

Abstrakt (česky):

Hlavním cílem práce je zjistit, co patří mezi nejčastější zdroje stresu u studentů bakalářských studijních programů. To znamená, jaké studijní povinnosti, osobní záležitosti či okolnosti ve světě jsou pro ně během studia nejvíce stresující. Součástí práce je také snaha zjistit, jaký vliv má vzniklý stres na jejich studijní výsledky a jaká preventivní opatření a způsoby zvládnání stresu vybraní respondenti realizují. Jelikož práce cílí na studenty vysokých škol, zahrnuje také specifikaci terciárního vzdělávání v České republice.

Práce je rozdělena na dvě části. Teoretická část obsahuje především definici pojmu stres a popis jeho možných příčin a zdrojů, ať už se jedná o vnější nebo vnitřní stresory. Dále je zde k nalezení charakteristika nejčastějších projevů stresové reakce a výčet možností prevence stresu či copingových strategií. V neposlední řadě je součástí teoretické části diplomové práce specifikace terciárního vzdělávání a výčet možných stresorů, které mohou na studenty vysokoškolských bakalářských programů během studia působit.

Praktická část je zaměřena na rozbor výsledků z kvantitativního výzkumu realizovaného formou dotazníkového šetření. Jeho hlavním cílem je zjistit, co patří mezi nejčastější zdroje stresu u studentů bakalářských studijních oborů, jaký vliv má vzniklý stres na jejich studijní výsledky a jaká preventivní opatření a způsoby zvládnání stresu vybraní respondenti realizují.