



22	Schichtarbeit							
23	Arbeitsplatzunsicherheit							
<b>private (äußere) Stressoren</b>								
24	Autofahrt/öffentl. Nahverkehr in der Stoßzeit (Stau etc.)							
25	Einkaufen in der Stoßzeit							
26	Ärztliche Untersuchungen (auch mit Angehörigen)							
27	emotionale/psychische Probleme naher Angehöriger							
28	schwere Krankheiten in der Familie/im privatem Umfeld							
29	schlechte Work-Life-Balance							
30	Krankheitsfall in der Familie							
31	Hausarbeit							
32	Probleme mit Auto, Haus etc.							
33	finanzielle Probleme							
34	Trennung vom (Ehe-)Partner/von der Familie							
35	Dauerhafte kleine Alltagsprobleme (störende Dinge)							
36	Dauererreichbarkeit durch Digitalisierung							
<b>bio-psycho-soziale (innere) Stressfaktoren</b>								
37	Rauchen				keine Angabe notwendig			
38	Alkoholkonsum				keine Angabe notwendig			
39	ungesunde Ernährung				keine Angabe notwendig			
40	Bewegungsmangel				keine Angabe notwendig			
41	Drogenkonsum				keine Angabe notwendig			
42	fehlende soziale Kontakte							
43	Konflikte mit nahen Angehörigen							
44	Konflikte mit dem Freundeskreis							
45	eigene chronische und schwerwiegende Erkrankungen							
46	Fehlende Erholungszeiten							
47	sonstige Misserfolge							
48	überzogene Anspruchshaltung gegenüber sich selbst							
49	hohe Erwartungen an das Umfeld (Perfektionismus)							
50	Unzufriedenheit/Sorgen/Zukunftsängste							
<b>Durchschnitt (Anzahl der Werte durch bewertete Kategorien):</b>								