



universität  
wien

# MASTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Masterarbeit / Title of the Master's Thesis

„Ausprägungen und Zusammenhänge von  
multidimensionalem Perfektionismus, elterlichem sowie  
dyadischem Stress und der Orientierung an der  
traditionellen Elternrolle“

verfasst von / submitted by

Sarah Olivia Fliegel, BSc

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of  
Master of Science (MSc)

Wien, 2022/ Vienna 2022

Studienkennzahl lt. Studienblatt /  
degree programme code as it appears on  
the student record sheet:

UA 066 840

Studienrichtung lt. Studienblatt /  
degree programme as it appears on  
the student record sheet:

Masterstudium Psychologie UG2002

Betreut von / Supervisor:

Ass.-Prof. Mag. Dr. Harald Werneck



## **Danksagung**

Zunächst möchte ich mich vielfach bei meinem Betreuer Herrn Ass.-Prof. Mag. Dr. Harald Werneck für die großartige fachliche Unterstützung, die Vorschläge und Anregungen, die hilfreichen und schnellen Rückmeldungen und das entgegengebrachte Vertrauen bedanken.

Außerdem möchte ich meinen Dank allen Eltern aussprechen, die sich die Zeit zur Beantwortung des Fragebogens dieser Studie genommen haben und all jenen, die meinen Fragebogen an andere weitergeleitet haben. Ohne sie wäre diese Arbeit nie zustande gekommen.

Von ganzem Herzen möchte ich mich bei meinen eigenen Eltern bedanken. Bei meiner Mutter, die durch ihre Expertise eine große Inspiration für das Thema dieser Arbeit war, diese so aufmerksam korrektur gelesen hat und mich in meinem Tun immer bestärkt hat, bei meinem Vater, der mir gezeigt hat, wie wichtig es ist, an sich zu glauben, und an beide zusammen, dass ihr mich so bedingungslos unterstützt und mir dieses Studium ermöglicht habt. Danke auch meiner Schwester Anne, die immer an mich geglaubt hat, sowie meinen Großeltern, die ebenso keine Sekunde an mir gezweifelt haben.

Meine große Dankbarkeit gilt auch meinem Freund Lorenz, der mir immer mit Rat und Tat zur Seite stand und mich stets mit unermüdlichem Optimismus begleitet hat.

Ein großes Danke geht an meine Freundin Kathi, die mir nicht nur durch das Korrekturlesen und ihre Ratschläge sehr geholfen hat, sondern auch immer ein offenes Ohr für mich hatte. Danke auch an meine anderen Freundinnen und Freunde, dass ihr die Jahre meines Studiums zu einer unvergesslichen Zeit gemacht habt.



## Inhaltsverzeichnis

1.	Einleitung .....	1
2.	Theoretischer Hintergrund .....	2
2.1.	Perfektionismus .....	3
2.1.1	Perfektionismus in der Partnerschaft.....	4
2.1.2	Perfektionismus in der Elternschaft. ....	5
2.1.3	Elterlicher Perfektionismus und psychische Gesundheit. ....	7
2.2.	Stress in der Eltern- und Partnerschaft .....	8
2.2.1	Dyadischer Stress. ....	8
2.2.2	Elterlicher Stress.....	10
2.3.	Orientierung an Geschlechter- und Elternrollen.....	11
2.4.	Zusammenhänge zwischen Perfektionismus, Stress und Elternrollenorientierung	13
3.	Fragestellung und Hypothesen .....	15
4.	Methode.....	16
4.1	Untersuchungsdesign.....	16
4.2	Vorgehen .....	17
4.2.1	Ausschlusskriterien. ....	17
4.3	Stichprobe.....	17
4.3.1	Allgemeines.....	17
4.3.2	Bildung und Arbeitssituation.....	17
4.3.3	Eltern- und Partnerschaft. ....	18
4.4	Gemessene Variablen .....	18
4.4.1	Gewissenhaftigkeit. ....	19
4.4.2	Elterlicher Perfektionismus. ....	19
4.4.3	Erwartungen an Eltern (offene Frage).....	20
4.4.4	Elterlicher Stress.....	20
4.4.5	Dyadischer Stress. ....	20
4.4.6	Stress durch Covid-19. ....	21
4.4.7	Stressauslösende Ansprüche.....	21
4.4.8	Orientierung an traditioneller Elternrolle. ....	21
5.	Ergebnisse .....	21
5.1	Umgang mit fehlenden Werten .....	21
5.2	Forschungsfrage 1 .....	22

5.2.1 Voraussetzungsprüfung <i>t</i> -Test.....	22
5.2.2 Ergebnisse <i>t</i> -Tests.....	23
5.3 Forschungsfrage 2 .....	24
5.3.1 Voraussetzungsprüfung Korrelationsanalysen. ....	25
5.3.2 Ergebnisse Korrelationsanalysen. ....	25
5.4 Forschungsfrage 3 .....	27
5.4.1 Voraussetzungsprüfung Moderationsanalysen.....	27
5.4.2 Ergebnisse Moderationsanalysen .....	28
5.5 Zusätzliche Analysen .....	29
5.5.1 Zusammenhang von Elternrollenorientierung und Perfektionismus.....	29
5.5.2 Weitere Analysen zu elterlichem Stress.....	30
5.5.3 Weitere Analysen zu dyadischem Stress.....	31
5.6 Auswertung der offenen Fragen .....	32
5.6.1 Erwartungen, die an Eltern gestellt werden.....	32
6. Diskussion .....	33
7. Stärken und Limitationen .....	39
8. Praktische Implikationen.....	42
Literaturverzeichnis.....	44
Anhang .....	59
Zusammenfassung .....	59
Abstract .....	60
Abbildungsverzeichnis .....	61
Tabellenverzeichnis.....	61

## 1. Einleitung

Die Wahrnehmung von Elternschaft ist Bestandteil der kulturellen und sozialen Identität einer Gesellschaft und hat sich in den letzten Jahrzehnten stark gewandelt (Schneider & Rüger, 2007). Einerseits wird Elternsein stark idealisiert, andererseits hängt dieses auch immer mehr mit hohen finanziellen, zeit- und zuwendungsbezogenen Erwartungen zusammen (Hays, 1996). Als Kinder zu haben im Laufe des letzten Jahrhunderts keine ökonomischen Vorteile mehr einbrachte, begann gleichzeitig der emotionale Wert von Kindern zu steigen – es kam zu einer Romantisierung der Familie (Zelizer, 1994). Das Bild der Kernfamilie, charakterisiert durch ein verheiratetes heterosexuelles Paar mit Kindern, entstand, und mit ihm die komplementäre Geschlechterrolle in Partnerschaften, zumindest in der bürgerlichen Oberschicht. Wenn es finanziell möglich war, verzichtete die Frau auf ihr Erwerbseinkommen und widmete sich Haushalt und Kindern (Hill & Kopp, 2012). Damit einhergehend wurde Ende des 19. Jahrhunderts Kindererziehung erstmals als eine Art Wissenschaft gesehen, die man als Mutter beherrschen sollte. Expert\*innen begannen, Ratschläge zur Kindererziehung zu veröffentlichen, die Müttern eine klar definierte Rolle auferlegten: diese war beispielsweise Ende des 19. Jahrhunderts jene einer strengen Mutter, die ihre Kinder mit Disziplin erzieht, und wandelte sich Anfang des 20. Jahrhunderts mehr zum Ideal der liebenden und aufopfernden Mutter und Hausfrau (Hays, 1996). Bis heute werden an Mütter hohe gesellschaftliche Erwartungen gestellt, die vorschreiben, wie man als Mutter zu sein hat – *Intensive Mothering*, wie Hays (1996) die heute vorherrschende Ideologie nennt, die von möglichst viel Zeit-, Energie- und Ressourceninvestition in die Kindererziehung geprägt ist und ein Hintanstellen der eigenen Bedürfnisse der Mütter voraussetzt. Teil der Intensive Mothering-Ideologie ist auch die essentialistische Vorstellung, dass Mütter die beste Bezugsperson für Kinder seien, dass Mutterschaft erfüllend und zufriedenstellend sein muss, und dass Kindererziehung eine große Herausforderung darstellt (Liss et al., 2012).

Nicht nur für Mütter, auch für Väter können die individuellen Anforderungen an Eltern überfordernd und belastend sein (Lewicki & Greiner-Zwarg, 2015). Es ist dennoch wichtig anzuerkennen, dass Müttern in unserem sozio-historischen Kontext mehr als Vätern die Rolle der Kindererziehung zugetragen wurde und Mütter daher nach wie vor höhere gesellschaftliche Erwartungen zu erfüllen haben (Henderson et al., 2015). Garey und Arendell (1999) argumentieren sogar, dass in der Forschung mit dem Begriff *Eltern* die soziale Realität von Müttern unbeachtet bleibt, obwohl diesen in der Regel viel mehr Verantwortung in der Kindererziehung als Vätern zukommt.

Doch das Bild des Vaters hat sich in den letzten Jahrzehnten gewandelt, sodass auch dieser zunehmend in fürsorglichen und involvierten Rollen gesehen, und nicht nur noch als Geldverdiener betrachtet wird (Banchefsky & Park, 2016). Damit einhergehend sind auch die Erwartungen an die sogenannten *neuen Väter* gestiegen, denen nun nach wie vor ökonomische, aber auch immer mehr erzieherische Verantwortung in der Familie zukommt. Viele Menschen vertreten mittlerweile die Ansicht, ein Vater solle sowohl seine Familie durch Erwerbsarbeit finanziell absichern, als auch aktiv an der Erziehung und Förderung seiner Kinder sowie im Haushalt beteiligt sein (Lück, 2015). Umgekehrt wünschen sich viele Mütter, ihre Erwerbsarbeit nicht mehr so stark zugunsten ihrer Kinder einschränken zu müssen, wodurch auch von ihnen vermehrt eine gelungene Ausbalancierung zwischen Arbeit und Familie verlangt wird (Henry-Huthmacher, 2008). Mit den erhöhten Ansprüchen an Mütter und Väter geht einher, dass Eltern unsicherer in ihrem Erziehungsverhalten werden und sich oft große Gedanken über ihre eigene Leistung als Eltern machen (Nelson, 2010). Nicht nur Vereinbarkeit zwischen Arbeit und Familie, auch eine optimale Förderung und Bildung der eigenen Kinder wird von Eltern erwartet (Henry-Huthmacher, 2008). Immer mehr Eltern streben regelrecht nach Perfektion und wollen alles richtig machen, weshalb in den letzten Jahren der Begriff *elterlicher Perfektionismus* (*parenting perfectionism*, Snell et al., 2005) geprägt wurde. Viele Eltern berichten von einem sozialen Druck, „perfekt“ sein zu müssen (Diabaté, et al., 2015). Überhöhte Ansprüche wiederum lösen bei Eltern vermehrten Stress aus, sowohl im Erziehungsalltag (Lee et al., 2012), als auch in der Partnerschaft (Stoeber, 2012).

An diesen Zusammenhängen zwischen elterlichem Perfektionismus, elterlichem und dyadischem Stress und Geschlechterrollen möchte die vorliegende Arbeit ansetzen, und einen Beitrag zum besseren Verständnis zwischen dem Zusammenspiel dieser Konstrukte leisten. Um weitere Antworten in diesem Forschungsfeld liefern zu können, sollen in dieser Arbeit drei grundlegende Forschungsfragen beantwortet werden: „Welche Unterschiede bestehen in der Ausprägung von elterlichem Perfektionismus zwischen Müttern und Vätern?“, „In welchem Zusammenhang steht elterlicher Perfektionismus mit Stress in der Eltern- und Partnerschaft?“ und „Wie beeinflusst die Orientierung an der traditionellen Elternrolle den Zusammenhang zwischen elterlichem Perfektionismus und Stress?“

## 2. Theoretischer Hintergrund

In diesem Kapitel wird der aktuelle Forschungsstand zu elterlichem und dyadischem Perfektionismus, elterlichem und dyadischem Stress sowie Geschlechterrollenorientierung



beziehungsweise die damit verbundene Orientierung an der traditionellen Elternrolle näher beschrieben.

## 2.1. Perfektionismus

Perfektionismus wird allgemein als ein Persönlichkeitsstil definiert, der durch das Streben nach Fehlerlosigkeit, durch übermäßig hohe persönliche Standards und besonders kritische Evaluierung des eigenen Verhaltens gekennzeichnet ist (Frost et al., 1990). Perfektionismus ist nicht als eindimensionales Konstrukt zu verstehen, sondern besteht aus mehreren Komponenten. So beschreiben Frost et al. (1990) sechs Facetten, die aber im Wesentlichen einer zweidimensionalen Struktur unterliegen (Stoeber & Otto, 2006). Auf der einen Seite steht *perfektionistisches Streben* (*perfectionistic strivings*), welches hohe persönliche Standards sowie das Persönlichkeitsmerkmal Gewissenhaftigkeit beinhaltet, und andererseits wird *perfektionistische Sorge* (*perfectionistic concerns*) beschrieben, die mit Angst vor Fehlern und negativer Bewertung assoziiert ist (Stoeber & Otto, 2006). In vielen Studien wurde perfektionistisches Streben mit adaptivem Perfektionismus in Zusammenhang gebracht, und perfektionistische Sorge eher als eine maladaptive Form des Perfektionismus bezeichnet. Perfektionismus wird je nach Definition und Kontext somit teils als förderliches, teils als ungünstiges Persönlichkeitsmerkmal verstanden (Randles et al., 2010). Manche Studien widerlegen jedoch, dass Perfektionismus überhaupt mit positiven Outcomes in Verbindung steht (Stoeber & Otto, 2006). Diese zweidimensionale Unterteilung in perfektionistisches Streben und perfektionistische Sorge wurde auch kritisiert, da nicht in allen Untersuchungen eine zweigeteilte Struktur gefunden werden konnte, und perfektionistisches Streben nicht ohne Sorge vor Fehlern interpretierbar sei (Hill et al., 2008). Nach einer anderen Definition von Hewitt und Flett (1991) können drei Dimensionen von Perfektionismus unterschieden werden: *Selbstorientierter Perfektionismus* (*self-oriented perfectionism*), der überhöhte, selbstauferlegte Erwartungen an die eigene Person beschreibt. Diese Dimension korreliert stark mit Gewissenhaftigkeit, einer Persönlichkeitseigenschaft, die die Entstehung eines stark ausgeprägten selbstorientierten Perfektionismus begünstigen kann (Stoeber et al., 2009). Eine weitere Dimension ist der *sozial erwartete* oder *sozialorientierte Perfektionismus* (*socially-prescribed perfectionism*). Dieser beinhaltet Forderungen, die von anderen Menschen kommen, und ist oft an die Einstellung gekoppelt, Anerkennung von anderen käme nur durch Erfüllen der Ansprüche des sozialen Umfelds. Eine spezielle Form des sozial erwarteten Perfektionismus sind die

*Erwartungen des Partners*<sup>1</sup> (*partner-prescribed perfectionism*) (Stoeber, 2012). Diese Form definiert den/die Partner\*in als diejenige Person, von der die Erwartungen ausgehen. Die dritte Dimension ist der *fremdgerichtete Perfektionismus* (*other-oriented perfectionism*). Dieser beschreibt perfektionistische Erwartungen, die man an andere richtet, zum Beispiel an die Kinder oder den/die Partner\*in (*partnergerichteter Perfektionismus*). Studien zu fremdgerichtetem Perfektionismus unterscheiden sich oft in der Operationalisierung dieser Dimension, da je nach Autor\*in manchmal allgemein nach „anderen“, manchmal nach spezifischen Bezugspersonen gefragt wurde. Letztere Herangehensweise wird von Piotrowski (2020) empfohlen, da Perfektionismus aufgrund seiner Bereichsabhängigkeit für unterschiedliche Personen im eigenen Umfeld verschiedene Ausprägungen haben kann. Perfektionistische Menschen bewerten ihr eigenes Handeln oft sehr dichotom; als entweder erfolgreich oder als Versagen (Egan et al., 2007). Viel Forschung hat sich mit Perfektionismus in Bereichen beschäftigt, in denen Erfolg oder Misserfolg klar definiert ist, wie beispielsweise im Sport (Hill et al., 2008; Stull, 2014) oder im akademischen Bereich (Rice et al., 2015). Weniger Fokus wurde dabei auf die Erforschung sozialer Kontexte und Beziehungen gerichtet, wo erfolgreiches Handeln uneindeutiger ist und situative Kontrolle nicht immer möglich ist, wie beispielsweise in der Elternschaft (Lee et al., 2012) oder auch in der Partnerschaft (Stoeber, 2012).

**2.1.1 Perfektionismus in der Partnerschaft.** Die beiden sozialen Formen von Perfektionismus im Modell von Hewitt und Flett (1991), fremdgerichteter und sozial erwarteter Perfektionismus, haben in dyadischen Beziehungen einen wichtigen Stellenwert in Form des partnergerichteten Perfektionismus und der Erwartungen des Partners (Haring et al., 2003; Stoeber, 2012). Studien, die sich mit dem Zusammenhang von Perfektionismus und Zufriedenheit von Paaren befassten, kamen zu gemischten Ergebnissen bezüglich der verschiedenen Dimensionen (Trub et al., 2018). Partnergerichteter Perfektionismus steht in einem uneindeutigen Zusammenhang mit Zufriedenheit in der Partnerschaft und könnte somit eine ambivalente Form des Perfektionismus sein, welche sowohl mit guter Anpassung und Zufriedenheit, als auch mit negativen Beziehungsmerkmalen zusammenhängt (Stoeber et al., 2013). In einer Untersuchung konnte beispielsweise festgestellt werden, dass Ehefrauen, die hohe Erwartungen an andere hatten, unzufriedener in ihrer Partnerschaft waren als Ehemänner mit hohen Erwartungen (Haring et al., 2003). Das könnte darauf hindeuten, dass es für Frauen schwerer als für Männer zu ertragen ist, wenn ihre hohen

---

<sup>1</sup> Da dieser Begriff den deutschen Eigennamen einer Dimension von Perfektionismus darstellt, wird für diese Bezeichnung der generische Maskulin verwendet.

partnerschaftlichen Erwartungen unerfüllt bleiben. Eine weitere Studie fand ebenfalls, dass partnergerichteter Perfektionismus in einem negativen Zusammenhang mit der eigenen Beziehungszufriedenheit stand und sogar negativ mit längerfristigem *Commitment* korreliert war (Stoeber, 2012). Eine andere Untersuchung fand hingegen einen positiven Zusammenhang zwischen partnergerichtetem Perfektionismus und Zufriedenheit in der Beziehung (Shea et al., 2006).

Stoeber (2012) fand außerdem Übertragungseffekte von dyadischem Perfektionismus: Proband\*innen mit stark ausgeprägtem partnergerichteten Perfektionismus hatten Partner\*innen, die hohe Werte im Merkmal Erwartungen des Partners aufwiesen. Das bedeutet, dass sich Personen den hohen Erwartungen ihrer Partner\*innen auch bewusst waren. Passend dazu ist der Zusammenhang zwischen überhöhten Erwartungen des Partners und Unzufriedenheit in der Partnerschaft relativ eindeutig (Haring et al., 2003). Hohe Ansprüche der Partner\*innen wurden mit negativen Verhaltensmustern in Beziehungen, wie Vermeidung, Feindseligkeit oder emotionaler Abhängigkeit assoziiert (Hewitt et al., 1995, Stoeber, 2012; Trub et al., 2018), vermutlich, weil die Betroffenen ständig unter Druck stehen, den Anforderungen des\*der anderen zu entsprechen (Flett et al., 2001), und vermehrt Kritik ihrer Partner\*innen ausgesetzt sind (Stoeber, 2012).

