

# Stressoren

## **Soziale Stressoren**

(u. a. Mobbing, Trennung, Streit)

## **Psychische Stressoren**

(u. a. Über-/Unterforderung, Zeitmangel, Prüfungen)

## **Physische Stressoren**

(Lärm, Hunger, Krankheiten, körperliche Arbeit)

# Sinnesorgane

u. a. Optisch

Akustisch

Taktil

Kinästhetisch

Gehirn

Sympathikus

Nebennieren-  
rinde

Adrenalin

# Organ- systeme