



universität
wien

Diplomarbeit

Titel der Arbeit

Die Bedeutung von Stress und individueller sowie dyadischer Stressbewältigung für die Güte einer Partnerschaft

Verfasserin

Jasmin Celikbas

Angestrebter akademischer Grad

Magistra der Psychologie (Mag. rer. nat.)

Wien, im März 2009

Studienkennzahl: A 298

Studienrichtung: Psychologie

Betreuer: Ass.-Prof. Dr. Harald Werneck

Danksagung

An dieser Stelle möchte ich all jenen Personen meinen Dank aussprechen, die mich direkt oder indirekt bei der Diplomarbeit unterstützt haben.

Zunächst möchte ich mich bei Ass.-Prof. Dr. Harald Werneck für die Betreuung meiner Diplomarbeit und für sein Interesse an meinem Forschungsthema bedanken. Er bekräftigte mich stets hinsichtlich meines Forschungsvorhabens und stand mir für Fragen jederzeit zur Verfügung.

Besonders danken möchte ich meiner Familie, die mich während meiner gesamten Studienzeit sowohl in materieller, wie auch in emotionaler Hinsicht sehr unterstützt hat. Das Wissen um diesen Rückhalt hat mir in jeglicher Beziehung geholfen.

Ich danke auch meinem Partner Wolfgang, der mir bei technischen Fragen mit Rat und Tat zur Seite stand.

Nur durch das Engagement meiner Eltern war es möglich so viele Paare für die Teilnahme an der Studie zu gewinnen. Dafür gebührt ihnen besonderer Dank.

Herzlichen Dank auch an all jene, die sich Zeit genommen haben, meinen Fragebogen auszufüllen und sich an meiner Untersuchung interessiert gezeigt haben. Dies hat mich in meiner Arbeit sehr motiviert.

Ausdrücklich bedanken möchte ich mich noch bei meiner Mutter und meiner langjährigen Freundin Bianca K. für das Korrekturlesen der Arbeit.

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	1
2. Theoretischer Teil	3
2.1 Partnerschaft	3
2.1.1 Was ist eine Partnerschaft?	3
2.1.2 Wandel im Bild von Ehe und Partnerschaft	4
2.1.3 Formen von Partnerschaften	4
2.1.4 Begriffsklärung: Partnerschaftsqualität, -zufriedenheit und -stabilität	5
2.1.5 Erfolgsbedingungen von Paarbeziehungen	6
2.1.5.1 Austausch- und Investitionstheorien	6
2.1.5.2 Lern- und verhaltenstheoretische Ansätze	8
2.1.5.3 Bindungstheoretische Erklärungsansätze	11
2.1.5.4 Belastungs-Bewältigungs-Modelle	13
2.2 Stress und Stressbewältigung.....	15
2.2.1 Was versteht man unter Stress?.....	15
2.2.2 Daily Hassles.....	16
2.2.3 Stressbewältigung/ Coping	17
2.3 Dyadische Stress- und Copingkonzeptionen	18
2.3.1 Stress im Kontext von Paarbeziehungen	18
2.3.2 Beziehungsbezogenes Coping von Coyne und Smith.....	19
2.3.3 Empathisches Coping von DeLongis und O'Brien.....	20
2.3.4 Der Ansatz des dyadischen Copings von Bodenmann.....	21
2.3.4.1 Der Stressprozess in Partnerschaften	22
2.3.4.2 Dyadisches Coping.....	24
2.3.4.3 Formen des positiven dyadischen Copings.....	25
2.3.4.4 Formen des negativen dyadischen Copings	26
2.3.4.5 Abgrenzung von dyadischem Coping zu sozialer Unterstützung.....	27
2.3.4.6 Funktionen dyadischen Copings.....	28
2.4 Die Bedeutung von Stress für die Partnerschaft	29
2.4.1 Wirkmechanismen von Stress	29
2.4.2 Empirische Befunde zur Bedeutung von Stress für die Partnerschaft	31
2.5 Die Bedeutung der Stressbewältigung für Partnerschaften.....	36
2.5.1 Empirische Befunde zu individuellem Coping und Partnerschaft	36
2.5.2 Empirische Befunde zu dyadischem Coping und Partnerschaft	38
2.6 Sexualität	41
2.6.1 Was ist Sexualität?	41
2.6.2 Sexuelle Zufriedenheit gleich glückliche Partnerschaft?	42
2.6.3 Die Bedeutung von Stress für die Sexualität in einer Partnerschaft	43
3. Empirischer Teil.....	47
3.1 Fragestellungen und Hypothesen	47
3.2 Untersuchungsplan und –durchführung.....	51
3.3 Erhebungsinstrumente.....	51

3.3.1	Trierer Inventar zum chronischen Stress (TICS).....	51
3.3.2	Stressverarbeitungsfragebogen (SVF 78)	52
3.3.3	Fragebogen zur Erfassung von Daily Hassles	54
3.3.4	Partnerschaftsfragebogen (PFB).....	56
3.3.5	Dyadisches Coping Inventar (DCI)	57
3.3.6	Fragebogen zur Lebenszufriedenheit	59
3.3.7	Selbstentworfenen Zusatzfragen.....	59
3.4	Stichprobe	60
3.4.1	Soziodemographische Merkmale der Stichprobe	60
3.4.2	Stichprobenbeschreibung hinsichtlich der erhobenen Variablen.....	63
3.4.2.1	Ergebnisse in der Screeningskala (SSCS) des TICS	63
3.4.2.2	Ergebnisse im Stressverarbeitungsfragebogen (SVF 78)	63
3.4.2.3	Ergebnisse im Fragebogen zur Erfassung von Daily Hassles.....	64
3.4.2.4	Ergebnisse im Partnerschaftsfragebogen (PFB).....	65
3.4.2.5	Ergebnisse im Dyadischen Copinginventar	66
3.4.2.6	Ergebnisse im Fragebogen zur Lebenszufriedenheit (FLZ)	67
3.4.2.7	Ergebnisse bezüglich der selbst entworfenen Zusatzfragen.....	67
3.5	Beschreibung der verwendeten Auswerteverfahren	67
3.6	Ergebnisse der inferenzstatistischen Hypothesenprüfung.....	71
3.6.1	Bedeutung des Stressausmaßes für die Partnerschaft.....	71
3.6.2	Stressausmaß und verschiedene Bereiche der Partnerschaftsqualität	74
3.6.3	Prädiktoren der Partnerschaftsqualität	75
3.6.4	Verschiedene dyadische Copingformen und Partnerschaftsqualität	77
3.6.5	Fairness beim supportiven dyadischen Coping und Partnerschaftsqualität	81
3.6.6	Geschlechtsunterschiede in Stressausmaß und Coping.....	83
3.6.7	Sexualität und Stress	85
3.7	Interpretation und Diskussion der Ergebnisse	87
3.7.1	Implikationen für die Praxis	95
3.7.2	Kritik und Desiderata.....	96
4.	Zusammenfassung.....	99
5.	Literaturverzeichnis	101
6.	Anhang.....	111
6.1	Stressausmaß und Partnerschaftsqualität.....	111
6.2	Stressausmaß und Partnerschaftszufriedenheit	114
6.3	Stressausmaß und Kommunikation.....	117
6.4	Stressausmaß und Streitverhalten	117
6.5	Prädiktoren der Partnerschaftsqualität	118
6.6	Partnerschaftsqualität und dyadische Copingformen.....	122
6.7	Equity bei supportivem Coping.....	126
6.8	Zufriedenheit mit Unterstützung des Partners.....	128
6.9	Geschlechtsunterschied in der Stresskommunikation	129
6.10	Geschlechtsunterschied bei negativem individuellen Coping.....	131

6.11	Geschlechtsunterschied im Stressausmaß	132
6.12	Stressausmaß und sexuelle Zufriedenheit	133
6.13	Lustempfinden während stressiger Zeiten	133
6.14	Wichtigkeit des Sexuallebens für Partnerschaft	135
6.15	Fragebogen (Frauenversion)	136
6.16	Fragebogen (Männerversion).....	154
Abbildungsverzeichnis		173
Tabellenverzeichnis		173
Curriculum Vitae.....		175

1. Einleitung

Wie Partnerschaften gelingen und welche Bedingungen zum Scheitern von Beziehungen führen, sind Themen, mit denen sich fast jeder auf eine gewisse Art und Weise im Laufe des Lebens beschäftigt. Eine intime Partnerschaft hat für die meisten Menschen einen sehr hohen Stellenwert und große Bedeutung für die Lebenszufriedenheit, da eine intakte Partnerschaft eine wichtige Ressource für den Erhalt von physischem und psychischem Wohlbefinden darstellt (vgl. Hahlweg & Baucom, 2008; Schütz & Wiesner, 2000). Dementsprechend wichtig erscheint es wissenschaftliche Erkenntnisse über Faktoren, die die Partnerschaftsqualität und –zufriedenheit beeinflussen, zu erweitern (vgl. Bodenmann, 2001). In der vorliegenden Arbeit soll dazu ein Beitrag geleistet werden, indem untersucht wird, welche Bedeutung der Faktor Stress (im Sinne von Distress) für die Qualität einer Paarbeziehung, insbesondere für den Bereich Sexualität, hat und welche Rolle dabei die Stressbewältigung auf individueller und dyadischer Ebene spielt.

Anstoß für die hier dargestellte Forschungsarbeit war der Umstand, dass innerhalb der Paarforschung einseitig Kommunikations- und Problemlösekompetenzen für das Funktionieren einer Beziehung in den Mittelpunkt gestellt werden und andere Aspekte, wie die Fähigkeit zur gemeinsamen Stressbewältigung, vernachlässigt werden. Außerdem scheinen Partnerschaften heutzutage einem immer höheren Ausmaß an Stress ausgesetzt zu sein, so dass dieser Aspekt zunehmend an Bedeutung gewinnt.

Stress ist ein sehr populärer Terminus, der in unserer Gesellschaft meist im Sinne von Belastung verstanden wird und somit negativ konnotiert ist. Menschen sprechen im Allgemeinen oft davon „gestresst“ zu sein oder „unter Stress“ zu stehen. Es macht den Anschein, als sei es eine Art kollektives Lebensgefühl, das selbstverständlich zum modernen Lebensalltag gehöre. Personen, die kaum Stress haben, werden im Zeitalter der Leistungsgesellschaft schnell als träge und untätig hingestellt, obwohl auf die negativen Folgen von Stress für Körper und Seele immer wieder aufmerksam gemacht wird. Welche Gefahr Stress allerdings für eine Paarbeziehung, vielleicht die wichtigste zwischenmenschliche Beziehungsform, darstellt, ist wenigen bewusst. In den letzten Jahren machten Paarforscher, allen voran Guy Bodenmann, darauf aufmerksam, dass Stress einer der größten Risikofaktoren für Beziehungen ist. So betont Bodenmann (2000a), dass eine Beziehung durch eine länger andauernde Stressexposition heimlich und lange Zeit unbemerkt unterminiert wird. Moderierend auf diesen Prozess einwirken kann allerdings die Art und Weise, wie ein Paar mit Stress umgeht. Insofern spielen

individuelle und dyadische Copingressourcen eine zentrale Rolle. Stressbewältigung wird erst seit den 90er Jahren im sozialen Kontext bzw. auf Paarebene analysiert, so dass es sich beim dyadischen Coping um ein relativ junges Konzept handelt, das weiterer empirischer Analysen bedarf.

Der theoretische Teil dieser Arbeit liefert einen Überblick über die wichtigsten theoretischen Annahmen bezüglich der Determinanten des Partnerschaftserfolges. Insbesondere Modelle und empirische Befunde zu Stress und Coping bei Paaren werden umfassend behandelt, da diese den Explikationsrahmen für die hier dargestellte Arbeit bilden und daraus die entsprechenden Forschungsfragen abgeleitet werden.

Im empirischen Teil werden die Resultate der inferenzstatistischen Hypothesenprüfung präsentiert.

Anschließend werden die gefundenen Ergebnisse diskutiert und in die bestehende Forschung integriert. Auch Implikationen für die Praxis, die sich möglicherweise aus der Studie ergeben, werden angesprochen.

2.Theoretischer Teil

In diesem Teil der Arbeit wird zunächst darauf eingegangen, was unter einer Partnerschaft zu verstehen ist und welche verschiedenen Partnerschaftsformen unterschieden werden können. Zudem wird der Bedeutungswandel von Ehe und Partnerschaft thematisiert. Danach werden verschiedene theoretische Annahmen über Erfolgsbedingungen einer Partnerschaft dargelegt. Als nächstes wird Stress und Stressbewältigung auf individueller und dyadischer Ebene besprochen. Dabei wird schwerpunktmäßig behandelt, in welcher Art und Weise sich Stress auf die Partnerschaft auswirkt und welche Rolle dyadische Copingmechanismen dabei spielen. Im Zuge dessen werden zahlreiche empirische Befunde aus der Stress- und Copingforschung im Bereich der Partnerschaft dargestellt. Im letzten Abschnitt wird darauf eingegangen, welche Bedeutung Stress für die sexuelle Zufriedenheit eines Paares hat.

2.1 Partnerschaft

Es wird zunächst eine Begriffsklärung vorgenommen und der Wandel im Bild von Ehe und Partnerschaft angesprochen. Anschließend werden die Konstrukte Partnerschaftsqualität, -zufriedenheit und -stabilität besprochen und auf deren Determinanten eingegangen.

2.1.1 Was ist eine Partnerschaft?

Grössinger (2003) definiert die Paarbeziehung als „eine verbindliche Beziehung zwischen zwei, meist gegengeschlechtlichen Partnern, die sich zusammengetan haben, um ein Stück ihres Lebensweges gemeinsam zu gehen“ (S. 27).

Eine intime Partnerschaft zählt zu den wichtigsten Lebensbereichen eines Menschen. Sie kann Quelle für Lebensfreude sowie psychische Stabilität und somit eine zentrale Ressource für das Wohlbefinden eines Menschen sein (vgl. Hahlweg & Baucom, 2008). So weisen verheiratete Personen in Hinblick auf diverse chronische und akute Krankheiten eine niedrigere Morbiditäts- und Mortalitätsrate auf als unverheiratete Menschen, da sie über mehr materielle Ressourcen sowie mehr soziale Unterstützung verfügen und weniger schädliche Lebensgewohnheiten an den Tag legen (Umberson, 1992). Diese protektive Eigenschaft gilt jedoch nur für zufriedenstellende Partnerschaften.

Eine Beziehung, die durch destruktive Veränderungen gekennzeichnet ist, kann hingegen zu einer der schlimmsten Leidensquellen werden (Thurmaier, Engl & Hahlweg, 1999). Eine Metaanalyse von Kiecolt-Glaser und Newton (2001) zeigt in diesem Zusammenhang deutlich auf, dass Partnerschaftsstörungen signifikant mit einer höheren Prävalenzrate psychischer und somatischer Störungen der Partner (z.B. Depressionen, Angststörungen, Suizidalität, kardiovaskuläre Erkrankungen) einhergehen.

2.1.2 Wandel im Bild von Ehe und Partnerschaft

Die seit Jahren steigende Scheidungsrate in Verbindung mit der sinkenden Häufigkeit von Eheschließungen, sowie der Anstieg nicht ehelicher Lebensgemeinschaften, spiegeln eine Reihe von Wandlungsprozessen in Bezug auf Paar- und Familienbeziehungen wider, welche auf eine zunehmende gesellschaftliche Differenzierung, Liberalisierung und Individualisierung zurückzuführen sind (vgl. Amelang, Ahrens & Bierhoff, 1991; Nave-Herz, 2000; Schneewind, 1999). Die hohen Scheidungsraten sind laut Nave-Herz (1994) unter anderem durch die rechtliche Erleichterung der Scheidung, den Wertewandel, die Lockerung religiöser Normbindungen und durch die finanzielle Unabhängigkeit der Frau, sowie die soziale Akzeptanz von Scheidung und Alleinleben bedingt. Laut Österreichischem Institut für Familienforschung (2008) betrug die Gesamtscheidungsrate in Österreich im Jahr 2007 49,5 %.

Während die Ehe früher für die Betroffenen einen instrumentellen Charakter, in Form einer Wirtschafts- und Arbeitsgemeinschaft, aufwies, steht heute die emotional-affektive Komponente in Partnerschaften im Vordergrund. Paarbeziehungen unserer Zeit beruhen also wesentlich stärker auf romantischer Liebe, wobei Intimität und Sexualität als Basis fungieren (vgl. Nave-Herz, 2000). Liebe spielt somit bei der Partnerwahl heutzutage eine entscheidende Rolle (Bierhoff, 1991). Auf Grund des beschriebenen Funktionswandels sind die Ansprüche an Partnerschaften gestiegen. Viele Paare scheitern jedoch daran die hohen gegenseitigen Erwartungen zu erfüllen (Wicki, 1997).

2.1.3 Formen von Partnerschaften

Heute existiert eine Vielzahl von Partnerschaftsformen, wobei die Ehe als rechtlich legitimierte Partnerschaftsform und nicht-eheliche Lebensgemeinschaften (NEL) am häufigsten vorzufinden sind. Die Zahl der Paare, die unverheiratet zusammenleben, hat in den letzten Jahrzehnten stetig zugenommen, so dass diese Lebensform mittlerweile weitgehende gesellschaftliche Akzeptanz findet. Als weitere Formen des partnerschaftlichen Zusammenlebens sind Partnerschaften mit getrennten Haushalten zu

nennen, welche auch als „living-apart together“ (LAT) bezeichnet werden. Damit sind verheiratete oder unverheiratete Paare, mit oder ohne Kind, gemeint, die getrennt in verschiedenen Haushalten leben. Desweiteren sind gleichgeschlechtliche Partnerschaften anzuführen, welche nach wie vor im Vergleich zu heterosexuellen Paarbeziehungen, vor allem im juristischen Kontext, von Ungleichbehandlung betroffen sind (vgl. Bundesministerium für Umwelt, Jugend und Familie, 1999; Werneck & Werneck-Rohrer, 2000).

2.1.4 Begriffsklärung: Partnerschaftsqualität, -zufriedenheit und -stabilität

Über die Definition des Konstrukts Partnerschaftsqualität herrscht in der Literatur Uneinigkeit, da verschiedene Begriffe wie Partnerschaftsanpassung, -zufriedenheit, -erfolg und -glück existieren. Diese verschiedenen Begrifflichkeiten werden laut Heil (1991) und Hahlweg und Baucom (2008) unter dem Konzept der Partnerschaftsqualität subsumiert bzw. als Synonyme dafür verwendet, da die diagnostischen Instrumente zur Erfassung dieser Konzepte hoch miteinander korrelieren. Die Vielfalt der Begrifflichkeiten und Konzepte bringt den Nachteil, dass Studienergebnisse zum Teil nicht miteinander verglichen werden können (Wölfer, 2003). Ein elementares Problem der Paarforschung ist laut Heil (1991) die Bestimmung eines reliablen und validen Kriteriums für Partnerschaftsqualität. In der Vergangenheit wurden deshalb zahlreiche Selbstberichtsverfahren zu deren objektiver Messung entwickelt, wobei fast immer die gleichen Erfolgsindikatoren zum Einsatz kamen, wie z.B. das Ausmaß an erlebter Zufriedenheit und Konflikten, gemeinsamen Aktivitäten usw.

Laut Arránz Becker (2008) wird Partnerschaftsqualität in der Literatur „als Konglomerat subjektiver Bewertungen unterschiedlichster Aspekte der Beziehung definiert“ (S. 15). Laut Lewis und Spanier (1979) ist Partnerschaftsqualität assoziiert mit „good judgement, adequate communication, a high level of marital happiness, integration, and a high degree of satisfaction with the relationship“ (p. 269).

Die Partnerschaftszufriedenheit ergibt sich aus der Qualität einer Paarbeziehung (Schumacher, Stöbel-Richter & Brähler, 2002). Jäckel (1980, zitiert nach Hahlweg, 1991) versteht unter Ehezufriedenheit „das durch Tests oder Befragen wiedergegebene subjektive Erleben von Glück und Zufriedenheit mit der eigenen Ehe und dem Ehepartner“ (S.122). Als gebräuchlichstes Mittel zur Einschätzung hat sich das sogenannte „Terman-Item“ etabliert, bei dem die Testpersonen auf einer Likert-Skala von

1 (sehr unglücklich) bis 6 (sehr glücklich) ihre Partnerschaftszufriedenheit einschätzen (Brauckhaus, Saßmann & Hahlweg, 2000).

Ein weiteres wichtiges Konzept innerhalb der Paarforschung stellt die Partnerschaftsstabilität dar, welche durch formale Kriterien (Scheidung, Trennung) definiert werden kann (Hahlweg, 1991). Partnerschaftsstabilität und –qualität korrelieren zwar miteinander, müssen jedoch klar voneinander unterschieden werden, da Beziehungen, die stabil sind, nicht automatisch von hoher Beziehungsqualität gekennzeichnet sein müssen. Stabilität geht also nicht zwingend mit Zufriedenheit einher, weshalb die Partnerschaftsstabilität als Erfolgskriterium von Paarbeziehungen als problematisch zu bewerten ist (Brauckhaus et al., 2000).

2.1.5 Erfolgsbedingungen von Paarbeziehungen

2.1.5.1 Austausch- und Investitionstheorien

Austauschtheoretische Konzepte sind die am meisten zitierten Theorien im Rahmen der Paarforschung (vgl. Karney & Bradbury, 1995; Lösel & Bender, 2003). Die Partnerschaft basiert aus Sicht dieser Theorien auf dem ökonomischen Prinzip des Austausches, wobei die Partner ihre Beziehung auf Basis einer Kosten-Nutzen-Rechnung beurteilen. (Mikula, 1992). Laut Lösel und Bender (2003) sind die Partner mit ihrer Beziehung umso zufriedener, je mehr Belohnungen aus der Partnerschaft resultieren. Levinger (1965,1976; zitiert nach Karney & Bradbury,1995, S.4) erklärt darüber hinaus, dass das Gelingen bzw. das Scheitern einer Beziehung aus Sicht der sozialen Austauschtheorie darauf basiert, dass die Partner den Nutzen einer Beziehung (z.B. emotionale Sicherheit, sexuelle Befriedigung oder sozialer Status) gegen die Hindernisse der Beziehungsauflösung (z.B. soziale und religiöse Normen oder finanzielle Aspekte) und gegen Alternativen außerhalb der bestehenden Beziehung (z.B. eine reale andere Person) abwägen. „So kann eine Beziehung trotz niedriger Zufriedenheit bestehen bleiben, wenn keine guten Alternativen vorhanden sind, hohe Investitionen getätigt wurden und Trennung einen großen Verlust bedeuten würde“ (Engenhart-Klein, 2003, S. 37). Dies verdeutlicht, dass die Zufriedenheit mit einer Beziehung nicht mit deren Stabilität zusammenhängen muss, sondern auch andere Überlegungen eine Rolle spielen.

Im Sinne der Equity Theorie ist für die Zufriedenheit besonders wichtig, dass die Partner das Verhältnis von Kosten und Belohnungen als fair wahrnehmen (Walster, Walster & Berscheid, 1978; zitiert nach Grau & Bierhoff, 2003, S. 51). Rohmann (2000) berichtet,

dass Paare vor allem emotionale Aspekte wie Bindung, Gefühle zeigen, Unterstützung und Verhalten in Konfliktsituationen für austausch- bzw. gerechtigkeitsrelevant halten. Im Zusammenhang damit hat sich in mehreren Studien herausgestellt, dass die Ausgewogenheit bezüglich des Gebens und Annehmens von partnerschaftlicher Unterstützung für die Partnerschaftsqualität und das Wohlbefinden der Partner wichtig ist (Gleason, Iida, Bolger & Shrout, 2003; Kleiboer, Kuijer, Hox, Schreurs & Bensing, 2006). Laut Gmelch und Bodenmann (2007) unterstreichen diese Ergebnisse die „Relevanz der Ausgewogenheit beim dyadischen Coping“ (S.178). Diesbezüglich erscheinen die Ergebnisse der Längsschnittuntersuchung von Grote und Clark (2001) interessant. Die Autoren untersuchten 181 Paare, die sich im Übergang zur Elternschaft und damit in einer stressreichen Lebensphase befanden. Es stellte sich heraus, dass Paare Ungerechtigkeiten in Zeiten geringer Belastung weniger Aufmerksamkeit schenken und sich diese sodann nicht negativ auf die Partnerschaftsqualität auswirken, obwohl beide Partner angaben, dass in Bezug auf die Aufteilung der Hausarbeit Ungerechtigkeit, zum Nachteil der Frau, herrscht. Nach der Geburt des Kindes ging die Wahrnehmung von Ungerechtigkeiten bezüglich der Arbeitsteilung im Haushalt allerdings sehr wohl mit einer geringeren Partnerschaftszufriedenheit und mehr Konflikten zwischen den Partnern einher. Grote und Clark (2001) führen dies darauf zurück, dass die Frauen nun auf Grund ihrer hohen Beanspruchung den Fokus verstärkt auf das Ungleichgewicht bezüglich der Haushaltsarbeit lenken und ihren Mann öfters damit konfrontieren, so dass sich Konflikte häufen.

Neben dem Verhältnis von Belohnungen und Kosten ist für die Zufriedenheit mit einer Beziehung auch der Bewertungsmaßstab, den die Partner zugrunde legen, ausschlaggebend. Dieses sogenannte Comparison Level ist ein Standard, mit dem Personen die Belohnungen und Kosten ihrer Beziehung vergleichen (Lösel & Bender, 2003). Diese Standards spiegeln gewissermaßen die Erwartungen an eine Beziehung wider. Wunderer und Schneewind (2008b) kamen indessen im Rahmen einer Studie mit 663 deutschen Paaren zu dem Schluss, dass Partner, die hohe Standards in Bezug auf ihre Beziehung setzten, mit dieser auch zufriedener sind. Laut Baucom, Epstein, Rankin & Burnett (1996) ist dies dadurch begründet, dass diese Partner unter anderem konstruktivere Kommunikations- und Verhaltensmuster an den Tag legen und viel in ihre Beziehung investieren. Rusbult, Verette, Whitney, Slovik und Lipkus (1991) sprechen in diesem Zusammenhang von einer sich selbst erfüllenden Prophezeiung: „People who expect a lot out of their relationship appear to behave in ways that confirm those expectations“ (p. 74).

Rusbult (1980) hat durch sein Investitionsmodell eine wichtige Erweiterung des austauschtheoretischen Konzepts vorgenommen. Er akzentuiert für die Aufrechterhaltung einer Partnerschaft die in eine Beziehung eingebrachten Investitionen, da diese das Beziehungscommitment einer Person erhöhen und sie somit in einer Beziehung festhalten. Mit Investitionen sind Faktoren gemeint, die das Beenden einer Beziehung erschweren, da sie dadurch verloren gehen können. Dabei wird zwischen beziehungsintrinsischen Elementen, wie z.B. Intimität oder die in eine Beziehung investierte Zeit, und extrinsischen Faktoren, wie etwa gemeinsame Freunde oder materielle Besitztümer unterschieden.

2.1.5.2 Lern- und verhaltenstheoretische Ansätze

Im Rahmen der sozialen Lerntheorie stehen Kommunikations- und Interaktionskompetenzen der Partner im Vordergrund, während kognitiv-behaviorale Ansätze zusätzlich Wahrnehmungen und Attributionen miteinbeziehen (Lösel & Bender, 2003).

Zentrale Annahme der lern- und verhaltenstheoretischen Ansätze ist, „dass der tägliche Umgang der Partner miteinander und vor allem das Verhalten in Konflikt- und Krisensituationen die Beziehungsqualität und Stabilität bestimmen“ (Lösel & Bender, 2003, S. 57). Engenhardt-Klein (2003) hält zusammenfassend fest, dass ein hohes Maß an gegenseitiger Verstärkung und wenig negative Verhaltensweisen im Rahmen dieser Forschungsperspektive für das Gelingen einer Partnerschaft im Wesentlichen verantwortlich gemacht werden.

Lösel und Bender (2003) weisen darauf hin, dass im Rahmen von Partnerschaften mehr oder weniger funktionale Kommunikations- und Interaktionsweisen existieren. Eine auf lange Sicht dysfunktionale Strategie besteht beispielsweise darin, den Partner durch bestrafendes Verhalten (nörgeln, kritisieren, Liebe entziehen usw.) so zu verändern, dass er den eigenen Vorstellungen besser entspricht. Es wird angenommen, dass sich Paare in unglücklichen Beziehungen dieser ineffektiven Methoden der Verhaltensänderung bedienen und Belohnungen als Maßnahmen zur Änderung nur selten einsetzen. Die sich dadurch ergebende Beziehungsverschlechterung lässt sich mit Hilfe des „Zwangsprozesses“ beschreiben. Der Bestrafende lernt durch die kurzfristige Verhaltensanpassung des Partners, dass diese aversiv gefärbte Strategie zur Durchsetzung eigener Interessen dienlich ist und setzt diese künftig auch in anderen Problemsituationen ein. Um eine langfristige Veränderung zu erzielen, muss die Bestrafungsintensität auf Grund von Habitierungsprozessen ständig zunehmen. Hinzu

kommt noch, dass auch der andere Partner in Zukunft versuchen wird, seine Interessen durch aversive Verhaltensweisen durchzusetzen, wodurch eine schier endlose Spirale negativer Interaktion, der sog. Zwangsprozess, in Gang kommt. Infolgedessen wird der Einsatz effektiver Kommunikations- und Problemlösestrategien gehemmt und die Partner konzentrieren sich ausschließlich auf die negativen Seiten ihrer Partnerschaft (vgl. Braukhaus et al., 2000; Hahlweg, 1991; Hahlweg & Baucom, 2008).

John Gottman (1994, zitiert nach Lösel & Bender, 2003, S. 58), einer der bedeutendsten psychologischen Eheforscher, hat den eben beschriebenen Prozess eindringlich untersucht und Verhaltensprädiktoren für Trennung und Scheidung identifiziert. Darunter fallen vier dysfunktionale Kommunikationsmuster, die er als die „vier apokalyptischen Reiter“ auf dem Weg zur Trennung bezeichnet (Gottman, 1994; zitiert nach Braukhaus et al., 2000, S. 183):

- Kritik
- Verachtung
- Defensivität
- Abblocken

Laut Gottman, Coan, Carrere und Swanson (1998) wurden die „vier apokalyptischen Reiter“ auf Grund weiterer Forschungsarbeiten um einen fünften ergänzt, den sie „belligerence“ (provokative Machtdemonstration) nannten. Dabei wird dem Partner auf zynische Weise signalisiert, dass er keine Macht besitzt (z.B. Was willst du schon dagegen tun, dass ich heute Abend etwas trinken gehe?).

Gottmans (1993a) zentrales Postulat bezieht sich darauf, dass in stabil zufriedenen Beziehungen das Verhältnis von positivem zu negativem Verhalten mindestens 5:1 betragen muss. Diese sogenannte Gottman-Konstante besagt, dass eine negative Interaktion durch fünf positive kompensiert werden kann. In unglücklichen und instabilen Partnerschaften überwiegen die negativen Interaktionen deutlich.

Im Zusammenhang damit hat Gottman (1994, zitiert nach Lösel & Bender, 2003, S. 59; Braukhaus et al., 2000, S.185; Gottmann, 1993b) auf der Basis von Verhaltensbeobachtungsdaten aus Konfliktsituationen und Daten aus Längsschnittstudien eine Paartypologie ausgearbeitet. Er unterscheidet primär zwischen drei stabil-zufriedenen Paartypen sowie den hostile und den hostile-losgelösten Paaren.

Die einzelnen Paartypen lassen sich laut Gottmann (1994, zitiert nach Gottmann, 1993a, S.10; Lösel & Bender, 2003; S.59, Braukhaus et al. 2000, S.185) folgendermaßen charakterisieren:

Der *impulsive Paartypus* ist durch eine hohe Emotionalität gekennzeichnet. Die Partner zeigen sowohl viele negative als auch positive Kommunikationen, sind humorvoll und leidenschaftlich. Konflikte kommen demnach häufig vor, werden aber durch positive Interaktionen wieder ausgeglichen.

Bei den *konstruktiven Paaren* ist ein mittleres Maß an positivem und negativem Verhalten zu beobachten. Sie zeichnen sich aus durch Verständnis für den Standpunkt des anderen, Empathie und Rücksichtnahme. Außerdem arbeiten sie gemeinsam an Problemlösungen.

Konfliktvermeidende Paare bagatellisieren ihre Probleme hingegen, betonen Unabhängigkeit sowie Autonomie und verhalten sich emotional relativ distanziert. Dennoch verhalten sie sich insgesamt häufiger positiv als negativ.

Für den *hostilen Paartypus* ist ein hohes Maß an Negativität und ein geringes Maß an Positivität kennzeichnend. Es kommt zu vielfältigen Konflikten, wobei sich die Partner gegenseitig abwerten und offen Kritik äußern.

Bei den *hostil-losgelösten* Paaren herrscht emotionale Distanz und eine feindselige Grundhaltung vor. Sie gehen sich aus dem Weg und tragen keine Konflikte mehr aus.

Neben Verhaltensvariablen spielen kognitive Merkmale, wie Attributionen und Interpretationen innerhalb von Paarbeziehungen eine wichtige Rolle. Für die Beziehungsqualität ist es entscheidend, wie beziehungsrelevante Ereignisse von den Partnern jeweils verarbeitet bzw. gedeutet werden (Schneewind, Graf & Gerhard, 2000). Kalicki (2003) erklärt, dass unzufriedene Partner nachweislich dazu neigen, negativem Partnerverhalten mehr Gewichtung zu geben und positive Verhaltensaspekte des Partners zu übersehen, so dass sich ein negativer Umgang der Partner miteinander verfestigt. Sie gehen zudem davon aus, dass sich der Partner absichtlich und mutwillig falsch verhält und attribuieren bezüglich der Ursachen des Fehlverhaltens mehr stabil, global und internal. Bei zufriedenen Paaren verhält es sich umgekehrt, so dass von einem wohlwollenden Attributionsstil gesprochen werden kann. Sie deuten negative Verhaltensäußerungen ihres Partners häufig konstruktiv im Sinne einer Entlastungsfunktion (vgl. auch Schütz & Hoge, 2003). Noller, Beach und Osgarby (1997, zitiert nach Schneewind et al., 2000, S.104) berichten überdies, dass unzufriedene Paare im Vergleich zu Zufriedenen über wenige positive Beziehungserinnerungen verfügen und

negative Erinnerungen häufiger zugegen sind. So fanden Buehlman, Gottman und Katz (1992) heraus, dass Paare in unglücklichen Beziehungen undifferenzierte und wenig positive Erinnerungen an die Kennenlernphase sowie an gemeinsam bewältigte Krisen hatten.

Im Zusammenhang mit Attributionsprozessen in Partnerschaften ist weiters zu erwähnen, dass in der Trennungs- und Scheidungsphase ein regelrechtes Umschreiben der Beziehungsbiographie stattfindet. Im Zuge dieser Reinterpretation wird negativen Erfahrungen ein größeres Gewicht beigemessen, sodass die Beziehung letztendlich in einem negativen Licht gesehen wird (Schneewind et al., 2000).

2.1.5.3 Bindungstheoretische Erklärungsansätze

Grundlage bindungstheoretischer Partnerschaftsforschung ist die Bindungstheorie von Bowlby (1969), welche auf Basis von Beobachtungen von Mutter- Kind- Interaktionen entwickelt wurde. Nach Bowlby (1995) bildet sich auf Grund der ersten Bindungserfahrungen mit primären Bezugspersonen ein inneres Arbeitsmodell aus, welches im weiteren Leben als zentrales Referenzsystem für die Gestaltung zwischenmenschlicher Beziehungen dient. Es enthält Annahmen über die Verlässlichkeit wichtiger Bezugspersonen, sowie Schemata zur Gestaltung von sozialen Beziehungen und Regelsysteme für die Steuerung von Verhalten und Emotionen, wie auch für die Interpretation von Verhalten. In der Bindungsforschung geht man davon aus, dass die Bindungserfahrungen mit den primären Bezugspersonen Auswirkungen auf die Gestaltung späterer intimer Beziehungen haben (vgl. Lanver & Steins, 2002). Durch die individuellen Erfahrungen im Kontakt mit wichtigen Bezugspersonen werden spätere Erwartungen sowie Verhaltens- und Erlebensweisen in Partnerschaften entscheidend mitbestimmt (Schindler, Hahlweg & Revenstorf, 1998). Auf Grund von differierenden Bindungserfahrungen unterscheiden sich Menschen in Partnerschaften unter anderem bezüglich Vertrauen, Emotionalität, Akzeptanz des Partners und der Angst vor dem Eingehen enger Bindungen (Simpson, 1990).

Es wurde vielfach der Versuch unternommen, die inneren Arbeitsmodelle in sog. Bindungsstile einzuteilen. Ainsworth, Blehar, Walster & Wall (1978) unterscheiden drei Bindungsstile:

- sicher
- unsicher/vermeidend
- ängstlich/ambivalent

In zahlreichen Studien (z.B. Feeney, 2002) zu Bindungsstil und Partnerschaftsqualität stellte sich heraus, dass sicher gebundene Partner ihre Liebesbeziehung glücklicher und zufriedener erleben. Das hat damit zu tun, dass diese Partner in ihrer Beziehung weniger Konflikte erleben und konstruktivere Konfliktlösestrategien und angemessenere Affektregulation einsetzen. Außerdem neigen sie dazu, mehr Gebrauch von beziehungserhaltenden Strategien (z.B. Abbrechen von eskalierenden Konfliktinteraktionen, Sich-Einlassen auf die Position des anderen, Einsatz von Humor) zu machen (Brauckhaus et al., 2000). So unterstützen sich sicher gebundene Paare beispielsweise gegenseitig stärker und zeigen weniger verbale Aggression sowie Rückzug. Außerdem haben sie mehr Vertrauen in ihren Partner, wodurch sie weniger Eifersuchtstendenzen zeigen (Wunderer & Schneewind, 2008a). In Bezug auf die Kombination unterschiedlicher Bindungsstile in Partnerschaften, meinen Wunderer und Schneewind (2008a), dass scheinbar derjenige Partner, der über ein sicheres Bindungsmodell verfügt, einen Partner mit einem unsicheren Bindungsstil gewissermaßen „mitzieht“, wodurch insgesamt ein günstigeres Paarklima zu Stande kommt (S. 199).

Personen mit unsicherer oder ängstlicher Bindung neigen dazu, sich leicht bedroht zu fühlen und reagieren darauf heftig. Dies drückt sich darin aus, dass sie weniger dazu bereit sind, negative Verhaltensweisen des Partners auszugleichen (Schindler et al., 1998).

Bierhoff und Grau (1998) weisen darauf hin, dass bei unsicher gebundenen Paaren insgesamt häufig Nähe-Distanz-Konflikte auftreten, aufgrund der diesbezüglich komplementären Bedürfnisse. Beide Partner reagieren darauf mit impulsiven und destruktiven Verhaltensweisen.

Personen mit einem vermeidenden Bindungsstil haben Angst vor Intimität und verhalten sich eifersüchtig. Der ängstlich-ambivalente Typ fühlt sich zum Partner emotional stark hingezogen, mit dem Wunsch der kompletten Verschmelzung und dem Gefühl extremer sexueller Anziehung und Eifersucht (Amelang et al., 1991).

Im Vergleich zu anderen Ansätzen wird im Rahmen der bindungstheoretischen Perspektive Partnerschaft in einem langfristigen Entwicklungskontext betrachtet, indem frühere Eltern-Kind-Erfahrungen und andere Sozialbeziehungen durch das Konstrukt Bindung verbunden werden (Lösel & Bender, 2003). Ungeklärt ist jedoch im Zusammenhang damit, ob der in der Kindheit begründete Bindungsstil zeitliche Stabilität bis ins Erwachsenenalter aufweist, da inkonsistente empirische Befunde dazu vorliegen (vgl. Neumann, 2002). Brauckhaus et al. (2000) meinen, dass der Bindungsstil im Kontext

der Paarbeziehung trotz dieser kontroversiellen Befundlage auf jeden Fall „als eine Art Vulnerabilitätsfaktor interpretiert werden kann“ (S.187).

2.1.5.4 Belastungs-Bewältigungs-Modelle

In letzter Zeit haben Modelle stark an Bedeutsamkeit gewonnen, die Paarbeziehungen vor dem Hintergrund von Vulnerabilität, Stress und Coping untersuchen. Dabei werden sowohl Makro- als auch Mikrostressoren thematisiert. Für den Verlauf einer Partnerschaft wird die Art und Weise, wie Paare mit Belastungen umgehen, besonders betont (vgl. Lösel & Bender, 2003).

Karney und Bradbury (1995) haben auf Basis einer Metaanalyse von 115 prospektiven Längsschnittstudien das Vulnerabilitäts-Stress-Adaptationsmodell ausgearbeitet, das zur Erklärung von Partnerschaftsqualität und –stabilität dient. Darin haben die Autoren eine Fülle an empirischen Befunden zusammen mit wichtigen theoretischen Aspekten, insbesondere verhaltenstheoretische Elemente, vereint. Die Autoren nehmen im Wesentlichen an, dass das Zusammenspiel von drei breiten Variablenklassen für den Verlauf von Partnerschaften ausschlaggebend ist: (1) Belastungen, mit denen ein Paar im Laufe des Lebens konfrontiert ist, (2) stabile Eigenschaften beider Partner (z.B. Persönlichkeitseigenschaften) und (3) Anpassungsprozesse, d.h. die Art und Weise, wie Paare mit Belastungen bzw. schwierigen Umständen umgehen.

Laut Schneewind et al. (2000) können belastende Ereignisse auf zweierlei Ebenen auftreten. Auf der Makroebene sind damit kritische Lebensereignisse (z.B.: chronische Krankheiten, Verlust eines Angehörigen, Unfälle, Scheidung) sowie normative Lebensereignisse gemeint. Letztere betreffen Ereignisse, die im Verlauf einer Partnerschaft zu erwarten sind, z.B. die Geburt eines Kindes. Daneben stellen auf der Mikroebene sogenannte „Daily Hassles“ bzw. tägliche Widrigkeiten eine Belastung für eine Paarbeziehung dar. Diese Mikrostressoren können ihren Ursprung innerhalb und außerhalb des Kontextes der Paarbeziehung haben. Auf paarinterner Ebene sind dies beispielsweise Konflikte über die Aufgabenverteilung im Haushalt, Sexualität und die Kindererziehung. Paarexterne Belastungen sind z.B. Stress im Berufsleben oder Streit mit Nachbarn.

Anpassungsprozesse spielen in dem Modell von Karney und Bradbury (1995) eine zentrale Rolle. Damit sind behaviorale und kognitive Prozesse gemeint, die Paare im täglichen Zusammenleben, vornehmlich in Konflikt- und Krisensituationen, anwenden. Hierzu gehören individuelle und dyadische Stressbewältigungsmechanismen,

Kommunikations- und Konfliktlösungsstrategien. Sind die Anpassungsprozesse eines Paares in Bezug auf Belastungen funktional, wirkt sich dies für die Partner entlastend aus. Werden Belastungen von einem Paar nicht adäquat bewältigt, bleiben die Probleme bestehen oder sie verschlimmern sich sogar und das Paar fühlt sich zunehmend überfordert mit den Belastungen fertig zu werden, da es zu einer Art Stresskumulation kommt. Die Erfahrungen eines Paares im Umgang mit Belastungen beeinflussen ihre wahrgenommene Beziehungsqualität, die letztendlich die Stabilität einer Beziehung beeinflusst.

Bei der Verarbeitung von belastenden Ereignissen spielen laut Karney und Bradbury (1995) neben den eben erwähnten Faktoren auch überdauernde Eigenschaften der Partner eine Rolle, wie z.B. der Bildungsstand oder Persönlichkeitseigenschaften. Besonders relevant für die Qualität einer Paarbeziehung ist das Persönlichkeitsmerkmal Neurotizismus auf Grund der damit verbundenen negativen Affektivität. Die Autoren des Modells betonen darüber hinaus die Wichtigkeit von frühen Kindheitserfahrungen für spätere Paarbeziehungen. So beeinflussen der familiäre Hintergrund der Partner und die damit erworbenen Einstellungen die Gestaltung einer Partnerschaft. Die stabilen Merkmale der Partner werden unter dem Begriff Vulnerabilitätsfaktoren zusammengefasst.

Dem Modell zu Folge haben Paare, die Probleme funktional bewältigen können, kaum mit Belastungen konfrontiert sind und zudem wenig problematische überdauernde Eigenschaften mit in die Beziehung bringen, die größte Chance eine stabile und zugleich zufriedenstellende Partnerschaft zu erleben. Engenhart-Klein (2003) gibt zu bedenken, dass das Vulnerabilitäts-Stress-Adaptationsmodell eher defizitorientiert ist und wenig die Ressourcen in Beziehungen betont.

Im Rahmen der Metaanalyse von Karney und Bradbury (1995) stellte sich heraus, dass Persönlichkeitsvariablen (z.B. Alter, Attraktivität, Bildung) und soziodemographische Variablen (z.B. Einkommen, Religionszugehörigkeit) für Partnerschaftsqualität und –stabilität eher von geringer Bedeutung sind. Vielmehr haben sich für den Verlauf einer Partnerschaft die Kompetenzen der Partner bezüglich Kommunikation, Problemlösen und Stressbewältigung als besonders bedeutsam erwiesen (vgl. auch Heinrichs, Bodenmann & Hahlweg, 2008).

2.2 Stress und Stressbewältigung

Im nachfolgenden Kapitel wird Stress und Stressbewältigung auf individueller Ebene beleuchtet.

2.2.1 Was versteht man unter Stress?

Selye (1976) unterscheidet grundsätzlich zwischen „Eustress“ (positiver Stress) und „Distress“ (negativer, unangenehmer Stress). Kaluza (2004) erklärt, dass positiver Stress leistungssteigernd bzw. motivierend wirken kann und als angenehm wahrgenommen wird (z.B. die Planung einer großen Feier). So gesehen ist eine physische Aktivierung per se nicht gesundheitsschädlich. Der für die Gesundheit und Psyche gefährliche Distress entsteht, wenn Anforderungen die Ressourcen einer Person übersteigen und keine Erholungsphasen mehr stattfinden.

Ursprünglich wurde Stress von Selye (1976) als unspezifische Belastungsreaktion des Körpers auf jegliche Anforderungen definiert. Heute wird angenommen, dass Stressreaktionen je nach Stressor wesentlich differenzierter ablaufen, so dass Selyes Sichtweise, wonach Menschen auf jegliche Art von Stressoren mit stereotypen biologischen Veränderungen reagieren, an Bedeutung verloren hat (vgl. Davidson, Neale & Hautzinger, 2007).

Später sahen Forscher Stress als Reiz und setzten ihn mit Umweltbedingungen wie z.B. Naturkatastrophen, Verkehrstau, Ehescheidung, Krankheit oder Arbeitslosigkeit gleich. Diese auslösenden Reizbedingungen werden als Stressoren bezeichnet (Schwarzer, 2000).