**2.1.2 Perfektionismus in der Elternschaft.** Eltern zu sein birgt gewisse Unsicherheiten und Unvorhersehbarkeiten. Das kann für perfektionistische Eltern sehr herausfordernd sein, da diese ihre eigenen Handlungen stärker als Nicht-Perfektionist\*innen im Sinne eines dichotomen Denkens als entweder richtig oder falsch klassifizieren, und durch ihre hohen Erwartungen oft das Gefühl haben, als Eltern zu versagen (Egan et al., 2007). Die meisten Eltern wollen nur das Beste für ihr Kind, und fühlen sich für eine optimale Entwicklung ihrer Kinder verantwortlich. Von Geburtsvorbereitungskursen über musikalische, kreative und sportliche Freizeitangebote bis hin zur erfolgreichen Schulbildung – die Möglichkeiten der kindlichen Förderung sind vielzählig und wecken gemeinsam mit unzähligen Ratgeberbüchern, -blogs und -websites oft perfektionistische Ansprüche bei Eltern (Diabaté et al., 2015). Die perfektionistischen Ansprüche an die elterlichen Kompetenzen können ebenfalls multidimensional klassifiziert werden. Für selbstorientierten Perfektionismus wurde in einer Studie von Lee et al. (2012) für Väter ein positiver Zusammenhang mit elterlicher Zufriedenheit festgestellt. Für diese Form des Perfektionismus wurden auch in anderen Lebensbereichen sowohl adaptive, als auch maladaptive Auswirkungen gefunden (Stoeber et al., 2012). Einerseits kann selbstorientierter Perfektionismus dabei helfen, eigene Ziele aufrecht zu erhalten und zu

verfolgen (Powers et al., 2005), andererseits steht diese Form des Perfektionismus auch mit Hoffnungslosigkeit und häufigeren Suizidgedanken in Verbindung (Robinson et al., 2021). Sozial erwarteter Perfektionismus hingegen hängt relativ konsistent mit negativen Konstrukten wie höheren Levels an Stress, niedrigerer Selbstwirksamkeit (Lee et al., 2012), und im Elternbereich auch mit elterlichem Burnout (Sorkkila & Aunola, 2019) zusammen. Die Forschungslage zu den verschiedenen Dimensionen elterlichen Perfektionismus ist allerdings überschaubar und viele Ergebnisse sind nach wie vor uneindeutig. Beispielsweise fanden Lee et al. (2012), dass Väter höhere Ausprägungen als Mütter im selbstorientierten elterlichen Perfektionismus aufwiesen, wohingegen andere Autor\*innen (Lewicki und Greiner-Zwarg, 2015; Sorkkila & Aunola, 2019) genau zum gegenteiligen Ergebnis kamen. Sozial erwarteter Perfektionismus wird konsistent über verschiedene Studien hinweg stärker von Müttern wahrgenommen (Forbes et al., 2020, Lee et al., 2012). Fremdgerichteter Perfektionismus wird in der Domäne der Elternschaft meist in Form des *kindgerichteten Perfektionismus* untersucht, also in Form der Erwartungen und überhöhten Ansprüche von Eltern an ihre Kinder. Kindgerichteter Perfektionismus scheint sich eher negativ auf das psychische Wohlbefinden der Kinder auszuwirken, auch wenn es hier stark auf die untersuchten Dimensionen und Operationalisierungen ankommt (Lilley et al., 2020). Die Rolle der eigenen Eltern kann in der Entstehung von Perfektionismus eine sehr wesentliche sein. Perfektionistische Eltern haben auch eher perfektionistische Kinder, wobei sowohl das Modelllernen als auch genetische Faktoren als mögliche Erklärungen für diese Übertragung infrage kommen (Stoeber, 2006). Eltern mit positiven perfektionistischen Ausprägungen, das heißt hohen, aber realistischen Zielen für sich und ihre Kinder, bringen ihren Kindern eher Akzeptanz und bedingungslose Zuneigung entgegen als solche mit ungesunden perfektionistischen Ausprägungen, die überhöhte Ansprüche an die eigenen Fähigkeiten und jene ihrer Kinder haben. Die zweite Gruppe neigt eher zu Strafe und Kritik an ihren Kindern und ist häufiger unzufrieden mit den eigenen und den kindlichen Leistungen, was zu geringerer Selbstakzeptanz der eigenen Rolle als Mutter oder Vater führen kann (Greblo & Bratko, 2014).

Elterlicher Perfektionismus kann nicht nur die Zufriedenheit mit sich selbst, den Kindern und der Elternschaft im Allgemeinen beeinflussen, sondern auch jene der Beziehung zum/r Partner\*in (Trub et al., 2018), weshalb die Berücksichtigung von partnergerichtetem Perfektionismus wichtige Erkenntnisse mit sich bringen kann. Partnergerichteter Perfektionismus ist zwar mit kindgerichtetem Perfektionismus korreliert, stellt aber dennoch ein eigenständiges Konstrukt dar (Piotrowski, 2020). Eine der wenigen

Studien, in der partnergerichteter Perfektionismus in der Elternschaft untersucht wurde, kam zu dem Schluss, dass Väter, die fanden, dass ihre Partnerinnen ihre Erwartungen nicht erfüllen, mehr elterlichen und dyadischen Stress hatten. Für Mütter konnte dieser Zusammenhang nicht beobachtet werden (Piotrowski, 2020). Diese erlebten in dieser Studie allerdings mehr Stress, wenn die Kinder nicht allen eigenen Erwartungen entsprechen konnten, wobei sowohl Mütter, als auch Väter, im Großen und Ganzen höhere Ansprüche an ihre Partner\*innen als an ihre Kinder stellten.

**2.1.3 Elterlicher Perfektionismus und psychische Gesundheit.** Von den vier Dimensionen des multidimensionalen Perfektionismus wurden über verschiedene Studien und Lebensbereiche hinweg für selbst- und fremdgerichteten Perfektionismus ambivalente Untersuchungsergebnisse in Bezug auf den Zusammenhang zu psychischer Gesundheit und psychischem Wohlbefinden gefunden. Sozial erwarteter Perfektionismus inklusive Erwartungen des Partners hingegen scheint eine rein maladaptive Form des Perfektionismus zu sein (Stoeber et al., 2013). Für den elterlichen Bereich konnten ähnliche Ergebnisse gefunden werden, auch wenn dieser noch wenig erforscht ist, hauptsächlich auf Mütter bezogen ist, und noch wenig Daten zu väterlichem Perfektionismus vorliegen. So war sozial erwarteter Perfektionismus in einer Studie der ausschlaggebendsten Risikofaktoren für elterliches Burnout, mehr noch als Arbeitslosigkeit, finanzielle Probleme, besondere Bedürfnisse der Kinder, weibliches Geschlecht und junges Alter (Sorkkila & Aunola, 2019). Zu einem ähnlichen Ergebnis kamen auch Meussen und Van Laar (2018), die in ihrer Untersuchung feststellten, dass Mütter, die einen hohen Druck verspüren, perfekt zu sein, eher an elterlichem Burnout leiden und zudem eine geringere Work-Life-Balance aufweisen. Eine Studie, die sich mit Selbstdiskrepanz bei Müttern beschäftigte (Liss et al., 2012), kam zu dem Ergebnis, dass Mütter, die überzeugt sind, dem Bild einer „guten Mutter“ nicht ausreichend zu entsprechen, mehr Scham, Schuldgefühle und Angst vor negativer Bewertung aufweisen. Mütter, die die essentialistische Sichtweise vertreten, nur sie können und sollten sich um ihr Kind kümmern, da die Mutter die einzige und beste Bezugsperson eines Kindes ist, sind oft frustrierter (Rizzo et al., 2013), haben mehr ärgerliche Gefühle ihrem Kind gegenüber (Prikhidko & Swank, 2019) und im Durchschnitt auch mehr Stress (Prikhidko & Swank, 2019; Rizzo et al., 2013). Durch solche Überzeugungen sind die Mütter tendenziell sehr auf ihr Kind fixiert und achten weniger auf ihre eigenen Bedürfnisse, was auch zu einer geringeren Lebenszufriedenheit führen kann (Tummala-Narra, 2009). Die hohen Standards, die Eltern sich oftmals setzen, die Erwartungen, die sie von ihrem Umfeld wahrnehmen und die damit verbundene Sorge,

diese nicht erfüllen zu können, können einen wesentlichen Belastungsfaktor im Alltag von Eltern darstellen (Lindström et al., 2011) und elterlichen Stress wiederum erhöhen (Lee et al., 2012). Perfektionismus in Familien kann deren Funktionieren somit stark beeinflussen. Auch interpersonelle Dimensionen, wie partnergerichteter Perfektionismus und umgekehrt die gefühlten Erwartungen des Partners, können stark negative Auswirkungen auf die Beziehungszufriedenheit und das Zusammenleben haben (Trub et al., 2018).

Der Übergang zur Elternschaft ist per se für viele Paare eine große und stressreiche Herausforderung, und führt zu überdurchschnittlich mehr Unzufriedenheit in der Beziehung im Vergleich zu Paaren, die nach gleich langer Beziehungsdauer keine Eltern geworden sind (Lawrence et al., 2008). Die Schwierigkeiten und Stressfaktoren in Paarbeziehungen zu verstehen, ist essentiell um Familien emotional unterstützen zu können (Mitchell et al., 2015).

## **2.2. Stress in der Eltern- und Partnerschaft**

In diesem Kapitel werden Forschungsergebnisse zu Stress in Zusammenhang mit der Kindererziehung und der Partnerschaft beschrieben, um dessen Bedeutung auf das Familiensystem (Jungmann et al., 2021) und elterliche Wohlbefinden aufzuzeigen.

**2.2.1 Dyadischer Stress.** Dyadischer Stress ist definiert als Belastungen, die beide Personen in einer Paarbeziehung betreffen (Bodenmann & Perrez, 1991). Chronischer Stress in Paarbeziehungen kann zu weniger gemeinsam verbrachter Zeit, emotionaler Verschllossenheit, schlechterem dyadischen Coping, reduzierter Kommunikation und in weiterer Folge zu Gefühlen der Entfremdung des\*der Partner\*in, geringerer Partnerschaftszufriedenheit und Trennung oder Scheidung führen (Randall & Bodenmann, 2009). Der Übergang zur Elternschaft stellt einen bedeutenden Stressfaktor für Paare dar (Twenge et al., 2003). Eltern zu werden führt beispielsweise zu einer Abnahme der Zufriedenheit in der Partnerschaft (Lawrence et al., 2008) und zu mehr dyadischen Konflikten (Kluwer & Johnson, 2007). Stress in Partnerschaften ist sowohl in gleichgeschlechtlichen (Song et al., 2022), als auch in heterosexuellen Beziehungen mit einer niedrigeren Beziehungszufriedenheit assoziiert (Falconier et al., 2015). Die Studien von Song et al. (2022) und Falconier et al. (2015) weisen zudem auf Geschlechtsunterschiede hin: für Frauen war der negative Zusammenhang zwischen Stress und Zufriedenheit in der Partnerschaft größer als für Männer, sowohl in gleich- als auch in gegengeschlechtlichen Beziehungen. Geschlussfolgert wurde, dass Frauen möglicherweise mehr auf Interaktionen in Partnerschaften fokussiert sind und deswegen sensibler auf

dyadischen Stress reagieren. Allerdings sind diese Unterschiede relativ gering und sollten daher nicht überinterpretiert werden (Song et al., 2022). Auch Stressoren von außerhalb der Beziehung können zu erhöhtem Stress innerhalb der Beziehung führen. Schwerwiegende Faktoren, wie lebensgefährliche Krankheiten, Arbeitslosigkeit oder andere existenzgefährdende Umstände verstärken dyadischen Stress, vor allem aber auch tägliche Vorkommnisse wie Schwierigkeiten in der Arbeit oder im Haushalt, sogenannte *daily hassles*, führen zu höherem dyadischem Stress. Gerade diese kleineren, alltäglichen Stressfaktoren können die Beziehungsqualität graduell verschlechtern, da schwerwiegende Belastungsfaktoren oft rascher zu entweder einer Trennung oder verstärktem Zusammenhalt und Wachstum führen (Falconier et al., 2015). Doch auch Faktoren bezogen auf die Paarbeziehung selbst können den Stress innerhalb dieser beeinflussen, wie beispielsweise die Beziehungsdauer. Deren Rolle im partnerschaftlichen Stress ist bisher allerdings noch wenig erforscht (Kim, 2006). Eine etwas ältere Studie fand allerdings heraus, dass Paare, die schon lange verheiratet waren, eine geringere physiologische Stressantwort auf Konflikte mit dem\*der Partner\*in hatten (Levenson et al., 1994), eventuell, weil ihre Kommunikation in gewohnten Bahnen verläuft und auch Streitsituationen oft auf vorhersehbare Art und Weise ablaufen. Zum gegenteiligen Ergebnis kam eine Studie von Kim (2006), wo festgestellt wurde, dass Paare mit langer Beziehungsdauer intensiver auf hypothetische paarinterne Konflikte reagierten. Erklärt wurde das dadurch, dass mit längerer Beziehung auch der Wert und die Wichtigkeit der Beziehung steigt, wodurch Konflikte als bedrohlicher für die gemeinsame Zukunft wahrgenommen werden könnten.

Stress in der Partnerschaft hat bei Eltern überdies auch negative Auswirkungen auf deren Kinder; so wurde ein Zusammenhang zwischen als unzufrieden erlebten Partnerschaften und Beeinträchtigungen wie Schulproblemen, Schlafstörungen oder Verhaltens- und kognitiven Schwierigkeiten bei Kindern gefunden (Zemp, 2018). Der sogenannte *Spillover-Effekt* geht davon aus, dass sich die elterliche Partnerschaftsqualität direkt auf die Erziehungsstrategien und die Haltung der Eltern gegenüber dem Kind auswirkt, die in weiterer Folge die Entwicklung des Kindes beeinflussen (Zimet & Jacob, 2001). Partnerschaftlich unzufriedenere Eltern wenden eher ungünstige Erziehungsmethoden an und empfinden mehr elterlichen Stress, was mit auffälligerem Verhalten von Vorschulkindern einhergeht (Feldkötter et al., 2019). Vor allem bei Müttern wirkt dyadischer Stress indirekt über die dysfunktionale Paarkommunikation auf das Kind, bei Vätern wurden vermehrt auch direkte Effekte von schlechterem Befinden der Väter auf

deren Einschätzen des kindlichen Verhaltens als problematisch beobachtet (Cina & Bodenmann, 2009).

**2.2.2 Elterlicher Stress.** Elterlicher Stress bezeichnet eine negative psychologische Reaktion auf die zahlreichen Anforderungen, die mit der Erziehung von Kindern und dem Elternsein assoziiert sind (Deater-Deckard, 1998). Für das Wohlbefinden und die Entwicklung eines Kindes verantwortlich zu sein, ist herausfordernd und manchmal überfordernd. Das Vorhandensein von Stress in der Elternschaft ist daher eher die Regel als die Ausnahme (Deater-Deckard & Panneton, 2017) und wird kulturübergreifend beobachtet (Louie et al., 2017). Sind Eltern allerdings hohen Stresslevels chronisch ausgesetzt, kann das zu einer Vielzahl an negativen physiologischen und psychischen Auswirkungen führen, wie zum Beispiel elterlichem Burnout. Dieses ist gekennzeichnet durch Erschöpfung, verminderte Handlungsfähigkeit und emotionale Distanzierung zum Kind (Roskam et al., 2018). Zu elterlichem Stress in verschiedenen Kontexten existiert eine große Forschungsgrundlage und es wurde vielfach gezeigt, dass elterlicher Stress mit einem verringerten Wohlbefinden von Eltern und Kindern, mit einer stärker belasteten Beziehung zwischen Eltern und Kindern, mit negativen Auswirkungen auf die kindliche Entwicklung (Nærde & Hukkelberg, 2020), kindlichem Problemverhalten (Cina & Bodenmann, 2009) und einem unsensiblerem Erziehungsstil (Ponnet et al., 2012) assoziiert ist. Stress in der Elternschaft kann von Stress in anderen Lebensbereichen abgegrenzt werden und stellt eine eigene Belastungsquelle dar. Die psychischen und physiologischen Auswirkungen sind aber dieselben wie bei Stress in anderen Situationen (Deater-Deckard, 1998). Elterlichen Stress erleben so gut wie alle Eltern, wenn auch in verschiedenen Ausprägungen und unter verschiedenen Bedingungen. Beispielsweise stellen Armut, alleiniges Erziehen des Kindes oder Scheidung große Belastungsfaktoren für Mütter und Väter dar (Louie et al., 2017). Doch auch alltägliche Faktoren können sich auf elterlichen Stress auswirken: Manche Studien kamen zu dem Ergebnis, dass Stress mit dem Älterwerden der Kinder abnimmt (Williford et al., 2007), andere, dass dieser mit dem Alter der Kinder zunimmt (Meier et al., 2018), wieder andere fanden keinen signifikanten Zusammenhang (McStay et al., 2014). Zwischen elterlichem Stress und dem Alter der Eltern scheint es zumindest für Mütter einen U-förmigen Zusammenhang zu geben, da besonders junge und ältere Mütter mehr Stress angeben (Algarvio et al., 2018). Auch der Zusammenhang zwischen Bildungsgrad der Mutter und auftretendem Stress ist U-förmig, sodass Mütter mit sehr niedrigem oder sehr hohem Bildungsabschluss von höheren Stresslevels berichten (Algarvio et al., 2018). Mütter mit viel elterlichem Stress berichteten in einer Studie auch von schlechteren Beziehungen zu



ihren Partnern (Wiener et al., 2016). Ganz allgemein geben Mütter in heterosexuellen Partnerschaften über verschiedene Stressskalen und Untersuchungen hinweg tendenziell höhere Stresslevel als Väter an (Jungmann et al., 2012; Matricardi et al., 2013; Wiener et al., 2016). Oftmals stellt das Elternwerden für Mütter einen größeren Einschnitt in deren Leben dar, weil diese nach wie vor meist mehr als die Väter für die Kindererziehung zuständig sind oder sich stärker verantwortlich fühlen, und daher mit einer größeren Lebensumstellung und erzieherischen Aufgabenübernahme konfrontiert sind (Widarsson et al., 2014). Stiefeltern berichten ebenfalls von höheren Stresslevels als biologische Eltern, vor allem Stiefmütter. Möglicherweise sind diese durch die marginalisierte Rolle der Stiefmutter zusätzlichen Belastungsfaktoren ausgesetzt (Shapiro, 2014). Eine Ausnahme stellen homosexuelle Väter dar, die in einer Untersuchung höhere Stresswerte als heterosexuelle Mütter berichteten. Ähnlich wie Stiefmütter stellen schwule Väter noch stärker eine Minderheit dar und erleben dadurch oft rechtliche oder soziale Einschränkungen oder Minderheitenstress, was die höheren Ausprägungen an elterlichem Stress erklären könnte (Zhang et al., 2020). Allerdings wurde elterlicher Stress generell meist an biologischen, cis-geschlechtlichen, heterosexuellen Eltern, und innerhalb dieser Gruppe häufiger an Müttern als an Vätern, untersucht (Nielsen et al., 2020), und nicht alle Studien fanden Geschlechtsunterschiede (Mitchell et al., 2016; Ponnet et al., 2012). Differenzen im Stresserleben sind somit möglicherweise mehr auf Konstrukte wie Genderrollenorientierung und Rollenverständnis in Partnerschaften als auf die eigene Geschlechtsidentität per se zurückzuführen (Deater-Deckard, 1998). Beispielsweise stieg für Mütter in homosexuellen Partnerschaften in manchen Studien im Vergleich zu heterosexuellen sogar das psychische Wohlbefinden mit Übergang zur Elternschaft an, und sie berichteten von weniger elterlichem Stress und gerechterer Aufgabenverteilung innerhalb der Partnerschaft (Zhang et al., 2021).

### **2.3. Orientierung an Geschlechter- und Elternrollen**

Geschlechter- oder Gendernormen in einer Gesellschaft legen fest, welche Rollen Frauen und Männer, bzw. als weiblich oder männlich gelesene Personen, einzunehmen haben (Eagly et al., 2000). Gendernormen beeinflussen unsere Bestrebungen, Entscheidungen und unser Verhalten, und sind ein wichtiger Teil unserer Sozialisierung. Wenn sich Menschen, die als männlich beziehungsweise weiblich gelesen werden, entsprechend den gesellschaftlichen Normen für Frauen und Männer verhalten, werden sie indirekt durch Anerkennung gelobt und in diesem Verhalten verstärkt (Eagly et al., 2000). Durch diese regulatorischen Prozesse werden die Erwartungen, die mit Geschlechterrollen

einhergehen, aufrechterhalten (Dickman et al., 2011). Die traditionelle Sichtweise auf die Rollen von Frauen und Männern hat sich in den letzten Jahren und Jahrzehnten in vielen westlichen Gesellschaften verändert, sodass vielerorts weibliche und männliche Rollen neu gedacht werden (Fischer, 2020). Auch in der heterosexuellen Partner- und Elternschaft setzen sich egalitärere Lebensweisen durch: Beide Partner\*innen haben oft einen ähnlich hohen Bildungsabschluss (European Commission, 2019), in Österreich ist die Erwerbstätigenquote von Müttern mit betreuungspflichtigen Kindern in den letzten zehn Jahren kontinuierlich gestiegen (Statistik Austria, 2021) und mehr Väter beteiligen sich am Haushalt und an der Kindererziehung als früher (Bünning, 2015). Trotz all dieser Fortschritte in Richtung Gleichstellung von Mann und Frau bleibt speziell der Arbeits- und Familienbereich überwiegend nach den traditionellen binären Geschlechterrollen ausgerichtet. In Österreich gehen Mütter in heterosexuellen Partnerschaften noch immer seltener als Väter einer Erwerbstätigkeit nach (Statistik Austria, 2021) und Frauen kümmern sich nach wie vor mehr um den Haushalt und die Kinder (European Commission, 2019). Trotz großer nationaler und regionaler Unterschiede ist diese Ungleichheit noch in ganz Europa zu beobachten (European Commission, 2019). Wichtig ist noch anzumerken, dass diese Elternrollen, vor allem jene der Mutter, im Kern durch alle Gesellschaftsschichten ähnlich definiert ist (Newman & Henderson, 2014). Dennoch gibt es Unterschiede in den sozioökonomischen Milieus. In der bürgerlichen Mitte mag es für Mütter wichtig sein, Kindererziehung zwar als eine Art Lebensaufgabe zu sehen, gleichzeitig aber als „moderne Frau“, das Erwerbsleben wieder aufzunehmen. In gehobenen Milieus ist es anerkannter, sich als Mutter neben den Kindern auch anderen Lebensinhalten intensiv zu widmen, in bildungsferneren Schichten hingegen müssen viele Mütter hauptsächlich für finanzielle Sicherheit sorgen und können durch ihre Versorgerrolle in Konflikt mit ihrer Rolle als Partnerin kommen (Henry-Huthmacher, 2008). Bei vielen heterosexuellen Paaren, die eine egalitäre Sicht auf Geschlechterrollen vertreten, ist nach Übergang zur Elternschaft ein Wechsel zu traditionelleren Verhaltensweisen bemerkbar (Katz-Wise et al., 2010; Kluwer et al., 2002). Das kann den Druck auf Mütter, den geschlechtsspezifischen Erwartungen einer guten Mutter zu entsprechen, erhöhen, da nun zu den Erwartungen, die man als weiblich gelesene Person zu erfüllen hat, noch die normativen Ansprüche der Rolle der Mutter hinzukommen (Forbes et al., 2020). So sprechen Douglas und Michaels (2004) von *New Momism*. Sie beschreiben damit den romantisierten Mythos der perfekten Mutter, die überhöhten Erwartungen und den Zwang, Muttersein als ausschließlich belohnend und erfüllend sehen zu müssen – Ansprüche, die für Väter in diesem Ausmaß nicht gelten. Die

Zuschreibung von, und Anpassung an, weiblich oder männlich konnotierte Charakteristiken muss nicht per se problematisch sein, jedoch hängt Genderrollenkonformität auch mit Wohlbefinden zusammen (Forbes et al., 2020) und hat einen großen Einfluss auf das Familienleben (Katz-Wise et al., 2010). Je traditioneller die Genderideologie von Eltern in heterosexuellen Partnerschaften ist, desto weniger ist der Vater am Familiengeschehen beteiligt (Bianchi et al., 2000), was zu mehr Stress und Konflikten in der Partnerschaft und in weiterer Folge zu ungünstigen Erziehungspraktiken führen kann (Gowda & Rodriguez, 2019). Allerdings sind die allgemeinen Genderideologien, die wir verinnerlicht haben, oft weniger ausschlaggebend für den familiären Alltag als die spezifischen Überzeugungen zur Rolle von Müttern und Vätern, die meist sehr konkret sind. Gerade bei traditionell orientierten Personen sind es oft sogenannte essentialistische Annahmen, die das eigene Bild der Mutter oder des Vaters prägen (Gaunt, 2006; Rizzo et al., 2013). Eine solche Sichtweise führt Unterschiede zwischen Männern und Frauen auf biologische anstatt auf soziokulturelle Unterschiede zurück, und rechtfertigt dadurch bestehende Ungleichheiten (Bem, 1993). Tatsächlich konnte gezeigt werden, dass je essentialistischer ein Vater eingestellt war, desto mehr seine Partnerin die überwiegende Verantwortung für das Kind übernahm. Umgekehrt verbrachten Väter mehr Zeit mit ihren Kindern, je stärker ihre Partnerinnen traditionelle Elternrollen ablehnten (Gaunt, 2006). Eine möglichst gerechte Aufteilung der Erziehungsarbeit kann folglich mütterlichen und familiären Stress reduzieren (Durtschi et al., 2017; Kalil et al., 2005) und ein Schritt in Richtung Dekonstruktion traditioneller Genderrollen sein (Forbes et al., 2020).

