



Friedstraße 23, A-1210 Wien
Tel.: +43/1/263 23 12-0 Fax: -20
office@bildungsmanagement.at
<http://www.bildungsmanagement.at>



Masterlehrgang „COACHING & ORGANISATIONSENTWICKLUNG“

Abschluss im Juni 2009

Stress und Coaching.

Selbsteinschätzung, medizinische Stresstestergebnisse und Persönlichkeit.

Mag.^a Ilka Grach

ilka.grach@systempaedagogik.at

Zusammenfassung:

Die vorliegende qualitative Untersuchung von Fällen aus der Coachingpraxis im Bereich der Gesundheitsvorsorge bzw. der Stressprävention fokussiert Merkmale der Persönlichkeit der Klienten, die in Zusammenhang mit Stresserleben und Stressbewältigung von grundlegender Bedeutung sind. Persönlichkeitstheorien aus der Psychologie, Ergebnisse aus dem Bereich der Resilienzforschung und das Modell der Salutogenese unterstützen die Hypothese, dass bestimmte Persönlichkeitsmerkmale die Bewältigungsfähigkeit fördern und dass deren Entwicklung von außen unterstützt werden kann. Diese Ergebnisse stellen wichtige Informationen für beratende Berufe dar.

Abstract:

The given qualitative analysis of coaching- case- studies in the health care sector respectively the stress- prevention focuses on personality traits of clients, who are of fundamental meaning in relation to stress- experience and coping. Psychological theories of personality, results in the field of resilience research and the model of salutogenesis support the hypothesis, that certain personality traits raise the coping skills and that their development can be supported externally. These results are important informations for all consultative jobs.