Sowohl die eben beschriebenen reaktionsbasierten, wie auch die reizbasierten Definitionen sind als problematisch zu bewerten, da nicht eindeutig festgelegt werden kann, was einen Stressor ausmacht. Negativität ist als Kriterium nicht zulässig, da auch positive Ereignisse, wie beispielsweise eine Heirat, als Stressoren gelten (Davidson et al., 2007). Daneben können auch sog. Non-Events einen Stressor darstellen, wenn trotz großer Anstrengungen bedeutsame Ziele nicht erreicht werden (vgl. Kaluza, 2004). Ein für die Partnerschaft relevantes Beispiel hierzu wäre die ungewollte Kinderlosigkeit eines Paares. Zudem argumentieren Davidson et al. (2007), dass Menschen auf Umwelтанforderungen oder Situationen im Leben unterschiedlich reagieren. So bewirkt ein bestimmtes Ereignis nicht bei allen Menschen das gleiche Ausmaß an Stress.

Vor dem Hintergrund dieser Problematik entwickelte die Berkeley- Gruppe um Lazarus den transaktionalen Ansatz, in dem Stress als prozesshafte wechselseitige Auseinandersetzung zwischen Person und Umwelt aufgefasst wird und der kognitive Aspekt von Stress betont wird (vgl. Schwarzer, 2000). Genauer gesagt gehen Lazarus und Folkman (1984) davon aus, dass eine objektive Definition von Stress nicht möglich ist, sondern die subjektive kognitive Bewertung einer Situation oder eines Ereignisses darüber entscheidet, ob sie als stressreich empfunden wird. Auf der ersten Bewertungsstufe, dem sog. „Primary appraisal“ wird beurteilt, ob eine Situation eine Gefahr bzw. Bedrohung darstellt. In einem zweiten Bewertungsschritt, dem sog. „Secondary appraisal“, werden die Bewältigungsmöglichkeiten eingeschätzt, die zum Umgang mit dieser Situation zur Verfügung stehen. Im Falle einer ungünstigen Einschätzung der eigenen Responsekapazitäten entsteht Stress. Er tritt demnach auf, wenn eine Diskrepanz zwischen Situationsanforderungen und eigenen Handlungsmöglichkeiten vorliegt.

Innerhalb der Stresspsychologie hat sich heute der transaktionale Stressansatz weitgehend durchgesetzt und die Mehrzahl bisheriger Untersuchungen zu Stress und Coping bei Paaren basierten auf diesem Modell (Bodenmann, 2000a).

2.2.2 Daily Hassles

Daily Hassles sind Mikrostressoren, die im Alltag auftreten und als ärgerlich, störend, frustrierend, bedrohlich, kränkend oder als Verlust wahrgenommen werden (Kanner, Coyne, Schaefer & Lazarus 1981, zitiert nach Perrez, Laireiter & Baumann, 2005, S. 277). Lazarus (1999) nennt als Beispiele für Daily Hassles Streitigkeiten mit dem Partner, Verspätungen am Weg zur Arbeit, zu viele Verpflichtungen etc. Kaluza (2004) gibt Widrigkeiten bei der Erfüllung von Aufgaben, Probleme in der Interaktion mit anderen Menschen sowie selbst erzeugte Stressoren durch gedankliche Antizipation negativer Ereignisse an (z.B. Versagensängste bei Prüfungen). Außerdem führt er an, dass Menschen sich durch die zunehmend auftretende Informationsüberflutung und durch Überschuss an Konsumgütern sowie den zunehmenden Zwang zur Mobilität belastet fühlen. Häufen sich solche Erfahrungen ohne Möglichkeit sie zu beeinflussen resultiert daraus ein nachweisbares Krankheitsrisiko (Kaluza, 2004).

2.2.3 Stressbewältigung/ Coping

Lazarus und Folkman (1984) definieren Coping als konstant modifizierte kognitive und behaviorale Bemühungen, um spezifische externe und/oder interne Anforderungen, die als anstrengend oder die eigenen Fähigkeiten überschreitend wahrgenommen werden, zu bewältigen. Die Tatsache, dass Coping nach transaktionalem Verständnis ein sich ständig verändernder Handlungsfluss ist, impliziert die Situationsbezogenheit dieses Ansatzes und die damit verbundene Abgrenzung von Sichtweisen, die Coping als Trait, d.h. als Copingstil oder Persönlichkeitsmerkmal auffassen (Bodenmann, 2000a). In diesen Ansätzen geht man davon aus, dass Menschen im Laufe des Lebens im Umgang mit Belastungen habituelle Reaktionsmuster ausbilden.

Laut Davidson et al. (2007) beschreibt Bewältigungsverhalten bzw. Coping die Art und Weise, wie Menschen versuchen, ein Problem zu bewältigen oder mit den damit einhergehenden Emotionen umzugehen. Coping umfasst somit die Gesamtheit der Prozesse, um belastende oder antizipierte Belastungen emotional kognitiv oder aktional aufzufassen, auszugleichen oder zu meistern (Kryspin-Exner, 2005). In der neueren Stressforschung gilt Coping als entscheidender Moderator zwischen Belastung und Gesundheit (Bodenmann & Perrez, 1995).

Lazarus und Folkman (1984) unterscheiden allgemein zwischen problemorientiertem und emotionsorientiertem Coping. Ersteres umfasst direkte Handlungen (z.B. Informationssuche), um die aktuelle Person-Umwelt-Beziehung zu verändern. Mit emotionsorientiertem Coping sind intrapsychische Strategien (z.B. Umbewertung) gemeint, die zur Regulierung von Stresseemotionen dienen. Inwieweit eine Bewältigungsstrategie funktional ist, hängt aus systemisch-transaktionaler Perspektive oft von der Situation ab. So weist Lazarus (1999) darauf hin, dass die ansonsten als dysfunktional geltende Strategie der Verleugnung unter gewissen Umständen (z.B. bei einer unweigerlich zum Tode führenden Krankheit ohne Möglichkeit der Beeinflussung) funktional sein kann.

In Bezug auf Geschlechtsunterschiede beim individuellen Coping liegen inkonsistente Befunde vor. Einige Studien verweisen darauf, dass Frauen häufiger emotionsbezogenes Coping betreiben und Männer eher problembezogenes Coping (z.B. Ptacek, Smith und Dodge, 1994). In der Untersuchung von Bodenmann und Widmer (2000) zeigte sich, dass Frauen sowohl mehr funktionales als auch mehr dysfunktionales Coping betreiben. So gaben Frauen häufiger an als Männer Vergleiche mit anderen Personen anzustellen, stärker zu ruminieren, sich und dem Partner Vorwürfe zu machen und negative Emotionen auszudrücken. Innerhalb der positiven Stressbewältigungsformen gaben sie

höhere Werte bezüglich Gefühlsberuhigung und sozialer Unterstützung an. Auch in anderen Studien finden sich Belege dafür, dass Frauen in Stresssituationen häufiger nach sozialer Unterstützung suchen (z.B. Vingerhoets & Van Heck, 1990), während Männer laut Shek (1992) dazu tendieren Probleme alleine für sich zu lösen, auch im Rahmen der Partnerschaft. Außerdem neigen sie dazu Vermeidung häufiger als Bewältigungsstrategie einzusetzen. Bodenmann (2000a) hält zusammenfassend fest, dass die Befundlage für Frauen insgesamt auf einen eher ungünstigen individuellen Stressumgang hinweist. Allerdings gibt er zu bedenken, dass die Geschlechtsrollenorientierung in den meisten Fällen für die gefundenen Effekte ausschlaggebend war (siehe dazu Widmer Rodríguez Bétancourt, 2001).

2.3 Dyadische Stress- und Copingkonzeptionen

Im folgenden Abschnitt werden Stress und Stressbewältigung im Kontext von Partnerschaften besprochen. Als konzeptueller Rahmen dienen hierfür partnerschaftsbezogene Stress-Coping- Modelle, die näher vorgestellt werden.

2.3.1 Stress im Kontext von Paarbeziehungen

Lange Zeit stand im Rahmen der Stressforschung die Untersuchung des Individuums im Mittelpunkt. Erst seit den 90er Jahren kam es zu einer Übertragung des Stresskonzepts auf soziale Gruppen. Stress im Rahmen der Paardyade, der kleinsten sozialen Einheit, stellt eine spezielle Form von sozialem Stress dar, weil neben einer hohen gemeinsamen Betroffenheit auch ein hohes Maß an Innigkeit und Nähe zwischen den Partnern vorliegt. Sozialer Stress bedeutet, dass eine Gruppe von Personen vom gleichen Stressor betroffen ist und diesen mit gemeinsamen Anstrengungen zu bewältigen versucht (Bodenmann, 2003).

Bodenmann (1995) definiert Stress bei Personen in einer Partnerschaft als ein direkt oder indirekt beide Partner betreffendes Ereignis, das zu einer Desäquilibration des Paares führt, „sofern jeder Partner für sich genommen bzw. die Synergie beider Partner und ihre externen individuellen und dyadischen Ressourcen nicht dazu ausreichen, die internen oder externen Anforderungen an jeden einzelnen bzw. das Paar angemessen zu bewältigen“ (S. 33).

Bodenmann (2003) unterscheidet zwischen paarinternem Stress, bei welchem die Stressursache innerhalb der Dyade lokalisiert ist (z.B. problematische Nähe-Distanz-Regulation, unterschiedliche Interessen, Ziele) und paarexternem Stress, bei welchem

die Stressursache außerhalb der Dyade liegt (z.B. problematische Arbeitszeiten). Der Stressor kann beide Partner zur gleichen Zeit, zeitlich versetzt oder sequentiell tangieren. So kann der Stress des einen Partners zum Stress des anderen werden, wenn es einem Partner nicht gelingt selbst effizient mit einer Belastungssituation umzugehen und dadurch beispielsweise seine negativen Stresseemotionen auf den anderen Partner überschwappen. In diesem Fall spricht man von dyadenrelevantem Stress. Auch die Art und Weise, wie ein Partner Stress zu bewältigen pflegt, kann beim anderen Partner Stress und somit dyadenrelevanten Stress auslösen, wenn beispielsweise Copingstrategien wie Rückzug und Aggression zum Einsatz kommen.

Bodenmann (2000a, S. 45) unterscheidet

- individuellen Stress bei nur einem Partner
- individuellen Stress bei beiden Partnern unabhängig voneinander
- individuellen Stress, der beide Partner am selben Ort, aber in unterschiedlichem Maße betrifft
- genuin dyadischen Stress, d.h. Stress der beide Partner gleichermaßen betrifft

Einige Paarforscher kritisieren die eben dargestellte dyadische Konzeptualisierung von Stress, weil es sich bei Stress aus ihrer Sicht immer um ein subjektives, persönliches Erleben handelt, das sich auf intrapsychischer Ebene abspielt (vgl. Bodenmann, 2000a). Bodenmann (2000a) hält dagegen, dass er zusammen mit seiner Forschergruppe im Rahmen eines Stressexperiments mit Paaren beobachten konnte, dass Paare infolge einer Stressinduktion gemeinsame Situationseinschätzungen und Zieldefinitionen vornahmen und dyadische Copingaktivitäten setzten. Insofern konnte die Forschergruppe um Bodenmann eindrücklich zeigen, dass Stresserleben und Coping bei Paaren keine rein individuell ablaufenden Prozesse sind, sondern der Stress des einen Partners auch für den anderen relevant werden kann, und im Endeffekt Stress die Dyade als Gesamtsystem beeinflusst.

2.3.2 Beziehungsbezogenes Coping von Coyne und Smith

Der Grundgedanke dieses Ansatzes besteht darin, dass Coping unter anderem auch eine beziehungsbezogene Funktion erfüllt (Dinkel, 2006). Coyne und Smith (1991) meinen mit beziehungsbezogenem Coping die Art und Weise, wie Partner im Rahmen eines Bewältigungsprozesses mit der Tatsache umgehen, dass sie beide unterschiedliche emotionale Bedürfnisse haben. Die Partner müssen angesichts einer Belastung ihre eigenen Emotionen regulieren und Schritte der Problemlösung setzen und dabei darauf

achten, dass dies in einer für die Beziehung schonenden Art und Weise geschieht. Die Autoren untersuchten Stress und Coping bei Paaren vor dem Hintergrund schwerwiegender Erkrankungen. In ihrer Studie mit Herzinfarktpatienten und deren Frauen fanden sie heraus, dass beide Partner ein ähnliches Stressausmaß erleben. Die Autoren betonen, dass sowohl der Herzinfarktpatient als auch dessen Frau angesichts der Erkrankung Stress bewältigen müssen und beide mit den Belastungen und Einschränkungen, die die Krankheit mit sich bringt, konfrontiert sind. Insofern verstehen die Autoren Stress in Partnerschaften als ein gemeinsames Schicksal, wobei das Paar auf das Stressereignis als Einheit bzw. als Dyade reagiert. Mit ihrer Studie wollten sie vor allem den Nutzen einer interpersonellen Sichtweise von Stress und Coping demonstrieren.

Coyne und Smith (1991) betonen, dass man über die Konzeption von Coping als problem- oder emotionsbezogen hinausgehen muss und erweiterten das transaktionale Stressmodell von Lazarus um den Stressbewältigungsmodus „beziehungsbezogenes Coping“. Die Autoren unterscheiden zwei breite Klassen innerhalb des beziehungsbezogenen Copings: aktives Engagement („active engagement“) und protektive Pufferung („protective buffering“). Mit ersterem sind Handlungen des einen Partners gemeint, die dazu dienen die Gefühlswelt des anderen Partners zu erkunden und eine Diskussion sowie Problemlösung hinsichtlich der zu bewältigenden Aufgabe anzuregen. Unter protektiver Pufferung verstehen die Autoren Verhaltensweisen des einen Partners, die zu einer emotionalen Entlastung des anderen Partners beitragen, indem beispielsweise negative Emotionen gegenüber dem Partner nicht gezeigt werden, belastende Themen nicht angesprochen oder Sorgen bagatellisiert werden, um Unstimmigkeiten zu vermeiden. Coyne und Smith (1991) konnten zeigen, dass die Anwendung dieser Belastungsbewältigungsform seitens der Frau, um den Ehemann zu entlasten, mit einem ungünstigen eigenen psychischen Wohlbefinden bei der Frau assoziiert war.

2.3.3 Empathisches Coping von DeLongis und O'Brien

DeLongis und O'Brien (1990, zitiert nach Bodenmann, 2000a, S.37) verfolgen in ihren Arbeiten ebenfalls die Idee des beziehungsbezogenen Copings und führten Studien mit Alzheimerpatienten und deren Angehörigen durch. In ihren Arbeiten wird betont, dass eine angemessene Belastungsbewältigung nicht nur auf der funktionellen Lösung von Problemen und der Regulation von Emotionen beruhen könne, sondern auch die Regulierung von sozialen Beziehungen eine wichtige Komponente darstellt. Die Interaktion mit anderen Menschen ist nämlich für den Erhalt von Wohlbefinden und

Selbstwert essentiell. Den Mittelpunkt des Ansatzes von DeLongis und O'Brien bildet das „empathische Coping“. Laut DeLongis und O'Brien (1990, zitiert nach Bodenmann, 2000a, S. 37) ist damit die Fähigkeit gemeint, „die affektive Welt anderer in der Stresssituation angemessen wahrzunehmen und dieses affektive Verständnis den anderen mitzuteilen“. Es geht also darum sich in den Partner hineinversetzen zu können. Empathisches Coping äußert sich in Form von körperlicher Zuwendung, einem wohlgesinnten, verständnisvollen Gesichtsausdruck und einer angenehmen Intonation (DeLongis und O'Brien, 1990, zitiert nach Bodenmann, 2000a, S.37).

2.3.4 Der Ansatz des dyadischen Copings von Bodenmann

Die Forschergruppe um Bodenmann untersucht die Phänomene Stress und Coping bei Paaren seit den 90er Jahren und entwickelt den Ansatz des dyadischen Copings, der auf der transaktionalen Stresstheorie von Lazarus und Folkman (1984) beruht, seither stetig weiter. Stress und Coping in Partnerschaften werden im Rahmen dieses Erklärungsansatzes als systemisch-prozessuale Geschehnisse verstanden. Demnach wird der soziale Kontext, in den das Coping eingebettet ist, berücksichtigt und es wird angenommen, dass Interferenzen zwischen den Partnern im Stresserleben bestehen. Zudem wird davon ausgegangen, dass Paare sich im Bewältigungsprozess gegenseitig unterstützen und gemeinsame Copingsynergien nutzen. Ein weiterer Grundgedanke dieses Ansatzes bezieht sich auf die Annahme, dass der Stress-Coping Prozess in Partnerschaften nach einem typischen Muster abläuft. Zuerst werden angesichts einer Stresssituation individuelle Bewältigungsressourcen aktiviert, bei fortbestehender Belastung dyadische Copingbemühungen angestrengt, und zuletzt in Folge noch immer anhaltender Belastung paarexterne Ressourcen bzw. soziale Unterstützung in Anspruch genommen. Die Notwendigkeit von dyadischem Coping ergibt sich somit aus dem Umstand, dass ein Partner mit der Bewältigung einer gewissen Situation allein überfordert ist und dadurch sein Gleichgewicht nicht mehr findet bzw. keine angemessene Emotionsregulation stattfindet. Die dyadische oder systemische Sichtweise von Stress und Coping beruht außerdem auf der Annahme, dass Paare gemeinsame Situationseinschätzungen und Zieldefinitionen angesichts eines Stressors vornehmen. Eine weitere Grundannahme bezieht sich darauf, dass individueller Stress unter gewissen Umständen dyadenrelevant werden kann, d.h. der Stress des einen Partners den anderen auch zu betreffen beginnt. Dies ist vor allen Dingen dann der Fall, wenn (1) der Partner über unzureichende oder dysfunktionale individuelle Copingressourcen verfügen, (2) eine starke Stressexposition vorliegt, z.B. in Form eines

einschneidenden kritischen Lebensereignisses und wenn (3) es zu einer Stresskumulation im Alltag kommt (Bodenmann, 2000a).

2.3.4.1 Der Stressprozess in Partnerschaften

Bodenmann (1995, 2000a) hat eine Übertragung des transaktionalen Stressmodells von Lazarus und Folkman (1984) auf den dyadischen Kontext vorgenommen. Auch hier sind Einschätzungsprozesse (Appraisal) und Bewältigungsverhalten die elementaren Modellkomponenten. Der Autor unterscheidet auf der primären Bewertungsebene zwischen 1a, 1b, 1c und 1d Appraisal und auf der sekundären Bewertungsebene zwischen 2a, 2b und 2c Appraisal (Bodenmann, 1995, S. 44-56, Bodenmann, 2000a, S. 49-51):

Im ersten Schritt, dem 1a Appraisal wird die Situation individuell ohne Absprache mit dem Partner in Bezug auf das eigene Wohlergehen, auf das des Partners und hinsichtlich ihrer Bedeutung für die Partnerschaft eingeschätzt.

Im 1b Appraisal wird auf Grund aktueller situativer Signale bzw. vorausgegangener Erfahrungen und der Kenntnis von Persönlichkeitseigenschaften des Partners eingeschätzt, wie dieser die Situation wahrnimmt. Dabei spielen einerseits direkte Dekodierungsfertigkeiten in Bezug auf die vom Partner ausgesendeten verbalen und nonverbalen Signale und die Fähigkeit sich in den Partner hineinzusetzen eine wichtige Rolle. In der Rolle des Senders ist andererseits eine gewisse Bereitschaft zur Offenlegung von Gefühlen und Einschätzungen notwendig, um dem Partner eine Entschlüsselung der eigenen Einschätzungen zu ermöglichen.

Das 1c Appraisal ist als Feedback darüber zu verstehen, ob der eine Partner registriert hat, dass der andere seine Einschätzungen wahrgenommen hat. Diese Feedbackprozesse, in Form von verbalen und nonverbalen Reaktionen, dienen dazu die Wahrnehmungen beider Partner zu koordinieren und anfänglich missverständlich gesandte Botschaften zu korrigieren, sowie dyadische Copingbemühungen an aktuelle Situationen und Bedürfnisse zu adjustieren.

Danach kommt es im 1d Appraisal zu einem Vergleich der eigenen Einschätzung mit derjenigen des Partners entweder auf Basis einer vorangegangenen Diskussion oder auf Grund dessen wie der eine Partner glaubt, dass der andere die Situation sieht. Bei Paaren, die eine intime mehrjährige Beziehung führen und sich deshalb gut kennen, ist es oft nicht notwendig, dass sie einander ihre Sichtweise in einer Diskussion darlegen, da sie in der Lage sind die Einschätzungen des Partners zuverlässig vorausszusehen.

Divergieren die Partner in ihren Einschätzungen, kann eine Rückkehr zum 1a Appraisal erfolgen, wobei diese Stufe dann mit dem Ziel durchlaufen wird neue Informationen zu sammeln, um die Sichtweise des Partners in einem anderen Licht zu überprüfen. Eine andere Möglichkeit besteht darin die Partnereinschätzung trotz vorliegender Dissonanzen zu übernehmen. Nach dem Abgleich der Bewertungen folgen die Einschätzungen auf sekundärer Ebene.

Gelangt die Person bzw. die Dyade auf der primären Einschätzungsstufe zu dem Resultat, dass das eigene Wohlbefinden bzw. das des Partners oder der Dyade bedroht ist, wird im sekundären Bewertungsprozess eingeschätzt, welche individuellen, dyadischen und paarexternen Ressourcen verfügbar sind, um die Situation bewältigen zu können. Genauer gesagt werden zunächst die eigenen Responsemöglichkeiten beurteilt (2a Appraisal), dann eingeschätzt, wie der Partner die Bewältigungsressourcen beurteilt, (2b Appraisal), sowie schlussendlich beide Einschätzungen miteinander verglichen (2c Appraisal).

Im 2a Appraisal werden nicht nur die eigene Selbstwirksamkeit, sondern auch die Copingbeiträge seitens des Partners bzw. die Bewältigungsmöglichkeiten der Dyade abgeschätzt. Die Einschätzungen basieren auf früheren Erfahrungen mit der Bereitschaft des Partners Bewältigungsbeiträge zu leisten.

Im Rahmen des 2b Appraisal wird eingeschätzt, wie der Partner die Möglichkeiten beurteilt, um mit dem vorhandenen Problem umzugehen. Dieser Prozess ist in Partnerschaften von entscheidender Bedeutung, da so eine Koordination der individuellen Copingressourcen stattfindet und dyadische Synergien genutzt werden können. Außerdem kann es ermutigend und angstreduzierend wirken, wenn angenommen wird, dass der Partner die eigenen Bewältigungsressourcen positiv einschätzt. Geht der eine Partner hingegen davon aus, dass seine Copingbeiträge vom anderen als irrelevant oder wenig nutzbringend eingestuft werden, kann Demotivation die Folge sein, die sich in Form von Resignation und Gleichgültigkeit ausdrückt.

Im 2c Appraisal werden die beiden Einschätzungen hinsichtlich der Bewältigungsmöglichkeiten entweder auf intrapsychischer Ebene oder auf Basis einer gemeinsamen Diskussion miteinander verglichen. Bei Diskrepanzen wird der Einschätzungsprozess nochmals durchgegangen oder die Partner nähern sich in ihren Standpunkten an.

Neben den primären und sekundären Bewertungen spielen Ziele und Erwartungen im Bewältigungsprozess eine zentrale Rolle. Bodenmann (2000a) betont, dass in

Partnerschaften sowohl individuelle wie gemeinsame Ziele berücksichtigt werden müssen. Individuelle Ziele im Stressprozess betreffen vor allem die eigene Problemlösung, Regulation von Emotionen, Selbstwerterhaltung und soziale Integration. Ein zentrales Ziel gemeinsamer Stressbewältigung ist die „Balancierung unterschiedlicher Bedürfnisse bei einer flexiblen Beibehaltung oder Anpassung der dyadischen oder familiären Struktur“ (Bodenmann, 1995, S. 55).

Am Ende des Bewältigungsprozesses steht das Reappraisal, wo eine Person zuerst selbst den Ausgang der Situation und die Effektivität der eingesetzten Copingstrategien beurteilt und dann einschätzt, wie der andere Partner das Ergebnis des Bewältigungsversuchs sieht. Schließlich werden in einem letzten Einschätzungsschritt beide Sichtweisen wieder miteinander verglichen.

2.3.4.2 Dyadisches Coping

Bodenmann (1995) versteht unter dyadischem Coping, also gemeinsamer Stressbewältigung, „Bemühungen eines Partners oder beider Partner, bei individuellen Belastungen des einen Partners (indirekt dyadischer Stress für den anderen) bzw. bei direkt dyadischem Stress bei der Stressbewältigung mitzuwirken und durch gezielte Bewältigungshandlungen eine neue Homöostase des vom Stress primär Betroffenen, des Gesamtsystems bzw. der Beziehung zwischen dem Paar und seiner Außenwelt herbeizuführen“ (S. 63). Bodenmann (2000a) sieht dyadisches Coping darüber hinaus als ein wechselseitiges prozesshaftes Geschehen zwischen zwei Partnern, wobei ein Partner Stresssignale aussendet, der andere diese wahrnimmt und darauf reagiert. Dabei spielt die Stresssignalisierung bzw. -kommunikation und die angemessene Wahrnehmung und Dekodierung dieser Signale seitens der Partner eine große Rolle. Je nachdem, welches Problem es zu bewältigen gilt, über welche Copingsdispositionen und -ressourcen die Partner im Moment oder situationsübergreifend verfügen, wie ihre aktuelle und globale Motivation (z.B. Zufriedenheit mit der Partnerschaft, Bedeutung der Partnerschaft) ausgeprägt ist und welche Erwartungen und Einstellungen sie in Bezug auf die Partnerschaft haben, können verschiedene Formen dyadischen Copings einsetzen.

Grundsätzlich unterscheidet Bodenmann (2000a) zwischen positiven und negativen dyadischen Copingformen.

2.3.4.3 Formen des positiven dyadischen Copings

- Gemeinsames dyadisches Coping

Darunter sind laut Bodenmann (1995, 2000a, 2000c) Belastungsbewältigungsbemühungen zu subsumieren, die beide Partner auf Grund dyadenrelevanter Zielsetzungen zusammen ausführen. Beide Partner sind in etwa gleichermaßen an der Bewältigung beteiligt. Die gemeinsame Bewältigung kann dabei sowohl durch gleiche als auch komplementäre Bewältigungshandlungen realisiert werden. Gemeinsames dyadisches Coping kann einerseits problembezogen sein, d.h. zur Bewältigung sachbezogener Schwierigkeiten dienen. Diese Art des Copings umfasst laut Bodenmann (2000a, S.56) gemeinsame Lösungsdiskussionen, gleichmäßige Aufgabenverteilung, gemeinsame Informationsbeschaffung, koordinierte Problemlösung etc. Andererseits kann gemeinsames dyadisches Coping auf eine Emotionsregulation abzielen. Demnach umfasst das emotionsbezogene gemeinsame Coping gegenseitige Solidarisierung, Gespräche, gemeinsame Entspannungsrituale sowie sportliche Betätigung etc. Bodenmann (2000a) betont, dass ein „Wir-Gefühl“ beim Paar als Voraussetzung für gemeinsames dyadisches Coping vorhanden sein muss, und dieses Gefühl bei einer gelungenen Bewältigung gestärkt wird. Bodenmann (1995) fand in einer Felduntersuchung heraus, dass gemeinsames dyadisches Coping vor allem bei gemeinsamer Stressbetroffenheit und in Situationen, die durch externe Umstände verursacht sind, auftritt, sowie beim Vorliegen kollektiver Ziele und beim Vorhandensein von Kontrollmöglichkeiten beider Partner.

- Supportives dyadisches Coping

Bodenmann (2000a) versteht unter supportivem dyadischen Coping „sach- und emotionsbezogene Unterstützungshandlungen des einen Partners zugunsten des anderen, ohne dass letzterem die Bewältigungsarbeit ganz abgenommen würde“ (S. 57). Grundvoraussetzung für das Auftreten von supportivem dyadischen Coping ist die Fähigkeit Belastungen beim Partner entsprechend zu perzipieren (Bodenmann, 1995). Bodenmann (2000a, S.57) gliedert supportives dyadisches Coping danach, ob es problem- oder emotionsbezogen erfolgt. Problembezogenes supportives dyadisches Coping umfasst die Erteilung von Ratschlägen, Hilfe bei der Problemanalyse, Mithilfe bei Tätigkeiten und Aufgaben, materielle Unterstützung etc. Emotionsbezogenes supportives dyadisches Coping schließt Verhaltensweisen ein wie Interesse für den Stress des Partners bekunden, Verständnis entgegenbringen, dem Partner Mut machen, Zärtlichkeiten austauschen, Ruhe- und Regenerationsbedürfnis des Partners akzeptieren, dem Partner bei der Umbewertung einer Situation helfen, Massagen und

Entspannungsrituale etc. Bodenmann (1995, 2000a, 2000c) weist darauf hin, dass supportives dyadisches Coping vor allem dann vorkommt, wenn (1) dem helfenden Partner bessere Copingressourcen zur Verfügung stehen, (2) der Stress in erster Linie den anderen hilfsbedürftigen Partner stärker betrifft, (3) der Stress extern verursacht ist und (4) der bedürftige Partner bereit ist das supportive Copingangebot des Partners anzunehmen.

- Delegiertes dyadisches Coping

Beim delegierten dyadischen Coping hat ein Partner die Option in stressreichen Situationen Tätigkeiten oder Aufgaben an den anderen Partner zur Bewältigung abzugeben. Der Unterschied zum zuvor beschriebenen supportiven Coping besteht darin, dass bei dieser dyadischen Bewältigungsform der Partner explizit um Unterstützung gebeten wird und dieser infolgedessen die gesamte Aufgabe übernimmt. Üblicherweise handelt es sich dabei um sachbezogene Stressoren (z.B. Einkauf erledigen). Delegiertes dyadisches Coping ist wahrscheinlich, wenn (1) der eine Partner in größerem Ausmaß vom Stress betroffen ist, (2) der andere aktuell über mehr Bewältigungsressourcen verfügt und (3) der Stress auf externe Ursachen oder unschuldigerweise auf den hilfsbedürftigen Partner zurückzuführen ist (Bodenmann, 1995, 2000a, 2000c).

2.3.4.4 Formen des negativen dyadischen Copings

- Ambivalentes dyadisches Coping

Diese Art des dyadischen Copings liegt laut Bodenmann (2000a, 2000c) dann vor, wenn der eine Partner den anderen zwar unterstützt, dies aber widerwillig tut, weil er es als belastend und störend empfindet. Ambivalentes dyadisches Coping äußert sich oft auf nonverbaler oder paraverbaler Ebene und ist für den Partner häufig nicht augenscheinlich wahrnehmbar. Auf behavioraler Ebene zeichnet sich diese Copingform durch verlangsamte, antriebslose, schwerfällig anmutende Unterstützungshandlungen seitens des Partners aus. Bodenmann (2003) beschreibt ambivalentes dyadisches Coping darüber hinaus als zaghaft, mit unguuten Gefühlen und Bedauern verbunden. Diese Art des Copings zeigen Partner laut Bodenmann (2000a) dann, wenn sie einseitig über einen längeren Zeitraum die supportive Rolle eingenommen haben und sich folglich ausgenutzt fühlen.

- Floskelhaftes dyadisches Coping

Diese weitere Form des negativen dyadischen Copings liegt dann vor, wenn der eine Partner kein wirkliches Interesse am Stress des anderen hat, nur oberflächliche und fadenscheinige Unterstützungsversuche unternimmt und mit seinen Gedanken woanders zu sein scheint (Bodenmann, 2005, zitiert nach Bodenmann, Pihet & Kayser, 2006, S. 486). Floskelhaftes dyadisches Coping äußert sich laut Bodenmann (2000a) beispielsweise darin, dass der eine Partner den anderen in den Arm nimmt ohne gedanklich wirklich dabei zu sein. Ein anderes Beispiel wäre dem Partner oberflächliche Ratschläge zu erteilen, obwohl keine ernsthafte Auseinandersetzung mit seinen Problemen stattgefunden hat („Mach dir nichts daraus, es wird schon niemand bemerkt haben. Ach so, dein Chef war anwesend“). Im Unterschied zum ambivalenten dyadischen Coping muss der Partner bei dieser Bewältigungsform keine negativen Gefühle hegen, sondern könnte auf Grund eigener Belastungen, situativem Unwohlsein oder Irritationen zu dyadischem Coping nicht fähig sein. Floskelhaftes dyadisches Coping wird von dem zu unterstützenden Partner allerdings meist als sehr negativ wahrgenommen und ist mit Gefühlen des nicht Ernstgenommenwerdens verbunden, weshalb es zur Kategorie der negativen dyadischen Copingformen gezählt wird (Bodenmann, 2000a).

- Hostiles dyadisches Coping

Hostiles dyadisches Coping äußert sich in Form von feindseligen Äußerungen auf Stressandeutungen des Partners. Die Unterstützung des Partners erfolgt in Begleitung von herabsetzenden, distanzierten, kritischen und sarkastischen Äußerungen (z.B.: „Ich verstehe, dass du dich gestresst fühlst, aber so wie du das auslebst, finde ich das total daneben“; „Entspann' dich mal, das ist ja nicht zu ertragen“). Zudem drückt sich hostiles dyadisches Coping in offenem Desinteresse gegenüber dem Stress des Partners aus. So kann der eine Partner gähnen, sich anderen Tätigkeiten widmen oder keinen Blickkontakt halten, während der andere Partner von seinen Belastungen spricht. Hostiles dyadisches Coping kann auch nonverbal erfolgen, z.B. durch eine abgewandte Körperhaltung (Bodenmann, 2000a; Bodenmann, 2005, zitiert nach Bodenmann et al., 2006, S. 486).

2.3.4.5 Abgrenzung von dyadischem Coping zu sozialer Unterstützung

Bodenmann (2001, zitiert nach Gmelch & Bodenmann, 2007, S. 178) plädiert aus mehreren Gründen dafür, dyadisches Coping von sozialer Unterstützung abzugrenzen. Er betont, dass eine Partnerschaft durch ein hohes Maß an Intimität und gegenseitiger Interdependenz gekennzeichnet ist, wodurch an den Partner höhere Erwartungen

gerichtet sind als an außenstehende Personen aus dem sozialen Umfeld. Damit erhält die Unterstützung durch den Partner eine exklusive Bedeutung, Qualität und Wirkung. Das spiegelt sich in der Tatsache wider, dass der Partner in Belastungssituationen meist als erster um Unterstützung gebeten wird.

Eine weitere wichtige Unterscheidung zwischen dyadischem Coping und sozialer Unterstützung bezieht sich auf deren jeweils zu Grunde liegende Motivation. Bodenmann (1995) hebt hervor, dass es sich bei supportivem dyadischem Coping nicht um eine rein selbstlose Verhaltensweise handelt, sondern diese indirekt dazu dient das eigene Wohlbefinden zu sichern, indem der Partner entlastet wird und dadurch versucht wird das Paarsystem wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Das eigene Wohlbefinden und das des Partners hängen nämlich eng miteinander zusammen. Diese Konstellation ist bei der sozialen Unterstützung durch Außenstehende nicht gegeben. Darüber hinaus umfasst dyadisches Coping laut Bodenmann et al. (2006) nicht nur Unterstützungsleistungen vom Partner, sondern viele andere Stressbewältigungsmechanismen, an denen sich beide Partner angesichts eines Stressors beteiligen (z.B. gemeinsame Entspannungsrituale).

2.3.4.6 Funktionen dyadischen Copings

Laut Bodenmann (2008) besteht die Funktion des dyadischen Copings in der „Wahrung, Wiederherstellung und Festigung der individuellen und dyadischen Homoöstate“ (S. 17) in Belastungssituationen. Gemeinsame Stressbewältigung hat laut Bodenmann (2000a) einerseits eine stressreduzierende Wirkung, da sich die Partner bei der Bewältigung von Stressoren gegenseitig unterstützen bzw. gemeinsame Synergien nutzen, um eine Stresssituation zu meistern. Andererseits hat positives dyadisches Coping einen partnerschaftsfördernden Effekt, da durch eine erfolgreiche dyadische Stressbewältigung das „Wir-Gefühl“ und der Zusammenhalt eines Paares gestärkt werden. Außerdem fördert gemeinsame Stressbewältigung das Vertrauen in den Partner und bedingt die kognitive Repräsentation des Partners als verlässlich, hilfsbereit und unterstützend. Darüber hinaus kann es beim dyadischen Coping zum Modelllernen kommen, indem ein Partner durch die Unterstützungsleistungen des anderen Partners neue Bewältigungsstrategien kennenlernt und diese dann möglicherweise in ähnlichen Kontexten selbstständig einsetzen kann. Neben den bereits genannten Funktionen kann positivem dyadischem Coping außerdem ein selbstwertstabilisierender Effekt zugesprochen werden, da sich der Partner für einen interessiert und einsetzt.

Bodenmann (2000a) betont, dass dyadisches Coping nur dann diese positiven Funktionen erfüllt, wenn beide Partner in austauschtheoretischem Sinne fair am

dyadischen Coping beteiligt sind, das dyadische Coping freiwillig sowie zielgerichtet erfolgt und sowohl für denjenigen, der Unterstützung gewährt, als auch für denjenigen, der Hilfe empfängt, sinnhaftig erscheint. Außerdem sollte der Stress des Partners ernst genommen werden und der Partner in wertschätzender Art und Weise unterstützt werden, statt in Form von floskelhaftem dyadischen Coping.

2.4 Die Bedeutung von Stress für die Partnerschaft

Im nächsten Abschnitt wird erläutert inwieweit sich Stress direkt und indirekt auf die Partnerschaft auswirkt und welche empirischen Belege dafür bereits vorliegen.

2.4.1 Wirkmechanismen von Stress

Bodenmann (2000a, S. 84-87, 2003, S. 491-495) erläutert im Rahmen seiner Stress-Scheidungstheorie inwiefern sich Stress auf die Partnerschaft auswirkt und das Scheidungsrisiko steigert:

- Stress führt zu einer Reduktion der gemeinsam verbrachten Zeit

Dadurch hat das Paar wenig Gelegenheit Gefühle und Zärtlichkeiten auszutauschen oder sexuell aktiv zu werden. Zudem ist unter diesen Umständen die Bereitschaft zur emotionalen Selbstöffnung gegenüber dem Partner reduziert, so dass tiefgehende Gespräche über persönliche Bedürfnisse und Ziele kaum zu Stande kommen und sich die Partner dadurch auseinander leben. Oft fehlt den Paaren auch die Zeit sich gegenseitig über ihre Belastungen auszutauschen und diese dyadisch zu bewältigen. Insgesamt führt Stress zu einer Verringerung des „Wir-Gefühls“ in einer Beziehung, da die Partner weniger gemeinsam erleben bzw. unternehmen.

- Durch Stress verschlechtert sich die Kommunikation eines Paares

Unter Stress nehmen die negativen Anteile in der partnerschaftlichen Kommunikation zu. Gestresste Partner zeigen sich wenig gesprächig, ziehen sich zurück und blocken ab, wodurch sich der andere Partner abgewiesen fühlt. Außerdem ist die Kommunikation laut Bodenmann (2000a) unter Stress durch „Impulsivität und Gereiztheit, welche sich in verbaler und/oder paraverbaler Negativität (Kritik, Vorwürfe, sarkastische Bemerkungen, Abwertungen, Feindseligkeiten etc.) äußern kann“ (S. 85), charakterisiert. Wie bereits an anderer Stelle besprochen, sind diese Kommunikationsmuster für die Partnerschaft in hohem Maße schädlich (siehe Abschnitt 2.1.5.2). Darüber hinaus sind Partner in Stresssituationen gegenüber dem Verhalten bzw. den Einstellungen des anderen

weniger tolerant. Zudem ziehen sie sich zurück und zeigen dem Partner gegenüber weniger Einfühlungsvermögen. Durch diese oberflächliche sowie negative Umgangsweise miteinander distanziert sich das Paar über kurz oder lang, so dass gegenseitige Entfremdung eintritt.

- Stress verursacht gesundheitliche Probleme

Über gesundheitliche Probleme wirkt sich Stress indirekt negativ auf die Partnerschaftsqualität bzw. -zufriedenheit aus. Die psychische oder physische Erkrankung eines oder beider Partner stellt für eine Partnerschaft eine erhebliche Belastung dar.

- Stress legt problematische Persönlichkeitzüge frei

In Stresssituationen ist es schwieriger problematische Persönlichkeitseigenschaften wie beispielsweise Rigidität, Intoleranz, Ängstlichkeit usw. vor dem Partner geheim zu halten, so dass dieser die bisher verborgenen Schwächen kennenlernt. Durch die Entdeckung dieser schwierigen Seiten beim Partner kann es einerseits zu Enttäuschungen kommen, andererseits bietet dieser Prozess die Chance den Partner besser kennenzulernen.

Die vier beschriebenen Wirkmechanismen von Stress führen direkt bzw. indirekt zu einer Verschlechterung der Beziehungsqualität bzw. -zufriedenheit. Bodenmann (2000a, 2003) bezieht die dargestellten Erkenntnisse aus einem Stressexperiment (Bodenmann, 1995). Es handelt sich dabei um das EISI-Experiment (Experimentell Induzierter Stress in dyadischen Interaktionen), bei welchem Stress bei Paaren experimentell induziert wurde, um dessen Auswirkungen von Stress auf die partnerschaftliche Interaktion zu analysieren.

Auch Neff und Karney (2004) machen Aussagen zu den Auswirkungen von Stress auf die Partnerschaft und erwähnen dabei neben der Verschlechterung der Kommunikationsqualität, dass Frauen unter Stress zu einem maladaptiven Attributionsstil neigen, wodurch das Augenmerk auf die negativen Seiten der Beziehung gerichtet ist. D.h. Frauen neigen dazu unter Stress weniger beziehungsdienliche Attributionen vorzunehmen und dem Partner die Schuld für Beziehungsprobleme zuzuschreiben.

2.4.2 Empirische Befunde zur Bedeutung von Stress für die Partnerschaft

Bodenmann (2000a) konstatiert zusammenfassend, dass Stress in sämtlichen bisher veröffentlichten Studien negativ mit der Partnerschaftsqualität und -zufriedenheit zusammenhängt, wobei die Zusammenhangsstärke im mittleren Bereich angesiedelt ist. Er weist darüber hinaus in Form einer Kausalaussage darauf hin, dass Stress erwiesenermaßen einen destruktiven Einfluss auf die Qualität einer Partnerschaft hat, räumt jedoch ein, dass auch umgekehrt eine unbefriedigende Partnerschaft mehr Stress bedingen kann. Bodenmann (1995) konnte im Zusammenhang damit jedoch mittels einer Cross-Lag-Korrelationsanalyse über die Dauer von zwei Jahren zeigen, dass der Einfluss von Stress auf die Qualität einer Partnerschaft im statistischen Sinne stärker ist als dies umgekehrt der Fall ist.

Bodenmann (2000a) nennt als mit der Partnerschaftsqualität negativ assoziierte Stressdomänen Stress hinsichtlich der Kindererziehung, Alltagswidrigkeiten, finanziellen Stress, sozialen Stress und Freizeitstress. Vor allem der Übergang zur Elternschaft stellt in der Regel eine Belastung für ein Paar dar, weshalb Bodenmann (2000a) es für plausibel hält, dass Stress die Ursache für den in mehreren Untersuchungen festgestellten Abfall der Partnerschaftsqualität infolge der Geburt eines Kindes ist.

In einer Längsschnittuntersuchung von Neff und Karney (2004) mit ursprünglich 82 Paaren und 55 Paaren zum Erhebungszeitpunkt nach vier Jahren zeigte sich, dass ein erhöhtes Stressniveau nur in der weiblichen Untersuchungsgruppe signifikant mit einem Abfall der Partnerschaftszufriedenheit assoziiert war. Dieses Ergebnis führen die Autoren einerseits darauf zurück, dass die männlichen Untersuchungsteilnehmer signifikant weniger berufsbezogenen Stress angaben als Frauen. Dies dürfte deshalb der Fall sein, weil Männer weniger Rollenkonflikte hinsichtlich Arbeit und Familie erleben als Frauen (Moen & Yu, 2000; zitiert nach Neff & Karney, 2004, S.146). Andererseits meinen Neff und Karney (2004), dass Männer ihre Frauen in stressreichen Situationen möglicherweise weniger unterstützen als dies umgekehrt der Fall ist, so dass Frauen deshalb größere Einbußen bezüglich der Partnerschaftszufriedenheit auf Grund von Stress erleben, als dies Männer tun. Die Studienautoren argumentieren ihre Annahme mit der Untersuchung von Bolger, DeLongis, Kessler und Wethington (1989, zitiert nach Neff & Karney, 2004, S. 147), in der sich herausstellte, dass Frauen mehr Haushaltsarbeiten als sonst übernahmen, wenn ihre Partner einen stressigen und schwierigen Arbeitstag hatten, während Männer ihre belasteten Partnerinnen nicht in einem solchen Ausmaß unterstützten.

Bodenmann und Cina (2005) untersuchten die Bedeutung von Stress und individuellem bzw. dyadischem Coping für die Partnerschaftsstabilität im Rahmen einer Fünf-Jahres-Längsschnittstudie mit einer Stichprobe von 70 Paaren. Dabei wurden die Paare zum Zeitpunkt der Fünf-Jahres-Katamnese den Kategorien stabil-zufrieden, stabil-unzufrieden und getrennt/geschieden zugeordnet. Die Resultate zeigen, dass stabil-zufriedene Paare zum ersten Messzeitpunkt einen signifikant niedrigeren Gesamtstresswert aufwiesen. Genauer gesagt geben stabil-zufriedene Paare signifikant weniger partnerschaftsbezogenen Stress und Stress in der Freizeit an. Bodenmann (2003) hebt im Zusammenhang damit die schädliche Wirkung von Freizeitstress für die Partnerschaft hervor. Wird die Freizeit nämlich so gestaltet, dass daraus Stress resultiert, geht eine wichtige Regenerationsmöglichkeit für das Paar verloren, so dass Stress nicht adäquat abgebaut werden kann. Kritisch anzumerken ist bei der hier dargestellten Längsschnittstudie von Bodenmann und Cina (2005) die relativ kleine Stichprobengröße, so dass die Kategorienbildung hier methodisch problematisch erscheint.