#### **2.4. Zusammenhänge zwischen Perfektionismus, Stress und Elternrollenorientierung**

Wie aus der Darstellung vergangener Forschungsergebnisse hervorgeht, bestehen Zusammenhänge zwischen elterlichem und dyadischem Perfektionismus, elterlichem und dyadischem Stress und Orientierung an traditionellen Elternrollen. Beispielsweise wollen viele Mütter einem unrealistischen Bild der perfekten Mutter entsprechen (Forbes et al., 2020), setzen sich dadurch unter Druck und erleben mehr Stress in der Eltern- und Partnerschaft (Gowda & Rodriguez; Lee et al., 2012). Diese hohen Ansprüche entstammen tief verankerten, gesellschaftlichen Normen von Frauen und Männern, welche für weiblich gelesene Personen auch die Rolle einer liebevollen, erfolgreichen Mutter beinhaltet (Bem, 1993). Auch für Männer bedeuten hohe Ansprüche an sich als Väter Stress (Lee et al., 2012), der sich wiederum auf die Partnerschaft auswirkt (Durtschi et al., 2017). Gleichzeitig berichten Väter mit einer hohen maskulinen Genderidentität (Mann, 1994) oder traditionellen Genderideologien ebenfalls von mehr Stress in der Elternschaft (Shapiro,

2014), obwohl sie tendenziell weniger in die Kindererziehung involviert sind (Gaunt, 2006). Eine Studie deutet darauf hin, dass eine hohe partnerschaftliche Zufriedenheit bei biologischen Eltern einen Schutzfaktor vor Stress in der Elternschaft darstellt, genauso wie nichttraditionelle Geschlechterrollen. Für Stiefeltern war sogar nur die Kombination beider Faktoren ein wirksamer Schutzfaktor vor elterlichem Stress, möglicherweise, weil klassische Elternbilder schwerer mit den nicht-traditionellen Rollen der Stiefelternschaft vereinbar sind (Shapiro, 2014). Geschlechterstereotype beeinflussen auch romantische Partnerschaften, in welchen beide Partner\*innen mit den empfundenen Ansprüchen der anderen Person konfrontiert sind, und möglicherweise auch ihrerseits viel von der jeweils anderen Person erwarten (Stoeber et al., 2012). Wie genau diese Erwartungen an die Partner\*innen aussehen, ist wiederum von den Rollenbildern von Frauen und Männern abhängig. Besonders Paare am Übergang zur Elternschaft, die jeweils auch ihre Identitäten als Mütter und Väter definieren müssen, können durch ihre neu gefundenen Elternrollen in ihrem Wohlbefinden beeinflusst werden (Meussen & Van Laar, 2016). Oft kommt es in heterosexuellen Partnerschaften dann zu einer traditionelleren Rollenverteilung als vor der Elternschaft (Gaunt, 2006), was für viele Eltern durch veränderte Erwartungen an sich selbst und an den/die Partner\*in zu mehr Stress in der Beziehung und Elternschaft führt (Trub et al., 2018). Dieser Stress kann besonders für Individuen, die perfektionistische Erwartungen ihrer Partner\*innen wahrnehmen, überfordernd sein, da sie zu den täglichen Anforderungen des Alltags noch das Gefühl haben, ihre Aufgaben besonders gut erledigen zu müssen (Trub et al., 2018). Viele Eltern haben generell höhere Erwartungen an ihre Partner\*innen als an die eigenen Kinder und erleben oft sogar mehr Stress, wenn diese die eigenen Erwartungen enttäuschen, als wenn die Kinder die Erwartungen nicht erfüllen (Piotrowski, 2020). Möglich ist, dass das Auftreten der Partner\*innen relevanter für den eigenen Selbstwert sein könnte, und der\*die romantische Partner\*in deshalb möglichst stark eigenen Vorstellungen entsprechen soll (Piotrowski, 2020). Vor allem heterosexuelle Männer berichteten von höheren Stresslevels in der Elternschaft, wenn es eine große Diskrepanz zwischen den Erwartungen und der Realität bezogen auf die Kompetenzen und das Verhalten der Partnerinnen gab (Piotrowski, 2020).

Diese Arbeit soll die Zusammenhänge der oben beschriebenen Konstrukte genauer untersuchen und weitere Antworten auf die vielen ungeklärten Fragen im Bereich von elterlichem Perfektionismus, Stress und Elternrollenorientierung liefern.

### 3. Fragestellung und Hypothesen

Im folgenden Kapitel werden die Fragestellungen und dazugehörigen Hypothesen der Untersuchung beschrieben. Aus Gründen der Übersichtlichkeit wird auf die Darstellung der Nullhypothesen ( $H_0$ ) verzichtet und nur die Alternativhypothesen ( $H_1$ ) angeführt.

#### **Fragestellung 1: Welche Unterschiede bestehen in der Ausprägung von elterlichem Perfektionismus bei Müttern und Vätern?**

Die folgenden Hypothesen beziehen sich auf die vier verwendeten Subskalen des elterlichen multidimensionalen Perfektionismus. Sie wurden ungerichtet formuliert, da in der Literatur uneinheitliche Forschungsergebnisse zu Geschlechtsunterschieden im elterlichen Perfektionismus berichtet wurden (Lee et al., 2012; Sorkkila & Aunola, 2019).

$H_1$  1.1: Es gibt einen Unterschied in der Ausprägung des selbstorientierten elterlichen Perfektionismus zwischen Müttern und Vätern.

$H_1$  1.2: Es gibt einen Unterschied in der Ausprägung des sozial erwarteten elterlichen Perfektionismus zwischen Müttern und Vätern.

$H_1$  1.3: Es gibt einen Unterschied in der Ausprägung des Merkmals Erwartungen des Partners zwischen Müttern und Vätern.

$H_1$  1.4: Es gibt einen Unterschied in der Ausprägung des partnergerichteten Perfektionismus zwischen Müttern und Vätern.

#### **Fragestellung 2: Besteht ein Zusammenhang zwischen elterlichem Perfektionismus und elterlichem bzw. dyadischem Stress? Wie unterscheiden sich Mütter und Väter in dieser Hinsicht?**

Zwischen den einzelnen Subskalen von Perfektionismus und elterlichem Stress wird aufgrund der Forschungslage ein positiver Zusammenhang angenommen (Lee et al., 2012) genauso wie für die partnerbezogenen Perfektionismus-Subskalen und dyadischen Stress (Stoeber, 2012) weshalb die Hypothesen zu dieser Fragestellung gerichtet formuliert wurden. Untersucht wurden Mütter und Väter jeweils getrennt für die Überprüfung der einzelnen Hypothesen.

$H_1$  2.1: Zwischen selbstorientiertem Perfektionismus und elterlichem Stress besteht ein signifikanter positiver Zusammenhang.

$H_1$  2.2: Zwischen sozial erwartetem Perfektionismus und elterlichem Stress besteht ein signifikanter positiver Zusammenhang.

$H_1$  2.3: Zwischen dem Merkmal Erwartungen des Partners und elterlichem Stress besteht ein signifikanter positiver Zusammenhang.

H<sub>1</sub> 2.4: Zwischen partnergerichtetem Perfektionismus und elterlichem Stress besteht ein signifikanter positiver Zusammenhang.

H<sub>1</sub> 2.5: Zwischen dem Merkmal Erwartungen des Partners und dyadischem Stress besteht ein signifikanter positiver Zusammenhang.

H<sub>1</sub> 2.6: Zwischen partnergerichtetem Perfektionismus und dyadischem Stress besteht ein signifikanter positiver Zusammenhang.

**Fragestellung 3: Beeinflusst die Orientierung an der traditionellen Elternrolle den Zusammenhang zwischen elterlichem Perfektionismus und elterlichem bzw. dyadischem Stress?**

Auch hier wurden für die Überprüfung jeder Hypothese wieder getrennte Analysen für Mütter und Väter durchgeführt.

H<sub>1</sub> 3.1: Die Orientierung an der traditionellen Elternrolle moderiert den Zusammenhang zwischen selbstorientiertem Perfektionismus und elterlichem Stress.

H<sub>1</sub> 3.2: Die Orientierung an der traditionellen Elternrolle moderiert den Zusammenhang zwischen sozial erwartetem Perfektionismus und elterlichem Stress.

H<sub>1</sub> 3.3: Die Orientierung an der traditionellen Elternrolle moderiert den Zusammenhang zwischen dem Merkmal Erwartungen des Partners und elterlichem Stress.

H<sub>1</sub> 3.4: Die Orientierung an der traditionellen Elternrolle moderiert den Zusammenhang zwischen partnergerichtetem Perfektionismus und elterlichem Stress.

H<sub>1</sub> 3.5: Die Orientierung an der traditionellen Elternrolle moderiert den Zusammenhang zwischen dem Merkmal Erwartungen des Partners und dyadischem Stress.

H<sub>1</sub> 3.6: Die Orientierung an der traditionellen Elternrolle moderiert den Zusammenhang zwischen partnergerichtetem Perfektionismus und dyadischem Stress.

## **4. Methode**

In diesem Kapitel werden die Vorgehensweise der Untersuchung, die Zusammensetzung der Stichprobe und die gemessenen Variablen näher erläutert.

### **4.1 Untersuchungsdesign**

Bei dieser Studie handelte sich um eine querschnittliche Online-Befragung mit einer Zielgruppe aus Eltern von zumindest einem minderjährigen Kind. Erhoben wurden fast ausschließlich quantitative Daten, mit der Ausnahme von einer optionalen Frage, die offenes Antworten erforderte.

## 4.2 Vorgehen

Mit dem Online-Programm *SoSci Survey* (Leiner, 2019) wurde ein Fragebogen erstellt, der an Eltern im Freund\*innen- und Bekanntenkreis verschickt wurde. Dabei wurde darauf geachtet, dass immer nur eine Person pro Elternpaar zur Teilnahme eingeladen wurde, um unabhängige Daten zu gewährleisten. Zusätzlich wurde der Link zur Befragung im Internet geteilt, beispielsweise in Umfrageforen oder auf Seiten von sozialen Medien wie Twitter oder Facebook. Auf Twitter wurden Blogger\*innen von elternbezogenen Accounts gebeten, den Link zu posten, wodurch sehr viele Personen erreicht werden konnten. Der Befragungszeitraum war von 27. Juli 2021 bis 27. Oktober 2021. Die Beantwortung des Fragebogens nahm in etwa 10 bis 15 Minuten Zeit in Anspruch.

**4.2.1 Ausschlusskriterien.** An dieser Untersuchung konnte teilnehmen, wer Elternteil mindestens eines Kindes unter 18 war, mit diesem Kind immer oder teilweise im selben Haushalt lebte und mit jemandem in einer Partnerschaft lebte, der\*die mit der teilnehmenden Person gemeinsam für dasselbe Kind eine erzieherische Rolle innehatte. Dadurch sollte sichergestellt werden, dass die teilnehmenden Personen in das Leben ihrer minderjährigen Kinder ausreichend involviert waren und die Fragen zum Thema Partnerschaft beantworten konnten. Die Ausschlusskriterien wurden zu Beginn des Fragebogens mittels Filterfragen abgefragt, sodass ein Nichterfüllen eines oder mehrerer Kriterien automatisch zur Beendigung der Befragung führte. Die Formulierungen wurden so inklusiv wie möglich formuliert, um keinerlei Einschränkungen bezüglich der Art der Elternschaft, Geschlechtsidentität oder der sexuellen Orientierung aufzuerlegen. Hatte eine Person mehrere Partner\*innen, sollte man sich bei der Beantwortung auf jene\*n konzentrieren, mit dem\*der man für die Kindererziehung verantwortlich ist.

## 4.3 Stichprobe

**4.3.1 Allgemeines.** Insgesamt betrug der Stichprobenumfang der gültigen Fälle  $N = 681$ . Davon identifizierten sich 379 und somit knapp unter 56% der Personen als männlich, etwas weniger als 44% (297) als weiblich, 4 Personen wählten die Kategorie *divers* und bei einer Person fehlte die Angabe. Die Teilnehmenden waren zwischen 20 und 62 Jahre alt, das Durchschnittsalter lag bei 39.9 Jahren ( $SD = 6.72$ ). Der Großteil der Stichprobe war aus Deutschland (88%), aus Österreich kamen 9%, aus der Schweiz knapp unter 2% und ebenfalls etwas weniger als 2% hatte eine andere Nationalität.

**4.3.2 Bildung und Arbeitssituation.** Die Stichprobe war im Schnitt sehr hoch gebildet: 67% der Teilnehmenden hatte einen Hochschulabschluss, 20% Matura bzw.

Abitur. Etwa 10% hatten einen Lehr- oder Meisterabschluss, ca. 2% einen Abschluss einer mittleren berufsbildenden Schule, 2% einen Pflichtschulabschluss und 0.3% hatten keinen Abschluss. Die Mehrheit der Personen (etwa 74%) war zum Zeitpunkt der Befragung in einem Anstellungsverhältnis tätig. Andere waren entweder in Elternkarenz (9%), selbstständig bzw. freiberuflich tätig (8%) und etwa 3% waren ohne Beschäftigung. Der Rest (ca. 7%) befand sich in Ausbildung, Bildungskarenz, Zivildienst oder Pension. Durchschnittlich arbeitete jener Teil der Personen, der einer Erwerbsarbeit nachging, 34 Stunden pro Woche ( $SD = 10.79$ ).

**4.3.3 Eltern- und Partnerschaft.** Der überwiegende Großteil der Stichprobe bestand aus biologischen Eltern (98%). Die restlichen 2% waren Stief-, Adoptiv- oder Pflegeeltern. Die Eltern hatten zwischen 1 und 5 Kindern (im Schnitt 1.93 Kinder,  $SD = 0.80$ ). Die Kinder waren zwischen 0 und 23 Jahre alt und hatten ein Durchschnittsalter von 6.9 Jahren ( $SD = 5.0$ ). Mehr als die Hälfte (55%) der Eltern nahmen für ihre Kinder Fremdbetreuung (Kindergarten, Schule, Krabbelstube) in Anspruch, 18% betreuten ihre Kinder mit dem\*r Partner\*in selber. Fünf Prozent betreuten ihre Kinder überwiegend alleine, der Rest hatte eine\*n Partner\*in, der\*die die Kinderbetreuung fast alleine übernahm, oder Kinder, die nicht mehr im Betreuungsalter waren. Die Mehrheit der Befragten lebte mit ihren Partner\*innen immer im selben Haushalt (96%), knapp unter 3% nur teilweise und etwa 1.5% lebte nicht zusammen. Die Teilnehmenden waren im Durchschnitt schon relativ lange mit ihren Partner\*innen liiert: Bei ca. 70% bestand die Beziehung zum Zeitpunkt der Befragung schon seit mehr als 10 Jahren, bei 21% zwischen 5 und 10 Jahren, bei 9% seit 1 bis 5 Jahren und bei 1% seit weniger als einem Jahr. Die Mehrheit (ca. 84%) war verheiratet, weniger als 1% lebte in einer eingetragenen Partnerschaft und bei 16% traf weder das eine, noch das andere zu. So gut wie alle, 99%, lebten in einer heterosexuellen Beziehung, weniger als 1% in einer homosexuellen Beziehung und bei ebenfalls weniger als 1% war mindestens eine Person der Partnerschaft non-binär.

#### 4.4 Gemessene Variablen

Nachdem die in Kapitel „Stichprobe“ genannten demographischen Daten erfragt wurden, beantworteten die Teilnehmer\*innen Fragen zu verschiedenen psychologischen Konstrukten, die in diesem Kapitel in Reihenfolge ihrer Anordnung im Fragebogen beschrieben werden.



**4.4.1 Gewissenhaftigkeit.** Gewissenhaftigkeit wurde in dieser Arbeit als Kontrollvariable verwendet. Gemessen wurde sie mithilfe der Subskala *Gewissenhaftigkeit* des *Big Five Inventory (BFI-10)* (Rammstedt et al., 2014) gemessen. Diese Subskala umfasst zwei Items, deren Antworten auf einer fünfstufigen Ratingskala von 1 = *trifft überhaupt nicht zu*, bis 5 = *trifft voll und ganz zu* angegeben wurden. Je höher der Score, desto höher ist die Gewissenhaftigkeit der Person ausgeprägt. Obwohl der Reliabilitätskoeffizient der Subskala in der Originalstudie des Fragebogens bei 0.77 liegt, ist die Reliabilität in der vorliegenden Studie mit einem Cronbachs Alpha von = .36 nicht ausreichend gegeben (Gäde et al., 2020). Jedoch ist die Interpretation von Cronbachs Alpha nicht immer eindeutig, weil der Wert beispielsweise automatisch mit mehr Items steigt (Cortina, 1993). Dennoch sollten die Berechnungen, in denen diese Subskala verwendet wurde, mit Vorbehalt betrachtet werden.

**4.4.2 Elterlicher Perfektionismus.** Angelehnt an den *Multidimensional Parenting Perfectionism Questionnaire* (MPPQ) (Snell et al., 2005) haben Lee et al. (2012) eine Kurzform entwickelt, in welcher die Subskalen selbstorientierter elterlicher Perfektionismus (*self-oriented parental perfectionism*, Cronbachs Alpha = .76), sozial erwarteter elterlicher Perfektionismus (*socially prescribed parental perfectionism*, Cronbachs Alpha = .78) und partnergerichteter Perfektionismus (*partner-oriented parental perfectionism*, Cronbachs Alpha = .70), mit je 4 Items gemessen wurden (S. Schoppe-Sullivan, persönliche Kommunikation, 7. April 2021). Als vierte Subskala wurde *Erwartungen des Partners* (*partner prescribed parenting perfectionism*, Cronbachs Alpha = .91), aus dem originalen MPPQ (B. Snell, persönliche Kommunikation, 31. März 2021) verwendet, und 5 Items ausgewählt, die die größte inhaltliche Relevanz aufwiesen. Die Items wurden für diese Arbeit ins Deutsche übersetzt. Selbstorientierter Perfektionismus beinhaltete Items wie „Ich setze mir als Elternteil sehr hohe Standards“, sozial erwarteter Perfektionismus bestand aus Items wie „Nur wenn ich ein „perfekter“ Elternteil bin, wird die Gesellschaft mich als guten Elternteil ansehen“, partnergerichteter Perfektionismus fragte nach Einschätzungen wie „Mein Partner sollte mich als Elternteil niemals im Stich lassen“ und die Subskala Erwartungen des Partners bestand aus Items wie „Mein Partner erwartet von mir, ein perfekter Elternteil zu sein“. Die Antwortmöglichkeiten reichten von 1 = *trifft überhaupt nicht zu* bis 5 = *trifft voll und ganz zu*, wodurch ein höherer Score auf eine stärkere Ausprägung des elterlichen Perfektionismus hindeutet. Je nach anfangs angegebenem eigenem Geschlecht und jenem der\*des Partners\*in wurden konfigurierte Items mittels

Filterfunktion angezeigt, sodass die Formulierung entsprechend Mutter, Vater, Partner, Partnerin oder eine geschlechtsneutrale Version war.

