STRESORY NA PRACOVIŠTI A JEJICH DŮSLEDKY

Lukáš Krejčí

České vysoké učení technické v Praze

Masarykův ústav vyšších studií

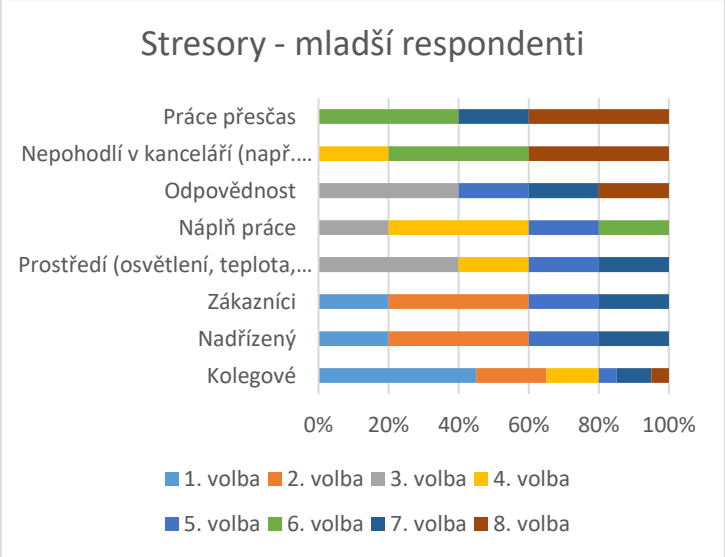
Vedoucí práce: PhDr. Lenka Emrová, Ph.D. Rok: 2023

ABSTRAKT

Bakalářská práce se zabývá faktory stresu na pracovišti (tzv. stresory). Cílem práce je analýza stresu u zaměstnanců. Práce bude zaměřena na to, jaké stresory jsou pro pracovníky nejvýznamnější, jak se u nich stres projevuje a jaké využívají copingové strategie. Cílem bude zjistit rozdíly mezi příslušníky mladší a starší generace v těchto otázkách. Výzkumnou metodou je dotazník. Teoretická část se zabývá definicí stresu, faktory stresu na pracovišti a jejich zvládání. Zkoumány jsou také následky stresu na jedincích. V praktické části je charakterizována analýza výstupů z dotazníku.

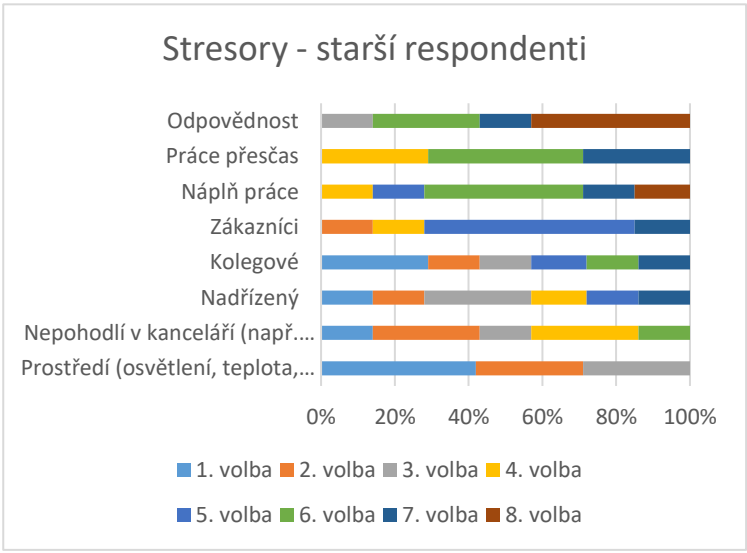
ABSTRACT

The bachelor's thesis deals with stress factors in the workplace (so-called stressors). The topic is topical, as nowadays we encounter stress in any job position almost every day. The aim of the thesis is to find out whether there are significant differences in the perception of stress between older and younger individuals. The research method is a questionnaire. The theoretical part deals with the definition of stress as such and the factors of stress in the workplace and their management. The consequences of stress on individuals are also investigated. In the practical part, the analysis of the outputs from the questionnaire is characterized.



VÝZKUMNÉ OTÁZKY:

1. Jaké stresory se na u zaměstnanců na vybraných odborech vyskytují?
2. Existují rozdíly mezi vnímáním stresu u mladších a starších jedinců?
3. Jaké příznaky stresu se u zaměstnanců objevují?

CÍL PRÁCE

Cílem bakalářské práce je prozkoumat stresory na zvoleném pracovišti v rámci několika odborů na jednom městském úřadě v Praze, posoudit jejich intenzitu a jak často se objevují u zaměstnanců. V neposlední řadě je cílem navrhnout různá řešení, která by mohla vést ke snížení či eliminaci daných stresorů.