Da die meisten Studien zum Thema Stress und Partnerschaft auf Selbstbeschreibungsdaten basieren ist das von Bodenmann und Perrez (1992) entwickelte Instrument zur experimentellen Stressinduktion bei Paaren besonders hervorzuheben. Es handelt sich dabei um eine standardisierte Belastungssituation im Labor, mittels derer der Einfluss von Stress und Coping auf die dyadische Interaktion analysiert werden kann. Den Paaren wird dabei vorgegeben, dass es sich bei dem Experiment um einen Paarintelligenztest mit Speedkomponente handelt, so dass Leistungsabhängigkeit und Stress erzeugt wird. Bodenmann (1995) und Bodenmann, Perrez und Gottman (1996) untersuchten mittels dieser experimentellen Methode im Rahmen des zuvor angesprochenen EISI-Experiments 70 Paare. Anhand der dabei gewonnenen Verhaltensbeobachtungsdaten konnten die Autoren zeigen, dass sich die Qualität der Kommunikation unter Stress um 40% verschlechterte. Konkret bedeutet dies, dass die verbale Negativität unter Stress signifikant zunahm, während verbal positive Äußerungen bzw. Verstärkungen hochsignifikant abnahmen. Darüber hinaus konnte festgestellt werden, dass Personen mit dysfunktionalen individuellen Stressbewältigungsmustern signifikant negativer mit ihrem Partner kommunizierten bzw. interagierten. Bodenmann (1997) untersuchte die gleiche Stichprobe im Rahmen einer Zwei-Jahres-Längsschnittstudie noch eingehender. Zum ersten Erhebungszeitpunkt bestand die Stichprobe aus 70 Paaren und zum zweiten Messzeitpunkt aus 49 Paaren. Es zeigte sich, dass Paare, die ein hohes Ausmaß an Stress angeben, im Vergleich zu Paaren mit einem geringen Stresslevel eine akutere Reduktion der Partnerschaftsqualität im Verlauf von zwei Jahren erfahren. Die Berechnung eines Strukturgleichungsmodells

lieferte darüber hinaus klare Evidenz dafür, dass Stress die Partnerschaftsqualität sowohl direkt als auch indirekt negativ beeinflusst. Je höher der Stresslevel, desto schlechter war die physische Konstitution und die psychische Gesundheit der Untersuchungspersonen und desto mehr nahm die Qualität der dyadischen Interaktion ab, was im Sinne von Mediatoreffekten zu einer Verschlechterung der Partnerschaftsqualität führte. Bodenmann (1998, zitiert nach Bodenmann 2000a, S.170) untersuchte dieselbe Stichprobe noch drei weitere Jahre, so dass die Paare insgesamt fünf Jahre hinweg untersucht wurden. Über einen Zeitraum von fünf Jahren verringerte sich die Partnerschaftszufriedenheit von Paaren mit einem hohen Stressniveau im Vergleich zu Paaren, die wenig Stress erlebten, in einem größeren Ausmaß. Es stellte sich heraus, dass individuelle und dyadische Copingfertigkeiten auf diesen negativen Verlauf moderierend wirken können. Paare die viel Stress erlebten, aber über adäquate Stressbewältigungskompetenzen verfügten, wiesen nämlich bezüglich der Partnerschaftsqualität kaum Einbußen auf. Paare mit viel Stress, aber fehlenden individuellen und dyadischen Stressbewältigungsressourcen, erlebten hingegen eine signifikante Reduktion der Partnerschaftszufriedenheit.

In einer Querschnittstudie von Bodenmann, Ledermann und Bradbury (2007) mit 198 heterosexuellen Paaren aus dem deutschsprachigen Teil der Schweiz zeigte sich, dass Partner, die ein hohes Maß an paarextremem Stress berichteten, auch mehr Spannungen und Stress innerhalb der Paardyade erlebten und damit einhergehend geringere Zufriedenheitswerte bezüglich der Partnerschaft angaben. Der Zusammenhang zwischen paarextremem Stress und Partnerschaftszufriedenheit wird demnach durch paarinternen Stress vermittelt. Geschlechtsdifferenzen lagen in dieser Studie dahingehend vor, dass Frauen signifikant mehr Stress berichteten als Männer.

Bodenmann, Charvoz et al. (2007) befragten im Rahmen einer interkulturell angelegten Studie 662 geschiedene Personen aus der Schweiz, Deutschland und Italien zu den vermeintlichen Ursachen ihrer Scheidung. Die Wahl der drei Nationen begründen die Forscher damit, dass Menschen in allen drei ausgewählten Ländern mit einem hohen Stresslevel konfrontiert sind. Die weiblichen Untersuchungspersonen aus allen drei Nationen nannten Stress als Scheidungsursache an dritter Stelle. Insgesamt rangierten hinsichtlich der angegebenen Scheidungsursachen dyadische Kompetenzdefizite, ein Mangel an Commitment oder emotionale Entfremdung an erster Stelle. Außerdem gaben die Studienteilnehmer durchwegs an, dass triviale alltägliche Stressoren Gründe für ihren Entschluss zur Trennung waren. Hinsichtlich soziokultureller Differenzen zeigte sich, dass die Untersuchungsteilnehmer aus der Schweiz Stress als Scheidungsursache häufiger berichteten. Dies erklären Bodenmann, Charvoz et al. (2007) mit der höheren

Arbeitsbelastung, der geringeren staatlichen Unterstützung für Familien und den höheren Lebenshaltungskosten in der Schweiz. Die Hypothese, wonach Italiener Stress bezüglich der Kindererziehung als weniger wichtigen Grund für ihre Scheidung erachten, konnte nicht bestätigt werden. Interessant ist weiters die Tatsache, dass Frauen im Vergleich zu Männern einschneidende Lebensereignisse und Stressakkumulation als Scheidungsursachen häufiger angaben. Bodenmann, Charvoz et al. (2007) vermuten, dass dieses Ergebnis deshalb zu Stande kam, weil Frauen diesen Stressoren möglicherweise in einem höheren Maße ausgesetzt sind, oder weil Frauen eher versuchen zu hinterfragen, warum eine Ehe gescheitert ist.

Karney und Neff (2007) untersuchten bei 169 frischvermählten Paaren Crossover-Effekte bezüglich Stress mittels Fragebogentechnik und Verhaltensbeobachtung über einen Zeitraum von dreieinhalb Jahren. Korrespondierend mit den zuvor referierten Studienergebnissen, zeigte sich auch hier, dass Paare in stressvollen Phasen eine geringere Ehezufriedenheit angeben. Außerdem stellten Karney und Neff (2007) in der Gruppe der Ehemänner signifikante Stressübertragungseffekte fest. Diese Crossover-Effekte manifestierten sich in der Weise, dass Ehemänner geringere Partnerschaftszufriedenheitswerte angaben, wenn ihre Frauen eine stressreiche Zeit durchlebten. D.h. der Stress der Ehefrauen hatte einen Einfluss darauf, wie sich die Ehemänner in der Beziehung fühlten. Aus methodischer Sicht ist erwähnenswert, dass das Stressniveau des Ehemannes selbst in den Berechnungen als Kontrollvariable berücksichtigt wurde, um den Zusammenhang zwischen dem Stress der Ehefrau und der Zufriedenheit des Ehemannes isoliert zu betrachten. Die Zufriedenheitswerte der Ehefrauen änderten sich nicht signifikant in Abhängigkeit vom Stressniveau des Ehemannes. Karney und Neff (2007) fanden jedoch in einem weiteren Analyseschritt heraus, dass erhöhter Stress der Ehemänner stärker mit geringeren Zufriedenheitswerten bei den Ehefrauen assoziiert war, wenn die Frauen selbst einem hohen Ausmaß an Stress ausgesetzt waren. Daraus schlussfolgern die Studienautoren, dass Frauen in Zeiten, in denen sie selbst viel Stress erleben, anfällig für Crossover-Effekte sind. Auch wenn grundsätzlich kein signifikanter Stressübertragungseffekt in der weiblichen Stichprobe vorzufinden war, betonen Karney und Neff (2007), dass es unter den eben beschriebenen Umständen zu einem solchen Effekt kommen kann und somit die Beziehungszufriedenheit der Frau nicht völlig vom Stress des Ehemannes unbeeinflusst bleibt. Die Autoren erklären im Zusammenhang damit, dass es für einen Partner, der selbst sehr gestresst ist, schwierig ist adäquat bzw. positiv auf die erhöhte Stressbelastung des Partners zu reagieren. Partner, die sich selbst hingegen wenig gestresst fühlen, sind in der Lage die negativen Verhaltensweisen, die ihr Partner auf

Grund einer hohen Stressbelastung an den Tag legt, positiv umzudeuten bzw. diese zu tolerieren. Außerdem führen sie die negativen Verhaltensweisen ihres Partners korrekterweise auf den Stressor zurück. Dadurch gelingt es die Zufriedenheit mit der Partnerschaft zu bewahren und eine Übertragung des Stresses vom Partner auf sich selbst zu verhindern. Karney und Neff (2007) erfassten zusätzlich Konfliktbewältigungsstrategien der Paare durch Videoaufzeichnung einer 10-minütigen Diskussion. In Moderatoranalysen zeigte sich, dass Männer eher von Crossover-Effekten berichteten, wenn sich das Paar durch einen negativen Konfliktlösungsstil auszeichnete.

Bodenmann (2000a) geht im Rahmen seiner Stress-Scheidungstheorie davon aus, dass Alltagswidrigkeiten, die ihren Ursprung außerhalb der Dyade haben, eine besonders schädliche Wirkung auf die Partnerschaft haben, da sie die Partnerschaftsqualität langsam unterminieren, ohne dass dies den Partnern bewusst ist. Laut Bodenmann (2000a) sind Daily Hassles für die Partnerschaft deshalb so gefährlich, weil sie häufig auftreten, unvorhersehbar und unkontrollierbar sind. Fühlt sich ein Partner durch Daily Hassles belastet und zeigt dadurch entsprechende Stressreaktionen, ruft dies beim anderen Partner wenig Verständnis und Einfühlvermögen hervor, da erwartet wird, dass der Partner mit diesen täglichen Mikrostressoren selbst fertig wird. So kommt es, dass Partner mit der Bewältigung dieser Alltagswidrigkeiten alleine gelassen werden. Bodenmann (2000a) gibt zu bedenken, dass Stress auf Grund von alltäglichen Widrigkeiten seinen Ursprung meist in der Persönlichkeit hat. Es hängt demnach stark von der Persönlichkeit ab, ob bzw. ab welchem Grad man ein Ereignis als irritierend oder ärgerlich empfindet und somit alltägliche Widrigkeiten erlebt.

Bodenmann, Ledermann und Bradbury (2007) konnten in einer Querschnittstudie mit 198 heterosexuellen Paaren zeigen, dass der negative Effekt von Daily Hassles auf die Partnerschaft größer ist als derjenige von kritischen Lebensereignissen. Dieses Ergebnis korrespondiert mit der Annahme der transaktionalen Stresstheorie von Lazarus et al. (1984), wonach triviale alltägliche Widrigkeiten ein beachtliches Ausmaß an Stress verursachen, welcher auf das Arbeitsleben oder soziale Beziehungen überschwappen kann. Bodenmann Ledermann und Bradbury (2007) erklären ihre Befunde in der Weise, dass Partner die Akkumulation von alltäglichen Stressoren öfter erleben als kritische Lebensereignisse, wodurch erstere eine größere Gefahr für die Partnerschaft darstellen. Weiters geben die Autoren zu bedenken, dass einschneidende Lebensereignisse Vorkommnisse sind, die die Partner meist gemeinsam erleben bzw. erfahren, so dass gegenseitiges Verständnis dafür vorhanden ist, und die Dyade dadurch weniger korrodiert wird. Daily Hassles werden hingegen eher alleine erlebt und auf individueller Ebene bewältigt, wodurch sie möglicherweise größere Spannungen zwischen den

Partnern verursachen. Dies liegt darin begründet, dass Partner auf Stress, der auf Grund von Daily Hassles entsteht, weniger empathisch und verständnisvoll reagieren, da ihnen oft gar nicht bewusst ist mit welcher Art von Daily Hassles der Partner konfrontiert ist. Zudem werden Auswirkungen und Intensität von Alltagswidrigkeiten unterschätzt.

Während der negative Zusammenhang zwischen Alltagswidrigkeiten und Partnerschaftsqualität bzw. –zufriedenheit als empirisch gesichert gilt, liegt hinsichtlich des Zusammenhangs von kritischen Lebensereignissen und Partnerschaftsqualität ein weniger einheitliches Bild vor. Bisherige Befunde lassen vermuten, dass Makrostressoren wie kritische Lebensereignisse das Paar zu einer stärkeren Kohäsion veranlassen, und die Zufriedenheit mit der Partnerschaft vorübergehend unverändert bleibt oder höher wird (Bodenmann, 2000a).

2.5 Die Bedeutung der Stressbewältigung für Partnerschaften

In den nachfolgenden Ausführungen werden Forschungsbefunde zum Einfluss von individueller Stressverarbeitung auf die Partnerschaft vorgestellt. Außerdem werden aktuelle empirische Befunde zu dyadischem Coping und seiner Bedeutung für das Funktionieren einer Partnerschaft präsentiert.

2.5.1 Empirische Befunde zu individuellem Coping und Partnerschaft

In mehreren Untersuchungen konnte nachgewiesen werden, dass die Art und Weise, wie jeder Partner einzeln Stress bewältigt, signifikant mit der Qualität, dem Verlauf und der Stabilität der Partnerschaft zusammenhängen. Je effektiver beide Partner im Stande sind Stress zu verarbeiten, desto günstiger ist der Verlauf einer Partnerschaft und desto geringer ist das Scheidungsrisiko (Bodenmann, 2003). Bodenmann (2000a) definiert effektive individuelle Stressbewältigung innerhalb der Partnerschaft derart, dass es demjenigen Partner, der Stress erlebt, gelingt diesen selbst zu bewältigen, ohne dass der andere Partner diesen Stress realisiert und ins Geschehen mit hineingezogen wird.

Bodenmann (1995, 2000a, 2000b) hält nach einer Literaturdurchsicht zusammenfassend fest, dass sich positive Selbstgespräche, Umbewertung, Palliation (Gefühlsberuhigung durch guten Zuspruch, Entspannung etc.), aktive Beeinflussung der Situation, Offenheit, Optimismus und konstruktive Konfliktlösung als funktionale individuelle Copingstrategien

im Rahmen der Partnerschaft erwiesen haben. Als dysfunktionale individuelle Stressbewältigungsstrategien führt der Autor hingegen Vermeidung der Situation, Passivität, Resignation und Rückzug, Selbstabwertungen, Partner- und Selbstvorwurf, Verleugnung, Rumination, negative Selbstverbalisation, Missbrauch von Substanzen (Alkohol, Nikotin, Drogen, Medikamenten) sowie Gewaltanwendung an. Bodenmann (2000a) geht davon aus, dass Partner, die häufig dysfunktionale individuelle Stressbewältigungsstrategien einsetzen, „eine stärkere Kontaminierung des dyadischen Systems mit Stress bewirken“ (S. 74) und häufiger auf dyadisches Coping des Partners zurückgreifen müssen.

Bodenmann und Cina (1999) konnten im Rahmen einer Vier-Jahres-Längsschnittstudie zeigen, dass stabil-zufriedene Paare im Vergleich zu stabil-unzufriedenen und getrennt/geschiedenen Paaren am wenigsten zu den ungünstigen Copingstrategien Selbst- und Partnervorwurf greifen. Signifikante Geschlechtsdifferenzen ergaben sich hinsichtlich der Copingstrategie Palliation (Gefühlsberuhigung), welche Frauen häufiger nannten. Männer wiesen hinsichtlich der Copingstrategie Passivität tendenziell höhere Werte auf.

Bowman (1990) untersuchte in einer Studie mit 368 verheirateten Personen, welche Copingstrategien angesichts immer wiederkehrender ehelicher Spannungen und Problemen angewendet werden. Er konnte fünf robuste Faktoren („Positive Approach“, „Conflict“, „Introspective self-blame“, „self-interest“, „avoidance“) identifizieren, welche die, von den Studienteilnehmern berichteten, Copingbemühungen im Rahmen der Partnerschaft hinreichend widerspiegeln. Die Strategie „Positive Approach“, welche durch Items repräsentiert ist, die eine Verbesserung der emotionalen Qualität der Beziehung zum Inhalt haben (z.B. physische Zuneigung, Initiierung gemeinsamer Aktivitäten etc.) war positiv mit ehelicher Zufriedenheit assoziiert.

In Bezugnahme auf die weiter oben dargestellte Bindungstheorie sind die Forschungsbefunde von Lussier, Sabourin und Turgeon (1997) nennenswert, die die Beziehung zwischen Bindungsstil, individuellem Coping und Partnerschaftsqualität bei 263 Paaren untersucht haben. Ihre Ergebnisse zeigen, dass ein sicherer Bindungsstil mit einer höheren problembezogenen Stressbewältigung assoziiert ist, was sich auf die Partnerschaftsqualität positiv auswirkt. Ängstlich/ambivalent gebundene Partner greifen hingegen eher zu emotionsbezogenem Coping und vermeidend gebundene Partner eher zu Vermeidungsstrategien.

Ein weiterer erwähnenswerter Aspekt bezieht sich auf das Zusammenspiel der Bewältigungskompetenzen zwischen den beiden Partnern, das für die Qualität der

Stressbewältigung von Bedeutung ist. Laut Bodenmann (2003) zeigen Forschungsarbeiten, dass eine Übereinstimmung bezüglich der Bewältigungsstrategien insgesamt eher vorteilhaft ist und sowohl mit einem besseren individuellen Wohlbefinden als auch einer höheren Partnerschaftszufriedenheit verbunden ist. Barbarin, Hughes und Chesler (1985) weisen jedoch darauf hin, dass der Zusammenhang zwischen Bewältigungskongruenz der beiden Partner und Partnerschaftsqualität komplex ist. Beim problembezogenen Coping erwies sich ein komplementäres Vorgehen der Partner (z.B. während ein Partner noch grübelt, beginnt der andere bereits mit der aktiven Lösung des Problems) in Hinblick auf die Partnerschaftsqualität als günstig, während beim emotionsbezogenen Coping eine hohe Übereinstimmung der Partner funktionaler zu sein scheint. Dinkel (2006) konstatiert, dass Kongruenz im Bewältigungsverhalten positiv wirken kann, per se jedoch nicht ausschlaggebend ist. Es hängt davon ab, worin die Partner übereinstimmen.

Laux und Schütz (1996) führten ein Projekt zur Stressbewältigung in Familien durch und identifizierten innerhalb ihrer Stichprobe, die sich aus 194 Ehepaaren mit wenigstens einem Kind zusammensetzte, eine Teilgruppe, die sog. „Bewältigungsexperten“. Diese Personen zeichneten sich im Vergleich zu den anderen Teilnehmern durch weniger körperliche Beschwerden und ein höheres seelisches Wohlbefinden aus. Limmer, Laux und Schwarz (1998) untersuchten diese Teilgruppe eingehender und fanden dabei heraus, dass diese sog. Bewältigungskünstler zur Reinterpretation von problematischen Situationen neigen oder diese relativieren („kein Streit, sondern eine Meinungsverschiedenheit“). Außerdem tendieren sie dazu sich in einem positiven Licht zu sehen und sich trotzdem Schwächen einzugestehen. Darüber hinaus neigen diese Personen dazu das Gespräch mit dem Partner zu suchen und sich während eines Konfliktes auch in die Lage des Partners zu versetzen.

2.5.2 Empirische Befunde zu dyadischem Coping und Partnerschaft

In der in Abschnitt 2.4.2 bereits dargestellten Studie von Bodenmann und Cina (2005) zeigte sich, dass stabil-zufriedene Paare häufiger dyadisches Coping praktizierten als stabil-unzufriedene und getrennt/geschiedene Paare. Erstere leisteten einander in Stresssituationen signifikant mehr emotionale und sachbezogene Unterstützung. Geschlechtsunterschiede lagen dahingehend vor, dass Frauen mehr sach- und emotionsbezogenen Stress äußerten. In einer Diskriminanzanalyse ermittelten Bodenmann und Cina (2005) darüber hinaus den prädiktiven Wert der Variablen Stress,

individuelles und dyadisches Coping in Bezug auf Scheidung fünf Jahre nach dem ersten Erhebungszeitpunkt. Eine korrekte Vorhersage der Gruppenzugehörigkeit gelang bei den stabilen Paaren zu 79 % und bei den instabilen Paaren in 58.8% der Fälle. Insgesamt konnten 73.3 % der Paare richtig klassifiziert werden, wobei sich dyadisches Coping als wichtigster Prädiktor für die Vorhersage der Partnerschaftstabilität erwies.

Um die Beziehung zwischen dyadischem Coping und Partnerschaftsqualität zu analysieren, führte Bodenmann (2000a) eine Metaanalyse durch, in die 13 Studien mit insgesamt 800 Paaren miteinbezogen wurden. Es ergab sich eine Effektstärke von $g = 1.21$, so dass der Zusammenhang zwischen dyadischem Coping und Partnerschaftsqualität bzw. –zufriedenheit als stark bezeichnet werden kann. Auf Subskalenebene zeigte sich, dass emotionsbezogenes supportives dyadisches Coping sowie sach- und emotionsbezogenes gemeinsames dyadisches Coping am stärksten positiv mit der Partnerschaftsqualität assoziiert sind (Korrelationen bis zu $r = .62$). Im Rahmen von Regressionsanalysen zeigte sich, dass die Variable dyadisches Coping bei den Frauen 71% und bei den Männern 65% der Varianz ihrer eigenen Partnerschaftsqualität aufklärte. Darüber hinaus untersuchte Bodenmann (2000a) im Rahmen dieser Metaanalyse den Zusammenhang zwischen der Übereinstimmung der Partner bezüglich ihrer Angaben zum dyadischen Coping und der Partnerschaftsqualität. Dabei stellte sich heraus, dass eine Übereinstimmung im dyadischen Coping signifikant mit einer höheren Partnerschaftsqualität einherging. Kritisch zu betrachten ist bei dieser Untersuchung die Tatsache, dass alle in der Metaanalyse erfassten Stichproben aus schweizer Personen bestanden, und alle Studien an der Universität Fribourg durchgeführt wurden. Einen selektiven Laboreffekt schließt Bodenmann (2000a) jedoch aus, da unterschiedliche Versuchsleiter zum Einsatz kamen.

Bodenmann, Meyer, Binz und Brunner (2004) konnten die von Gottman (1994) postulierte Paartypologie (siehe Abschnitt 2.1.5.2) an einer Stichprobe von 1783 verheirateten Personen aus der Schweiz replizieren und zeigen, dass signifikante Unterschiede zwischen den drei funktionalen Paartypen und den zwei dysfunktionalen Paartypen hinsichtlich der gemeinsamen Stressbewältigung vorliegen. Die Gruppe des impulsiven Paartypus erreichte die höchsten Werte beim dyadischen Coping, gefolgt von den wertschätzenden und vermeidenden Paartypen. Die hostile/hostil-losgelösten Paare wiesen im Unterschied dazu die niedrigsten Werte bezüglich dyadischen Copings auf. Der impulsive Paartypus erwies sich insgesamt in dieser Untersuchung als günstigster Paartyp, da diese Gruppe sowohl bezüglich der Partnerschaftszufriedenheit als auch hinsichtlich der Kommunikation und des dyadischen Copings die höchsten Werte aufwies. Dieses Ergebnis ist laut Bodenmann et al. (2004) insofern interessant, als lange

Zeit der wertschätzende Paartypus als ideale Form der Partnerschaft angesehen wurde. Bodenmann et al. (2004) begründen das Resultat damit, dass es Paaren des impulsiven Typus trotz relativ häufig auftretender Konflikte gelingt langfristig eine spannende, leidenschaftliche und lebhaft Partnerschaft zu führen.

Auch die Längsschnittuntersuchung von Bodenmann, Pihet und Kayser (2006) belegt den Zusammenhang zwischen dyadischem Coping und Partnerschaftsqualität. Die Autoren untersuchten 110 Schweizer Paare über einen Zeitraum von zwei Jahren. Dabei zeigte sich konstant, dass ein hohes Maß an positivem dyadischem Coping und ein geringes Maß an negativem dyadischem Coping mit weniger Streitigkeiten unter den Partnern, mehr Zärtlichkeit und einem stärkeren Wir-Gefühl verbunden waren. Detaillierten Analysen hinsichtlich der verschiedenen dyadischen Copingformen zufolge sind höhere Werte bezüglich der Stresskommunikation, des supportiven dyadischen Copings und des gemeinsamen dyadischen Copings positiv mit der Partnerschaftsqualität assoziiert. Signifikante Geschlechtsdifferenzen ergaben sich dahingehend, dass das dyadische Coping seitens des Mannes für die Beziehungsqualität beider Partner ausschlaggebender war. Beide Partner schätzten die Qualität ihrer Partnerschaft nämlich hoch ein, wenn der Mann angab wenig negatives dyadisches Coping zu praktizieren. Negatives dyadisches Coping seitens der Frau hatte hingegen keinen Einfluss auf die wahrgenommene Partnerschaftsqualität beider Partner. Dies Resultat könnte laut Bodenmann et al. (2006) darauf zurückgeführt werden, dass Frauen das Verhalten ihres Partners genauer beobachten, so dass die Copingbeiträge des Mannes einen wesentlichen Einfluss darauf haben, ob eine Frau mit ihrer Beziehung glücklich ist.

Im Rahmen des von Bodenmann (1995) durchgeführten EISI-Experiments zeigte sich, dass Personen, die ihren Stress dem Partner in der Laborsituation mitteilten und auch auf dessen Stress eingingen mit ihrer Partnerschaft zufriedener waren, als Personen, die kaum dyadisches Coping praktizierten. Weiters zeigte sich, dass die negativen Auswirkungen von Stress auf die gemeinsame Interaktion des Paares durch qualitativ hochwertiges dyadisches Coping gedämpft werden können.

Altersunterschiede bezüglich dyadischen Copings wurden von Bodenmann und Widmer (2000) an einer Stichprobe von 242 Paaren untersucht, wobei diese in Gruppen jüngerer (unter 30 Jahre), mittlerer (30-50 Jahre) und älterer Paare (über 50 Jahre) eingeteilt wurden. Die Gruppe der ältesten Untersuchungssteilnehmer praktizierte am wenigsten dyadisches Coping und war mit der Partnerunterstützung am wenigsten zufrieden. Außerdem wiesen sie in Bezug auf die Partnerschaftsqualität die niedrigsten Werte auf,

so dass diese Variable bei den Berechnungen als Kontrollvariable berücksichtigt wurde. Bodenmann und Widmer (2000) schließen aus diesen Ergebnissen, dass dyadisches Coping in der Gruppe der über 50-Jährigen nicht ausreichend etabliert ist. Die höchsten Werte bezüglich dyadischen Copings gab die Gruppe der jüngeren Paare (unter 30 Jahre) an, wobei diese signifikant mehr gemeinsames emotionales dyadisches Coping als die beiden anderen Altersgruppen anwendeten. In Bezug auf Geschlechtsunterschiede stellte sich heraus, dass Frauen bei der Stresskommunikation höhere Werte aufwiesen. Außerdem waren Frauen mit der Unterstützung des Partners weniger zufrieden und schätzten diese als weniger wirksam ein. Zudem gaben Frauen an, sich häufiger zurückzuziehen, wenn ihr Partner gestresst ist. Männer berichteten hingegen öfters ihre Partnerin widerwillig zu unterstützen (ambivalentes dyadisches Coping).

Insgesamt verdeutlichen die eben dargelegten Befunde die herausragende Bedeutung interpersoneller Stressbewältigung für das Funktionieren einer Partnerschaft.

2.6 Sexualität

Im folgenden Abschnitt soll näher beleuchtet werden, welchen Einfluss Stress auf die Paarsexualität hat. Zunächst wird erläutert wie der Begriff Sexualität zu definieren ist. Danach wird auf das Verhältnis zwischen sexueller Zufriedenheit und Partnerschaftsqualität eingegangen. Abschließend werden Forschungsergebnisse zum Zusammenhang zwischen Stress und Sexualität präsentiert.

2.6.1 Was ist Sexualität?

„Sexualität ist ein vielschichtiger, zahlreiche Aspekte umfassender Verhaltens- und Erlebensbereich, der durch eine enge Verknüpfung von körperlichen und psychischen Prozessen gekennzeichnet ist“ (Strauß, 2007, S. 623). Sexualität dient zur Vertiefung von Paarbeziehungen und erfüllt somit neben einer biologischen Funktion eine beziehungsbezogene Funktion (vgl. Hoyndorf, Reinhold & Christmann, 1995).

2.6.2 Sexuelle Zufriedenheit gleich glückliche Partnerschaft?

Sexuelle Zufriedenheit stellt etwas höchst Subjektives dar. So empfinden manche Paare ihre Sexualität als befriedigend, obwohl sie kaum noch Sexualverkehr haben und andere Paare, die mehrmals pro Woche intim werden, bezeichnen sich trotzdem als sexuell unzufrieden (Heinrichs, Bodenmann & Hahlweg, 2008).

Sexuelle Zufriedenheit gilt als zentrales Merkmal von romantischen Beziehungen und ist in der Regel mit einer höheren Partnerschaftszufriedenheit assoziiert (vgl. Bodenmann 2000a; Morokoff & Gilliland, 1993; Regan, 1998). Schröder, Hahlweg, Hank und Klann (1994) berichten, dass Paare, die sich in Paartherapie begeben, zu 70-75 % Probleme mit der partnerschaftlichen Sexualität angeben. Es wird davon ausgegangen, dass Partnerschaftsprobleme und Probleme im sexuellen Bereich eng miteinander verbunden sind. Die Richtung dieses Zusammenhangs ist jedoch nicht klar, da sich entweder Spannungen in der Partnerschaft negativ auf das Sexuelle auswirken können oder aber sexuelle Unzufriedenheit die Partnerschaft belasten kann (Zimmer, 1985). Sexualität ist laut Schröder et al. (1994) „auch bei sonst glücklichen Paaren ein sensibler und sehr störanfälliger Bereich partnerschaftlicher Interaktion“ (S. 179). So fanden Schröder et al. (1994) heraus, dass ein beachtlicher Teil an sich zufriedener Paare (30% der Männer und 18 % der Frauen) ihr Sexuelleben als unbefriedigend erlebt. Geringe sexuelle Frequenz, Schwierigkeiten bezüglich der Artikulation sexueller Bedürfnisse und Eintönigkeit wurden dabei von den Studienteilnehmern am häufigsten beklagt. In Bezug auf geschlechtsspezifische Unterschiede in der Belastungskonstellation hat sich in mehreren Studien gezeigt, dass Männer vor allem mit der Häufigkeit der Sexualkontakte unzufrieden sind und sie die mangelnde sexuelle Initiative und Experimentierfreudigkeit ihrer Partnerinnen beklagen. Frauen genießen die sexuellen Kontakte hingegen weniger bzw. erleben sie als weniger befriedigend und haben oft das Gefühl sexuell ausgenutzt zu sein (vgl. Hoyndorf et al., 1995; Kröger, Hahlweg & Klann, 2007).

Auch Hoyndorf et al. (1995) berichten, dass an sich glückliche Paare häufig in sexueller Hinsicht unzufrieden sind. Eine ursächliche Rolle spielen dabei laut Hoyndorf et al. (1995) unter anderem unrealistische Erwartungen bzw. verzerrte Vorstellungen oder Mythen in Bezug auf die männliche und weibliche Sexualität, welche in der Gesellschaft geprägt werden. Schmidt (1993) spricht beispielsweise von der unausgesprochenen Illusion, dass sich die Sexualität in lang andauernden Paarbeziehungen nicht verändert, sondern immer so intensiv bleibt wie in der ersten Verliebtheitsphase. Mutet das Sexuelleben mit der Zeit doch etwas monotoner und langweiliger an, wirkt dies auf viele Paare beunruhigend.

2.6.3 Die Bedeutung von Stress für die Sexualität in einer Partnerschaft

Stress bedingt eine Reduktion der gemeinsam verbrachten Zeit, so dass ein Paar unter diesen Umständen kaum Gelegenheit hat befriedigende sexuelle Begegnungen zu erleben. Auf Dauer wirkt sich dies auf die Intimität eines Paares nachteilig aus (Bodenmann, 2003). Kaplan (2000) betont indes, dass „der Mensch nicht dazu geschaffen ist, sich unter gefährlichen, verausgabenden und von Stress geprägten Bedingungen fortzupflanzen“ (S. 78). Im Rahmen ihrer langjährigen Arbeit als Sexualtherapeutin beobachtet Kaplan (2000) immer öfter, dass Paare, die eine niedrige Sexualefrequenz beklagen, einen völlig überladenen, von Stress gekennzeichneten Lebensstil führen. Kaluza (2004) weist indes darauf hin, dass das sexuelle Verlangen durch Stress gehemmt wird, da weniger Sexualhormone ausgeschüttet werden.

In der sexualtherapeutischen Literatur wird Stress in der Pathogenese von sexuellen Funktionsstörungen (z.B.: Libidoverlust, Erektionsstörungen etc.) eine wichtige Rolle zugeschrieben (z.B.: Hoyndorf et al. 1995; Kaplan, 2000). Vor allem verminderte sexuelle Lust bei beiden Geschlechtern, sexuelle Aversion und Vaginismus bei Frauen bzw. Ejaculatio praecox bei Männern sind Schwierigkeiten, die im Zusammenhang mit Stress vorkommen (Heinrichs et al., 2008).

Schmidt und Arentewicz (1993) definieren sexuelle Funktionsstörungen als „Beeinträchtigungen des sexuellen Erlebens und Verhaltens, die mit ausbleibenden, verminderten oder atypischen genitalphysiologischen Reaktionen einhergehen“ (S. 18). In Bezug auf die Prävalenz von sexuellen Störungen hält Strauß (2007) fest, dass diese bei Frauen und Männern sehr häufig sind. Laut Hauch (2006, S.17) kann die Prävalenzrate sexueller Funktionsstörungen in der Bevölkerung auf 10 % geschätzt werden. Besonders zugenommen haben in den letzten Jahren Störungen der sexuellen Appetenz, und zwar vor allem bei Frauen (Strauß, 1999). Hauch (2006) berichtet im Zusammenhang damit, dass zunehmend vor allem jüngere Paare, die karriereorientiert sind bzw. unter beruflichem Stress leiden und durch Investitionen finanziell unter Druck stehen, sexualtherapeutische Hilfe wegen verminderter sexueller Lust aufsuchen. In diesem Fall gestaltet sich laut Hauch (2006) eine Sexualtherapie jedoch schwierig, da betroffene Paare meist kaum Zeit für regelmäßige Sitzungen finden und außerdem nicht genügend Zeit vorhanden ist, um häusliche Verhaltensübungen (z.B. Streichelübungen) durchzuführen.

Morokoff und Gilliland (1993) untersuchten den Zusammenhang zwischen Stress und sexuellen Funktionsstörungen bei 92 Männern und 73 Frauen. Dabei zeigte sich, dass arbeitslose Männer signifikant häufiger unter Erektionsstörungen litten. Daily Hassles und andere stressreiche Lebensereignisse (z.B. Umzug, neue Arbeitsstelle) korrelierten hingegen nicht mit sexuellen Funktionsstörungen. Die Studienautoren (1993) vermuten, dass Männer, die von Arbeitslosigkeit betroffen sind, ihre männliche Potenz als geschmälert wahrnehmen, da Erwerbstätigkeit für die Erfüllung des männlichen Rollenbildes eine zentrale Bedeutung hat. Diese Ergebnisse legen laut den Studienautoren nahe, dass Stressoren nicht mit sexuellen Dysfunktionen assoziiert sind, außer sie haben im psychologischen Sinne eine wichtige Bedeutung für das sexuelle Funktionieren.

Bodenmann (2000a) verglich Paare mit Sexualstörung und solche ohne in Hinblick auf das erlebte Stressausmaß. Dabei zeigte sich, dass Paare mit einer Sexualstörung signifikant mehr Stress im Zusammenhang mit dem psychischen Befinden wahrnehmen, mehr Stress im Sozialen und Stress im Zusammenhang mit dem Wohnen angeben sowie mehr Alltagswidrigkeiten erleben.

Eine der wenigen Studien zum Zusammenspiel von Stress, Sexualität und Partnerschaftszufriedenheit ist jene von Bodenmann, Ledermann und Bradbury (2007), die 198 Paare aus dem deutschsprachigen Teil der Schweiz im Rahmen eines querschnittlichen Designs untersuchten. In Bezug auf Stress nahmen die Autoren eine wichtige Differenzierung vor, indem sie zwischen externem Stress (Stress von außerhalb der Dyade) und Stress, der innerhalb der Dyade entsteht (Spannungen in der Beziehung) unterschieden. Die Ergebnisse zeigen, dass Paare, die ein hohes Maß an paarextremem Stress erlebten, mehr Spannungen und Stress innerhalb der Paardyade wahrnahmen und damit einhergehend geringere Werte bezüglich der Partnerschaftszufriedenheit, der sexuellen Zufriedenheit und der sexuellen Aktivität angaben, sowie über mehr sexuelle Dysfunktionen berichteten. Der Zusammenhang zwischen paarextremem Stress und sexueller Zufriedenheit wird demnach durch paarinternen Stress mediiert. Bodenmann, Ledermann und Bradbury (2007) folgern aus den Ergebnissen ihrer Studie, dass unterschiedliche Ziele, divergierende Bedürfnisse und störende Angewohnheiten der Partner auf Grund von externen Stressoren verstärkt zu Tage treten und die Beziehung belasten. Daraus resultiere paarinterner Stress, der zu einer geringeren Zufriedenheit mit der Partnerschaft an sich und dem Sexualeben führt. Neben diesen Ergebnissen machten Bodenmann, Ledermann und Bradbury (2007) die interessante Beobachtung, dass bei Männern mit geringer Partnerschaftszufriedenheit eine positive Beziehung

zwischen Daily Hassles und sexueller Aktivität vorliegt. Bei Frauen, die niedrige Zufriedenheitswerte bezüglich der Partnerschaft angaben, zeichnete sich allerdings ein anderes Bild ab. Bei ihnen verringerte sich die sexuelle Aktivität angesichts eines hohen Ausmaßes an Daily Hassles. Bei relativ zufriedenen Paaren variierte die sexuelle Aktivität nicht in Abhängigkeit vom Ausmaß an Daily Hassles.

In der Untersuchung von Morokoff und Gilliland (1993) zeigte sich im Zusammenhang damit, dass sowohl Frauen als auch Männer mit zunehmendem Ausmaß an Daily Hassles mehr sexuelle Lust berichteten und häufiger Sexualverkehr wünschten. Die Autoren vermuten, dass Sex, in Anbetracht einer hohen Belastung durch Alltagswidrigkeiten, wegen seiner relaxierenden Wirkung vermehrt als Copingstrategie eingesetzt wird. Eine andere Erklärung für den erstaunlichen Befund besteht darin, dass die Untersuchungspersonen das durch die Daily Hassles verursachte erhöhte Arousal fälschlicherweise als sexuelle Erregung interpretiert haben.

Bodenmann, Ledermann, Blattner-Bollinger und Galluzzo (2006, zitiert nach McKay, 2006, S.47) untersuchten an einer Stichprobe von 198 Paaren den Zusammenhang zwischen Stress, kritischen Lebensereignissen und sexuellen Problemen. Anhand der Ergebnisse wird deutlich, dass paarinterner Stress (z.B.: Konflikte, Spannungen, störende Gewohnheiten des Partners, Sorge um das Wohlergehen des Partners etc.) eine wichtige Rolle bei der Entstehung von sexuellen Problemen spielt. Paarinterner Stress konnte 9-26% der Varianz in Bezug auf sexuelle Probleme aufklären und bis zu 47% der Varianz in Bezug auf sexuelle Dysfunktionen, wie beispielsweise Störungen des sexuellen Verlangens. Paarinterner Stress manifestierte sich auch dann als wesentlicher Prädiktor für sexuelle Probleme nachdem die Partnerschaftsqualität und psychische Probleme des Paares als Kontrollvariablen berücksichtigt wurden. Für Stress, der seine Ursache außerhalb der Dyade hat (z.B.: beruflicher Stress, finanzielle Schwierigkeiten etc.) ergab sich hinsichtlich sexueller Probleme kein signifikanter Effekt. Bodenmann et al. (2006, zitiert nach McKay, 2006) schließen aus diesen Ergebnissen, dass die Vermittlung allgemeiner Stressbewältigungstechniken, wie beispielsweise Entspannungsübungen, für Paare mit sexuellen Schwierigkeiten von limitierter Nützlichkeit sein könnten, da laut Untersuchungsergebnissen paarinterner Stress mit sexuellen Problemen assoziiert ist und nicht externer Stress. Vielmehr wird eine Intervention empfohlen, die darauf abzielt die Kommunikations- und Konfliktlösungskompetenzen eines Paares zu verbessern, um Spannungen in der Beziehung vorzubeugen.

3. Empirischer Teil

Im zweiten Teil der Arbeit wird die Methodik der Untersuchung beschrieben. Die aufgestellten Fragestellungen und Hypothesen werden vorgestellt sowie die Ergebnisse der dazugehörigen inferenzstatistischen Überprüfungen dargestellt. Die Berechnung der statistischen Analysen erfolgte mit der Statistik-Software SPSS 16.0.

3.1 Fragestellungen und Hypothesen

In der vorliegenden Studie soll geklärt werden, welche Bedeutung das Ausmaß an Stress für verschiedene Aspekte der Partnerschaftsqualität hat. Außerdem stellt sich die Frage inwieweit individuelle und dyadische Copingressourcen Determinanten für Partnerschaftsqualität und –zufriedenheit sind. Da der Bereich Sexualität in den meisten Untersuchungen zu Stress bei Paaren keine Berücksichtigung findet, soll diese als Facette der Partnerschaftsqualität hier explizit analysiert werden.

Diese interessierenden Bereiche werden im Rahmen der Arbeit mittels Fragebogentechnik (Selbst- und Fremdbeschreibung) operationalisiert. Die verwendeten Messverfahren stellen somit Indikatoren für die zu untersuchenden Dimensionen (Stressausmaß, Daily Hassles, individuelle Stressverarbeitungsstrategien, dyadische Stressbewältigung, Partnerschaftsqualität und –zufriedenheit, sexuelle Zufriedenheit) dar.

Die Forschungshypothesen wurden in inhaltlich zusammengehörige Blöcke gegliedert:

In diversen Untersuchungen zum Thema Stress und Partnerschaft (z.B. Bodenmann, 1997; Bodenmann & Cina, 2005; Karney & Neff, 2007) hat sich gezeigt, dass Paare, die ein hohes Stressniveau angeben, gleichzeitig mit ihrer Partnerschaft weniger zufrieden sind. Auf Grund dieser Befunde werden folgende Hypothesen postuliert:

H₁: Personen unterscheiden sich in Abhängigkeit ihrer Partnerschaftsqualität hinsichtlich des angegebenen Stressausmaßes. Es gibt eine Wechselwirkung zwischen Geschlecht und Ausmaß der Partnerschaftsqualität in Bezug auf das erlebte Stressniveau.

H₂: Personen unterscheiden sich in Abhängigkeit ihrer Partnerschaftszufriedenheit in Hinblick auf das berichtete Stressausmaß. Es gibt Wechselwirkungen zwischen Geschlecht und Ausmaß der Partnerschaftszufriedenheit bezüglich des Stressniveaus.

Studien zu den Auswirkungen von Stress auf die Paarinteraktion belegen, dass die Kommunikationsqualität in Partnerschaften unter stressigen Bedingungen um rund 40% abnimmt. Korrespondierend dazu wird folgende Hypothese formuliert:

H₃: Es gibt einen negativen Zusammenhang zwischen Stressausmaß und positiver Kommunikation bzw. Gemeinsamkeit.

Befunde aus der Stressforschung zeigen, dass Paare, die einem hohen Ausmaß an Belastungen ausgesetzt sind, mehr Spannungen auf paarinterner Ebene erleben (Bodenmann, Ledermann & Bradbury, 2007). Außerdem wird berichtet, dass Personen, die unter Stress stehen, gegenüber dem Verhalten bzw. den Einstellungen ihres Partners weniger Toleranz zeigen (Bodenmann, 2000a), so dass Konflikte wahrscheinlicher erscheinen. Deshalb wird angenommen, dass Paare mit einem hohen Stressniveau mehr Streitigkeiten im Rahmen ihrer Beziehung erleben:

H₄: Es gibt einen positiven Zusammenhang zwischen erlebtem Stressausmaß und Streitverhalten.

Dyadisches Coping hat sich sowohl in Querschnitt- wie auch in Längsschnittstudien als zentraler Prädiktor für Partnerschaftsqualität und –zufriedenheit erwiesen (vgl. Bodenmann, 2008). In der Studie von Bodenmann, Pihet und Kayser (2006) zeigte sich, dass Paare mit hoher Partnerschaftsqualität signifikant mehr positives und weniger negatives dyadisches Coping praktizierten als Paare, die eine niedrige Qualität ihrer Beziehung angaben. Auch die Art und Weise, wie Partner individuell Stress bewältigen, hat einen Einfluss auf die Güte einer Partnerschaft. Zudem hat sich ein hohes Ausmaß an Stress und Alltagswidrigkeiten für die Partnerschaft als ungünstig herausgestellt (Bodenmann, 2000a). Aus diesen empirischen Sachverhalten werden folgende Hypothesen abgeleitet:

H_{5a}: Das Stressausmaß, Daily Hassles und das individuelle sowie dyadische Coping sind Prädiktoren mit einem signifikanten Erklärungswert für die Partnerschaftsqualität von Frauen.

H_{5b}: Das Stressausmaß, Daily Hassles und das individuelle sowie dyadische Coping sind Prädiktoren mit einem signifikanten Erklärungswert für die Partnerschaftsqualität von Männern.

H₆: Personen unterscheiden sich je nach Höhe der Partnerschaftsqualität hinsichtlich der Stresskommunikation, des supportiven dyadischen Copings, des delegierten dyadischen Copings und des negativen dyadischen Copings.

Im Rahmen der Equitytheorie wird für das Funktionieren einer Paarbeziehung die Ausgewogenheit zwischen Geben und Nehmen in den Mittelpunkt gestellt. Demnach ist die Wahrnehmung von Fairness innerhalb einer Beziehung für die Zufriedenheit mit einer Partnerschaft entscheidend (vgl. Lösel & Bender, 2003). Gmelch und Bodenmann (2007) konnten im Rahmen einer Querschnittanalyse zeigen, dass es für die Partnerschaftsqualität von Bedeutung ist, ob beim dyadischen Coping Ausgeglichenheit herrscht. Allerdings bedürfen diese Befunde laut den Autoren noch weiterer Belege und Analysen. Diesem Umstand soll in der vorliegenden Untersuchung Rechnung getragen werden, indem folgende Hypothese überprüft wird:

H₇: Die subjektiv wahrgenommene Ausgewogenheit zwischen den Partnern in Bezug auf supportives dyadisches Coping und die Übereinstimmung ihrer Selbsteinschätzungen in Bezug auf supportives dyadisches Coping sind Faktoren, die einen signifikanten Varianzanteil an der Gesamtvarianz der Partnerschaftsqualität erklären.