**4.4.3 Erwartungen an Eltern (offene Frage).** Mit der Frage „Welche Erwartungen werden an Sie als Mutter oder Vater gerichtet? Durch welche Anforderungen fühlen Sie sich unter Druck gesetzt?“ sollten die erhobenen Stress- und Perfektionismuswerte um inhaltliche Antworten ergänzt werden. Auf die Frage konnte in einem offenen Antwortfeld ohne Vorgaben geantwortet werden; die Antworten wurden qualitativ ausgewertet.

**4.4.4 Elterlicher Stress.** Diese Variable wurde mit Items aus der *Parental Stress Scale* (Berry & Jones, 1995; deutsche Übersetzung von Kölch & Schmid, 2008) gemessen. Aus ökonomischen Gründen wurden nicht alle 18 Items des Originalfragebogens verwendet, sondern fünf selektierte. Die Itemauswahl basierte auf der Empfehlung von Nærde und Hukkelberg (2020), die den Fragebogen auf seine Validität und Reliabilität hin untersucht haben, und festhalten, dass auch in anderen Studien (z. B. Pontoppidan et al., 2018) diese fünf Items als am geeignetsten identifiziert wurden. Die Fragen, wie beispielsweise, ob die Kindererziehung manchmal die eigenen Kräfte übersteigt, ob die eigenen Kinder viel Stress im Leben verursachen oder ob man das kindliche Verhalten als belastend empfindet, sollte man von 1 = *stimmt überhaupt nicht* bis 5 = *stimmt genau* (Cronbachs Alpha = .79) bewerten. Je höher der Score, auf desto mehr Stress in der Elternschaft deutet das Ergebnis hin.

**4.4.5 Dyadischer Stress.** Stress in der Paarbeziehung wurde mit einer Kurzform des *Multidimensionalen Stressfragebogen für Paare (MSP-K)* erhoben (G. Bodenmann, persönliche Kommunikation, 20. April 2021). Dieser Fragebogen erfasst sowohl den paarinternen, als auch den paarexternen Stress, jeweils für die letzten sieben Tage (akut) und 12 Monate (chronisch). Erfragt werden alltägliche Belastungen, die durch Beispiele beschrieben sind, wie etwa Meinungsverschiedenheiten oder Konflikte mit dem\*der Partner\*in, als auch schwerwiegende Belastungen, wie gravierende Auseinandersetzungen oder große Sorgen um den\*die Partner\*in. Wie sehr Belastungen in diesen Bereichen auf die Teilnehmenden zutreffen, soll von 1 = *gar nicht* bis 4 = *stark* angekreuzt werden, sodass ein höherer Score mehr Belastungen innerhalb oder außerhalb der Partnerschaft indiziert. Der Gesamtscore drückt den allgemeinen Stress der letzten sieben Tage bzw. 12 Monate aus, allerdings kann auch der paarinterne und der paarexterne Stress separat ausgewertet werden. Cronbachs Alpha für die Gesamtauswertung betrug .78.

**4.4.6 Stress durch Covid-19.** Viele Eltern berichteten von erhöhten Belastungen während der Covid-19 Pandemie, vor allem während der Schulschließungen (Jungmann et al., 2021). Um die pandemisch bedingten Umstände und Stressfaktoren als Kontrollvariablen berücksichtigen zu können, wurden zwei Items konstruiert, die, an die Struktur des MSP-K angelehnt, den akuten sowie den chronischen Stress durch die Coronapandemie erheben sollten. Den Stress sollte man auch hier von 1 = *gar nicht* bis 4 = *stark* einschätzen (Cronbachs Alpha = .66, somit als akzeptabel einzustufen).

**4.4.7 Stressauslösende Ansprüche.** Mit drei selbstkonstruierten Items sollten die Teilnehmenden anhand einer fünfstufigen Skala einschätzen, wie sehr sie sich durch Ansprüche an sich selbst, vom\*n (der) Partner\*in oder durch gesellschaftliche Erwartungen gestresst fühlen. 1 bedeutete *lösen gar keinen Stress aus*, 5 hieß *lösen sehr viel Stress aus*.

**4.4.8 Orientierung an traditioneller Elternrolle.** Mit dieser Skala sollte untersucht werden, welches Rollenbild die Teilnehmenden in Bezug auf Mütter und Väter haben. Gemessen wurde dies mithilfe von acht Items der Skala *Traditionelle Elternrolle* aus dem *Elternschaftsfragebogen* (Nickel et al., 1990, zit. nach Rollett et al., 2005). Hier wurden diejenigen Items mit der höchsten Itemtrennschärfe und inhaltlichen Relevanz ausgewählt. Die Aussagen sollten von 1 = *lehne voll ab* bis 4 = *stimme voll zu* (Cronbachs Alpha = .83) bewertet werden. Ein hoher Score bedeutet eine traditionelle Orientierung an der Elternrolle, mit einer klassischen Rollenaufteilung, ein niedriger Score deutet auf eine egalitäre Orientierung an der Elternrolle hin, in welcher Väter und Mütter als gleich wichtig und kompetent in der Kindererziehung gesehen werden.

## 5. Ergebnisse

Alle statistischen Analysen wurden mit IBM SPSS Statistics Version 28.0. gerechnet.

### 5.1 Umgang mit fehlenden Werten

In die Auswertung eingeschlossen wurden nur Fragebögen von Teilnehmenden, die diesen bis inklusive der letzten Seite ausgefüllt haben. Von diesen 684 gültigen Datensets wurde drei weitere entfernt, da einzelne Seiten übersprungen worden sind. Abgesehen davon ergaben sich kaum fehlende Werte, da die Teilnehmenden bei Auslassen einer Frage automatisch durch ein eingblendetes Textfeld gebeten wurden, eine Antwort abzugeben. Auch der Little's MCAR-Test wurde nicht signifikant, was zeigte, dass die fehlenden Daten

zufällig, *missing completely at random*, waren. Es wurden nur vier fehlende Werte im Fragebogenteil ausfindig gemacht, für die interpoliert wurde.

## 5.2 Forschungsfrage 1

Für die Forschungsfrage 1 „Welche Unterschiede bestehen in der Ausprägung des elterlichen Perfektionismus zwischen Müttern und Vätern?“ wurde die durchschnittliche Ausprägung der einzelnen Subskalen des multidimensionalen elterlichen Perfektionismus berechnet und mittels *t*-Test zwischen Vätern und Müttern verglichen.

**5.2.1 Voraussetzungsprüfung *t*-Test.** Bevor *t*-Tests für unabhängige Stichproben durchgeführt wurden, wurden die Voraussetzungen (Field, 2009) für diese überprüft. Zunächst wurde auf die Unabhängigkeit der Messungen geachtet. Bei der Proband\*innenrekrutierung wurden im eigenen Bekannten- und Freundeskreis nur jeweils eine Person eines Elternpaares gebeten, bei der Studie mitzumachen. Dadurch sollte vermieden werden, dass paarweise Daten und somit abhängige Daten gesammelt werden. Bei der Online-Rekrutierung konnte nicht sichergestellt werden, dass keine Paare unter den Teilnehmenden waren, es ist jedoch davon auszugehen, dass primär Einzelpersonen teilgenommen haben. Ein Großteil der Daten kam durch Aufrufe zur Teilnahme durch Blogger auf Twitter von vaterbezogenen Themen zustanden, sehr viele weitere Proband\*innen ergaben sich durch eine andere Bloggerin auf Twitter, die über Themen zur Mutterschaft schrieb. Es konnte auch beobachtet werden, dass in den Tagen nach dem Teilen des Fragebogenlinks je nach Geschlecht des Bloggers bzw. der Bloggerin, entweder primär männliche, oder hauptsächlich weibliche Teilnehmende unter den Proband\*innen waren. Da fast ausschließlich Personen in heterosexuellen Partnerschaften teilgenommen haben, ist somit von unabhängigen Daten auszugehen. Eine weitere Voraussetzung für Mittelwertvergleiche ist die Normalverteilung der Gruppen: Aufgrund des zentralen Grenzwertsatzes kann bei einer Stichprobe ab 30 Personen prinzipiell von einer Normalverteilung der Mittelwerte ausgegangen werden (Field, 2009). Zudem ist der unabhängige *t*-Test vor allem bei einer großen Stichprobe relativ robust gegenüber Verletzungen der Annahme der Normalverteilung (Rasch & Guiard, 2004), wodurch eine Normalverteilung von Männern und Frauen im Merkmal elterlicher Perfektionismus angenommen werden kann. Anschließend wurde die Intervallskalierung der abhängigen Variable überprüft: Elterlicher Perfektionismus wurde auf einer fünfstufigen Likert-Skala gemessen. Diese Art von Daten hat streng genommen ein ordinales Skalenniveau (Field, 2009). Jedoch kann mit Likert-Skalen, die aus der Summe oder dem Mittelwert mehrerer

Likert-Items bestehen, wie mit intervallskalierten Daten umgegangen werden (Grünwald, 2018; Regorz, 2020), wodurch diese Voraussetzung als gegeben betrachtet werden kann. Weiters muss auf die Varianzhomogenität geachtet werden: Die Varianzen in den Gruppen der Männer und Frauen sollen in etwa gleich sein. Dies kann mithilfe des Levene-Tests überprüft werden. Nachdem dieser bei allen vier Subskalen nicht signifikant wurde, ist die Varianzhomogenität gegeben (selbstorientierter elterlicher Perfektionismus:  $F(669) = 1.57$ ,  $p = .211$ , sozial erwarteter elterlicher Perfektionismus:  $F(669) = 0.01$ ,  $p = .919$ , Erwartungen des Partners:  $F(669) = 3.05$ ,  $p = .081$ , partnergerichteter elterlicher Perfektionismus:  $F(669) = 0.13$ ,  $p = .722$ ). Angemerkt werden sollte, dass einige Autor\*innen mittlerweile empfehlen, den Welch-Test statt des  $t$ -Tests anzuwenden, und auf die Überprüfung der Normalverteilung zu verzichten (Kubinger et al., 2009). Für die vorliegenden Daten ergeben sich zwischen diesen beiden Verfahren keine nennenswerten Unterschiede in den Ergebnissen, weshalb, in Anlehnung an die Methodik anderer Autor\*innen (z. B. Lee et al., 2012), mit den  $t$ -Tests verfahren wurde.

**5.2.2 Ergebnisse  $t$ -Tests.** Die Mittelwerte der Ausprägungen des elterlichen Perfektionismus von Müttern und Vätern sind in Abbildung 1 dargestellt. Es wird deutlich, dass Mütter höhere Werte im selbstorientierten, sozial erwarteten und partnergerichteten Perfektionismus hatten, wobei die Unterschiede im selbstorientierten Perfektionismus nicht signifikant waren. Bei den Erwartungen des Partners hatten hingegen Väter signifikant höhere Werte.

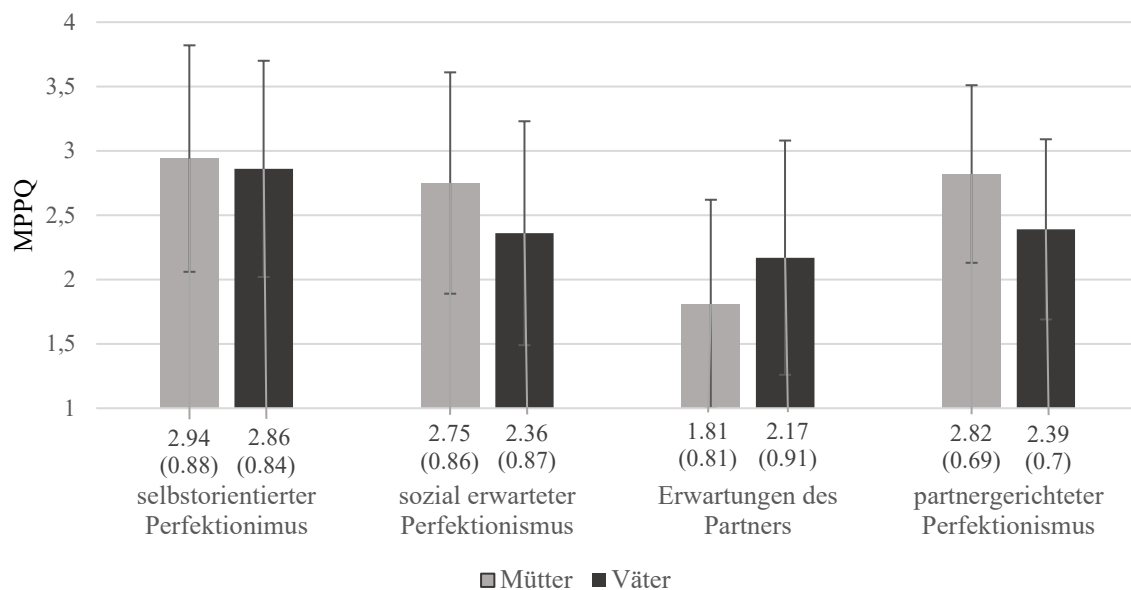


Abbildung 1. Mittelwerte des multidimensionalen elterlichen Perfektionismus von Müttern und Vätern. Der Wertebereich reicht von 1 = *trifft überhaupt nicht zu*, bis 5 = *trifft voll und*

*ganz zu*, wodurch hohe Werte eine hohe Ausprägung des elterlichen Perfektionismus anzeigen. Die Mittelwerte und die dazugehörigen Standardabweichungen sind unterhalb des jeweiligen Balkens angegeben. Die Fehlerindikatoren bilden den Bereich der Standardabweichungen ab.

Die Ergebnisse der Mittelwertvergleiche werden in Tabelle 1 angeführt. Für diese Berechnungen wurden nur Personen in die Analysen aufgenommen, die angaben, sich in einer heterosexuellen Beziehung zu befinden, da ein Vergleich zwischen den Geschlechtern bezogen auf die Paarbeziehung nur so analysierbar war.

Tabelle 1  
*t-Test für die Mittelwertgleichheit zwischen Müttern und Vätern*

	<i>F</i>	<i>df</i>	Zwei- seitiges <i>p</i>	95% Konfidenzintervall der Differenz	Effektgröße Cohen's <i>d</i>
Selbstorientierter P.	1.57	669	.209	[−.22, .05]	−0.10
Sozial erwarteter P.	0.10	669	<.001	[−.52, −.25]	−0.44
Erwartungen des Partners	3.05	669	<.001	[.23, .50]	0.42
Partnergerichteter P.	0.13	669	<.001	[−.54, −.32]	−0.62

Wie in Abbildung 1 und Tabelle 1 ersichtlich, gab es keinen signifikanten Mittelwertsunterschied in der Ausprägung des elterlichen selbstorientierten Perfektionismus zwischen Müttern und Vätern. Beim sozial erwarteten Perfektionismus wiesen Mütter signifikant höhere Werte auf, was bedeutet, dass sie mehr gesellschaftliche Erwartungen als Väter wahrnehmen. Mütter hatten signifikant höhere Werte im partnergerichteten Perfektionismus, also mehr perfektionistische Erwartungen an ihre Partner. Die Väter hatten im Einklang dazu signifikant mehr das Gefühl, ihre Partnerinnen würden überhöhte Erwartungen an sie stellen. Der Geschlechtsunterschied im partnergerichteten Perfektionismus weist eine mittlere Effektstärke auf; die Unterschiede in den anderen drei Dimensionen haben kleine Effektstärken (Cohen, 1988).

### 5.3 Forschungsfrage 2

Die Forschungsfrage 2 „Besteht ein Zusammenhang zwischen elterlichem Perfektionismus und elterlichem sowie dyadischem Stress, und wie unterscheiden sich

Mütter und Väter in dieser Hinsicht?“ wurde mittels Korrelationsanalysen, einfachen Pearson- sowie partiellen Korrelationen, untersucht. Dadurch sollte analysiert werden, ob und wenn ja, welche Bereiche des elterlichen Perfektionismus mit elterlichem bzw. dyadischem Stress in Verbindung stehen. Die Wahl der Methode erfolgte in Anlehnung an Lee et al. (2012), die ebenfalls Subskalen des Multidimensional Parental Perfectionism Questionnaire (MPPQ) mit elterlichem Stress partiell korreliert haben und für die jeweils anderen Subskalen des MPPQ und Gewissenhaftigkeit kontrolliert haben. Auch in der vorliegenden Studie wurde für die jeweils drei anderen Subskalen des elterlichen Perfektionismus, wie das von Stoeber und Otto (2006) empfohlen wird, kontrolliert.

**5.3.1 Voraussetzungsprüfung Korrelationsanalysen.** Für die Pearson-Korrelationen sollten neben einer metrischen Skalierung der Variablen auch lineare Zusammenhänge zwischen den Variablen und eine Normalverteilung der Residuen gegeben sein (Keller, 2019). Elterlicher Perfektionismus, elterlicher Stress und dyadischer Stress wurden als metrische Daten behandelt (kurze Erläuterung dazu siehe Kapitel „Voraussetzungsprüfung *t*-Test“). Die Linearität des Zusammenhangs wurde mittels Streudiagrammen grafisch untersucht und als ausreichend vorhanden eingeschätzt. Die Normalverteilung kann mit dem Kolmogorov-Smirnov oder Shapiro-Wilk Test überprüft werden, wobei diese bei einer Stichprobengröße von mehreren Hundert oft signifikant werden und somit fälschlicherweise auf ein Nicht-Vorhandensein der Normalverteilung hindeuten (Field, 2009). Aus diesem Grund wurden Q-Q-Plots berechnet und die Normalverteilung der Residuen grafisch überprüft. Da die Werte der zu überprüfenden Variablen auf oder sehr nahe an der Diagonalen des Q-Q-Plots lagen, kann von einer Normalverteilung der Residuen ausgegangen werden.

**5.3.2 Ergebnisse Korrelationsanalysen.** Die Pearson-Korrelationen zwischen den einzelnen Subskalen des Perfektionismus und elterlichem sowie dyadischem Stress zeigten alle einen signifikanten, positiven Zusammenhang. Danach wurden partielle Korrelationen zwischen Stress und Perfektionismus berechnet und für die jeweils drei anderen Perfektionismussubskalen sowie Gewissenhaftigkeit kontrolliert. Diese ergaben ein anderes Bild als die einfachen Korrelationen. Bei den Müttern war unter Berücksichtigung der genannten Kontrollvariablen im Bereich des elterlichen Stresses nur noch die Assoziation zwischen selbstorientiertem Perfektionismus und Stress signifikant ( $r = .232, p < .001$ ), mit einer noch schwachen Effektstärke. Dieser Zusammenhang war bei Vätern auch noch knapp signifikant ( $r = .087, p = .047$ ) mit einer geringen Effektstärke. Es gab bei Vätern auch

einen positiven, signifikanten Zusammenhang zwischen elterlichem Stress und Erwartungen der Partnerin ( $r = .141, p = .003$ ), der aber auch nur eine schwache Effektstärke aufweist.

Für die partiellen Korrelationen zwischen Perfektionismus und dyadischem Stress wurde neben den jeweils anderen Perfektionismus-Subskalen und Gewissenhaftigkeit noch zusätzlich für Stressfaktoren außerhalb der Partnerschaft kontrolliert. Hier ergab sich bei den Müttern eine signifikante partielle Korrelation, nämlich jene zwischen dyadischem Stress und perfektionistischen Erwartungen des Partners ( $r = .283, p < .001$ , schwache, fast mittlere, Effektstärke). Auch bei den Vätern wurde eine signifikante partielle Korrelation zwischen dyadischem Stress und Erwartungen der Partnerin gefunden ( $r = .432, p < .001$ ), mit einer mittleren Effektstärke. Die Ergebnisse dieser Analysen sind in Tabelle 2 dargestellt.

Tabelle 2  
*Korrelationsanalysen von Perfektionismus und elterlichem sowie dyadischem Stress*

		Selbst-orientierter Perfektionismus	Sozial erwarteter Perfektionismus	Erwartungen des Partners	Partner-gerichteter Perfektionismus
Elterlicher Stress (PSS)	Mütter	.332** (.232**)	.258** (.092)	.125* (-.021)	.159** (-.014)
	Väter	.277** (.087*)	.270** (.054)	.317** (.141*)	.259** (.062)
Dyadischer Stress <sup>a</sup>	Mütter	.169** (.031)	.162** (-.021)	.346** (.283**)	.172** (.006)
	Väter	.183** (-.044)	.216** (-.060)	.494** (.432**)	.229** (-.013)

*Anmerkungen.* Werte in Klammer sind partielle Korrelationsanalysen unter Kontrolle der jeweils anderen Perfektionismusvariablen und der Variable Gewissenhaftigkeit. Pearson Korrelationen,  $p$  (einseitig, da gerichtete Hypothesen), \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ ,  $N = 676$  (297 Frauen, 379 Männer)

<sup>a</sup> zusätzliche Kontrollvariable: partnerschaftsexterner Stress

Zum Schluss wurden nochmals alle partiellen Korrelationen mit Stress durch Covid als weitere Kontrollvariable durchgeführt. Hier änderten sich die Ergebnisse nur minimal, sodass die Hinzunahme dieser Variable bis auf eine Ausnahme keine Unterschiede bewirkte. Eine nennenswerte Veränderung konnte bei der Korrelation zwischen elterlichem Stress und selbstorientiertem Perfektionismus beobachtet werden. Durch Hinzunahme der



Variable Stress durch Covid verlor diese ihre Signifikanz ( $r = .08, p = .053$ ), da dieser Zusammenhang schon vor der Hinzunahme nur knapp signifikant war. Stress durch Covid-19 stellt somit alles in allem keine relevante Störvariable im Zusammenhang zwischen elterlichem Perfektionismus und Stress dar.

