

Geschlechtstypische Streßreaktionen in sozialpsychologischer und gesundheitspsychologischer Perspektive

Sieverding, M. (Berlin)

Kommen Männer und Frauen in Situationen, die für sie in ähnlicher Weise belastend sind, zeigen sich Unterschiede nicht unbedingt in der Stärke, wohl aber in der Art der Streßreaktionen. Während in subjektiven Reaktionen sowie in Ausdrucksvariablen Frauen im allgemeinen stärker reagieren, zeigen Männer in einer Reihe von somatischen Indikatoren stärkere Reaktionen. Über gesundheitliche Folgen solcher geschlechtstypischer Reaktionen ist bisher erst wenig bekannt. Es wurde in diesem Zusammenhang die These aufgestellt, daß die physiologischen Kosten der Anpassung für Männer größer seien, die psychologischen Kosten jedoch größer für Frauen. In einer Laborstudie wurden 90 Männer und Frauen in eine realitätsnahe Streßsituation gebracht, in der verschiedene Aufgaben bewältigt werden mußten, wie sie typisch für Bewerbungssituationen sind. Verschiedene Streßindikatoren wurden erhoben: Selbsteinschätzungen, physiologische Daten sowie Fremdbeurteilung von Videoaufnahmen. Die gefundenen Geschlechtsunterschiede in den Streßreaktionen bestätigen weitgehend vorliegende Befunde aus der Streßforschung. Frauen schätzen sich selbst als deutlich gestreßter ein, wogegen bei den Männern eine deutlich höhere Diskrepanz zwischen physiologischen und subjektiven Streßreaktionen auffällt. Es wird diskutiert, inwiefern Geschlechterrollenerwartungen diese Unterschiede erklären können, wobei insbesondere auf Selbstkonzeptvariablen eingegangen wird. Abschließend werden unter Bezug auf die eigenen Daten verschiedene Thesen vorgestellt, die einen Zusammenhang zwischen geschlechtstypischer Streßverarbeitung und Gesundheit postulieren.