

Stresové situace jsou neodmyslitelnou součástí života. Dle rakouského filozofa K. R. Poppera by se dal život vymezit jako neustálé řešení problémů. Zatímco přiměřená zátěž má na člověka vliv pozitivní, zátěž nepřiměřená může vyústit v krizi. Krize sice skýtá také svá pozitiva (v případě, že je překonána a situace následně obohacuje životní zkušenosti jedince), nese však s sebou významná rizika. Neschopnost krizi uspokojivě vyřešit se projevuje jejím přechodem do chronické fáze. Ta se vyznačuje sníženou schopností jedince řešit další náročné životní situace, sníženou adaptabilitou a možným narušením duševní rovnováhy. Pozitivní vliv na vyrovnávání se s krizí mají různé psychosociální faktory, např.: sociální opora, možnost ventilace emocí, schopnost nalézt v krizi nějaký smysl, zkušenosti s předchozími stresory aj.

Má práce se snaží přispět ke zmapování možných stresových situací u studentů šestiletých gymnázií ve věku 16 až 18 let. Jejím cílem je zjistit možné souvislosti mezi různými sociálními faktory a zvládnutím stresu. Proto jsem pro svůj průzkum vybrala skupiny respondentů, které se vzájemně liší některými sociálními faktory: církevní pražské gymnázium, dvojjazyčné třídy pražského gymnázia, běžné třídy pražského gymnázia a běžné třídy mimopražského gymnázia z malého města v Severomoravském regionu.