### 5.4 Forschungsfrage 3

Um die dritte Forschungsfrage „Beeinflusst die Orientierung an der traditionellen Elternrolle den Zusammenhang zwischen elterlichem Perfektionismus und elterlichem bzw. dyadischem Stress?“ zu beantworten, wurden Moderationsanalysen mit Bootstrapping mit dem SPSS-Makro PROCESS (Hayes, 2018) durchgeführt. Mit diesen sollte bestimmt werden, ob eine traditionelle Elternrollenorientierung einen Moderationseffekt auf den Zusammenhang zwischen elterlichem Perfektionismus und Stress hat. Es wurden daher jeweils für Mütter und Väter separat, sowie für die Gesamtstichprobe Moderationsanalysen für jede Subskala des elterlichen Perfektionismus als Prädiktor, Orientierung an der traditionellen Elternrolle als Moderatorvariable und Stress (einmal elterlicher Stress, einmal dyadischer Stress) als Outcome gerechnet.

**5.4.1 Voraussetzungsprüfung Moderationsanalysen.** Für die Moderationsanalysen soll eine lineare Beziehung zwischen den Variablen bestehen, die Residuen sollen normalverteilt sein, Heteroskedastizität sollte vermieden werden und es werden unabhängige Daten benötigt (Walther, 2019). Da das verwendete Bootstrapping mit 5000 Iterationen ein robustes Verfahren ist, welches keine Voraussetzungen bezüglich Verteilungseigenschaften benötigt, spielt die Voraussetzungsprüfung für die Moderationsanalysen jedoch eine untergeordnete Rolle (Hayes, 2018). Dennoch wurden die empfohlenen Voraussetzungen berücksichtigt: Die Linearität des Zusammenhangs wurde bereits für die Berechnungen der Korrelationsanalysen bestätigt, genauso wie die Normalverteilung der Residuen mit Q-Q-Plots. Um Heteroskedastizität zu vermeiden, wurde die Berechnung mit robusten Standardfehlern durchgeführt. Hierfür wurde aufgrund der Empfehlung von Hayes (2007) der heteroskedastizitäts-konsistente Standardfehler HC3 in PROCESS ausgewählt. Auch die Unabhängigkeit der Daten kann aufgrund der entsprechenden Rekrutierung angenommen werden.

**5.4.2 Ergebnisse Moderationsanalysen.** Für fast alle Analysen konnten keine signifikanten Moderationseffekt gefunden werden. Es ergab sich nur einmal ein signifikanter Interaktionseffekt, nämlich bei der Interaktion zwischen Erwartungen des Partners und Elternrollenorientierung bei Müttern. Hier war das Gesamtmodell signifikant,  $F(3, 293) = 2.91, p = .035$ , mit einer Varianzaufklärung von 2.8%. Die Ergebnisse der Moderationsanalyse zeigten einen signifikanten Moderationseffekt von Orientierung an der traditionellen Elternrolle auf die Beziehung zwischen Erwartungen des Partners und elterlichen Stress,  $\Delta R^2 = 1.2\%$ ,  $F(1, 293) = 4.34, p = .038$ , 95% CI  $[-.345, -.001]$ . Bei einer Analyse der bedingten Effekte und des Johnson-Neymar-Outputs der signifikanten Intervalle wurde allerdings deutlich, dass der Interaktionseffekt nur für niedrige und mittlere Werte der Elternrollenorientierung besteht. Bei einer niedrigen Ausprägung von Orientierung an der traditionellen Elternrolle nehmen die Erwartungen des Partners relativ viel Einfluss auf elterlichen Stress. Dieser nimmt mit einer traditionelleren Einstellung ab, und ab einer hohen Ausprägung von traditioneller Elternrollenorientierung gab es keinen signifikanten Einfluss der Erwartungen des Partners mehr auf elterlichen Stress. In Abbildung 2 sind die Effekte der Moderationsanalyse abgebildet.

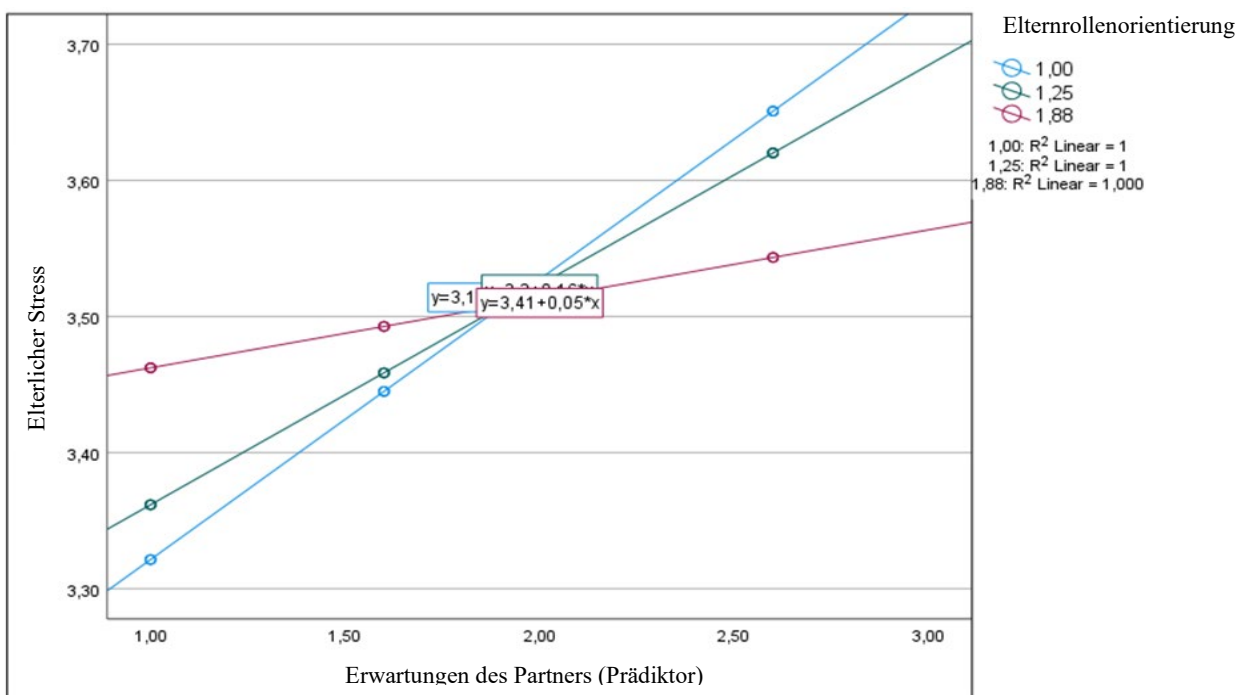


Abbildung 2. Moderation von Orientierung an der traditionellen Elternrolle auf den Zusammenhang zwischen Erwartungen des Partners und elterlichem Stress. Auf der Y-Achse ist die Ausprägung des elterlichen Stresses abgebildet, auf der X-Achse die Ausprägung des Merkmals Erwartungen des Partners. Die Linien bilden den Moderator, Orientierung an der Elternrolle, in verschiedenen Ausprägungen ab.

## 5.5 Zusätzliche Analysen

Für die zusätzlichen Analysen wurden a priori keine Hypothesen formuliert. Sie ergaben sich im Zuge der Auswertung der Forschungsfragen und werden aufgrund ihrer Relevanz für das Forschungsthema in diesem Kapitel dargestellt.

**5.5.1 Zusammenhang von Elternrollenorientierung und Perfektionismus.** Um den Zusammenhang zwischen Orientierung an der traditionellen Elternrolle und elterlichem Perfektionismus zu untersuchen, wurden partielle lineare Korrelationen berechnet. Bei den Voraussetzungsprüfungen für die Korrelationsanalysen wurde erkenntlich, dass die Variable Orientierung an der traditionellen Elternrolle nicht normalverteilt ist, sondern eine rechtsschiefe Verteilung aufweist. Deswegen wurden einfache lineare Korrelationen als Spearman-Korrelationen berechnet und die partiellen Korrelationen mit Bootstrapping (1000 Iterationen) durchgeführt, um auch ohne Normalverteilung robuste Schätzer zu bekommen. Auch hier wurden als Kontrollvariablen die jeweils anderen Subskalen des elterlichen Perfektionismus und die Variable Gewissenhaftigkeit verwendet.

Tabelle 3

*Korrelationen zwischen Orientierung an der traditionellen Elternrolle und Perfektionismus*

		Selbstorientierter Perfektionismus	Sozialorientierter Perfektionismus	Erwartungen des Partners	Partnergerichteter Perfektionismus
Elternrollen- orientierung	Mütter	.137* (.054)	.086 (-.038)	.226** (.233**)	.081 (-.056)
	Väter	.079 (-.047)	.107* (.044)	.139** (.048)	.183** (.102*)

*Anmerkungen.* Werte in Klammern sind partielle Korrelationsanalysen unter Kontrolle der jeweils anderen Perfektionismusvariablen und der Variable Gewissenhaftigkeit. *p* (zweiseitig), \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ ,  $N = 676$  (297 Frauen, 379 Männer).

Wie in Tabelle 3 ersichtlich, zeigten sich bei den Müttern signifikante Spearman-Korrelationen zwischen selbstorientiertem Perfektionismus und Elternrollenorientierung, sowie zwischen Erwartungen des Partners und Elternrollenorientierung. Erstere verlor allerdings ihren signifikanten Zusammenhang unter Berücksichtigung der Kontrollvariablen. Zwischen Erwartungen des Partners und Elternrollenorientierung blieb eine signifikante partielle Korrelation, die durch Hinzunahme der Kontrollvariablen sogar

etwas zunahm. Bei den Vätern bestand eine signifikante Assoziation zwischen sozialorientiertem Perfektionismus und Elternrollenorientierung, welche durch die Hinzunahme der Kontrollvariablen insignifikant wurde. Zwischen partnergerichtetem Perfektionismus und Elternrollenorientierung bestand ein signifikanter positiver Zusammenhang, der auch bei der Berechnung der partiellen Korrelationen bestehen blieb.

**5.5.2 Weitere Analysen zu elterlichem Stress.** Um die Ausprägungen und Zusammenhänge von elterlichem Stress in dieser Stichprobe noch besser zu verstehen, wurden zusätzliche Berechnungen zu diesem Merkmal durchgeführt.

**5.5.2.1 Geschlechtsunterschiede.** Unterschiede im Stressniveau zwischen Müttern und Vätern wurden mit *t*-Tests untersucht. Im Fall des elterlichen Stresses war die Varianzhomogenität nicht gegeben, weshalb für diesen Mittelwertvergleich das Ergebnis des Welch-Tests herangezogen wurde (Kubinger et al., 2009). Männer hatten im Durchschnitt 3.26 Punkte in der Parental Stress Scale (PSS), Frauen 3.48 Punkte, was ein statistisch signifikanter Unterschied war,  $t(666.89) = -3.66, p = <.001$ , allerdings mit einer nur kleinen Effektgröße, Cohen's  $d = -.28$ .

**5.5.2.2 Unterschiede im Stresserleben nach Alter der Kinder.** Um zu überprüfen, ob Eltern je nach Altersgruppe ihrer Kinder unterschiedlich viel elterlichen Stress erleben, wurde eine einfaktorielle ANOVA durchgeführt, nachdem das Alter der Kinder in Gruppen unterteilt wurde. Die Normalverteilung kann durch die Stichprobengröße angenommen werden, zudem ist die einfaktorielle ANOVA relativ robust gegenüber Verletzungen der Normalverteilung (Blanca et al., 2017). Auch die Varianzhomogenität ist gegeben, da der Levene-Test mit  $p = .166$  nicht signifikant geworden ist. Die ANOVA zeigte, dass ein signifikanter Unterschied im elterlichen Stress in Abhängigkeit vom durchschnittlichen Alter des/r Kindes/r bestand,  $F(3.661) = 10.753; p < .001$ . Eltern von Kindern über 12 Jahre hatten signifikant weniger elterlichen Stress als Personen mit Kindern unter 3, zwischen 3 und 6, oder zwischen 6 und 12 ( $p < .001$ ). Keine signifikanten Gruppenunterschiede im elterlichen Stress konnten für die anderen Altersklassen gefunden werden.

**5.5.2.3 Stress durch Covid-19.** Die Teilnehmenden hatten einen Mittelwert von 2.33 ( $SD = 0.76$ ), das heißt, sie empfanden die Belastung durch Corona im Schnitt zwischen 2 (*etwas*) und 3 (*ziemlich*) belastend.

**5.5.2.4 Stress durch Anforderungen.** Eltern erlebten die eigenen Anforderungen an sich selbst im Vergleich zu Anforderungen von anderen als am stressreichsten, wobei

Mütter hier signifikant höhere Mittelwerte ( $3.66, SD = 0.95$ ) als Väter ( $3.12, SD = 1.01$ ) hatten,  $t(664.22) = -7.00, p < .001, d = -0.53$ . Ein großer Unterschied ergab sich im Erleben der gesellschaftlichen Ansprüche. Mütter hatten hier einen Mittelwert von  $3.26 (SD = 1.00)$ , Väter lagen mit ihrem Mittelwert fast eine Antwortkategorie darunter ( $M = 2.48, SD = 1.11$ ) und unterschieden sich im  $t$ -Test statistisch signifikant,  $t(674) = -9.31, p < .001, d = -0.72$  voneinander. Männer gaben geringfügig, aber dennoch statistisch signifikant stärker als Frauen an, durch die Ansprüche ihrer Partner\*innen gestresst zu sein ( $M$  Väter =  $2.64, SD = 1.12$ ;  $M$  Mütter =  $2.35, SD = 0.95$ ),  $t(671.98) = 3.64, p < .001, d = 0.28$ .

**5.5.2.5 Zusammenhang zwischen Stress und Elternrollenorientierung.** Der Zusammenhang zwischen elterlichem Stress und Elternrollenorientierung wurde mittels Korrelationen untersucht. Die Eltern hatten im Schnitt eine relativ niedrige Ausprägung in der traditionellen Elternrollenorientierung und waren somit allgemein sehr egalitär eingestellt. Frauen hatten statistisch signifikant höhere Mittelwerte als Männer (Mittelwert Mütter =  $1.43$ , Mittelwert Männer =  $1.33, t(565.2) = -2.63$ , zweiseitiges  $p = .009, d = -0.209$ ). Aufgrund der schiefen Verteilung von Elternrollenorientierung wurden bezüglich des Zusammenhangs zwischen elterlichem Stress und Elternrollenorientierung Spearman-Korrelationen gerechnet. Es konnten keine signifikanten Zusammenhänge zwischen den beiden Konstrukten in der Gesamtstichprobe festgestellt werden, Spearmans  $\rho = .033, p = .37$ . Auch der Zusammenhang zwischen Elternrollenorientierung und elterlichem Stress bei Müttern erreichte keine statistische Signifikanz, Spearmans  $\rho = .027, p = .64$ ; genauso wenig wie bei Vätern, Spearmans  $\rho = .022, p = .67$ .

**5.5.3 Weitere Analysen zu dyadischem Stress.** Auch zu dyadischem Stress wurden Zusatzanalysen durchgeführt, die von Interesse für das Forschungsthema waren.

**5.5.3.1 Geschlechtsunterschiede.** Die Varianzhomogenität war für dyadischen Stress gegeben, wie durch den nicht-signifikanten Levene-Test deutlich wurde. Wie  $t$ -Tests zeigten, konnten keine signifikanten Geschlechtsunterschiede im partnerschaftlichen Stresserleben gefunden werden. Väter hatten hier einen Mittelwert von  $1.81$ , Frauen von  $1.86$ , was knapp unter der Antwortmöglichkeit 2, *etwas Stress in der Partnerschaft*, lag.

**5.5.3.2 Zusammenhang Beziehungsdauer und dyadischer Stress.** Da durch ein Streudiagramm im Zuge der Voraussetzungsprüfung für eine Korrelation erkenntlich wurde, dass die Beziehungsdauer und dyadischer Stress in keinem linearen Bezug zueinander standen, wurde die robustere Spearman-Korrelation gewählt, um einen Zusammenhang

zwischen Beziehungsdauer und dyadischem Stress zu untersuchen. Hier konnte kein signifikanter Zusammenhang festgestellt werden, Spearmans  $\rho = 0.01$ ,  $p = 0.79$ .

## 5.6 Auswertung der offenen Fragen

**5.6.1 Erwartungen, die an Eltern gestellt werden.** Mit der Frage, welche Erwartungen an die Eltern gestellt würden, und wodurch sie sich unter Druck gesetzt fühlten, sollte die vorliegende Studie um qualitative Antworten bereichert werden und ein umfassenderes Bild der Anforderungen an Eltern liefern. Das Ausfüllen dieser Frage war freiwillig. Es wurden insgesamt 1007 Antworten genannt, die mit dem Programm MAXQDA kategorisiert wurden. Durch exploratives Vorgehen wurden 11 Kategorien gebildet (davon eine *Sonstiges*).

Am häufigsten konnten Antworten der Kategorie Work-Life-Balance und Organisation zugeordnet werden („Arbeit, Kind und Haushalt müssen laufen“, „Als Mutter alles im Blick haben“). Die zweithäufigste Kategorie bildeten Angaben zu Erziehung, Pflege oder Bildung der Kinder, wie zum Beispiel „Engagement, dem Kind soll es an nichts fehlen“ oder „Immer perfekt in Stresssituationen mit den Kindern reagieren“. Die dritte Kategorie könnte man als persönliche Anforderungen bezeichnen, in die Aussagen wie „immer geduldig sein“, „Stressresistenz, Frustrationstoleranz, Geduld“ fallen. Die viertgrößte Kategorie war Zeit und Verfügbarkeit mit Aussagen wie „Hoher Druck, immer für Kind da zu sein“, „Ständige Verfügbarkeit für alle Belange der Kinder“, gefolgt von Aussagen, die den Lifestyle der Eltern betreffen, z. B. „Alles soll sauber und aufgeräumt sein“, „perfekter Haushalt“. Einige Antworten wurden genannt, die die Rollen als Vater und Mutter betreffen, wie beispielsweise „Aufgabenverteilung; „typische“ Mutteraufgaben soll ich übernehmen, obwohl sie mein Partner mindestens genauso gut erledigt“ oder immer ein gutes Vorbild sein zu müssen. Etwa gleich viele Nennungen betrafen die Erwartungen, die an die eigenen Kinder gestellt werden und als Elternteil somit ebenfalls Stress auslösen, wie gutes Benehmen der Kinder, gute Manieren oder gute Noten. Eine kleinere Kategorie bildeten Aussagen die explizit durch andere Personen, die Gesellschaft, oder Institutionen gestellt werden, wie „aufgedrückter Wettkampf wer die besten Kinder hat“, oder „die Konkurrenz unter Müttern ist anstrengend“. Manche Eltern erwähnten dezidiert ihre eigenen Ansprüche an sich selbst, die deswegen eine eigenständige Kategorie bildeten, wie „Permanent da sein zu müssen. Aber ich glaube, diese Erwartung habe ich an mich selbst, sie wird nicht von außen an mich herangetragen.“. Der Rest der Nennungen war keiner Kategorie eindeutig zuzuordnen und beinhaltete beispielsweise Zukunftssorgen,

Unsicherheiten durch die Covid-19-Pandemie, finanziellen Druck oder Stress in der Partnerschaft.

## 6. Diskussion

In der vorliegenden Arbeit wurde der Zusammenhang zwischen elterlichem und partnerschaftlichem Stress, verschiedenen Dimensionen von elterlichem Perfektionismus und der Orientierung an traditionellen Elternrollen untersucht. Ziel war es, besser zu verstehen, ob Eltern Druck verspüren, perfekte Eltern sein zu müssen, wie dies mit Stress in der Eltern- und Partnerschaft in Verbindung steht und ob eine Assoziation mit traditionellen Rollenbildern zu Müttern und Vätern erkennbar ist. Da Mütter und Väter durch ihr gelesenes Geschlecht trotz erheblicher Fortschritte in der Gleichstellung vor unterschiedlichen Lebensrealitäten stehen, wurde in dieser Arbeit bewusst auf die Geschlechtsunterschiede eingegangen, um diesen Verschiedenheiten gerecht werden zu können.

