



MASTERARBEIT | MASTER'S THESIS

Titel | Title

Wenn die Bindung nicht verbindet.
Die Rolle einer unsicheren Bindung für dyadisches Coping bei
Elternpaaren und den Zusammenhang von individuellem
Stressempfinden und gegebener Unterstützung.

verfasst von | submitted by
Lisa Jender BSc

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

Wien | Vienna, 2024

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

Betreut von | Supervisor:

Univ.-Prof. Dr. Martina Zemp

Danksagung

Diese Masterarbeit widme ich meinen Eltern, Elvira Elisabeth Jender und Marcus Joachim Jender. Ihr wart es, die mir die Resilienz, den Mut und das Selbstbewusstsein mitgegeben haben, meine Träume zu verwirklichen. Ich danke euch von Herzen für eure bedingungslose Unterstützung.

Ich bedanke mich außerdem bei Frau Univ.-Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Martina Zemp und Herrn Amos-Silvio Erik Friedrich, BSc MSc für die engagierte und engmaschige Betreuung dieser Masterarbeit; dabei vor allem für die gezielte Förderung meines Hauptinteressensbereiches (der Bindung im Erwachsenenalter).

Des Weiteren würde ich mich gerne bei Frau Mag. Dr. Dorothea König bedanken, welche mir durch ihr ausgezeichnetes TEWA-Seminar den Methodikteil dieser Masterarbeit um ein Vielfaches erleichtert hat.

Zu guter Letzt möchte ich mich bei all unseren Proband*innen bedanken, die sich als Eltern die Zeit aus ihrem vermutlich sehr hektischen Alltag genommen haben, um an dieser Studie teilzunehmen. Die Psychologie als Wissenschaft verdankt ihre Erkenntnisse Menschen wie Ihnen.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	5
Die theoretische und empirische Konstruktion der Bindungsstile	5
Dyadisches Coping	10
Partnerschaftsqualität.....	13
Stress und Stressbewältigung	15
Zusammenfassung	18
Fragestellungen und Hypothesen	20
Methode.....	21
Versuchsplan und Untersuchungsdesign	21
Stichprobe	22
Untersuchungsdurchführung	23
Erhebungsinstrumente	24
Demografische Angaben.....	24
Bindungssicherheit.....	24
Dyadisches Coping	25
Partnerschaftsqualität	26
Wahrgenommener Stress	27
Statistische Auswertung	27
Ergebnisse	29
Deskriptive Statistiken.....	29
Hypothesenprüfung	29
Fragestellung 1: Mediationsanalysen.....	30
Fragestellung 2: Moderationsanalysen	37
Diskussion	40
Praktische Implikationen	43
Limitationen.....	45
Konklusion	49

Literaturverzeichnis.....	50
Abbildungsverzeichnis	56
Tabellenverzeichnis.....	57
Anhang	58
Anhang A: Abstracts	58
Anhang A1: Abstract (Deutsch).....	58
Anhang A2: Abstract (Englisch).....	59
Anhang B: Linearitätsüberprüfungen	60
Anhang B1: Linearitätsüberprüfungen Fragestellung 1	60
Anhang B2: Linearitätsüberprüfungen Fragestellung 2.....	62

Einleitung

„Die Liebe ist so unproblematisch wie ein Fahrzeug. Problematisch sind nur die Lenker, die Fahrgäste und die Straße“. Wie Franz Kafka (1883 – 1924) bereits vor einem Jahrhundert bemerkte, sind romantische Partnerschaften alles andere als unkompliziert. Individuelle Personen sind die Lenker*innen, die Partner*innen und (eigenen) Kinder könnten die Fahrgäste sein, und die Straße ist das Leben. Analog zu dem täglichen Zustand der Autobahn kann man sich das Umfeld, in das man hineingeboren wird, nicht aussuchen. Das Navigieren wird anhand der Verkehrszeichen gelernt, die einem von den Fahrlehrer*innen in den Weg gestellt werden. Möchte man nun eine Fahrgemeinschaft mit anderen Fahrer*innen bilden und zukünftig dieselbe Route fahren, müssen sich die individuellen Fahrstile aneinander anpassen. Wie erfolgreich das verläuft, hängt noch von vielen weiteren Faktoren ab – unter anderem den jüngsten Fahrgästen; sprich den eigenen Kindern.

Die Liebe mag unkompliziert sein, eine erfolgreiche Beziehung zu führen bedeutet jedoch auch Arbeit. Partner*innen begegnen einander auf sozialer, emotionaler und kognitiver Ebene und sind dabei von ihren jeweiligen Vorerfahrungen geprägt. In dieser Masterarbeit soll untersucht werden, wie Unsicherheit in der Bindung die Fähigkeit zur erfolgreichen dyadischen Stressbewältigung, die Partnerschaftsqualität und das allgemeine Stresslevel beeinflusst. Dafür wird nachfolgend zuerst eine Einführung in die Konstruktion der Bindungsstile gegeben und damit in Verbindung stehende Forschungsergebnisse zu den Themen dyadisches Coping, Stress und Partnerschaftsqualität vorgestellt. Im Anschluss werden der Ablauf der Studie zur Untersuchung der genannten Konstrukte und die Ergebnisse der dazugehörigen Datenanalyse vorgestellt. Zuletzt werden die Ergebnisse in den aktuellen Forschungsstand eingebettet, Limitationen und Implikationen der Forschungsergebnisse diskutiert und ein Ausblick auf das Potential zukünftiger Forschung gegeben.

Die theoretische und empirische Konstruktion der Bindungsstile

Den Grundstein für heutige Theorien und Entwicklungen im Bereich der Bindungsforschung legte der britische Kinderpsychiater und Psychoanalytiker John Bowlby. Von ihm stammt die erste Version der Bindungstheorie, welche beschreibt, wie der Umgang des Kindes mit seinen Bezugspersonen im Laufe des Lebens bestimmte Faktoren, wie zum Beispiel das Selbst- und Fremdkonzept, beeinflusst (Collins & Read, 1990). Bowlby (1969) war der Auffassung, dass Kleinkinder ein sogenanntes *Bindungssystem* besitzen, aus welchem sich ein spezifisches *Bindungsverhalten* ergibt. Diese Verhaltensweisen sollen einerseits die Bindung von Mutter und Kind stärken und andererseits das Kind vor externer Bedrohung

beschützen. Das Bindungsverhalten besteht aus diversen Verhaltenskomponenten, welche in direkter Nähe zur Bezugsperson gezeigt werden und an diese adressiert sind (vorwiegend Saugen, Anklammern, Nachlaufen, Weinen und Lächeln). Das Bindungssystem ist dabei als internes Netzwerk zu sehen, welches Informationen über das Selbst, die Umwelt und die Bezugsperson sammelt, um mit oben genannten Verhaltensweisen auf die aktuelle Situation zu reagieren. Diese internalen und behavioralen Mechanismen stellen die Grundlage für die emotionale *Bindung* zwischen dem Kind und der Bezugsperson dar, welche von Seiten der Bezugsperson durch das *Bindungssystem* gefördert wird. Dieses wird durch Stresssignale des Kindes aktiviert und reagiert daraufhin mit beruhigenden sowie unterstützenden Verhaltensweisen (Gillath et al., 2016).

Mary Ainsworth, eine US-amerikanisch-kanadische Entwicklungspsychologin, ist heute ebenfalls als berühmte Vertreterin der Bindungstheorie bekannt und hat mithilfe ihrer Forschung zu Verhaltensmustern in der Mutter-Kind-Interaktion Bowlby's theoretische Überlegungen empirisch untermauert. Ainsworth interviewte bereits im Jahre 1953 in Ghanda Mütter hinsichtlich ihrer Anpasstheit auf kindliche Bedürfnisse und unterschied grob drei Bindungsstile der dazugehörigen Kleinkinder (*sicher*, *unsicher* und *noch nicht gebunden*; Bretherton, 1992). Sie führte diese Forschung zur Mutter-Kind-Bindung später in Baltimore anhand Verhaltensbeobachtungen und des von ihr benannten *Fremde-Situations-Tests (FST)*, bei welchem das Trennungsverhalten 1-jähriger Kinder erfasst wurde, empirisch weiter und formte basierend darauf die Ausprägungen *sicher*, *unsicher-vermeidend*, und *unsicher-ambivalent* (Ainsworth et al., 1978). Kleinkinder, welche als *sicher* klassifiziert werden, erkundeten in Anwesenheit der Mutter den Raum und die Spielzeuge, wirkten bei Trennung von der Mutter gestresst oder nicht gestresst und suchten bei Rückkehr der Mutter wieder aktiv ihre Nähe. Kleinkinder, welche als *unsicher-vermeidend* klassifiziert wurden, zeigten ebenfalls ein aktives Explorationsverhalten, sowohl bei Anwesenheit als auch bei Abwesenheit der Mutter, ignorierten sie allerdings nach ihrer Rückkehr, vermieden körperlichen Kontakt, oder lehnten die Kommunikation ab. Die *unsicher-ambivalenten* Kleinkinder hingegen suchten bei Rückkehr der Mutter vorsichtig den Kontakt, ließen diesen aber nicht vollständig zu und zeigten bereits vor der Trennung von der Mutter gestresstes Verhalten. Somit ergab sich eine kategoriale Einordnung der Bindung, je nachdem, wie sicher beziehungsweise unsicher Kinder die Verfügbarkeit ihrer Bezugsperson (in dem Fall der Mutter) einschätzten, und welche Verhaltensmuster sie basierend darauf zeigten.

Die ersten Ergebnisse des Forschungsprojekts von Ainsworth wurden ungefähr im gleichen Zeitraum wie Bowlby's erste Ausgabe der Bindungstrilogie (*Attachment*, Bowlby,

1969) veröffentlicht, wodurch die zuerst nur theoretisch fundierte Bindungstheorie von Bowlby breiteren Anklang in der Wissenschaft fand. Das gesamte Konzept bezog sich zunächst nur auf die Eltern-Kind-Bindung (Holmes, 2014). Main und Solomon (1986) ergänzten zehn Jahre später nach Revision der schwierig zu klassifizierenden oder nicht klassifizierbaren Kleinkinder in den Daten von Ainsworth et al. (1978) einen weiteren Bindungsstil; *desorganisiert-desorientiert*, welcher sich seitens des Kindes insbesondere durch gleichzeitiges Streben nach Nähe und Vermeidung dieser, ängstlichen beziehungsweise inhibitorischen Gesichtsausdrücken/Verhaltensweisen, und Verwirrung kennzeichnete.

Wie entwickelt sich aber nun das Bindungssystem der Kinder, und welche Dynamiken zwischen Bezugsperson und Kind führen zu besagten Bindungsstilen? Nach Crittenden und Ainsworth (1989) haben Kinder, die später als unsicher-ambivalent kategorisiert werden, gelernt, dass ihre Bezugspersonen nicht oder schlecht zugänglich sind und unzureichend auf ihre Bedürfnisse reagieren, was dazu führt, dass das Kind konstant die Nähe zur Bezugsperson überwacht und bereits bei kurzer zeitlicher Trennung gestresst reagiert. Kinder, welche als unsicher-vermeidend eingestuft werden, haben ähnliche Erfahrungen mit ihren Bezugspersonen gemacht (unzulängliche Reaktion auf die kindlichen Bedürfnisse); die Bezugspersonen reagierten auf die Bindungsangebote der Kinder zusätzlich allerdings noch zurückweisend, mit Unmut, und/oder mit wenig körperlicher Berührung. Für Kinder, die eine sichere Bindung entwickelten, stellte die Bezugsperson hingegen einen sicheren Hafen dar; sie reagierte zuverlässig auf die Bedürfnisse des Kindes und stellte eine Quelle von Sicherheit und Vertrauen dar. Die Erwartungen an das zukünftige Verhalten der Bezugspersonen, geprägt durch vergangene Erfahrungen, beeinflussen also das Bindungssystem und bringen es im Fall von unsicher-ambivalent und unsicher-vermeidend gebundenen Kindern dazu, sich vor zukünftigen Enttäuschungen zu schützen, was in dem spezifischen Bindungsverhalten resultiert, das den unsicheren Bindungsstilen zugeordnet wird. Das kindliche Bedürfnis nach Nähe wird aufgrund vergangener Erfahrungen entweder mit *Ambivalenz* (unsicher-ambivalent) oder *Ablehnung* (unsicher-vermeidend) seitens der Bezugsperson assoziiert, was beim Kind in der aktuellen oder zukünftigen Stresssituation entweder zu Hypervigilanz (unsicher-ambivalent; Kontaktmöglichkeiten werden intensiv wahrgenommen) oder einer unterdrückten Informationsverarbeitung (unsicher-vermeidend; Kontaktmöglichkeiten werden ignoriert, um Enttäuschungen zu vermeiden) führt. Dykas und Cassidy (2011, S. 19) schreiben dazu:

„If processing the information is likely to lead to psychological pain, insecure individuals will defensively exclude this information from further processing. If, however, the information is unlikely to lead to psychological pain, then insecure

individuals will process this information in a negatively biased schematic fashion that is congruent with their negative attachment-related experiences.”

Zusätzlich zu dieser Fremdeinschätzung der Bezugsperson als zuverlässig (die Entwicklung des kindlichen *Fremdkonzepts*) zählt jedoch nach Bowlby (1973) ebenfalls, ob das Kind sich selbst als liebenswürdig einschätzt (die Entwicklung des kindlichen *Selbstkonzepts*). Er postulierte, dass diese mentalen Modelle als Grundlage für die Kontinuität dieser Bindungstendenzen über die Lebensspanne dienen.

Hazan und Shaver (1987) untersuchten in zwei Studien, ob die Bindungsstile (*sicher*, *vermeidend* und *unsicher-ambivalent*) und ihre Verhaltenskomponenten sich auf romantische Partnerschaften übertragen ließen und ob das Selbst- und Fremdkonzept sich je nach Bindungsstil unterschied. Über Selbsteinschätzung ordneten sich bei beiden Studien 56% der Erwachsenen als sicher ein, 23% bis 25% als vermeidend und 19% bis 20% als unsicher-ambivalent. Liebe stellte sich außerdem für Individuen je nach Bindungsstil unterschiedlich dar; während sicher gebundene Individuen ihre Erfahrungen überwiegend als „fröhlich, zutraulich und vertrauensvoll“ (S. 515) beschrieben, charakterisierten sich die Erfahrungen von unsicher gebundenen Personen vor allem durch das Erleben von intensiven Höhen und Tiefen und Eifersucht. Das Selbstbild und Fremdbild unterschied sich insbesondere zwischen sicheren und unsicher-ambivalenten Teilnehmer*innen: Während Erstere sich als umgänglich und beliebt beschrieben, und anderen Personen generell gute Intentionen zuschrieben, gaben Letztere mehr Selbstzweifel und mangelnde Anerkennung und Commitment durch Andere an. Bartholomew und Horowitz (1991) haben basierend auf den Unterschieden im Selbst- und Fremdkonzept ein Vier-Gruppen-Modell der Bindung vorgestellt, bei welchem Personen in vier Kategorien eingeordnet werden: *Sichere* Personen erzielen niedrige Werte in Ängstlichkeit und Vermeidung, nehmen sich selbst als liebenswürdig wahr und schätzen andere als verfügbar ein (positives Selbst- und Fremdkonzept). *Voreingenommene* Personen erzielen hohe Werte in Ängstlichkeit und niedrige Werte in Vermeidung, schätzen sich selbst als unwürdig ein und beurteilen ihr Gegenüber zwar positiv, rechnen jedoch mit Zurückweisung (negatives Selbst- und positives Fremdkonzept). *Abweisend-vermeidende* Personen erzielen niedrige Werte in Ängstlichkeit und hohe Werte in Vermeidung, lassen aufgrund ihres Autonomiebedürfnisses in Beziehungen wenig Intimität zu und beurteilen sich selbst zwar als liebenswürdig, andere aber als zu anhänglich (positives Selbst- und negatives Fremdkonzept). *Ängstlich-vermeidende* Personen zeigen hohe Ängstlichkeit und hohe Vermeidungswerte, was sich in ihrem gleichzeitigen Bedürfnis nach Nähe, und Ablehnung dieser aus Angst vor Zurückweisung widerspiegelt. Selbst- und Fremdkonzept sind in dieser Gruppe negativ (Holmes & Johnson,

2009). *Sichere* Personen sind dem *sicheren Bindungsstil* nach Hazan und Shaver (1987) angelehnt, *voreingenommene* Personen dem *unsicher-ambivalenten* Bindungsstil, und *ängstlich-vermeidende* Personen in Teilen dem *vermeidenden* Bindungsstil.

Collins und Read (1990) forderten ein sensibleres Instrument zur Einschätzung von Bindungsstilen, und entwickelten im Zuge dessen die *Adult Attachment Scale (AAS)*. Sie fanden, dass mehr Personen, die nach Hazan und Shaver (1987) als sicher kategorisiert worden wären, nun in ein Cluster fielen, das mit dem ängstlichen Bindungsstil korrespondierte. Außerdem zeigten auch sie Unterschiede hinsichtlich des Selbst- und Fremdkonzepts auf – Personen, die kein Problem damit hatten, in einem engen Abhängigkeitsverhältnis mit dem Partner oder der Partnerin zu stehen (eher sicher in ihrer Bindung aufzutreten), zeigten neben einem höheren Selbstwert und mehr Selbstbewusstsein auch eine bessere Ausdrucksfähigkeit (insgesamt ein positiveres Selbstbild). Andere Menschen wurden ebenfalls eher positiv, zum Beispiel als verlässlich oder altruistisch beschrieben (insgesamt ein positiveres Fremdbild). Ein *sicherer* Bindungsstil wurde hierbei Personen zugeordnet, die Nähe zuließen, abhängig vom Gegenüber sein konnten und wenig Unsicherheit zeigten. *Vermeidende* Personen ließen wenig Nähe und Abhängigkeit zu und zeigten wenig Unsicherheit, und *ängstliche* Personen erzielten hohe Werte bei Unsicherheit.

Ainsworth (1989) kategorisierte drei Verhaltenssysteme im Bereich der romantischen Partnerschaften im Erwachsenenalter: das Fortpflanzungssystem, welches durch sexuelle Anziehung getrieben wird und nicht notwendigerweise auf eine längerfristige Bindung angewiesen ist; das Bindungssystem, welches in einer längeren Partnerschaft gemeinsam mit dem Pflegesystem die Verbundenheit und Reziprozität beider Partner*innen fördert; und das Pflegesystem, wobei sich einmal um die Partner*innen, und einmal um möglicherweise bestehende Kinder gekümmert wird. Je fortgeschrittener die partnerschaftliche Beziehung, desto wichtiger wird ein erfolgreiches Zusammenspiel von Bindungssystem Pflegesystem. Das Pflegesystem wird durch Stresssignale der Partner*innen beziehungsweise Kinder aktiviert, kann aber durch Unsicherheit in der Bindung unterdrückt oder hyperaktiviert werden (Gillath et al., 2016), was zu Problemen in den Bereichen Emotionsregulation, Impulsivität und Anpassung führt. Da sich somit bei Unsicherheit in der Bindung das Zusammenspiel dieser Systeme verschlechtert, scheint eine Kompensation durch effektive partnerschaftliche- und Stresskommunikation sinnvoll, besonders, wenn zusätzlich Kinder involviert sind. Da es sich bei der vorliegenden Stichprobe um Eltern handelt, welche gemeinsam für ein Kind zwischen 4 und 16 Jahren sorgen, werden am Ende der jeweiligen Kapitel ebenfalls Forschungsergebnisse zu den Auswirkungen von Unsicherheit in der Bindung auf die dyadische

Stressbewältigung, die Partnerschaftsqualität und dem eigenen Stressempfinden spezifisch für Elternpaare inkludiert.

