

**13.2.2026****Author**

PRÜSS, Kim Leoni

**Title**

Stressbelastung und Stressbewältigung von Lehramtsstudierenden im Vergleich mit anderen Studierenden und berufstätigen Lehrkräften / Kim Leonie Prüß

**Publisher**

Hamburg : Kovac, 2014

**Collation**

234 S. : graph. Darst

**Publication year**

2014

**Series**

(Schriftenreihe Studieren zur Stressforschung ; 37)

**ISBN**

978-3-8300-8177-7

**Source/Footnote**

Zugl.: Braunschweig, Techn. Univ., Diss., 2014

**Inventory number**

78783

**Keywords**

Lehrerbildung : allgemein ; Lehrer : allgemein ; Studentenschaft : Studienverhalten ; Studentenschaft : gesundheitliche Lage

**Abstract**

Stressbelastungen und die entsprechenden psychosomatischen Folgen nehmen in der Bevölkerung zu. Stressbewältigungsstrategien wird in diesem Kontext eine besondere Rolle zugesprochen, da sie als

**13.2.2026**

relevant für das Ausmaß der tatsächlichen Belastung jedes Einzelnen gelten. Vor allem Lehrerinnen und Lehrer sind seit vielen Jahren in den Fokus der psychologischen und medizinischen Fachdiskussion zum Thema Stress und Stressbewältigung geraten, da sie als besonders stressanfällig gelten. Auch Studierende fallen immer häufiger aufgrund hoher psycho-somatischer Belastung auf. In der vorliegenden Untersuchung wird der Frage nachgegangen, ob sich Lehramtsstudierende von anderen Studierenden durch ein höheres Stresserleben mit psycho-somatischen Symptomen und ungünstigeren Strategien zur Bewältigung von Stress unterscheiden. Um dieser Frage nachzugehen, wurden Daten zur Höhe des chronischen Stresses, zu psychosomatischen Beschwerden, Depressivität, Burnout, Selbstwirksamkeit, Perfektionismus und individuellen Stress-bewältigungs-strategien bei Studierenden und Lehrkräften erhoben. Die vorliegenden Ergebnisse bestätigen eine grundsätzlich hohe Belastung bei den Studierenden insgesamt. Die Lehramtsstudierenden fallen durch eine vergleichsweise noch höhere Belastung auf. Darüber hinaus nutzen sie häufiger dysfunktionale Stressverarbeitungsstrategien, welche sich wiederum für das Stresserleben mit den entsprechenden Symptomen als besonders bedeutsam herausstellen lassen. Aber auch die Relevanz von Selbstwirksamkeit und Perfektionismus für das Stresserleben zeigt sich für alle untersuchten Gruppen deutlich. (HRK / Abstract übernommen)

**Signature**

L 04 PRUE