Mit der ersten Forschungsfrage sollte herausgefunden werden, wie multidimensionaler elterlicher Perfektionismus bei Müttern und Vätern unterschiedlich ausgeprägt ist. Dafür wurden die Proband\*innen nach ihren perfektionistischen Ausprägungen, bezogen auf sich selbst, auf Erwartungen der Gesellschaft, auf Erwartungen an den\*die Partner\*in gerichtet und auf Ansprüche vom\*n (der) Partner\*in kommend, befragt. Die Eltern hatten im Vergleich zu den anderen Dimensionen einen relativ hoch ausgeprägten selbstorientierten Perfektionismus, erwarteten also sehr viel von sich selbst als Eltern. Dieses Ergebnis ist in Anbetracht des aktuellen Trends zum Intensive Parenting, also möglichst großer Investitionen in die Kindererziehung, nachvollziehbar. Eltern setzen sich selbst oftmals stark unter Druck, alles richtig zu machen. Es wurde in vergangenen Studien zunehmend beobachtet, dass sich viele Väter in heterosexuellen Beziehungen in den letzten Jahren neben der Rolle des Geldverdieners auch mehr mit einer zugewandten, involvierten Vaterrolle identifizieren, und elterliche Aufgaben und Verantwortungen dadurch stärker für beide Elternteile gelten (Diabaté et al, 2015). Das könnte erklären, warum im Gegensatz zu Lee et al. (2012) für den selbstorientierten Perfektionismus keine höheren Werte für Mütter gefunden werden. Im sozial erwarteten Perfektionismus hatten Mütter jedoch signifikant höhere Werte. Im Einklang mit der Literatur (Forbes et al., 2020; Henderson et al., 2015; Lee et al., 2012; Sorkkila & Aunola, 2019) berichteten Mütter somit mehr von überhöhten Erwartungen durch die Gesellschaft, die an sie als Mütter gestellt würden. Dies deutet darauf hin, dass der Einfluss des hegemonialen Diskurses von Mutterschaft tatsächlich noch

sehr präsent ist, und Mütter, unabhängig davon was sie selbst von diesen Ansichten halten, unweigerlich davon beeinflusst werden (Henderson et al., 2015). Väter erlebten statistisch signifikant höhere Erwartungen vonseiten ihrer Partnerin als umgekehrt. Passend dazu hatten Mütter signifikant höhere Werte im partnergerichteten Perfektionismus, was bedeutet, dass sie mehr perfektionistische Erwartungen an ihre Partner stellten. Nachdem die Stichprobe als sehr egalitär bezeichnet werden kann, weil der Großteil der Befragten klassische Rollenbilder von Müttern und Vätern eher ablehnte, war es den Teilnehmenden möglicherweise wichtig, die klassischen Stereotype von Männern und Frauen nicht zu erfüllen. Das könnte erklären, weshalb an die Männer in dieser Untersuchung höhere Erwartungen hinsichtlich ihrer Vaterrollen gestellt wurden. Gleichzeitig scheinen die traditionellen Rollenbilder noch immer zu existieren und Druck zu erzeugen, was Mütter, indiziert durch ihre höheren Werte im sozial erwarteten Perfektionismus, auch spüren.

Perfektionistische Ansprüche an sich selbst und an die Partner\*in als Eltern können den Stress in der Elternschaft erhöhen (Sorkkila und Aunola, 2019) und sich negativ auf die Partnerschaft auswirken (Stoeber et al., 2012). Es konnte keine Studie gefunden werden, die explizit den Zusammenhang zwischen multidimensionalem elterlichem Perfektionismus und elterlichem sowie dyadischem Stress untersucht hat. In dieser Arbeit wurde genau dies mit der zweiten Forschungsfrage „Besteht ein Zusammenhang zwischen elterlichem Perfektionismus und elterlichem sowie dyadischem Stress, und wie unterscheiden sich Mütter und Väter in dieser Hinsicht?“ getan. Zunächst wurde die Abhängigkeit zwischen Perfektionismus und elterlichem Stress mit partiellen Korrelationen analysiert. Kontrolliert für die jeweils anderen Dimensionen des elterlichen Perfektionismus sowie Gewissenhaftigkeit, war bei Müttern nur noch die Korrelation zwischen selbstorientiertem Perfektionismus und elterlichem Stress statistisch signifikant. Dieser Zusammenhang wurde in früheren Studien nur teilweise gefunden wurden: Lee et al. (2012) konnten keine Abhängigkeit zwischen selbstorientiertem Perfektionismus und Stress bei Müttern finden, Lindström et al. (2011) hingegen fanden ebenfalls, dass Eltern, die immer alles richtig machen wollen, dadurch mehr an Erschöpfung, einer Auswirkung von Stress, leiden. Auch für Väter war dieser Zusammenhang in der vorliegenden Untersuchung statistisch signifikant, wenn auch nur mit einer geringen Effektstärke. Zu einem anderen Ergebnis sind Lee et al. (2012) gekommen, wo Väter mit mehr selbstorientiertem Perfektionismus tendenziell sogar weniger Elternstress hatten. Diese Ergebnisse verweisen auf die ambivalente Natur des selbstorientierten Perfektionismus, der mit adaptiven, als auch mit maladaptiven Charakteristika in Zusammenhang gebracht wurde (Stoeber et al., 2012).



Warum dies so ist, ist noch sehr unklar (Robinson et al., 2021). Möglich wäre, dass die Selbsteinschätzung, ob eigene Ziele und Ansprüche ausreichend erfüllt werden können, einen Unterschied in der Auswirkung des selbstorientierten Perfektionismus machen. In dieser Arbeit ging der Zusammenhang des selbstorientierten Perfektionismus mit mehr Stress allerdings für beide Geschlechter klar hervor, einerseits aus den partiellen Korrelationen, andererseits auch durch den relativ hohen Mittelwert bei der Frage, wie viel Stress die Teilnehmenden durch ihre eigenen Ansprüche hatten. Dadurch wird auch in dieser Arbeit auf die maladaptiven Auswirkungen von Perfektionismus hingewiesen, jedoch wurden auch keine Konstrukte zu adaptiven Ausprägungen des Perfektionismus erfragt.

Zwischen sozial erwartetem Perfektionismus und elterlichem Stress ergaben sich weder bei den Müttern, noch bei den Vätern signifikante partielle Korrelationen. Dieses Ergebnis war unerwartet, da die Literatur klar auf die maladaptiven Auswirkungen von sozial erwartetem Perfektionismus und gesellschaftlichen Ansprüchen auf das Wohlbefinden, vor allem bei Müttern, verweist (Henderson et al., 2015; Sorkkila & Aunola, 2019). Wenn auch kein statistisch signifikanter Zusammenhang zwischen elterlichem Stress und sozial erwartetem Perfektionismus gefunden werden konnte, hatten Mütter dennoch höhere Werte im sozial erwarteten Perfektionismus und gaben signifikant häufiger an, sich durch Ansprüche der Gesellschaft gestresst zu fühlen. Möglicherweise lösen gesellschaftliche Ansprüche eine andere Form des Stresses aus, als in dieser Arbeit erfasst wurde. Henderson et al. (2015) argumentieren sogar, dass Mütter durch die hegemoniale Ideologie der Mutterschaft zwangsläufig negativ beeinflusst würden, ganz gleich ob sie persönlich diese Genderideologie teilen, und dass die bewusste Wahrnehmung der gesellschaftlichen Forderungen hintergründig sei. Für Väter ergab sich auch noch eine weitere signifikante Korrelation, nämlich jene zwischen den Erwartungen der Partnerin und elterlichem Stress. Zusätzlich hatten Väter auch höhere Mittelwerte bei der Frage, wie viel Stress die Ansprüche ihrer Partner\*innen auslösen. Das deckt sich mit den Ergebnissen von Piotrowski (2020), der in seiner Untersuchung feststellte, dass die Erwartungen der Partnerinnen starke Auswirkungen auf die männlichen Partner und deren wahrgenommene Funktionsfähigkeit als Eltern haben können. Erklärt wird das dadurch, dass sich Frauen durch die gesellschaftliche Anforderung einer erfolgreichen Mutter mehr an den Kindern orientieren, und Väter, deren Rolle weniger eindeutig festgelegt ist, sich eher durch ihre Partnerschaft definieren (Piotrowski, 2020). Dadurch stellten Männer in Piotrowskis Untersuchung auch mehr Anforderungen an ihre Partnerinnen, was in dieser Studie aber nicht repliziert werden konnte.

Auch zwischen dyadischem Stress und elterlichem Perfektionismus ergaben sich zunächst für alle Dimensionen signifikante Korrelationen. Unter Kontrolle der jeweils anderen Dimensionen von Perfektionismus, Gewissenhaftigkeit und partnerschaftsexternem Stress blieben nur noch die die Erwartungen des Partners signifikant mit Stress innerhalb der Beziehung korreliert. Dieser Zusammenhang wies eine mittlere Effektstärke auf und bedeutet, dass für Mütter als auch für Väter die Erwartungen des\*der jeweils anderen zu Stress innerhalb der Paarbeziehung führen. Obgleich keine Studie bekannt ist, die explizit Stress und Perfektionismus in Partnerschaften untersucht hat, kamen ähnliche Studien zu vergleichbaren Ergebnissen. Beispielsweise wurde festgestellt, dass Personen unzufriedener in der Beziehung waren, wenn sie Partner\*innen mit hohen Erwartungen hatten (Stoeber et al., 2012), vor allem bei Paaren mit Kindern (Trub et al., 2018). Diese Ergebnisse sind gut nachvollziehbar, denn es ist naheliegend, dass der Druck, jemandes Ansprüchen genügen zu müssen, für Schwierigkeiten in dieser Beziehung sorgen kann.

Zum elterlichen und dyadischen Stress wurden unabhängig von der zweiten Forschungsfrage noch zusätzliche Analysen durchgeführt: Mütter hatten durchschnittlich etwas höhere Stresslevels als Väter, was auch in der Literatur häufig so gefunden wurde (Jungmann et al., 2021, Wiener et al., 2016). Dafür könnten verschiedene Gründe infrage kommen, beispielsweise, dass Mütter mehr Aufgaben in der Kindererziehung übernehmen als Väter, sich verantwortlicher für die Kinder fühlen, oder die Anforderungen der Elternschaft für sie schwerer zu bewältigen sind, um nur einige Beispiele zu nennen. Überstimmend mit Ergebnissen von Jungmann et al. (2021) hatten auch in dieser Untersuchung Eltern von älteren Kindern weniger elterlichen Stress. Dieser Zusammenhang konnte aber in früheren Studien nicht durchgehend gezeigt werden, und sollte daher noch besser untersucht werden. Die Eltern hatten außerdem relativ hohe Mittelwerte in ihrem Stresserleben durch die Covid-19-Pandemie, und einige Teilnehmenden nutzten auch die offenen Antwortfelder bei der Frage nach spezifischen Belastungen, um auf diesen pandemisch bedingten Stress aufmerksam zu machen. Auch Jungmann et al. (2021) weisen auf die mittlere bis hohe Belastung durch die Pandemie hin, die durch Schulschließungen, Wegfall des gewohnten Alltags oder Angst vor Ansteckung entstehen kann. Zwischen der Beziehungsdauer und dyadischem Stress konnte in dieser Studie kein Zusammenhang gefunden werden. Diese Abhängigkeit wurde bisher wenig untersucht, und es wurden unterschiedliche Ergebnisse berichtet (Kim, 2006; Levenson et al., 1994), sodass zu diesen und ähnlichen Zusammenhängen noch mehr Studien notwendig sind.

Mit der dritten Forschungsfrage sollte herausgefunden werden, ob die Orientierung an traditionellen Elternrollen den Zusammenhang zwischen multidimensionalem elterlichem Perfektionismus und elterlichem sowie dyadischem Stress beeinflusst. Wie sich herausstellte, hatte Elternrollenorientierung wider Erwarten in dieser Untersuchung kaum Einfluss auf den Zusammenhang zwischen Perfektionismus und Stress. Es ergab sich nur eine statistisch signifikante Interaktion beim Zusammenhang zwischen Erwartungen des Partners und Elternstress bei Müttern, insofern, als sich dieser Zusammenhang nur bei niedrig bis mittel ausgeprägten Werten der Elternrollenorientierung zeigte. Das bedeutet, dass bei wenig traditioneller Elternrollenorientierung die Erwartungen des Partners auch für mehr elterlichen Stress sorgten, bei starker traditioneller Orientierung nahmen diese Einstellungen keinen signifikanten Einfluss mehr auf den Elternstress bei Müttern. Eine mögliche Erklärung hierfür wäre, dass wenig traditionelle Mütter sich durch hohe Erwartungen ihrer Partner gestresst fühlen, weil sie sich dadurch mit Anforderungen konfrontiert fühlen, die ihrem egalitären Selbstbild widersprechen. Traditionell orientierte Mütter hingegen identifizieren sich möglicherweise stärker mit dem Bild einer hingebungsvollen Mutter und stellen an sich selbst vielleicht ohnehin ähnliche Ansprüche wie ihre Partner. Alles in allem konnte in dieser Studie aber bis auf die beschriebene Interaktion keine Abhängigkeit zwischen Orientierung an traditionellen Elternrollen und Elternstress gefunden werden. Das steht im Gegensatz zu den Ergebnissen von Shapiro (2014), die in ihrer Studie feststellte, dass wenig traditionelle Stiefeltern auch weniger elterlichen Stress hatten. Diese Interaktionen wurden allerdings so wie in dieser Arbeit noch nicht wissenschaftlich untersucht, und auch der einfache Zusammenhang zwischen Konstrukten wie Geschlechterrollenorientierung und Elternstress war bis jetzt kaum im Fokus der Elternforschung. Daher sind noch mehr Studien notwendig, um sichere Schlüsse ziehen zu können. Ein möglicher Grund, warum hier kaum Einfluss von Elternrollenorientierung auf den Zusammenhang von Perfektionismus und Stress, und auch keine Korrelation zwischen Elternrollenorientierung und Stress gefunden werden konnte, könnte die allgemein relativ egalitäre Einstellung der Eltern in dieser Studie sein. Nur wenige Eltern gaben an, Ansichten zu traditionellen Rollenbildern von Vätern und Müttern zu vertreten, was den Zusammenhang verzerrt haben könnte. Deshalb wäre es wichtig, diese Konstrukte in Stichproben mit vielfältigeren demographischen Merkmalen zu untersuchen. Unklar ist demnach auch, ob die egalitäre Einstellung der Teilnehmenden tatsächlich vorliegt, oder ob sie sich von den präskriptiven Normen, was Mütter und Väter traditionell tun *sollten*, aufgrund sozialer Erwünschtheit distanzieren wollten (Schiffrin et al., 2014).

In einer Zusatzanalyse wurde noch der Zusammenhang zwischen elterlichem Perfektionismus und Elternrollenorientierung untersucht. Es zeigte sich, dass Mütter, die das Gefühl hatten, ihre Partner würden sehr viel von ihnen in ihrer Mutterrolle erwarten, auch traditionellere Geschlechterrollen vertraten, was auch zu den Ergebnissen der Moderationsanalyse passt. Anzunehmen ist, dass traditionell eingestellte Mütter auch ähnlich eingestellte Partner haben, die eher das Bild der perfekten Mutter vertreten und diese Vorstellungen, bewusst oder unbewusst, an ihre Partnerinnen weitergeben. Diese Vermutung erklärt auch das umgekehrte Ergebnis, dass es einen signifikanten Zusammenhang zwischen partnergerichtetem Perfektionismus und Elternrollenorientierung bei Männern gab: traditionell eingestellte Väter verlangten eher von ihren Partnerinnen, perfekte Mütter zu sein. Väter, die denken, Mütter können sich besser um Kinder kümmern und seien für die Kindererziehung besser geeignet als Männer, scheinen diese Attribute auch von ihren Partnerinnen zu erwarten. Aufgrund des korrelativen Zusammenhangs könnte das Ergebnis auch umgekehrt zu interpretieren sein: Dass Väter, die hohe Ansprüche an ihre Partnerinnen haben, sich im Zuge dessen eher in klassischen Rollenbildern wiederfinden. Für Mütter konnten keine solche Zusammenhänge gefunden werden.

Wodurch fühlen sich Eltern am stärksten unter Druck gesetzt, was löst am meisten Stress aus? Viele Eltern nutzten die offenen Antwortfelder dieser Frage, sodass die quantitativen Analysen um qualitative Aussagen ergänzt werden konnten. Die Antworten wurden je nach Inhalt in Gruppen kategorisiert. So stellte sich heraus, dass die am häufigsten genannten Erwartungen im Bereich der Work-Life-Balance und Organisation, der erfolgreichen Kindererziehung und der persönlichen beziehungsweise emotionalen Anforderungen lagen. Von Eltern würde also erwartet, gute Eltern zu sein, Erwerbsarbeit nachzugehen und gleichzeitig den Haushalt, Termine und Alltagsorganisation im Griff zu haben. Dass diese Anforderungen für Eltern belastend sind, spiegelt auch die Studienlage wider: ein Großteil der Eltern ist der Meinung, dass die Ansprüche an die Elternschaft heute größer als noch vor einigen Jahrzehnten sind (Henry-Huthmacher, 2008, Lewicki & Greiner-Zwarg, 2015), und dass Elternsein eine große Herausforderung ist, die nur mit viel Engagement und Ressourcen gemeistert werden kann (Diabaté et al., 2015). In der vorliegenden Arbeit gaben Eltern am zweithäufigsten als belastende Erwartungen an, den Alltag der Kinder wertvoll gestalten zu müssen, sich gut mit Erziehung auszukennen und die Kinder optimal zu fördern. Dass solche und ähnliche Anforderungen häufig genannt wurden, ist vor dem Hintergrund der dominanten Ideologie des Intensive Parenting (Hays, 1996) keine Überraschung. Eine Dimension davon ist die Ansicht, dass Kinder möglichst

viel gefördert werden müssten (Liss et al., 2012). Auch die häufigen Nennungen der Eltern von persönlichen Anforderungen, wie Verfügbarkeit, Verständnis, Geduld und guter Laune gegenüber den Kindern sind vor dem Hintergrund der Ideologie des Intensive Parenting nachvollziehbar. Denn auch die Erwartungen, dass Eltern alles für ihr Kind tun sollten und ihr Leben nach diesem ausrichten sollten, ist Teil der Intensive Parenting Ideologie (Liss et al., 2012).

Zusammenfassend zeigen die Ergebnisse dieser Studie, dass Mütter und Väter in etwa gleich hohe Erwartungen an sich selbst als Eltern haben, dass dieser selbstorientierte Perfektionismus im Vergleich zu den anderen Dimensionen auch am stärksten ausgeprägt war und am höchsten mit elterlichem Stress korrelierte. Von der Gesellschaft fühlten Mütter allerdings höhere Ansprüche an sich gestellt, was durch das sozial verankerte Rollenbild einer guten, oder sogar „perfekten“ Mutter erklärbar ist. Mit elterlichem Stress waren diese wahrgenommenen Erwartungen allerdings nicht signifikant korreliert. In dieser Stichprobe stellten Frauen höhere Erwartungen an ihre Partner als umgekehrt. Damit einhergehend fühlten sich auch Väter vor höhere Erwartungen durch ihre Partnerinnen gestellt. Beide Ergebnisse konnten so auch schon in vorherigen Studien gefunden werden. In dieser Untersuchung könnte das durch die eher egalitäre Einstellung der Stichprobe erklärt werden, welche nicht mit traditionellen Erwartungen an Frauen als Mütter kompatibel ist. Bei Vätern, nicht aber bei Müttern, standen die Erwartungen der Partnerinnen auch mit mehr eigenem Elternstress in Verbindung. Partnerschaftlicher Stress wiederum war für beide Geschlechter mit den Erwartungen des Partners assoziiert: Personen, die das Gefühl hatten, ihre Partner\*innen erwarten sehr viel von ihnen als Eltern, gaben auch mehr Stress in der Beziehung mit dieser Person an. Traditionelle Elternorientierung hatte kaum Einfluss auf den Zusammenhang zwischen elterlichem Perfektionismus und Stress, und war in dieser Untersuchung auch mit elterlichem Stress allein nicht korreliert. Statistisch signifikant wurde der Einfluss der Elternrollenorientierung nur auf den Zusammenhang zwischen Erwartungen des Partners und Elternstress bei Müttern. Je höher die Erwartungen des Partners, desto höher war auch der mütterliche Stress. Dieser Einfluss der Erwartungen auf den elterlichen Stress besteht vor allem bei niedrig ausgeprägter traditioneller Rollenorientierung.

## **7. Stärken und Limitationen**

Die vorliegende Arbeit liefert weitere Ergebnisse im Forschungsfeld des elterlichen Perfektionismus und seiner Korrelaten und Determinanten. Elterlicher Perfektionismus in

Zusammenhang mit elterlichem und dyadischem Stress wurde in dieser Form bisher kaum untersucht, und auch zur Komponente der Geschlechterrollenorientierung in der kontextspezifischen Form der Orientierung an traditionellen Elternrollen gibt es im Zusammenhang mit elterlichem Perfektionismus und Stress noch keine Forschungsergebnisse. Es konnte keine Studie gefunden werden, die partnergerichteten Perfektionismus und Erwartungen des Partners mit elterlichem Stress in Zusammenhang untersucht hat, obwohl diese Domäne für den Elternbereich besonders relevant sein könnte (Forbes et al., 2020). Diese Untersuchung liefert erste Ergebnisse für dieses Forschungsfeld. Perfektionismus wurde oft allgemein und nicht bereichsspezifisch untersucht – aus diesem Grund wurde für diese Untersuchung eine Skala gewählt, die genau für die Elternforschung entwickelt wurde (Snell et al., 2005). Väter sind in der Elternforschung oft unterrepräsentiert (Nielsen et al., 2020), und im Bereich des elterlichen Perfektionismus kaum untersucht worden (Forbes et al., 2020) sodass es ein großer Vorteil dieser Studie ist, dass Väter sogar mehr als die Hälfte der Teilnehmer\*innen ausmachten.