Dyadisches Coping

Die Forschung im Bereich der Stressbewältigung in Partnerschaften hat sich viele Jahrzehnte lang sehr spezifisch auf das persönliche Stresserleben des Individuums fokussiert (Falconier & Kuhn, 2019). In diesem Zusammenhang wurde unter anderem untersucht, wie die partnerschaftliche Unterstützung den Zustand der gestressten Person beeinflusst. Der Fokus verschob sich nach und nach auf die *Dyade*, also beide Partner*innen, da immer deutlicher wurde, dass ein Stressor, der zumindest einen Part der Dyade beeinflusst, entweder direkt oder indirekt auch die andere Person betrifft (Randall & Bodenmann, 2009). Somit wird angenommen, dass externale Stressoren, die eine Person innerhalb der Partnerschaft beeinflussen, in ihrer Bewältigung mit einer gemeinsamen Anstrengung verbunden sind, was infolge als *Dyadisches Coping* beschrieben wurde. Dies findet ebenfalls statt, wenn sich der Konflikt direkt aus Anforderungen der Partnerschaft ergibt, also durch einen internalen Stressor ausgelöst wird. Jedoch liegt bei Stressoren innerhalb der Partnerschaft der Fokus der Forschung weiterhin auf den einzelnen Individuen, da davon ausgegangen wird, dass zur Bewältigung überwiegend individuelle Strategien eingesetzt werden.

In den 1990er Jahren begannen diverse Autor*innen damit, diese Dynamik zu erklären und in ein Modell zu integrieren. Aufgrund der Nähe zum übergeordneten Forschungsprojekt und der damit zusammenhängenden Relevanz für diese Arbeit wird hier primär das *Systemisch-transaktionale Modell (SMT)* von Bodenmann (1995; Bodenmann et al., 2016) vorgestellt. Dyadischer Stress wird hierbei anhand von drei Dimensionen beschrieben: Direkter oder indirekter Stress der Individuen, Quelle des Stressors (external oder internal) und individuelle oder gemeinsame Kapazität zur Kontrolle des Stressors. Relevant ist zusätzlich die Zeitachse (zu welchem Zeitpunkt jede*r Partner*in in den Bewältigungsprozess involviert wird). In diesem Modell wird zwischen positiven und negativen Formen des dyadischen Copings unterschieden. Zu den positiven Arten gehört *gemeinsames, delegiertes* und *positives supportives* dyadisches Coping, wobei Ersteres eine gemeinsame Anstrengung bei der Stressbewältigung beschreibt; das Folgende die Zuweisung des Problems oder Bitte um Problemlösung vonseiten des gestressten Parts an den Part mit mehr Kompetenz oder Ressourcen; und Letzteres die selektive Unterstützung des gestressten Parts durch das Gegenüber, wobei die Unterstützung jeweils emotional oder problemfokussiert erfolgen kann. Diese Formen des dyadischen Copings koexistieren mit der individuellen Stressbewältigung. Zu den negativen Formen gehören *feindseliges, ambivalentes* und *oberflächliches* dyadisches

Coping. Hierbei beschreibt Ersteres ein abwertendes, desinteressiertes oder kritisierendes Auftreten den Partner*innen gegenüber; Zweiteres eine nicht aus eigener Motivation gegebene, geringe Unterstützung; und Letzteres das oberflächliche Angebot von Hilfe ohne ernsthafte Absichten oder Empathie für den Stress der Partner*innen. Ziel des dyadischen Copings ist einerseits die effektive Bewältigung eines externalen Stressors innerhalb der Dyade anhand der beschriebenen Formen, und andererseits die Stärkung von Vertrauen, Intimität und Zusammenhalt zwischen den Partner*innen. Der Erfolg ist dabei abhängig von motivationalen Faktoren, individuellen und dyadischen Kompetenzen, Ressourcen, ideologischen Werten, und der hierarchischen Anordnung innerhalb des Paares.

Chow et al. (2014) versuchten, die aus der Bindungstheorie resultierten Bindungsstile mit positivem beziehungsweise negativem dyadischen Coping in Beziehung zu setzen, und formten basierend darauf drei interpersonelle Copingstile: Adaptiv, abweisend und ängstlich/expressiv. Individuen mit adaptivem Copingstil suchen aktiv Unterstützung bei ihren Partner*innen, sie bewahren gleichzeitig jedoch eine gewisse Autonomie und Selbsteffizienz. Dieser Copingstil wurde seitens der Autor*innen mit positivem dyadischen Coping nach Bodenmann (1995; Bodenmann et al., 2016) und einer sicheren Bindung assoziiert. Personen, welche dem abweisenden Copingstil zuzuordnen sind, tendieren dazu ihre Gefühle und Bedürfnisse zu unterdrücken und übermäßig unabhängig aufzutreten, was dazu führt, dass sie ihre Partner*innen sofern möglich vom Prozess der Stressbewältigung ausschließen möchten, auch wenn die Präsenz und der Wille der Partner*innen zur Unterstützung objektiv anerkannt wird. Dieser Copingstil wurde mit einem geringeren Anteil an positivem dyadischen Coping und einer vermeidenden Bindung assoziiert. Personen, welche dem ängstlich/expressiven Copingstil zugeordnet werden, weisen sowohl ein hohes Bedürfnis nach Bestätigung als gleichzeitig auch geringeren Erfolg in der Stressbewältigung und in der Emotionsregulation auf. Dieser Copingstil wurde mit der unsicher-ambivalenten Bindung assoziiert; wobei den Autor*innen zufolge in bisheriger Literatur keine Tendenzen zu einer bestimmten Art des dyadischen Copings berichtet wurden (S. 177).

Wie wirkt es sich jedoch aus, wenn die Personen innerhalb einer Dyade über unterschiedliche Kapazitäten zur Stressbewältigung verfügen? Bodschnina et al. (2021) untersuchten dyadisches Coping bei Krebspatient*innen und ihren Partner*innen und fanden, dass sowohl positives als auch negatives dyadisches Coping des gesunden Partners negativ mit psychologischem Distress in Krebspatient*innen zusammenhing. Krebspatient*innen wiesen sowohl eine stärkere Depressionssymptomatik auf, wenn sie viel positiven Support wahrnahmen (Beispiel: Partner*in übernimmt viele Aufgaben, *delegiertes dyadisches Coping*)

als auch, wenn zum Beispiel viele Vorwürfe seitens der Partner*innen gemacht wurden (*negatives dyadisches Coping der Partner*innen*). Dieses Ergebnis impliziert, dass auch die eigene (eingeschränkte) Fähigkeit, seine Partner*innen zu unterstützen, eine Rolle dabei spielt, wie gestresst wir uns fühlen. Die Autor*innen vermuteten, dass möglicherweise durch den mangelnden Handlungsspielraum die Selbsteffizienz untergraben wird und dadurch das Gefühl von Hilflosigkeit wächst.

Wendołowska et al. (2022b) untersuchten den mediierenden Effekt von positivem supportiven, delegiertem und gemeinsamem dyadischen Coping auf den Zusammenhang von Bindungsstil und Partnerschaftszufriedenheit und fanden, dass sicher gebundene Personen im Vergleich zu Personen mit unsicherer Bindung eine signifikant höhere Partnerschaftszufriedenheit und höhere Ausprägungen in diesen drei Formen des positiven dyadischen Copings aufwiesen. Der indirekte Effekt von positivem supportiven dyadischen Coping erklärte dabei die höchste Varianz im Zusammenhang von Bindungsstil und Partnerschaftszufriedenheit, wobei alle drei Formen signifikante Mediatoren des Zusammenhangs darstellten.

Wie bereits erwähnt ist der Erfolg des dyadischen Copings abhängig von diversen Faktoren, unter anderem der Kompetenz beider Partner*innen und der Motivation, den Stressor gemeinsam zu bewältigen. Vorhandene Kinder würden nach Bodenmann (1995; Bodenmann et al., 2016) einen extrinsischen Motivator darstellen, welcher einen zusätzlichen Anreiz zur erfolgreichen Bewältigung des Stressors bietet. Parallel dazu verändern sich mit dem Beginn der Elternschaft auch die eigene Identität, die Rolle innerhalb der Partnerschaft, und die Beziehungsdynamik (Molgora et al., 2022), und beide Partner*innen müssen sich an die neuen Lebensumstände und die Stressoren, die damit einhergehen, anpassen. Wenige Forscher*innen untersuchten bisher spezifisch (unsicher gebundene) Eltern in Bezug auf deren dyadische Stressbewältigung. Stadelmann et al. (2023) begleiteten Paare beim Übergang in die Elternschaft und fanden, dass über die Hälfte der Paare währenddessen sowohl einen Rückgang an positivem dyadischen Coping (58% der Paare) als auch einen Anstieg an negativem dyadischen Coping (67% der Paare) verzeichneten. Molgora et al. (2022) fanden, dass mehr gemeinsames dyadisches Coping während der Schwangerschaft mit besserer partnerschaftlicher Anpassung seitens der Mütter einherging. Mütter berichteten außerdem weniger partnerschaftliche Uneinigkeit hinsichtlich der Erziehung, je mehr Engagement in dyadischer Stressbewältigung sie berichteten (Zemp et al., 2017). Alves et al. (2019) erfassten zusätzlich den Bindungsstil von werdenden Müttern und Vätern und konnten zeigen, dass Eltern, die während der Schwangerschaft vermehrt vermeidende Tendenzen aufwiesen, ab der

Geburt bis sechs Wochen danach weniger an gemeinsamem dyadischen Coping teilnahmen. Je eher Väter außerdem vermeidend in ihrer Bindung auftraten, und je weniger gemeinsames dyadisches Coping sie berichteten, desto mehr Erziehungsstress gab die Mutter an.

Partnerschaftsqualität

Ein Großteil der Forschung zu Partnerschaftsqualität basiert auf Stichproben von heteronormativen, verheirateten Personen. Die Ergebnisse zeigen, dass verheiratete Personen im Vergleich zu ledigen oder geschiedenen Personen durchaus von mehreren Vorteilen profitieren, beispielsweise erhöhtes psychisches und körperliches Wohlergehen, Bedeutungsfindung als Ehepartner*in, und partnerschaftliche Unterstützung in schwierigen Lebenslagen (Hawkins & Booth, 2005). Werden Eheleute gefragt, welche Komponenten sie besonders an ihrem Zusammenleben schätzen, werden vor allem die Folgenden genannt: Freundschaft, Respekt, Kommunikation und Liebe (Amato, 2003, S. 566). Die Ehezufriedenheit, welche in vielen Studien spezifisch als Aspekt der Partnerschaftsqualität untersucht wird, basiert unter anderem auf aktiven Zuneigungsbekundungen und kognitivem Raum für die Partnerschaft und Partner*innen (Shapiro et al., 2000) und ist höher, je weniger internale Stressoren vorliegen (also Stressoren, die sich direkt aus partnerschaftlichen Anforderungen ergeben; Bodenmann et al., 2007).

Die Partnerschaftsforschung untersucht sowohl, nach welchen Präferenzen wir uns unsere Partner*innen aussuchen, als auch, nach welchen Kriterien die eigene Beziehung als erfolgreich eingeschätzt wird. Ersteres kann neben Faktoren wie Attraktivität, ähnlichen Interessen und Werten, Nähe und Reziprozität (Holmes & Johnson, 2009, S. 834), auch durch die *Hypothese der Bindungssicherheit* (Latty-Mann & Davis, 1996) erklärt werden, welche besagt, dass sicher gebundene Individuen das höchste Potential für eine sichere und emotional fruchtbare Beziehung bieten, und dementsprechend bei der Partnerschaftswahl präferiert werden. Die Autor*innen fanden zusätzlich, dass die Bewertung der Partner*innen als eher sicher oder unsicher in ihrer Bindung auch vom eigenen Bindungsstil abhing; je sicherer die Personen in ihrer eigenen Bindung waren, desto eher wurden auch die Partner*innen als sicher in ihrer Bindung eingeschätzt. Sicherheit in der Bindung und ein positives Selbstbild beziehungsweise gutes Selbstbewusstsein wirkte sich laut einer Studie von Neff und Karney (2009) positiv auf die Evaluation der Partnerschaft aus, und verlieh dieser Evaluation Stabilität. Sie untersuchten frisch getraute Ehepaare und fanden, dass ein höheres Selbstbewusstsein sowohl bei Frauen als auch bei Männern zu einer positiveren Beschreibung der täglichen Beziehungsereignisse (zum Beispiel Sex, Hilfe im Haushalt etc.) führte. Ehemänner, welche Nähe zuließen, sich von ihrer Partnerin abhängig machen konnten und wenig ängstlich in ihrer

Bindung waren, berichteten außerdem mehrere positive Beziehungsereignisse über den Tag hinweg. Bei den Ehefrauen wirkte sich das Zulassen von Nähe und wenig Ängstlichkeit positiv aus; eine Aversion gegen Nähe und höhere Ängstlichkeit führten dazu, dass Schwankungen in der Einschätzung der täglichen Beziehungsereignisse eher die Einschätzung der insgesamten Beziehungsqualität beeinflussten. Unsicherheit in der Bindung korreliert hingegen negativ mit Partnerschaftszufriedenheit, Vertrauen, Verbundenheit, und wahrgenommener Unterstützung durch die Partner*innen (Collins & Feeney, 2004; Li & Chan, 2012) und spezifisch bei vermeidend gebundenen Personen negativ mit dem eigenen Intimitätsempfinden (Wendołowska et al., 2022a).

Zweiteres, also die Evaluation der eigenen Partnerschaft, kann je nach Theorie über unterschiedliche Gesichtspunkte erfolgen. Die *Interdependenztheorie* (Thibaut & Kelley, 1959; Levinger, 1976) postuliert, dass in Partnerschaften das Verhältnis von Kosten und Nutzen angewandt wird, um die eigene Beziehung als erfolgreich oder erfolglos zu definieren. Abgewogen werden die Vorteile der Beziehung (zum Beispiel emotionale Sicherheit), die Hindernisse des Verlassens (zum Beispiel religiöse Bedenken) und das Vorhandensein von Alternativen (zum Beispiel alternative Partner*innen). Während diese Theorie, wie ihr Name schon sagt, auf der Interdependenz von zwei Menschen basiert, schlägt Gottman (1993) einen Fokus auf die Interaktion zweier Menschen vor, besonders in Konfliktsituationen. Die *Theorie der Ausgewogenheit* besagt, dass vor allem das Verhältnis von positiven und negativen Interaktionen in Paarbeziehungen entscheidend sei. Stabile Paare können dabei in drei Kategorien eingeordnet werden, welche die generelle Intensität des positiven und negativen Affekts beschreiben: *Vermeidend*, *explosiv* und *validierend*. Vermeidende Paare sind durch beidseitige emotionale Distanz gekennzeichnet, während explosive Paare sich durch überwältigende positive und negative Emotionen kennzeichnen, die sich jedoch ausgleichen und so Stabilität erzeugen. Bei validierenden Paaren hingegen befindet sich die Intensität von positiven und negativen Emotionen im Mittelfeld. In spezifischen Konfliktsituationen zeigt jedes dieser Paare ein Verhältnis von positiven zu negativen Interaktionen von circa 5:1, auf ihrem jeweiligem Intensitätslevel. Im Gegensatz dazu sind instabile Partnerschaften dadurch gekennzeichnet, dass die Interaktionsstrategien in Konfliktsituationen nicht übereinstimmen und die Individuen sich nicht adäquat an ihr Gegenüber anpassen können. Der Autor identifiziert hier zwei Kategorien; *feindselige* und *feindselig/distanzierte* Paare, welche sich beide durch intensive Verteidigung ihres Standpunktes und bei den feindselig/distanzierten Paaren zusätzlich durch emotionale Abwesenheit kennzeichnen. Das Verhältnis von positiven zu negativen Interaktionen ist bei diesen Paaren ungefähr ausgeglichen, mit leicht weniger

positiven als negativen Interaktionen während Konflikten. Somit ist nach Gottman (1993) vor allem das Verhältnis von positiven zu negativen Interaktionen ausschlaggebend für eine erfolgreiche Beziehung.

Eltern zeigen über Studien hinweg eine geringere Partnerschaftszufriedenheit als Paare ohne Kinder (Twenge et al., 2003). Inwiefern dies den Kindern geschuldet ist, kann nur unzureichend durch querschnittliche Designs erklärt werden, da weitere relevante Faktoren, wie beispielsweise die Partnerschaftszufriedenheit der Eltern vor der Geburt, nicht erhoben werden (Huston & Holmes, 2004). Eine Längsschnittstudie von Doss et al. (2009) konnte jedoch zeigen, dass der Übergang zur Elternschaft sich negativ auf Partnerschaftszufriedenheit, das Ausmaß an negativer Kommunikation, das Vertrauen in die Beziehung und die Problemintensität auswirkte. Paare, die vor der Geburt hohe Zufriedenheitswerte zeigten, wiesen danach einen umso stärkeren Rückgang dieser auf. Parallel dazu waren hohe Konfliktlevel vor der Geburt mit einem höheren Anstieg dieser nach der Geburt verbunden. Diese negativen Effekte zeigten sich bis zu vier Jahre nach der Geburt. Im Vergleich zu Vätern berichteten Mütter außerdem einen stärkeren Anstieg an Problemen bei der Konfliktbewältigung und der Problemintensität. Ein Langzeitvergleich mit kinderlosen Paaren zeigte, dass kinderlose Paare ebenfalls einer Abnahme der Beziehungsqualität erlagen, welche jedoch im Vergleich zur Gruppe der Eltern graduell erfolgte. Sie erlebten außerdem nicht denselben Anstieg an Negativität, Konflikten, und Problemintensität. Der stärkere Rückgang der Zufriedenheit bei ursprünglich höheren Zufriedenheitswerten wird auch von Shapiro et al. (2000) berichtet, welche in dem Zusammenhang einen höheren Effekt für Frauen als für Männer fanden. Von dieser Dynamik war jedoch nicht jedes Paar betroffen: Die Partnerschaftszufriedenheit verminderte sich bei 67% der Paare, während 33% stabile oder sogar höhere Werte zeigten als vor der Geburt. Diese Ergebnisse zeigen, dass Elternschaft potenziell zwar eine signifikante Belastung für die Paarbeziehung darstellt, die Partnerschaftszufriedenheit allerdings je nach Elternpaar variiert und sich nicht zwangsläufig mit dem Eintritt in die Elternschaft verschlechtert. Interindividuelle Aspekte der Paarbeziehung und der Umgang beider Partner*innen mit Stressoren könnten also einen Unterschied machen.

Stress und Stressbewältigung

Stressoren können nach ihrem Ursprung (external oder internal), ihrer Intensität (großer Stressor oder kleiner Stressor) und ihrer anhaltenden Dauer charakterisiert werden (akut oder chronisch; Randall & Bodenmann, 2009). Externale Stressoren haben ihren Ursprung nicht in den Anforderungen der Partnerschaft, können diese allerdings indirekt beeinflussen. Dazu gehören finanzieller oder sozialer Stress, aber auch solcher, der Familienmitglieder außerhalb

der Dyade betrifft, inklusive vorhandener Kinder. Internaler Stress entspringt zum Beispiel unterschiedlichen Werten, Zielen oder mangelnder Kompatibilität. Eine schwere Krankheit oder Arbeitslosigkeit werden als große Stressoren eingeschätzt, während einzelne Unannehmlichkeiten auf täglicher Basis kleine Stressoren darstellen. Ob ein Stressor als akut oder chronisch eingeschätzt wird, hängt davon ab, wie lange die Dyade oder das Individuum dem Stressor ausgesetzt ist; je länger, desto eher erfolgt eine Einschätzung als chronisch.

Simpson et al. (1992) beobachteten heteronormative Paare, während ein Mitglied der Dyade einem Stressor ausgesetzt wurde, und setzten die gezeigten Verhaltensweisen mit den Bindungsstilen der einzelnen Teilnehmer*innen in Beziehung. Es zeigte sich, dass Frauen, die als sicherer in ihrer Bindung eingestuft wurden, bei steigendem Stress mehr Unterstützung von ihrem Partner einforderten, während Frauen, die eher vermeidend gebunden waren, sich bei steigendem Stress eher zurückzogen. Bei sicher gebundenen Männern steigerte sich der emotionale Support gegenüber der Partnerin, je gestresster sie war. Vermeidend gebundene Männer boten jedoch weniger Unterstützung, wenn das Stresslevel der Partnerin sich erhöhte. Analoge Effekte für den ängstlichen Bindungsstil konnten sowohl bei Männern als auch bei Frauen nicht gefunden werden. Die Autor*innen vermuteten als Ursache für die mangelnde Einforderung von Unterstützung beziehungsweise die mangelnde Unterstützungsleistung eine Unterdrückung des Bindungssystems in Kombination mit einer eingeschränkten Informationsverarbeitung. Wenn das Bindungssystem in seiner Fähigkeit zur Informationsverarbeitung eingeschränkt ist, wirkt sich das auch auf die Erkennung von „bindungsrelevanten sozialen Hinweisen“ aus (Dykas & Cassidy, 2011, S. 22). Aufbauend darauf fanden Cooper et al. (1998), dass vermeidend gebundene Personen sozial weniger kompetent waren und in der Regel weniger Beziehungserfahrung aufwiesen. Ängstlich gebundene Personen besaßen im Vergleich zwar bessere soziale Kompetenzen, erzielten aber signifikant höhere Werte in Feindseligkeit als psychologisches Symptom. Die Unterstützungsleistung und das Ansuchen um Unterstützung scheint sich also zwischen vermeidend und ängstlich gebundenen Personen zu unterscheiden, da ängstliche Personen bei steigendem Stress nicht das gleiche Rückzugsverhalten demonstrieren. Dies basiert möglicherweise auf Differenzen in den sozialen Fähigkeiten zwischen vermeidend und ängstlich gebundenen Personen.