Im Zusammenhang damit soll außerdem der Frage nachgegangen werden, ob Frauen und Männer in unterschiedlichem Ausmaß mit der Unterstützung des Partners und der gemeinsamen Stressbewältigung zufrieden sind. Bei Bodenmann und Widmer (2000) hat sich dahingehend gezeigt, dass Frauen hinsichtlich der erhaltenen Unterstützung vom Partner weniger zufrieden sind. Es konnten jedoch keine Geschlechtsunterschiede bezüglich des sach- und emotionsbezogenen supportiven dyadischen Copings festgestellt werden. Bei Bolger et al. (1989, zitiert nach Neff & Karney, 2004) finden sich andererseits Hinweise dafür, dass Männer ihre Frauen in Stresssituationen weniger unterstützen als umgekehrt. Um mehr Klarheit bezüglich dieser Befundlage zu erlangen, wird folgende Hypothese formuliert:

H₈: Frauen sind mit der Unterstützung des Partners und der gemeinsamen Stressbewältigung weniger zufrieden als Männer.

Weiters soll überprüft werden, ob sich die beiden Geschlechter in der Stresskommunikation, die eine wichtige Voraussetzung für dyadisches Coping darstellt, unterscheiden. Bodenmann (2000a) geht auf Grund bisheriger Befunde davon aus, dass Frauen und Männer in gleichem Maße zu dyadischer Stressbewältigung fähig sind,

Frauen ihren Stress jedoch häufiger dem Partner mitteilen. Entsprechend wird folgende Hypothese aufgestellt.

H₉: Frauen kommunizieren ihren Stress signifikant häufiger als Männer.

In einem weiteren Schritt soll analysiert werden, ob sich Frauen und Männer in Bezug auf negative individuelle Copingstrategien unterscheiden. Bodenmann (2000a) meint, dass die Befundlage auf einen ungünstigeren Stressumgang von Frauen hindeutet. Bislang liegen aber eher inkonsistente Befunde zur Frage nach Geschlechtsunterschieden bei der Stressbewältigung vor. Daher wird folgende Hypothese ungerichtet formuliert:

H₁₀: Die beiden Geschlechter unterscheiden sich hinsichtlich des negativen individuellen Copings.

Die hier dargestellte Untersuchung soll außerdem klären, ob Geschlechtsunterschiede in Hinblick auf das erlebte Stressausmaß vorliegen. In mehreren Untersuchungen hat sich diesbezüglich gezeigt, dass Frauen mehr Stress erleben (z.B. Bodenmann, Ledermann & Bradbury, 2007). Bezugnehmend auf die in der Literatur angeführten Ergebnisse werden folgende Hypothesen aufgestellt:

H₁₁: Frauen berichten ein signifikant höheres Stressausmaß als Männer.

Ein weiterer Bereich, der analysiert werden soll, ist die Paarsexualität vor dem Hintergrund von Stress. Da dieser Aspekt in der Forschung oft vernachlässigt wurde, soll in dieser Untersuchung explizit darauf eingegangen werden. In der Fachliteratur gibt es Hinweise dafür, dass sich Stress negativ auf das Sexualleben auswirkt, weil Paare unter anderem weniger Zeit für intime Begegnungen haben und ihre Libido herabgesetzt ist (z.B. Bodenmann, 2003; Kaplan, 2000). Die entsprechenden Hypothesen dazu lauten:

H₁₂: Es gibt einen negativen Zusammenhang zwischen Stressausmaß und sexueller Zufriedenheit.

H₁₃: Es gibt einen Unterschied zwischen Geschlecht und dem Ausmaß an Lustempfinden unter Stress.

H₁₄: Männer und Frauen unterscheiden sich hinsichtlich der Einschätzung der Wichtigkeit des Sexuallebens für die Partnerschaft.

3.2 Untersuchungsplan und –durchführung

Die vorliegende Untersuchung ist in einem querschnittlichen Design angelegt.

Es wurden 114 Paare befragt, die im Freundes- und Bekanntenkreis per Schneeballprinzip rekrutiert wurden. Die Datenerhebung erfolgte zwischen Februar 2008 und September 2008. Voraussetzungen für die Teilnahme an der Studie waren eine Mindestbeziehungsdauer von einem halben Jahr, das subjektive Verständnis des Paares als feste Partnerschaft und ein Alter zwischen 18 und 65 Jahren. Für die Untersuchung von Stresseffekten schienen Personen im erwerbsfähigen Alter am geeignetsten.

Die Datenerhebung erfolgte mittels Fragebögen, die dem Paar entweder vom Untersuchungsleiter selbst oder dessen Bekannten und Freunden direkt ausgehändigt oder per Post zugesandt wurden. Im Instruktionsteil wurde ausdrücklich darauf hingewiesen, dass der Fragebogen unabhängig vom Partner auszufüllen ist und die Befragung anonym erfolgt. Außerdem wurden die Paare gebeten sich einen gemeinsamen Code, der aus vier Buchstaben und/oder Zahlen besteht, zu überlegen, um die Fragebögen als zusammengehörig identifizieren zu können. Zwecks Diskretion und Wahrung der Anonymität wurden die Fragebögen in einem Kuvert ausgeteilt, so dass die fertig ausgefüllten Fragebögen darin retourniert werden konnten. Die Untersuchungsteilnehmer gaben die bearbeiteten Fragebögen entweder direkt beim Untersuchungsleiter ab, oder bei derjenigen Person, die ihnen den Fragebogen ausgeteilt hatte. Die Bearbeitung des Fragebogens nahm in etwa eine halbe Stunde in Anspruch. Die Rücklaufquote belief sich auf 88%. Da die Befragung anonym erfolgte, ist es nicht möglich zu analysieren, ob systematische Unterschiede zwischen jenen Personen bestehen, die an der Studie teilgenommen haben und solchen, die zwar einen Fragebogen erhielten, diesen aber nicht ausfüllten. Etliche Personen lehnten das Ausfüllen eines Fragebogens auch von vornherein ab, als sie das Forschungsthema erfuhren.

3.3 Erhebungsinstrumente

3.3.1 Trierer Inventar zum chronischen Stress (TICS)

Das Trierer Inventar zum chronischen Stress von Schulz, Schlotz und Becker (2004) erfasst mittels 57 Items verschiedene Arten von chronischem Stress. Die Untersuchungsperson wird angehalten auf einer fünfstufigen Ratingskala, die von *nie* (0)

bis *sehr häufig* (4) reicht, zu beurteilen, wie oft sie in den letzten drei Monaten die angegebenen Erfahrungen gemacht hat. Das Trierer Inventar umfasst folgende zehn Skalen: (1) Arbeitsüberlastung, (2) Soziale Überlastung, (3) Erfolgsdruck, (4) Unzufriedenheit mit der Arbeit, (5) Überforderung mit der Arbeit, (6) Mangel an sozialer Anerkennung, (7) Soziale Spannungen, (8) Soziale Isolation, (9) Chronische Besorgnis, (10) Screening Skala zum chronischen Stress.

In der hier dargestellten Untersuchung kam lediglich die Screening Skala zum chronischen Stress (SSCS) zum Einsatz, die das globale Stressausmaß unspezifisch zu erfassen vermag. Mit diesem Kurzfragebogen werden anhand von 12 Items, die aus dem Trierer Inventar zum chronischen Stress entnommen wurden, fünf verschiedene Stressbereiche erfasst: Chronische Besorgnis, arbeitsbezogene und soziale Überlastung, Überforderung und Mangel an sozialer Anerkennung.

Itembeispiel: „Zeiten in denen mir die Sorgen über den Kopf wachsen.“

Die psychometrischen Kennwerte der Screening-Skala zum chronischen Stress können als befriedigend angesehen werden (Schulz et al., 2004). Die untere Schranke der Reliabilität wird mit .91 (Cronbachs α) angegeben; die Trennschärfekoeffizienten liegen zwischen $\alpha = .54$ und $\alpha = .72$.

3.3.2 Stressverarbeitungsfragebogen (SVF 78)

Beim SVF 78 handelt es sich um eine Kurzversion des Stressverarbeitungsfragebogens 120. Es wird laut Janke und Erdmann (2002) die individuelle Tendenz, in Belastungssituationen verschiedene Stressverarbeitungsstrategien einzusetzen, erfasst. In theoretischer Hinsicht basiert das Instrumentarium auf der Annahme, dass es sich bei den von einem Menschen eingesetzten Stressverarbeitungsmaßnahmen um zeit- und situationsstabile Persönlichkeitsmerkmale handelt (Janke, Erdmann & Kallus, 1985). Die verschiedenen Stressverarbeitungsweisen werden anhand von 13 Subtests mit jeweils 6 Items erfasst. Die Untersuchungsperson schätzt im Fragebogen auf einer fünfstufigen Ratingskala, die von *gar nicht* (0) bis *sehr wahrscheinlich* (4) reicht, ein, ob die angegebenen Reaktionen ihrer Art auf Belastungen zu reagieren, entsprechen.

In der nachfolgenden Tabelle 1 sind die 13 Subtests mit je einem Beispielitem angeführt.

Tabelle 1: Subtestbezeichnungen des SVF 78

Subtestbezeichnung	Beispielitem
1. Herunterspielen	...werde ich schneller damit fertig als andere
2. Schuldabwehr	...sage ich mir, ich habe mir nichts vorzuwerfen
3. Ablenkung	...tue ich etwas, was mich davon ablenkt
4. Ersatzbefriedigung	...esse ich etwas Gutes
5. Situationskontrolle	...überlege ich mein weiteres Verhalten ganz genau
6. Reaktionskontrolle	...sage ich mir, lass dich nicht gehen
7. Positive Selbstinstruktionen	...sage ich mir, dass ich das durchstehen werde
8. Soziales Unterstützungsbed.	...frage ich jemanden um Rat, wie ich mich verhalten soll
9. Vermeidung	...vermeide ich von nun an solche Situationen
10. Flucht	...neige ich dazu, die Flucht zu ergreifen
11. Gedankliche Weiterbeschäftigung	...kann ich lange Zeit an nichts Anderes mehr denken
12. Resignation	...fühle ich mich irgendwie hilflos
13. Selbstbeschuldigung	...habe ich ein schlechtes Gewissen

Anmerkung: Vor den jeweiligen Items steht folgender Einleitungssatz: „Wenn ich durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden bin...“ (Janke & Erdmann, 2002).

Der SVF 78 bietet die Möglichkeit, zwischen sog. „Positiv-Strategien“, die auf eine Stressreduktion abzielen, und „Negativ-Strategien“, die stressvermehrend wirken, zu differenzieren (Janke & Erdmann, 2002).

Hinsichtlich der Gütekriterien entspricht der SVF 78 laut Janke und Erdmann (2002) weitgehend den Kennwerten des SVF 120. Die internen Konsistenzen der Subtests im SVF 78 bewegen sich zwischen $\alpha=.77$ und $\alpha=.94$, was als zufriedenstellend angesehen werden kann. Janke, Erdmann und Kallus (1985) berichten zahlreiche Ergebnisse, die für die Konstrukt- und Vorhersagevalidität des SVF-120 sprechen.

3.3.3 Fragebogen zur Erfassung von Daily Hassles

Zur Erfassung von Daily Hassles (Alltagswidrigkeiten) wurde ein eigens konstruierter Fragebogen vorgegeben, da die bereits existierenden publizierten Verfahren zu wenig ökonomisch erschienen. Die Konstruktion der Items erfolgte in Anlehnung an die Liste alltäglicher Stressereignisse (LASE) von Schubert (1989), welche eine ins Deutsche übersetzte und gekürzte Version der Daily Hassles and Uplifts Scale (Kanner, Coyne, Schäfer & Lazarus, 1981) darstellt. Auch der Alltagsbelastungsfragebogen (ABF) von Traue, Hrabal und Kosarz (2000) wurde bei der Entwicklung der Items als Vorlage herangezogen.

Der Fragebogen zur Erfassung von Daily Hassles besteht aus einer Aufzählung von 13 verschiedenen Alltagswidrigkeiten, wie beispielsweise Lärmbelästigung, Streitigkeiten mit dem Partner, Probleme mit technischen Geräten etc. Die Untersuchungsperson wird zunächst dazu angehalten, anzugeben, ob die angeführten Daily Hassles in ihrem Lebensalltag vorkommen, um dann auf einer fünfstufigen Ratingskala, die von *gar nicht belastend* (1) bis *sehr stark belastend* (5) reicht, einzuschätzen, welches Belastungsausmaß mit dem jeweiligen erlebten Stressereignis verbunden ist.

Der Fragebogen zur Erfassung von Daily Hassles wurde einer teststatistischen Prüfung unterzogen. Für die 13 Items wurde eine Faktorenanalyse ($N=228$) mit anschließender Varimax-Rotation und Ermittlung der Faktorenanzahl mittels Kaiser- Kriterium (Eigenwert > 1) gerechnet. Die Faktorenanalyse ist ein Verfahren zur Dimensionsreduktion. Sie untersucht die Interkorrelationen zwischen den Daten und vermag latente Strukturen aufzudecken (vgl. Backhaus, Erichson, Plinke & Weiber, 2006).

Die Faktorenanalyse der Hauptkomponenten extrahierte vier Faktoren. Aus inhaltlichen Gründen wurde jedoch eine 2-faktorielle Lösung präferiert. Der Eigenwert des dritten und vierten Faktors lag außerdem jeweils nur knapp über 1 (siehe Abb. 1). Der erste Faktor, welcher 28.7 % der Gesamtvarianz erklärt, wurde unter dem Begriff „Allgemeine Daily Hassles“ zusammengefasst. Der zweite Faktor wurde als „Verkehrsbezogene Daily Hassles“ bezeichnet und erklärt 12.5 % der Gesamtvarianz.

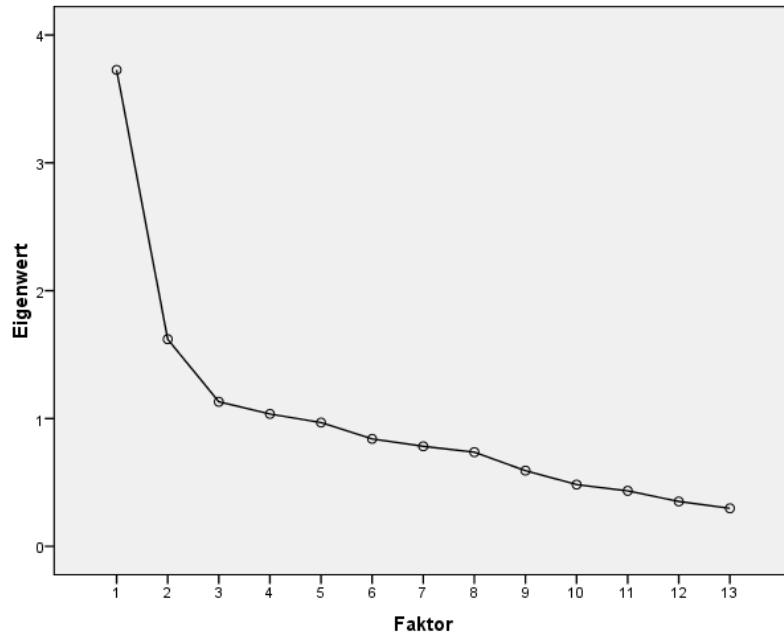


Abbildung 1: Screeplot

Tabelle 2: Rotierte Komponentenmatrix

	Komponenten	
	1	2
gestörter Schlaf	,709	
gesundheitliche Sorgen	,705	
Lärmbelästigung	,613	
verlegte Gegenstände	,598	
hetzen, um einen Termin einzuhalten	,581	
finanzielle Sorgen	,555	
Ärger mit den Kindern	,434	
lange Wartezeiten	,411	
Probleme mit technischen Geräten	,394	
Streitigkeiten mit dem Partner	,342	
Parkplatzsuche		,866
Stau		,857
Strafmandate		,546

Neben einer faktorenanalytischen Untersuchung, wurde der Fragebogen zur Erfassung von Daily Hassles einer Reliabilitätsanalyse unterzogen. Für die erste Skala „Allgemeine Daily Hassles“ ergibt sich dabei ein Cronbach $\alpha = .75$, was als befriedigend angesehen werden kann. Die Itemtrennschärfen der ersten Skala liegen in einem Bereich von .27 bis .58. Die zweite Skala „Verkehrsbezogene Daily Hassles“ weist ein Cronbach $\alpha = .72$ auf, was ebenfalls in einem zufriedenstellenden Bereich liegt. Die Trennschärfen der Items bewegen sich zwischen .40 und .62. Für die im Anschluss dargestellten statistischen Analysen wurden lediglich die Angaben bezüglich der Skala „Allgemeine Daily Hassles“ herangezogen, da die verkehrsbezogenen Alltagswidrigkeiten nicht für alle Untersuchungsteilnehmer relevant sind. Es ist nämlich zu vermuten, dass nicht alle im Besitz eines Autos sind.

3.3.4 Partnerschaftsfragebogen (PFB)

Der Partnerschaftsfragebogen (PFB) von Hahlweg (1996) erhebt mittels 30 Items die Partnerschaftsqualität und mit einem einzelnen zusätzlichen Item die globale Glückseinschätzung hinsichtlich der Paarbeziehung. Der PFB besteht aus folgenden drei Skalen:

(1) *Streitverhalten*: Mittels dieser Skala werden Verhaltensweisen erfasst, die vom Partner im Zuge eines Streites gezeigt werden können und nicht auf eine Konfliktlösung abzielen (z.B. „Wenn wir uns streiten, beschimpft er/sie mich“).

(2) *Zärtlichkeit*: Der Inhalt der Items bezieht sich auf den direkten Körperkontakt der Partner und auf verbale Äußerungen, die die Zuneigung zum Partner ausdrücken (z.B. „Vor dem Einschlafen schmiegen wir uns im Bett aneinander“; „Er/Sie macht mir ein ernstgemeintes Kompliment über mein Aussehen“).

(3) *Gemeinsamkeit/Kommunikation*: Hier wird erfasst, inwieweit die Partner gemeinsam Aktivitäten ausführen und miteinander verbunden sind (z.B. „Wir schmieden gemeinsame Zukunftspläne“; „Er/Sie bemüht sich meine Wünsche zu merken, und erfüllt sie bei passender Gelegenheit“). Außerdem werden kommunikative Aspekte erfragt (z.B. „Er/Sie fragt mich abends, was ich den Tag über gemacht habe“).

Die Zustimmung zu den Items erfolgt auf einer 4-stufigen Antwortskala mit den Kategorien *nie/sehr selten* (0), *selten* (1), *oft* (2) und *sehr oft* (3). Die globale Glückseinschätzung der Partnerschaft nimmt die Untersuchungsperson auf einer sechsstufigen Antwortskala (0=*sehr unglücklich* bis 5= *sehr glücklich*) vor. Zusätzlich zu den einzelnen Skalenwerten besteht die Möglichkeit, einen PFB-Gesamtwert zu bilden.

Die Skalen des PFB weisen interne Konsistenzen von $\alpha=.88$ bis $\alpha=.95$ auf, was insgesamt als sehr gut bezeichnet werden kann. Die Kriteriums- und Konstruktvalidität des Verfahrens konnte laut Hahlweg (1996) in mehreren Studien dokumentiert werden.

In der vorliegenden Untersuchung wurde das Item Nr. 2 („Er/Sie streichelt mich während des Vorspiels so, dass ich sexuell erregt werde“) der Skala Zärtlichkeit aus Gründen der Unzumutbarkeit nicht vorgegeben. Somit wurde in dieser Untersuchung eine um ein Item verkürzte Version der Skala Zärtlichkeit zur Beantwortung vorgelegt.

Um die daraus folgenden Auswirkungen in Bezug auf die Reliabilität mittels Cronbach- α abschätzen zu können, wurde die verkürzte Skala Zärtlichkeit einer Reliabilitätsanalyse unterzogen.

Diese zeigt, dass die Reliabilität nach Entfernung des Items Nr. 2 nicht mehr $\alpha=.91$, wie im Manual angegeben, sondern $\alpha=.88$ beträgt. Dieser Wert befindet sich weiterhin in einem zufriedenstellenden Bereich. Auch die Gesamtskala des PFB wurde einer Reliabilitätsanalyse unterzogen, da sie sich durch Weglassen des einen Items ebenfalls verkürzt hat: $\alpha= .92$. Die korrigierten Trennschärfeindizes liegen zwischen $.37$ und $.64$ ($k=29$, $N=228$).

3.3.5 Dyadisches Coping Inventar (DCI)

Das Dyadisches Coping Inventar (DCI) von Bodenmann (2008) basiert auf dem Fragebogen zur Erfassung des dyadischen Copings als generelle Tendenz (FDCT-N), welcher jahrelang als Forschungsinstrument verwendet wurde. Das DCI stellt somit eine weiterentwickelte, verkürzte Version seines Vorgängers, dem FDCT-N, dar.

Im DCI wird mittels 37 Items erfasst, wie Paare mit Belastungen umgehen. Dabei schätzen die Untersuchungspersonen jeweils ihr eigenes Verhalten sowie die Reaktionen ihres Partners in Belastungssituationen ein. Durch die Selbst- und Fremdeinschätzung kann untersucht werden, inwieweit die Partner in ihren Einschätzungen bezüglich der gemeinsamen Stressbewältigung übereinstimmen. Insgesamt umfasst das Dyadische Coping Inventar neun Subskalen und zusätzlich eine Evaluationsskala, auf der die Partner ihre Zufriedenheit mit dem dyadischen Coping und dessen Wirksamkeit einschätzen. Als Antwortformat wird im DCI eine 5-stufige Likertskala, die von *sehr selten* (1) bis *sehr oft* (5) reicht, vorgelegt. Bei der Auswertung können neben einem Gesamtwert und den neun Subskalenwerten auch aggregierte Skalen (z.B. eigenes dyadisches Coping, dyadisches Coping des Partners, positives und negatives dyadisches Coping) berechnet werden (vgl. Bodenmann, 2008).

Zusätzlich bietet das DCI die Möglichkeit Diskrepanzen bzw. Übereinstimmungen zwischen den Partnern in Bezug auf dyadisches Coping zu berechnen. Beim Equity-Index wird die Einschätzung der eigenen Copingbeiträge (z.B.: „Was tue ich, wenn mein Partner gestresst ist?“) mit den beim Partner wahrgenommenen Beiträgen (z.B.: „Was tut mein Partner, wenn ich gestresst bin?“) verglichen. Somit stellt der Equity-Index laut Gmelch und Bodenmann (2007) ein „Maß für subjektiv wahrgenommene Vergleichbarkeit bzw. Ausgewogenheit zwischen den Partner bzgl. des gleichen Verhaltens“ (S. 179) dar. Der Reziprozitätsindex bildet ab, inwieweit die Selbsteinschätzungen beider Partner bezüglich ihres eigenen Verhaltens (z.B. eigene Stressäußerung, eigenes supportives dyadisches Coping) übereinstimmen (Bodenmann, 2008).

Der DCI liegt in einer Frauen- und einer Männerversion vor, wobei sich die Items nur in der geschlechtsspezifischen Formulierung unterscheiden.

In Tab.2 sind nachfolgend die neun Subskalen des DCI mit dazugehörigen Beispielitems angeführt:

Tabelle 3: Subtestbezeichnungen des Dyadischen Copinginventars

Subtestbezeichnung	Beispielitem
1. Eigene Stresskommunikation (SKE)	„Ich zeige meinem Partner/meiner Partnerin, dass ich mich belastet fühle und es mir schlecht geht.“
2. Eigenes supportives dyadisches Coping (SDCE)	„Ich gebe meinem Partner/ meiner Partnerin das Gefühl, dass ich ihn/sie verstehe, mich für seinen/ihren Stress interessiere.“
3. Eigenes delegiertes dyadisches Coping (DDCE)	„Ich übernehme Aufgaben und Tätigkeiten, die er/sie sonst macht, um ihn/sie zu entlasten.“
4. Eigenes negatives dyadisches Coping (NDCE)	„Ich nehme seinen/ihren Stress nicht ernst.“
5. Stresskommunikation des Partners (SKP)	„Er/Sie zeigt mir, dass er/sie sich belastet fühlt und es ihm schlecht geht.“
6. Supportives dyadisches Coping des Partners (SDCP)	„Er/Sie gibt mir das Gefühl, dass er/sie mich versteht, und dass ihn/sie mein Stress interessiert.“
7. Delegiertes dyadisches Coping des Partners (DDCP)	„Er/Sie übernimmt Aufgaben und Tätigkeiten, die ich sonst mache, um mich zu entlasten.“
8. Negatives dyadisches Coping des Partners (NDCP)	„Er/Sie nimmt meinen Stress nicht ernst.“
9. Gemeinsames dyadisches Coping (GDC)	„Wir versuchen, das Problem gemeinsam zu

	bewältigen und konkrete Lösungen zu suchen.“
10. Evaluation des dyadischen Copings (EDC)	„Ich bin zufrieden mit der Unterstützung meines Partners und der gemeinsamen Stressbewältigung.“

Die Skalen des Dyadischen Coping Inventars verfügen über befriedigende bis gute interne Konsistenzen ($\alpha = .72$ bis $.92$). Die interne Konsistenz des DCI Gesamtwerts liegt bei $\alpha = .93$ für Frauen und $\alpha = .92$ für Männer. Im Manual werden zudem eine „gute“ Konstruktvalidität und eine „befriedigende“ Kriteriumsvalidität angegeben (vgl. Bodenmann, 2008).

3.3.6 Fragebogen zur Lebenszufriedenheit

Die Frage nach der sexuellen Zufriedenheit der Testpersonen wurde mit Hilfe der entsprechenden Skala des Fragebogens zur Lebenszufriedenheit FLZ (Fahrenberg, Myrtek, Schumacher und Brähler, 2000) operationalisiert. Der FLZ erfasst mittels 10 Skalen verschiedene Aspekte der Lebenszufriedenheit: (1) Gesundheit, (2) Arbeit und Beruf, (3) Finanzielle Lage, (4) Freizeit, (5) Ehe und Partnerschaft, (6) Beziehung zu den eigenen Kindern, (7) Eigene Person, (8) Sexualität, (9) Freunde, Bekannte, Verwandte, (10) Wohnung.

Jede Skala enthält 7 Items, welche auf einer 7-stufigen Antwortskala, die von *sehr unzufrieden* (1) bis *sehr zufrieden* (7) geht, beantwortet werden. In der hier berichteten Untersuchung wurde den Studienteilnehmern ausschließlich die Skala „Sexuelle Zufriedenheit“ (Beispielitem: Mit der Häufigkeit meiner sexuellen Kontakte bin ich...) vorgegeben. Diese weist mit $.92$ eine hohe Reliabilität auf.

3.3.7 Selbstentworfenen Zusatzfragen

Zusätzlich zu den bereits dargestellten Verfahren enthält der Fragebogen selbstentworfenen Einzelfragen, um den Informationsgehalt hinsichtlich spezifischer Themen zu erweitern.

Ein Teil davon bezieht sich auf soziodemographische Daten der Untersuchungsteilnehmer. Dabei werden Fragen zu Alter, Geschlecht, höchster abgeschlossener Schulbildung, Familienstand, Partnerschaftsdauer, gemeinsamen Haushalt, Scheidung, Anzahl und Alter der Kinder, Beruf und Netto-Einkommen gestellt.

Beim Themenbereich Sexualität wurden den Untersuchungsteilnehmern zusätzlich zu den Fragen der Skala „sexuelle Zufriedenheit“ aus dem FLZ folgenden Fragen zur Beantwortung vorgelegt, um explizit zu erfassen, wie Stress das Sexualleben tangiert:

„Wie wichtig ist Ihnen ein erfülltes Sexualleben in Ihrer Partnerschaft? Geben Sie den entsprechenden Wert auf einer Skala von 1-10 an. (1= gar nicht wichtig, 10= äußerst wichtig).“

„In stressigen Zeiten verspüre ich gleich bleibende sexuelle Lust wie immer/ mehr sexuelle Lust/ weniger sexuelle Lust.“

„Hat Stress einen Einfluss auf Ihr Sexualleben? Nein/Ja. Wenn, ja: positiver/negativer Einfluss?“

3.4 Stichprobe

3.4.1 Soziodemographische Merkmale der Stichprobe

An der vorliegenden Untersuchung nahmen 114 heterosexuelle Paare, also insgesamt 228 Personen, teil.

Alter

Das durchschnittliche Alter in der Gesamtstichprobe (227 gültige Fälle) lag bei 38.5 Jahren ($SD = 12.2$). Die Frauen waren im Mittel 37.6 Jahre alt ($SD = 11.9$) und die Männer im Durchschnitt 39.4 Jahre alt ($SD=12.5$). Ein Mittelwertsvergleich (t -Test: $F_{225} = -1.51$; $p = .25$) zeigt, dass sich Frauen und Männer hinsichtlich des Alters nicht signifikant unterscheiden.

Familienstand und Partnerschaftsdauer

Rund die Hälfte der Paare (51.8%) war verheiratet, und 48.2% waren unverheiratet und führten eine feste Partnerschaft. Die durchschnittliche Partnerschaftsdauer lag bei 13 Jahren ($SD = 10.8$). 8.3 % der Frauen und ebenso 8.3 % der Männer gaben an, vor der aktuellen Beziehung schon einmal verheiratet gewesen zu sein.

Gemeinsamer Haushalt

Die verheirateten Paare lebten alle in einem gemeinsamen Haushalt. Von denjenigen Paaren, die eine feste Beziehung führten, lebten 74.5% in einem gemeinsamen Haushalt und 25.5% in getrennten Haushalten.

Kinder

57% aller Paare waren zum Zeitpunkt der Untersuchung kinderlos. 43% der Paare hatten mindestens ein Kind (19.3 % der Paare hatten ein Kind, 18.4 % hatten zwei Kinder, 3.5% hatten drei Kinder und 1.8% hatten vier Kinder).

Ausbildung

Aus Abb.2 geht hervor, dass 5.3% der Untersuchungsteilnehmer als höchste abgeschlossene Schulbildung einen Pflichtschulabschluss angeben, 22.4 % eine Berufs- bzw. Handelsschule besuchten, 45.2 % die Matura absolvierten, 26.3% ein Hochschulstudium abgeschlossen haben und 0.9% sonstige Ausbildungen absolviert haben.

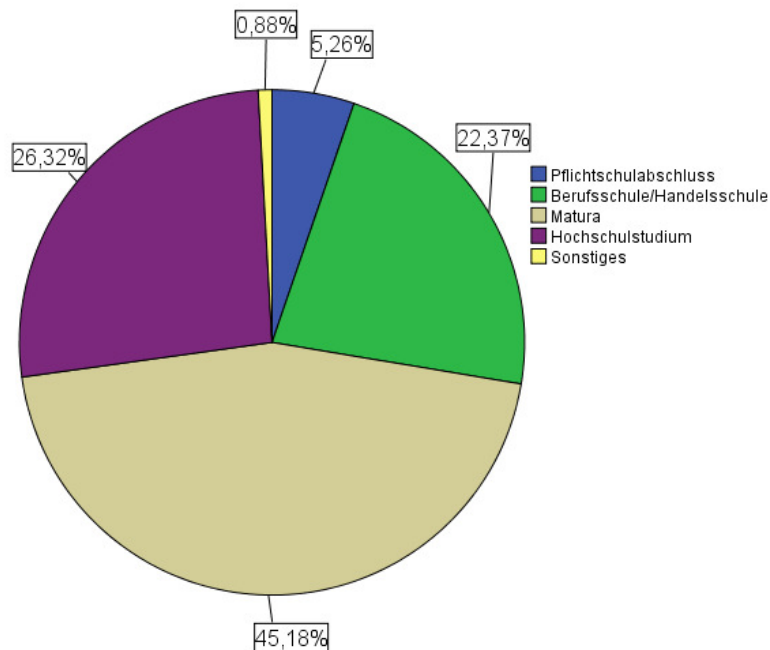


Abbildung 2: Anteilswerte nach höchster abgeschlossener Schulbildung

Beruf

79.8% der Frauen und 90.4% der Männer waren erwerbstätig. Bezogen auf alle Frauen arbeiteten 43% Vollzeit, 25.4% Teilzeit, 10.5% stundenweise, 2.6 % auf Basis von Gelegenheitsjobs und 2.6% in sonstigen Arbeitsverhältnissen. 3.5% der Frauen befanden sich zum Zeitpunkt der Untersuchung in Karenz. Auf alle Männer bezogen gingen 69.3% einer Vollzeitbeschäftigung nach, 10.5% arbeiteten auf Teilzeitbasis, 4.4% stundenweise, 2.6% auf Basis von Gelegenheitsjobs und 7.9% gaben an in sonstigen Arbeitsverhältnissen beschäftigt zu sein. Mehr als die Hälfte der Gesamtstichprobe (52.2%) ist angestellt, 8.8% sind selbstständig, 3.5% sind Arbeiter, 18% fallen in die Kategorie der Beamten, 0.4% geben an arbeitslos zu sein, 1.3 % sind im Haushalt tätig

und 2.6 % geben an pensioniert zu sein. Der grau schattierte Bereich repräsentiert hauptsächlich Studenten, die nicht erwerbstätig sind (siehe Abb.3).

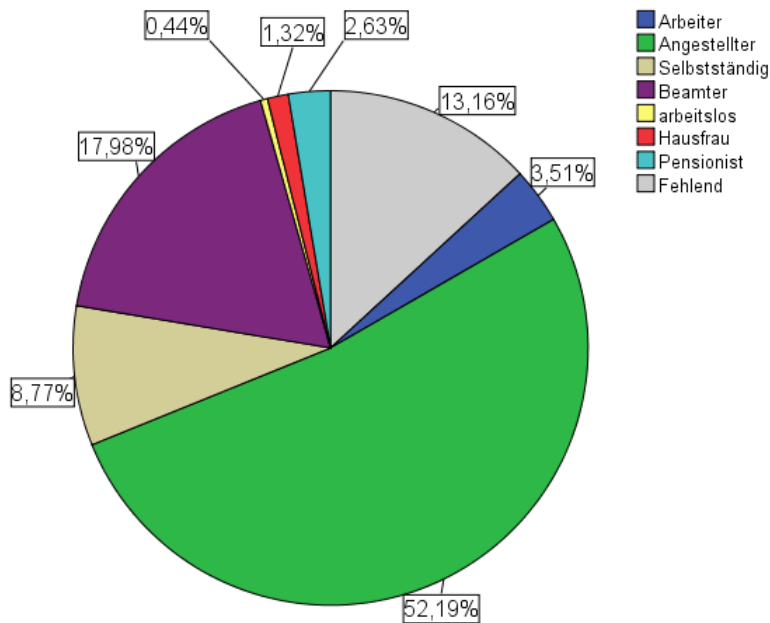


Abbildung 3: Anteilswerte nach Berufsbereichen

19.4% der Versuchsteilnehmer waren Studenten. Davon studieren 36.4% Psychologie, 9.1% studieren an der Technischen Universität Wien, 13.6% an der Wirtschaftsuniversität Wien, 2.3% studieren Medizin, 4.5% Jus, 2.3% Pädagogik und 31.8% gehören sonstigen Studienrichtungen an. 63.6% der Studierenden gaben an berufstätig zu sein, wobei der Großteil davon (91.7%) in einem Angestelltenverhältnis beschäftigt ist.

Einkommensverhältnisse

In Bezug auf das monatliche Nettoeinkommen gaben 28.5% der Gesamtstichprobe ein Einkommen bis 1000 € an, 43.9% verfügten über 1001-2000 €. 16.2% berichten ein Einkommen von 2001-3000 €. 3.1 % gaben ein Einkommen von 3001-4000 € an. Über ein Einkommen von über 4000 € verfügten 3.1 % der Gesamtstichprobe.

3.4.2 Stichprobenbeschreibung hinsichtlich der erhobenen Variablen

Im Folgenden werden die Ergebnisse der Gesamtstichprobe ($N = 228$) in den einzelnen Testverfahren beschrieben. Teilweise werden die Ergebnisse für Männer und Frauen getrennt dargestellt.

3.4.2.1 Ergebnisse in der Screeningskala (SSCS) des TICS

In der Screening-Skala zum chronischen Stress weist die Gesamtstichprobe einen Mittelwert von 17.93 ($SD = 8.24$) auf. Frauen weisen im Mittel einen höheren Wert ($M = 19.92$, $SD = 8.02$) auf als Männer ($M = 15.94$, $SD = 7.99$). Hohe Werte sind als Indikatoren eines hohen Stressausmaßes zu interpretieren.

Mittels T-Test bei einer Stichprobe zeigt sich, dass das angegebene Stressausmaß der hier untersuchten Stichprobe signifikant höher ist als das der Normierungsstichprobe ($n = 604$, $M = 14.37$; $SD = 8.22$, Schulz et al., 2003, S. 30) des Trierer Inventars zum chronischen Stress ($t_{227} = 6.52$; $p < .001$).

3.4.2.2 Ergebnisse im Stressverarbeitungsfragebogen (SVF 78)

In der Skala „Positiv-Strategien“ des SVF 78 beträgt der Mittelwert der Gesamtstichprobe 13.45 ($SD = 2.43$), in der Skala „Negativ-Strategien“ 9.88 ($SD = 3.80$). Diese Ergebnisse sind vergleichbar mit den von Ising, Weyers, Janke und Erdmann (2001) gewonnenen Werten anhand einer Stichprobe von 246 Personen.

In Tab. 14 sind die Ergebnisse von Frauen und Männer in den einzelnen Subskalen des SVF 78 aufgelistet. Hohe Werte in der Skala „Positiv-Strategien“ sprechen für den Einsatz von günstigen, stressvermindernden Strategien, während hohe Werte in der Skala „Negativ-Strategien“ für den Einsatz von ungünstigen, eher stressverstärkenden Verarbeitungsweisen sprechen.

Tabelle 4: Deskriptivstatistik der Subskalen des Stressverarbeitungsfragebogens 78 von Janke und Erdmann (2002)

	weiblich		männlich	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
HER	9.46	4.39	13.24	4.78
SCHAB	10.84	4.11	12.68	3.71
ABL	12.87	4.10	12.57	4.22
ERS	11.24	4.58	9.32	4.79
SITKON	16.80	3.69	16.52	4.21
REKON	14.64	3.53	14.90	3.90
POSI	16.23	3.87	16.96	4.21
SOZUBE	15.75	5.04	11.80	5.01
VERM	12.54	4.52	12.34	4.68
FLU	8.52	4.35	7.57	5.03
GEDW	15.52	5.12	11.74	5.10
RES	9.14	4.25	6.39	4.00
SESCH	11.23	4.51	8.93	4.10
POS	13.15	2.41	13.74	2.44
NEG	11.10	3.51	8.66	3.69

Anmerkung: HER= Herunterspielen, SCHAB= Schuldabwehr,
 ABL= Ablenkung, ERS= Ersatzbefriedigung,
 SITKON= Situationskontrolle, REKON= Reaktionskontrolle
 POSI= Positive Selbstinstruktion, SOZUBE= Soziales
 Unterstützungsbedürfnis, VERM= Vermeidung, FLU= Flucht,
 GEDW= Gedankliche Weiterbeschäftigung, RES= Resignation,
 SESCH= Selbstbeschuldigung, POS= Positiv-Strategien,
 NEG= Negativ-Strategien

3.4.2.3 Ergebnisse im Fragebogen zur Erfassung von Daily Hassles

In der weiblichen Teilstichprobe lag der Mittelwert in der Skala „Allgemeine Daily Hassles“ bei 17.60 (*SD* = 9.70), bei den Männern lag er bei 17.58 (*SD* = 9.78). Hohe Werte sprechen für eine hohe Belastung durch Daily Hassles.

3.4.2.4 Ergebnisse im Partnerschaftsfragebogen (PFB)

Die Partnerschaftsqualität lag bei den Frauen mit $M = 60.81$ ($SD = 14.01$) etwas höher als bei den Männern mit $M = 58.65$ ($SD = 13.82$). Diese Werte entsprechen einer mittleren Partnerschaftsqualität. Bodenmann et al. (2006), die 110 schweizer Paare mit dem PFB untersuchten, berichten annähernd idente Werte ($M = 60.5$; $SD = 14.7$ für Frauen, $M = 57.3$; $SD = 13.6$ für Männer).

Aus Tab. 5 können die Ergebnisse der Gesamtstichprobe in den einzelnen Skalen des PFB abgelesen werden.

Tabelle 5: Deskriptivstatistik d. Subskalen des Partnerschaftsfragebogens von Hahlweg (1996)

	<i>M</i>	<i>SD</i>
Streitverhalten	8.07	6.36
Zärtlichkeit	17.51	5.60
Kommunikation	20.29	5.52

Ein Großteil der Paare beschrieb sich im PFB als glücklich (33.8%) oder sehr glücklich (33.3%). 18.9% der Paare schätzen ihre Partnerschaft als eher glücklich, 8.3% als eher unglücklich, 3.1% als unglücklich und 2.6% als sehr unglücklich ein (siehe Abb.4.).

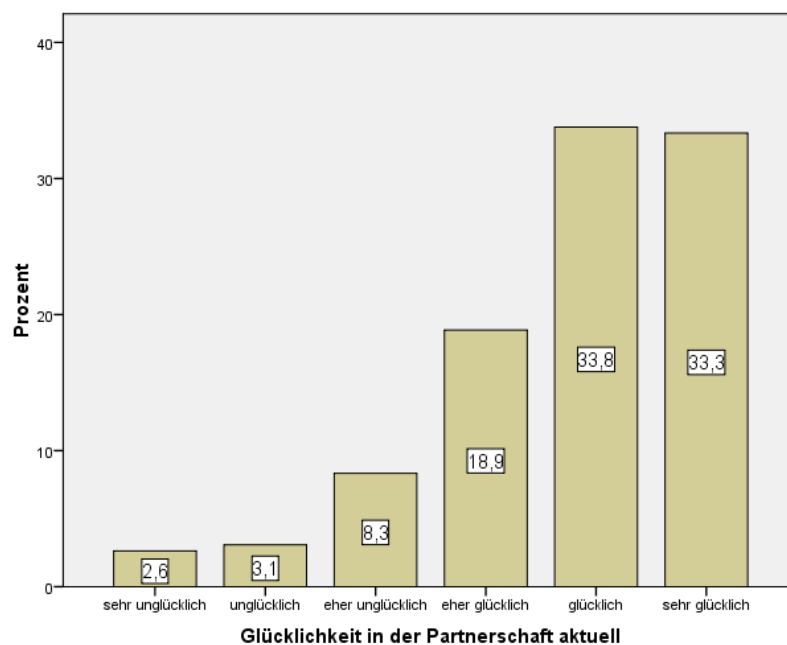


Abbildung 4: Glücklichkeit in der Partnerschaft

3.4.2.5 Ergebnisse im Dyadischen Copinginventar

Aus Tab.6 können die Mittelwerte der weiblichen und männlichen Partner in den neun Subskalen des DCI abgelesen werden.

Tabelle 6: Deskriptivstatistik d. Subskalen des dyadischen Copinginventars von Bodenmann (2008)

	weiblich		männlich	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
SKE	14.05	3.29	11.89	3.12
SDCE	18.85	3.38	19.09	3.45
DDCE	6.93	1.73	6.93	1.46
NDCE	6.86	2.56	7.77	3.17
SKP	12.68	3.34	14.02	2.55
SDCP	17.29	4.42	17.74	4.28
DDCP	6.68	1.79	6.49	1.87
NDCP	7.46	3.55	6.86	2.79
GDC	16.46	4.52	16.27	4.57
EDC	7.23	1.96	7.54	1.99
NDCtot	14.32	5.47	14.63	5.43
PDCtot	66.27	12.56	66.52	12.27

Anmerkung: SKE=eigene Stresskommunikation,

SDCE =eigenes supportives dyad. Coping

DDCE =eigenes delegiertes dyad. Coping

NDCE =eigens negatives dyad. Coping

SKP =Stresskommunikation d. Partners

SDCP =supportives dyad. Coping d. Partners

DDCP =delegiertes dyad. Coping d. Partners

NDCP =negatives dyad. Coping d. Partners

GDC =gemeinsames dyad. Coping

EDC = Evaluation des dyad. Copings

3.4.2.6 Ergebnisse im Fragebogen zur Lebenszufriedenheit (FLZ)

Die Gesamtstichprobe gibt im Durchschnitt eine mittlere sexuelle Zufriedenheit an ($M = 36.39$; $SD = 7.11$). Frauen geben eine geringfügig niedrigere sexuelle Zufriedenheit ($M = 36.32$, $SD = 7.26$) an als Männer ($M = 36.46$, $SD = 6.99$). Fahrenberg et al. (2000) berichten für die Normierungsstichprobe des FLZ ähnliche Werte ($M = 34.28$, $SD = 7.90$ für Frauen, $M = 35.43$, $SD = 7.71$ für Männer).

3.4.2.7 Ergebnisse bezüglich der selbst entworfenen Zusatzfragen

Frauen schätzen die Wichtigkeit des Sexuallebens im Rahmen der Partnerschaft im Mittel mit der Zahl 7 geringer ein als Männer mit der Zahl 8.

Bezüglich der Frage nach dem sexuellen Verlangen während stressiger Zeiten, gaben 15.8% der Frauen an, dass ihr sexuelles Verlangen unter diesen Umständen gleich bleibt. 0.9 % sagten, dass sich ihre sexuelle Lust steigert und 83.3% berichteten, dass sie in stressigen Zeiten weniger Lust auf Sex verspüren. Bei den Männern gaben 32.5 % an, dass ihr sexuelles Verlangen während stressiger Umstände unverändert bleibt. 7% sagten, dass sich ihre Lust steigert und 60.5% gaben an, dass sie unter stressigen Bedingungen abnimmt.

Bei der Frage nach dem Einfluss von Stress auf das Sexualleben, antworteten 11.4 % der Frauen, dass Stress sich nicht auf ihr Sexualleben auswirkt und 88.6% sagten, dass Stress einen negativen Einfluss auf ihr Sexualleben hat. In der männlichen Stichprobe gaben 36% an, dass Stress keinen Einfluss auf ihr Sexualleben hat und 4.4% dass sich diese Umstände positiv auf ihr Sexualleben auswirken. 59.6% gaben an, dass sich Stress in negativer Weise auf ihre Sexualität auswirkt.

3.5 Beschreibung der verwendeten Auswerteverfahren

Bei der statistischen Analyse der Daten kamen folgende Verfahren zum Einsatz (vgl. Backhaus et al., 2006; Field, 2005; Janssen & Laatz, 2007; Zöfel, 2001):

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest

Bei diesem Verfahren handelt es sich um einen Anpassungstest, der prüft, ob die Verteilung einer Stichprobenvariablen mit einer theoretischen Verteilung (z.B. Normalverteilung) übereinstimmt. Fällt bei der Prüfung auf Normalverteilung das Ergebnis des Kolmogorov-Smirnov-Tests signifikant aus, bedeutet dies, dass die Daten

überzufällig von einer Normalverteilung abweichen. Allerdings muss an dieser Stelle erwähnt werden, dass das hier angesprochene Verfahren laut Kubinger, Rasch und Moder (2009) extrem wenig trennscharf ist, so dass dessen Ergebnisse mit Vorsicht zu interpretieren sind.

Produkt-Moment-Korrelation nach Pearson

Die Produkt-Moment-Korrelation überprüft, ob zwischen zwei Variablen ein linearer Zusammenhang besteht. Der Korrelationskoeffizient gibt Auskunft über Richtung und Stärke dieses Zusammenhangs. Voraussetzungen für die Anwendung dieses Verfahrens sind Intervallskalenniveau und Normalverteilung der Daten.