Die vorliegende Arbeit weist allerdings auch Schwächen auf. So ist die Stichprobe sehr homogen in Bezug auf demographische Merkmale: die Teilnehmenden hatten im Schnitt einen sehr hohen Bildungsstand und waren überwiegend Deutsche. Die Eltern in dieser Stichprobe waren zudem sehr egalitär eingestellt und lehnten klassische Rollenzuschreibungen eher ab, was vermutlich nicht der durchschnittlichen Einstellung der breiten Bevölkerung entspricht. Die spezifischen Auslegungen der elterlichen Rolle können in verschiedenen gesellschaftlichen Milieus variieren – in schwierigen sozioökonomischen Bedingungen lebend, sehen sich Mütter und Väter vor andere soziale Erwartungen gestellt als Eltern der bürgerlichen Oberschicht (Henry-Huthmacher, 2008). Um die individuellen Lebensrealitäten und Bedürfnisse von Eltern aus verschiedenen Bevölkerungsschichten und mit verschiedenen soziokulturellen Hintergründen zu verstehen, sollte eine diesbezügliche Repräsentativität in zukünftigen Studien angestrebt werden. Da für diese Arbeit nur gewisse psychologische Merkmale untersucht wurden, musste die Stichprobe aus methodischen Gründen eingeschränkt werden. Obgleich versucht wurde, die Einschlusskriterien möglichst inklusiv zu gestalten, konnten durch die Fragen zur Partnerschaft nur Eltern teilnehmen, die in einer Partnerschaft lebten. Alleinerziehende Eltern sind somit nicht repräsentiert. Genauso identifizierten sich fast 100% der Teilnehmenden als eindeutig männlich oder weiblich und lebten in heterosexuellen Beziehungen. Eltern am LGBTQIA+ Spektrum sind in dieser wie in den meisten Studien unterrepräsentiert (Zhang et al., 2021). Genauso nahmen kaum Adoptiv-, Stief- oder Pflegeeltern an der Studie teil, weshalb in zukünftigen

Studien Familien abseits des klassischen Familienbildes einer heteronormativen, biologischen Elternschaft stärker berücksichtigt werden sollten. Für viele Analysen wurden die Teilnehmenden nach der in unserer Gesellschaft vorherrschenden binären Geschlechtertrennung in männlich und weiblich analysiert. Diese Unterscheidung wurde hier bewusst getroffen, da Mütter weiterhin einen Großteil der Erziehungs- und Pflegeaufgaben übernehmen (Henry-Huthmacher, 2008), und deren Lebensrealität berücksichtigt werden sollte. Abgesehen davon gibt es zu Vaterschaften viel weniger Forschung als zu Müttern, vor allem im Bereich des elterlichen Perfektionismus und Stress (Nielsen et al., 2020), weshalb diese Arbeit hier weitere Erkenntnisse liefern möchte. Allerdings wird die binäre Einteilung der Geschlechter in der sozialwissenschaftlichen Forschung auch kritisiert, denn solange nach Geschlechtsunterschieden gesucht wird, werden diese auch gefunden und verstärken dadurch Geschlechtsstereotype und Vorurteile (Rippon, 2020). Dies kann in weiterer Folge dazu führen, dass Unterschiede zwischen Männern und Frauen als biologisch vorgegeben, als essentialistisch betrachtet werden und zur Rechtfertigung patriarchaler Strukturen, wie beispielsweise, dass Väter einer Erwerbsarbeit nachgehen und Mütter auf die Kindererziehung fokussiert sind, verwendet werden (Bem, 1993). Wie groß die Differenzen in verschiedenen Forschungsbereichen zwischen Männern und Frauen tatsächlich sind, und was davon auf gesellschaftlich konstruierte Unterschiede zurückzuführen ist, ist Thema vieler anderer Untersuchungen und kann hier nicht näher diskutiert werden. Es soll aber festgehalten werden, dass das Infragestellen der Geschlechterbinarität wichtig ist, und genau die damit verbundenen Rollenzuschreibungen kritisch betrachtet werden müssen, um einen weiteren Schritt in Richtung sozialer Gerechtigkeit für alle zu gehen.

Methodisch muss angemerkt werden, dass es von großem Wert für zukünftige Studien wäre, bei partnerschaftlichen Themen auch tatsächlich Paare zu befragen. Aus ökonomischen Gründen wurden hier Einzelpersonen untersucht. Es würde allerdings einen Mehrwert bieten, jeweils die Sichtweisen beider Partner\*innen vergleichen zu können (Stoeber, 2012). Außerdem wurde fremdgerichteter Perfektionismus in dieser Arbeit nur in Form des partnergerichteten Perfektionismus untersucht und kindgerichteter Perfektionismus nicht näher untersucht. Da dieser aber im Familienleben eine potentiell sehr wichtige Rolle spielt (Piotrowski, 2020), sollte dieser in zukünftigen Untersuchungen berücksichtigt werden. Elterlicher Perfektionismus wurde hier nach der Definition von Snell et al. (2005) untersucht, da diese Autor\*innen einen Fragebogen speziell für diesen Forschungsbereich entwickelt haben. In anderen Studien wurden teilweise andere

Operationalisierungen von Perfektionismus, beispielsweise in Anlehnung an Frost et al. (1990), verwendet. Die hier vorgestellte Konzeptualisierung stellt also keine allgemeingültige dar, und schränkt die Vergleichbarkeit zwischen Studien mit abweichenden Definitionen ein. Weiters basieren die meisten der hier durchgeführten Untersuchungen auf Korrelationen. Korrelative Zusammenhänge zweier Variablen können allerdings nicht kausal interpretiert werden, und ein weiterer Einfluss eines dritten Faktors kann nicht ausgeschlossen werden. Außerdem ist das Studiendesign ein querschnittliches, was Aussagen über die Kausalität von Faktoren ebenfalls einschränkt (Henderson et al., 2015). Ob beispielsweise Stress zu mehr Perfektionismus führt oder umgekehrt, lässt sich durch diese Daten nicht feststellen. Viele Ergebnisse hatten nur niedrige bis mittlere Effektgrößen. Um sicher von einer Relevanz der gefundenen Effekte ausgehen zu können, müssen diese Ergebnisse in anderen Stichproben repliziert werden. Schließlich beruhen die hier gefundenen Ergebnisse auf Fragebögen zur Selbsteinschätzung. Diese bergen die Gefahr von verzerrenden Antworttendenzen wie sozialer Erwünschtheit, Zustimmungstendenz oder der Tendenz zur Mitte (Bogner & Landrock, 2015).

## **8. Praktische Implikationen**

Diese Studie hat die Ausprägungen und Zusammenhänge von elterlichem multidimensionalem Perfektionismus, elterlichem und dyadischem Stress und Orientierung an der traditionellen Elternrolle untersucht. Es wurde deutlich, dass selbstorientierter elterlicher Perfektionismus bei Eltern am höchsten ausgeprägt und mit elterlichem Stress assoziiert war. Die eigenen Ansprüche könnten also im Alltag von Eltern einen Stressfaktor darstellen, der in der Elternberatung und im klinischen Kontext Beachtung finden sollte. Nachdem elterlicher Stress mit vielen negativen Outcomes bezüglich der psychischen Gesundheit assoziiert ist (Lee et al., 2012, Rizzo et al., 2013), und mit kindlichem Problemverhalten zumindest indirekt in Zusammenhang steht (Cina & Bodenmann, 2009) ist es wichtig, Korrelate und Bedingungen dessen möglichst gut zu verstehen, um Familien optimal unterstützen zu können. Bezüglich des sozial erwarteten Perfektionismus ist es wichtig festzuhalten, dass nach wie vor mehr Mütter als Väter hohe Erwartungen von der Gesellschaft an sich gestellt fühlen. Es kann deshalb hilfreich sein, Eltern zur Reflexion ihrer eigenen Erwartungen und Ansprüche anderer zu ermutigen und somit die Narrative der Mutter- und Elternschaft ein Stück weit neu zu denken (Forbes et al., 2020). Da die Erwartungen des Partners in signifikantem Zusammenhang mit Stress in der Partnerschaft standen, was auch in früheren Studien festgestellt wurde (Stoeber, 2012), wird deutlich, dass



das Hinterfragen von perfektionistischen Erwartungen an Partner\*innen den Stress in Partnerschaften reduzieren könnte. Interventionen, etwa, wie eigene überhöhte Ansprüche gesenkt werden können oder wie mit den Anforderungen von Partner\*innen umgegangen werden kann, könnten ebenfalls zu einer Stressreduktion in Partner- und Elternschaften beitragen (Trub et al., 2018). Im Sinne von Winnicotts Begriff der *good enough mother* (zit. nach Ahnert, 2010) kann es für Eltern, besonders für Mütter, entlastend sein, Diskrepanzen vom Ideal der perfekten Mutter (oder des perfekten Vaters) akzeptieren zu lernen. Das Wissen um den Einfluss eigener perfektionistischer Erwartungen und denen anderer kann für psychologische Beratungskontexte wesentlich sein, und sollte in der Anamnese oder Analyse von Stressfaktoren stärker berücksichtigt werden. Neben individuellen Copingstrategien sind systemische und institutionelle Veränderungen allerdings unumgänglich, um Eltern längerfristig zu entlasten. Gerade Anforderungen im Bereich der Vereinbarkeit von Arbeit und Familie und Ansprüche an die eigenen Kompetenzen in der Kindererziehung setzen Eltern unter Druck. Flexiblere Arbeitszeiten, ausgebauter Kinderbetreuung und umfassende Beratungs- und Unterstützungsangebote sind nur wenige Beispiele dafür, wie Eltern individuell unterstützt werden können (Henry-Huthmacher, 2008). Mit zunehmender Veränderung weiblicher und männlicher Geschlechterrollen zeichnet sich eine Tendenz ab, dass auch die Rollen von Müttern und Vätern ähnlicher werden. Eine Debatte über die Anforderungen, die von der Gesellschaft an Eltern herangetragen werden, ist aber nach wie vor wichtig, um Geschlechterstereotype Schritt für Schritt abzubauen und Eltern mehr Selbstverwirklichung, Gelassenheit und einen entspannteren Alltag zu ermöglichen.

## Literaturverzeichnis

- Ahnert, L. (2010). *Wieviel Mutter braucht ein Kind?* Beltz Verlag.
- Algarvio, S., Leal, I. & Maroco, J. (2018). Parental stress scale: Validation study with a Portuguese population of parents of children from 3 to 10 years old. *Journal of Child Health Care*, 22(4), 563–576. <https://doi.org/10.1177/1367493518764337>
- Banchefsky, S. & Park, B. (2016). The “new father”: Dynamic stereotypes of fathers. *Psychology of Men & Masculinity*, 17(1), 103–107.  
<https://doi.org/10.1037/a0038945>
- Bem, S. L. (1993). *The lenses of gender: Transforming the debate on sexual inequality* (New ed). Yale University Press.
- Berry, J. O. & Jones, W. H. (1995). The parental stress scale: Initial psychometric evidence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12(3), 463–472.  
<https://doi.org/10.1177/0265407595123009>
- Bianchi, S. M., Milkie, M. A., Sayer, L. C. & Robinson, J. P. (2000). Is anyone doing the housework? Trends in the gender division of household labor. *Social Forces*, 79(1), 191. <https://doi.org/10.2307/2675569>
- Blanca, M. J., Alarcón, R., Arnau, J., Bono, R., & Bendayan, R. (2017). Non-normal data: Is ANOVA still a valid option? *Psicothema*, 29(4), 552–557.  
doi:10.7334/psicothema2016.383
- Bodenmann, G., & Perrez, M. (1991). Dyadisches Coping - eine systemische Betrachtungsweise der Belastungsbewältigung in Partnerschaften. *Zeitschrift für Familienforschung*, 3(3), 4-25. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-293105>

- Bogner, K. & Landrock, U. (2015). *GESIS Survey Guidelines Antworttendenzen in standardisierten Umfragen*.  
[https://www.gesis.org/fileadmin/upload/SDMwiki/Antworttendenzen\\_Bogner\\_Landrock\\_08102015\\_1.1.pdf](https://www.gesis.org/fileadmin/upload/SDMwiki/Antworttendenzen_Bogner_Landrock_08102015_1.1.pdf)
- Bünning, M. (2015). What happens after the ‘daddy months’? Fathers’ involvement in paid work, childcare, and housework after taking parental leave in Germany. *European Sociological Review*, 31(6), 738–748. <https://doi.org/10.1093/esr/jcv072>
- Cina, A. & Bodenmann, G. (2009). Zusammenhang zwischen Stress der Eltern und kindlichem Problemverhalten. *Kindheit und Entwicklung*, 18(1), 39–48.  
<https://doi.org/10.1026/0942-5403.18.1.39>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Elsevier Gezondheidszorg. <https://web-s-ebsohost-com.uaccess.univie.ac.at/ehost/ebookviewer/ebook/bmxlYmtfXzkyMzE1OV9fQU41?sid=78b00508-65cc-41bc-9f2d-55e4d95351f6@redis&vid=0&format=EB&rid=1>
- Cortina, J. M. (1993). What is coefficient alpha? An examination of theory and applications. *Journal of Applied Psychology*, 78(1), 98–104. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.78.1.98>
- Deater-Deckard, K. (1998). Parenting stress and child adjustment: Some old hypotheses and new questions. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 5(3), 314–332.  
<https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.1998.tb00152.x>
- Deater-Deckard, K. & Panneton, R. (2017). Unearthing the developmental and intergenerational dynamics of stress in parent and child functioning. In: Deater-Deckard, K. & Panneton, R. (Eds.), *Parental stress and early child development: Adaptive and maladaptive outcomes* (pp. 1 – 11). Springer.  
[https://play.google.com/books/reader?id=WFXdDgAAQBAJ&pg=GBS.PA2.w.1.0.287\\_81&hl=en\\_US](https://play.google.com/books/reader?id=WFXdDgAAQBAJ&pg=GBS.PA2.w.1.0.287_81&hl=en_US)

- Diabaté, S., Dorbritz, J., Lück, D., Naderi, R., Ruckdeschel, K., Schiefer, K. & Schneider, N. F. (2015). *Familienleitbilder in Deutschland. Muss alles perfekt sein?* Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung.
- Diekmann, A. B., Clark, E. K., Johnston, A. M., Brown, E. R. & Steinberg, M. (2011). Malleability in communal goals and beliefs influences attraction to stem careers: Evidence for a goal congruity perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(5), 902–918. <https://doi.org/10.1037/a0025199>
- Douglas, S. & Michaels, M. (2004). *The Mommy myth: The idealization of motherhood and how it has undermined all women*. Free Press.  
<https://archive.org/details/mommymythidealiz00doug/page/n111/mode/2up?view=theater>
- Durtschi, J. A., Soloski, K. L. & Kimmes, J. (2017). The dyadic effects of supportive coparenting and parental stress on relationship quality across the transition to parenthood. *Journal of Marital and Family Therapy*, 43(2), 308–321.  
<https://doi.org/10.1111/jmft.12194>
- Eagly, A. H., Wood, W. & Diekmann, A. (2000). Social role theory of sex differences and similarities: A current appraisal. In T. Eckes & H. M. Trautner (Eds.), *The Developmental Social Psychology of Gender* (S. 123–174). New York Psychology Press.
- Egan, S. J., Piek, J. P., Dyck, M. J. & Rees, C. S. (2007). The role of dichotomous thinking and rigidity in perfectionism. *Behaviour Research and Therapy*, 45(8), 1813–1822.  
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2007.02.002>
- European Commission. Directorate-General for Justice and Consumers. (2019). *2019 Report on equality between women and men in the EU*. UTB.  
[https://ec.europa.eu/info/sites/default/files/aid\\_development\\_cooperation\\_fundamental\\_rights/annual\\_report\\_ge\\_2019\\_en.pdf](https://ec.europa.eu/info/sites/default/files/aid_development_cooperation_fundamental_rights/annual_report_ge_2019_en.pdf)

Falconier, M. K., Nussbeck, F., Bodenmann, G., Schneider, H. & Bradbury, T. (2015).

Stress from daily hassles in couples: Its effects on intradyadic stress, relationship satisfaction, and physical and psychological well-being. *Journal of Marital and Family Therapy*, 41(2), 221–235. <https://doi.org/10.1111/jmft.12073>

Feldkötter, A. L., Thomsen, T. & Lessing, N. (2019). Die Rolle von Partnerschaft, Erziehung und Elternstress beim Problemverhalten von Kindern im Vorschulalter. *Kindheit und Entwicklung*, 28(1), 68–76. <https://doi.org/10.1026/0942-5403/a000272>

Field, A. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS: (And Sex and Drugs and Rock „n“ Roll) (Introducing Statistical Methods Series)* (3. Aufl.). SAGE Publications Ltd.

Fischer, I. (2020). The role of gender ideology, intensive parenting, educational resources, and psychological well-being for parent-child reading frequency. *Journal of Family Studies*, 1–18. <https://doi.org/10.1080/13229400.2020.1787858>

Flett, G. L., Hewitt, P. L., Shapiro, B. & Rayman, J. (2001). Perfectionism, beliefs, and adjustment in dating relationships. *Current Psychology*, 20(4), 289–311. <https://doi.org/10.1007/s12144-001-1013-4>

Forbes, L. K., Donovan, C. & Lamar, M. R. (2020). Differences in intensive parenting attitudes and gender norms among U.S. mothers. *The Family Journal*, 28(1), 63–71. <https://doi.org/10.1177/1066480719893964>

Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449–468. <https://doi.org/10.1007/bf01172967>

Garey, A. I. & Arendell, T. (1999). *Children, work, and family: Some thoughts on „Mother Blame“*. eScholarship@BC. Boston College University Libraries. <https://dlib.bc.edu/islandora/object/bc-ir:100386/datastream/PDF/view>

- Gaunt, R. (2006). Biological essentialism, gender ideologies, and role attitudes: What determines parents' involvement in child care. *Sex Roles*, 55(7–8), 523–533.  
<https://doi.org/10.1007/s11199-006-9105-0>
- Gäde, J. C., Schermelleh-Engel, K. & Werner, C. S. (2020). Klassische Methoden der Reliabilitätsschätzung [E-Book]. In H. Moosbrugger & A. Kelava (Hrsg.), *Testtheorie und Fragebogenkonstruktion* (3. Auflage, S. 305). Springer.
- Gowda, A. S. & Rodriguez, C. M. (2019). Gender role ideology in mothers and fathers: Relation with parent-child aggression risk longitudinally. *Child Abuse & Neglect*, 96, 104087. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2019.104087>
- Greblo, Z. & Bratko, D. (2014). Parents' perfectionism and its relation to child rearing behaviors. *Scandinavian Journal of Psychology*, 55(2), 180–185.  
<https://doi.org/10.1111/sjop.12116>
- Grünwald, R. (2018). *Likert Skala | Auswertungsmöglichkeiten und Einflusskomponenten*. Statistik Service. [https://novustat.com/statistik-blog/likert-skala-auswertungsmoeglichkeiten.html#:~:text=Die%20Punktwerte%20der%20einzelnen%20Itemantworten,metrisch%20\(intervallskaliert\)%20zu%20betrachten.](https://novustat.com/statistik-blog/likert-skala-auswertungsmoeglichkeiten.html#:~:text=Die%20Punktwerte%20der%20einzelnen%20Itemantworten,metrisch%20(intervallskaliert)%20zu%20betrachten.)
- Haring, M., Hewitt, P. L. & Flett, G. L. (2003). Perfectionism, coping, and quality of intimate relationships. *Journal of Marriage and Family*, 65(1), 143–158.  
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00143.x>
- Hays, S. (1996). *The Cultural contradictions of motherhood*. Yale University Press.
- Hayes, A. F. & Cai, L. (2007). Using heteroskedasticity-consistent standard error estimators in OLS regression: An introduction and software implementation. *Behavior Research Methods*, 39(4), 709–722. <https://doi.org/10.3758/bf03192961>
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis, second Edition: A regression-based approach (Methodology in the Social Sciences) (English Edition)* (2nd. ed). The Guilford Press.