Feeney und Collins (2001) kamen zu ähnlichen Ergebnissen, als sie vermeidend und ängstlich gebundene Personen hinsichtlich ihrer den Partner*innen gegebenen emotionalen oder instrumentellen Unterstützung verglichen. Sie konnten zeigen, dass Personen mit vermeidender Bindung sowohl bei hohem als auch bei niedrigem Unterstützungsbedürfnis ihrer

Partner*innen wenig emotionale Unterstützung boten. Instrumentelle Unterstützung (also aktives Anbieten von Hilfe und Lösungsvorschlägen) wurde von Personen mit einer vermeidenden Bindung eher angeboten, wenn sie ihre Partner*innen als weniger gestresst wahrnahmen, als wenn sie seitens der Partner*innen ein hohes Stresslevel vermuteten. Dieses Verhalten wurde durch geringe prosoziale Orientierung und geringe Interdependenz mediiert. Ängstlich gebundene Personen waren hingegen in der Lage, ihre Bemühungen an das Stresslevel ihrer Partner*innen anzupassen, und reagierten in einer hohen Bedürfnissituation sowohl instrumentell als auch emotional unterstützend. Hierbei mediierte die empfundene Interdependenz den Zusammenhang einer ängstlichen Bindung und emotionaler Unterstützung. Ängstlich gebundene Personen wurden außerdem übergreifend als emotional unterstützender eingestuft, während vermeidend gebundenen Personen niedrigere Werte in der wahrgenommenen Unterstützung durch ihre Partner*innen zugeordnet wurden.

Mallinckrodt und Wei (2005) fanden, dass sowohl eine ängstliche als auch eine vermeidende Bindung positiv mit psychologischem Distress und negativ mit empfundener sozialer Unterstützung einhergingen. Mallinckrodt (2000) liefert mit seinem *Social Competencies in Interpersonal Process Model* eine mögliche Erklärung für den Zusammenhang von mangelnder sozialer Kompetenz, Unsicherheit in der Bindung und psychologischem Distress. Demnach werden maladaptive zwischenmenschliche Verhaltensmuster durch Defizite in der sozialen Kompetenz aufrechterhalten, welche durch persönliche Dispositionen, wie dem eigenen Bindungsstil, gefördert werden. Eine unsichere Bindung führt demnach zu Defiziten in den sozialen Kompetenzen, welche wiederum zur Verstärkung der maladaptiven Auswirkungen des Bindungsstils führen. Zum Beispiel könnte es einer Person an adäquater Problemlösefähigkeit mangeln, welche einerseits der unsicheren Bindung entspringt, und andererseits nicht durch den Einsatz von (sozialen) Bewältigungsstrategien ausgeglichen wird, da der vermeidende Bindungsstil mit einer Aversion gegen externe Unterstützung oder Hilfeansuchen einhergeht. Durch diesen Kreislauf aus Persönlichkeitsdisposition und mangelnden sozialen Fertigkeiten werden Stressoren nicht effektiv bewältigt und das Gesamtrisiko für potenziell stressreiche Erfahrungen steigt (S. 241–245).

Es zeigen sich bei Personen mit unsicherer Bindung jedoch nicht nur Auffälligkeiten bei der gegebenen Unterstützung, sondern auch bei der Wahrnehmung von erhaltener Unterstützung. Als Collins und Feeney (2004) drei Jahre später sicher und unsicher gebundene Personen hinsichtlich ihrer Einschätzung der erhaltenen Unterstützung von ihren Partner*innen verglichen, fanden sie, dass unsicher gebundene Personen Unterstützungsversuche seitens ihrer

Partner*innen als weniger hilfreich bewerteten und dazu tendierten, sich dadurch sogar eher gestresster zu fühlen als vorher. Außerdem attestieren sie ihren Partner*innen häufiger verdeckte verletzende oder egoistische Intentionen hinter ihren Unterstützungsversuchen. Besonders geringe Unterstützung durch die Partner*innen wurde von unsicher gebundenen Personen im Vergleich zu sicher gebundenen Personen eher als negativ und absichtlich verletzend beschrieben. Die Autor*innen hoben innerhalb ihrer Studie auch einen Vorgang hervor, den sie als *retrospektive Kontamination* beschrieben: Unsicher gebundene Teilnehmer*innen bewerteten die letzte persönliche Interaktion mit ihren Partner*innen negativer, wenn sie in der Zwischenzeit objektiv geringere verbale Unterstützung durch ihre Partner*innen erfahren hatten. Dies war in der Gruppe der sicher gebundenen Teilnehmer*innen nicht der Fall. Niedrige wahrgenommene Unterstützung der Partner*innen beeinflusste das eigene Verhalten in einer Leistungssituation (dem Halten einer Rede) von unsicher gebundenen Personen außerdem stärker als das von sicher gebundenen Personen.

Im Kontext von Paaren, die Eltern sind, wird Stress vor allem im Rahmen von Abidins (1995) Erziehungsstressmodell diskutiert. Erziehungsstress beschreibt dabei Stress, welcher in Zusammenhang mit der Ausübung der Elternrolle entsteht. Dieser stellt zusammen mit der Wochenbettdepression die häufigste Herausforderung für die Psyche neuer Eltern dar (Epifanio et al., 2015). Ein Review von Jones et al. (2015) fand, dass sowohl Vermeidung als auch Ängstlichkeit in der Bindung in höherem Erziehungsstress resultierte, gleichermaßen für Männer wie für Frauen. Bisher wurde nur in wenigen Studien allgemeiner Stress in Elternpaaren untersucht; es lässt sich jedoch vermuten, dass durch die psychischen, physiologischen und sozialen Veränderungen, die mit der Elternschaft einhergehen (Parfitt & Ayers, 2014) auch das generelle Stresslevel der Eltern ansteigt. Dieses wird möglicherweise sogar relevanter, sobald nicht mehr der enge Zeitrahmen des Übergangs zur Elternschaft betrachtet wird, sondern die Jahre danach, wenn Elternpaare ihren individuellen Umgang mit der Elternrolle gefunden und sie internalisiert haben. Williford et al. (2007) konnten hierbei zeigen, dass der empfundene Erziehungsstress von Müttern abnahm, je älter die Kinder wurden (wobei sich die untersuchte Zeitspanne auf 2 bis 5 Jahre alte Kinder bezog), was die Annahme unterstreicht, dass der Einfluss von und Umgang mit (kindbezogenen) Stressoren einer zeitlichen Veränderung über die Zeitspanne der Elternschaft ausgesetzt ist.

Zusammenfassung

Unsicher gebundene Personen zeigen eine schlechtere Ausdrucksfähigkeit (Collins & Read, 1990), sind sozial weniger kompetent (Cooper et al., 1998), sehen das Lösen von Problemen weniger als eine gemeinsame Anstrengung, und schneiden schlechter in der

Stressbewältigung und in der Emotionsregulation ab (Chow et al., 2014). Außerdem weisen sie eine geringere Partnerschaftszufriedenheit auf (Wendołowska et al., 2022b), nehmen weniger positive Aspekte ihrer Beziehung wahr (Neff & Karney, 2009) und zeigen ein niedrigeres Intimitätsempfinden als sicher gebundene Personen (Wendołowska et al., 2022a). Diese Erkenntnisse lassen darauf schließen, dass besonders im Bereich der effektiven Kommunikation und Stressbewältigung Defizite bei unsicher gebundenen Personen vorliegen; diese Faktoren werden allerdings immer wieder als Charakteristika hoher Partnerschaftsqualität genannt (Amato, 2003; Bodenmann et al., 2007; Shapiro et al., 2000). Dies führt zu der Vermutung, dass positive beziehungsweise negative Kommunikations- und Stressbewältigungsstrategien den Zusammenhang eines unsicheren Bindungsstils und Partnerschaftsqualität medieren könnten. Für positives dyadisches Coping als Mediator wurde dies bereits nachgewiesen (Wendołowska et al., 2022b), jedoch nicht spezifisch in Elternpaaren. Werden diese Konstrukte in Elternpaaren untersucht, liegt der Fokus der Forschung vor allem auf der kurzen Zeitspanne des Übergangs in die Elternschaft.

Weiters zeigt sich eine Diskrepanz zwischen vermeidend und ängstlich gebundenen Personen hinsichtlich der Stresskommunikation und Stressbewältigung in Partnerschaften (Collins & Feeney, 2001; Simpson et al., 1992). Nicht nur wird von vermeidend gebundenen Frauen bei steigendem Stresslevel weniger Unterstützung von ihrem Partner eingefordert, vermeidend gebundene Personen reduzieren auch ihre Unterstützungsleistung bei steigendem Stressempfinden ihrer Partner*innen. Eine unsichere Bindung (Mallinckrodt & Wei, 2005) und eine eingeschränkte Unterstützungsfähigkeit (Bodschwinna et al., 2021) hängen jedoch ebenfalls positiv mit psychologischem Distress zusammen. Darauf basiert die Annahme, dass der Zusammenhang von gegebener Unterstützung und eigenem Stressempfinden durch eine unsichere Bindung moderiert werden könnte. In Elternpaaren werden diese Variablen häufig nur im Kontext von Erziehungsstress (Abidin, 1995) diskutiert, jedoch nicht bezogen auf das allgemeine Stressempfinden.

Fragestellungen und Hypothesen

In meiner Masterthese möchte ich mich wie bereits erwähnt auf die Bindung der Teilnehmer*innen, ihr dyadisches Coping, ihre Partnerschaftsqualität und ihr Stressempfinden konzentrieren. Meine erste Fragestellung wird die Rolle von positivem und negativem dyadischen Coping im Zusammenhang von unsicherer Bindung und Partnerschaftsqualität untersuchen und lautet folgendermaßen:

Mediiert dyadisches Coping (positiv sowie negativ) den Zusammenhang zwischen einer unsicheren Bindung und der wahrgenommenen Partnerschaftsqualität?

Die dazugehörigen Hypothesen lauten:

H1.1: Der Zusammenhang zwischen einer vermeidenden Bindung und Partnerschaftsqualität wird durch positives dyadisches Coping mediiert.

H1.2: Der Zusammenhang zwischen einer ängstlichen Bindung und Partnerschaftsqualität wird durch positives dyadisches Coping mediiert.

H1.3: Der Zusammenhang zwischen einer vermeidenden Bindung und Partnerschaftsqualität wird durch negatives dyadisches Coping mediiert.

H1.4: Der Zusammenhang zwischen einer ängstlichen Bindung und Partnerschaftsqualität wird durch negatives dyadisches Coping mediiert.

Meine zweite Fragestellung bezieht sich auf den Zusammenhang zwischen der den Partner*innen entgegengebrachten Unterstützung (eigenes dyadisches Coping) und dem eigenen Stressempfinden. Hier ist die Vermutung, dass Unsicherheit in der Bindung diesen Zusammenhang moderiert, weshalb meine zweite Fragestellung wie folgt lautet:

Beeinflusst eine ängstliche oder vermeidende Bindung den Zusammenhang zwischen der den Partner*innen entgegengebrachten Unterstützung und dem persönlichen Stressempfinden?

Die dazugehörigen Hypothesen lauten:

H2.1: Der Zusammenhang zwischen der den Partner*innen entgegengebrachten Unterstützung und dem persönlichen Stressempfinden wird durch eine vermeidende Bindung moderiert.

H2.2: Der Zusammenhang zwischen der den Partner*innen entgegengebrachten Unterstützung und dem persönlichen Stressempfinden wird durch eine ängstliche Bindung moderiert.

Methode

Der folgende Abschnitt gibt einen Überblick über den Aufbau der Studie. Beschrieben werden der Versuchsplan und das Untersuchungsdesign, die Stichprobe und die Untersuchungsdurchführung, außerdem die Erhebungsinstrumente und zuletzt die Methoden der statistischen Auswertung.

Versuchsplan und Untersuchungsdesign

Das übergeordnete Forschungsprojekt, auf dem meine Masterthese basiert, nennt sich „Dein, mein, unser Stress – Elterliches dyadisches Coping im Kontext von kindbezogenem Stress“ und wurde als Pilotstudie im Rahmen des Dissertationsprojekts meines Betreuers durchgeführt. Es handelte sich um eine Beobachtungsstudie zum Umgang mit kindbezogenem Stress zwischen Eltern und sollte in diesem Kontext auch dessen Zusammenhang mit elterlicher Beziehungsqualität, Erziehungsverhalten sowie kindlichem und elterlichem psychischen Befinden untersuchen. Sie wurde in Kooperation mit zwei anderen Forschungsgruppen der Universität Witten/Herdecke und der Ludwig-Maximilians-Universität in München durchgeführt. Übergeordnetes Ziel war die Adaption des Systems zur Evaluierung Dyadischen Copings (SEDC; Bodenmann, 2008) auf den Kontext von kindbezogenem Stress. Im Zuge meiner Masterthese habe ich Eltern als Einzelpersonen untersucht und mich auf vier inkludierte Konstrukte konzentriert – die Tendenz, ängstlich oder vermeidend in der Bindung zu sein, das dyadische Coping, die empfundene Partnerschaftsqualität, und das allgemeine Stressempfinden der Eltern (welches jedoch von kindbezogenem Stress zu unterscheiden ist).

In der übergeordneten SEDC-Beobachtungsstudie wurden Daten sowohl über Fragebögen als auch per Videoaufzeichnung erhoben. Bei meiner Masterarbeit handelt es sich um eine Fragebogenstudie, da sie die Trait-Fragebogendaten der übergeordneten SEDC-Studie analysiert hat. Im Laufe des Projekts wurde aufgrund von niedrigen Rücklaufquoten interessierten Teilnehmer*innen die Möglichkeit geboten, an einer Online-Only-Version des Projekts teilzunehmen. Abweichend von der großangelegten SEDC-Beobachtungsstudie, bei welcher die rekrutierten Elternpaare gebeten wurden, vorab die circa 30-minütige Online-Fragebogenbatterie zu Hause auszufüllen, und danach ins Beobachtungslabor der Universität Wien (oder an die anderen Standorte) eingeladen wurden, um dort insgesamt vier Gespräche über stressreiche Erfahrungen zu führen, inkludierte die Online-Only-Version nur die Bearbeitung der Fragebögen von zu Hause aus, was eine länderübergreifende Rekrutierung (Österreich, Deutschland, Schweiz) möglich machte und mit weniger Aufwand für die Teilnehmer*innen verbunden war. Entschieden interessierte Eltern sich dafür, an der

kompletten Studie teilzunehmen, wurden sie nach dem Ausfüllen der Fragebögen in das Beobachtungslabor der Universität Wien oder an die Standorte der anderen Universitäten eingeladen. Insgesamt dauerte die Datenerhebung vor Ort jeweils 60 bis 75 Minuten, womit sich die Gesamtdauer bei Teilnahme an der kompletten Studie pro Teilnehmer*in auf maximal 90 bis 105 Minuten belief, und bei Teilnahme an der Online-Only-Version auf circa 30 Minuten.

Stichprobe

In der übergeordneten SEDC-Beobachtungsstudie wurden nur Elternpaare eingeschlossen, welche gemeinsam für mindestens ein Kind sorgten. Dabei war es irrelevant, ob eine biologische Verwandtschaft zwischen Eltern und Kind bestand, mit welchem Geschlecht sich die Teilnehmer*innen identifizierten und welche sexuelle Orientierung vorlag. Die Eltern mussten dabei mindestens 18 Jahre alt sein, mindestens ein Kind im Alter zwischen 4 und 16 Jahren betreuen (mit Ausnahme des Standortes München, dort war eine Teilnahme auch mit einem Kind von unter 4 Jahren möglich) und gute Deutschkenntnisse aufweisen, da die Fragebögen und Instruktionen auf Deutsch vorgegeben wurden und die Gespräche im Beobachtungslabor ebenfalls auf Deutsch geführt werden sollten. Die Teilnehmer*innen sollten sich bei der Beantwortung der Fragen auf das jüngste, sogenannte Indexkind, im Alter zwischen 4 und 16 Jahren beziehen. Elternpaare durften nicht an der Beobachtungsstudie teilnehmen, wenn das Kind seinen Lebensschwerpunkt nicht im elterlichen Haushalt hatte, also weniger als 50% der Zeit im elterlichen Haushalt lebte, oder wenn die Eltern sich auf ein Coparenting-Arrangement geeinigt hatten und zu dem Zeitpunkt der Erhebung keine romantische Beziehung führten. Die Online-Only-Version wurde von unabhängigen, einzelnen Elternteilen ausgefüllt, sodass im Gegensatz zur übergeordneten SEDC-Beobachtungsstudie nur Daten von einem Elternteil vorhanden waren.

Die Stichprobe bestand aus den Datensätzen von 73 Personen, die den Trait-Fragebogen beendeten. Da die Stichprobe aufgrund der übergeordneten SEDC-Beobachtungsstudie auch Elternpaare (also verbundene Datensätze) beinhaltete, wurden zur Vermeidung von Abhängigkeit in den Daten fünf Eltern exkludiert, wobei aufgrund des höheren Frauenanteils in der Gesamtstichprobe jeweils die weibliche Person exkludiert wurde. Des Weiteren mussten aufgrund fehlender Daten 31 weitere Proband*innen von der Datenanalyse ausgeschlossen werden. Von $N = 37$ gültigen Fällen stammten 22 Fälle (59%) aus der Online-Only-Version und 15 Fälle (41%) aus der SEDC-Version. Es waren 22 (59%) Personen nach eigenen Angaben weiblich und 15 (41%) Personen männlich. Die Teilnehmer*innen waren zwischen 24 und 60 Jahre alt, wobei das Durchschnittsalter 41.05 Jahre betrug ($SD = 7.72$). Es gaben insgesamt 18

Personen einen Hochschul- oder Fachhochschulabschluss als höchsten Bildungsabschluss an (49%). 36 Personen haben Angaben zu ihrem Beziehungsstatus gemacht, insgesamt befanden sich 34 Personen in einer Ehe (94%) und zwei Personen in einer Partnerschaft (6%). Im Durchschnitt betrug die Länge der Partnerschaft beim Beginn der Studie 15.44 Jahre ($SD = 7.40$). Das Indexkind lebte dabei in 34 von 36 angegebenen Fällen immer im gemeinsamen Haushalt (94%) und in zwei Fällen überwiegend im selben Haushalt (6%). Das Indexkind war in 24 von 36 angegebenen Fällen männlich (67%) und in 12 Fällen weiblich (33%).

Untersuchungsdurchführung

Die Eltern wurden über Social Media, Facebook-Elterngruppen, und Flyerverteilung bei Kinderärzt*innen, in Elterncafés und in Kindergärten rekrutiert. An der Ludwig-Maximilians-Universität wurden zusätzlich noch Klient*innen der dortigen Hochschulambulanz miteinbezogen. Die Teilnahme war freiwillig und wurde bei Einwilligung zur Teilnahme an der vollständigen, übergeordneten SEDC-Beobachtungsstudie (Ausfüllen der Fragebögen und Stressgespräche im Beobachtungslabor) mit 30€ pro Paar vergütet. Die Teilnehmer*innen wurden außerdem vorab über Sinn und Zweck der Studie, Länge der Studie, Abbruchmöglichkeiten und die Datenschutzrichtlinien informiert.

