

OBSAH

Úvod	11
1. Stres	14
1.1 Stresory.....	19
1.1.1 Nedostatek životního smyslu jako stresor.....	22
1.1.2 Syndrom vyhoření.....	25
1.2 Nejčastější stresové situace	33
1.2.1 Špatná komunikace	33
1.2.2 Stres a alkohol	34
1.2.3 Stres a práce.....	36
1.2.4 Pedagogické povolání jako zdroj stresu	37
1.3 Jak se lidé dostávají do stresu.....	38
1.4 Původ konfliktů.....	44
1.5 Zvládání stresu.....	45
2. Nemoci, při jejichž vzniku může působit stres.....	50
2.1 Psychosomatika	50
3. Adolescence	55
3.1 Tělesný vývoj v adolescenci	56
3.2 Láska a sexualita dospívajících.....	57
3.3 Mravní vývoj v adolescenci.....	58
3.4 Rodina kontra adolescent.....	60
3.5 Hledání vlastní identity.....	63
3.6 Faktory uplatňující se při práci zdravotní sestry.....	69

4. Výzkum souvislosti osobnostních rysů a stresových faktorů u středoškolské mládeže	70
4.1 Výběr a použité metody.....	71
4.2 Charakteristika zkoumaného vzorku	74
4.3 Výsledky výzkumu.....	75
4.4 Diskuse	85
Závěr	91
Seznam použité literatury.....	94
Resume	98