

POSUDOK OPONENTA HABILITAČNEJ PRÁCE

Téma habilitačnej práce:

ZDRAVOTNÉ CIELE, ÚLOHA SEBAREGULÁCIE A STAROSTLIVOSTI O SEBA.

Autor: Mgr. Monika Hricová, PhD.

Oponent: Prof. PhDr. Jozef Výrost, DrSc.

Predložená práca sa zameriava na prienik dvoch významných oblastí psychologického výskumu, motivácie a sebaregulácie, v projekcii do špecifickej oblasti psychológie zdravia a preventívneho správania. Základnou otázkou, na ktorú sa autorka snaží vo svojich výskumných aktivitách nájsť odpoveď je predpoklad, že sebaregulácia v zmysle starostlivosti o seba môže zohrávať/zohráva významnú úlohu v procese dosahovania cieľov – v tomto prípade v oblasti udržania dobrého zdravotného stavu a efektívnej prevencie onemocnení. **Pozitívne** možno hodnotiť skutočnosť, že jej výskumná práca v desaťročnej perióde tvorila súčasť 4 úspešne realizovaných projektov VEGA (3) a APVV (1), a je syntézou odbornej reflexie výskumníčky a zároveň klinickej psychologičky, realizujúcej prax v nemocničnom zariadení.

Rukopis predstavuje **ucelený súbor pohľadov** na zvolenú problematiku a súčasný stav informačnej bázy. Zameriava sa teda na niekoľko, z hľadiska témy dominantných otázok, čomu zodpovedá aj členenie textu:

Prvé dve časti práce sú venované, pre autorkinu tému kľúčovým, dvom psychologickým konceptom: cieľom a sebaregulácii. Habilitantka v nich **preukázala dobrú orientáciu a široký prehľad** o súčasnom stave poznania, čo dokumentuje aj

zoznam použitej literatúry, a dokázala sklbiť občas kontradiktorické názory a zistenia do zmysluplného celku. Prezentácia rôznorodých koncepcií v jej podaní nie je samoučelná, v jej snažení zreteľne vidieť snahu o syntézu stavu poznania, chápanú v jej uvažovaní ako nutný predpoklad pre formuláciu vlastných výskumných zámerov.

Ďalšie dve časti práce tvoria dva výskumy, ktoré odzrkadľujú zámer autorky sústrediť sa na vybranú fázu sebaregulačného procesu, ktorú predstavuje proces dosahovania vytýčených cieľov. V prvom výskume sa sústredila na hľadanie odpovede na otázky, ktoré atribúty cieľa sú určujúce pri dosahovaní zdravotných cieľov. Druhý výskum sa koncentroval na otázky prekonávania prekážok pri dosahovaní cieľov a procesy zvládania. Prezentovaný štýl vyťažovania, elaborácie empirických dát, ako aj úroveň ich interpretácie dokumentujú skutočnosť, že autorka je **rozhľadenu a skúsenou vedeckou pracovníčkou**.

Záver práce predstavuje samostatná kapitola, ktorá rieši otázku možnosti aplikácie výskumných zistení v praxi v rámci všeobecnej ako i cielenej psychologickkej intervencie.

Po preštudovaní práce môžem konštatovať, že k rukopisu **nemám pripomienky zásadného charakteru**. Zaiste bolo by možné podrobnejšie sa zahĺbiť do obsahu jednotlivých častí predloženej práce a pokračovať v diskusii o parciálnych otázkach, resp. pokúsiť sa o ich doplnenie niektorými ďalšími informáciami. Vo vzťahu k zmyslu tohto posudku to však nepovažujem za účelné. Z môjho pohľadu je zrejmé, že v prípade habilitantky ide o **zrelú osobnosť**, ktorú charakterizuje hlboký

a dlhodobý záujem o vedeckú, pedagogickú i praktickú psychologickú činnosť. Osobitne možno oceniť snahu kolegyne o skĺbenie akademickej kariéry s pôsobením v praktickom, psychologický servis poskytujúcom zariadení – musím dodať, že v poslednom období akoby sa v akademickom prostredí pozabúdalo na tento historicky osvedčený imperatív garancie odbornosti v psychologickú profesii.

Záver

Na základe uvedených skutočností môžem konštatovať, že predložený text habilitačnej práce **Mgr. Moniky Hricovej, PhD.** „Zdravotné ciele, úloha sebaregulácie a starostlivosti o seba.“ **spĺňa obsahové a vecné požiadavky,** uplatňované na výstupy tohto druhu. Vzhľadom k tomu ju odporúčam k ďalšiemu konaniu a po úspešnej obhajobe **navrhujem udeliť vedecko-pedagogický titul docent** odbore *3.1.13. sociálna psychológia a psychológia práce.*

V Košiciach, 19.12.2019

prof. PhDr. Jozef Výrost, DrSc.