Entschieden interessierte Eltern sich dafür, an der übergeordneten SEDC-Beobachtungsstudie teilzunehmen, wurden sie über einen Link an unsere Kontaktdaten; den Online-Fragebogen, der mithilfe von SoSci Survey erstellt wurde; und an einen Doodle-Kalender verwiesen, um einen Termin im Beobachtungslabor auszuwählen. Daraufhin füllten Teilnehmer*innen bei sich zu Hause den Fragebogen aus. Nach dem Ausfüllen des Fragebogens wurde unsererseits der Termin schriftlich bestätigt und die Eltern wurden in das Beobachtungslabor der Universität Wien oder an die Standorte der anderen Universitäten eingeladen. Dort wurden sie darüber informiert, dass sie die Studie jederzeit ohne Angabe von Gründen und ohne Konsequenzen abbrechen dürfen. Anschließend wurden sie gebeten, insgesamt vier Gespräche über stressreiche Erfahrungen zu führen, welche per Video aufgezeichnet werden sollten. Die Stressgespräche vor Ort werden zukünftig jedoch hauptsächlich der Adaptation des SEDC für Elternpaare dienen und sind kein Teil der vorliegenden Masterarbeit, weshalb Inhalt und Ablauf dieser hier nicht weiter ausgeführt wird.

Entschieden sich Eltern für die Online-Only-Version, wurden sie über einen Link (Rekrutierung über Social Media) oder einen QR-Code (Rekrutierung per Flyer) auf unsere Website verwiesen, welche einen Link zur Online-Fragebogenbatterie beinhaltete. Teilnehmende Eltern wurden ebenso über Sinn und Zweck der Studie, Länge der Studie,

Abbruchmöglichkeiten und Datenschutz aufgeklärt; daraufhin folgte allerdings nur das Ausfüllen der Fragebogenbatterie und kein zusätzlicher Besuch im Beobachtungslabor.

Erhebungsinstrumente

Für diese Masterthese wurde neben der Erfassung der demografischen Angaben der Experiences in Close Relationships – Revised Questionnaire (ECR-RD8; Ehrenthal et al., 2021) zur Erhebung der Bindungssicherheit, das Dyadische Coping Inventar (DCI; Bodenmann, 2008) zur Erhebung des dyadischen Copings, der Partnerschaftsfragebogen Kurzform (PFB-K; Kliem et al., 2012) zur Erhebung der Partnerschaftsqualität, und die Perceived Stress Scale (PSS-10; Klein et al., 2016) zur Erhebung des wahrgenommenen, allgemeinen Stresslevels verwendet. Diese werden im Folgenden näher vorgestellt. Der Vollständigkeit halber sei an dieser Stelle zu erwähnen, dass in der übergeordneten SEDC-Beobachtungsstudie noch weitere Konstrukte anhand entsprechender Fragebögen erhoben wurden. Außerdem haben State-Erhebungen vor und nach den einzelnen Stressgesprächen zu den Variablen Stress, positiver Affekt, negativer Affekt, und Paardynamik stattgefunden.

Demografische Angaben

Folgende demographische Angaben und Details zur Familiensituation wurden zu Beginn erhoben: Alter (Eltern und Indexkind), Geschlecht (Eltern und Indexkind), Bildungsabschluss, Beruf, aktuelle klinisch-psychologische, psychotherapeutische oder psychiatrische Behandlung (Eltern und Indexkind), Beziehung zum*r aktuellen Partner*in, Länge der Beziehung, Anzahl der Kinder insgesamt, gemeinsamer Haushalt mit Partner*in und/oder Kindern und prozentual verbrachte Zeit mit Indexkind im selben Haushalt, Reihung des Indexkinds bei den Geschwistern, Beziehung zum Indexkind (biologisches Elternteil, Stiefelternteil oder Adoption), regelmäßig verbrachte Zeit mit dem Indexkind, Aufteilung der Verantwortung für das Indexkind zwischen den Partner*innen, und körperliche Einschränkungen des Indexkinds.

Bindungssicherheit

Der ECR-RD8 (Ehrenthal et al., 2021) misst die Bindungsunsicherheit von Personen auf zwei Subskalen; *Vermeidung* und *Ängstlichkeit*. Insgesamt besteht der Fragebogen aus acht Items, wovon je vier den beiden Subskalen angehören. Bei den Items der Subskala Ängstlichkeit sagen höhere Werte höhere Unsicherheit voraus, bei den Items der Subskala Vermeidung sagen höhere Werte niedrigere Unsicherheit voraus; die Items der Subskala Vermeidung müssen somit zur Bildung des Subskalen-Scores invertiert werden. Alle Items werden auf einer siebenstufigen Likert-Skala bewertet (von 1 = *stimme gar nicht zu*, bis 7 =

stimme völlig zu). Die Versuchsteilnehmer*innen sollen hierbei angeben, wie sie im Allgemeinen Partnerschaften erleben. Ein Beispielitem unter der Ängstlichkeits-Subskala ist: „Ich mache mir oft Sorgen, dass mein Partner/meine Partnerin nicht bei mir bleiben will“. Ein Beispielitem unter der Vermeidungs-Subskala ist: „Ich fühle mich wohl damit, meine privaten Gedanken und Gefühle mit meinem Partner/meiner Partnerin zu teilen“. Ehrenthal et al. (2021) geben für die interne Konsistenz ein McDonalds Omega von bis zu $\omega = .87$ für Ängstlichkeit und bis zu $\omega = .91$ für Vermeidung an (S. 6–8). In der untersuchten Stichprobe war die interne Konsistenz der Subskala Ängstlichkeit mit einem Cronbach's $\alpha = .71$ befriedigend, für die Subskala Vermeidung ergab sich ebenfalls eine befriedigende interne Konsistenz von $\alpha = .76$.

Dyadisches Coping

Beim DCI (Bodenmann, 2008) handelt es sich um einen Fragebogen, welcher die Subskalen *Stresskommunikation* (vier Items pro Person), *Positives supportives dyadisches Coping* (fünf Items pro Person), *Delegiertes dyadisches Coping* (zwei Items pro Person), *Negatives supportives dyadisches Coping* (vier Items pro Person), *Gemeinsames dyadisches Coping* (fünf Items) und eine *Evaluation* (zwei Items) enthält. Es wird außer beim gemeinsamen dyadischen Coping und bei der Evaluation sowohl eine Selbsteinschätzung als auch eine Fremdeinschätzung abgegeben; beide Personen schätzen das eigene Verhalten und das Verhalten der Partner*innen ein. Mit Selbst- und Fremdeinschätzung, Einschätzung zum gemeinsamen dyadischen Coping und der Evaluation besteht der Fragebogen also aus 35 Items plus zwei Evaluationsitems, und alle Items werden von den Versuchsteilnehmer*innen auf einer fünfstufigen Häufigkeitsskala beantwortet (von 1 = *sehr selten* bis 5 = *sehr oft*). Die internen Konsistenzen (Cronbach's α) bewegten sich nach Bodenmann (2008) über alle Subskalen hinweg zwischen einem akzeptablen Bereich von $\alpha = .71$ und einem exzellenten Bereich von $\alpha = .92$ (S. 29). In der vorliegenden Stichprobe rangierten die internen Konsistenzen (Cronbach's α) der einzelnen Subskalen zwischen einem fragwürdigen Bereich von $\alpha = .67$ für die Subskala *Gemeinsames dyadisches Coping* und einem exzellenten Bereich von $\alpha = .96$ für die Subskala *Evaluation*. Zur Prüfung der Hypothesen werden für Fragestellung 1 die Skalen *Positives dyadisches Coping* und *Negatives dyadisches Coping* gebildet, welche sich wie folgt zusammensetzen: Positives dyadisches Coping ergibt sich aus dem Zusammenschluss der Selbst- und Fremdeinschätzung der Subskalen *Positives supportives dyadisches Coping*, *Delegiertes dyadisches Coping* und *Gemeinsames dyadisches Coping*, und Negatives dyadisches Coping ergibt sich aus der Selbst- und Fremdeinschätzung der Subskala *Negatives supportives dyadisches Coping*. Für die Fragestellung 2 wurde zur Erstellung der Skala *Eigenes dyadisches Coping* der Summenscore der Selbsteinschätzung der Skalen

Stresskommunikation, *Positives supportives dyadisches Coping*, *Delegiertes dyadisches Coping*, und *Negatives supportives dyadisches Coping* gebildet, wobei die Werte von *Negativem supportiven dyadischen Coping* invertiert wurden. Ein Beispielitem für die Subskala *Stresskommunikation* wäre zur Selbsteinschätzung „Ich sage meinem Partner/meiner Partnerin offen, wenn ich gestresst bin und seine/ihre emotionale Unterstützung brauche“, und zur Fremdeinschätzung „Er/sie zeigt mir, dass er/sie sich belastet fühlt und es ihm/ihr schlecht geht“. Ein Beispielitem für die Subskala *Positives supportives dyadisches Coping* wäre zur Selbsteinschätzung „Ich solidarisiere mich mit ihm/ihr, sage ihm/ihr, dass ich dieses Gefühl auch kenne und halte zu ihm/ihr“, und zur Fremdeinschätzung „Er/sie gibt mir das Gefühl, dass er/sie mich versteht, und dass ihn/sie mein Stress interessiert“. Ein Beispielitem für *Negatives supportives dyadisches Coping* zur Selbsteinschätzung wäre „Ich helfe ihm/ihr zwar, doch bin ich nicht motiviert und finde, dass er/sie selber besser mit seinen Problemen umgehen sollte“, und zur Fremdeinschätzung „Er/sie macht mir Vorwürfe, dass ich zu wenig gut mit Stress umgehen kann“. Die Items zur Selbst- und Fremdeinschätzung dieser Subskala müssen vor der Berechnung eines Gesamtscores invertiert werden, da höhere Werte besseres dyadisches Coping vorhersagen. Ein Beispielitem für *Delegiertes dyadisches Coping* zur Selbsteinschätzung wäre „Ich packe zu, wenn er/sie zu viel zu tun hat, um ihn/sie zu entlasten“, und zur Fremdeinschätzung „Er/sie übernimmt Aufgaben und Tätigkeiten, die ich sonst mache, um mich zu entlasten“. Ein Beispielitem zum *Gemeinsamen dyadischen Coping* wäre „Wir versuchen, das Problem gemeinsam zu bewältigen und konkrete Lösungen zu suchen“, und ein Beispielitem zur *Evaluation* wäre „Ich empfinde die Unterstützung meines Partners/meiner Partnerin und unseren gemeinsamen Umgang mit Stress als wirksam“.

Partnerschaftsqualität

Der PFB-K (Kliem et al., 2012), besteht aus den drei Subskalen *Streitverhalten*, *Zärtlichkeit* und *Gemeinsamkeit/Kommunikation*. Es sind neun Items enthalten, welche jeweils auf einer vierstufigen Skala bewertet werden (von 0 = *nie/sehr selten* bis 3 = *sehr oft*), und ein sogenanntes „Glücksitem“, welches die subjektive Zufriedenheit mit der eigenen Partnerschaft angibt und von 0 = *sehr unglücklich* bis 5 = *sehr glücklich* bewertet wird. Die Personen sollen hierbei angeben, wie oft bestimmte Verhaltensweisen in der letzten Zeit von einem selbst, den Partner*innen oder beiden gemeinsam gezeigt wurden. Der Gesamtscore wird aus dem Summenscore der drei Subskalen gebildet. Höhere Werte sagen eine höhere Partnerschaftsqualität voraus. Ein Beispielitem für die Subskala *Streitverhalten* wäre „Er/Sie äußert sich abfällig über eine von mir geäußerte Meinung“. Die Items dieser Skala müssen vor der Bildung eines Gesamtscores invertiert werden. Ein Beispielitem für die Subskala

Zärtlichkeit wäre „Er/Sie sagt mir, dass er/sie zufrieden ist, wenn er/sie mit mir zusammen ist“. Ein Beispielitem für die Subskala Gemeinsamkeit/Kommunikation wäre „Wir unterhalten uns am Abend mindestens eine halbe Stunde miteinander“. Die interne Konsistenz des Gesamtscores des PFB-K (ohne Glücksitem) liegt nach Kliem et al. (2012) bei Cronbach's $\alpha = .84$ (S. 86), was die Autor*innen als eine befriedigende interne Konsistenz auffassen; in der hier untersuchten Stichprobe wies Cronbach's α über die drei Subskalen Werte von $\alpha = .56$ für die Subskala Gemeinsamkeit/Kommunikation bis $\alpha = .86$ für die Subskala Zärtlichkeit auf, welche als schlecht bis gut einzustufen sind.

Wahrgenommener Stress

Die PSS-10 (Klein et al., 2016) besteht aus zehn Items, welche fünfstufig von 0 = *nie* bis 4 = *sehr oft* bewertet werden. Personen sollen angeben, wie häufig sie sich während des letzten Monats durch Stress belastet gefühlt haben. Sechs Items gehören der Subskala *Hilflosigkeit* an und vier Items der Subskala *Selbstwirksamkeit*. Die Items der Subskala *Selbstwirksamkeit* müssen vor der Bildung des Subskalen-Scores invertiert werden. Höhere Werte geben ein erhöhtes Stresslevel an. Ein Beispielitem für die Subskala *Hilflosigkeit* wäre „Wie oft haben Sie sich über Dinge geärgert, die außerhalb Ihrer Kontrolle lagen?“, während ein Beispielitem für die Subskala *Selbstwirksamkeit* wäre: „Wie oft fühlten Sie sich als Herr der Lage?“. Die interne Konsistenz wird von Klein et al. (2016) als akzeptabel mit einem Cronbach's $\alpha = .78$ angegeben, in der hier untersuchten Stichprobe war die interne Konsistenz mit einem Cronbach's $\alpha = .68$ für die Subskala *Selbstwirksamkeit* fragwürdig und mit einem Cronbach's $\alpha = .89$ für die Subskala *Hilflosigkeit* gut.

Statistische Auswertung

Um meine *erste Fragestellung* zu beantworten – Mediiert positives beziehungsweise negatives dyadisches Coping den Zusammenhang einer unsicheren Bindung und der Partnerschaftsqualität? – wurden mithilfe des SPSS Makro PROCESS (Hayes, 2022) pro Bindungsstil (ängstlich oder vermeidend als unabhängige Variable) jeweils zwei Mediatoranalysen gerechnet (positives oder negatives dyadisches Coping als Mediator). Zur Datenerhebung wurden die Scores der Subskalen Vermeidung und Ängstlichkeit des ECR-RD8 (Ehrenthal et al., 2021) zur Bestimmung der Bindungsunsicherheit und die Scores der Skalen positives dyadisches Coping und negatives dyadisches Coping, basierend auf den entsprechenden Subskalen des DCI (Bodenmann, 2008) verwendet. Weiters wurde der Gesamtscore des PFB-K (Kliem et al., 2012) verwendet, um die Partnerschaftsqualität zu bestimmen (abhängige Variable).

Um meine *zweite Fragestellung* zu beantworten – Beeinflusst eine ängstliche oder vermeidende Bindung den Zusammenhang zwischen der den Partner*innen entgegengebrachten Unterstützung und dem persönlichen Stressempfinden? – wurde ebenfalls mithilfe des SPSS Makro PROCESS eine Moderationsanalyse gerechnet, um den Einfluss der Bindungsunsicherheit (ängstlich oder vermeidend als Moderator) auf den Zusammenhang von eigenem dyadischen Coping (unabhängige Variable) und generellem Stressempfinden (abhängige Variable) zu untersuchen. Zur Datenerhebung wurden erneut die Scores der Subskalen Vermeidung und Ängstlichkeit des ECR-RD8 (Ehrenthal et al., 2021) zur Bestimmung der Bindungsunsicherheit, der Score der Skala eigenes dyadisches Coping, basierend auf den entsprechenden Subskalen des DCI (Bodenmann, 2008) zur Bestimmung der gegebenen Unterstützung, und der Gesamtscore der PSS-10 (Klein et al., 2016) zur Bestimmung des generellen Stressempfindens verwendet.

Ergebnisse

Der nun folgende Ergebnisteil umfasst die deskriptiven Statistiken und die Ergebnisse der Mediations- sowie Moderationsanalysen.

Deskriptive Statistiken

Nachfolgend werden die deskriptiven Statistiken und Spearman-Korrelationen der Variablen Ängstlichkeit, Vermeidung, positives und negatives dyadisches Coping, eigenes dyadisches Coping, Partnerschaftsqualität und Stressempfinden für die vorliegende Stichprobe präsentiert. Es wurde sich aufgrund der kleinen Stichprobe für die Darstellung des Spearman Rangkorrelationskoeffizient entschieden.

Tabelle 1

Mittelwerte, Standardabweichungen und Spearman-Korrelationen der Studienvariablen mit Konfidenzintervallen

Variable	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5	6
1. Ängstlichkeit	8.92	5.02						
2. Vermeidung	9.08	4.71	.68**					
3. Pos. dyadisches Coping	66.55	11.51	-.45**	-.69**				
4. Neg. dyadisches Coping	14.57	5.78	.62**	.60**	-.55**			
5. Eigenes dyadisches Coping	56.27	8.42	-.62**	-.81**	.78**	-.68**		
6. Partnerschaftszufriedenheit	27.14	4.76	-.72**	-.65**	.64**	-.62**	.56**	
7. Stressempfinden	28.36	7.27	.18	.41*	-.24	.32	-.20	-.17

Anmerkung. *M* = Mittelwert, *SD* = Standardabweichung; 95% Konfidenzintervalle in eckigen Klammern.

* $p < .05$, ** $p < .01$

Alle Variablen mit Ausnahme der Variable Stressempfinden korrelieren hochsignifikant miteinander. Die Variable Stressempfinden korreliert nur mit der Variable Vermeidung signifikant (siehe Tabelle 1).

Hypothesenprüfung

Vor der Datenanalyse wurden die Voraussetzungen der Mediationsanalyse und Moderationsanalyse (Linearität, Normalverteilung der Residuen, Homoskedastizität, und

Unabhängigkeit) überprüft. Die Unabhängigkeit der Daten war durch das Studiendesign und das Filtern der verbundenen Datensätze gegeben. Die Daten wurden weiters anhand eines Streudiagramms auf Linearität geprüft (siehe Anhang B); anhand der Ausgabe wurde angenommen, dass das Verhältnis zwischen den Variablen annähernd linear war. Eine grafische Überprüfung der Normalverteilung der Residuen zeigte, dass diese ebenfalls gegeben war. Da die Residuen normalverteilt waren, wurde die Homoskedastizität anhand des Breusch-Pagan-Tests überprüft, welcher für alle überprüften Regressionsmodelle nicht signifikant ausfiel, weshalb Homoskedastizität angenommen wurde. PROCESS verwendet außerdem Bootstrapping bei der Berechnung von Mediations- und Moderationsanalysen, was für zusätzliche Stabilität der Ergebnisse sorgte.

Fragestellung 1: Mediationsanalysen

Hypothese H1.1. Die vermutete Mediation des Zusammenhangs einer vermeidenden Bindung und Partnerschaftszufriedenheit durch positives dyadisches Coping wurde überprüft. Präsentiert wird eine Tabelle in Form eines Berichts der Regressionsanalysen, einer grafischen Visualisierung der Mediation, und einem verbalen Ergebnisbericht.

Tabelle 2

Modellpfade mit entsprechenden statistischen Kennwerten zur Mediation des Zusammenhangs von Vermeidung und Partnerschaftszufriedenheit über positives dyadisches Coping

	Modellpfad	B	SE	β	t	p
a:	Vermeidung → positives dyadisches Coping	-1.674	.359	-.683	-4.658	<.001*
b:	Positives dyadisches Coping → Partnerschaftszufriedenheit	.201	.080	.487	2.530	.016*
c:	Vermeidung → Partnerschaftszufriedenheit (ohne Mediator im Modell)	-.606	.155	-.598	-3.906	<.001*
<i>Direkter Effekt</i>						
c':	Vermeidung → Partnerschaftszufriedenheit (mit Mediator im Modell)	-.270	.229	-.266	-1.178	.247
<i>Indirekter Effekt</i>						
ab:	Vermeidung → positives dyadisches Coping → Partnerschaftszufriedenheit	-.337 [-.654, -.081] ^a	.146 ^a	-.332 [-.627, -.084] ^a		

Anmerkung. Vermeidung = ECR-RD8-Score der Subskala Vermeidung; Partnerschaftszufriedenheit = PFB-K-Gesamtscore; positives dyadisches Coping = DCI-Summenscore der Subskalen delegiertes dyadisches Coping, positives supportives dyadisches Coping und gemeinsames dyadisches Coping; $N = 36$; B = unstandardisierter Regressionskoeffizient; 95% Konfidenzintervalle in eckigen Klammern; SE = Standardfehler; β = standardisierter Regressionskoeffizient.

