

Inhaltsverzeichnis

Zusammenfassung	13
1. Einleitung	15
2. Theoretischer Hintergrund	21
2.1 Die Stresskomponente	21
2.1.1 Der Stressbegriff	22
2.1.2 Stress- die physiologische Perspektive	23
2.1.3 Stress- die kognitiv-psychologische Perspektive	26
2.2 Die Leistungskomponente	31
2.2.1 Objektive Leistung	32
2.2.2 Subjektive Leistung	34
2.3 Stress und Leistung	38
2.4 Das Konstrukt der Sozialen Unterstützung	42
2.4.1 Formen sozialer Interaktion	42
2.4.2 Die Theorie des sozialen Vergleichs	45
2.5 Stress und soziale Unterstützung	49
2.6 Stress, Leistung und der Einfluss anderer Personen	67
2.7 Ableitung der Fragestellung	74
3. Experiment I	77
3.1 Einleitung	77
3.2 Methode	83
3.2.1 Stichprobe	83
3.2.2 Erhebungsinstrumente	83
3.2.3 Untersuchungsablauf	89
3.3 Ergebnisse	93
3.4 Diskussion Experiment I	101

3.5 Ableitung der Fragestellung für Experiment II	107
4. Experiment II	109
4.1 Einleitung	109
4.2 Methode	112
4.2.1 Stichprobe	112
4.2.2 Erhebungsinstrumente	112
4.2.3 Untersuchungsablauf	121
4.3 Ergebnisse	125
4.4 Diskussion Experiment II	138
4.5 Ableitung der Praxisstudie	147
5. Praxisstudie	149
5.1 Praxisansätze zur Prävention von Stress und Burn-out	149
5.2 Einleitung	152
5.3 Methode	155
5.3.1 Stichprobe	155
5.3.2 Erhebungsinstrumente	155
5.2.3 Untersuchungsablauf	161
5.4 Ergebnisse	163
5.5 Diskussion der Praxisstudie	168
6. Gesamtdiskussion	175
7. Literaturverzeichnis	185
8. Anhang	199