Rangkorrelation nach Spearman

Die Rangkorrelation ist ein parameterfreies Verfahren, das alternativ zur Produkt-Moment-Korrelation eingesetzt werden kann, wenn Annahmen bezüglich der Normalverteilung und der Intervallskalierung der Daten verletzt sind. Sie prüft auf Basis der Rangplätze, ob ein Zusammenhang zwischen zwei zumindest ordinalskalierten Merkmalen vorliegt. Der Korrelationskoeffizient nach Spearman gibt wiederum Richtung und Stärke des Zusammenhangs an.

T-Test unabhängig

Beim t -Test für unabhängige Stichproben wird untersucht, ob die Mittelwertsdifferenz zwischen zwei Gruppen signifikant ist. Voraussetzungen für die Anwendung dieses Verfahrens sind Normalverteilung und zumindest Intervallskalenniveau der Daten. Da der t -Test unabhängig dazu dient, die Mittelwerte von zwei verschiedenen Gruppen von Personen miteinander zu vergleichen, müssen die Testwerte darüber hinaus unabhängig voneinander sein und die Varianzen der Gruppen homogen sein.

T-Test abhängig

Der t -Test abhängig vergleicht die Mittelwerte zweier abhängiger Stichproben miteinander. Von abhängigen Stichproben wird gesprochen, wenn die Messwerte paarweise miteinander verbunden sind (z.B. Ehepaare, Paare von Geschwistern, Messwiederholungen bei ein- und derselben Person). Für die Anwendung dieses Verfahrens müssen die Daten zumindest Intervallskalenniveau aufweisen, und die Differenzen zusammengehöriger Messwertepaare müssen aus einer normalverteilten Grundgesamtheit stammen.

Wilcoxon- Test

Der Wilcoxon-Test ist das parameterfreie Pendant zum t -Test für abhängige Stichproben. Hierbei wird auf der Basis von rangskalierten Daten überprüft, ob zwischen zwei abhängigen Stichproben ein Unterschied vorliegt.

Zweifaktorielle Varianzanalyse

Die zweifaktorielle Varianzanalyse ist ein Verfahren, das die Wirkung von zwei unabhängigen Variablen auf eine abhängige Variable untersucht. Es kann sowohl der Einfluss jeder einzelnen Faktorvariable auf die abhängige Variable untersucht werden (Haupteffekte) als auch die Art des Zusammenwirkens dieser beiden Faktorvariablen (Interaktion). Für die Berechnung einer faktoriellen Varianzanalyse ist es erforderlich, dass die abhängige Variable zumindest intervallskaliert ist. Als weitere Modelprämissen gelten die Normalverteilung der Daten pro Gruppe, die Normalverteilung der Residuen über alle Daten, die Homogenität der Stichprobenvarianzen und die Unabhängigkeit der Beobachtungen. Mit letzterer Bedingung ist gemeint, dass die beiden Faktorvariablen eindeutig unterschiedliche Einflussgrößen in Bezug auf die abhängige Variable darstellen.

Levene Test

Mit dem Levene -Test wird geprüft, ob die Varianzen von Stichproben homogen sind. Fällt der Test signifikant aus, bedeutet dies, dass die Stichprobenvarianzen inhomogen sind.

Box-M-Test

Der Box-M-Test wird eingesetzt, um zu überprüfen, ob die Kovarianzmatrizen der abhängigen Variablen über die Gruppen gleich sind. Ergibt sich bei diesem Test ein signifikantes Ergebnis, spricht dies für die Inhomogenität der Kovarianz-Matrizen.

Multivariate Varianzanalyse

Bei diesem Verfahren handelt es sich um einen multivariaten Mittelwertsvergleich, bei dem die Mittelwerte von mehr als zwei unabhängigen Gruppen simultan bezüglich mehrerer abhängiger Variablen auf signifikante Unterschiede geprüft werden. Um dieses Verfahren einsetzen zu können, müssen die abhängigen Variablen zumindest Intervallskalenniveau aufweisen und die Beobachtungen müssen statistisch unabhängig voneinander sein. Außerdem wird eine multivariate Normalverteilung der Daten und die

Homogenität der Kovarianzmatrizen der abhängigen Variablen über die Gruppen als Voraussetzungen gefordert.

Multiple lineare Regressionsanalyse

Die multiple lineare Regressionsanalyse dient der Analyse von Beziehungen zwischen einer abhängigen und mehreren unabhängigen Variablen. Mit diesem Verfahren lässt sich unter anderem die Frage untersuchen, inwieweit ein Set von unabhängigen Variablen (Prädiktorvariablen) eine abhängige Variable (Kriteriumsvariable) vorhersagen kann. Das zu überprüfende Regressionsmodell muss zuvor auf Grund von sachlogischen und theoretischen Vorüberlegungen des Forschers aufgestellt werden. Die multiple Regressionsanalyse ist nur für die Untersuchung von linearen Zusammenhängen zwischen Variablen geeignet. Die abhängige Variable muss darüber hinaus zumindest Intervallskalenniveau aufweisen und die unabhängigen Variablen müssen zumindest nominalskaliert sein. Weitere Voraussetzungen beziehen sich darauf, dass die unabhängigen Variablen nicht perfekt miteinander korrelieren (Multikollinearität) und diese nicht mit den Residuen korrelieren. Außerdem wird gefordert, dass der Erwartungswert der Residuen „null“ ergibt ist, die Varianzen der Residuen konstant sind und keine Autokorrelationen zwischen den Residuen vorliegen sowie die Normalverteilung der Störgrößen gegeben ist.

Kontingenztafeln

Kontingenztafeln dienen dazu, Zusammenhänge zwischen nominalskalierten Merkmalen aufzudecken und zu untersuchen. Wurde eine Assoziation zwischen zwei Variablen entdeckt, kann mit Hilfe des Chi-Quadrat-Test (χ^2 -Test) analysiert werden, ob es sich dabei um einen signifikanten Zusammenhang handelt. Ein entsprechendes Maß für die Stärke des Zusammenhangs ist der Phi-Koeffizient (φ).

3.6 Ergebnisse der inferenzstatistischen Hypothesenprüfung

Im Folgenden werden die Ergebnisse der statistischen Analysen dargestellt. Die Irrtumswahrscheinlichkeit (α -Fehler) wird in dieser Untersuchung mit einem 5%-Niveau festgelegt.

3.6.1 Bedeutung des Stressausmaßes für die Partnerschaft

Zuerst wird die Hypothese H_1 (*Personen unterscheiden sich in Abhängigkeit von der Partnerschaftsqualität hinsichtlich des angegebenen Stressausmaßes. Es gibt eine Wechselwirkung zwischen Geschlecht und Höhe der Partnerschaftsqualität in Bezug auf das Ausmaß an erlebtem Stress*) mittels zweifaktorieller Varianzanalyse überprüft.

UV: Geschlecht, Partnerschaftsqualität in drei Stufen (niedrig, mittel, hoch; PFB-Gesamtwert)

AV: Stressausmaß (Summenscore Tics)

Die Variable Partnerschaftsqualität wurde durch einen Quartilsplit in Kategorien unterteilt. Das unterste Quartil bildet die Gruppe mit niedriger Partnerschaftsqualität (entsprechend PFB Gesamtscore ≤ 52) und das oberste Quartil jene Gruppe mit hoher Partnerschaftsqualität (entsprechend PFB Gesamtscore ≥ 70). Die beiden mittleren Quartile repräsentieren zusammen jene Personen mit mittlerer Beziehungsqualität (entsprechend PFB Gesamtscore 53-69).

Tabelle 7: Deskriptivstatistik Stressausmaß

pfbcut	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>
niedrige PQ	21.22	8.60	59
mittlere PQ	17.50	7.49	106
hohe PQ	15.57	8.24	63

Anmerkung: pfbcut = Partnerschaftsqualität dreikategorial

Wie in Tab.8 ersichtlich ergeben sich in der ANOVA signifikante Gruppenunterschiede beim Stressausmaß ($F_{2,222} = 10.27$; $p < .001$), wobei die Gruppe mit niedriger Partnerschaftsqualität das höchste Stressausmaß berichtet und die Gruppe mit hoher

Partnerschaftsqualität das geringste Belastungsausmaß angibt (siehe Tab.7). Der Effekt fällt mit einem η^2 von .09 klein aus (vgl. Bortz et al., 2006, S. 606).

Post-Hoc Berechnungen mittels Tukey-HSD verdeutlichen, dass sich die Gruppe mit niedriger Partnerschaftsqualität signifikant von den beiden anderen Gruppen unterscheidet. D.h. jene Personen, die eine niedrige Partnerschaftsqualität angeben, weisen signifikant höhere Werte bezüglich des Stressausmaßes auf als Personen aus den Gruppen mit mittlerer und hoher Partnerschaftsqualität. Interaktionseffekte (Gruppe \times Geschlecht) konnten keine beobachtet werden ($F_{2,222} = 1.18$; $p = .310$). Die aufgestellte Hypothese bezüglich eines Haupteffektes konnte somit bestätigt werden.

Tabelle 8: Tests der Zwischensubjekteffekte der Varianzanalyse

Quelle	Quadratsumme Vom Typ III	df	Mittel d. Quadrate	F	sig.	Partielles η^2
sex	1193.045	1	1193.054	20.07	<.001***	.08
pfbcut	1221.080	2	610.540	10.27	<.001***	.09
sex*pfbcut	139.855	2	69.928	1.18	.310	.01
Fehler	13198.654	222	59.453			
Gesamt	88706.000	228				

Anmerkung: *** $p < .001$

pfbcut = Partnerschaftsqualität dreikategoriell

Auf den zweiten signifikanten Haupteffekt (Geschlecht) wird an dieser Stelle nicht näher eingegangen, da dieser Aspekt in einer gesonderten Hypothese betrachtet wird.

Die Prüfung der Hypothese H_2 (*Personen unterscheiden sich in Abhängigkeit ihrer Partnerschaftszufriedenheit in Hinblick auf das berichtete Stressausmaß. Es gibt Wechselwirkungen zwischen Geschlecht und Ausmaß der Partnerschaftszufriedenheit bezüglich des Stressniveaus*) erfolgte ebenfalls mit einer zweifaktoriellen Varianzanalyse.

UV: Geschlecht, Partnerschaftszufriedenheit in drei Stufen (unzufrieden, zufrieden, sehr zufrieden, Glückseinschätzung im PFB)

AV: Stressausmaß (Summenscore Tics)

Zunächst wurden die Testpersonen auf Basis ihrer angegebenen Partnerschaftszufriedenheit in drei Gruppen eingeteilt. Personen, die sich als sehr unglücklich,

unglücklich, eher unglücklich oder eher glücklich einschätzten wurden zur Gruppe der „Unzufriedenen“ zusammengefasst. Dieses Vorgehen kann dadurch gerechtfertigt werden, dass Selbstberichtsdaten bezüglich der globalen Partnerschaftseinschätzung eine Verzerrung zum positiven Pol aufweisen. Laut Fitzpatrick (1988, zitiert nach Heil, 1999) resultiere diese Verschiebung in praktisch jeder Untersuchung. Als dahinterliegenden Grund vermutet er gesellschaftlich geprägte Zufriedenheitsfiktionen (S. 9).

Die Ergebnisse der Varianzanalyse in Tab. 9 zeigen, dass signifikante Gruppenunterschiede hinsichtlich des Stressniveaus vorliegen ($F_{2,222} = 9.37$; $p < .001$), wobei die dazugehörige Effektstärke als klein bezeichnet werden kann (vgl. Bortz et al., 2006, S. 606).

Tabelle 9: Tests der Zwischensubjekteffekte der Varianzanalyse

Quelle	Quadratsumme Vom Typ III	df	Mittel d. Quadrate	F	sig.	Partielles η^2
sex	890.259	1	890.259	14.88	<.001***	.06
glückskat	1221.381	2	560.691	9.37	<.001***	.08
sex*glückskat	85.338	2	42.669	.71	.491	.01
Fehler	13280.573	222	59.822			
Gesamt	88706.000	228				

Anmerkung: *** $p < .001$

pfbkat = Partnerschaftszufriedenheit dreikategorial

Durch die Post-Hoc Vergleiche mittels Tukey-HSD wird ersichtlich, dass sich die unzufriedene Gruppe signifikant von der zufriedenen und sehr zufriedenen Gruppe unterscheidet, während zwischen letzteren beiden keine signifikanten Unterschiede vorliegen. Personen, die zur unzufriedenen Gruppe gehören, berichten demnach ein signifikant höheres Stressausmaß (siehe Tab. 10) als Personen, die sich in Bezug auf ihre Partnerschaft als zufrieden oder sehr zufrieden beschreiben. Wechselwirkungen der beiden Faktoren Gruppe und Geschlecht liegen nicht vor ($F_{2,222} = 0.71$; $p = .49$). Die postulierte Hypothese bezüglich eines Haupteffektes konnte somit bestätigt werden.

Tabelle 10: Deskriptivstatistik Stressausmaß

glückskat	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>N</i>
unzufrieden	21.15	7.86	75
zufrieden	16.35	8.08	77
sehr zufrieden	16.36	7.93	76

Anmerkung: glückskat = Glücklichkeit in d.
Partnerschaft dreikategoriell

3.6.2 Stressausmaß und verschiedene Bereiche der Partnerschaftsqualität

Hier wird analysiert, inwieweit das von Paaren erlebte Ausmaß an Stress mit der Kommunikationsqualität innerhalb der Beziehung zusammenhängt. Die entsprechende Hypothese H₃ (*Es gibt einen negativen Zusammenhang zwischen Stressausmaß und Kommunikation bzw. Gemeinsamkeit*) wird mittels Produkt-Moment-Korrelation gerichtet überprüft.

UV: Stressausmaß (Summenscore Tics)

AV: Kommunikation bzw. Gemeinsamkeit (Skala „Kommunikation/Gemeinsamkeit“ aus PFB)

Das Ergebnis zeigt, dass es sich um eine signifikant negative Korrelation zwischen den beiden Variablen handelt ($r = -.22$; $p < .001$). Die Stärke des Zusammenhangs ist gering bis mäßig ausgeprägt. Grundsätzlich bestätigen die Ergebnisse die aufgestellte Hypothese.

Sodann soll Hypothese H₄ (*Es gibt einen positiven Zusammenhang zwischen erlebtem Stressausmaß und Streitverhalten*) mittels Rangkorrelation nach Spearman gerichtet getestet werden.

UV: Stressausmaß (Summenscore Tics)

AV: Streitverhalten (Skala „Streitverhalten“ aus PFB)

Das Ergebnis fällt mit $r = .31$ ($p < .001$) erwartungskonform aus. Es besteht demnach eine signifikant positive Korrelation zwischen den beiden Variablen, die als mittelhoch eingestuft werden kann. D.h., je höher das Stressausmaß, desto höhere Werte werden

bezüglich des Streitverhaltens berichtet. Die Hypothese kann somit als bestätigt angesehen werden.

3.6.3 Prädiktoren der Partnerschaftsqualität

Im Folgenden werden die Hypothesen H_{5a} und H_{5b} (*Das Stressausmaß, allgemeine Daily Hassles und das individuelle sowie dyadische Coping sind Prädiktoren mit einem signifikanten Erklärungswert für die Partnerschaftsqualität von Frauen und Männern*) einer Prüfung unterzogen. Um den Beitrag der einzelnen Variablen für die Vorhersage der Partnerschaftsqualität zusammen betrachten zu können, wird für Frauen und Männer getrennt jeweils eine multiple Regressionsanalyse berechnet. Die Auswahl der Prädiktoren für dieses Regressionsmodell wurde anhand sachlogischer und theoretischer Überlegungen vorgenommen.

UV: Stressausmaß (Summenscore Tics), allgemeine Daily Hassles (Skala „allgemeine Daily Hassles“ aus DH), negative und positive individuelle Stressverarbeitungsstrategien (Skala „Positivstrategien“ und „Negativstrategien“ aus SVF- 78), negatives und positives dyadisches Coping (Skala „positives dyadisches Coping“ und „negatives dyadisches Coping“ aus DCI).

AV (Kriteriumsvariable): Partnerschaftsqualität (PFB Gesamtscore)

Die Aufnahme der unabhängigen Variablen in die Regressionsgleichung erfolgt mittels schrittweiser Methode. Hinsichtlich der Partnerschaftsqualität erweisen sich sowohl in der weiblichen als auch in der männlichen Stichprobe positives und negatives dyadisches Coping als signifikante Prädiktoren. Die anderen unabhängigen Variablen können im Zuge der Modellbildung ausgeschlossen werden, da ihr Erklärungswert zu gering ist.

Der nachfolgenden Tabelle 11 kann entnommen werden, dass das Regressionsmodell mit den beiden Prädiktoren positives und negatives dyadisches Coping zur Vorhersage der Partnerschaftsqualität brauchbar ist ($F_{2,110} = 133.35; p < .001$).

Tabelle 11: Prüfung der Regressionsfunktion bzgl. der Partnerschaftqualität

Sex	Modell		Quadratsumme	df	Mittel der Quadrate	F	sig.
weiblich		Regression	15726.677	2	7863.338	133.35	<.001***
	2	Residuen	6486.385	110	58.967		
		Gesamt	22213.062	112			
männlich		Regression	13678.508	2	6839.254	95.93	<.001***
	2	Residuen	7913.457	111	71.292		
		Gesamt	21591.965	113			

Anmerkung: *** $p < .001$

Einflussvariablen = positives und negatives dyadisches Coping
abhängige Variable = PFB-Gesamtwert

Die Betrachtung der standardisierten Regressionskoeffizienten in Tab. 12 zeigt für beide Geschlechter, dass von der Variable „Positives dyadisches Coping“ ein positiver Effekt hinsichtlich der Partnerschaftqualität ausgeht, während bei der Variable „Negatives dyadisches Coping“ ein negativer Effekt beobachtet werden kann. Den größeren Erklärungsbeitrag hinsichtlich der Partnerschaftqualität leistet das positive dyadische Coping, sowohl bei den Frauen ($\beta = .64$; $p < .001$) als auch bei den Männern ($\beta = .60$, $p < .001$).

Aus Tab.12 kann für die weibliche Stichprobe abgelesen werden, dass im ersten Modell der erklärte Varianzanteil an der Kriteriumsvariable Partnerschaftqualität durch die Prädiktorvariable positives dyadisches Coping 66% beträgt. Durch Hinzufügen der Variable negatives dyadisches Coping in das Regressionsmodell kann ein weiterer Varianzanteil von 5% bezüglich der Partnerschaftqualität erklärt werden. Gemeinsam können die Prädiktoren positives und negatives dyadisches Coping somit 71% der Variation bezüglich der Partnerschaftqualität bei Frauen aufklären.

In der männlichen Stichprobe ist ein ähnliches Bild zu beobachten. Die Variable positives dyadisches Coping alleine vermag für 58% der Varianz bezüglich der Partnerschaftqualität verantwortlich zu sein. Durch die Aufnahme der Variable negatives dyadisches Coping in die Regressionsfunktion nimmt der erklärte Varianzanteil um 5% zu. Zusammen beträgt der durch beide Regressoren erklärte Varianzanteil an der abhängigen Variable 63%.

Tabelle 12: Modellzusammenfassung und Beitrag der Regressionskoeffizienten zur Kriteriumsvariable Partnerschaftsqualität

Sex	Modell	Beta	t	sig.	R ²	Änderungen in R ²
weiblich	1(Konstante)		.13	.895	.66	
	PDC	.81	14.55	<.001***		
	2 (Konstante)		3.64	<.001***	.71	.05
	PDC	.64	9.85	<.001***		
	NDC	-.29	-4.42	<.001***		
	männlich	1(Konstante)		.31	.759	.58
PDC		.76	12.51	<.001***		
2 (Konstante)			3.32	<.001***	.63	.05
PDC		.60	8.48	<.001***		
NDC		-.28	-3.92	<.001***		

Anmerkung: *** $p < .001$, PDC = Positives dyadisches Coping, NDC = Negatives dyadisches Coping
abhängige Variable = PFB-Gesamtwert

Den Ergebnissen zufolge kann die Hypothese nur bezüglich des dyadischen Copings als bestätigt angesehen werden.

3.6.4 Verschiedene dyadische Copingformen und Partnerschaftsqualität

Die folgende Analyse bezieht sich darauf, ob sich Personen je nach Höhe ihrer angegebenen Partnerschaftsqualität bezüglich des Einsatzes verschiedener dyadischer Copingstrategien unterscheiden. Die entsprechende Hypothese H₆ (*Personen unterscheiden sich je nach Höhe der Partnerschaftsqualität hinsichtlich der Stresskommunikation, des supportiven dyadischen Copings, des delegierten dyadischen Copings und des negativen dyadischen Copings*) wird mittels multivariater Varianzanalyse getestet. Hinsichtlich der Voraussetzungen zeigt sich, dass die Homogenität der Kovarianzmatrizen der abhängigen Variablen über die Gruppen gegeben ist (Box-M-Test: $p = .107$).

UV: Partnerschaftsqualität in drei Stufen (niedrig, mittel, hoch; PFB Gesamtwert)

AV: eigene Stresskommunikation (Skala SKE aus DCI), eigenes supportives dyadisches Coping (Skala SDCE aus DCI), eigenes delegiertes dyadisches Coping (Skala DDCE aus DCI), eigenes negatives dyadisches Coping (Skala NDCE aus DCI)

Die bereits erfolgte Einteilung der Untersuchungspersonen bezüglich niedriger, mittlerer und hoher Partnerschaftsqualität ($n_1 = 59$, $n_2 = 106$, $n_3 = 63$) wird übernommen. Als abhängige Variablen fungieren die eigene Stresskommunikation, eigenes supportives dyadisches Coping, eigenes delegiertes dyadisches Coping und eigenes negatives dyadisches Coping. Dabei handelt es sich um die Selbsteinschätzungen der Untersuchungspersonen bezüglich ihres eigenen Verhaltens in Stresssituationen.

Als Ergebnis zeigt sich, dass der multivariate Test signifikant ausfällt (*Pillai-Spur* : $F_{8,444} = 13.53$; $p < .001$). Deshalb werden zur weiteren Interpretation der Ergebnisse die für jede Variable getrennt durchgeführten Varianzanalysen betrachtet. Nur für die Variable negatives dyadisches Coping wurde auf Grund der festgestellten Varianzeninhomogenität gesondert der Welch-Test berechnet, der in solchen Fällen robust ist.

In Tab. 13 wird ersichtlich, dass sich jeweils mindestens zwei Gruppen bezüglich der Variablen Stresskommunikation ($F_{2,224} = 25.07$; $p < .001$), supportives dyadisches Coping ($F_{2,224} = 40.35$; $p < .001$) und delegiertes dyadisches Coping ($F_{2,224} = 9.88$; $p < .001$) signifikant unterscheiden. Die Effektgröße lässt sich jeweils durch den Anteil der Gesamtvarianz der auf die unabhängige Variable (Gruppenzugehörigkeit) zurückgeht, beschreiben. Die entsprechende Prüfgröße η^2 kann für die Variablen Stresskommunikation und supportives dyadisches Coping als groß und für die Variable delegiertes dyadisches Coping als mittelhoch klassifiziert werden (vgl. Bortz et al., 2006, S. 606).

Tabelle 13: Test der Zwischensubjekteffekte

Quelle	abhängige Variable	Quadratsumme TYP III	df	F	η^2	sig.
pfbcut	SKE	469.824	2	25.07	.183	<.001***
	SDCE	695.149	2	40.35	.265	<.001***
	DDCE	46.444	2	9.88	.081	<.001***

Anmerkung: *** $p < .001$

SKE = eigene Stresskommunikation, SDCE = eigenes supportives dyadisches Coping, DDCE = eigenes delegiertes dyadisches Coping, pfbcut = Partnerschaftsqualität dreikategorial

Die Untersuchung der paarweisen Mittelwertsunterschiede mittels des Post-Hoc Verfahrens nach Games Howell ergibt für alle drei abhängigen Variablen jeweils signifikante Unterschiede zwischen den Gruppen (siehe Tab. 14).

Tabelle 14: Mehrfachvergleiche mittels Games-Howell zwischen Gruppen mit niedriger, mittlerer und hoher Partnerschaftsqualität bzgl. dyadischer Copingformen

abhängige Variable	pfbcut		mittlere Differenz	SD	Signifikanz
SKE	niedrige PQ	mittlere PQ	-2.42	.533	<.001***
		hohe PQ	-3.89	.575	<.001***
	mittlere PQ	hohe PQ	-1.46	.460	.005**
SDCE	niedrige PQ	mittlere PQ	-3.01	.522	<.001***
		hohe PQ	-4.71	.561	<.001***
	mittlere PQ	hohe PQ	-1.71	.434	<.001***
DDCE	niedrige PQ	mittlere PQ	-.63	.260	.045*
		hohe PQ	-1.23	.280	<.001***
	mittlere PQ	hohe PQ	-.61	.235	.030*

Anmerkung: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

PQ = Partnerschaftsqualität, SKE = eigene Stresskommunikation, SDCE = eigenes supportives dyadisches Coping, DDCE = eigenes delegiertes dyadisches Coping
pfbcut = Partnerschaftsqualität dreikategoriell

In Bezug auf die Variable negatives dyadisches Coping, zeigt sich beim Welch-Test, dass signifikante Gruppenunterschiede vorliegen (*Welch-Statistik* = 26.6; $p < .001$). Beim den im Anschluss durchgeführten Post-Hoc Vergleichen mittels Games-Howell resultieren signifikante Unterschiede zwischen allen drei Gruppen bezüglich der negativen dyadischen Copingkategorie (siehe Tab. 15).

Tabelle 15: Mehrfachvergleiche mittels Games Howell zwischen Gruppen mit niedriger, mittlerer und hoher Partnerschaftsqualität bzgl. negativen dyadischen Copings

abhängige Variable	pfbcut		mittlere Differenz	SD	sig.
NDCE	niedrige PQ	mittlere PQ	2.56	.48	<.001***
		hohe PQ	3.63	.50	<.001***
	mittlere PQ	hohe PQ	1.08	.35	.007**

Anmerkung: ** $p < .01$, *** $p < .001$

PQ = Partnerschaftsqualität, NDCE = negatives dyadisches Coping

pfbcut Partnerschaftsqualität dreikategoriell

Zur Interpretation der Ergebnisse werden die jeweiligen Mittelwerte der Gruppen bezüglich der vier dyadischen Copingstrategien herangezogen (siehe Tab. 16). Es zeigt sich, dass Personen, die einen niedrigen Wert bezüglich der Partnerschaftsqualität aufweisen, im Vergleich zu Personen der Gruppen mittlerer und hoher Partnerschaftsqualität signifikant weniger Stresskommunikation, supportives und delegiertes dyadisches Coping sowie mehr negatives dyadisches Coping betreiben. Auch zwischen Personen mit mittlerer und hoher Partnerschaftsqualität liegen signifikante Unterschiede hinsichtlich der vier dyadischen Copingformen vor: Personen mit hoher Partnerschaftsqualität sprechen mehr über ihren Stress, betreiben mehr supportives dyadisches Coping und übernehmen öfters Aufgaben und Tätigkeiten, wenn ihr Partner gestresst ist. Außerdem weisen sie niedrigere Werte im negativen dyadischen Coping auf (siehe Tab.16). Die im Vorhinein formulierten Annahmen haben sich bestätigt.

Tabelle 16: Deskriptive Statistiken von dyadischen Copingformen

abhängige Variable	pfbcut	M	SD	n
SKE	niedrige PQ	10.80	3.45	59
	mittlere PQ	13.22	2.95	105
	hohe PQ	14.68	2.85	63
SDCE	niedrige PQ	16.27	3.37	59
	mittlere PQ	19.28	2.77	105
	hohe PQ	20.98	2.70	63
DDCE	niedrige PQ	6.31	1.63	59

	mittlere PQ	6.93	1.53	105
	hohe PQ	7.54	1.45	63
NDCE	niedrige PQ	9.51	3.24	59
	mittlere PQ	6.95	2.43	105
	hohe PQ	5.87	2.92	63

Anmerkung: pfbcut = Partnerschaftsqualität dreikategoriell

SKE = eigene Stresskommunikation, SDCE = eigenes

supportives dyadisches Coping, DDCE = eigenes delegiertes

dyadisches Coping, NDCE = eigens negatives dyadisches Coping

3.6.5 Fairness beim supportiven dyadischen Coping und Partnerschaftsqualität

Die nachfolgende Auswertung bezieht sich auf Hypothese H₇ (*Die subjektiv wahrgenommene Ausgewogenheit zwischen den Partnern in Bezug auf supportives dyadisches Coping und die Übereinstimmung ihrer Selbsteinschätzungen in Bezug auf supportives dyadisches Coping sind Prädiktoren, die einen signifikanten Erklärungswert an der Gesamtvarianz der Partnerschaftsqualität besitzen*). Die statistische Analyse erfolgte mittels einer multiplen Regressionsanalyse für beide Geschlechter getrennt.

UV: Equity-Index, Reziprozitätsindex (Diskrepanzmaße aus DCI)

AV: Partnerschaftsqualität (PFB Gesamtwert)

Um Übereinstimmungen und Diskrepanzen zwischen den Partnern analysieren zu können und somit der dyadischen Perspektive gerecht zu werden, wurden Equity- und Reziprozitätsindizes laut Manual des dyadischen Coping Inventars berechnet (Bodenmann, 2008, S. 78-79). Für jedes Itempaar wurde die absolute Diskrepanz und anschließend das arithmetische Mittel aus den zum Index gehörigen Diskrepanzen gebildet.

Die Auswahl der in die Regressionsfunktion aufzunehmenden Variablen erfolgt nach der Methode „schrittweise“. Für die Partnerschaftsqualität der Frau stellt sich nur die subjektiv wahrgenommene Ausgewogenheit (Equity-Index) bezüglich des supportiven dyadischen Copings als relevante Determinante heraus, während die Variable Reziprozitätsindex aus dem Modell eliminiert werden kann. In der männlichen Stichprobe erweist sich ein gemeinsames Modell mit Equity- und Reziprozitätsindex für die Vorhersage der Partnerschaftsqualität als geeignet (siehe Tab. 17).

Tabelle 17: Prüfung der Regressionsfunktion bzgl. der Kriteriumsvariable Partnerschaftsqualität

Sex	Modell		Quadratsumme	df	Mittel der Quadrate	F	sig.
weiblich	1	Regression	4432.687	1	4432.687	27.67	<.001 ^{***}
		Residuen	17780.375	111	160.184		
		Gesamt	22213.062	112			
männlich	2	Regression	3817.784	2	1908.892	11.86	<.001 ^{***}
		Residuen	17698.712	110	160.897		
		Gesamt	21516.496	112			

Anmerkung: ^{***} $p < .001$

Einflussvariablen bei Modell 1: (Konstante), Equity-Index

Einflussvariablen bei Modell 2: (Konstante), Equity- Index, Reziprozitätsindex

Durch die Betrachtung der Regressionskoeffizienten in Tab. 18 kann festgestellt werden, dass die Variablen Equity- und Reziprozitätsindex negativ mit der Kriteriumsvariable assoziiert sind. D.h. je höher der Equity-Index (wenig Ausgewogenheit zwischen den Partnern), desto niedriger sind die Werte bezüglich der Partnerschaftsqualität. Je höher der Reziprozitätsindex (große Unterschiede in der Wahrnehmung geleisteter bzw. erhaltener Copingbeiträge zwischen den Partnern), desto niedriger ist die angegebene Partnerschaftsqualität.

Weiters kann aus Tab. 18 abgelesen werden, dass bei den Frauen mittels Equity-Index 20% der Varianz bezüglich der Partnerschaftsqualität aufgeklärt werden können. Bei den Männern sind sowohl Equity- als auch Reziprozitätsindex signifikante Regressoren. Gemeinsam erklären sie 18% hinsichtlich der Variation der Partnerschaftsqualität, wobei der Equity-Index einen größeren Erklärungsbeitrag ($\beta = -.325$; $p < .001$) leistet als der Reziprozitätsindex ($\beta = -.221$; $p = .013$). In der männlichen Stichprobe kann die Hypothese als bestätigt angesehen werden, bei den Frauen erwies sie sich nur als teilweise zutreffend.

Tabelle 18: Modellzusammenfassung und Beitrag der Regressionskoeffizienten zur Kriteriumsvariable Partnerschaftsqualität

Sex	Modell	standard. Beta	t	sig.	R ²	Änderungen in R ²
weiblich	1(Konstante)		33.130	<.001 ^{***}	.20	
	Equity-Index	-.447	-5.260	<.001 ^{***}		
männlich	1(Konstante)		32.521	<.001 ^{***}	.13	
	Equity-Index	-.360	-4.067	<.001 ^{***}		
	2 (Konstante)		26.640	<.001 ^{***}	.18	.05
	Equity-Index	-.325	-3.713	<.001 ^{***}		
	Rez.-Index	-.221	-2.527	.013 [*]		

Anmerkung: ^{*} $p < .05$, ^{***} $p < .001$

3.6.6 Geschlechtsunterschiede in Stressausmaß und Coping

In den folgenden Analysen werden Geschlechtsunterschiede bezüglich dyadischen und individuellen Copings fokussiert. Dazu wird zuerst Hypothese H₈ (*Frauen sind mit der Unterstützung des Partners und der gemeinsamen Stressbewältigung weniger zufrieden als Männer*) gerichtetete mittels Wilcoxon-Test überprüft.

UV: Geschlecht

AV: Zufriedenheit mit der Unterstützung des Partners und gemeinsamer Stressbewältigung (Item 36 aus DCI)

Das Ergebnis zeigt, dass keine signifikanten Geschlechtsunterschiede vorliegen ($Z = -1.36$; $p = .174$). Somit muss die aufgestellte Hypothese verworfen werden.

Im nächsten Schritt wird Hypothese H₉ (*Frauen kommunizieren ihren Stress häufiger als Männer*) mittels t -Test abhängig analysiert.

UV: Geschlecht

AV: Stresskommunikation (Skala „Eigene Stresskommunikation“ aus DCI)

Die statistische Analyse erbrachte ein signifikantes Ergebnis ($t_{113} = 5.64$; $p < .001$). D.h. Frauen ($M = 14.05$; $SD = 3.293$) geben signifikant öfter an, ihren Stress dem Partner mitzuteilen als Männer dies tun ($M = 11.89$; $SD = 3.12$). Der Zusammenhang zwischen

den Partnern bezüglich der Stresskommunikation ist signifikant ($p = .041$), aber mit $r = .19$ gering ausgeprägt. Die Hypothese konnte durch das Ergebnis bestätigt werden.

Schließlich wird Hypothese H_{10} (*Die beiden Geschlechter unterscheiden sich hinsichtlich des negativen individuellen Copings*) durch die Berechnung eines t-Tests abhängig geprüft.

UV: Geschlecht

AV: negatives individuelles Coping (Skala „Negativ-Strategien“ des SVF 78)

Anhand des Ergebnisses wird deutlich, dass sich die Mittelwerte von Frauen ($M = 11.10$; $SD = 3.51$) und Männern ($M = 8.66$; $SD = 3.69$) bezüglich der Variable negatives individuelles Coping signifikant unterscheiden ($t_{113} = 5.56$; $p = .001$). Frauen geben demnach an, signifikant häufiger auf negative individuelle Stressbewältigungsstrategien zurückzugreifen. Insofern belegen die Ergebnisse die postulierten Annahmen.

Die dazugehörige Korrelation ist nicht signifikant. D.h., die Partner sind sich hinsichtlich der Anwendung von negativen individuellen Copingstrategien nicht ähnlich.

Letztlich wird Hypothese H_{11} (*Frauen erleben ein signifikant höheres Stressausmaß als Männer*) mittels t-Test abhängig geprüft.

UV: Geschlecht

AV: Stressausmaß (Summenscore Tics)

Bei der Signifikanzprüfung auf Geschlechtsunterschiede bezüglich des Stressausmaßes ergibt sich ein statistisch bedeutsamer Effekt ($t_{113} = 4.78$; $p < .001$). D.h., Frauen ($M = 19.92$; $SD = 8.02$) geben hypotesenkonform ein signifikant höheres Stressausmaß als Männer ($M = 15.94$; $SD = 7.998$) an. Der Korrelationskoeffizient zwischen den Partnern beläuft sich auf $r = .38$ ($p < .001$). Dies entspricht einem mäßigen Zusammenhang in der Ähnlichkeit der Stressbelastung.

3.6.7 Sexualität und Stress

Überprüfung der zum Thema Stress und Sexualität postulierten Hypothesen:

Zuerst wird Hypothese H_{12} (*Es gibt einen negativen Zusammenhang zwischen Stressausmaß und sexueller Zufriedenheit*) mittels Produkt-Moment-Korrelation untersucht.

Es ergibt sich erwartungsgemäß ein signifikant negativer Zusammenhang zwischen dem Ausmaß an Stress und sexueller Zufriedenheit ($r = -.25$; $p < .001$). Die Hypothese kann somit als bestätigt angesehen werden.

Sodann erfolgt die Prüfung der Hypothese H_{13} (*Es gibt einen Zusammenhang zwischen Geschlecht und dem Ausmaß an Lustempfinden unter Stress*). Auf Grund des Nominalskalenniveaus der Daten ist eine Kontingenztafel mit anschließender Signifikanzprüfung mittels χ^2 -Test die Methode der Wahl.

UV: Geschlecht

AV: Lustempfinden bei Stress

In Tab. 19 wird deutlich, dass die Mehrzahl der Untersuchungspersonen angab, während stressiger Zeiten weniger Lust auf Sex zu haben. Von den Frauen teilten 83.3% mit, während stressiger Zeiten weniger sexuelles Verlangen zu verspüren, während es bei den Männern nur 60.5% waren. Die im Anschluss durchgeführte Berechnung zeigt, dass ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Ausmaß an Lustempfinden unter Stress und dem Geschlecht besteht ($\chi^2_1 = 14.68$; $p < .001$). Männer geben signifikant häufiger als Frauen an, gleichbleibendes oder mehr sexuelles Verlangen zu haben, obwohl Stress vorhanden ist. Die Stärke des Zusammenhangs ist mit einem *Phi-Koeffizienten* von $-.25$ als gering zu bezeichnen. Grundsätzlich kann die Hypothese als bestätigt betrachtet werden.

Tabelle 19: Geschlecht × sexuelle Lust während stressiger Zeiten

		sexuelle Lust während stressiger Zeiten			
			gleichbleibend oder mehr	weniger	gesamt
sex	weiblich	Anzahl	19	95	114
		erwartete Anzahl	32	82	114
		Anteil	16.7%	83.3%	100%
sex	männlich	Anzahl	45	69	114
		erwartete Anzahl	32	82	114
		Anteil	39.5%	60.5%	100%
gesamt		Anzahl	64	164	228
		Anteil	28.1%	71.9%	100%

Schließlich wird Hypothese H_{14} (Frauen und Männer unterscheiden sich hinsichtlich der Einschätzung der Wichtigkeit des Sexuallebens für die Partnerschaft) mittels t-Test abhängig überprüft.

Das Ergebnis zeigt hypothesenkonform signifikante Geschlechtsunterschiede ($t_{113} = -3.36$, $p < .001$): Männer ($M = 7.86$; $SD = 1.56$) schätzten das Sexualleben für eine Beziehung signifikant wichtiger ein als Frauen ($M = 7.16$; $SD = 1.88$).

3.7 Interpretation und Diskussion der Ergebnisse

Ziel der vorliegenden Studie war die Erweiterung des wissenschaftlichen Erkenntnisstandes bezüglich der Bedeutung von Stress und dessen Bewältigung für die Güte einer Partnerschaft, wobei der Bereich der Paarsexualität explizit Berücksichtigung erfuhr.

Im ersten Abschnitt des Ergebnisteils konnte gezeigt werden, dass Personen, die eine niedrige Partnerschaftsqualität und –zufriedenheit angeben, ein signifikant höheres Ausmaß an globalem Stress erleben als Personen, die über eine mittlere oder hohe Beziehungsqualität und – zufriedenheit berichten. Die dazugehörigen Effektstärken fielen allerdings gering aus. Grundsätzlich steht das Ergebnis aber in Einklang mit den Befunden aus der Stressforschung bei Paaren, wonach Stress und Partnerschaftsqualität bzw. –zufriedenheit negativ assoziiert sind. In der Fünf-Jahres-Längsschnittstudie von Bodenmann und Cina (2005) zeigte sich ebenfalls, dass stabil-unzufriedene Paare zum ersten Messzeitpunkt einen signifikant höheren Gesamtstresswert aufwiesen als stabil-zufriedene Paare. Auch in der Untersuchung von Karney und Neff (2007) stellte sich heraus, dass Paare in stressvollen Phasen mit ihrer Beziehung weniger zufrieden waren. Insgesamt deutet das gewonnene Forschungsergebnis darauf hin, dass die Qualität einer Paarbeziehung unter einem hohen Stresslevel leidet. Es spricht außerdem für die Gültigkeit der Stress-Scheidungstheorie von Bodenmann (2000a), in der davon ausgegangen wird, dass Stress die Partnerschaftsqualität über vier verschiedene Wirkmechanismen reduziert (siehe Abschnitt 2.4.1).

Beim zweiten Hypothesenblock wurde überprüft, ob und inwieweit Stress mit der Kommunikation bzw. Gemeinsamkeit und dem Streitverhalten von Paaren zusammenhängt. Dabei hat sich erwartungsgemäß gezeigt, dass das Stressausmaß und die Kommunikationsqualität bzw. der Gemeinsamkeitsaspekt signifikant negativ miteinander assoziiert sind. Die Stärke des Zusammenhangs fiel allerdings eher gering aus. Dennoch deutet das Ergebnis darauf hin, dass Paare, die viel Stress erleben, weniger Gedankenaustausch betreiben bzw. sich gegenseitig weniger nach dem Befinden bzw. den Erlebnissen des anderen erkundigen und somit weniger aufeinander eingehen, sowie seltener gemeinsam Aktivitäten planen. Dies erscheint für die Partnerschaft insofern bedrohlich, als zu wenig gemeinsame Erfahrungen und tiefere emotionale Kommunikation das Wir-Gefühl eines Paares schwächen können (vgl. Bodenmann, 2003). Die Richtung des hier gefundenen Zusammenhangs steht mit den Ergebnissen von Bodenmann et al. (1996) in Einklang. Die Autoren konnten anhand von Verhaltensbeobachtungsdaten eindringlich zeigen, dass sich die Qualität der

Kommunikation unter Stress um 40% verschlechtert. Das hier gewonnene Ergebnis stützt wiederum das Postulat der Stress-Scheidungstheorie von Bodenmann (2000a), wonach sich Stress negativ auf die partnerschaftliche Kommunikationsqualität auswirkt, unter anderem deshalb, weil die Partner durch Zeitmangel kaum Gelegenheit haben sich zu unterhalten bzw. adäquat aufeinander einzugehen. Durch die Belastung sind die Partner mehr auf sich selbst konzentriert und sie tendieren dazu sich zurückzuziehen bzw. den Partner zurückzuweisen (Bodenmann, 2003). Verbales Rückzugsverhalten bzw. Abblocken sind Kommunikationsmuster, die Gottman (1994, zitiert nach Braukhaus et al., 2000, S. 183) im Rahmen seines Kaskadenmodells der „Vier apokalyptischen Reiter“ als potentielle Risikofaktoren für Trennung und Scheidung entlarvt hat. Vor diesem Hintergrund erscheinen Stresseffekte in Partnerschaften als besonders ernst zu nehmend.

Die Erwartung, dass das globale Stressniveau und das Ausmaß an Streitigkeiten innerhalb der Partnerschaft signifikant positiv miteinander korrelieren, konnte bestätigt werden, wobei es sich um einen geringen bis mäßigen Zusammenhang handelte. D.h., je höher das angegebene globale Stressniveau ist, desto mehr Streit wird von den Paaren berichtet. Dieses Ergebnis stimmt gut mit den Befunden von Bodenmann, Ledermann und Bradbury (2007) überein, die in ihrer Querschnittuntersuchung ebenfalls herausfanden, dass Paare, die ein hohes Maß an externem Stress erleben, mehr Spannungen innerhalb der Dyade wahrnehmen. Die Autoren erklären ihren Befund in der Weise, dass Stress dazu führt, dass unterschiedliche Ziele, divergierende Bedürfnisse und nervige Angewohnheiten der Partner verstärkt wahrgenommen werden und zum Problem für eine Partnerschaft mutieren, während dies unter weniger stressigen Bedingungen eher nicht der Fall ist. Indes weist Bodenmann (2003) darauf hin, dass es gestressten Personen schwerer fällt, die Ansichten und Einstellungen des Partners zu akzeptieren. Außerdem gelingt es weniger gut negative Verhaltensweisen des Partners positiv umzudeuten (Karney & Neff, 2007). Eine weitere Erklärung für den gefundenen Zusammenhang ist außerdem der Umstand, dass Personen unter Stress dazu neigen sich dem Partner gegenüber weniger einfühlsam und rücksichtsvoll zu verhalten, so dass auf Grund der Angespanntheit und einer gereizten Stimmungslage unüberlegte, möglicherweise für den Partner verletzende Aussagen getätigt werden, und so die Negativität in der Interaktion zunimmt (vgl. Bodenmann, 2003). All diese Argumente legen nahe, dass mit zunehmendem Stress ein erhöhtes Konfliktpotential innerhalb der Partnerschaft einhergeht, und bieten somit eine adäquate Erklärung für das hier gefundene Resultat.