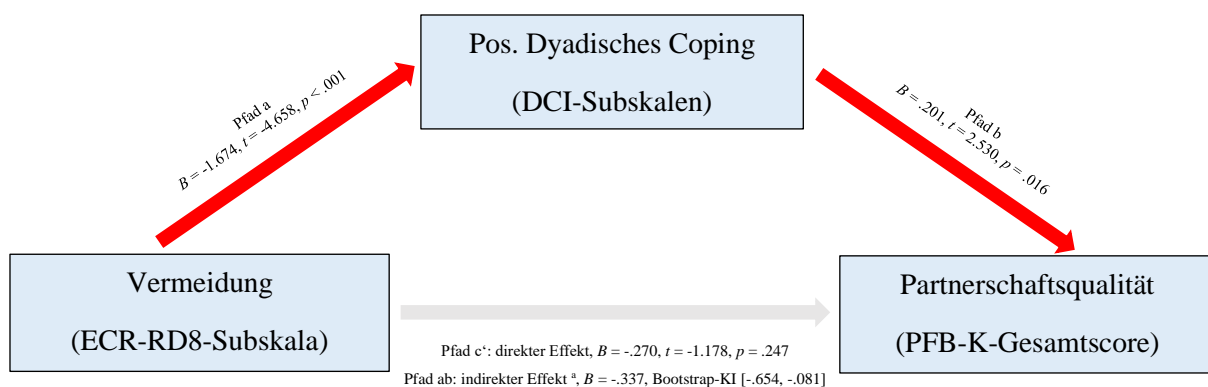
$R^2 = 46.63\%$ für Pfad a, $R^2 = 35.81\%$ für Pfad c; $R^2 = 48.45\%$ für Pfad b + c'.

^a Basierend auf Bootstrapping mit 5000 Iterationen.

* $p < .05$.

Abbildung 1

Grafische Darstellung der Mediation des Zusammenhangs von Vermeidung und Partnerschaftszufriedenheit über positives dyadisches Coping



Anmerkung. $N = 36$; Bootstrapping mit 5000 Samples.

^a = indirekter Effekt wird mit unstandardisierten Kennwerten berichtet.

Vermeidung konnte 35.81% der Varianz in Partnerschaftsqualität ($B = -.606$, Bootstrap-KI [-.921, -.291], $t = -3.906, p < .001$) und 46.63% der Varianz in der Dimension positives dyadisches Coping ($B = -1.674$, Bootstrap-KI [-2.404, -.943], $t = -4.658, p < .001$) erklären. Wurde positives dyadisches Coping als Mediator des negativen Zusammenhangs eingeschlossen, konnte das Gesamtmodell 48.45% der Varianz der Partnerschaftsqualität erklären. Dabei mediierte positives dyadisches Coping den Zusammenhang von Vermeidung und Partnerschaftsqualität signifikant ($B = -.337$, 95% Bootstrap-KI [-.654, -.081] beziehungsweise $B = -.3322$, 95% Bootstrap-KI [-.627, -.084] wenn standardisiert). Bei Einschluss des Mediators ins Modell war der direkte Effekt von Vermeidung auf

Partnerschaftsqualität nicht mehr signifikant ($B = -.270, t = -1.178, p = .247$; siehe Tabelle 2 und Abbildung 1).

Hypothese H1.2. Die vermutete Mediation des Zusammenhangs einer ängstlichen Bindung und Partnerschaftszufriedenheit durch positives dyadisches Coping wurde überprüft. Die Präsentation folgt analog zur vorherigen Hypothese.

Tabelle 3

Modellpfade mit entsprechenden statistischen Kennwerten zur Mediation des Zusammenhangs von Ängstlichkeit und Partnerschaftszufriedenheit über positives dyadisches Coping

	Modellpfad	<i>B</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>
a:	Ängstlichkeit → positives dyadisches Coping	-1.029	.391	-.449	-2.633	.013*
b:	Positives dyadisches Coping → Partnerschaftszufriedenheit	.181	.045	.439	3.990	<.001*
c:	Ängstlichkeit → Partnerschaftszufriedenheit (ohne Mediator im Modell)	-.671	.104	-.709	-6.471	<.001*
<i>Direkter Effekt</i>						
c':	Ängstlichkeit → Partnerschaftszufriedenheit (mit Mediator im Modell)	-.485	.108	-.512	-4.483	<.001*
<i>Indirekter Effekt</i>						
ab:	Ängstlichkeit → positives dyadisches Coping → Partnerschaftszufriedenheit	-.186 [-.380, -.054] ^a	.082 ^a	-.197 [-.358, -.060] ^a		

Anmerkung. Ängstlichkeit = ECR-RD8-Score der Subskala Ängstlichkeit; Partnerschaftszufriedenheit = PFB-K-Gesamtscore; positives dyadisches Coping = DCI-Summenscore der Subskalen delegiertes dyadisches Coping, positives supportives dyadisches Coping und gemeinsames dyadisches Coping; $N = 36$; B = unstandardisierter Regressionskoeffizient; 95% Konfidenzintervalle in eckigen Klammern; SE = Standardfehler; β = standardisierter Regressionskoeffizient.

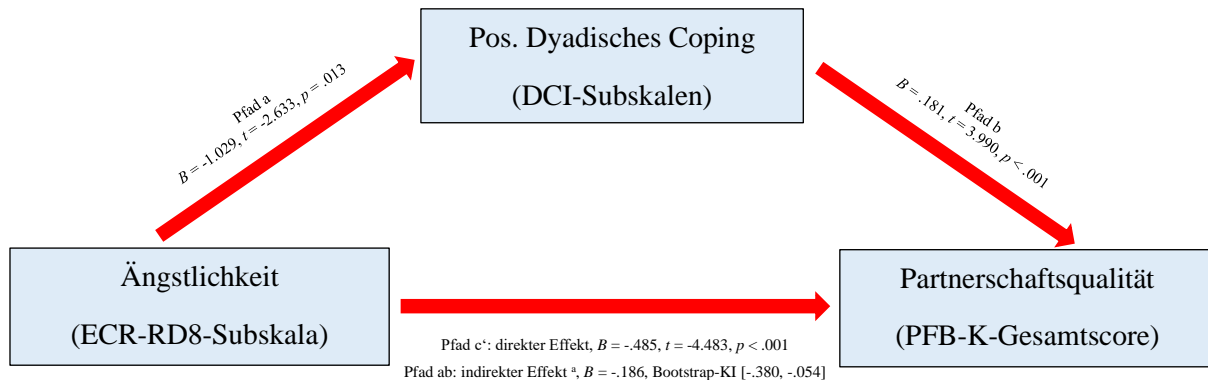
$R^2 = 20.16\%$ für Pfad a, $R^2 = 50.23\%$ für Pfad c; $R^2 = 65.58\%$ für Pfad b + c'.

^a Bootstrapping mit 5000 Iterationen.

* $p < .05$.

Abbildung 2

Grafische Darstellung der Mediation des Zusammenhangs von Ängstlichkeit und Partnerschaftszufriedenheit über positives dyadisches Coping



Anmerkung. $N = 36$; Bootstrapping mit 5000 Samples.

^a = indirekter Effekt wird mit unstandardisierten Kennwerten berichtet.

Ängstlichkeit konnte 50.23% der Varianz in Partnerschaftsqualität ($B = -.671$, Bootstrap-KI $[-.882, -.460]$, $t = -6.471$, $p < .001$) und 20.16% der Varianz in der Dimension positives dyadisches Coping ($B = -1.029$, Bootstrap-KI $[-1.822, -.235]$, $t = -2.633$, $p = .013$) erklären. Wurde positives dyadisches Coping als Mediator des negativen Zusammenhangs eingeschlossen, konnte das Gesamtmodell 65.58% der Varianz der Partnerschaftsqualität erklären. Dabei medierte positives dyadisches Coping den Zusammenhang von Ängstlichkeit und Partnerschaftsqualität signifikant ($B = -.186$, 95% Bootstrap-KI $[-.380, -.054]$ beziehungsweise $B = -.197$, 95% Bootstrap-KI $[-.358, -.060]$ wenn standardisiert; siehe Tabelle 3 und Abbildung 2).

Hypothese H1.3. Die vermutete Mediation des Zusammenhangs einer vermeidenden Bindung und Partnerschaftszufriedenheit durch negatives dyadisches Coping wurde überprüft. Die Präsentation folgt analog zur vorherigen Hypothese.

Tabelle 4

Modellpfade mit entsprechenden statistischen Kennwerten zur Mediation des Zusammenhangs von Vermeidung und Partnerschaftszufriedenheit über negatives dyadisches Coping

	Modellpfad	<i>B</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>
a:	Vermeidung → negatives dyadisches Coping	.742	.141	.604	5.277	<.001*
b:	Negatives dyadisches Coping → Partnerschaftszufriedenheit	-.352	.109	-.428	-3.229	.003*
c:	Vermeidung → Partnerschaftszufriedenheit (ohne Mediator im Modell)	-.618	.150	-.611	-4.115	<.001*
<i>Direkter Effekt</i>						
c':	Vermeidung → Partnerschaftszufriedenheit (mit Mediator im Modell)	-.357	.161	-.353	-2.216	.034*
<i>Indirekter Effekt</i>						
ab:	Vermeidung → negatives dyadisches Coping → Partnerschaftszufriedenheit	-.261 [-.444, -.092] ^a	.091 ^a	-.258 [-.432, -.091] ^a		

Anmerkung. Vermeidung = ECR-RD8-Score der Subskala Vermeidung; Partnerschaftszufriedenheit = PFB-K-Gesamtscore; negatives dyadisches Coping = DCI-Summenscore der Subskalen eigenes negatives supportives dyadisches Coping und negatives supportives dyadisches Coping Partner*in; *N* = 37; *B* = unstandardisierter Regressionskoeffizient; 95% Konfidenzintervalle in eckigen Klammern; *SE* = Standardfehler; β = standardisierter Regressionskoeffizient.

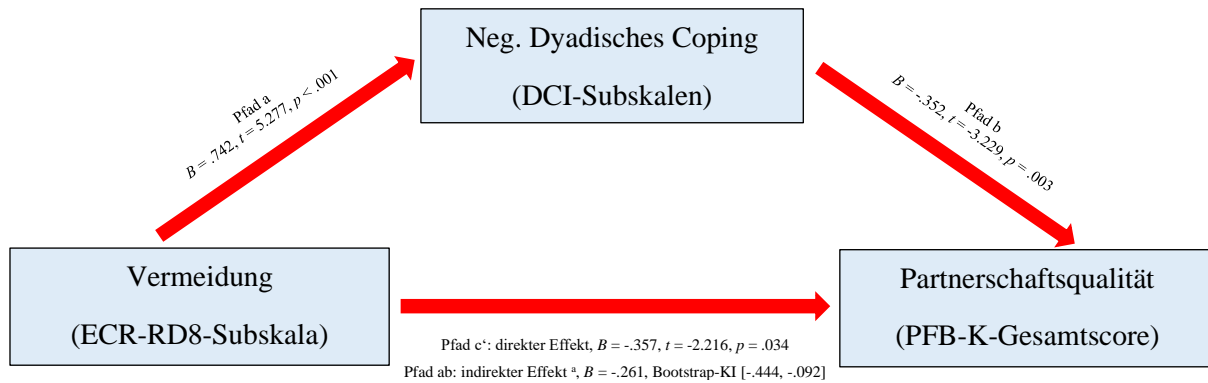
$R^2 = 36.51\%$ für Pfad a, $R^2 = 37.34\%$ für Pfad c; $R^2 = 48.94\%$ für Pfad b + c'.

^a Bootstrapping mit 5000 Iterationen.

* $p < .05$.

Abbildung 3

Grafische Darstellung der Mediation des Zusammenhangs von Vermeidung und Partnerschaftszufriedenheit über negatives dyadisches Coping



Anmerkung. N = 37; Bootstrapping mit 5000 Samples.

^a = indirekter Effekt wird mit unstandardisierten Kennwerten berichtet.

Vermeidung konnte 37.34% der Varianz in Partnerschaftsqualität ($B = -.618$, Bootstrap-KI $[-.922, -.313]$, $t = -4.115$, $p < .001$) und 36.51% der Varianz in der Dimension negatives dyadisches Coping ($B = .742$, Bootstrap-KI $[.456, 1.027]$, $t = 5.277$, $p < .001$) erklären. Wurde negatives dyadisches Coping als Mediator des negativen Zusammenhangs eingeschlossen, konnte das Gesamtmodell 48.94% der Varianz der Partnerschaftsqualität erklären. Dabei medierte negatives dyadisches Coping den Zusammenhang von Vermeidung und Partnerschaftsqualität signifikant ($B = -.261$, 95% Bootstrap-KI $[-.444, -.092]$ beziehungsweise $B = -.258$, 95% Bootstrap-KI $[-.433, -.091]$ wenn standardisiert; siehe Tabelle 4 und Abbildung 3).

Hypothese H1.4. Die vermutete Mediation des Zusammenhangs einer ängstlichen Bindung und Partnerschaftszufriedenheit durch negatives dyadisches Coping wurde überprüft. Die Präsentation folgt analog zur vorherigen Hypothese.

Tabelle 5

Modellpfade mit entsprechenden statistischen Kennwerten zur Mediation des Zusammenhangs von Ängstlichkeit und Partnerschaftszufriedenheit über negatives dyadisches Coping

	Modellpfad	<i>B</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>
a:	Ängstlichkeit → negatives dyadisches Coping	.711	.156	.618	4.544	<.001*
b:	Negatives dyadisches Coping → Partnerschaftszufriedenheit	-.263	.113	-.320	-2.324	.026*
c:	Ängstlichkeit → Partnerschaftszufriedenheit (ohne Mediator im Modell)	-.680	.101	-.717	-6.706	<.001*
<i>Direkter Effekt</i>						
c':	Ängstlichkeit → Partnerschaftszufriedenheit (mit Mediator im Modell)	-.493	.128	-.520	-3.851	<.001*
<i>Indirekter Effekt</i>						
ab:	Ängstlichkeit → negatives dyadisches Coping → Partnerschaftszufriedenheit	-.187 [-.361, -.030] ^a	.085 ^a	-.197 [-.367, -.030] ^a		

Anmerkung. Ängstlichkeit = ECR-RD8-Score der Subskala Ängstlichkeit; Partnerschaftszufriedenheit = PFB-K-Gesamtscore; negatives dyadisches Coping = DCI-Summenscore der Subskalen eigenes negatives dyadisches Coping und negatives dyadisches Coping Partner*in; *N* = 37; *B* = unstandardisierter Regressionskoeffizient; 95% Konfidenzintervalle in eckigen Klammern; *SE* = Standardfehler; β = standardisierter Regressionskoeffizient.

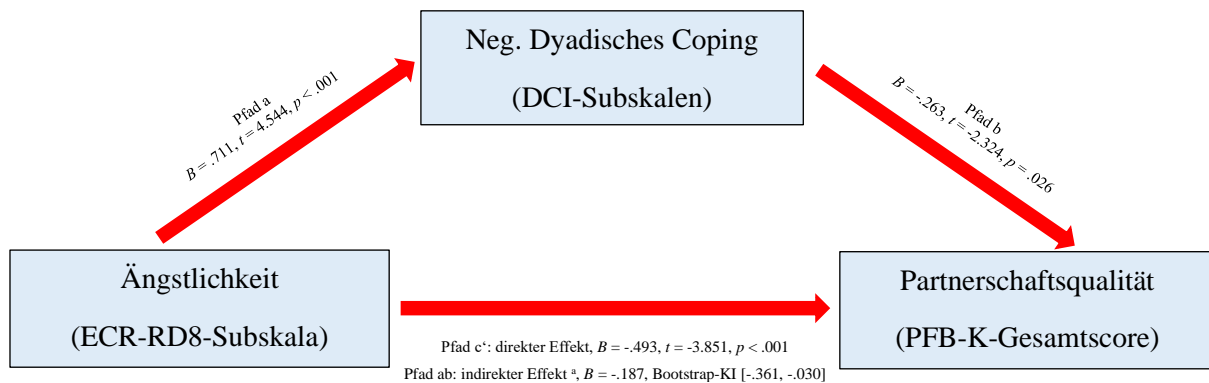
$R^2 = 38.13\%$ für Pfad a, $R^2 = 51.42\%$ für Pfad c; $R^2 = 57.74\%$ für Pfad b + c'.

^a Bootstrapping mit 5000 Iterationen.

* $p < .05$.

Abbildung 4

Grafische Darstellung der Mediation des Zusammenhangs von Ängstlichkeit und Partnerschaftszufriedenheit über negatives dyadisches Coping



Anmerkung. $N = 37$; Bootstrapping mit 5000 Samples.

^a = indirekter Effekt wird mit unstandardisierten Kennwerten berichtet.

Ängstlichkeit konnte 51.42% der Varianz in Partnerschaftsqualität ($B = -.680$, Bootstrap-KI $[-.885, -.474]$, $t = -6.471$, $p < .001$) und 38.13% der Varianz in der Dimension negatives dyadisches Coping ($B = .711$, Bootstrap-KI $[.393, 1.028]$, $t = 4.544$, $p < .001$) erklären. Wurde negatives dyadisches Coping als Mediator des negativen Zusammenhangs eingeschlossen, konnte das Gesamtmodell 57.74% der Varianz der Partnerschaftsqualität erklären. Dabei medierte negatives dyadisches Coping den Zusammenhang von Ängstlichkeit und Partnerschaftsqualität signifikant ($B = -.187$, 95% Bootstrap-KI $[-.361, -.030]$ beziehungsweise $B = -.197$, 95% Bootstrap-KI $[-.367, -.030]$ wenn standardisiert; siehe Tabelle 5 und Abbildung 4).

Fragestellung 2: Moderationsanalysen

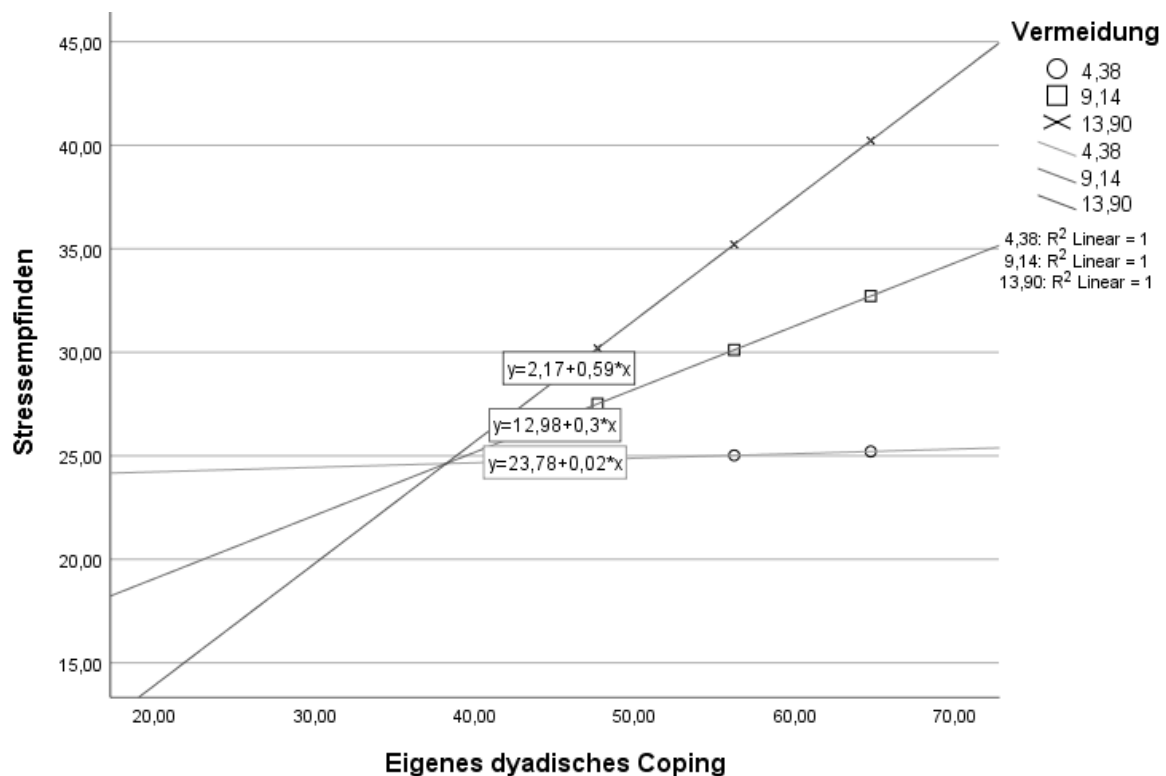
Zur Überprüfung von H2.1 und H2.2 wurden insgesamt zwei Moderationsanalysen (für Vermeidung und Ängstlichkeit als Moderator) durchgeführt.

