

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