

I. THEORETISCHER TEIL	9
1. Einleitung	9
2. Stress, Stressbewältigung und Gesundheit: theoretische Konzeptionen und bisherige Forschung	16
2.1 Individuumsbezogene Theorien und Forschung zu Stress, Stressbewältigung und Gesundheit	16
2.1.1 Der Stressbegriff in Wissenschaft und Alltag	16
2.1.2 Grundlegende Stressmodelle	18
2.1.2.1 Reizzentrierte Stressmodelle	19
2.1.2.2 Reaktionszentrierte Stressmodelle	20
2.1.2.3 Transaktionale Stressmodelle	23
2.1.3 Stress aus gesundheitspsychologischer Perspektive	25
2.1.3.1 Gesundheit: Begriff und Allgemeines	25
2.1.3.2 Die Gesundheitspsychologie	26
2.1.4 Stressbewältigung	34
2.2 Stress, Stressbewältigung und Gesundheit bei der Arbeit	45
2.3 Stress, Stressbewältigung und Gesundheit in der Partnerschaft	49
2.4 Stress, Stressbewältigung und Gesundheit in der Familie	56
2.5 Systemübergreifende Betrachtungen von Stress und Gesundheit: bisherige Forschungsansätze und Befunde	60
2.5.1 Allgemeines	60
2.5.2 Forschungsbefunde zu lebensbereichübergreifenden Effekten	61
2.6 Theoretischer Hintergrund der Studie: das "Multisystem Assessment of Stress and Health (MASH)"-Modell	68
II. EMPIRISCHER TEIL	73
3. Methodik	73
3.1 Das Projekt "Gesundheit und Stress"	73
3.2 Zielsetzung und Fragestellungen	73
3.3 Untersuchungsdurchführung und Stichprobe	74

3.4 Erhebungsinstrumente	75
3.4.1 Der Fragebogen "Gesundheit und Streß"	75
3.4.2 Der "16-Persönlichkeits-Faktoren-Test-R"	79
3.4.3 Das "NEO-Fünf-Faktoren-Inventar (NEO-FFI)"	80
3.4.4 Die "Paarklimaskalen"	81
3.5 Methodisches Vorgehen	81
4.1 Psychometrische Qualitäten: Item- und Skalenkennwerte	83
4.1.1 Kennwerte der Items, Skalenreliabilitäten, arithmetische Mittelwerte und Standardabweichungen der Skalen	84
4.1.2 Häufigkeitsverteilungen der Skalen	89
4.2 Inhaltliche Struktur des <i>Gesundheit und Streß</i>-Fragebogens:	
Interkorrelationen und Faktorenanalysen der Skalen	90
4.2.1 Zusammenhänge innerhalb der Lebensbereiche: Interkorrelationen und Faktorenanalysen der Skalen	90
4.2.2 Zusammenhänge zwischen den Lebensbereichen: Skaleninterkorrelationen	97
4.3 Vergleiche zwischen ost- und westdeutschen Frauen und Männern	100
4.3.1 Vergleiche zwischen den Geschlechtern	100
4.3.2 Vergleiche zwischen Ost- und Westdeutschen	102
4.3.3 Gruppenvergleiche mit den beiden Faktoren Geschlecht und West-Ost	105
4.4 Körperliche Gesundheit, emotionales Wohlbefinden und Lebenszufriedenheit: Ergebnisse von Korrelations- und Regressionsanalysen	107
4.4.1 Korrelate der körperlichen Gesundheit, des emotionalen Wohlbefindens und der Lebenszufriedenheit	108
4.4.2 Prädiktion von körperlicher Gesundheit, emotionalem Wohlbefinden und Lebenszufriedenheit	114
4.5 Streß- und gesundheitsbezogene Gruppenprofile	119
4.5.1 Profile der lebensbereichübergreifenden Streßübertragung	119
4.5.2 Profile der 10 % Gesündesten (hinsichtlich Persönlichkeit, Arbeitsleben, Partnerschaft und Familie)	123
4.5.3 Profile von Subgruppen mit unterschiedlichen Kombinationen von persönlichen "Streß"- und "Ressourcen"-Niveaus	130

III. SCHLUSSBETRACHTUNG	142
5. Diskussion	142
5.1 Diskussion der psychometrischen Qualitäten des Fragebogens <i>Gesundheit und Stress</i>	142
5.2 Diskussion der inhaltlichen Struktur des Fragebogens <i>Gesundheit und Stress</i>	143
5.2.1 Diskussion der Skalenzusammenhänge innerhalb der Lebensbereiche	144
5.2.2 Diskussion der Skalenzusammenhänge zwischen den Lebensbereichen	145
5.3 Diskussion der Vergleiche zwischen ost- und westdeutschen Frauen und Männern	147
5.3.1 Diskussion der Vergleiche zwischen Frauen und Männern	148
5.3.2 Diskussion der Vergleiche zwischen Ost- und Westdeutschen aus allgemeiner und geschlechtsspezifischer Perspektive	151
5.4 Diskussion der Korrelate und Prädiktion von Lebenszufriedenheit, emotionalem Wohlbefinden und körperlicher Gesundheit	155
5.5 Diskussion der Gruppenprofile	158
5.5.1 Diskussion der Profile der lebensbereichübergreifenden Stressübertragung	158
5.5.2 Diskussion der Profile der Gesündesten	160
5.5.3 Diskussion der Vergleiche von Subgruppen mit unterschiedlichen Kombinationen von persönlichen Stress- und Ressourcenniveaus	163
6. Ausblick	175
7. Zusammenfassung	178
Literaturverzeichnis	181