Hypothese H2.1. Die erste Moderationsanalyse wurde durchgeführt, um zu bestimmen, ob sich das Ausmaß an persönlichem Stress durch die Interaktion zwischen einer vermeidenden Bindung und der den Partner*innen entgegengebrachten Unterstützung (dem eigenen dyadischen Coping) signifikant vorhersagen lässt (Hypothese H2.1). Das Gesamtmodell war signifikant, $F(1, 36) = 6.55$, $p = .001$, mit einer hohen Varianzaufklärung von 26.85%. Vermeidung moderierte den Zusammenhang zwischen eigenem dyadischen Coping und

Stressempfindung signifikant, $\Delta R^2 = 9.86\%$, $F(1, 36) = 4.49$, $p = .042$, 95%-KI [0.020, 0.147]. Es bestand ein signifikanter Moderationseffekt mit einem positiven Vorzeichen für hohe Werte von Vermeidung (Johnson-Neyman-Intervall zwischen 14.51 und 20.00). Der Moderator Vermeidung verstärkte den positiven Zusammenhang zwischen gegebener Unterstützung und Stressempfinden. Bei hohen Werten der Vermeidung zeigte sich bei geringen Werten von gegebener Unterstützung ein geringeres Stressempfinden im Vergleich zu geringen Werten der Vermeidung, während bei hohen Werten von gegebener Unterstützung im Vergleich zu geringeren Werten der Vermeidung ein höheres Stressempfinden bestand (siehe Abbildung 5).

Abbildung 5

Grafische Darstellung für den signifikanten Moderationseffekt von Vermeidung auf den Zusammenhang zwischen eigenem dyadischem Coping und Stressempfinden



Anmerkung. $N = 36$; Darstellung erfolgt für die Moderatorwerte 4.38 (niedrig), 9.14 (mittel) und 13.90 (hoch).

Hypothese H2.2. Analog zur ersten Moderationsanalyse wurde eine zweite Moderationsanalyse durchgeführt, um zu bestimmen, ob sich das Ausmaß an persönlichem Stress durch die Interaktion zwischen einer ängstlichen Bindung und der den Partner*innen entgegengebrachten Unterstützung (dem eigenen dyadischen Coping) signifikant vorhersagen lässt (Hypothese H2.2). Das Gesamtmodell war nicht signifikant, $F(1, 36) = 0.89$, $p = .458$, mit

einer niedrigen Varianzaufklärung von 6.60%. Es konnte kein signifikanter Moderationseffekt festgestellt werden, $\Delta R^2 = 5.33\%$, $F(1, 36) = 0.77$, $p = .387$, 95%-KI [-.018, .138]. Es wurde ein neues Modell mit Haupteffekten gerechnet, indem der Interaktionsterm entfernt wurde. Das neue Modell zeigte jedoch weder eine signifikante Beziehung zwischen der vermeidenden Bindung ($B = .019$, $p = .950$) und dem eigenen Stressempfinden, noch zwischen dem eigenen dyadischen Coping ($B = -.089$, $p = .634$) und dem eigenen Stressempfinden.

Diskussion

Das Ziel dieser Masterarbeit war es, Zusammenhänge zwischen Unsicherheit in der Bindung (der Tendenz zu Ängstlichkeit oder Vermeidung) und dyadischem Coping, Partnerschaftsqualität und Stressempfinden bei Elternpaaren zu untersuchen. Basierend auf bisherigen Forschungsergebnissen in diesem Bereich wurden zwei Fragestellungen formuliert, welche im Rahmen dieses Forschungsprojekts beantwortet werden sollten. Die erste Fragestellung beschäftigte sich mit der Mediation des Zusammenhangs von Unsicherheit in der Bindung und Partnerschaftsqualität durch positives oder negatives dyadisches Coping. Wendołowska et al. (2022b) konnten hier bereits einen positiven Zusammenhang von Bindungssicherheit und Partnerschaftszufriedenheit feststellen, mediiert durch die drei Formen des positiven dyadischen Copings: Positives supportives dyadisches Coping, welches innerhalb einer Dyade die Unterstützung der gestressten Person durch die Partner*innen beschreibt; delegiertes dyadisches Coping, welches die Übernahme von Aufgaben und Verantwortung durch den kompetenteren oder weniger gestressten Part beschreibt; und gemeinsames dyadisches Coping, bei welchem beide Partner*innen in einer gemeinsamen Anstrengung an der Stressbewältigung beteiligt sind (Bodenmann, 1995; Bodenmann et al., 2016). Die Ergebnisse der vorliegenden Studie konnten die bisherige Datenlage hinsichtlich zweier Erkenntnisse ergänzen. Zum einen konnte der Mediationseffekt von positivem dyadischen Coping auf den Zusammenhang zwischen Unsicherheit in der Bindung und Partnerschaftsqualität in einer Population von Eltern mit Kindern zwischen 4 und 16 Jahren bestätigt werden, aufbauend auf den Ergebnissen von Wendołowska et al. (2022b). Die Hypothesen H1.1 und H1.2 konnten somit angenommen werden; positives dyadisches Coping mediierte den Zusammenhang von Vermeidung (H1.1) und Partnerschaftsqualität vollständig, während der Zusammenhang von Ängstlichkeit (H1.2) und Partnerschaftsqualität partiell über positives dyadisches Coping mediiert wurde. An dieser Stelle sei erwähnt, dass Wendołowska et al. (2022b) zur Analyse ihrer Daten ein Actor-Partner Interdependence Mediation Model (Ledermann et al., 2011) verwendeten, um Mediationen von sowohl Actor- als auch Partner-Effekten des Zusammenhangs von Bindungssicherheit und Partnerschaftszufriedenheit zu messen. Dieses ist eine Erweiterung des Actor-Partner Interdependence Models (Cook & Kenny, 2005); auf beide Modelle und den Unterschied in der Datenstruktur im Vergleich zu der hier verwendeten wird im späteren Abschnitt zu den Limitationen dieser Untersuchung näher eingegangen. Außerdem konnten bestehende Forschungsergebnisse um negatives dyadisches Coping als Mediator der Zusammenhänge ergänzt werden. Sowohl der Zusammenhang von Vermeidung und Partnerschaftsqualität (H1.3) als auch der

Zusammenhang von Ängstlichkeit und Partnerschaftsqualität (H1.4) wurde signifikant über negatives dyadisches Coping mediiert, womit die Hypothesen H1.3 und H1.4 angenommen werden konnten. Bei beiden Mediationsmodellen zeigten sich partielle Mediationen des Zusammenhangs von Unsicherheit in der Bindung und Partnerschaftsqualität durch negatives dyadisches Coping.

Shapiro et al. (2000) fanden, dass durch die Geburt des ersten Kindes bei ungefähr einem Drittel der untersuchten Paare die Partnerschaftszufriedenheit abnahm. Gleichzeitig erhöhten sich die Konfliktlevel und die Problemintensität; diese Effekte hielten nach Doss et al. (2009) bis zu vier Jahre nach der Geburt an. Eine unsichere Bindung wird hierbei als Risikofaktor gesehen, welcher diese sensible Phase negativ beeinflussen kann. Dyadisches Coping in Elternpaaren wurde in Verbindung mit Sicherheit oder Unsicherheit in der Bindung bisher wenig untersucht, jedoch zeigte eine Studie weniger positives dyadisches Coping nach der Geburt bei vermeidend gebundenen Eltern (Alves et al., 2019). Da dies jedoch auf den Zeitraum von bis zu sechs Wochen nach der Geburt bezogen war, und der Fokus vieler Studien zu Partnerschaftsqualität und dyadischem Coping in Elternpaaren auf eben diesem Übergang zur Elternschaft beruht, ergänzen die Daten dieser Masterarbeit die Zusammenhänge von unsicherer Bindung, dyadischem Coping, und Partnerschaftsqualität bei Eltern mit Kindern ab 4 Jahren, aufbauend auf der Längsschnittstudie von Doss et al. (2009) und den damit zusammenhängenden Ergebnissen zu Konflikten und Partnerschaftsqualität in der frühen Elternschaft. Bei Eltern mit Kindern zwischen 4 und 16 Jahren liegt der Zeitpunkt der Geburt des (ersten) Kindes schon etwas zurück die Elternpaare hatten Zeit, um sich an die neue Beziehungsdynamik zu gewöhnen und Erfahrung im Umgang mit kindbezogenen und partnerschaftlichen Stressoren zu sammeln. In dieser Untersuchung war der negative Zusammenhang einer vermeidenden Bindung und Partnerschaftsqualität nicht mehr signifikant, wenn positives dyadisches Coping als Mediator ins Modell eingeschlossen wurde; daher ist anzunehmen, dass vermeidend gebundene Personen besonders wenig an positiven Strategien der dyadischen Stressbewältigung teilnehmen (siehe auch Chow et al., 2014), was die Wahrnehmung der Partnerschaftsqualität negativ beeinflusst. Parallel dazu berichteten vermeidend und ängstlich gebundene Eltern vermehrt negative Strategien der dyadischen Stressbewältigung, je höher die Unsicherheit ausgeprägt war, was sich ebenfalls signifikant negativ auf die Partnerschaftsqualität auswirkte. Für ängstlich gebundene Personen könnte dies mit den höheren Leveln an feindseligen Tendenzen verbunden sein, welche von Cooper et al. (1998) gefunden wurden. Diese fördern möglicherweise den Gebrauch negativer Copingstrategien. Die Ergebnisse zeigen auf, dass sich vermeidend gebundene Personen nicht

nur passiv durch eine Ineffiziente dyadische Stresskommunikation (Simpson et al., 1992) und ein intensives Unabhängigkeitsbedürfnis auszeichnen, sondern in dieser Studie auch berichteten, zusätzlich aktiv vermehrt maladaptive dyadische Kommunikationsstrategien anzuwenden.

Die zweite Fragestellung beschäftigte sich mit der Frage, ob Unsicherheit in der Bindung den Zusammenhang zwischen der den Partner*innen entgegengebrachten Unterstützung und dem persönlichen Stressempfinden beeinflusst. Simpson et al. (1992) konnten bereits zeigen, dass Bindungssicherheit mit sowohl einer effektiveren Stresskommunikation bei Frauen als auch mehr gegebener Unterstützung bei Männern einherging. Vermeidend gebundene Frauen kommunizierten ihr Unterstützungsbedürfnis weniger, je gestresster sie waren, und vermeidend gebundene Männer unterstützten ihre Partnerin weniger, je gestresster sie war. Analog dazu fanden Feeney und Collins (2001), dass vermeidend gebundene Personen ihren Partner*innen weniger instrumentelle Unterstützung (Hilfe und Lösungsvorschläge unterbreiten) anboten, je gestresster sie wirkten. Die Ergebnisse der vorliegenden Studie knüpfen an diese Befunde an und ergänzen diese insofern, als dass vermeidend gebundene Eltern bei geringer Unterstützung der Partner*innen ein geringeres Stresslevel berichteten als Eltern mit sicherer Bindung; wenn sie ihre Partner*innen allerdings intensiver unterstützen (mussten), berichteten sie im Vergleich ein höheres Stressempfinden. Hierbei sollte allerdings berücksichtigt werden, dass nicht erhoben wurde, ob die Unterstützung durch die Partner*innen eingefordert wurde, sondern nur, wie die Elternteile ihre eigene gegebene Unterstützung einschätzten. Vermeidung moderierte demnach in dieser Untersuchung den Zusammenhang zwischen eigenem dyadischem Coping und Stressempfinden signifikant, somit konnte die Hypothese H2.1 angenommen werden. Für ängstlich gebundene Eltern konnten keine signifikanten Ergebnisse hinsichtlich des Einflusses einer unsicheren Bindung auf den Zusammenhang von berichteter gegebener Unterstützung und eigenem Stressempfinden gefunden werden, weshalb die Hypothese H2.2 verworfen wurde.

Nach Mallinckrods (2000) *Social Competencies in Interpersonal Process Model* sind Defizite in der sozialen Kompetenz die Ursache von maladaptiven zwischenmenschlichen Verhaltensmustern bei Personen mit bestimmten Persönlichkeitsdispositionen, zum Beispiel einem unsicherem Bindungsstil. Forschungsergebnisse unterstützen dieses Modell insofern, als dass vermeidend gebundene Personen sozial weniger kompetent (Cooper et al., 1998) und weniger prosozial orientiert sind (Feeney & Collins, 2001). Die eingeschränkte Fähigkeit zur Informationsverarbeitung des Bindungssystems bei Unsicherheit in der Bindung wirkt sich

nach Dykas und Cassidy (2011) auf die Erkennung von „bindungsrelevanten sozialen Hinweisen“ (S. 22) aus, sodass eine Erklärung für diese mangelnde Anpassung der Unterstützungsleistung, welche von Simpson et al. (1992) und Feeney und Collins (2001) gefunden wurde, seitens der vermeidend gebundenen Personen möglicherweise in einer mangelhaften Informationsverarbeitung gründet. Wenn zusätzlich die Stresskommunikation seitens vermeidend gebundener Partner*innen weniger effektiv ist (Simpson et al., 1992), hat dies wesentliche Auswirkungen auf die Wahrscheinlichkeit einer effektiven Stressbewältigung von Personen mit unsicherem Bindungsstil.

Wie bereits erwähnt konnten nicht dieselben Ergebnisse für den ängstlichen Bindungsstil gefunden werden. Dies deckt sich mit den Ergebnissen von Feeney und Collins (2001) und Simpson et al. (1992), und basiert möglicherweise auf ihren besseren sozialen Kompetenzen (Cooper et al., 1998), der mit dem ängstlichen Bindungsstil einhergehenden konstanten Sicherstellung der Nähe zur Bezugsperson und Hypervigilanz (Crittenden & Ainsworth, 1989) oder der höheren empfundenen Interdependenz (Feeney & Collins, 2001). Ob dies mit besseren Kommunikations- und Stressbewältigungsstrategien im Vergleich zu vermeidend gebundenen Personen einhergeht, ist fraglich, da beispielsweise Chow et al. (2014) dem unsicher-ambivalenten Bindungstyp den ängstlich-expressiven Copingstil zuordnen, welcher durch geringeren Erfolg in der Stressbewältigung und Emotionsregulation gekennzeichnet ist. Möglicherweise stellt sich diese Ineffizienz jedoch anders dar als beim vermeidenden Bindungsstil und wirkt sich weniger auf das eigene Stressempfinden aus.

Diese Ergebnisse sind vor allem vor dem Hintergrund wichtig, dass Stress bei Elternpaaren, in Verbindung mit Sicherheit oder Unsicherheit in der Bindung, vor allem im Bereich des Erziehungsstressses erforscht wurde. Die aktuelle Forschung wird somit um Erkenntnisse bezüglich des Einflusses einer unsicheren Bindung auf den Zusammenhang von gegebener Unterstützung und eigenem Stressempfinden bei Eltern, die aktuell für ein Kind von 4 bis 16 Jahren sorgen, erweitert.

Praktische Implikationen

Unsicherheit in der Bindung beeinträchtigt betroffene Eltern in den Bereichen Partnerschaftsqualität, dyadisches Coping und Stressempfinden. Tendenziell erleben Paare beim Übergang in die Elternschaft eine Verschlechterung des dyadischen Copings (Stadelmann et al., 2023), dies wird unter anderem durch Unsicherheit in der Bindung gefördert (Alves et al., 2019). Während sowohl Vermeidung als auch Ängstlichkeit in der Bindung durch unterschiedliche kognitive Denkmuster und Verhaltensweisen gekennzeichnet sind, zeigen sich

jedoch für die in dieser Masterarbeit untersuchten Variablen dieselben Muster in Bezug auf die Verwendung positiver und negativer Copingstrategien und die empfundene Partnerschaftsqualität. Kommunikations- und Stressbewältigungsstrategien könnten bei unsicher gebundenen Eltern die Qualität der Beziehung und des dyadischen Copings erhöhen und dem Elternpaar protektive Taktiken zum effektiveren Umgang mit externalen Stressoren bieten. Zemp et al. (2016) konnten beispielsweise zeigen, dass das *Couples Coping Enhancement Training* (Bodenmann & Shantinath, 2004), welches Paaren konstruktive Kommunikation näherbringt und sowohl die individuelle als auch die gemeinsame Stressbewältigung fördert, die wahrgenommene Partnerschaftsqualität von Müttern verbesserte. Vor allem adäquate Stressbewältigungsstrategien scheinen relevant zu sein, wenn es um den Einfluss der unsicheren Bindung auf die erlebte Stressbelastung bei gegebener Unterstützung geht. Hier scheint es allerdings differenzielle Effekte zwischen vermeidend und ängstlich gebundenen Eltern hinsichtlich des Zusammenhangs von gegebener Unterstützung und Stresslevel zu geben. Während vor allem vermeidend gebundene Eltern die Stressunterstützung der Partner*innen als Belastungsaufgabe empfinden, scheinen ängstlich gebundene Eltern in der Hinsicht weniger Probleme zu zeigen.

Zukünftige Forschung sollte sich zum einen damit auseinandersetzen, aus welchen Gründen Eltern mit unsicherer Bindung eher negative Strategien der dyadischen Stressbewältigung berichten und in welchem Verhältnis positives und negatives dyadisches Coping von unsicher gebundenen Eltern angewandt wird. Wenn nach Gottmans (1993) *Theorie der Ausgewogenheit* vor allem das Verhältnis von positiven zu negativen Interaktionen entscheidend für eine stabile Partnerschaft ist, könnte angelehnt daran das Verhältnis von positivem und negativem dyadischen Coping ebenfalls relevant für die Partnerschaftsqualität und andere Beziehungsaspekte sein. Außerdem sollten die genauen Mechanismen der Stressbewältigung bei unsicher gebundenen Elternpaaren untersucht werden, und aufbauend darauf ebenfalls, anhand welcher (kognitiver) Prozesse eine vermeidende Bindung die Stressreaktion beeinflusst. Die Ergebnisse dieser Studie könnten eine mögliche Erklärung dafür liefern, warum vermeidend gebundene Personen ihre Unterstützung an das Stresslevel der Partner*innen dysfunktional anpassen (siehe Feeney & Collins, 2001; Simpson et al., 1992). Zum einen könnten vermeidend gebundene Personen hohe Stresslevel der Partner*innen (unterbewusst) auf sich selbst übertragen, was sie in ihrer Handlungs- und Unterstützungsfähigkeit einschränken könnte. Ob dies aufgrund der mangelnden prosozialen Orientierung (Feeney & Collins, 2001) plausibel ist, ist fraglich. Andererseits weisen unsicher gebundene Personen Defizite bei der Ausdrucksfähigkeit (Collins & Read, 1990) und der

gemeinsamen Problem- und Stressbewältigung (Chow et al., 2014) auf, was sich in Kombination mit ohnehin bereits erhöhtem psychologischen Distress (Mallinckrodt & Wei, 2005) in Überforderung widerspiegeln könnte. Diese Übertragung des Stresslevels von den Partner*innen auf die eigene Person würde dann jedoch nicht aufgrund von Empathie und prosozialer Orientierung geschehen, sondern aufgrund ineffektiver Kommunikations- und Stressbewältigungsstrategien. Die hier vorgestellten Ergebnisse weisen somit auf relevante Zusammenhänge hin, die im Prozess der Stressunterstützung und -bewältigung bei Eltern mit unsicherer Bindung genauer erforscht werden sollten.