Im dritten Ergebnisabschnitt wurde untersucht, ob es sich bei den Bereichen Stressausmaß, allgemeine Daily Hassles, positives und negatives individuelles, sowie dyadisches Coping um relevante Prädiktoren für die Partnerschaftsqualität handelt. Entgegen den Erwartungen stellte sich heraus, dass sowohl das Stressausmaß als auch allgemeine Daily Hassles und die positiven sowie negativen individuellen Stressverarbeitungsstrategien nicht zur Vorhersage der Partnerschaftsqualität geeignet waren. Als sehr einflussreich stellte sich hingegen das Erklärungsmodell mit den Variablen positives und negatives dyadisches Coping heraus, das bei den Frauen 71% und bei den Männern 63.3% der Variabilität bezüglich der Partnerschaftsqualität aufklärte. Das positive dyadische Coping stellte sich dabei in allen Analysen als Hauptprädiktor heraus. Es vermag bei den Frauen alleine 66% und bei den Männern 58% der Varianz hinsichtlich der Beziehungsqualität zu erklären. Dieses Ergebnis korrespondiert mit den von Bodenmann (2000a) im Rahmen einer Metaanalyse gewonnenen Befunden. Außerdem kann es gewissermaßen als Bestätigung für den theoretischen Ansatz des dyadischen Copings nach Bodenmann (2000a) gewertet werden, wonach gemeinsame Stressbewältigung partnerschaftsfördernde Effekte hat (Stärkung des Kohäsionsgefühls, kognitive Repräsentation der Partnerschaft als hilfreich und unterstützend etc.) und somit für die Güte einer Beziehung von großer Bedeutung ist. Das vorliegende Ergebnis deutet zudem darauf hin, dass dyadisches Coping für die Partnerschaftsqualität der Frau etwas wichtiger zu sein scheint als für die des Mannes. Bodenmann et al. (2006) konnten dies in ihrer Studie nachweisen und erklärten den Befund derart, dass Frauen das Verhalten bzw. die Investitionen ihres Partners in die Beziehung genauer beobachten und differenzierter wahrnehmen. Die Tatsache, dass sich die anderen Variablen nicht als signifikante Prädiktoren erwiesen haben, steht allerdings im Widerspruch zu theoretischen Annahmen und empirischen Befunden der Stress- und Copingforschung bei Paaren. Stress und insbesondere Alltagswidrigkeiten haben laut Bodenmann (2000a) erwiesenermaßen einen destruktiven Einfluss auf die Qualität einer Paarbeziehung und müssten deshalb zentrale Prädiktorrollen hinsichtlich der Partnerschaftsqualität einnehmen. Bezüglich des Stellenwerts der individuellen Stressverarbeitung hat sich in mehreren Untersuchungen (z.B. Bodenmann & Cina, 1999) gezeigt, dass die Art und Weise, wie jeder Partner einzeln Stress bewältigt, signifikant mit der Qualität einer Partnerschaft zusammenhängt. Je effektiver beide Partner im Stande sind Stress zu verarbeiten, desto günstiger ist der Verlauf einer Partnerschaft und desto geringer ist das Scheidungsrisiko (vgl. Bodenmann, 2003). Dass sich Alltagswidrigkeiten negativ auf die Partnerschaft auswirken, wurde ebenfalls in mehreren Untersuchungen nachgewiesen (z.B. Bodenmann, Ledermann & Bradbury, 2007). Nun besteht eine Erklärungsmöglichkeit für das hier gefundene Ergebnis, wonach

Stressausmaß, allgemeine Daily Hassles und individuelle positive sowie negative Stressverarbeitung nur eine geringe Bedeutung für die Partnerschaftsqualität haben darin, dass deren Erklärungswert möglicherweise durch den starken Prädiktor positives dyadisches Coping und den Prädiktor negatives dyadisches Coping überlagert wurde. Dass sich letztere jedoch als einflussreichere Prädiktoren erwiesen, so dass die anderen ausgeschlossenen Variablen keinen zusätzlichen Varianzanteil mehr erklären konnten, legt den Schluss nahe, dass nicht das Ausmaß an Stress und Alltagswidrigkeiten, sondern der gemeinsame Umgang mit diesen belastenden Situationen von entscheidender Bedeutung für die Qualität einer Partnerschaft ist. Diese Sichtweise wird durch die Befunde von Bodenmann (1998, zitiert nach Bodenmann, 2000a, S. 170) gestützt, der im Rahmen einer Fünf-Jahres-Längsschnittuntersuchung herausfand, dass der negative Effekt von Stress auf die Beziehungsqualität durch individuelle und dyadische Copingfertigkeiten moderiert werden kann. Paare, die viel Stress erlebten, aber über adäquate Stressbewältigungskompetenzen verfügten, mussten nämlich bezüglich der Partnerschaftsqualität über die Jahre kaum Einbußen hinnehmen. Dass sich in der vorliegenden Untersuchung nun individuelle Copingkompetenzen im Vergleich zu dyadischen als nicht relevant für die Partnerschaftsqualität ergeben haben, könnte auf die möglicherweise größere Effektivität der gemeinsamen Stressbewältigung zurückzuführen sein. Hierbei nutzen die Partner nämlich ihre gemeinsamen Synergien. Bodenmann und Cina (1999) erklären, dass dyadisches Coping es ermöglicht individuellen und dyadischen Stress wirksamer zu bewältigen.

Im nächsten Ergebnisabschnitt konnte nachgewiesen werden, dass Personen mit niedriger Partnerschaftsqualität im Vergleich zu Personen der Gruppen mittlerer und hoher Partnerschaftsqualität signifikant weniger Stresskommunikation, supportives und delegiertes dyadisches Coping, sowie mehr negatives dyadisches Coping betreiben. Analoge Unterschiede zeigten sich zwischen Personen mit mittlerer und hoher Partnerschaftsqualität. In der Kategorie supportives dyadisches Coping zeigte sich mit einer Effektstärke von $\eta^2 = .27$, dass es sich um starke Gruppenunterschiede handelte. Bei der Stresskommunikation handelte es sich um einen mittleren Effekt und beim delegierten dyadischen Coping um einen eher kleinen Effekt. Die Befunde deuten darauf hin, dass Personen, deren Beziehungsqualität niedrig ist, Stress ihrem Partner gegenüber seltener äußern, den Partner bei der Stressbewältigung weniger unterstützen, sowie seltener Aufgaben und Tätigkeiten übernehmen, wenn ihr Partner gestresst ist. Außerdem geben sie an mehr negatives dyadisches Coping, das feindseligen, ambivalenten oder oberflächlichen Charakter haben kann, ihrem Partner gegenüber zu zeigen. In der Studie von Bodenmann, Pihet und Kayser (2006) zeigte sich ein ähnliches

Bild. Insgesamt verweisen die Befunde darauf, dass es für die Partnerschaftsqualität förderlich ist, wenn sich die Partner offen über ihre Stresserfahrungen unterhalten. Besonders wichtig erscheint es darüber hinaus, dass sie sich gegenseitig helfen die Belastungen zu verarbeiten, sei es in Form von emotionaler Unterstützung z.B. durch Gespräche und Austausch von Zärtlichkeiten oder in Form von sachbezogener Unterstützung z.B. durch Erteilung von Ratschlägen oder durch aktive Mithilfe beim Ausführen von Tätigkeiten. Auch die gänzliche Übernahme von Tätigkeiten und Aufgaben, um den Partner zu entlasten, scheint der Qualität einer Beziehung zuträglich zu sein. Für das negative dyadische Coping scheint das Gegenteil der Fall zu sein. Diese aversive Form des dyadischen Copings, wenn dieses Verhalten überhaupt als solches bezeichnet werden kann, wird von demjenigen Partner, der unterstützungsbedürftig ist, mit großer Wahrscheinlichkeit als sehr kränkend und verletzend wahrgenommen. Es entsteht der Eindruck, dass sich der Partner nicht ernsthaft für einen interessiert und einen im Stich lässt. Es ist anzunehmen, dass diese Erfahrung angesichts der Tatsache, dass sich eine Partnerschaft zwischen zwei Menschen unter anderem durch gegenseitige Unterstützung definiert, als besonders bitter empfunden wird (vgl. auch Baxter, 1986).

Eine weitere Fragestellung, die analysiert wurde, betrifft die Relevanz der Ausgewogenheit und Reziprozität hinsichtlich des supportiven dyadischen Copings für die Partnerschaftsqualität. Durch die Bildung von Diskrepanz- bzw. Übereinstimmungsmaßen ergab sich indes eine interessante Auswertungsmöglichkeit, wodurch die Einschätzungen beider Partner miteinander verglichen werden konnten. In Einklang mit den Befunden von Gmelch und Bodenmann (2007) zeigten die Analysen, dass Diskrepanzen im supportiven dyadischen Coping negativ mit der Beziehungsqualität assoziiert sind. Bei den Frauen leistete der Equity-Index bezüglich ihrer Beziehungsqualität eine Varianzaufklärung von 20%. Der Reziprozitätsindex erwies sich als insignifikanter Prädiktor. Bei den Männern stellte sich vor allem der Equity-Index mit 13% Varianzaufklärung, aber auch der Reziprozitätsindex mit 5% Varianzaufklärung bezüglich der Partnerschaftsqualität als vorhersagerelevant heraus. Den Ergebnissen zufolge hat der Equity-Index im Vergleich zum Reziprozitätsindex größere Relevanz für die Partnerschaftsqualität. Dies impliziert, dass vor allen Dingen der Aspekt der Fairness, wie es im Rahmen der Equity-Theorie postuliert wird, im Beziehungskontext eine wichtige Rolle spielt. Dieser Aspekt wird durch den Equity-Index erhoben, indem die Relation zwischen den eigenen und den beim Partner wahrgenommenen Unterstützungshandlungen abgebildet wird. Es ist jedoch bei der Interpretation der Ergebnisse zu bedenken, dass durch diese Methode lediglich Diskrepanzen festgestellt werden können und nicht, ob die Untersuchungsperson diese tatsächlich als unfair erlebt

(vgl. Gmelch & Bodenmann, 2007). Bezüglich der Kausalität des hier gefundenen Ergebnisses kann auf Grund des querschnittlichen Designs nichts ausgesagt werden. Die Längsschnittstudie von Grote und Clark (2001), in der Paare untersucht wurden, die sich im Übergang zur Elternschaft befanden, bietet diesbezüglich mehr Aufschluss. Darin hat sich gezeigt, dass sowohl eine geringe Beziehungsqualität zur verstärkten Wahrnehmung von Diskrepanzen führen kann, als auch umgekehrt die Wahrnehmung von Ungerechtigkeit in der Beziehung eine niedrige Partnerschaftsqualität bedingen kann. Letzteres Ergebnis besaß allerdings nur für die Frauen Gültigkeit.

Die darauffolgenden geschlechtsspezifischen Analysen hinsichtlich individuellen und dyadischen Copings zeigten, dass Frauen und Männer gleichermaßen mit der Unterstützung des Partners zufrieden sind. Dieses Resultat entspricht nicht den Hinweisen aus der Literatur, wonach Frauen mit der Unterstützung des Partners unzufriedener sind (z.B. Bodenmann & Widmer, 2000; Neff & Karney, 2004).

In einer weiteren Analyse zeigte sich, dass Frauen ihren Stress signifikant häufiger dem Partner mitteilen. Frauen sind demnach scheinbar im Vergleich zu Männern eher bereit mit dem Partner über ihre Stresserfahrungen zu sprechen. Dieses Ergebnis deckt sich zum einen mit den Befunden aus der Stress-Coping Forschung bei Paaren (siehe Bodenmann 2000a) und zum anderen mit den Resultaten der Forschung zur emotionalen Selbstöffnung, wonach Frauen ihre Gefühle in Gesprächen eher offenbaren bzw. mitteilen (z.B. Dindia & Allen, 1992). Im Rahmen der Stresskommunikation spielt die emotionale Selbstöffnung eine entscheidende Rolle, da supportives aber auch gemeinsames dyadisches Coping erst einsetzen kann, wenn der eine Partner dem anderen seinen Stress signalisiert (Bodenmann, 2000a). Der zusätzlich ausgewiesene Korrelationskoeffizient liefert darüber hinaus einen schwachen Hinweis dafür, dass sich die Partner bezüglich der Mitteilung von Stress ähnlich sind.

In der dargelegten Untersuchung wurde außerdem analysiert, ob Geschlechtsunterschiede in Hinblick auf das erlebte Stressausmaß vorliegen. Diesbezüglich ergab sich in Einklang mit anderen Studien (z.B. Bodenmann, Ledermann & Bradbury, 2007; Schulz, Schlotz, Wolf & Wüst, 2002), dass Frauen signifikant mehr Stress erleben. Eine Erklärung für dieses Ergebnis könnte die Doppelbelastung vieler Frauen durch Beruf und Kinder bzw. Haushalt darstellen. Schulz et al. (2002) bezweifeln jedoch, dass Frauen objektiv mehr Belastungen ausgesetzt sind. Sie erklären die durchwegs beobachteten höheren Werte von Frauen bezüglich Stresserfahrungen durch deren größere Besorgnisneigung. In ihren Analysen wiesen die Autoren indes nach, dass Frauen signifikant mehr dazu neigen sich Sorgen zu machen und dass

Geschlechtseffekte bezüglich des erlebten Stressausmaßes verschwinden, wenn die Variable Besorgnisneigung als Kovariate mitberücksichtigt wird. Schulz et al. erläutern, dass Frauen Stressereignisse durch ihre verstärkte Besorgnisneigung intensiver erleben und sich deshalb besser daran erinnern, so dass sie diese Vorkommnisse in retrospektiven Selbstauskünften umso eher angeben. Eine andere Begründung für den vorgefundenen Geschlechtsunterschied ist möglicherweise der Umstand, dass Männer auf Grund ihrer Geschlechtsrollenorientierung dazu tendieren Stresssymptome abzuwehren und weniger darüber zu berichten, weil sie diese als ein Zeichen von Schwäche ansehen (vgl. Schulz et al. 2002).

Als nächstes wurde untersucht, ob sich Frauen und Männer in Bezug auf negatives individuelles Coping unterscheiden. Dabei zeigte sich, dass Frauen signifikant häufiger auf negative Stressbewältigungsstrategien zurückgreifen als Männer. Dieser Befund unterstützt die These aus der Stressforschung, wonach Frauen zu einem ungünstigeren Umgang mit Stress neigen (vgl. Bodenmann, 2000a). Nun liegt die Vermutung nahe, dass Frauen vielleicht auf Grund dessen ein höheres Stressausmaß erleben. Zudem könnte es mit der bereitwilligeren Stresskommunikation der Frauen in Zusammenhang gebracht werden. Dass Frauen mit ihrem Partner mehr über ihre Belastungen sprechen als vice versa ist ein Zeichen dafür, dass sie scheinbar häufiger um Unterstützung beim Partner ansuchen, möglicherweise um ihr eigenes defizitäres Coping durch dyadisches Coping zu flankieren.

Im letzten Ergebnisabschnitt wurde untersucht, welche Bedeutung Stress für die sexuelle Zufriedenheit von Paaren hat. Die Analysen verweisen darauf, dass Stressausmaß und sexuelle Zufriedenheit in einem signifikant negativen Verhältnis zueinander stehen. Die Stärke des Zusammenhangs fiel jedoch nur gering aus. Grundsätzlich steht das Ergebnis aber in Einklang mit sexualtherapeutischen Erkenntnissen, wonach Stress für das Sexualeben eines Paares nicht zuträglich ist (z.B. Kaplan, 2000).

Die Mehrzahl der Untersuchungspersonen gab an während stressiger Zeiten weniger Lust auf Sex zu haben. 83.3 % der Frauen verspüren in stressvollen Zeiten weniger sexuelles Verlangen, während es bei den Männern nur 60.5% sind. Geschlechtsspezifische Analysen demonstrieren, dass Männer signifikant häufiger angeben, dass ihr sexuelles Verlangen trotz Stress unverändert bleibt bzw. steigt. Dieses Ergebnis legt den Schluss nahe, dass die Libido der Frau durch Stress in größerem Maße beeinträchtigt wird als dies beim Mann der Fall ist. Für diese Sichtweise sprechen die Erkenntnisse aus der Sexualforschung, wonach die weibliche Lust empfindlicher gegenüber schlechten Rahmenbedingungen und daher störrischer ist (vgl. Beier & Loewit,

2004). Die weibliche Sexualität scheint demnach komplexer bzw. vielschichtiger zu sein und in einem stärkeren Zusammenhang mit psychologischen Faktoren zu stehen. So ist die weibliche Sexualität beispielsweise empfindlicher gegenüber Partnerschaftskonflikten, die gewissermaßen paarinternen Stress darstellen, weil es ihnen im Vergleich zu Männern schwerer fällt, die Sexualität aus dem emotionalen und sozialen Kontext herauszulösen (vgl. Kröger, Hahlweg & Klann, 2007; Schmidt & Arentewicz, 1993). Dass Frauen in ihren sexuellen Reaktionen empfindlicher gegenüber Stresserfahrungen sind und gleichzeitig viele Frauen mehr Belastungen durch die Kombination von Beruf und Familie erleben als früher, könnte unter anderem eine Erklärung für die in den letzten Jahrzehnten drastisch angestiegene sexuelle Lustlosigkeit von Frauen sein.

Die Untersuchung der letzten Hypothese aus dem Themenbereich Sexualität hat erwartungsgemäß ergeben, dass Männer dem Sexualleben im Rahmen der Partnerschaft eine größere Bedeutung beimessen. Dieses Ergebnis stimmt mit Hinweisen aus der Partnerschaftsliteratur überein, wonach Männer den sexuellen Aspekt in Beziehungen höher bewerten (z.B. Grau & Bierhoff, 2003). Dies könnte damit zusammenhängen, dass der Sexualtrieb bei Männern stärker ausgeprägt ist als bei Frauen (Kaplan, 2000). Auf einer Skala von eins bis zehn schätzen die Männer die Wichtigkeit des Sexuallebens im Mittel mit der Zahl acht ein, die Frauen durchschnittlich mit der Zahl sieben. Diese Werte verweisen darauf, dass die Sexualität für beide Geschlechter einen hohen Stellenwert in Beziehungen einnimmt, für Männer allerdings einen höheren.

Die hier dargestellten Ergebnisse zur Sexualität müssen vor dem Hintergrund betrachtet werden, dass es sich bei diesem Thema um einen sehr sensiblen menschlichen Erfahrungsbereich handelt. Bei der Beantwortung solcher Fragen herrscht daher eine gewisse Befangenheit bzw. kann Scham zur Verweigerung von Auskünften führen. Es ist anzunehmen, dass wie bei der globalen Partnerschaftseinschätzung auch bei der sexuellen Zufriedenheit eine Verzerrung zum positiven Pol vorhanden ist, da Untersuchungspersonen ihre Antworten möglicherweise nach gesellschaftlichen Normen und Regeln im Sinne sozialer Erwünschtheit ausrichten (vgl. auch Springer-Kremser & Naderer, 2007).

Der Nutzen der Arbeit liegt in der Erweiterung des Wissens über Faktoren, die für die Partnerschaftsqualität und -zufriedenheit eine wichtige Bedeutung haben.

3.7.1 Implikationen für die Praxis

Dass die gemeinsame Stressbewältigung für die Partnerschaftsqualität eine so zentrale Rolle spielt und weniger der Stresspegel, stellt eine wichtige Erkenntnis für die klinische Intervention dar. Für viele Paare ist es schwierig das Ausmaß an Stressoren in ihrem Leben effektiv zu reduzieren. Realistischer ist es dagegen bei den dyadischen Copingkompetenzen eines Paares anzusetzen, da diese mehr Chance auf Beeinflussbarkeit bieten. Immerhin handelt es sich dabei um eine Fähigkeit, die gelernt und trainiert werden kann (vgl. Bodenmann, 2000a). Insofern sollte die Stärkung und Verbesserung der gemeinsamen Stressbewältigungskompetenzen unbedingt Bestandteil von Paartherapien und Präventionsprogrammen für Paare sein. Es erscheint wenig sinnvoll einseitig an den Kommunikationskompetenzen und Problemlösefertigkeiten eines Paares anzusetzen, wie es bisher im Rahmen von Therapien oft geschieht, da diese Fähigkeiten unter Stress einbrechen. Dringlicher ist es zuerst die Fähigkeit zur gemeinsamen Stressbewältigung zu fördern, um dessen negativen Folgen vorzubeugen. In der Eingangsdiagnostik sollten daher bei Paaren in Zukunft auch deren Stressausmaß und Umgang mit Belastungen erhoben werden, um mögliche Probleme in diesen Bereichen aufzudecken und diese entsprechend zu behandeln. Eine gezielte Stärkung der Copingressourcen von Paaren ist mit Hilfe des Freiburger Stresspräventionstrainings für Paare (FSPT), das 1994 von Bodenmann entwickelt wurde, möglich. Dabei erhalten die Partner zunächst theoretische Informationen zum Thema Stress und Stressbewältigung und Anleitungen zur Verbesserung ihrer individuellen Copingfertigkeiten. Hinsichtlich dyadischen Copings lernen die Teilnehmer unter anderem Stresssignale beim Partner angemessener zu deuten bzw. ihren eigenen Stress unmissverständlich zu signalisieren. Außerdem werden Möglichkeiten des gemeinsamen, unterstützenden und delegierten Copings besprochen und Aspekte der Fairness bezüglich der partnerschaftlichen Unterstützung thematisiert. Die Wirksamkeit dieses Programms konnte in drei Untersuchungen nachgewiesen werden (Heinrichs et al., 2008).

Aus den Ergebnissen bezüglich des Themas Sexualität kann abgeleitet werden, dass es bei Paaren mit sexuellen Problemen und einem hohen Stresslevel zunächst wichtig ist in psychoedukativer Hinsicht darauf hinzuweisen, dass eine derartige Lebensgestaltung keinen Raum für lustvolle sexuelle Erfahrungen bietet (vgl. Hauch, 2006). Bei Personen, die über sexuelle Unlust klagen, sollte das Thema Stress in der Sexualanamnese explizit angesprochen werden, da dies unter anderem ein Grund für die Schwierigkeiten sein kann.

Da Frauen über ein höheres Stressausmaß berichten und sie gleichzeitig mehr dazu neigen negative individuelle Stressverarbeitungsstrategien einzusetzen, erscheint es gerade bei ihnen wichtig individuelle Copingressourcen zu fördern, um Folgeschäden von Stress zu verhindern. Andererseits sind auch Politik und Wirtschaft angehalten die Vereinbarkeit von Familie und Beruf weiter zu verbessern, um das Belastungsausmaß der Frauen zu reduzieren.

3.7.2 Kritik und Desiderata

In methodischer Hinsicht ist zu kritisieren, dass zur Erhebung der untersuchungsrelevanten Variablen ausschließlich Fragebögen zum Einsatz kamen. Dabei ist die Gefahr der Verfälschbarkeit in Richtung soziale Erwünschtheit gegeben. In zukünftigen Untersuchungen wäre der Einbezug von Verhaltensbeobachtungsdaten wünschenswert, um eine Methodenvielfalt zu erzielen.

Kritisch zu betrachten ist darüber hinaus, dass die sexuelle Zufriedenheit mit nur sieben Items und damit nicht umfassend erhoben wurde. In nachfolgenden Untersuchungen wäre es lohnend diesbezüglich umfangreichere Erhebungsinstrumente, wie beispielsweise den „Fragebogen zu Ressourcen in Sexualität und Partnerschaft“ von Klingler und Loewit (1996), anzuwenden. Sinnvoll erscheint es zudem in weiteren Forschungsarbeiten nicht nur das globale Stressausmaß zu erheben, sondern differenziert verschiedene Stressbereiche zu erfassen, um identifizieren zu können, welche davon für die Partnerschaftsqualität von besonderer Relevanz sind. Im Zusammenhang damit wäre es interessant den Einfluss von bestimmten Typen von Stressoren, wie beispielsweise Arbeitslosigkeit, in Hinblick auf die Partnerschaft zu analysieren.

In der vorliegenden Untersuchung wurde durch die Berechnung von Diskrepanzmaßen die Selbst- und Partnerperspektive miteinander verglichen. Diese Auswertungsmöglichkeit sollte auch in zukünftigen Untersuchungen mit dyadischen Daten genutzt werden, da so interessante Erkenntnisse gewonnen werden können. Bezüglich der Ausgewogenheit von dyadischem Coping und dessen Bedeutung für die Beziehungsqualität, wäre es interessant sich längsschnittlich anzusehen, welche Konsequenzen es für die Beziehungsqualität bzw. –stabilität hat, wenn sich Partner nicht gleichermaßen bei der Stressbewältigung unterstützen.

Für nachfolgende Arbeiten wäre es zu empfehlen, die Befragung der Studienteilnehmer postalisch durchzuführen, da so Zweifel bezüglich der Anonymität der Daten eher ausgeräumt werden können. Viele Untersuchungsteilnehmer empfanden es als

unangenehm, die verschlossenen Kuverts mit den fertig ausgefüllten Fragebögen derjenigen Person persönlich zurückzugeben, die ihnen den Bogen ausgeteilt hatte. Allerdings ist beim postalischen Weg mit einem wesentlich geringeren Fragebogenrücklauf zu rechnen.

Die Ergebnisse der vorliegenden Untersuchung sprechen dafür, dass sowohl in der Partnerschaftsforschung als auch in der Copingforschung das Konzept der interindividuellen Stressbewältigung in Zukunft mehr Berücksichtigung finden sollte. Intime Beziehungen sind ein essentieller Bestandteil menschlichen Lebens, so dass der Begriff der gemeinsamen Stressbewältigung unerlässlich erscheint.

4. Zusammenfassung

Ziel der vorliegenden Untersuchung war die Erweiterung des wissenschaftlichen Erkenntnisstandes zur Bedeutung von Stress und dessen individueller und dyadischer Bewältigung für die Güte einer Partnerschaft, insbesondere für den Bereich der Paarsexualität. Dazu wurden 114 heterosexuelle Paare zwischen 19 und 65 Jahren befragt.

In Einklang mit bisherigen Studien, konnte in der vorliegenden Untersuchung die herausragende Bedeutung der positiven interpersonellen Stressbewältigung für die Qualität einer Paarbeziehung aufgezeigt werden. Es hat sich durchwegs gezeigt, dass in Paarbeziehungen mit hoher Qualität mehr Stresskommunikation betrieben wird, sich die Partner in Stresssituationen mehr emotionale und sachbezogene Unterstützung gewähren und sie sich gegenseitig Aufgaben und Tätigkeiten häufiger gänzlich abnehmen. Die gewonnenen Ergebnisse sprechen auch für die noxische Bedeutung von Stress für Beziehungen. So ging ein höheres Stressausmaß mit mehr Streit innerhalb der Beziehung und einer niedrigeren partnerschaftlichen Kommunikationsqualität einher. Paare mit einem hohen Stresslevel waren mit ihrer Partnerschaft weniger zufrieden und glücklich. Es sei jedoch betont, dass sich als Hauptprädiktor für die Partnerschaftsqualität das dyadische Coping und nicht das Ausmaß an Stress oder Alltagswidrigkeiten erweisen hat. Insofern scheint die Fähigkeit eines Paares mit diesen Belastungen umgehen zu können, entscheidend dafür, ob ihre Partnerschaftsqualität durch Stress eine Minderung erfährt oder nicht. Hinsichtlich geschlechtsspezifischer Unterschiede hat sich gezeigt, dass Frauen ein höheres Stressniveau angeben und dazu neigen häufiger ungünstigere Stressverarbeitungsstrategien einzusetzen. Im dyadischen Kontext stellte sich heraus, dass Frauen ihrem Partner öfter von ihren Stresserfahrungen berichten bzw. ihre Belastung offen zeigen. Bezüglich der Paarsexualität konnte nachgewiesen werden, dass sexuelle Zufriedenheit und Stressausmaß in einem negativen Verhältnis zueinander stehen. Die überwiegende Mehrheit der Studienteilnehmer, gab an, dass Stress einen negativen Einfluss auf ihr Sexualleben hat. Die Libido der Frau scheint dabei auf Stresseffekte sensibler zu reagieren.

Die Ergebnisse implizieren, dass die Stärkung von dyadischen Copingkompetenzen im Rahmen der klinischen Intervention bei Paaren sehr bedeutsam ist.

5. Literaturverzeichnis

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Walster, E. & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: Assessed in the strange situation and at home*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Amelang, M., Ahrens, H. J. & Bierhoff, H. W. (Hrsg.). (1991). *Partnerwahl und Partnerschaft- Formen und Grundlagen partnerschaftlicher Beziehungen*. Göttingen: Hogrefe.
- Arránz Becker, O. (2008). *Was hält Partnerschaften zusammen? Psychologische und soziologische Erklärungsansätze zum Erfolg von Paarbeziehungen*. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften.
- Backhaus, K., Erichson, B., Plinke, W. & Weiber, R. (2006). *Multivariate Analysemethoden. Eine anwendungsorientierte Einführung*. Berlin: Springer.
- Barbarin, O. A., Hughes, D. & Chesler, M. A. (1985). Stress, coping, and marital functioning among partners of children with cancer. *Journal of Marriage and the Family*, 47, 473-480.
- Baucom, D. H., Epstein, N., Rankin, L. A. & Burnett, C. K. (1996). Assessing relationship standards: The Inventory of specific relationship standards. *Journal of Family Psychology*, 10, 72-88.
- Baxter, L. A. (1986). Gender differences in the heterosexual relationship rules embedded in break-up accounts. *Journal of Social and Personal Relationships*, 3, 289-306.
- Becker, P., Schlotz, W. & Schulz, P. (2004). *Trierer Inventar zum chronischen Stress (TICS)*. Testmanual. Göttingen: Hogrefe.
- Beier, K. M. & Loewit, K. (2004). *Lust in Beziehungen. Einführung in die syndyastische Sexualtherapie*. Berlin: Springer.
- Bierhoff, H. W. (1991). Liebe. In M. Amelang, H.-J. Ahrens & H. W. Bierhoff (Hrsg.), *Attraktion und Liebe* (S. 197-234). Göttingen: Hogrefe.
- Bierhoff, H. W. & Grau, I. (1998). *Romantische Beziehungen: Bindung, Liebe, Partnerschaft* (1. Aufl.). Bern: Huber
- Bodenmann, G. (1995). *Bewältigung von Stress in Partnerschaften. Der Einfluss von Belastungen auf die Qualität und Stabilität von Paarbeziehungen*. Bern: Huber.
- Bodenmann, G. (1997). The influence of stress and coping on close relationships: A two year longitudinal study. *Swiss Journal of Psychology*, 56, 156-164.
- Bodenmann, G. (2000a). *Stress und Coping bei Paaren*. Göttingen: Hogrefe.
- Bodenmann, G. (2000b). Stress, kritische Lebensereignisse und Partnerschaft. In P. Kaiser (Hrsg.), *Partnerschaft und Paartherapie* (S. 219-238). Göttingen: Hogrefe.

- Bodenmann, G. (2000c). *FDCT-N. Fragebogen zur Erfassung des dyadischen Copings als generelle Tendenz*. Fribourg: Universität, Institut für Familienforschung und -beratung.
- Bodenmann, G. (2001). Risikofaktoren für Scheidung: Ein Überblick. *Psychologische Rundschau*, 52, 85-95.
- Bodenmann, G. (2003). Die Bedeutung von Stress für die Partnerschaft. In I. Grau & H. W. Bierhoff (Hrsg.), *Sozialpsychologie der Partnerschaft* (S. 481- 504). Berlin: Springer.
- Bodenmann, G. (2008). *Dyadisches Coping Inventar (DCI)*. Testmanual. Bern, Göttingen: Huber & Hogrefe.
- Bodenmann, G., Charvoz L., Bradbury, T. N., Bertoni, A., Iafrate, R., Giuliani, C., Banse, R. & Behling, J. (2007). The role of stress in divorce: A three-nation retrospective study. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24 (5), 707-728.
- Bodenmann, G. & Cina, A. (1999). Der Einfluss von Stress, individueller Belastungsbewältigung und dyadischem Coping auf die Partnerschaftsstabilität. Eine 4-Jahres-Längsschnittstudie. *Zeitschrift für Klinische Psychologie*, 28, 130-139.
- Bodenmann, G. & Cina, A. (2005). Stress and coping among stable-satisfied, stable-distressed and seperated/divorced Swiss couples: A 5-year prospective longitudinal study. *Journal of Divorce and Remarriage*, 44, 71-89.
- Bodenmann, G., Ledermann T. & Bradbury T.N. (2007). Stress, sex, and satisfaction in marriage. *Personal Relationships*, 14, 551-569.
- Bodenmann, G., Meyer, J., Binz, G. & Brunner, L. (2004). Eine deutschsprachige Replikation der Paartypologie von Gottman. *Zeitschrift für Familienforschung*, 16, 178-193.
- Bodenmann, G. & Perrez, M. (1992). Experimentell induzierter Stress in dyadischen Interaktionen. Darstellung des EISI-Experiments. *Zeitschrift für Klinische Psychologie, Psychopathologie und Psychotherapie*, 3, 262-280.
- Bodenmann, G. & Perrez, M. (1995). Der Einfluss von Stress und Bewältigungsverhalten auf eheliche Interaktion und Zufriedenheit. In M. Perrez, J. L. Lambert, C. Ermet & B. Plancherel (Hrsg.), *Familie im Wandel* (S. 202-233). Freiburg: Universitätsverlag.
- Bodenmann, G., Perrez, M. & Gottman, J. M. (1996). Die Bedeutung des intrapsychischen Copings für die dyadische Interaktion. *Zeitschrift für Klinische Psychologie*, 25, 1-13.
- Bodenmann, G., Pihet, S. & Kayser, K. (2006). The Relationship between Dyadic Coping, Marital Quality and Well-being: A Two Year Longitudinal Study. *Journal of Family Psychology*, 20, 485-493.
- Bodenmann, G. & Widmer, K. (2000). Stressbewältigung im Alter: Ein Vergleich von Paaren jüngeren, mittleren und höheren Alters. *Zeitschrift für Gerontologie und Geratrie*, 33, 217-228.

- Bortz, J. & Döring, N. (2006). *Forschungsmethoden und Evaluation für Human- und Sozialwissenschaftler* (4. neubearbeitete Aufl.). Heidelberg: Springer Medizin-Verlag.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss. Vol. 1: Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1995). Bindung: Historische Wurzeln, theoretische Konzepte und klinische Relevanz. In G. Spangler & P. Zimmermann (Hrsg.), *Die Bindungstheorie. Grundlagen, Forschung und Anwendung* (S.17-26). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Bowman, M. L. (1990). Coping efforts and marital satisfaction. Measuring marital coping and its correlates. *Journal of Marriage and Family*, 52, 463-474.
- Braukhaus, C., Saßmann, H. & Hahlweg, K. (2000). Erfolgsbedingungen von Partnerschaften. In P. Kaiser (Hrsg.), *Partnerschaft und Paartherapie* (S. 173-189). Göttingen: Hogrefe.
- Buehlman, K., Gottman, J. M. & Katz, L. F. (1992). How a couple views their past predicts their future: Predicting divorce from an oral history interview. *Journal of Family Psychology*, 5, 295-318.
- Bundesministerium für Umwelt, Jugend und Familie. (1999). (Hrsg.). *Zur Situation von Familie und Familienpolitik in Österreich. 4. Österreichischer Familienbericht 1999. Lebens- und Beziehungsformen heute- demografische und soziologische Aspekte. Teil 2*. Wien: Autor.
- Coyne, J. C. & Smith, D. A. F. (1991). Couples coping with a myocardial infarction: A contextual perspective on wives' distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 404-412.
- Davidson, G. C., Neale, J. M. & Hautzinger, M. (2007). *Klinische Psychologie: ein Lehrbuch* (7., neubearbeitete Aufl.). Weinheim: Beltz.
- Dindia, K. & Allen, M. (1992). Sex differences in self-disclosure: A meta analysis. *Psychological Bulletin*, 112, 106-124.
- Dinkel, A. (2006). *Der Einfluss von Bindungsstil und dyadischem Coping auf die partnerschaftliche Beziehungsqualität. Eine Analyse moderierter Mediationseffekte*. Diss., Technische Universität, Dresden. [Online im Internet]. URL: http://deposit.ddb.de/cgi-bin/dokserv?idn=98254832x&dok_var=d1&dok_ext=pdf&filename=98254832x.pdf [26.09.08].
- Engenhart-Klein, V. (2003). Prädiktoren der Partnerschaftsstabilität. In H. Werneck & S. Werneck-Rohrer (Hrsg.), *Psychologie der Scheidung und Trennung. Theoretische Modelle, empirische Befunde und Implikationen für die Praxis* (S. 36-44). Wien: Facultas.
- Erdmann, G. & Janke, W. (2002). *SVF 78 – Eine Kurzform des Stressverarbeitungsfragebogens SVF 120*. Testmanual. Göttingen: Hogrefe.
- Fahrenberg, J., Myrtek, M., Schumacher, J. & Brähler, E. (2000). *Fragebogen zur Lebenszufriedenheit (FLZ)*. Testmanual. Göttingen: Hogrefe.
- Feeney, J. A. (2002). Attachment, marital interaction, and relationship satisfaction: A diary study. *Personal Relationships*, 9, 39-55.

- Field, A. (2005). *Discovering statistics using SPSS*. London: Sage.
- Gleason, M. E. J., Iida, M., Bolger, N. & Shrout, P. E. (2003). Daily supportive equity in close relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 1036–1045.
- Gmelch, S. & Bodenmann, G. (2007). Dyadisches Coping in Selbst- und Fremdwahrnehmung als Prädiktor für Partnerschaftsqualität und Befinden. *Zeitschrift für Gesundheitspsychologie*, 15, 177-186.
- Gottman, J. M. (1993a). The roles of conflict engagement, escalation, and avoidance in marital interaction: A longitudinal view of five types of couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 6-15.
- Gottman, J.M. (1993b). A theory of marital dissolution and stability. *Journal of Family Psychology*, 7, 57-75.
- Gottman, J. M., Coan, J., Carrere, S. & Swanson, C. (1998). Predicting marital happiness and stability from newlywed interactions. *Journal of Marriage and the Family*, 60, 5-22.
- Grau, I. & Bierhoff H.-W. (Hrsg.). (2003). *Sozialpsychologie der Partnerschaft*. Berlin: Springer.
- Grössinger, S. (2003). Partnerschaftsforschung im Überblick. In H. Werneck & S. Werneck-Rohrer (Hrsg.), *Psychologie der Scheidung und Trennung. Theoretische Modelle, empirische Befunde und Implikationen für die Praxis* (S. 27-35). Wien: Facultas.
- Grote, N. K. & Clark, M. S. (2001). Perceiving unfairness in the family: Cause or consequence of marital distress? *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 281-293.
- Hahlweg, K. (1991). Störung und Auflösung von Beziehung: Determinanten der Ehequalität und -stabilität. In M. Amelang, H. J., Ahrens & H. W. Bierhoff (Hrsg.), *Partnerwahl und Partnerschaft* (S. 117-152). Göttingen: Hogrefe.
- Hahlweg, K. (1996). *Fragebogen zur Partnerschaftsdiagnostik (FDP)*. Testmanual. Göttingen: Hogrefe.
- Hahlweg, K. & Baucom, D. H. (2008). *Partnerschaft und psychische Störungen*. Göttingen: Hogrefe.
- Hauch, M. (Hrsg.). (2006). *Paartherapie bei sexuellen Störungen. Das Hamburger Modell: Konzept und Technik*. Stuttgart: Georg Thieme Verlag.
- Heil, F. E. (1991). Ehe und Partnerschaft als Gegenstand psychologischer Forschung. In M. Amelang, H. J., Ahrens & H. W. Bierhoff (Hrsg.), *Partnerwahl und Partnerschaft* (S.1-30). Göttingen: Hogrefe.
- Heinrichs, N., Bodenmann, G. & Hahlweg, K. (2008). *Prävention bei Paaren und Familien*. Göttingen: Hogrefe.
- Hoyndorf, S., Reinhold, M. & Christmann, F. (1995). *Behandlung sexueller Störungen. Ätiologie, Diagnostik, Therapie*. Weinheim: Beltz & Psychologie Verlags Union.

- Janke, W., Erdmann G. & Kallus W. (1985). *Stressverarbeitungsfragebogen (SVF)*. Testmanual. Göttingen: Hogrefe.
- Janke, W. & Erdmann, G. (2002). *SVF 78 - Eine Kurzform des Stressverarbeitungsfragebogens SVF 120*. Göttingen: Hogrefe.
- Ising, M., Weyers, P., Janke, W. & Erdmann, G. (2001). Untersuchung zu den Gütekriterien des SVF 78 von Janke und Erdmann, einer Kurzform des Stressverarbeitungsfragebogens SVF 120. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 22, 279-289.
- Janssen, J. & Laatz, W. (2007). *Statistische Datenanalyse mit SPSS für Windows* (6. neubearbeitete Aufl.). Berlin: Springer
- Kalicki, B. (2003). Attribution in Partnerschaften. In I. Grau & H. W. Bierhoff (Hrsg.), *Sozialpsychologie der Partnerschaft* (S. 377- 402). Berlin: Springer.
- Kaluza, G. (2004). *Stressbewältigung. Trainingsmaterial zur psychologischen Gesundheitsförderung*. Heidelberg: Springer.
- Kanner, A.D., Coyne, J.C., Schaefer, C. & Lazarus, R.S. (1981). Comparison of two modes of stress measurement: Daily hassles and uplifts versus major life events: *Journal of Behavioral Medicine*, 4, 1-39.
- Kaplan, H.S. (2000). *Sexualtherapie bei Störungen des sexuellen Verlangens*. Stuttgart: Georg Thieme Verlag.
- Karney, B. R. & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: a review of theory, method, and research. *Psychological Bulletin*, 118, 3-34.
- Karney, B. R. & Neff, L. A. (2007). Stress crossover in newlywed marriage: A longitudinal and dyadic perspective. *Journal of Marriage and Family*, 69, 594-607.
- Kiecolt-Glaser, J. K. & Newton, T. (2001). Marriage and health: his and hers. *Psychological Bulletin*, 17 (4), 472-503.
- Kleiboer, A. M., Kuijjer, R. G., Hox, J. J., Schreurs, K. M. G. & Bensing, J. M. (2006). Receiving and providing support in couples dealing with multiple sclerosis: A diary study using an equity perspective. *Personal Relationships*, 13, 485–501.
- Klinger, O. J. & Loewit, K. K. (1996). Der Fragebogen „Ressourcen und Sexualität in Partnerschaft“ (RSP) - Konzeption und erste Ergebnisse zur Validität. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 17 (4), 268-275.
- Kröger, C., Hahlweg, K. & Klann, N. (2007). Welche Auswirkungen hat Ehe- und Paarberatung auf die sexuelle Zufriedenheit. *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 36 (2), 121-127.
- Kryspin-Exner, I. (2005). Skriptum zur Klinische Psychologie I. Wien:Facultas.
- Kubinger, K. D., Rasch, D. & Moder, K. (2009). Zur Legende der Voraussetzungen des t-Tests für unabhängige Stichproben. *Psychologische Rundschau*, 60 (1), 26-27.

- Lanver, C. & Steins, G. (2002). Eine Elaboration der Inhalte von Bindung- gedankliche Beschäftigung und Bindungsstil in Partnerschaften. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 23 (1), 99–111.
- Laux, L. & Schütz, A. (1996). *Stressbewältigung und Wohlbefinden in der Familie. Studie im Auftrag des Bundesministeriums für Familie und Senioren*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Lazarus, R. S. & Folkman S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Lazarus, R. S. (1999). *Stress and emotion: a new synthesis*. London : Free Association Books.
- Lewis, R. A. & Spanier, G. B. (1979). Theorizing about the quality and stability of marriage. In W. Burr (Eds.), *Contemporary theories about the family* (Vol. 1)(pp. 268-294). New York, London: Free Press.
- Limmer, R., Laux, L. & Schwarz, G. (1998). BewältigungsexpertInnen: Strategien zur Bewältigung familialer Konflikte. In H. P. Buba & N. F. Schneider (Hrsg.), *Familie. Zwischen gesellschaftlicher Prägung und individuellem Design* (S. 337-352). Wiesbaden: Westdeutscher Verlag.
- Lösel, F. & Bender, D. (2003). Theorien und Modelle der Paarbeziehung. In I. Grau & H. W. Bierhoff (Hrsg.), *Sozialpsychologie der Partnerschaft* (S. 43-75). Berlin: Springer.
- Lussier, Y., Sabourin, S. & Turgeon, C. (1997). Coping strategies as moderators of the relationship between attachment and marital adjustment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14, 777-791.
- McKay, A. (2006). Sex Research Update. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 15 (1), 47-51.
- Mikula, G. (1992). Austausch und Gerechtigkeit in Freundschaft, Partnerschaft und Ehe: Ein Überblick über den aktuellen Forschungsstand. *Psychologische Rundschau*, 43, 69-82.
- Morokoff, P. J. & Gilliland, R. (1993). Stress, sexual functioning and marital satisfaction. *The Journal of Sex Research*, 30, 43-53.
- Nave-Herz, R. (1994). *Familie heute: Wandel der Familienstrukturen und Folgen für die Erziehung*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Nave-Herz, R. (2000). Soziologische Perspektiven von Ehe und Nichtehelicher Partnerschaft. In P. Kaiser (Hrsg.), *Partnerschaft und Paartherapie* (S. 11-17). Göttingen: Hogrefe.
- Neff, L. A. & Karney, B. R. (2004). How does context affect intimate relationships? Linking external stress and cognitive processes within marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 134 – 148.
- Neumann, E. (2002). Die Paarbeziehung Erwachsener und Erinnerungen an die Eltern-Kind-Beziehung- eine Untersuchung zur Kontinuität von Bindung. *Zeitschrift für Familienforschung*, 14 (3), 234-256.
- Österreichisches Institut für Familienforschung (2008). *Familie in Zahlen* [Online im Internet]. URL: http://www.oif.ac.at/aktuell/FiZ_2008_Aktualisierung.pdf

- Perrez, M., Laireiter, A. P. & Baumann, U. (2005). Psychologische Faktoren: Stress und Coping. In M. Perrez & U. Baumann (Hrsg.), *Lehrbuch Klinische Psychologie-Psychotherapie* (3. neubearbeitete Aufl.). Bern: Hans Huber.
- Ptacek, J.T., Smith, R.E. & Dodge, K.L. (1994). Gender differences in coping with stress: When stressor and appraisal do not differ. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 421-430.
- Regan, P. C. (1998). Of lust and love: Beliefs about the role of sexual desire in romantic relationships. *Personal Relationships*, 5, 139-157.
- Rohmann, E. (2000). *Gerechtigkeitserleben und Erwartungserfüllung in Partnerschaften*. Frankfurt am Main: Lang.
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16, 172-186.
- Rusbult, C. E., Verette, J., Whitney, G. A., Slovik, L. F. & Lipkus, I. (1991). Accommodation processes in close relationships: Theory and preliminary empirical evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 53-78.
- Schindler, L., Hahlweg, K. & Revenstorf, D. (1998). *Partnerschaftsprobleme: Diagnose und Therapie*. (2. neubearbeitete Aufl.). Berlin: Springer.
- Schmidt, G. (1993). Vorbemerkungen über Sexualität und Beziehung. In G. Arentewicz & G. Schmidt (Hrsg.), *Sexuell gestörte Beziehungen. Konzept und Technik der Paartherapie* (3. neubearbeitete Aufl.) (S. 13-17). Stuttgart: Ferdinand Enke.
- Schmidt, G. & Arentewicz, G. (1993). Symptome. In G. Arentewicz & G. Schmidt (Hrsg.), *Sexuell gestörte Beziehungen. Konzept und Technik der Paartherapie* (3. neubearbeitete Aufl.) (S. 18-33). Stuttgart: Ferdinand Enke.
- Schneewind, K. A. (1999). *Familienpsychologie* (2. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer.
- Schneewind K. A., Graf J. & Gerhard A. K. (2000). Entwicklung von Paarbeziehungen. In P. Kaiser (Hrsg.). *Partnerschaft und Paartherapie* (S.293-304). Göttingen: Hogrefe.
- Schröder, B., Hahlweg, K., Hank, G. & Klann, N. (1994). Sexuelle Unzufriedenheit und Qualität der Partnerschaft. *Zeitschrift für Klinische Psychologie*, 23 (3), 178-187.
- Schubert, H. J. (1989). *Psychosoziale Faktoren bei Hauterkrankungen : empirische Untersuchungen zu diagnostischen und therapeutischen Fragestellungen mit Hilfe zeitreihenanalytischer Methoden*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Schulz, P., Schlotz, W. & Becker, P. (2004). *Trierer Inventar zum chronischen Stress*. Testmanual. Göttingen: Hogrefe.
- Schumacher, J., Stöbel-Richter, Y. & Brähler, E. (2002). Steht die aktuelle Partnerschaftszufriedenheit im Zusammenhang mit dem erinnerten Erziehungsverhalten der eigenen Eltern? *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 34, 227-235.
- Schütz, A. & Hoge, L. (2003). Schuldzuschreibungen in Partnerschaften. In I. Grau & H. W. Bierhoff (Hrsg.), *Sozialpsychologie der Partnerschaft* (S. 457-480). Berlin: Springer.

