedoucího bakalářské práce

Název práce: Zdravý životní styl v seniorském věku

Autor práce: Kamila Skubýová

Obor studia: PVČ

Posudek vypracovala: Mgr. Věra Suchomelová, Th.D

Datum: 24. 4. 2017

Způsob práce:

Autorka pracovala od první konzultace kontinuálně, velmi zodpovědně a svědomitě, dodržovala domluvený časový harmonogram, svůj postup průběžně konzultovala a plnila domluvené dílčí úkoly.

Formální a obsahová stránka

Teoretická bakalářská práce splňuje požadovaný rozsah. Úctyhodné množství použitých zdrojů je citováno v souladu s doporučenou normou a citační etikou. Bohatá rešerše svědčí o snaze a motivaci autorky uchopit téma komplexně. Text zaujme čistotou zpracování. Logicky strukturovaný obsah a velmi přehledné členění jednotlivých kapitol a podkapitol usnadňuje čtenářovu orientaci. Na konci každého většího celku autorka shrnuje nejdůležitější myšlenky.

Cílem bakalářské práce je dle autorky zjistit, jaká je podstata zdravého životního stylu ve stáří. Dílčím cílem je přinést vhled do atributů úspěšného stáří. V úvodu nastiňuje současnou situaci, na níž cíl práce navazuje. V první kapitole uvádí do tématu pohledu na stáří v obecnější rovině, ale již tuto kapitolu směřuje k danému cíli. Ve druhé kapitole se věnuje samotné problematice zdravého životního stylu. Téma kapitoly zřejmě „svádí“ k stylistice, která místy odpovídá spíše osvětovému článku než odbornému textu.

Tuto kapitolu autorka dělí do třech oblastí odpovídající fyzické, psycho-sociální a spirituální složce osobnosti člověka, aby v závěru vše spojila do celostního pohledu na člověka v jeho bio-spycho-socio-spirituální jednotě. Tato kapitola by mohla (a měla) být jakousi „korunou“ celé práce. To se ne zcela podařilo. Postrádám zřetelnější propojení s předchozími kapitolami, nejen v úvodu kapitoly, ale také např. formou diskuze s autory uvedenými v předchozích částech práce. Také závěry celé práce by bylo vhodné prezentovat detailněji.

Otázka do diskuze: Mohla by autorka uvést příklad aktivity, která naplňuje člověka ve všech oblastech – tedy v biologické, psychické, sociální i spirituální oblasti...a jakým způsobem?

Navrhuji hodnocení 1-2 podle obhajoby.