- Henderson, A., Harmon, S. & Newman, H. (2015). The Price Mothers Pay, Even When They Are Not Buying It: Mental Health Consequences of Idealized Motherhood. *Sex Roles*, 74(11–12), 512–526. <https://doi.org/10.1007/s11199-015-0534-5>
- Henry-Huthmacher, C. (2008). Eltern unter Druck. Zusammenfassung der wichtigsten Ergebnisse der Studie. In M. Borchard, T. Merkle & C. Wippermann (Hrsg.), *Eltern unter Druck: Selbstverständnisse, Befindlichkeiten und Bedürfnisse von Eltern in verschiedenen Lebenswelten* (1. Aufl., S. 11). De Gruyter Oldenbourg.
- Hewitt, P. L. & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456–470. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456>
- Hewitt, P. L., Flett, G. L. & Mikail, S. F. (1995). Perfectionism and relationship adjustment in pain patients and their spouses. *Journal of Family Psychology*, 9(3), 335–347. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.9.3.335>
- Hill, A. P., Hall, H. K., Appleton, P. R. & Kozub, S. A. (2008). Perfectionism and burnout in junior elite soccer players: The mediating influence of unconditional self-acceptance. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(5), 630–644. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.09.004>
- Hill, P. B. & Kopp, J. (2012). *Familiensoziologie: Grundlagen und theoretische Perspektiven (Studienskripten zur Soziologie)* (5. Aufl.). Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-531-94269-8>
- Jungmann, T., Heinschke, F., Federkeil, L., Testa, T. & Klapproth, F. (2021). Distanzlernen während der COVID-19 Pandemie. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 53(3–4), 71–81. <https://doi.org/10.1026/0049-8637/a000241>

- Kalil, A., Ziol-Guest, K. M. & Coley, R. L. (2005). Perceptions of father involvement patterns in teenage-mother families: Predictors and links to mothers' psychological adjustment\*. *Family Relations*, 54(2), 197–211. <https://doi.org/10.1111/j.0197-6664.2005.00016.x>
- Katz-Wise, S. L., Priess, H. A. & Hyde, J. S. (2010). Gender-role attitudes and behavior across the transition to parenthood. *Developmental Psychology*, 46(1), 18–28. <https://doi.org/10.1037/a0017820>
- Keller, D. (2019, 18. November). *Von Störchen und Babys: die partielle Korrelation*. Statistik und Beratung - Daniela Keller. <https://statistik-und-beratung.de/2013/05/von-storchen-und-babys-die-partielle-korrelation/#:%7E:text=Die%20partielle%20Korrelation%20setzt%20lineare,mit%20Normalverteilungsplots%20%C3%BCberpr%C3%BCft%20werden%20kann.>
- Kim, Y. (2006). Gender, attachment, and relationship duration on cardiovascular reactivity to stress in a laboratory study of dating couples. *Personal Relationships*, 13(1), 103–114. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2006.00107.x>
- Kluwer, E. S., Heesink, J. A. M. & Vliert, E. (2002). The division of labor across the transition to parenthood: A justice perspective. *Journal of Marriage and Family*, 64(4), 930–943. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00930.x>
- Kluwer, E. S. & Johnson, M. D. (2007). Conflict Frequency and Relationship Quality Across the Transition to Parenthood. *Journal of Marriage and Family*, 69(5), 1089–1106. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00434.x>
- Kubinger, K. D., Rasch, D. & Moder, K. (2009). Zur Legende der Voraussetzungen des t-Tests für unabhängige Stichproben. *Psychologische Rundschau*, 60(1), 26–27. <https://doi.org/10.1026/0033-3042.60.1.26>



- Kölch, M. & Schmid, M. (2008). Elterliche Belastung und Einstellung zur Jugendhilfe bei psychisch kranken Eltern. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 57, 774-788.
- Lawrence, E., Rothman, A. D., Cobb, R. J., Rothman, M. T. & Bradbury, T. N. (2008). Marital satisfaction across the transition to parenthood. *Journal of Family Psychology*, 22(1), 41–50. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.22.1.41>
- Lee, M. A., Schoppe-Sullivan, S. J. & Kamp Dush, C. M. (2012). Parenting perfectionism and parental adjustment. *Personality and Individual Differences*, 52(3), 454–457. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.10.047>
- Leiner, D. J. (2019). *SoSci Survey* (3.2.46) [Computer Software]. <https://www.soscisurvey.de>
- Levenson, R. W., Carstensen, L. L. & Gottman, J. M. (1994). Influence of age and gender on affect, physiology, and their interrelations: A study of long-term marriages. *Journal of personality and social psychology*, 67(1), 56–68. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.67.1.56>
- Lewicki, M. L. & Greiner-Zwarg, C. (2015, 12. Januar). *Eltern 2015 - wie geht es uns? Und unseren Kindern?* [Vorlesungsfolien]. Docplayer. <https://docplayer.org/15068149-Eltern-2015-wie-geht-es-uns-und-unseren-kindern.html>
- Lilley, C., Sirois, F. & Rowse, G. (2020). A meta-analysis of parental multidimensional perfectionism and child psychological outcomes. *Personality and Individual Differences*, 162, 110015. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110015>
- Lindström, C., Åman, J. & Norberg, A. L. (2011). Parental burnout in relation to sociodemographic, psychosocial and personality factors as well as disease duration and glycaemic control in children with Type 1 diabetes mellitus. *Acta Paediatrica*, 100(7), 1011–1017. <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.2011.02198.x>

- Liss, M., Schiffrin, H. H., Mackintosh, V. H., Miles-McLean, H. & Erchull, M. J. (2012). Development and Validation of a Quantitative Measure of Intensive Parenting Attitudes. *Journal of Child and Family Studies*, 22(5), 621–636.  
<https://doi.org/10.1007/s10826-012-9616-y>
- Louie, A. D., Cromer, L. D. & Berry, J. O. (2017). Assessing parenting stress. *The Family Journal*, 25(4), 359–367. <https://doi.org/10.1177/1066480717731347>
- Lück, D. (2015). Vaterleitbilder: Ernährer und Erzieher? In N. F. Schneider, S. Diabaté & K. Ruckdeschel (Hrsg.), *Familienleitbilder in Deutschland: Bd. 48* (S. 227–246). Verlag Barbara Budrich. <https://doi.org/10.3224/84740663>
- Mann, T. L. (1994). *Transition to fatherhood: A study of first time African American fathers*. (Dissertation).  
<https://www.proquest.com/docview/304113077?parentSessionId=EAgel7Cfe5wptzTuMs9i1eWLsaadA5UNhVIEmwzIjg%3D&pq-origsite=primo&accountid=14682>
- Matricardi, S., Agostino, R., Fedeli, C. & Montirosso, R. (2013). Mothers are not fathers: differences between parents in the reduction of stress levels after a parental intervention in a NICU. *Acta Paediatrica*, 102(1), 8–14.  
<https://doi.org/10.1111/apa.12058>
- McStay, R. L., Dissanayake, C., Scheeren, A., Koot, H. M. & Begeer, S. (2013). Parenting stress and autism: The role of age, autism severity, quality of life and problem behaviour of children and adolescents with autism. *Autism*, 18(5), 502–510.  
<https://doi.org/10.1177/1362361313485163>
- Meeussen, L. & van Laar, C. (2018). Feeling pressure to be a perfect mother relates to parental burnout and career ambitions. *Frontiers in Psychology*, 9.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02113>

- Meier, A., Musick, K., Fischer, J. & Flood, S. (2018). Mothers' and fathers' well-being in parenting across the arch of child development. *Journal of Marriage and Family*, 80(4), 992–1004. <https://doi.org/10.1111/jomf.12491>
- Mitchell, D. B., Szczerepa, A. & Hauser-Cram, P. (2016). Spilling over: Partner parenting stress as a predictor of family cohesion in parents of adolescents with developmental disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 49–50, 258–267. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2015.12.007>
- Nærde, A. & Sommer Hukkelberg, S. (2020). An examination of validity and reliability of the Parental Stress Scale in a population based sample of Norwegian parents. *PLOS ONE*, 15(12), e0242735. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0242735>
- Nelson, M. K. (2010). *Parenting out of control: Anxious parents in uncertain times* [E-Book]. NYU Press. <https://web-p-ebscohost-com.uaccess.univie.ac.at/ehost/ebookviewer/ebook/bmxlYmtfXzMxOTMyM19fQU41?sid=966e3fa0-20b3-43ec-9881-eed2931de2e8%40redis&vid=0&format=EB&rid=1>
- Newman, H. D. & Henderson, A. C. (2014). The modern mystique: institutional mediation of hegemonic motherhood. *Sociological Inquiry*, 84(3), 472–491. <https://doi.org/10.1111/soin.12037>
- Nielsen, T., Pontoppidan, M. & Rayce, S. B. (2020). The Parental stress scale revisited: Rasch-based construct validity for Danish parents of children 2–18 years old with and without behavioral problems. *Health and Quality of Life Outcomes*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/s12955-020-01495-w>
- Piotrowski, K. (2020). Child-oriented and partner-oriented perfectionism explain different aspects of family difficulties. *PLOS ONE*, 15(8), e0236870. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236870>

- Ponnet, K., Mortelmans, D., Wouters, E., van Leeuwen, K., Bastait, K. & Pasteels, I. (2012). Parenting stress and marital relationship as determinants of mothers' and fathers' parenting. *Personal Relationships*, 20(2), 259–276.  
<https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2012.01404.x>
- Pontoppidan, M., Nielsen, T. & Kristensen, I. H. (2018). Psychometric properties of the Danish Parental Stress Scale: Rasch analysis in a sample of mothers with infants. *PLOS ONE*, 13(11), e0205662. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0205662>
- Powers, T. A., Koestner, R. & Topciu, R. A. (2005). Implementation Intentions, Perfectionism, and Goal Progress: Perhaps the Road to Hell Is Paved With Good Intentions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(7), 902–912.  
<https://doi.org/10.1177/0146167204272311>
- Prikhidko, A. & Swank, J. M. (2019). Examining parent anger and emotion regulation in the context of intensive parenting. *The Family Journal*, 27(4), 366–372.  
<https://doi.org/10.1177/1066480719855371>
- Rammstedt, B., Kemper, C. J., Klein, M. C., Beierlein, C., & Kovaleva, A. (2014). Big Five Inventory (BFI-10). *Zusammenstellung sozialwissenschaftlicher Items und Skalen (ZIS)*. <https://doi.org/10.6102/zis76>
- Randall, A. K., Bodenmann, G. (2009). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical Psychology Review*, 29, 105-115.
- Randles, D., Flett, G. L., Nash, K. A., McGregor, I. D. & Hewitt, P. L. (2010). Dimensions of perfectionism, behavioral inhibition, and rumination. *Personality and Individual Differences*, 49(2), 83–87. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.03.002>
- Rasch, D. & Guiard, V. (2004). The robustness of parametric statistical methods. *Psychology Science*, 46, 175-208.

- Regorz, A. (2020). *Regressionsvoraussetzung Skaleneigenschaften*. Regorz Statistik.  
[http://www.regorz-statistik.de/inhalte/regressionsvoraussetzung\\_skaleneigenschaften.html](http://www.regorz-statistik.de/inhalte/regressionsvoraussetzung_skaleneigenschaften.html)
- Rice, K. G., Ray, M. E., Davis, D. E., DeBlaere, C. & Ashby, J. S. (2015). Perfectionism and longitudinal patterns of stress for STEM majors: Implications for academic performance. *Journal of Counseling Psychology*, 62(4), 718–731.  
<https://doi.org/10.1037/cou0000097>
- Rippon, G. (2020). *The Gendered Brain: The new neuroscience that shatters the myth of the female brain*. Vintage.
- Rizzo, K. M., Schiffrin, H. H. & Liss, M. (2013). Insight into the parenthood paradox: Mental health outcomes of intensive mothering. *Journal of Child and Family Studies*, 22(5), 614–620. <https://doi.org/10.1007/s10826-012-9615-z>
- Robinson, A., Moscardini, E., Tucker, R. & Calamia, M. (2021). Perfectionistic self-presentation, socially prescribed perfectionism, self-oriented perfectionism, interpersonal hopelessness, and suicidal ideation in U.S. adults: Reexamining the social disconnection model. *Archives of Suicide Research*, 1–15.  
<https://doi.org/10.1080/13811118.2021.1922108>
- Rollett, B., Werneck, H. & Hanfstingl, B. (2005). *Das Längsschnittprojekt Familienentwicklung im Lebenslauf (FIL): Familienentwicklung beim Schulübertritt*.  
[https://homepage.univie.ac.at/harald.werneck/FIL/Forschungsbericht\\_t5.pdf](https://homepage.univie.ac.at/harald.werneck/FIL/Forschungsbericht_t5.pdf)
- Roskam, I., Brianda, M. E. & Mikolajczak, M. (2018). A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: The parental burnout assessment (PBA). *Frontiers in Psychology*, 9.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00758>
- Schiffrin, H. H., Liss, M., Geary, K., Miles-McLean, H., Tashner, T., Hagerman, C. & Rizzo, K. (2013). Mother, father, or parent? College students' intensive parenting

- attitudes differ by referent. *Journal of Child and Family Studies*, 23(6), 1073–1080.  
<https://doi.org/10.1007/s10826-013-9764-8>
- Schneider, N. F. & Rüger, H. (2007). Value of marriage: Der Subjektive Sinn der Ehe und die Entscheidung zur Heirat. *Zeitschrift für Soziologie*, 02(36), 131–152.
- Shapiro, D. (2014). Stepparents and parenting stress: The roles of gender, marital quality, and views about gender roles. *Family Process*, 53(1), 97–108.  
<https://doi.org/10.1111/famp.12062>
- Shea, A. J., Slaney, R. B. & Rice, K. G. (2006). Perfectionism in intimate relationships: *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 39(2), 107–125.  
<https://doi.org/10.1080/07481756.2006.11909793>
- Song, C., Buysse, A., Zhang, W. H. & Dewaele, A. (2022). Perceived discrimination and relationship satisfaction among same-sex couples: The role of dyadic stress and sex. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 1–12.  
<https://doi.org/10.1080/0092623x.2021.2022048>
- Sorkkila, M. & Aunola, K. (2019). Risk factors for parental burnout among finnish parents: The role of socially prescribed perfectionism. *Journal of Child and Family Studies*, 29(3), 648–659. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01607-1>
- Statistik Austria. (2021, 7. Mai). *Pressemitteilung: 12.512-103/21*. Abgerufen am 15. März 2022, von  
[http://statistik.gv.at/web\\_de/presse/125929.html#:~:text=Wien%2C%202021%2D05%2D07,bis%20unter%2015%20Jahre\)%20erwerbst%C3%A4tig](http://statistik.gv.at/web_de/presse/125929.html#:~:text=Wien%2C%202021%2D05%2D07,bis%20unter%2015%20Jahre)%20erwerbst%C3%A4tig).
- Snell, W. E., Overbey, G. A. & Brewer, A. L. (2005). Parenting perfectionism and the parenting role. *Personality and Individual Differences*, 39(3), 613–624.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.02.006>

- Stoeber, J. (2012). Dyadic perfectionism in romantic relationships: Predicting relationship satisfaction and longterm commitment. *Personality and Individual Differences*, 53(3), 300–305. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.04.002>
- Stoeber, J., Harvey, L. N., Almeida, I. & Lyons, E. (2013). Multidimensional sexual perfectionism. *Archives of Sexual Behavior*, 42(8), 1593–1604. <https://doi.org/10.1007/s10508-013-0135-8>
- Stoeber, J. & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295–319. [https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1004\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1004_2)
- Stoeber, J., Otto, K. & Dalbert, C. (2009). Perfectionism and the Big Five: Conscientiousness predicts longitudinal increases in self-oriented perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 47(4), 363–368. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.04.004>
- Stull, T. (2014). The psychiatrist perspective. Mind, body and sport: Understanding and supporting student-athlete mental wellness. Indianapolis, IN: National Collegiate Athletic Association. <https://www.ncaapublications.com/productdownloads/MindBodySport.pdf>
- Trub, L., Powell, J., Biscardi, K. & Rosenthal, L. (2018). The “good enough” parent: Perfectionism and relationship satisfaction among parents and nonparents. *Journal of Family Issues*, 39(10), 2862–2882. <https://doi.org/10.1177/0192513x18763226>
- Tummala-Narra, P. (2009). Contemporary impingements on mothering. *The American Journal of Psychoanalysis*, 69(1), 4–21. <https://doi.org/10.1057/ajp.2008.37>
- Twenge, J. M., Campbell, W. K. & Foster, C. A. (2003). Parenthood and marital satisfaction: A meta-analytic review. *Journal of Marriage and Family*, 65(3), 574–583. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00574.x>

- Walther, B. (2019). *Moderation in SPSS rechnen*. Björn Walther.  
<https://bjoernwalther.com/moderation-in-spss-rechnen/>
- Widarsson, M., Engström, G., Berglund, A., Tydén, T. & Lundberg, P. (2014). Parental stress and dyadic consensus in early parenthood among mothers and fathers in Sweden. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 28(4), 689–699.  
<https://doi.org/10.1111/scs.12096>
- Wiener, J., Biondic, D., Grimbos, T. & Herbert, M. (2016). Parenting stress of parents of adolescents with attention-deficit hyperactivity disorder. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 44(3), 561–574. <https://doi.org/10.1007/s10802-015-0050-7>
- Williford, A. P., Calkins, S. D. & Keane, S. P. (2006). Predicting change in parenting stress across early childhood: Child and maternal factors. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 35(2), 251–263. <https://doi.org/10.1007/s10802-006-9082-3>
- Zhang, Z., Chien, H., Wilkins, K. K., Gorman, B. K. & Reczek, R. (2021). Parenthood, stress, and well-being among cisgender and transgender gay and lesbian adults. *Journal of Marriage and Family*, 83(5), 1460–1479.  
<https://doi.org/10.1111/jomf.12778>
- Zelizer, V. A. (1994). *Pricing the priceless child: The changing social value of children*. Princeton University Press. <https://archive.org/details/pricingpriceless0000zeli/page/132/mode/2up?view=theater>
- Zemp, M. (2018). Die elterliche Paarbeziehung in Familien mit Kindern mit ADHS: Wechselwirkungen zwischen Partnerschaftsstörungen und kindlicher Symptomatik. *Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie*, 46(4), 285–297.  
<https://doi.org/10.1024/1422-4917/a000558>
- Zimet, D. M. & Jacob, T. (2001). Influences of marital conflict on child adjustment: Review of theory and research. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 4(4), 319–335. <https://doi.org/10.1023/a:1013595304718>



## **Anhang**

### **Zusammenfassung**

Durch gestiegene Erwartungen an die Elternschaft in den letzten Jahren lastet auf Müttern und Vätern viel Druck alles richtig zu machen, und nicht wenige Eltern streben regelrecht nach Perfektion. An Mütter und Väter werden durch gesellschaftliche Rollenbilder unterschiedliche Anforderungen gestellt, die sich in den eigenen Ansprüchen und jenen an die Partner\*innen widerspiegeln. Diese können als elterlicher Perfektionismus mit den Dimensionen selbstorientierter, sozial erwarteter und partnergerichteter Perfektionismus sowie Erwartungen der Partner\*innen operationalisiert und gemessen werden. Diese Arbeit untersuchte mit quantitativen Methoden die Geschlechtsunterschiede im elterlichen multidimensionalen Perfektionismus sowie den Zusammenhang dessen mit elterlichem und dyadischem Stress. Außerdem wurde der Einfluss der Orientierung an traditionellen Elternrollen auf den Zusammenhang zwischen Perfektionismus und Stress analysiert. In einer querschnittlichen Onlinebefragung wurden Daten von  $N = 681$  Eltern (297 weiblich, 379 männlich) quantitativ erhoben. Mittelwertvergleiche und partielle Korrelationen zeigten, dass Eltern einen relativ hoch ausgeprägten selbstorientierten Perfektionismus hatten, der mit elterlichem Stress signifikant korreliert war. Mütter hatten höhere Werte im sozial erwarteten Perfektionismus, erlebten also mehr Anforderungen durch die Gesellschaft. Väter erlebten höhere Erwartungen seitens ihrer Partnerinnen und gleichzeitig erwarteten Mütter mehr von deren Partnern. Erwartungen der Partner\*innen waren für Mütter und Väter signifikant mit Stress in der Partnerschaft assoziiert. Orientierung an traditionellen Elternrollen hatte in dieser Untersuchung sehr wenig Einfluss auf den Zusammenhang zwischen elterlichem Perfektionismus und Stress. Die Bedeutung perfektionistischer Ansprüche auf Stress in der Familie und Partnerschaft wird abschließend diskutiert.

*Schlagwörter:* multidimensionaler elterlicher Perfektionismus, elterlicher Stress, dyadischer Stress, Geschlechterrollen, Elternrollen

### **Abstract**

Increasing expectations of parenthood put a lot of pressure on mothers and fathers to do everything right, and quite a few parents even aim for perfection. Social gender roles place different demands on mothers and fathers, which are reflected in their own expectations and those of their partners. These can be operationalized and measured as parental perfectionism with the dimensions of self-oriented, socially prescribed, and partner-oriented perfectionism as well as expectations of partners. This paper quantitatively examined gender differences in multidimensional parenting perfectionism and its association with parental and dyadic stress. In addition, the influence of orientation to traditional parenting roles on the relationship between perfectionism and stress was analysed. A cross-sectional online survey was used to collect data from  $N = 681$  parents (297 female, 379 male). Mean comparisons and partial correlations showed that parents had relatively high levels of self-oriented perfectionism, which correlated with parenting stress. Mothers had higher scores in socially prescribed perfectionism, thus experienced more demands from society. Fathers experienced higher expectations from their partners and at the same time mothers set higher expectations on their partners. Expectations from partners were significantly associated with stress in the partnership for both genders. Orientation to traditional parental roles had very little influence on the relationship between parental perfectionism and stress in this study. The significance of perfectionist expectations on stress in the family and partnership is discussed in conclusion.

*Key words:* multidimensional parenting perfectionism, parental stress, dyadic stress, gender roles, parenting roles

### **Abbildungsverzeichnis**

Abbildung 1. Mittelwerte des multidimensionalen elterlichen Perfektionismus von Müttern und Vätern .....	23
Abbildung 2. Moderation von Orientierung an der traditionellen Elternrolle auf den Zusammenhang zwischen Erwartungen des Partners und elterlichen Stress. ....	28

### **Tabellenverzeichnis**

Tabelle 1. <i>t</i> -Test für die Mittelwertgleichheit zwischen Müttern und Vätern.....	24
Tabelle 2. Korrelationsanalysen von Perfektionismus und elterlichem sowie dyadischem Stress .....	26
Tabelle 3. Korrelationen zwischen Orientierung an der traditionellen Elternrolle und Perfektionismus .....	29

Diese Arbeit wurde gefördert von der Österreichischen Hochschüler\_innenschaft.

Vielen Dank!