- Schwarzer, R. (2000). *Stress, Angst und Handlungsregulation* (4. überarbeitete Auflage). Stuttgart: Kohlhammer.
- Schütz, A. & Wiesner, C. (2000). Partnerschaft und Gesundheitszustand. In P. Kaiser (Hrsg.), *Partnerschaft und Paartherapie* (S. 173-189). Göttingen: Hogrefe.
- Selye, H. (1976). *Stress in health and disease*. Boston: Butterworth.
- Shek, D.T.L. (1992). Reliance of self or seeking help from others: Gender Differences in the Locus of Coping in Chinese Working Parents. *Journal of Psychology*, 126, 671-678.
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 870–883.
- Springer-Kremser, M. & Naderer, A. (2007). Sexualität und chronische Krankheit. *Journal für Fertilität und Reproduktion*, 17 (4), 7-12.
- Strauß, B. (1999). Kultureller Wandel der Sexualität und die möglichen Folgen für die Psychotherapie. *Psychotherapeut*, 44, 270-278.
- Strauß, B. (2007). Sexuelle Störungen. In W. Senf & M. Broda (Hrsg.), *Praxis der Psychotherapie: Ein integratives Lehrbuch* (S. 623-634). Stuttgart: Georg Thieme
- Thurmaier, F., Engl, J. & Hahlweg, K. (1999). Eheglück auf Dauer? Methodik, Inhalte und Effektivität eines präventiven Paarkommunikationstrainings. Ergebnisse nach 5 Jahren. *Zeitschrift für Klinische Psychologie*, 28, 54-62.
- Traue, H. C., Hrabal V. & Kosarz P. (2000). Alltagsbelastungsfragebogen (ABF): Zur inneren Konsistenz, Validierung und Stressdiagnostik mit dem deutschsprachigen Daily Stress Inventory. *Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin*, 21 (1), 15 – 38.
- Umberson, D. (1992). Gender, marital status, and the social control of health behaviour. *Social Science and Medicine*, 34, 907-917.
- Vingerhoets, A. J. M. & Van Heck, G. L. (1990). Gender, coping and psychosomatic symptoms. *Psychological Medicine*, 20, 125-135.
- Werneck, H. & Werneck-Rohrer, S. (2000). *Psychologie der Familie*. Wien: Universitätsverlag.
- Wicki, W. (1997). *Übergänge im Leben der Familie- Veränderungen bewältigen*. Bern: Huber.
- Widmer Rodríguez Bétancourt, K. (2001). Die Bedeutung einer mehr oder weniger gleichberechtigten Partnerschaft für das Stressausmaß und dessen individuelle und dyadische Bewältigung von Frauen und Männern. Diss., Universität, Freiburg. [Online im Internet]. URL: <http://ethesis.unifr.ch/theses/downloads.php?file=WidmerK.pdf> [13.03.09].
- Wölfer, C. (2003). *Wenn Paare sich streiten- Bindungsqualität und Verhalten im Konflikt*. Diss., Universität, Heidelberg. [Online im Internet]. URL: <http://archiv.ub.uni-heidelberg.de/volltextserver/volltexte/2004/4801/pdf/Textganz.pdf> [26.09.08].
- Wunderer, E. & Schneewind, K. A. (2008a). *Liebe ein Leben lang? Was Paare zusammenhält*. München: Deutscher Taschenbuchverlag.

Wunderer, E. & Schneewind, K. A. (2008b). The relationship between marital standards, dyadic coping and marital satisfaction. *European Journal of Social Psychology*, 38, 462-476.

Zimmer, D. (1985). *Sexualität und Partnerschaft. Grundlagen und Praxis psychologischer Behandlung*. München: Urban & Schwarzenberg.

Zöfel, P. (2001). *Statistik verstehen: ein Begleitbuch zur computergestützten Anwendung*. München: Addison- Wesley.

6. Anhang

6.1 Stressausmaß und Partnerschaftsqualität

Univariate Varianzanalyse

Levene-Test auf Gleichheit der Fehlervarianzen^a

Abhängige Variable: Summenscore Tics

F	df1	df2	Signifikanz
,493	5	222	,782

a. Design: Konstanter Term + sex + pfbcut + sex * pfbcut

Tests der Zwischensubjekteffekte

Abhängige Variable: Summenscore Tics

Quelle	Quadratsumme vom Typ III	df	Mittel der Quadrate	F	Signifikanz	Partielles Eta-Quadrat
Korrigiertes Modell	2210,223 ^a	5	442,045	7,435	,000	,143
Konstanter Term	68751,923	1	68751,923	1156,400	,000	,839
sex	1193,054	1	1193,054	20,067	,000	,083
pfbcut	1221,080	2	610,540	10,269	,000	,085
sex * pfbcut	139,855	2	69,928	1,176	,310	,010
Fehler	13198,654	222	59,453			
Gesamt	88706,000	228				
Korrigierte Gesamtvariation	15408,877	227				

a. R-Quadrat = ,143 (korrigiertes R-Quadrat = ,124)

Post-Hoc-Tests

Mehrfachvergleiche

Abhängige Variable: Summenscore Tics

	(I) pfbcut	(J) pfbcut	Mittlere Differenz (I-J)	Standardfehler	Signifikanz	95% Konfidenzintervall	
						Untergrenze	Obergrenze
Tukey-HSD	niedrige PQ	mittlere PQ	3,72 [*]	1,252	,009	,77	6,68
		hohe PQ	5,65 [*]	1,397	,000	2,35	8,95
	mittlere PQ	niedrige PQ	-3,72 [*]	1,252	,009	-6,68	-,77
		hohe PQ	1,93	1,227	,260	-,97	4,82

hohe PQ	niedrige PQ	-5,65*	1,397	,000	-8,95	-2,35
	mittlere PQ	-1,93	1,227	,260	-4,82	,97

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest^c

		Summensscore Tics
N		27
Parameter der	Mittelwert	12,37
Normalverteilung ^a	Standardabweichung	7,401
Kolmogorov-Smirnov-Z		,624
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)		,831

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

c. sex = männlich, pfbcut = hohe PQ

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest^c

		Summensscore Tics
N		55
Parameter der	Mittelwert	16,22
Normalverteilung ^a	Standardabweichung	7,810
Kolmogorov-Smirnov-Z		,758
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)		,613

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

c. sex = männlich, pfbcut = mittlere PQ

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest^c

		Summensscore Tics
N		32
Parameter der	Mittelwert	18,47
Normalverteilung ^a	Standardabweichung	7,947
Kolmogorov-Smirnov-Z		,530
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)		,942

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

c. sex = männlich, pfbcut = niedrige PQ

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest^c

		Summenscore Tics
N		36
Parameter der	Mittelwert	17,97
Normalverteilung ^a	Standardabweichung	8,112
Kolmogorov-Smirnov-Z		,794
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)		,555

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

c. sex = weiblich, pfbcut = hohe PQ

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest^c

		Summenscore Tics
N		51
Parameter der	Mittelwert	18,88
Normalverteilung ^a	Standardabweichung	6,947
Kolmogorov-Smirnov-Z		,682
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)		,741

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

c. sex = weiblich, pfbcut = mittlere PQ

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest^c

		Summenscore Tics
N		27
Parameter der	Mittelwert	24,48
Normalverteilung ^a	Standardabweichung	8,336
Kolmogorov-Smirnov-Z		,664
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)		,770

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

c. sex = weiblich, pfbcut = niedrige PQ

6.2 Stressausmaß und Partnerschaftszufriedenheit

Univariate Varianzanalyse

Levene-Test auf Gleichheit der Fehlervarianzen^a

Abhängige Variable: Summenscore Tics

F	df1	df2	Signifikanz
,521	5	222	,760

a. Design: Konstanter Term + sex + glückskat + sex * glückskat

Tests der Zwischensubjekteffekte

Abhängige Variable: Summenscore Tics

Quelle	Quadratsumme vom Typ III	df	Mittel der Quadrate	F	Signifikanz	Partielles Eta-Quadrat
Korrigiertes Modell	2128,304 ^a	5	425,661	7,115	,000	,138
Konstanter Term	73529,870	1	73529,870	1229,136	,000	,847
sex	890,259	1	890,259	14,882	,000	,063
glückskat	1121,381	2	560,691	9,373	,000	,078
sex * glückskat	85,338	2	42,669	,713	,491	,006
Fehler	13280,573	222	59,822			
Gesamt	88706,000	228				
Korrigierte Gesamtvariation	15408,877	227				

a. R-Quadrat = ,138 (korrigiertes R-Quadrat = ,119)

Post-Hoc-Tests

Mehrfachvergleiche

Abhängige Variable: Summenscore Tics

	(I) Partnerschaftszufriedenheit	(J) Partnerschaftszufriedenheit	Mittlere Differenz (I-J)	Standardfehler	Signifikanz	95% Konfidenzintervall	
						Untergrenze	Obergrenze
Tukey-HSD	unzufrieden	zufrieden	4,80 [*]	1,255	,001	1,84	7,76
		sehr zufrieden	4,79 [*]	1,259	,001	1,82	7,76
	zufrieden	unzufrieden	-4,80 [*]	1,255	,001	-7,76	-1,84
		sehr zufrieden	,00	1,251	1,000	-2,96	2,95

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest^c

		Summenscore Tics
N		40
Parameter der	Mittelwert	13,85
Normalverteilung ^a	Standardabweichung	6,685
Kolmogorov-Smirnov-Z		,744
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)		,637

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

c. sex = männlich, Partnerschaftszufriedenheit = sehr zufrieden

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest^c

		Summenscore Tics
N		37
Parameter der	Mittelwert	15,14
Normalverteilung ^a	Standardabweichung	9,220
Kolmogorov-Smirnov-Z		,738
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)		,647

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

c. sex = männlich, Partnerschaftszufriedenheit = zufrieden

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest^c

		Summenscore Tics
N		37
Parameter der	Mittelwert	19,00
Normalverteilung ^a	Standardabweichung	7,226
Kolmogorov-Smirnov-Z		,538
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)		,934

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

c. sex = männlich, Partnerschaftszufriedenheit = unzufrieden

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest^c

	Summensscore Tics
N	36
Parameter der Normalverteilung ^a	Mittelwert Standardabweichung
	19,14 8,364
Kolmogorov-Smirnov-Z	,706
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)	,701

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

c. sex = weiblich, Partnerschaftszufriedenheit = sehr zufrieden

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest^c

	Summensscore Tics
N	40
Parameter der Normalverteilung ^a	Mittelwert Standardabweichung
	17,48 6,775
Kolmogorov-Smirnov-Z	,753
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)	,622

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

c. sex = weiblich, Partnerschaftszufriedenheit = zufrieden

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest^c

	Summensscore Tics
N	38
Parameter der Normalverteilung ^a	Mittelwert Standardabweichung
	23,24 7,985
Kolmogorov-Smirnov-Z	,376
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)	,999

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

c. sex = weiblich, Partnerschaftszufriedenheit = unzufrieden

6.3 Stressausmaß und Kommunikation

Korrelationen

		Summenscore Tics	Gem./Kommunikation
Summenscore Tics	Korrelation nach Pearson	1,000	-,221**
	Signifikanz (1-seitig)		,000
	N	228	228
Gem./Kommunikation	Korrelation nach Pearson	-,221**	1,000
	Signifikanz (1-seitig)	,000	
	N	228	228

** Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,01 (1-seitig) signifikant.

6.4 Stressausmaß und Streitverhalten

Korrelationen

			Summenscore Tics	Streitverhalten
Spearman-Rho	Summenscore Tics	Korrelationskoeffizient	1,000	,314**
		Sig. (1-seitig)		,000
		N	228	228
	Streitverhalten	Korrelationskoeffizient	,314**	1,000
		Sig. (1-seitig)	,000	
		N	228	228

** Die Korrelation ist auf dem 0,01 Niveau signifikant (einseitig).

6.5 Prädiktoren der Partnerschaftsqualität

Regression

Aufgenommene Variablen

sex	Modell	Aufgenommene Variablen	Methode
weiblich	1	PDCtot	Schrittweise Auswahl (Kriterien: Wahrscheinlichkeit von F-Wert für Aufnahme \leq ,050, Wahrscheinlichkeit von F-Wert für Ausschluß \geq ,100).
	2	NDCtot	Schrittweise Auswahl (Kriterien: Wahrscheinlichkeit von F-Wert für Aufnahme \leq ,050, Wahrscheinlichkeit von F-Wert für Ausschluß \geq ,100).
männlich	1	PDCtot	Schrittweise Auswahl (Kriterien: Wahrscheinlichkeit von F-Wert für Aufnahme \leq ,050, Wahrscheinlichkeit von F-Wert für Ausschluß \geq ,100).
	2	NDCtot	Schrittweise Auswahl (Kriterien: Wahrscheinlichkeit von F-Wert für Aufnahme \leq ,050, Wahrscheinlichkeit von F-Wert für Ausschluß \geq ,100).

Modellzusammenfassung^c

sex	Modell	R	R-Quadrat	Korrigiertes R-Quadrat	Standardfehler des Schätzers	Änderungsstatistiken				Durbin-Watson-Statistik	
						Änderung in R-Quadrat	Änderung in F	df1	df2		Änderung in Signifikanz von F
weiblich	1	,810 ^a	,656	,653	8,296	,656	211,750	1	111	,000	2,161
	2	,841 ^b	,708	,703	7,679	,052	19,555	1	110	,000	
männlich	1	,763 ^a	,583	,579	8,969	,583	156,437	1	112	,000	2,169
	2	,796 ^b	,633	,627	8,443	,051	15,364	1	111	,000	

a. Einflußvariablen : (Konstante), PDCtot

b. Einflußvariablen : (Konstante), PDCtot, NDCtot

c. Abhängige Variable: PFB Gesamtwert

ANOVA^c

sex	Modell		Quadratsumme	df	Mittel der Quadrate	F	Signifikanz
weiblich	1	Regression	14573,569	1	14573,569	211,750	,000 ^a
		Residuen	7639,493	111	68,824		
		Gesamt	22213,062	112			
	2	Regression	15726,677	2	7863,338	133,351	,000 ^b
		Residuen	6486,385	110	58,967		
		Gesamt	22213,062	112			
männlich	1	Regression	12583,146	1	12583,146	156,437	,000 ^a
		Residuen	9008,819	112	80,436		
		Gesamt	21591,965	113			
	2	Regression	13678,508	2	6839,254	95,932	,000 ^b
		Residuen	7913,457	111	71,292		
		Gesamt	21591,965	113			

a. Einflußvariablen : (Konstante), PDCtot

b. Einflußvariablen : (Konstante), PDCtot, NDCtot

c. Abhängige Variable: PFB Gesamtwert

Koeffizienten^a

sex	Modell	Nicht standardisierte Koeffizienten		Standardisierte Koeffizienten	T	Signifikanz	
		B	Standardfehler	Beta			
weiblich	1	(Konstante)	,558	4,210		,133	,895
		PDCtot	,908	,062	,810	14,552	,000
	2	(Konstante)	23,892	6,559		3,642	,000
		PDCtot	,714	,073	,637	9,853	,000
		NDCtot	-,735	,166	-,286	-4,422	,000
	männlich	1	(Konstante)	1,429	4,651		,307
PDCtot			,860	,069	,763	12,507	,000
2		(Konstante)	23,957	7,225		3,316	,001
		PDCtot	,677	,080	,601	8,480	,000
		NDCtot	-,707	,180	-,278	-3,920	,000

a. Abhängige Variable: PFB Gesamtwert

Ausgeschlossene Variablen^c

sex	Modell		Beta In	T	Signifikanz	Partielle Korrelation	Kollinearitätsstatistik
							Toleranz
weiblich	1	dh_LQ	-,133 ^a	-2,395	,018	-,223	,963
		NEG	-,124 ^a	-2,247	,027	-,210	,981
		POS	,001 ^a	,023	,981	,002	,996
		NDCtot	-,286 ^a	-4,422	,000	-,389	,635
		Summensscore Tics	-,146 ^a	-2,654	,009	-,245	,965
	2	dh_LQ	-,094 ^b	-1,777	,078	-,168	,931
		NEG	-,073 ^b	-1,370	,174	-,130	,925
		POS	,049 ^b	,929	,355	,089	,956
		NDCtot	-,098 ^b	-1,835	,069	-,173	,913
		Summensscore Tics	-,098 ^b	-1,835	,069	-,173	,913
männlich	1	dh_LQ	-,038 ^a	-,607	,545	-,058	,948
		NEG	-,071 ^a	-1,151	,252	-,109	,963
		POS	-,135 ^a	-2,184	,031	-,203	,946
		NDCtot	-,278 ^a	-3,920	,000	-,349	,658
		Summensscore Tics	-,147 ^a	-2,425	,017	-,224	,968
	2	dh_LQ	,009 ^b	,142	,887	,014	,909
		NEG	-,003 ^b	-,042	,967	-,004	,876
		POS	-,079 ^b	-1,289	,200	-,122	,879
		NDCtot	-,087 ^b	-1,424	,157	-,135	,882
		Summensscore Tics	-,087 ^b	-1,424	,157	-,135	,882

a. Einflußvariablen im Modell: (Konstante), PDCtot

b. Einflußvariablen im Modell: (Konstante), PDCtot, NDCtot

c. Abhängige Variable: PFB Gesamtwert

Residuenstatistik^a

sex		Minimum	Maximum	Mittelwert	Standardabweichung	N
weiblich	Nicht standardisierter vorhergesagter Wert	26,88	83,75	60,75	11,850	113
	Nicht standardisierte Residuen	-21,803	16,808	,000	7,610	113
	Standardisierter vorhergesagter Wert	-2,858	1,941	,000	1,000	113
	Standardisierte Residuen	-2,839	2,189	,000	,991	113
männlich	Nicht standardisierter vorhergesagter Wert	27,42	82,62	58,65	11,002	114
	Nicht standardisierte Residuen	-36,697	16,450	,000	8,368	114
	Standardisierter vorhergesagter Wert	-2,839	2,179	,000	1,000	114
	Standardisierte Residuen	-4,346	1,948	,000	,991	114

a. Abhängige Variable: PFB Gesamtwert

6.6 Partnerschaftsqualität und dyadische Copingformen

Allgemeines Lineares Modell

Zwischensubjektfaktoren

		Wertelabel	N
pfbcut	1	niedrige PQ	59
	2	mittlere PQ	105
	3	hohe PQ	63

Box-Test auf Gleichheit der Kovarianzenmatrizen^a

Box-M-Test	28,885
F	1,404
df1	20
df2	120380,455
Signifikanz	,107

Prüft die Nullhypothese, daß die beobachteten Kovarianzenmatrizen der abhängigen Variablen über die Gruppen gleich sind.

a. Design: Konstanter Term + pfbcut

Levene-Test auf Gleichheit der Fehlervarianzen^a

	F	df1	df2	Signifikanz
ske	2,044	2	224	,132
sdce	1,092	2	224	,337
ddce	,175	2	224	,840
ndce	5,286	2	224	,006

Prüft die Nullhypothese, daß die Fehlervarianz der abhängigen Variablen über Gruppen hinweg gleich ist.

a. Design: Konstanter Term + pfbcut

Tests der Zwischensubjekteffekte

Quelle	AV	QS vom Typ III	df	Mittel der Quadrate	F	Signifikanz	Partielles Eta-Quadrat
Korrigiertes Modell	ske	469,824 ^a	2	234,912	25,067	,000	,183
	sdce	695,149 ^b	2	347,574	40,348	,000	,265
	ddce	46,444 ^c	2	23,222	9,876	,000	,081
	ndce	429,406 ^d	2	214,703	32,204	,000	,223
Konstanter Term	ske	35364,645	1	35364,645	3773,717	,000	,944
	sdce	75469,055	1	75469,055	8760,757	,000	,975
	ddce	10195,289	1	10195,289	4336,010	,000	,951
	ndce	11769,158	1	11769,158	1765,310	,000	,887
pfbcut	ske	469,824	2	234,912	25,067	,000	,183
	sdce	695,149	2	347,574	40,348	,000	,265
	ddce	46,444	2	23,222	9,876	,000	,081
	ndce	429,406	2	214,703	32,204	,000	,223
Fehler	ske	2099,172	224	9,371			
	sdce	1929,636	224	8,614			
	ddce	526,693	224	2,351			
	ndce	1493,387	224	6,667			
Gesamt	ske	40906,000	227				
	sdce	84306,000	227				
	ddce	11501,000	227				
	ndce	14062,000	227				
Korrigierte Gesamtvariation	ske	2568,996	226				
	sdce	2624,784	226				
	ddce	573,137	226				
	ndce	1922,793	226				

a. R-Quadrat = ,183 (korrigiertes R-Quadrat = ,176)

b. R-Quadrat = ,265 (korrigiertes R-Quadrat = ,258)

c. R-Quadrat = ,081 (korrigiertes R-Quadrat = ,073)

d. R-Quadrat = ,223 (korrigiertes R-Quadrat = ,216)

Multivariate Tests^c

Effekt		Wert	F	Hypothese df	Fehler df	sig.	Partielles Eta-Quadrat
Konstanter Term	Pillai-Spur	,986	3,922E3	4,000	221,000	,000	,986
	Wilks-Lambda	,014	3,922E3	4,000	221,000	,000	,986
	Hotelling-Spur	70,981	3,922E3	4,000	221,000	,000	,986
	Größte charakteristische Wurzel nach Roy	70,981	3,922E3	4,000	221,000	,000	,986
pfbcut	Pillai-Spur	,392	13,525	8,000	444,000	,000	,196
	Wilks-Lambda	,610	15,485 ^a	8,000	442,000	,000	,219
	Hotelling-Spur	,636	17,486	8,000	440,000	,000	,241
	Größte charakteristische Wurzel nach Roy	,631	35,005 ^b	4,000	222,000	,000	,387

a. Exakte Statistik

b. Die Statistik ist eine Obergrenze auf F, die eine Untergrenze auf dem Signifikanzniveau ergibt.

c. Design: Konstanter Term + pfbcut

Post-Hoc-Tests

Mehrfachvergleiche

Games-Howell

AV	(I) pfbcut	(J) pfbcut	Mittlere Differenz (I-J)	Standardfehler	Signifikanz	95% Konfidenzintervall	
						Untergrenze	Obergrenze
ske	niedrige PQ	mittlere PQ	-2,42	,533	,000	-3,69	-1,15
		hohe PQ	-3,89	,575	,000	-5,25	-2,52
	mittlere PQ	niedrige PQ	2,42	,533	,000	1,15	3,69
		hohe PQ	-1,46	,460	,005	-2,55	-,37
sdce	niedrige PQ	mittlere PQ	-3,01	,522	,000	-4,25	-1,76
		hohe PQ	-4,71	,561	,000	-6,05	-3,38
	mittlere PQ	niedrige PQ	3,01	,522	,000	1,76	4,25
		hohe PQ	-1,71	,434	,000	-2,74	-,68
ddce	niedrige PQ	mittlere PQ	-,63	,260	,045	-1,24	-,01
		hohe PQ	-1,23	,280	,000	-1,90	-,57
	mittlere PQ	niedrige PQ	,63	,260	,045	,01	1,24
		hohe PQ	-,61	,235	,030	-1,16	-,05
ndce	niedrige PQ	mittlere PQ	2,57	,484	,000	1,41	3,72
		hohe PQ	3,64	,497	,000	2,45	4,82
	mittlere PQ	niedrige PQ	-2,57	,484	,000	-3,72	-1,41
		hohe PQ	1,07	,354	,008	,23	1,91

Grundlage: beobachtete Mittelwerte.

Der Fehlerterm ist Mittel der Quadrate(Fehler) = 6,667

*. Die mittlere Differenz ist auf der Stufe ,05 signifikant.

Welch-Test

Robuste Testverfahren zur Prüfung auf Gleichheit der Mittelwerte

ndce				
	Statistik ^a	df1	df2	Sig.
Welch-Test	26,600	2	124,592	,000

a. Asymptotisch F-verteilt

Post-Hoc-Tests

Mehrfachvergleiche

ndce

Games-Howell

(I) pfbcut	(J) pfbcut	Mittlere Differenz (I-J)	Standardfehler	Signifikanz	95%-Konfidenzintervall	
					Untergrenze	Obergrenze
niedrige PQ	mittlere PQ	2,556*	,483	,000	1,41	3,71
	hohe PQ	3,635*	,497	,000	2,45	4,82
mittlere PQ	niedrige PQ	-2,556*	,483	,000	-3,71	-1,41
	hohe PQ	1,080*	,353	,007	,24	1,92
hohe PQ	niedrige PQ	-3,635*	,497	,000	-4,82	-2,45
	mittlere PQ	-1,080*	,353	,007	-1,92	-,24

*. Die Differenz der Mittelwerte ist auf dem Niveau 0.05 signifikant.

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest

pfbcut	Parameter	der Mittelwert	ske	sdce	ddce	ndce
niedrige PQ	N		59	59	59	59
	Normalverteilung ^a		10,80	16,27	6,31	9,51
		Standardabweichung	3,448	3,428	1,632	3,240
		Kolmogorov-Smirnov-Z	,897	,777	1,448	,916
		Asymptotische Signifikanz (2-seitig)	,397	,582	,030	,371
mittlere PQ	N		106	105	106	106
	Normalverteilung ^a		13,17	19,28	6,92	6,95
		Standardabweichung	2,981	2,765	1,531	2,420
		Kolmogorov-Smirnov-Z	1,032	1,169	1,733	1,382
		Asymptotische Signifikanz (2-seitig)	,237	,130	,005	,044

hohe PQ	N		63	63	63	63
Parameter	der Mittelwert		14,68	20,98	7,54	5,87
Normalverteilung ^a	Standardabweichung		2,850	2,703	1,446	2,091
Kolmogorov-Smirnov-Z			,846	,974	1,306	1,726
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)			,471	,299	,066	,005

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

6.7 Equity bei supportivem Coping

Regression

Aufgenommene/Entfernte Variablen^a

sex	Modell	Aufgenommene Variablen	Entfernte Variablen	Methode
weiblich	1	Equity-Index		Schrittweise Auswahl (Kriterien: Wahrscheinlichkeit von F-Wert für Aufnahme \leq ,050, Wahrscheinlichkeit von F-Wert für Ausschluß \geq ,100).
männlich	1	Equity-Index		Schrittweise Auswahl (Kriterien: Wahrscheinlichkeit von F-Wert für Aufnahme \leq ,050, Wahrscheinlichkeit von F-Wert für Ausschluß \geq ,100).
	2	reziprozitäts_index_sdc		Schrittweise Auswahl (Kriterien: Wahrscheinlichkeit von F-Wert für Aufnahme \leq ,050, Wahrscheinlichkeit von F-Wert für Ausschluß \geq ,100).

a. Abhängige Variable: PFB Gesamtwert

ANOVA^c

sex	Modell		Quadratsumme	df	Mittel der Quadrate	F	Signifikanz
weiblich	1	Regression	4432,687	1	4432,687	27,673	,000 ^a
		Residuen	17780,375	111	160,184		
		Gesamt	22213,062	112			
männlich	1	Regression	2790,188	1	2790,188	16,539	,000 ^a
		Residuen	18726,308	111	168,705		
		Gesamt	21516,496	112			
	2	Regression	3817,784	2	1908,892	11,864	,000 ^b
		Residuen	17698,712	110	160,897		
		Gesamt	21516,496	112			

a. Einflußvariablen : (Konstante), Equity-Index

b. Einflußvariablen : (Konstante), Equity-Index, reziprozitäts_index_sdc

c. Abhängige Variable: PFB Gesamtwert

Modellzusammenfassung^c

sex	Modell	R	R-Quadrat	Korrigiertes R-Quadrat	Standardfehler des Schätzers	Änderungsstatistiken					Durbin-Watson-Statistik
						Änderung in R-Quadrat	Änderung in F	df1	df2	Änderung in Signifikanz von F	
weiblich	1	,447 ^a	,200	,192	12,656	,200	27,673	1	111	,000	2,048
männlich	1	,360 ^a	,130	,122	12,989	,130	16,539	1	111	,000	
	2	,421 ^b	,177	,162	12,685	,048	6,387	1	110	,013	2,100

a. Einflußvariablen : (Konstante), Equity-Index

b. Einflußvariablen : (Konstante), Equity-Index, reziprozitäts_index_sdc

c. Abhängige Variable: PFB Gesamtwert

Ausgeschlossene Variablen^b

sex	Modell		Beta In	T	Signifikanz	Partielle Korrelation	Kollinearitätsstatistik
							Toleranz
weiblich	1	reziprozitäts_index_sdc	-,033 ^a	-,371	,711	-,035	,922
männlich	1	reziprozitäts_index_sdc	-,221 ^a	-2,527	,013	-,234	,975

a. Einflußvariablen im Modell: (Konstante), Equity-Index

b. Abhängige Variable: PFB Gesamtwert

Koeffizienten^a

sex	Modell	Nicht standardisierte Koeffizienten		Standardisierte Koeffizienten	T	Signifikanz
		B	Standardfehler	Beta		
weiblich	1 (Konstante)	69,919	2,110		33,130	,000
	Equity-Index	-11,718	2,227	-,447	-5,260	,000
männlich	1 (Konstante)	65,188	2,004		32,521	,000
	Equity-Index	-9,410	2,314	-,360	-4,067	,000
	2 (Konstante)	69,554	2,611		26,640	,000
	Equity-Index	-8,497	2,288	-,325	-3,713	,000
	reziprozitäts_index_sdc	-6,654	2,633	-,221	-2,527	,013

a. Abhängige Variable: PFB Gesamtwert

Residuenstatistik^a

sex		Minimum	Maximum	Mittelwert	Standardabweichung	N
weiblich	Nicht standardisierter vorhergesagter Wert	32,42	69,92	60,75	6,291	113
	Nicht standardisierte Residuen	-36,575	26,799	,000	12,600	113
	Standardisierter vorhergesagter Wert	-4,503	1,457	,000	1,000	113
	Standardisierte Residuen	-2,890	2,117	,000	,996	113
männlich	Nicht standardisierter vorhergesagter Wert	36,82	68,22	58,73	5,838	113
	Nicht standardisierte Residuen	-39,201	22,160	,000	12,571	113
	Standardisierter vorhergesagter Wert	-3,753	1,627	,000	1,000	113
	Standardisierte Residuen	-3,090	1,747	,000	,991	113

a. Abhängige Variable: PFB Gesamtwert

6.8 Zufriedenheit mit Unterstützung des Partners

Wilcoxon-Test

Statistik für Test^b

	dci_36_m - dci_36_w
Z	-1,360 ^a
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)	,174

a. Basiert auf negativen Rängen.

Statistik für Test^b

	dci_36_m - dci_36_w
Z	-1,360 ^a
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)	,174

a. Basiert auf negativen Rängen.

b. Wilcoxon-Test

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest

	xdc36
N	228
Parameter der Mittelwert	3,75
Normalverteilung ^a Standardabweichung	1,030
Kolmogorov-Smirnov-Z	4,230
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)	,000

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

6.9 Geschlechtsunterschied in der Stresskommunikation

T-Test

Korrelationen bei gepaarten Stichproben

	N	Korrelation	Signifikanz
Paaren 1 ske & SKEMänner	114	,191	,041

Test bei gepaarten Stichproben

	Gepaarte Differenzen							
	MW	SD	Standard- fehler des MWs	95% Konfidenzintervall der Differenz		T	df	Sig. (2- seitig)
				Untere	Obere			
Paaren 1 ske - SKEMänner	2,158	4,082	,382	1,400	2,915	5,644	113	,000

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest

		SKE_diff
N		114
Parameter der	Mittelwert	2,1579
Normalverteilung ^a	Standardabweichung	4,08229
Kolmogorov-Smirnov-Z		1,053
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)		,218

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

6.10 Geschlechtsunterschied bei negativem individuellen Coping

T-Test

Korrelationen bei gepaarten Stichproben

	N	Korrelation	Signifikanz
Paaren 1 NEG & NEG_m	114	,151	,110

Test bei gepaarten Stichproben

	Gepaarte Differenzen							
	MW	SD	Standardfehler des MWs	95% Konfidenzintervall der Differenz		T	df	Sig. (2-seitig)
				Untere	Obere			
Paaren 1 NEG - NEG_m	2,44298	4,69478	,43971	1,57184	3,31412	5,556	113	,000

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest

	NEG_diff
N	114
Parameter der Normalverteilung ^a	
Mittelwert	2,4430
Standardabweichung	4,69478
Kolmogorov-Smirnov-Z	,502
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)	,963

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

6.11 Geschlechtsunterschied im Stressausmaß

T-Test

Korrelationen bei gepaarten Stichproben

		N	Korrelation	Signifikanz
Paaren 1	Summenscore Tics & tics_sum_b	114	,383	,000

Test bei gepaarten Stichproben

		Gepaarte Differenzen							
		MW	SD	Standardfehler des MWs	95% Konfidenzintervall der Differenz		T	df	Sig. (2-seitig)
					Untere	Obere			
Paare n 1	Summenscore Tics - tics_sum_b	3,982	8,903	,834	2,331	5,634	4,776	113	,000

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest

		Tics_sum_diff
N		114
Parameter der Normalverteilung ^a	Mittelwert	3,9825
	Standardabweichung	8,90260
Kolmogorov-Smirnov-Z		,644
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)		,801

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

6.12 Stressausmaß und sexuelle Zufriedenheit

Korrelationen

		Summenscore Tics	flzscore
Summenscore Tics	Korrelation nach Pearson	1,000	-,248**
	Signifikanz (1-seitig)		,000
	N	228	228
flzscore	Korrelation nach Pearson	-,248**	1,000
	Signifikanz (1-seitig)	,000	
	N	228	228

** . Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,01 (1-seitig) signifikant.

6.13 Lustempfinden während stressiger Zeiten

Kreuztabelle

sex * sexuelle Lust während stressiger Zeiten Kreuztabelle

			sexuelle Lust während stressiger Zeiten		
			gleichbleibende oder mehr sexuelle Lust	weniger sexuelle Lust	Gesamt
sex	weiblich	Anzahl	19	95	114
		Erwartete Anzahl	32,0	82,0	114,0
		% von sex	16,7%	83,3%	100,0%
		% von sexuelle Lust während stressiger Zeiten	29,7%	57,9%	50,0%
		% der Gesamtzahl	8,3%	41,7%	50,0%
		Residuen	-13,0	13,0	
		Standardisierte Residuen	-2,3	1,4	
männlich	Anzahl	45	69	114	
	Erwartete Anzahl	32,0	82,0	114,0	
	% von sex	39,5%	60,5%	100,0%	
	% von sexuelle Lust während stressiger Zeiten	70,3%	42,1%	50,0%	

	% der Gesamtzahl	19,7%	30,3%	50,0%
	Residuen	13,0	-13,0	
	Standardisierte Residuen	2,3	-1,4	
Gesamt	Anzahl	64	164	228
	Erwartete Anzahl	64,0	164,0	228,0
	% von sex	28,1%	71,9%	100,0%
	% von sexuelle Lust während stressiger Zeiten	100,0%	100,0%	100,0%
	% der Gesamtzahl	28,1%	71,9%	100,0%

Chi-Quadrat-Tests

	Wert	df	Asymptotische Signifikanz (2-seitig)	Exakte Signifikanz (2-seitig)	Exakte Signifikanz (1-seitig)
Chi-Quadrat nach Pearson	14,684 ^a	1	,000		
Kontinuitätskorrektur ^b	13,577	1	,000		
Likelihood-Quotient	15,014	1	,000		
Exakter Test nach Fisher				,000	,000
Zusammenhang linear-mit-linear	14,620	1	,000		
Anzahl der gültigen Fälle	228				

a. 0 Zellen (,0%) haben eine erwartete Häufigkeit kleiner 5. Die minimale erwartete Häufigkeit ist 32,00.

b. Wird nur für eine 2x2-Tabelle berechnet

Symmetrische Maße

		Wert	Näherungsweise Signifikanz
Nominal- bzgl. Nominalmaß	Phi	-,254	,000
	Cramer-V	,254	,000
	Kontingenzkoeffizient	,246	,000
	Anzahl der gültigen Fälle	228	

6.14 Wichtigkeit des Sexuallebens für Partnerschaft

T-Test

Korrelationen bei gepaarten Stichproben

	N	Korrelation	Signifikanz
Paaren 1 Sexualleben_w & Sexualleben_m	114	,170	,070

Test bei gepaarten Stichproben

	Gepaarte Differenzen							
	MW	SD	Standard- fehler des MWs	95% Konfidenzintervall der Differenz		T	df	Sig. (2- seitig)
				Untere	Obere			
Paaren 1 Sexualleben_w - Sexualleben_m	-,70175	2,22985	,20884	-1,11551	-,28800	-3,360	113	,001

Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest

		Sexualleben_diff
N		114
Parameter der Normalverteilung ^a	Mittelwert	-,7018
	Standardabweichung	2,22985
Kolmogorov-Smirnov-Z		1,319
Asymptotische Signifikanz (2-seitig)		,062

a. Die zu testende Verteilung ist eine Normalverteilung.

6.15 Fragebogen (Frauenversion)

Liebe Teilnehmerin!

Im Rahmen meines Psychologiestudiums an der Universität Wien schreibe ich zurzeit an meiner Diplomarbeit, welche für mich einen wichtigen Schritt in Richtung eines erfolgreichen Studienabschlusses darstellt. Ich beschäftige mich in dieser Untersuchung mit dem Thema Stress und Zufriedenheit in Partnerschaften. In dem folgenden Fragebogen werden diese Bereiche abgefragt und Sie können durch Ihr Mitwirken dazu beitragen, dass wichtige wissenschaftliche Erkenntnisse über die Bedeutung von Stress für die Partnerschaft gewonnen werden können.

Da eine Partnerschaft immer aus zwei Personen besteht, ist es wichtig, dass Sie und Ihr/e Partner/in diesen Fragebogen **getrennt, jeder für sich**, ausfüllt.

Da es weder richtige noch falsche Antworten gibt, beantworten Sie bitte die Fragen so **aufrichtig wie möglich**, nacheinander, zügig und lassen Sie keine Frage unbeantwortet. Das Ausfüllen des Fragebogens wird in etwa 30 Minuten in Anspruch nehmen.

Diese Untersuchung erfolgt selbstverständlich **anonym** und Ihre Angaben werden streng vertraulich behandelt. Nach Ausfüllen des Fragebogens geben Sie diesen bitte umgehend in das beiliegende Kuvert und verschließen es.

Damit ich Ihre beiden Fragebögen bei der Auswertung als zusammengehörig identifizieren kann, ist es notwendig, dass sich jedes Paar gemeinsam einen 4-stelligen Code ausdenkt. Dieser Code kann aus Buchstaben und/oder Zahlen bestehen, z.B. **83WJ**. Auf beiden Fragebögen muss der **gleiche Code** stehen, damit ich erkennen kann, dass sie zusammengehören.

Bitte überlegen Sie sich nun gemeinsam einen Code und tragen Sie diesen in das untenstehende Feld ein:



Falls Ihnen gewisse Fragen unklar sind, stehe ich Ihnen telefonisch jederzeit zur Verfügung: 0664/14 222 57

Sie sind maßgeblich an dem Fortschritt und Gelingen meiner Diplomarbeit beteiligt, weshalb ich mich sehr darüber freuen würde, wenn Sie den Fragebogen so bald als möglich vollständig ausfüllen und retournieren.

Ich möchte Ihnen beiden schon jetzt meinen Dank für Ihre Mithilfe aussprechen und Ihnen für Ihre Partnerschaft weiterhin alles Gute wünschen!

Fragen zu Ihrer Person

1. Geschlecht: ♀ weiblich ♂ männlich
2. Alter: _____ Jahre
3. Höchste abgeschlossene Schulbildung
- kein Schulabschluss
 - Sonderschulabschluss
 - Pflichtschulabschluss
 - Berufsschule/Handelsschule (Ohne Matura)
 - Matura (AHS, HAK, HTL, BHS ...)
 - Hochschulstudium/Universität
 - Sonstiges _____
4. Wie ist Ihr Familienstand?
- Ich bin mit meinem Partner verheiratet.
- Ich habe eine feste Beziehung mit meinem Partner (wir sind aber nicht verheiratet).
5. Wie lange besteht Ihre Partnerschaft schon? _____
6. Leben Sie mit Ihrem Partner in einem gemeinsamen Haushalt? Ja Nein
7. Waren Sie davor schon einmal verheiratet? Ja Nein
8. Wie viele Kinder haben Sie mit Ihrem derzeitigen Partner? _____
9. Wie alt sind diese Kinder? _____
10. Leben diese Kinder mit Ihnen gemeinsam in einem Haushalt? Ja Nein
11. Wie viele Kinder haben Sie aus anderen Ehen/Lebensgemeinschaften?

12. Wie alt sind diese Kinder? _____
13. Leben diese Kinder mit Ihnen gemeinsam in einem Haushalt? Ja Nein
14. Sind Sie berufstätig? Ja Nein
15. Wenn ja, was ist Ihre Berufsbezeichnung?
(z.B.: Lehrer, Bankangestellter,...)

- Wenn Student/In, welche Studienrichtung

16. Wie ist Ihr momentanes Arbeitsverhältnis?
- Vollzeit Teilzeit Stundenweise Gelegenheitsjobs
- Sonstiges _____

17. Bitte geben Sie die durchschnittliche Höhe Ihres Netto-Einkommens an.

- bis 1.000 Euro/ Monat
- 1001 Euro- 2000 Euro/ Monat
- 2001- 3000 Euro/ Monat
- 3001- 4000 Euro/Monat
- mehr als 4000 Euro/ Monat

Auf dieser Seite finden Sie einige Fragen, die Sie danach beurteilen sollen, wie häufig Sie die darin angesprochene Erfahrung bzw. Situation erlebt haben. Ihre Aufgabe ist es, anzugeben, ob Sie die darin angesprochenen Erfahrungen bzw. Situationen **nie, selten, manchmal, häufig oder sehr häufig gemacht** bzw. erlebt haben. Denken Sie bei der Beantwortung bitte an die, vom heutigen Tag aus gesehen, vergangenen drei Monate und versuchen Sie sich daran zu erinnern, wie oft Sie in diesem Zeitraum die jeweilige Erfahrung gemacht haben.

Bitte beantworten Sie alle Fragen der Reihe nach, ohne eine auszulassen, indem Sie eine der Zahlen von 0 bis 4 durchkreuzen. Einige Aussagen klingen ähnlich oder haben einen ähnlichen Sinn. Bitte beantworten Sie diese trotzdem. Es kommt bei der Beantwortung nicht auf Schnelligkeit an; nehmen Sie sich Zeit, über die Beantwortung nachzudenken.

In den letzten 3 Monaten wie oft erlebt?

Erfahrung	nie	selten	manch-mal	häufig	sehr häufig
1. Befürchtung, dass irgendetwas Unangenehmes passiert	0	1	2	3	4
2. Ich bemühe mich vergeblich, mit guten Leistungen Anerkennung zu erhalten	0	1	2	3	4
3. Zeiten, in denen ich zu viele Verpflichtungen zu erfüllen habe	0	1	2	3	4
4. Zeiten, in denen ich sorgenvolle Gedanken nicht unterdrücken kann	0	1	2	3	4
5. Obwohl ich mein Bestes gebe, wird meine Arbeit nicht gewürdigt	0	1	2	3	4
6. Erfahrung, dass alles zu viel ist, was ich zu tun habe	0	1	2	3	4
7. Zeiten, in denen ich mir viele Sorgen mache und nicht damit aufhören kann	0	1	2	3	4
8. Zeiten, in denen ich nicht die Leistung bringe, die von mir erwartet wird	0	1	2	3	4
9. Zeiten, in denen mir die Verantwortung für andere zur Last wird	0	1	2	3	4
10. Zeiten, in denen mir die Arbeit über den Kopf	0	1	2	3	4

		wächst				
11.	Befürchtung, meine Aufgaben nicht erfüllen zu können	0	1	2	3	4
12.	Zeiten, in denen mir die Sorgen über den Kopf wachsen	0	1	2	3	4

Im Folgenden finden Sie eine Reihe von möglichen Reaktionen, die man zeigen kann, wenn man durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden ist. Bitte lesen Sie diese nacheinander durch und entscheiden Sie jeweils, ob die angegebenen Reaktionen Ihrer Art zu reagieren entsprechen.

Dabei stehen Ihnen fünf Antwortmöglichkeiten zur Verfügung:

0	1	2	3	4
gar nicht	kaum	möglicherweise	wahrscheinlich	sehr wahrscheinlich

Bitte kreuzen Sie jeweils die Ihrer Reaktion entsprechende Zahl an.

Zum Beispiel:

Wenn ich durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden bin...

...besuche ich nette Freunde oder Bekannte

0	1	2	3	4
gar nicht	kaum	möglicherweise	wahrscheinlich	sehr wahrscheinlich

In diesem Fall ist die 3 („wahrscheinlich“) angekreuzt. Das würde bedeuten, dass „nette Freunde oder Bekannte besuchen“ wahrscheinlich Ihrer Art zu reagieren in der oben genannten Situation entspricht.

Bitte lassen Sie keine Reaktion aus und wählen Sie im Zweifelsfall die Antwortmöglichkeit, die noch am ehesten für Sie zutrifft.

Bitte hier anfangen:

Wenn ich durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden bin...

- | | | | | | |
|--|---|------|----------------|----------------|------------------------|
| 1) ... versuche ich meine Gedanken auf etwas anderes zu konzentrieren | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 2) ...sage ich mir, lass dich nicht gehen | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 3) ...sehe ich zu, dass jemand anderes mich bei der Lösung unterstützt | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 4) ...fühle ich mich irgendwie hilflos | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 5) ...sage ich mir, ich habe mir nichts vorzuwerfen | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 6) ...kann ich lange Zeit an nichts anderes mehr denken | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 7) ...frage ich mich, was ich schon wieder falsch gemacht habe | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 8) ...überlege ich mein weiteres Verhalten ganz genau | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 9) ...neige ich dazu, die Flucht zu ergreifen | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 10) ...sage ich mir, dass ich das durchstehen werde | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 11) ...vermeide ich von nun an solche Situationen | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |

Wenn ich durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden bin...