Zudem sollten die Populationen untersucht werden, welche nach den vorliegenden Erkenntnissen einem besonders hohen Risiko der Entwicklung dysfunktionaler Beziehungsdynamiken ausgesetzt sind. Dies wären beispielsweise Elternpaare, bei welchen eine unsichere Bindung eines Elternteils in Kombination mit einem chronischen Stressor (beispielsweise schwere Krankheit) des anderen Elternteils vorliegt. Dies würde idealerweise mithilfe eines Actor-Partner Interdependence Mediation Models (Ledermann et al., 2011) untersucht werden. Zudem handelt es sich um eine kleine, heteronormative Stichprobe ohne Adoptiv- oder Pflegekinder, sodass von der zukünftigen Forschung Diversität hinsichtlich sexueller Orientierung der Elternteile und des Familienmodells gefordert ist. Da die Elternschaft außerdem eine sehr dynamische Phase des Lebens in Bezug auf Veränderungen der Partnerschaftsdynamik und Konfrontation mit neuen Stressoren darstellt, es sich bei dieser Untersuchung aber um eine Analyse von Querschnittsdaten handelt, sollten Elternpaare in Zukunft über eine längere Dauer begleitet werden, um die genauen Dynamiken von Unsicherheit in der Bindung, Partnerschaftsqualität, dyadischem Coping und (chronischem) Stress über einen längeren Zeitrahmen der Elternschaft zu erforschen.

Limitationen

Die vorliegende Studie weist einige Limitationen auf. Die Größte hängt mit der Analysemethode für Fragestellung 1 zusammen und ist der geringen Rücklaufquote kompatibler Elternpaare geschuldet. Ursprünglich war die Analyse verbundener Datensätze von Paaren geplant, analog zu Wendołowska et al. (2022b) mittels eines Actor-Partner Interdependence Models (Cook & Kenny, 2005) beziehungsweise eines Actor-Partner Interdependence Mediation Models (Ledermann et al., 2011). Diese konnten aufgrund der geringen Anzahl verbundener Datensätze nicht angewandt werden. Stattdessen wurden über die Online-Only-Version einzelne Elternteile rekrutiert. Bei den Paaren, die gemeinsam teilgenommen hatten, mussten somit immer die Datensätze eines Parts (hier wurde sich zum Ausgleich der Geschlechterverteilung für die Mutter entschieden) von der Datenanalyse exkludiert werden,

sodass eine unabhängige Stichprobe entstand, mit welcher die Mediations- und Moderationsanalysen gerechnet wurden. Mithilfe eines Actor-Partner Interdependence Models hätte man sowohl „Actor“- als auch „Partner“-Effekte schätzen können. Während der Actor-Effekt beschreibt, inwiefern das aktuelle Verhalten einer Person durch ihr früheres Verhalten determiniert werden kann, beschreibt der Partner-Effekt, inwiefern das eigene Verhalten durch die Partner*innen beeinflusst wird. Man kann das Modell jedoch auch dazu benutzen, zu berechnen, inwiefern die Ausprägung in einer bestimmten Variable (zum Beispiel Partnerschaftszufriedenheit) durch die Ausprägung in einer anderen Variable (zum Beispiel Bindungssicherheit, siehe Wendołowska et al., 2022b) vorhergesagt werden kann. Analog dazu beschreibt dann der Partner-Effekt, inwiefern die Ausprägung dieser Variable (eigene Partnerschaftszufriedenheit) durch die Ausprägung der Partner*innen in einer anderen Variable (Bindungssicherheit der Partner*innen) beeinflusst wird. Über die Anwendung eines Actor-Partner Interdependence Mediation Models (Ledermann et al., 2011) hätte sowohl die Mediation von positivem als auch negativem dyadischen Coping dieser Zusammenhänge untersucht werden können, sodass detailliertere Erkenntnisse über die Wahrnehmungen von Partnerschaftsqualität und dyadischem Coping innerhalb des Paares möglich gewesen wären. Da jedoch nur verbundene Datensätze von fünf Eltern zum Zeitpunkt der Datenauswertung zur Verfügung standen, wurden auf Basis von unabhängigen Daten die vorgestellten Analysen durchgeführt. Die durchgeführten Mediations- beziehungsweise Moderationsanalysen konnten in dem Sinne nur die Actor-Effekte messen und die Zusammenhänge der untersuchten Variablen dementsprechend nur auf individueller Ebene darstellen.

Weiters sei hier zu erwähnen, dass auch bei Fragestellung 2 aufgrund der geringen Rücklauftrate Anpassungen gemacht werden mussten. Neben der Anpassung der Stichprobe musste anstatt der State-Maße zur Messung des aktuellen Stresslevels, welche nur im Beobachtungslabor ausgehändigt wurden, auf die PSS-10 (Klein et al., 2016) zurückgegriffen werden, welche sich mit stressassoziierten Gedanken und Gefühlen während des letzten Monats beschäftigt. Dadurch konnte empfundener Stress zwar nicht direkt vor und nach den Stressgesprächen erhoben werden, es wurde jedoch auf ein Instrument zurückgegriffen, welches relativ rezenten allgemeinen Stress erfasst, sodass sich an der ursprünglichen Idee orientiert wurde. Anknüpfend an die unterschiedlichen Ergebnisse für Vermeidung und Ängstlichkeit als Moderatoren des Zusammenhangs von eigenem dyadischem Coping und Stressempfinden sollte außerdem darauf aufmerksam gemacht werden, dass Stressempfinden in dieser Stichprobe nur mit Vermeidung, nicht aber mit Ängstlichkeit signifikant korrelierte (siehe Tabelle 1). Außerdem ist der Zusammenhang der Variablen Ängstlichkeit, eigenes

dyadisches Coping, und Stressempfinden (siehe Anhang B2) nicht eindeutig linear, der Output könnte auch als ein annähernd quadratischer Zusammenhang interpretiert werden (anstatt annähernd linear), sodass die PROCESS Moderationsanalyse, welche auf linearen Regressionsverfahren basiert, möglicherweise dadurch die Stärke des Zusammenhangs unterschätzt hat.

Weitere Einschränkungen ergeben sich durch die Art der Stichprobenziehung. Dadurch, dass ein Teil der vorliegenden Stichprobe auf Elternteilen basiert, welche die Online-Only-Version ausgefüllt haben, und der andere auf Elternpaaren, welche sich für die Teilnahme an der übergeordneten SEDC-Beobachtungsstudie entschieden haben, lässt sich nicht ausschließen, dass zwischen diesen beiden Gruppen relevante, aber nicht erfasste Unterschiede in Bezug auf die erhobenen Variablen bestehen. Beispielsweise könnten Eltern, die sich für die Teilnahme an der gesamten Studie entschieden haben, weniger stressbelastet sein, was in mehr Zeit und Motivation für die Teilnahme an Studien resultieren könnte. Hierbei ist auch wichtig zu erwähnen, dass es sich aufgrund der Ein- und Ausschlusskriterien (deutschsprachig, spezifische Altersspanne der betreuten Kinder, gemeinsame Fürsorge mit Partner*in usw.) um eine sehr spezifische Stichprobe handelt, sodass die Ergebnisse nicht ohne Weiteres auf alle Elternpaare übertragen werden kann. Außerdem handelt es sich wie bereits erwähnt um eine querschnittliche Erhebung, wodurch keine Kausalität anhand der Daten angenommen werden kann. Die Zusammenhänge könnten sich beispielsweise bezüglich Fragestellung 1 so darstellen, dass eine niedrige Partnerschaftsqualität zu vermehrt negativem, und weniger positivem dyadischen Coping führt, und dies intrinsische Ängstlichkeits- oder Vermeidungstendenzen triggert. Dies scheint aufgrund vorausgehender Forschungsergebnisse unwahrscheinlich, kann jedoch nicht ausgeschlossen werden.

Eine weitere Limitation betrifft die in dieser Untersuchung verwendeten Begrifflichkeiten. Grundsätzlich sollte darauf hingewiesen werden, dass in der Zusammenführung von Theorie und Empirie die Begriffe Partnerschaftszufriedenheit und Partnerschaftsqualität synonym verwendet wurden, obwohl Partnerschaftsqualität in der Regel noch weitere Konstrukte umfasst und das „Glücks-Item“, welches im PFB-K (Kliem et al., 2012) als Maß der eigenen Zufriedenheit mit der Partnerschaft verwendet wird, nicht in den für die Datenanalyse verwendeten Gesamtscore einfließt, welcher aus den Subskalen Streitverhalten, Zärtlichkeit und Gemeinsamkeit/Kommunikation besteht. Parallel dazu wird in den Kapiteln dieser Arbeit von einem unsicheren Bindungsstil gesprochen, hierbei erfasst der ECR-RD8 (Ehrenthal et al., 2021) zwei Dimensionen der Bindungsunsicherheit mithilfe der Skalen *Ängstlichkeit* und *Vermeidung*. Bindungssicherheit wird durch niedrige Werte in beiden

Skalen angezeigt, es kann allerdings durchaus sein, dass eine Person sowohl hohe Werte in der Subskala Vermeidung als auch in der Subskala Ängstlichkeit erzielt hat, was nach Bartholomew und Horowitz (1991) dem ängstlich-vermeidenden Bindungsstil zuzuordnen wäre. Diese Kombination konnte in der Datenanalyse nicht berücksichtigt werden, dies sollte jedoch bei der Interpretation der Ergebnisse berücksichtigt werden. Weiters wurde zur Erfassung des wahrgenommenen Stresses die PSS-10 (Klein et al., 2016) verwendet, welche den Zeitraum des letzten Monats erfasst. Hierbei wird ein hohes Stresslevel durch das Gefühl von wenig Selbstwirksamkeit und viel Hilflosigkeit definiert – dies kann von anderen Definitionen von Stress abweichen und ist ebenfalls bei der Interpretation der vorliegenden Ergebnisse zu berücksichtigen.

Zuletzt darf angemerkt werden, dass die Datenanalyse dieser Masterarbeit trotz erschwerten Umständen; also der kleinen Stichprobe aufgrund von geringen Rücklaufquoten, dem Ausweichen auf eine alternative Analyseverfahren für Fragestellung 1, und der Verwendung von alternativen Stressmaßen für Fragestellung 2, eine konsistente und starke Evidenz für die untersuchten Zusammenhänge von Unsicherheit in der Bindung, dyadischem Coping, Partnerschaftsqualität, und Stressempfinden geliefert hat, und so bisherige Forschungsergebnisse bestätigen und erweitern konnte. Die Ergebnisse dieser Studie bieten eine breite Grundlage für zukünftige, längsschnittliche Forschung in diesem Bereich.

Konklusion

Positives dyadisches Coping und negatives dyadisches Coping stellten bei Eltern, welche mit ihren Partner*innen für mindestens ein Kind zwischen 4 und 16 Jahren sorgen, signifikante Mediatoren des Zusammenhangs von Unsicherheit in der Bindung und Partnerschaftsqualität dar. Je höher die Tendenz zu einer vermeidenden oder ängstlichen Bindung war, desto weniger positive, und desto mehr negative Strategien der dyadischen Stressbewältigung berichteten sie. Dies wirkte sich negativ auf die empfundene Partnerschaftsqualität aus. Außerdem berichteten vermeidend gebundene Eltern ein geringeres Stresslevel als sicherer gebundene Eltern, wenn sie ihre Partner*innen wenig unterstützen (mussten). Wenn sie allerdings einen hohen Unterstützungsaufwand berichteten, war das Stressempfinden im Vergleich höher. Dieser Effekt konnte für ängstlich gebundene Eltern nicht gefunden werden. Die Ergebnisse zeigen somit die Wichtigkeit von adäquaten Kommunikations- und Stressbewältigungsstrategien für unsicher gebundene Eltern auf und liefern Hinweise darauf, welche Rolle Unsicherheit in der Bindung bei der Evaluation der eigenen Partnerschaft, dem dyadischen Coping und dem allgemeinen Stressempfinden spielt. Trotz einiger Limitationen liefert die vorliegende Studie somit wichtige Ergänzungen für die genannten Konstrukte in einer bisher wenig untersuchten Stichprobe, und bietet Grundlage für zukünftige Forschung in diesem Bereich.

Literaturverzeichnis

- Abidin, R.R. (1995). *Parenting Stress Index: Manual* (3rd ed.). Psychological Assessment Resources.
- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments beyond infancy. *The American Psychologist*, 44(4), 709–716. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.44.4.709>
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum.
- Alves, S., Milek, A., Bodenmann, G., Fonseca, A., Canavarro, M. C., & Pereira, M. (2019). Romantic attachment, dyadic coping, and parental adjustment across the transition to parenthood. *Personal Relationships*, 26(2), 286–309. <https://doi.org/10.1111/pere.12278>
- Amato, P. (2003). Why stay married? Rewards, barriers, and marital stability. *Journal of Marriage and Family*, 65(3), 561–573. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00561.x>
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226–244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Bodenmann, G. (1995). A systemic-transactional conceptualization of stress and coping in couples. *Swiss Journal of Psychology*, 54(1), 34–49.
- Bodenmann, G. (2008). *Dyadisches Coping Inventar (DCI): Testmanual*. Hogrefe.
- Bodenmann, G., Ledermann, T., & Bradbury, T. N. (2007). Stress, sex, and satisfaction in marriage. *Personal Relationships*, 14(4), 551–569. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2007.00171.x>
- Bodenmann, G., Randall, A. K., & Falconier, M. K. (2016). Coping in couples: The Systemic Transactional Model (STM). In M. K. Falconier, A. K. Randall & G. Bodenmann (Hrsg.), *Couples coping with stress: A cross-cultural perspective* (S. 5–22). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Bodenmann, G., & Shantinath, S. D. (2004). The Couples Coping Enhancement Training (CCET): A new approach to prevention of marital distress based upon stress and

- coping. *Family Relations*, 53(5), 477–484. <https://doi.org/10.1111/j.0197-6664.2004.00056.x>
- Bodschwinna, D., Ernst, J., Mehnert-Theuerkauf, A., Gündel, H., Weissflog, G., & Hönig, K. (2021). Dyadic coping and social support: Various types of support in hematooncological patients and their spouses – associations with psychological distress. *Psychooncology*, 30(7), 1041–1050. <https://doi.org/10.1002/pon.5631>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment* (Vol. 1). Penguin.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation, anxiety and anger* (Vol. 2). Basic Books.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759–775. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.28.5.759>
- Chow, C. M., Buhrmester, D., & Tan, C. C. (2014). Interpersonal coping styles and couple relationship quality: Similarity versus complementarity hypotheses. *European Journal of Social Psychology*, 44(2), 175–186. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2000>
- Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2004). Working models of attachment shape perceptions of social support: Evidence from experimental and observational studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(3), 363–383. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.3.363>
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644–663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644>
- Cook, W., & Kenny, A. (2005). The Actor-Partner Interdependence Model: A model of bidirectional effects in developmental studies. *International Journal of Behavioral Development*, 29(2). <https://doi.org/10.1080/01650250444000405>
- Cooper, M. L., Shaver, P. R., & Collins, N. L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1380–1397. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.74.5.1380>
- Crittenden, P. M., & Ainsworth, M. (1989). Child maltreatment and attachment theory. In D. Cicchetti & Y. Carlson (Hrsg.), *Child maltreatment: Theory and research on the*

- causes and consequences of child abuse and neglect* (S. 432–463). Cambridge University Press.
- Doss, B. D., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2009). The effect of the transition to parenthood on relationship quality: An 8-year prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, *96*(3), 601–619.
<https://doi.org/10.1037/a0013969>
- Dykas, M. J., & Cassidy, J. (2011). Attachment and the processing of social information across the life span: Theory and evidence. *Psychological Bulletin*, *137*(1), 19–46.
<https://doi.org/10.1037/a0021367>
- Ehrental, J. C., Zimmermann, J., Brenk-Franz, K., Dinger, U., Schauenburg, H., Brähler, E., & Strauß, B. (2021). Evaluation of a short version of the Experiences in Close Relationships-Revised questionnaire (ECR-RD8): Results from a representative German sample. *BMC Psychology*, *9*(1), 140. <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00637-z>
- Epifanio, M. S., Genna, V., De Luca, C., Roccella, M., & La Grutta, S. (2015). Paternal and maternal transition to parenthood: The risk of postpartum depression and parenting stress. *Pediatric Reports*, *7*(2), 38–44. <https://doi.org/10.4081/pr.2015.5872>
- Falconier, M. K., & Kuhn, R. (2019). Dyadic Coping in couples: A conceptual integration and a review of the empirical literature. *Frontiers in Psychology*, *10*, 571.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00571>
- Feeney, B. C., & Collins, N. L. (2001). Predictors of caregiving in adult intimate relationships: An attachment theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, *80*(6), 972–994. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.6.972>
- Gillath, O., Karantzas, G. C., & Fraley, R. C. (2016). *Adult attachment: A concise introduction to theory and research*. Academic Press.
- Gottman, J. M. (1993). The roles of conflict engagement, escalation, or avoidance in marital interaction: A longitudinal view of five types of couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *61*, 6–15. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.61.1.6>
- Hawkins, D. N., & Booth, A. (2005). Unhappily ever after: Effects of long-term, low-quality marriages on well-being. *Social Forces*, *84*(1), 451–471.
<https://doi.org/10.1353/sof.2005.0103>

- Hayes, A. (2022). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A regression-based approach* (3rd ed.). Guilford Press.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, *52*(3), 511–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Holmes, B. M., & Johnson, K. R. (2009). Adult attachment and romantic partner preference: A review. *Journal of Social and Personal Relationships*, *26*(6-7), 833–852. <https://doi.org/10.1177/0265407509345653>
- Holmes, J. (2014). *John Bowlby and Attachment Theory* (2nd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315879772>
- Huston, T. L., & Holmes, E. K. (2004). Becoming parents. In A. Vangelisti (Hrsg.), *Handbook of family communication* (S. 105–133). Lawrence Erlbaum.
- Jones, J. D., Cassidy, J., & Shaver, P. R. (2015). Parents' self-reported attachment styles: A review of links with parenting behaviors, emotions, and cognitions. *Personality and Social Psychology Review*, *19*(1), 44–76. <https://doi.org/10.1177/1088868314541858>
- Klein, E. M., Brähler, E., Dreier, M., Reinecke, L., Müller, K. W., Schmutzer, G., Wölfling, K., & Beutel, M. E. (2016). The German version of the Perceived Stress Scale – Psychometric characteristics in a representative German community sample. *BMC Psychiatry*, *16*, 159. <https://doi.org/10.1186/s12888-016-0875-9>
- Kliem, S., Job, A.-K., Kröger, C., Bodenmann, G., Stöbel-Richter, Y., Hahlweg, K., & Brähler, E. (2012). Entwicklung und Normierung einer Kurzform des Partnerschaftsfragebogens (PFB-K) an einer repräsentativen deutschen Stichprobe. *Zeitschrift für klinische Psychologie und Psychotherapie*, *41*(2), 81–89. <https://doi.org/10.1026/1616-3443/a000135>
- Latty-Mann, H., & Davis, K. E. (1996). Attachment theory and partner choice: Preference and actuality. *Journal of Social and Personal Relationships*, *13*(1), 5–23. <https://doi.org/10.1177/0265407596131001>
- Ledermann, T., Macho, S., & Kenny, D. A. (2011). Assessing mediation in dyadic data using the actor-partner interdependence model. *Structural Equation Modeling*, *18*(4), 595–612. <https://doi.org/10.1080/10705511.2011.607099>