- 12) ...werde ich schneller damit fertig als andere
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 13) ...versuche ich, mir alle Einzelheiten der Situation klar zu machen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 14) ...gehe ich irgendeiner anderen Beschäftigung nach
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 15) ...frage ich jemanden um Rat, wie ich mich verhalten soll
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 16) ...esse ich etwas Gutes
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 17) ...denke ich hinterher immer wieder darüber nach
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 18) ...denke ich, möglichst von hier weg
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 19) ...habe ich ein schlechtes Gewissen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 20) ...sage ich mir, du musst dich zusammenreißen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 21) ...sage ich mir, Gewissensbisse brauche ich mir nicht zu machen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 22) ...entziehe ich mich in Zukunft schon bei den ersten Anzeichen solchen Situationen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich

Wenn ich durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden bin...

- 23) ...neige ich dazu, schnell aufzugeben
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 24) ...bin ich mit mir selbst unzufrieden
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 25) ...sehe ich mir etwas Nettes im Fernsehen an
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 26) ...denke ich, nur nicht unterkriegen lassen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 27) ...muss ich mich einfach mit jemandem aussprechen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 28) ...kommen mir Fluchtgedanken
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 29) ...ergreife ich Maßnahmen zur Beseitigung der Ursache
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 30) ...bin ich froh, dass ich nicht so empfindlich bin wie andere
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 31) ...beschäftigt mich die Situation hinterher noch lange
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 32) ...tue ich etwas, was mich davon ablenkt
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 33) ...nehme ich mir vor, solchen Situationen in Zukunft aus dem Wege zu gehen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich

Wenn ich durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden bin...

- 34) ...versuche ich, meine Erregung zu bekämpfen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 35) ...sage ich mir, ich kann nichts dafür
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 36) ...sage ich mir, andere würden das nicht so leicht verdauen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 37) ...mache ich mir Vorwürfe
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 38) ...sage ich mir, du darfst auf keinen Fall aufgeben
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 39) ...weiß ich nicht, wie ich gegen die Situation ankommen könnte
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 40) ...tue ich mir selbst etwas Gutes
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 41) ...habe ich nur den Wunsch, dieser Situation so schnell wie möglich zu entkommen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 42) ...bitte ich jemanden, mir behilflich zu sein
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 43) ...mache ich einen Plan, wie ich die Schwierigkeiten aus dem Weg räumen kann
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 44) ...denke ich, ich habe die Situation nicht zu verantworten
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich

Wenn ich durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden bin...

- 45) ...sage ich mir, nur nicht entmutigen lassen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 46) ...denke ich, in Zukunft will ich nicht mehr in solche Situationen geraten
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 47) ...geht mir die Situation lange Zeit nicht aus dem Kopf
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 48) ...versuche ich, Haltung zu bewahren
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 49) ...erscheint mir alles so hoffnungslos
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 50) ...stürze ich mich in die Arbeit
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 51) ...sage ich mir, es war letzten Endes mein Fehler
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 52) ...habe ich mich viel besser unter Kontrolle als andere in derselben Situation
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 53) ...kaufe ich mir etwas, was ich schon lange haben wollte
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 54) ...neige ich dazu, alles sinnlos zu finden
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 55) ...mache ich mir klar, dass ich die Möglichkeit habe, die Situation zu bewältigen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich

Wenn ich durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden bin...

- 56) ...denke ich, mich trifft keine Schuld
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 57) ...habe ich das Bedürfnis, die Meinung von jemand anderem dazu zu hören
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 58) ...versuche ich, mein Verhalten unter Kontrolle zu halten
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 59) ...versuche ich, mich der Situation zu entziehen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 60) ...spiele ich die Situation nachher in Gedanken immer wieder durch
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 61) ...wende ich mich aktiv der Veränderung der Situation zu
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 62) ...sage ich mir, du kannst damit fertig werden
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 63) ...finde ich meine Ruhe immer noch schneller wieder als andere
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 64) ...passe ich auf, dass es in Zukunft gar nicht erst zu solchen Situationen kommt
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 65) ...suche ich nach etwas, das mir Freude machen könnte
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 66) ...versuche ich, meine Aufmerksamkeit davon abzuwenden
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich

Wenn ich durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden bin...

- 67) ...suche ich bei mir selbst die Schuld
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 68) ...versuche ich, mit irgendjemandem über das Problem zu sprechen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 69) ...werde ich hinterher die Gedanken an die Situation einfach nicht mehr los
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 70) ...denke ich, an mir liegt es nicht, dass es dazu gekommen ist
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 71) ...sage ich mir, du darfst die Fassung nicht verlieren
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 72) ...erfülle ich mir einen lang ersehnten Wunsch
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 73) ...nehme ich das leichter als andere in der gleichen Situation
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 74) ...lenke ich mich irgendwie ab
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 75) ...neige ich dazu, zu resignieren
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 76) ...versuche ich, die Gründe, die zur Situation geführt haben, genau zu klären
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 77) ...überlege ich, wie ich von nun an solchen Situationen ausweichen kann
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 78) ...möchte ich am liebsten einfach weglaufen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich

Im Folgenden sind eine Reihe von Verhaltensweisen aufgeführt, die möglicherweise in Ihrer **Partnerschaft** auftreten. Diese Verhaltensweisen können von Ihrem Partner oder von Ihnen beiden gezeigt werden. Kreuzen Sie bitte bei jeder Feststellung an, wie oft diese Verhaltensweisen in der letzten Zeit aufgetreten sind. Kreuzen Sie bitte die erste Antwort an, die Ihnen in den Sinn kommt. Denken Sie daran, jede Feststellung zu beantworten und bei jeder Feststellung nur eine Antwort anzukreuzen.

		nie/ sehr selten	selten	oft	sehr oft
1.	Er/sie wirft mir Fehler vor, die ich in der Vergangenheit gemacht habe	1	2	3	4
2.	Ich merke, dass er/sie mich körperlich attraktiv findet	1	2	3	4
3.	Er/sie sagt mir, dass er/sie zufrieden ist, wenn er/sie mit mir zusammen ist	1	2	3	4
4.	Vor dem Einschlafen schmiegen wir uns im Bett aneinander	1	2	3	4
5.	Er/sie bricht über eine Kleinigkeit einen Streit vom Zaun	1	2	3	4
6.	Er/sie teilt mir seine/ihre Gedanken und Gefühle offen mit	1	2	3	4
7.	Wenn wir uns streiten, beschimpft er/sie mich	1	2	3	4
8.	Er/sie reagiert positiv auf meine sexuellen Wünsche	1	2	3	4
9.	Wir schmieden gemeinsame Zukunftspläne	1	2	3	4
10.	Wenn er/sie etwas aus seiner/ihrer Arbeitswelt erzählt, so möchte er/sie meine Meinung dazu hören	1	2	3	4
11.	Wir planen gemeinsam, wie wir das Wochenende verbringen wollen	1	2	3	4
12.	Er/sie berührt mich zärtlich, und ich empfinde es als angenehm	1	2	3	4
13.	Er/sie macht mir ein ernstgemeintes Kompliment über mein Aussehen	1	2	3	4
14.	Er/sie bespricht Dinge aus seinem/ihrer Berufsleben mit mir	1	2	3	4
15.	Er/sie bemüht sich, sich meine Wünsche zu merken, und erfüllt sie bei passender Gelegenheit	1	2	3	4
16.	Er/sie kritisiert mich in einer sarkastischen Art und Weise	1	2	3	4
17.	Er/sie äußert sich abfällig über eine von mir geäußerte Meinung	1	2	3	4

		nie/ sehr selten	selten	oft	sehr oft
18.	Wenn er/sie mich offensichtlich falsch behandelt hat, entschuldigt er/sie sich später bei mir	1	2	3	4
19.	Wir unterhalten uns am Abend normalerweise mindestens eine halbe Stunde miteinander	1	2	3	4
20.	Wenn wir uns streiten, dann können wir nie ein Ende finden	1	2	3	4
21.	Er/sie gibt mir die Schuld, wenn etwas schief gegangen ist	1	2	3	4
22.	Er/sie nimmt mich in den Arm	1	2	3	4
23.	Während eines Streits schreit er/sie mich an	1	2	3	4
24.	Er/sie fragt mich abends, was ich den Tag über gemacht habe	1	2	3	4
25.	Wenn wir uns streiten, verdreht er/sie meine Aussage ins Gegenteil	1	2	3	4
26.	Er/sie spricht mit mir über seine/ihre sexuellen Wünsche	1	2	3	4
27.	Er/sie streichelt mich zärtlich	1	2	3	4
28.	Er/sie sagt mir, dass er/sie mich gerne hat	1	2	3	4
29.	Er/sie schränkt mich in meiner persönlichen Freiheit ein	1	2	3	4

30. Wie glücklich würden Sie Ihre Partnerschaft im Augenblick einschätzen?

- sehr unglücklich
- unglücklich
- eher unglücklich
- eher glücklich
- glücklich
- sehr glücklich

31. Wie empfinden Sie das Zeitausmaß, das Sie mit Ihrem Partner verbringen?

- Hätte gerne mehr Zeit mit meinem Partner
- Ausreichend
- Würde meinen Partner gerne etwas weniger sehen

Mit welchen **täglichen Widrigkeiten/Ärgernissen** bzw. **kleineren stressenden Ereignissen** sind Sie im Alltag konfrontiert? Kreuzen Sie bitte in der linken Spalte jene Ereignisse an, mit denen Sie konfrontiert sind. Kreuzen Sie in der rechten Spalte bitte an, wie sehr Sie sich durch das jeweilige Ereignis belastet fühlen. Kommen manche der aufgezählten Ereignisse in Ihrem Alltag gar nicht vor, dann lassen Sie diese bitte aus.

Kommt vor	gar nicht belastend	sehr wenig belastend	ein wenig belastend	stark belastend	sehr stark belastend
<input type="checkbox"/> Stau	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Parkplatzsuche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Streitigkeiten mit dem Partner	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> lange Wartezeiten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Probleme mit technischen Geräten (Pc, Handy,...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> verlegte Schlüssel oder andere verlegte Gegenstände	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Strafmandate	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Ärger mit den Kindern	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> hetzen um einen Termin einzuhalten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> gestörter Schlaf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Lärmbelästigung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> finanzielle Sorgen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> gesundheitliche Sorgen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> sonstige hier nicht genannte:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Nun möchte ich etwas über die Art und Weise erfahren, wie Sie und Ihr Partner mit **Stress** umgehen. Bitte beantworten Sie alle Fragen möglichst spontan und ohne langes Überlegen, so wie es für Sie zutrifft.

Was tun Sie, wenn Sie sich gestresst/belastet fühlen?

	sehr selten	selten	manch -mal	oft	sehr oft
1. Ich teile meinem Partner mit, wenn ich froh um seine praktische Unterstützung oder sachliche Ratschläge und Hilfestellungen bin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Ich bitte meinen Partner, Aufgaben und Tätigkeiten zu übernehmen, wenn ich überlastet bin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Ich zeige meinem Partner, dass ich mich belastet fühle und es mir schlecht geht.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Ich sage meinem Partner offen, wenn ich gestresst bin und seine emotionale Unterstützung brauche.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Wie reagiert Ihr Partner auf Ihre Stressäußerungen?

	sehr selten	selten	manch -mal	oft	sehr oft
5. Er gibt mir das Gefühl, dass er mich versteht, und dass ihn mein Stress interessiert.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Er solidarisiert sich mit mir, sagt mir, dass er dieses Gefühl auch kenne und hält zu mir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Er macht mir Vorwürfe, dass ich zu wenig gut mit Stress umgehen kann.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Er hilft mir, die Situation in einem anderen Licht zu sehen, das Problem zu relativieren.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Er hört mir zu, gibt mir Raum, mich auszusprechen und spricht mir gut zu oder muntert mich auf.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Er nimmt meinen Stress nicht ernst.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Er hilft mir zwar, doch tut er dies unwillig und demotiviert.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Er übernimmt Aufgaben und Tätigkeiten, die ich sonst mache, um mich zu entlasten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Er hilft mir, die Situation zu analysieren, damit ich das Problem konkret angehen kann.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Er packt zu, wenn ich zuviel zu tun habe, um mich zu entlasten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Wenn ich gestresst bin, geht mir mein Partner aus dem Weg.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Was tut Ihr Partner, wenn er sich gestresst/belastet fühlt?

		sehr selten	selten	manch- mal	oft	sehr oft
16	Er teilt mir mit, wenn er froh um meine praktische Unterstützung oder sachliche Ratschläge und Hilfestellungen ist.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17	Er bittet mich, Aufgaben und Tätigkeiten zu übernehmen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18	Er zeigt mir, dass er sich belastet fühlt und es ihm schlecht geht.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19	Er sagt mir offen, wenn er gestresst ist und meine emotionale Unterstützung braucht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Wie reagieren Sie auf diese Stressäußerungen des Partners?

		sehr selten	selten	manch- mal	oft	sehr oft
20.	Ich gebe meinem Partner das Gefühl, dass ich ihn verstehe, mich für seinen Stress interessiere.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.	Ich solidarisiere mich mit ihm, sage ihm, dass ich dieses Gefühl auch kenne und halte zu ihm.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.	Ich mache ihm Vorwürfe, dass er zu wenig gut mit Stress umgehen kann.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.	Ich sage meinem Partner, dass alles nicht so schlimm ist und helfe ihm, die Situation in einem neuen Licht zu sehen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.	Ich höre ihm zu, gebe ihm Raum, sich auszusprechen, rede ihm gut zu oder mache ihm Mut.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25.	Ich nehme seinen Stress nicht ernst.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26.	Wenn mein Partner gestresst ist, ziehe ich mich zurück.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27.	Ich helfe ihm zwar, doch bin ich nicht motiviert und finde, dass er selber besser mit seinen Problemen umgehen sollte.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28.	Ich übernehme Aufgaben und Tätigkeiten, die er sonst macht, um ihn zu entlasten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29.	Ich versuche, mit meinem Partner die Situation sachlich zu analysieren und ihm zu helfen, das Problem zu verstehen und zu verändern.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30.	Ich packe zu, wenn er zuviel zu tun hat, um ihn zu entlasten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Wie gehen Sie und Ihr Partner mit Stress um, der Sie beide betrifft?

	sehr selten	selten	manch -mal	oft	sehr oft
31. Wir versuchen, das Problem gemeinsam zu bewältigen und konkrete Lösungen zu suchen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. Wir setzen uns ernsthaft mit dem Problem auseinander und analysieren, was zu tun ist.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. Wir helfen uns gegenseitig, das Problem in einem neuen Licht zu sehen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34. Wir entspannen uns gegenseitig durch Massage, baden miteinander oder hören zusammen Musik.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35. Wir sind zärtlich zueinander, schlafen miteinander und versuchen so, den Stress zu bewältigen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Wie beurteilen Sie Ihren Umgang mit Stress als Paar?

	sehr selten	selten	manch -mal	oft	sehr oft
36. Ich bin <u>zufrieden</u> mit der Unterstützung meines Partners und der gemeinsamen Stressbewältigung.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37. Ich empfinde die Unterstützung meines Partners und unseren gemeinsamen Umgang mit Stress als <u>wirksam</u> .	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Im Folgenden geht es um Fragen, die Ihr **Sexualleben** betreffen. Mir ist bewusst, dass dies ein sehr persönlicher Bereich ist, bitte Sie aber trotzdem im Sinne der Wissenschaft, diese Fragen zu beantworten.

		1	2	3	4	5	6	7
		sehr unzufrieden	unzufrieden	eher unzufrieden	weder/ noch	eher zufrieden	zufrieden	sehr zufrieden
1.	Mit meiner körperlichen Attraktivität bin ich...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Mit meiner sexuellen Leistungsfähigkeit bin ich...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Mit der Häufigkeit meiner sexuellen Kontakte bin ich...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Mit der Häufigkeit, mit der mein Partner sich mir körperlich zuwendet (streichelt, berührt) bin ich...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Mit meinen sexuellen Reaktionen bin ich...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Wenn ich daran denke, wie unbefangen ich über den sexuellen Bereich sprechen kann, bin ich...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Wenn ich daran denke, inwiefern mein Partner und ich in der Sexualität harmonieren, bin ich...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

8. Wie wichtig ist Ihnen ein erfülltes Sexualleben in Ihrer Partnerschaft? Geben Sie den entsprechenden Wert auf einer Skala von 1-10 an. (1=gar nicht wichtig.....10=äußerst wichtig)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

9. In stressigen Zeiten verspüre ich

- gleich bleibende sexuelle Lust wie immer
- mehr sexuelle Lust
- weniger sexuelle Lust

10. Beim Geschlechtsverkehr kann ich mich entspannen und abschalten.

- trifft gar nicht zu
- trifft nicht zu
- trifft teilweise zu
- trifft zu
- trifft sehr zu

11. Hat Stress einen Einfluss auf Ihr Sexualleben ? Nein Ja

- positiver E.
- negativer E.

Vielen Dank!



6.16 Fragebogen (Männerversion)

Liebe Teilnehmer!

Im Rahmen meines Psychologiestudiums an der Universität Wien schreibe ich zurzeit an meiner Diplomarbeit, welche für mich einen wichtigen Schritt in Richtung eines erfolgreichen Studienabschlusses darstellt. Ich beschäftige mich in dieser Untersuchung mit dem Thema Stress und Zufriedenheit in Partnerschaften. In dem folgenden Fragebogen werden diese Bereiche abgefragt und Sie können durch Ihr Mitwirken dazu beitragen, dass wichtige wissenschaftliche Erkenntnisse über die Bedeutung von Stress für die Partnerschaft gewonnen werden können.

Da eine Partnerschaft immer aus zwei Personen besteht, ist es wichtig, dass Sie und Ihre Partnerin diesen Fragebogen **getrennt, jeder für sich**, ausfüllt.

Da es weder richtige noch falsche Antworten gibt, beantworten Sie bitte die Fragen so **aufrichtig wie möglich**, nacheinander, zügig und lassen Sie keine Frage unbeantwortet. Das Ausfüllen des Fragebogens wird in etwa 30 Minuten in Anspruch nehmen.

Diese Untersuchung erfolgt selbstverständlich **anonym** und Ihre Angaben werden streng vertraulich behandelt. Nach Ausfüllen des Fragebogens geben Sie diesen bitte umgehend in das beiliegende Kuvert und verschließen es.

Damit ich Ihre beiden Fragebögen bei der Auswertung als zusammengehörig identifizieren kann, ist es notwendig, dass sich jedes Paar gemeinsam einen 4-stelligen Code ausdenkt. Dieser Code kann aus Buchstaben und/oder Zahlen bestehen, z.B. **83WJ**. Auf beiden Fragebögen muss der **gleiche Code** stehen, damit ich erkennen kann, dass sie zusammengehören.

Bitte überlegen Sie sich nun gemeinsam einen Code und tragen Sie diesen in das untenstehende Feld ein:



Falls Ihnen gewisse Fragen unklar sind, stehe ich Ihnen telefonisch jederzeit zur Verfügung: 0664/14 222 57

Sie sind maßgeblich an dem Fortschritt und Gelingen meiner Diplomarbeit beteiligt, weshalb ich mich sehr darüber freuen würde, wenn Sie den Fragebogen so bald als möglich vollständig ausfüllen und retournieren.

Ich möchte Ihnen beiden schon jetzt meinen Dank für Ihre Mithilfe aussprechen und Ihnen für Ihre Partnerschaft weiterhin alles Gute wünschen!

Fragen zu Ihrer Person

1. Geschlecht: ♀ weiblich ♂ männlich
2. Alter: _____ Jahre
3. Höchste abgeschlossene Schulbildung
- kein Schulabschluss
Sonderschulabschluss
Pflichtschulabschluss
Berufsschule/Handelsschule (Ohne Matura)
Matura (AHS, HAK, HTL, BHS ...)
Hochschulstudium/Universität
Sonstiges _____
4. Wie ist Ihr Familienstand?
- Ich bin mit meiner Partnerin verheiratet.
Ich habe eine feste Beziehung mit meiner Partnerin (wir sind aber nicht verheiratet).
5. Wie lange besteht Ihre Partnerschaft schon? _____
6. Leben Sie mit Ihrer Partnerin in einem gemeinsamen Haushalt? Ja Nein
7. Waren Sie davor schon einmal verheiratet? Ja Nein
8. Wie viele Kinder haben Sie mit Ihrer derzeitigen Partnerin? _____
9. Wie alt sind diese Kinder? _____
10. Leben diese Kinder mit Ihnen gemeinsam in einem Haushalt? Ja Nein
11. Wie viele Kinder haben Sie aus anderen Ehen/Lebensgemeinschaften?

12. Wie alt sind diese Kinder? _____
13. Leben diese Kinder mit Ihnen gemeinsam in einem Haushalt? Ja Nein
14. Sind Sie berufstätig? Ja Nein
15. Wenn ja, was ist Ihre Berufsbezeichnung?
(z.B.: Lehrer, Bankangestellter,...)
- _____
- Wenn Student/In, welche Studienrichtung
- _____
16. Wie ist Ihr momentanes Arbeitsverhältnis?
- Vollzeit Teilzeit Stundenweise Gelegenheitsjobs
Sonstiges _____

17. Bitte geben Sie die durchschnittliche Höhe Ihres Netto-Einkommens an.

bis 1.000 Euro/ Monat

1001 Euro- 2000 Euro/ Monat

2001- 3000 Euro/ Monat

3001- 4000 Euro/Monat

mehr als 4000 Euro/ Monat

Auf dieser Seite finden Sie einige Fragen, die Sie danach beurteilen sollen, wie häufig Sie die darin angesprochene Erfahrung bzw. Situation erlebt haben. Ihre Aufgabe ist es, anzugeben, ob Sie die darin angesprochenen Erfahrungen bzw. Situationen **nie, selten, manchmal, häufig oder sehr häufig gemacht** bzw. erlebt haben. Denken Sie bei der Beantwortung bitte an die, vom heutigen Tag aus gesehen, vergangenen drei Monate und versuchen Sie sich daran zu erinnern, wie oft Sie in diesem Zeitraum die jeweilige Erfahrung gemacht haben.

Bitte beantworten Sie alle Fragen der Reihe nach, ohne eine auszulassen, indem Sie eine der Zahlen von 0 bis 4 durchkreuzen. Einige Aussagen klingen ähnlich oder haben einen ähnlichen Sinn. Bitte beantworten Sie diese trotzdem. Es kommt bei der Beantwortung nicht auf Schnelligkeit an; nehmen Sie sich Zeit, über die Beantwortung nachzudenken.

In den letzten 3 Monaten wie oft erlebt?

Erfahrung	nie	selten	manch-mal	häufig	sehr häufig
1. Befürchtung, dass irgendetwas Unangenehmes passiert	0	1	2	3	4
2. Ich bemühe mich vergeblich, mit guten Leistungen Anerkennung zu erhalten	0	1	2	3	4
3. Zeiten, in denen ich zu viele Verpflichtungen zu erfüllen habe	0	1	2	3	4
4. Zeiten, in denen ich sorgenvolle Gedanken nicht unterdrücken kann	0	1	2	3	4
5. Obwohl ich mein Bestes gebe, wird meine Arbeit nicht gewürdigt	0	1	2	3	4
6. Erfahrung, dass alles zu viel ist, was ich zu tun habe	0	1	2	3	4
7. Zeiten, in denen ich mir viele Sorgen mache und nicht damit aufhören kann	0	1	2	3	4
8. Zeiten, in denen ich nicht die Leistung bringe, die von mir erwartet wird	0	1	2	3	4
9. Zeiten, in denen mir die Verantwortung für andere zur Last wird	0	1	2	3	4

10.	Zeiten, in denen mir die Arbeit über den Kopf wächst	0	1	2	3	4
11.	Befürchtung, meine Aufgaben nicht erfüllen zu können	0	1	2	3	4
12.	Zeiten, in denen mir die Sorgen über den Kopf wachsen	0	1	2	3	4

Im Folgenden finden Sie eine Reihe von möglichen Reaktionen, die man zeigen kann, wenn man durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden ist. Bitte lesen Sie diese nacheinander durch und entscheiden Sie jeweils, ob die angegebenen Reaktionen Ihrer Art zu reagieren entsprechen.

Dabei stehen Ihnen fünf Antwortmöglichkeiten zur Verfügung:

0	1	2	3	4
gar nicht	kaum	möglicherweise	wahrscheinlich	sehr wahrscheinlich

Bitte kreuzen Sie jeweils die Ihrer Reaktion entsprechende Zahl an.

Zum Beispiel:

Wenn ich durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden bin...

...besuche ich nette Freunde oder Bekannte

0	1	2	3	4
gar nicht	kaum	möglicherweise	wahrscheinlich	sehr wahrscheinlich

In diesem Fall ist die 3 („wahrscheinlich“) angekreuzt. Das würde bedeuten, dass „nette Freunde oder Bekannte besuchen“ wahrscheinlich Ihrer Art zu reagieren in der oben genannten Situation entspricht.

Bitte lassen Sie keine Reaktion aus und wählen Sie im Zweifelsfall die Antwortmöglichkeit, die noch am ehesten für Sie zutrifft.

Bitte hier anfangen:

Wenn ich durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden bin...

- | | | | | | |
|--|---|------|----------------|----------------|------------------------|
| 1) ... versuche ich meine Gedanken auf etwas anderes zu konzentrieren | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 2) ...sage ich mir, lass dich nicht gehen | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 3) ...sehe ich zu, dass jemand anderes mich bei der Lösung unterstützt | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 4) ...fühle ich mich irgendwie hilflos | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 5) ...sage ich mir, ich habe mir nichts vorzuwerfen | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 6) ...kann ich lange Zeit an nichts anderes mehr denken | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 7) ...frage ich mich, was ich schon wieder falsch gemacht habe | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 8) ...überlege ich mein weiteres Verhalten ganz genau | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 9) ...neige ich dazu, die Flucht zu ergreifen | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 10) ...sage ich mir, dass ich das durchstehen werde | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
| 11) ...vermeide ich von nun an solche Situationen | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |

Wenn ich durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden bin...

- 12) ...werde ich schneller damit fertig als andere
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 13) ...versuche ich, mir alle Einzelheiten der Situation klar zu machen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 14) ...gehe ich irgendeiner anderen Beschäftigung nach
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 15) ...frage ich jemanden um Rat, wie ich mich verhalten soll
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 16) ...esse ich etwas Gutes
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 17) ...denke ich hinterher immer wieder darüber nach
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 18) ...denke ich, möglichst von hier weg
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 19) ...habe ich ein schlechtes Gewissen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 20) ...sage ich mir, du musst dich zusammenreißen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 21) ...sage ich mir, Gewissensbisse brauche ich mir nicht zu machen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 22) ...entziehe ich mich in Zukunft schon bei den ersten Anzeichen solchen Situationen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich

Wenn ich durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden bin...

- 23) ...neige ich dazu, schnell aufzugeben
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 24) ...bin ich mit mir selbst unzufrieden
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 25) ...sehe ich mir etwas Nettes im Fernsehen an
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 26) ...denke ich, nur nicht unterkriegen lassen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 27) ...muss ich mich einfach mit jemandem aussprechen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 28) ...kommen mir Fluchtgedanken
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 29) ...ergreife ich Maßnahmen zur Beseitigung der Ursache
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 30) ...bin ich froh, dass ich nicht so empfindlich bin wie andere
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 31) ...beschäftigt mich die Situation hinterher noch lange
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 32) ...tue ich etwas, was mich davon ablenkt
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 33) ...nehme ich mir vor, solchen Situationen in Zukunft aus dem Wege zu gehen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich

Wenn ich durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden bin...

- 34) ...versuche ich, meine Erregung zu bekämpfen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 35) ...sage ich mir, ich kann nichts dafür
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 36) ...sage ich mir, andere würden das nicht so leicht verdauen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 37) ...mache ich mir Vorwürfe
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 38) ...sage ich mir, du darfst auf keinen Fall aufgeben
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 39) ...weiß ich nicht, wie ich gegen die Situation ankommen könnte
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 40) ...tue ich mir selbst etwas Gutes
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 41) ...habe ich nur den Wunsch, dieser Situation so schnell wie möglich zu entkommen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 42) ...bitte ich jemanden, mir behilflich zu sein
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 43) ...mache ich einen Plan, wie ich die Schwierigkeiten aus dem Weg räumen kann
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 44) ...denke ich, ich habe die Situation nicht zu verantworten
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich

Wenn ich durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden bin...

- 45) ...sage ich mir, nur nicht entmutigen lassen
- | | | | | |
|-----------|------|----------------|----------------|------------------------|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
- 46) ...denke ich, in Zukunft will ich nicht mehr in solche Situationen geraten
- | | | | | |
|-----------|------|----------------|----------------|------------------------|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
- 47) ...geht mir die Situation lange Zeit nicht aus dem Kopf
- | | | | | |
|-----------|------|----------------|----------------|------------------------|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
- 48) ...versuche ich, Haltung zu bewahren
- | | | | | |
|-----------|------|----------------|----------------|------------------------|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
- 49) ...erscheint mir alles so hoffnungslos
- | | | | | |
|-----------|------|----------------|----------------|------------------------|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
- 50) ...stürze ich mich in die Arbeit
- | | | | | |
|-----------|------|----------------|----------------|------------------------|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
- 51) ...sage ich mir, es war letzten Endes mein Fehler
- | | | | | |
|-----------|------|----------------|----------------|------------------------|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
- 52) ...habe ich mich viel besser unter Kontrolle als andere in derselben Situation
- | | | | | |
|-----------|------|----------------|----------------|------------------------|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
- 53) ...kaufe ich mir etwas, was ich schon lange haben wollte
- | | | | | |
|-----------|------|----------------|----------------|------------------------|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
- 54) ...neige ich dazu, alles sinnlos zu finden
- | | | | | |
|-----------|------|----------------|----------------|------------------------|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |
- 55) ...mache ich mir klar, dass ich die Möglichkeit habe, die Situation zu bewältigen
- | | | | | |
|-----------|------|----------------|----------------|------------------------|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| gar nicht | kaum | möglicherweise | wahrscheinlich | sehr
wahrscheinlich |

Wenn ich durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden bin...

- 56) ...denke ich, mich trifft keine Schuld
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 57) ...habe ich das Bedürfnis, die Meinung von jemand anderem dazu zu hören
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 58) ...versuche ich, mein Verhalten unter Kontrolle zu halten
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 59) ...versuche ich, mich der Situation zu entziehen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 60) ...spiele ich die Situation nachher in Gedanken immer wieder durch
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 61) ...wende ich mich aktiv der Veränderung der Situation zu
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 62) ...sage ich mir, du kannst damit fertig werden
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 63) ...finde ich meine Ruhe immer noch schneller wieder als andere
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 64) ...passe ich auf, dass es in Zukunft gar nicht erst zu solchen Situationen kommt
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 65) ...suche ich nach etwas, das mir Freude machen könnte
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 66) ...versuche ich, meine Aufmerksamkeit davon abzuwenden
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich

Wenn ich durch irgendetwas oder irgendjemanden beeinträchtigt, innerlich erregt oder aus dem Gleichgewicht gebracht worden bin...

- 67) ...suche ich bei mir selbst die Schuld
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 68) ...versuche ich, mit irgendjemandem über das Problem zu sprechen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 69) ...werde ich hinterher die Gedanken an die Situation einfach nicht mehr los
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 70) ...denke ich, an mir liegt es nicht, dass es dazu gekommen ist
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 71) ...sage ich mir, du darfst die Fassung nicht verlieren
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 72) ...erfülle ich mir einen lang ersehnten Wunsch
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 73) ...nehme ich das leichter als andere in der gleichen Situation
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 74) ...lenke ich mich irgendwie ab
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 75) ...neige ich dazu, zu resignieren
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 76) ...versuche ich, die Gründe, die zur Situation geführt haben, genau zu klären
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 77) ...überlege ich, wie ich von nun an solchen Situationen ausweichen kann
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich
- 78) ...möchte ich am liebsten einfach weglaufen
 0 gar nicht 1 kaum 2 möglicherweise 3 wahrscheinlich 4 sehr wahrscheinlich

Im Folgenden sind eine Reihe von Verhaltensweisen aufgeführt, die möglicherweise in Ihrer **Partnerschaft** auftreten. Diese Verhaltensweisen können von Ihrem Partner oder von Ihnen beiden gezeigt werden. Kreuzen Sie bitte bei jeder Feststellung an, wie oft diese Verhaltensweisen in der letzten Zeit aufgetreten sind. Kreuzen Sie bitte die erste Antwort an, die Ihnen in den Sinn kommt. Denken Sie daran, jede Feststellung zu beantworten und bei jeder Feststellung nur eine Antwort anzukreuzen.

		nie/ sehr selten	selten	oft	sehr oft
1.	Er/sie wirft mir Fehler vor, die ich in der Vergangenheit gemacht habe	1	2	3	4
2.	Ich merke, dass er/sie mich körperlich attraktiv findet	1	2	3	4
3.	Er/sie sagt mir, dass er/sie zufrieden ist, wenn er/sie mit mir zusammen ist	1	2	3	4
4.	Vor dem Einschlafen schmiegen wir uns im Bett aneinander	1	2	3	4
5.	Er/sie bricht über eine Kleinigkeit einen Streit vom Zaun	1	2	3	4
6.	Er/sie teilt mir seine/ihre Gedanken und Gefühle offen mit	1	2	3	4
7.	Wenn wir uns streiten, beschimpft er/sie mich	1	2	3	4
8.	Er/sie reagiert positiv auf meine sexuellen Wünsche	1	2	3	4
9.	Wir schmieden gemeinsame Zukunftspläne	1	2	3	4
10.	Wenn er/sie etwas aus seiner/ihrer Arbeitswelt erzählt, so möchte er/sie meine Meinung dazu hören	1	2	3	4
11.	Wir planen gemeinsam, wie wir das Wochenende verbringen wollen	1	2	3	4
12.	Er/sie berührt mich zärtlich, und ich empfinde es als angenehm	1	2	3	4
13.	Er/sie macht mir ein ernstgemeintes Kompliment über mein Aussehen	1	2	3	4
14.	Er/sie bespricht Dinge aus seinem/ihrer Berufsleben mit mir	1	2	3	4
15.	Er/sie bemüht sich, sich meine Wünsche zu merken, und erfüllt sie bei passender Gelegenheit	1	2	3	4
16.	Er/sie kritisiert mich in einer sarkastischen Art und Weise	1	2	3	4
17.	Er/sie äußert sich abfällig über eine von mir geäußerte Meinung	1	2	3	4

		nie/ sehr selten	selten	oft	sehr oft
18.	Wenn er/sie mich offensichtlich falsch behandelt hat, entschuldigt er/sie sich später bei mir	1	2	3	4
19.	Wir unterhalten uns am Abend normalerweise mindestens eine halbe Stunde miteinander	1	2	3	4
20.	Wenn wir uns streiten, dann können wir nie ein Ende finden	1	2	3	4
21.	Er/sie gibt mir die Schuld, wenn etwas schief gegangen ist	1	2	3	4
22.	Er/sie nimmt mich in den Arm	1	2	3	4
23.	Während eines Streits schreit er/sie mich an	1	2	3	4
24.	Er/sie fragt mich abends, was ich den Tag über gemacht habe	1	2	3	4
25.	Wenn wir uns streiten, verdreht er/sie meine Aussage ins Gegenteil	1	2	3	4
26.	Er/sie spricht mit mir über seine/ihre sexuellen Wünsche	1	2	3	4
27.	Er/sie streichelt mich zärtlich	1	2	3	4
28.	Er/sie sagt mir, dass er/sie mich gerne hat	1	2	3	4
29.	Er/sie schränkt mich in meiner persönlichen Freiheit ein	1	2	3	4

30. Wie glücklich würden Sie Ihre Partnerschaft im Augenblick einschätzen?

- sehr unglücklich
- unglücklich
- eher unglücklich
- eher glücklich
- glücklich
- sehr glücklich

31. Wie empfinden Sie das Zeitausmaß, das Sie mit Ihrer Partnerin verbringen?

- Hätte gerne mehr Zeit mit meiner Partnerin
- Ausreichend
- Würde meine Partnerin gerne etwas weniger sehen

Mit welchen **täglichen Widrigkeiten/Ärgernissen** bzw. **kleineren stressenden Ereignissen** sind Sie im Alltag konfrontiert? Kreuzen Sie bitte in der linken Spalte jene Ereignisse an, mit denen Sie konfrontiert sind. Kreuzen Sie in der rechten Spalte bitte an, wie sehr Sie sich durch das jeweilige Ereignis belastet fühlen. Kommen manche der aufgezählten Ereignisse in Ihrem Alltag gar nicht vor, dann lassen Sie diese bitte aus.

Kommt vor	gar nicht belastend	sehr wenig belastend	ein wenig belastend	stark belastend	sehr stark belastend
<input type="checkbox"/> Stau	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Parkplatzsuche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Streitigkeiten mit dem Partner	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> lange Wartezeiten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Probleme mit technischen Geräten (Pc, Handy,...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> verlegte Schlüssel oder andere verlegte Gegenstände	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Strafmandate	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Ärger mit den Kindern	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> hetzen um einen Termin einzuhalten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> gestörter Schlaf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Lärmbelästigung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> finanzielle Sorgen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> gesundheitliche Sorgen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> sonstige hier nicht genannte:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Nun möchte ich etwas über die Art und Weise erfahren, wie Sie und Ihre Partnerin mit **Stress** umgehen. Bitte beantworten Sie alle Fragen möglichst spontan und ohne langes Überlegen, so wie es für Sie zutrifft.

Was tun Sie, wenn Sie sich gestresst/belastet fühlen?

	sehr selten	selten	manch- mal	oft	sehr oft
1. Ich teile meiner Partnerin mit, wenn ich froh um ihre praktische Unterstützung oder sachliche Ratschläge und Hilfestellungen bin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Ich bitte meine Partnerin, Aufgaben und Tätigkeiten zu übernehmen, wenn ich überlastet bin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Ich zeige meiner Partnerin, dass ich mich belastet fühle und es mir schlecht geht.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Ich sage meiner Partnerin offen, wenn ich gestresst bin und ihre emotionale Unterstützung brauche.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Wie reagiert Ihre Partnerin auf Ihre Stressäußerungen?

	sehr selten	selten	manch- mal	oft	sehr oft
5. Sie gibt mir das Gefühl, dass sie mich versteht, und dass sie mein Stress interessiert.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Sie solidarisiert sich mit mir, sagt mir, dass sie dieses Gefühl auch kenne und hält zu mir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Sie macht mir Vorwürfe, dass ich zu wenig gut mit Stress umgehen kann.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Sie hilft mir, die Situation in einem anderen Licht zu sehen, das Problem zu relativieren.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Sie hört mir zu, gibt mir Raum, mich auszusprechen und spricht mir gut zu oder muntert mich auf.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Sie nimmt meinen Stress nicht ernst.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Sie hilft mir zwar, doch tut sie dies unwillig und demotiviert.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Sie übernimmt Aufgaben und Tätigkeiten, die ich sonst mache, um mich zu entlasten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Sie hilft mir, die Situation zu analysieren, damit ich das Problem konkret angehen kann.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Sie packt zu, wenn ich zuviel zu tun habe, um mich zu entlasten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Wenn ich gestresst bin, geht mir meine Partnerin aus dem Weg.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Was tut Ihre Partnerin, wenn sie sich gestresst/belastet fühlt?

	sehr selten	selten	manch -mal	oft	sehr oft
16. Sie teilt mir mit, wenn sie froh um meine praktische Unterstützung oder sachliche Ratschläge und Hilfestellungen ist.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Sie bittet mich, Aufgaben und Tätigkeiten zu übernehmen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Sie zeigt mir, dass sie sich belastet fühlt und es ihr schlecht geht.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Sie sagt mir offen, wenn sie gestresst ist und meine emotionale Unterstützung braucht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Wie reagieren Sie auf diese Stressäußerungen der Partnerin?

	sehr selten	selten	manch -mal	oft	sehr oft
20. Ich gebe meiner Partnerin das Gefühl, dass ich sie verstehe, mich für ihren Stress interessiere.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Ich solidarisiere mich mit ihr, sage ihr, dass ich dieses Gefühl auch kenne und halte zu ihr.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Ich mache ihr Vorwürfe, dass sie zu wenig gut mit Stress umgehen kann.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Ich sage meiner Partnerin, dass alles nicht so schlimm ist und helfe ihr, die Situation in einem neuen Licht zu sehen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Ich höre ihr zu, gebe ihr Raum, sich auszusprechen, rede ihr gut zu oder mache ihr Mut.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Ich nehme ihren Stress nicht ernst.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Wenn meine Partnerin gestresst ist, ziehe ich mich zurück.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Ich helfe ihr zwar, doch bin ich nicht motiviert und finde, dass sie selber besser mit ihren Problemen umgehen sollte.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Ich übernehme Aufgaben und Tätigkeiten, die sie sonst macht, um sie zu entlasten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Ich versuche, mit meiner Partnerin die Situation sachlich zu analysieren und ihr zu helfen, das Problem zu verstehen und zu verändern.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Ich packe zu, wenn sie zuviel zu tun hat, um sie zu entlasten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Wie gehen Sie und Ihre Partnerin mit Stress um, der Sie beide betrifft?

	sehr selten	selten	manch -mal	oft	sehr oft
31. Wir versuchen, das Problem gemeinsam zu bewältigen und konkrete Lösungen zu suchen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. Wir setzen uns ernsthaft mit dem Problem auseinander und analysieren, was zu tun ist.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. Wir helfen uns gegenseitig, das Problem in einem neuen Licht zu sehen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34. Wir entspannen uns gegenseitig durch Massage, baden miteinander oder hören zusammen Musik.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35. Wir sind zärtlich zueinander, schlafen miteinander und versuchen so, den Stress zu bewältigen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Wie beurteilen Sie Ihren Umgang mit Stress als Paar?

	sehr selten	selten	manch -mal	oft	sehr oft
36. Ich bin zufrieden mit der Unterstützung meiner Partnerin und der gemeinsamen Stressbewältigung.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37. Ich empfinde die Unterstützung meiner Partnerin und unseren gemeinsamen Umgang mit Stress als wirksam.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Im Folgenden geht es um Fragen, die Ihr **Sexualleben** betreffen. Mir ist bewusst, dass dies ein sehr persönlicher Bereich ist, bitte Sie aber trotzdem im Sinne der Wissenschaft, diese Fragen zu beantworten.

		1	2	3	4	5	6	7
		sehr unzufrieden	unzufrieden	eher unzufrieden	weder/ noch	eher zufrieden	zufrieden	sehr zufrieden
1.	Mit meiner körperlichen Attraktivität bin ich...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Mit meiner sexuellen Leistungsfähigkeit bin ich...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Mit der Häufigkeit meiner sexuellen Kontakte bin ich...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Mit der Häufigkeit, mit der meine Partnerin sich mir körperlich zuwendet (streichelt, berührt) bin ich...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Mit meinen sexuellen Reaktionen bin ich...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Wenn ich daran denke, wie unbefangen ich über den sexuellen Bereich sprechen kann, bin ich...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Wenn ich daran denke, inwiefern meine Partnerin und ich in der Sexualität harmonieren, bin ich...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

8. Wie wichtig ist Ihnen ein erfülltes Sexualleben in Ihrer Partnerschaft? Geben Sie den entsprechenden Wert auf einer Skala von 1-10 an. (1=gar nicht wichtig.....10=äußerst wichtig)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

9. In stressigen Zeiten verspüre ich

- gleich bleibende sexuelle Lust wie immer
- mehr sexuelle Lust
- weniger sexuelle Lust

10. Beim Geschlechtsverkehr kann ich mich entspannen und abschalten.

- trifft gar nicht zu trifft nicht zu trifft teilweise zu trifft zu trifft sehr zu

11. Hat Stress einen Einfluss auf Ihr Sexualleben ? Nein Ja

- positiver E.
 negativer E.

Vielen Dank!



Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Screeplot.....	55
Abbildung 2: Anteilswerte nach höchster abgeschlossener Schulbildung.....	61
Abbildung 3: Anteilswerte nach Berufsbereichen.....	62
Abbildung 4: Glücklichkeit in der Partnerschaft.....	65

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Subtestbezeichnungen des SVF 78.....	53
Tabelle 2: Subtestbezeichnungen des DCI.....	58
Tabelle 3: Rotierte Komponentenmatrix.....	55
Tabelle 4: Deskriptivstatistik der SVF 78 Subskalen.....	64
Tabelle 5: Deskriptivstatistik PFB-Skalen.....	65
Tabelle 6: Deskriptivstatistik DCI Skalen.....	66
Tabelle 7: Deskriptivstatistik Stressausmaß.....	71
Tabelle 8: Tests der Zwischensubjekteffekte der Varianzanalyse.....	72
Tabelle 9: Tests der Zwischensubjekteffekte der Varianzanalyse.....	73
Tabelle 10: Deskriptivstatistik Stressausmaß.....	74
Tabelle 11: Prüfung der Regressionsfunktion.....	76
Tabelle 12: Modellzusammenfassung und Beitrag der Regressionskoeffizienten.....	77
Tabelle 13: Test der Zwischensubjekteffekte.....	78
Tabelle 14: Mehrfachvergleiche mittels Games-Howell.....	79
Tabelle 15: Mehrfachvergleiche mittels Games Howell bezüglich negativen dyadischen Copings.....	80
Tabelle 16: Deskriptive Statistiken von SKE, SDCE, DDCE, NDCE.....	80
Tabelle 17: Prüfung der Regressionsfunktion.....	82
Tabelle 18: Modellzusammenfassung und Beitrag der Regressionskoeffizienten.....	83
Tabelle 19: Geschlecht × sexuelle Lust während stressiger Zeiten.....	86

Curriculum Vitae

Persönliche Angaben

Name Jasmin Celikbas
Geburtsdaten 3.Oktober 1983, Wien
Staatsbürgerschaft: Österreich
Familienstand in Partnerschaft

Schulbildung

1990-1994 Volksschule in Mauerbach
1994-2002 Goethe-Gymnasium Astgasse (1140 Wien)
2002 Reifeprüfung mit gutem Erfolg bestanden

Studium

Oktober 2002 Inskription an der Universität Wien (Psychologie)

Praktika

2001 Ferialjob bei d. Arzneimittel Vertriebs- GmbH
Ratiopharm
2003 Praktikum als Kinderbetreuerin bei KiWi
2007 6-Wochen-Praktikum an der neuropsychiatrischen
Abteilung für Kinder und Jugendliche des NZ
Rosenhügel
2007 Praktikum im pädagogisch-psychotherapeutischen
Institut APÄDO
2008 Praktikum an der Entwicklungsdiagnostik des
Gesundheitswesens der Stadt Wien

Besondere Qualifikationen Ausbildung zum Lerncoach

Sprachkenntnisse Englisch, Französisch, Italienisch

EDV-Kenntnisse Microsoft Office 2007

Führerschein B seit 2002

Interessen Reisen, Kochen, Sport, Design, Innenarchitektur,
systemische Familientherapie, Mediation, Coaching