- Levinger, G. (1976). A social psychological perspective on marital dissolution. *Journal of Social Issues*, 32(1), 21–47. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1976.tb02478.x>
- Li, T., & Chan, D. K.-S. (2012). How anxious and avoidant attachment affect romantic relationship quality differently: A meta-analytic review. *European Journal of Social Psychology*, 42(4), 406–419. <https://doi.org/10.1002/ejsp.1842>
- Main, M., & Solomon, J. (1986). Discovery of an insecure-disorganized/disoriented attachment pattern. In T. B. Brazelton & M. W. Yogman (Hrsg.), *Affective development in infancy* (S. 95–124). Ablex Publishing.
- Mallinckrodt, B. (2000). Attachment, social competencies, social support, and interpersonal process in psychotherapy. *Psychotherapy Research*, 10(3), 239–266. <https://doi.org/10.1093/ptr/10.3.239>
- Mallinckrodt, B., & Wei, M. (2005). Attachment, social competencies, social support, and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology*, 52(3), 358–367. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.3.358>
- Molgora, S., Acquati, C., & Saita, E. (2022). The role of dyadic coping for the individual and relational well-being of couples during the transition to parenthood. *Journal of Family Issues*, 43(5), 1364–1385. <https://doi.org/10.1177/0192513X211022394>
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2009). Stress and reactivity to daily relationship experiences: How stress hinders adaptive processes in marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(3), 435–450. <https://doi.org/10.1037/a0015663>
- Parfitt, Y. & Ayers, S. (2014). Transition to parenthood and mental health in first-time parents. *Infant Mental Health*, 35, 263-273. <https://doi.org/10.1002/imhj.21443>
- Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2009). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical Psychology Review*, 29(2), 105–115. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2008.10.004>
- Shapiro, A. F., Gottman, J. M., & Carrère, S. (2000). The baby and the marriage. *Journal of Family Psychology*, 14(1), 59–70. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.14.1.59>
- Simpson, J. A., Rholes, W. S., & Nelligan, J. S. (1992). Support seeking and support giving within couples in an anxiety-provoking situation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(3), 434–446. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.62.3.434>

- Stadelmann, C., Senn, M., Forster, F., Rauch-Anderegg, V., Nussbeck, F. W., Johnson, M. D., Iwanski, A., Zimmermann, P., & Bodenmann, G. (2023). Dyadic coping trajectories across the transition to parenthood: Associations with child mental health problems. *Journal of Family Psychology, 37*(3), 358–368. <https://doi.org/10.1037/fam0001026>
- Thibaut, J. W., & Kelley, H. H. (1959). *The Social Psychology of Groups*. John Wiley.
- 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>
- Wendołowska, A., Czyzowska, N., & Czyzowska, D. (2022a). The role of attachment and dyadic coping in shaping relational intimacy: Actor–Partner Interdependence Model. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*, 16211. <https://doi.org/10.3390/ijerph192316211>
- Wendołowska, A., Steć, M., & Czyżowska, D. (2022b). Supportive, delegated, and common dyadic coping mediates the association between adult attachment representation and relationship satisfaction: A dyadic approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(13), 8026. <https://doi.org/10.3390/ijerph19138026>
- Williford, A. P., Calkins, S. D. & Keane, S. P. (2007). Predicting change in parenting stress across early childhood: Child and maternal factors. *Journal of Abnormal Child Psychology, 35*, 251–263. <https://doi.org/10.1007/s10802-006-9082-3>
- Zemp, M., Milek, A., Cummings, E. M., & Bodenmann, G. (2017). Longitudinal interrelations between dyadic coping and coparenting conflict in couples. *Journal of Child and Family Studies, 26*(8), 2276–2290. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0742-4>
- Zemp, M., Milek, A., Cummings, E. M., Cina, A., & Bodenmann, G. (2016). How couple- and parenting-focused programs affect child behavioral problems: A randomized controlled trial. *Journal of Child and Family Studies, 25*(3), 798–810. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0260-1>

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Mediation des Zusammenhangs von Vermeidung und Partnerschaftszufriedenheit über positives dyadisches Coping	31
Abbildung 2: Mediation des Zusammenhangs von Ängstlichkeit und Partnerschaftszufriedenheit über positives dyadisches Coping	33
Abbildung 3: Mediation des Zusammenhangs von Vermeidung und Partnerschaftszufriedenheit über negatives dyadisches Coping.....	35
Abbildung 4: Mediation des Zusammenhangs von Ängstlichkeit und Partnerschaftszufriedenheit über negatives dyadisches Coping.....	37
Abbildung 5: Moderationseffekt von Vermeidung auf den Zusammenhang zwischen eigenem dyadischem Coping und Stressempfinden	38

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Mittelwerte, Standardabweichungen und Spearman-Korrelationen der Studienvariablen mit Konfidenzintervallen.....	29
Tabelle 2: Mediation des Zusammenhangs von Vermeidung und Partnerschaftszufriedenheit über positives dyadisches Coping	30
Tabelle 3: Mediation des Zusammenhangs von Ängstlichkeit und Partnerschaftszufriedenheit über positives dyadisches Coping	32
Tabelle 4: Mediation des Zusammenhangs von Vermeidung und Partnerschaftszufriedenheit über negatives dyadisches Coping	34
Tabelle 5: Mediation des Zusammenhangs von Ängstlichkeit und Partnerschaftszufriedenheit über negatives dyadisches Coping	36

Anhang

Anhang A: Abstracts

Anhang A1: Abstract (Deutsch)

Bindungserfahrungen beeinflussen im Laufe des Lebens weitere Faktoren, wie zum Beispiel das Selbst- und Fremdkonzept, die sozialen Fähigkeiten und das Stressempfinden. Im Erwachsenenalter kann die Bindung als sicher, vermeidend, oder ängstlich/unsicher-ambivalent klassifiziert werden. In der vorliegenden Studie wurde untersucht, wie bei $N = 37$ Eltern die Tendenz zu einer vermeidenden oder ängstlichen Bindung die Partnerschaftsqualität beeinflusst, und welche Rolle dabei die dyadische Stressbewältigung spielt. Anhand derselben Stichprobe wurde außerdem untersucht, wie durch eine unsichere Bindung der Zusammenhang von gegebener Unterstützung und eigenem Stressempfinden beeinflusst wird. Die Mediationsanalysen zeigten einen negativen Zusammenhang von sowohl einer vermeidenden als auch einer ängstlichen Bindung und der berichteten Partnerschaftsqualität, welcher sowohl über positives als auch über negatives dyadisches Coping signifikant mediiert wurde. Außerdem zeigte sich anhand zweier Moderationsanalysen ein Unterschied zwischen ängstlich und vermeidend gebundenen Eltern bei der den Partner*innen entgegengebrachten dyadischen Unterstützung in Zusammenhang mit dem eigenen Stressempfinden. Vermeidend gebundene Eltern berichteten bei niedrigen Werten von eigenem dyadischen Coping ein geringeres Stresslevel als Eltern mit sicherer Bindung; wenn sie allerdings eine intensivere Unterstützungsleistung berichteten, war das Stressempfinden im Vergleich höher. Die Ergebnisse unterstreichen die Notwendigkeit adäquater Kommunikations- und Stressbewältigungsstrategien für diese Subpopulation und knüpfen an frühere Forschungsergebnisse zur mangelnden Anpassung der Unterstützungsleistung von vermeidend gebundenen Personen an. Da es sich um eine querschnittliche, heteronormative und kleine Stichprobe ohne Adoptiv-/Pflegekinder handelt, sollte sich die zukünftige Forschung auf Diversität bezüglich sexueller Orientierung und Familienmodell fokussieren und Eltern(paare) über einen längeren Zeitraum begleiten.

Stichwörter: Eltern, Bindung, Stress, Dyadisches Coping, Partnerschaftsqualität

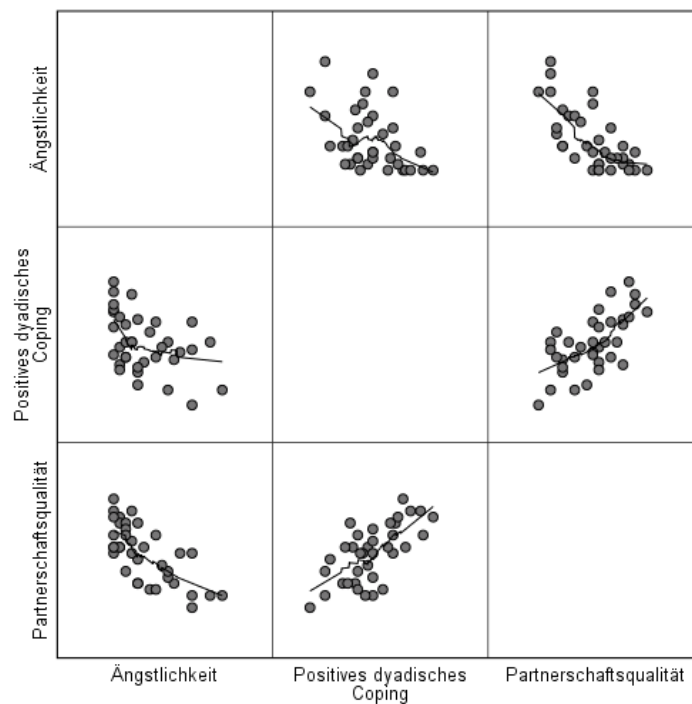
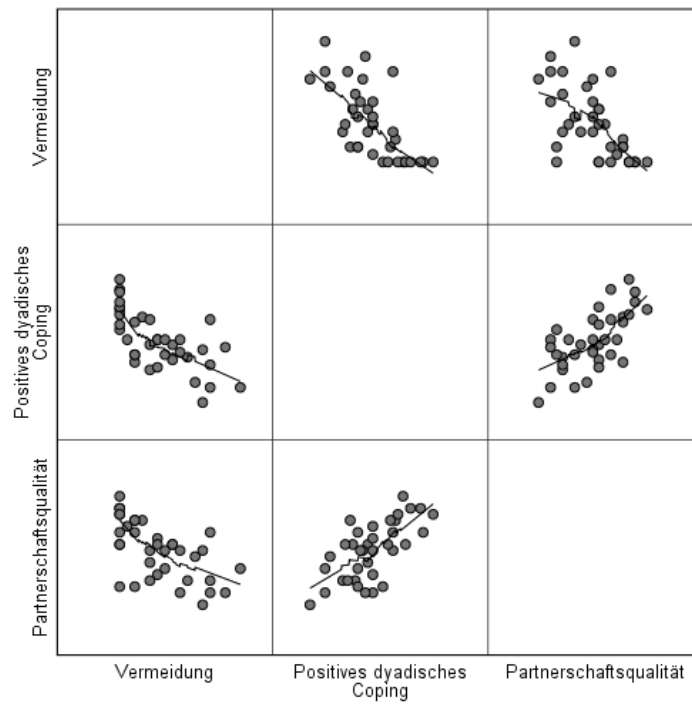
Anhang A2: Abstract (Englisch)

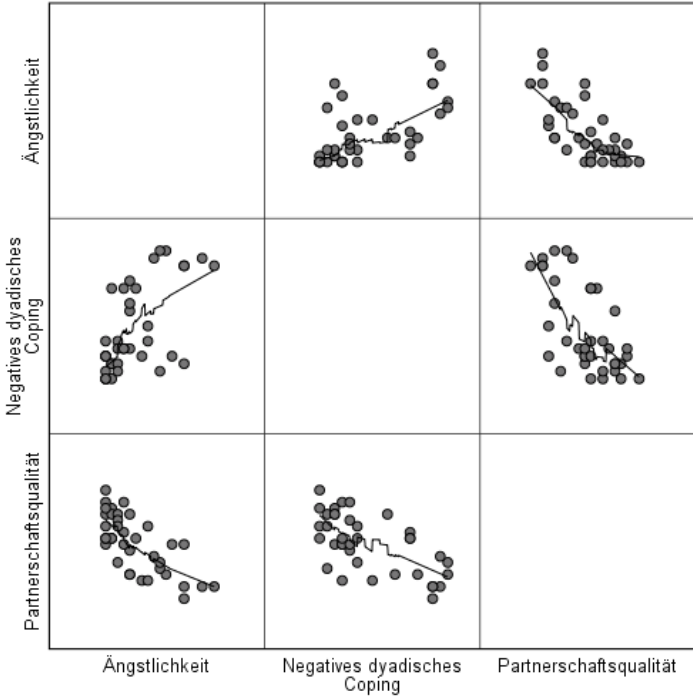
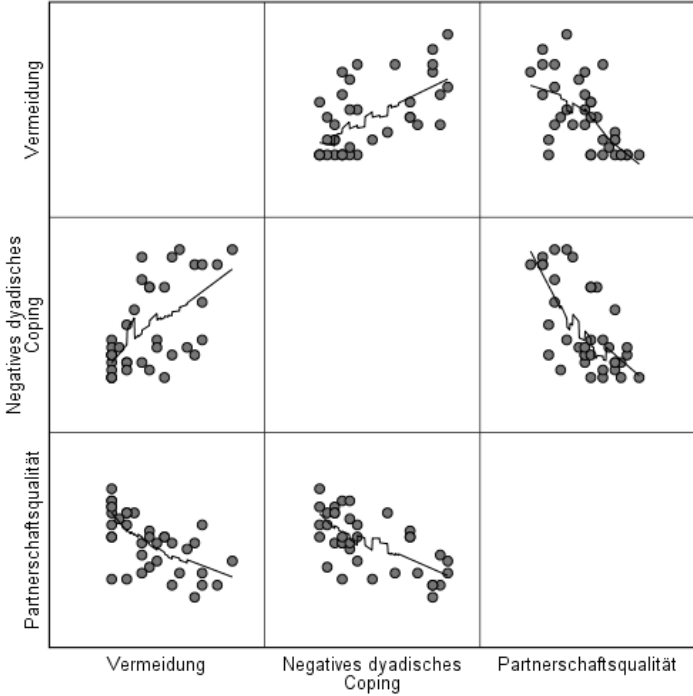
A child's relationship with its caregiver impacts their persona over the course of their lifespan, including their concept of self and others, their social skills and their stress handling. In adulthood, attachment can be classified as secure, avoidant or anxious-ambivalent. In the following study, we investigated how the tendency towards avoidant or anxious attachment affected relationship quality in $N = 37$ parents, and if positive and negative dyadic coping was a mediating factor. The same sample was used to investigate how an insecure attachment influences the relationship between support provided for one's partner and one's own stress evaluation. The mediator analyses showed a negative correlation between both avoidant and anxious attachment style and relationship quality, which was significantly mediated by both positive and negative dyadic coping. In addition, two moderator analyses showed a difference between anxiously and avoidantly attached parents regarding their support- and stress levels: Avoidantly attached parents showed lower stress levels than securely attached parents when there was little need for support from their partner; however, when they supported their partner more intensively, their stress levels were higher in comparison. The results underline the need for communication- and stress management strategies for insecurely attached parents and add to previous research results on the lack of support adaptation in avoidantly attached individuals. As this is a cross-sectional, heteronormative, and small sample without adopted/foster children, future research should focus on diversity in terms of sexual orientation and family model, as well as examining parents over a longer time period.

Keywords: parents, attachment, stress, dyadic coping, relationship quality

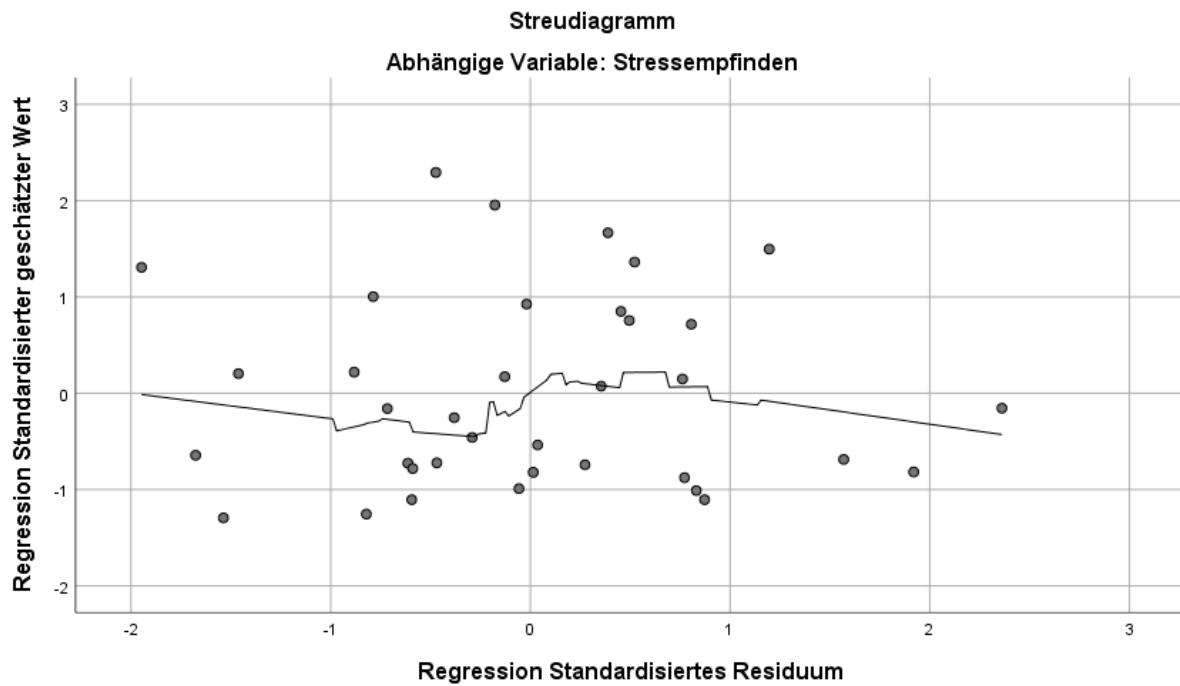
Anhang B: Linearitätsüberprüfungen

Anhang B1: Linearitätsüberprüfungen Fragestellung 1

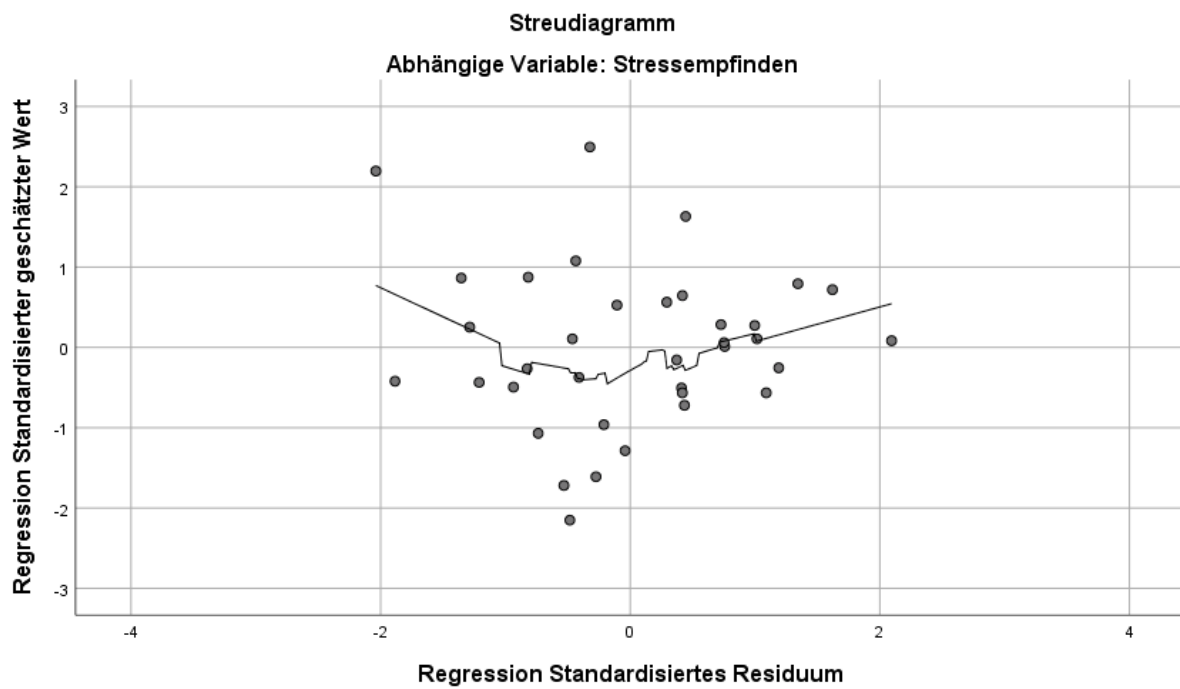




Anhang B2: Linearitätsüberprüfungen Fragestellung 2



Anmerkung. Unabhängige Variablen: Vermeidung, eigenes dyadisches Coping.



Anmerkung. Unabhängige Variablen: Ängstlichkeit, eigenes dyadisches Coping.