



universität
wien

MASTERARBEIT / MASTER THESIS

Titel der Masterarbeit / title of the master's thesis

„Das Impostor Phänomen im Kontext von
Kindererziehung und Elternrolle:
Welchen Einfluss haben Gender Role Orientation und
sozialen Medien?“

verfasst von / submitted by

Rebecca Perl, BSc

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

Wien, 2018 / Vienna, 2018

Studienkennzahl lt. Studienblatt / degree
programme code acc. student record sheet:

A 066 840

Studienrichtung lt. Studienblatt / degree
programme acc. student record sheet:

Masterstudium Psychologie

Betreuerin / supervisor:

A.o. Univ.-Prof. Dipl.-Psych. Dr. Barbara Schober

Danksagung

Dass diese Arbeit jetzt in dieser Form zu lesen ist, ist zwar kein Wunder – aber es ist Resultat eines sehr weiten Weges. Und es war nicht immer einfach diesen Weg zu gehen. Vor allem, aber wahrscheinlich ist das bei allen wichtigen Reisen so, war ganz am Anfang noch ein ganz anderes Ziel geplant. Und so bin ich sozusagen erstmal ein Jahr lang herumgeirrt, bevor ich herausgefunden habe, wo mich mein Weg eigentlich hinführen soll. Dieses letzten Sommer neu entdeckte, und eigentlich zum ersten Mal klar definierbare Ziel, sehen Sie nun endlich hier vor sich.

Dass diese Neuorientierung überhaupt stattfinden konnte, muss ich mich wohl beim Schicksal bedanken. Dass sich genau zum richtigen Zeitpunkt diese Kombination von Situationen und Möglichkeiten ergeben hat war wirklich der glücklichste Zufall in der Geschichte dieser Masterarbeit. Im Zentrum dieser Entwicklungen steht ein Interview, weil eine Journalistin ein Buch veröffentlichen wollte. Daher möchte ich mich an dieser Stelle bei Sabine Magnet bedanken, auch wenn sie diese Arbeit vielleicht nie lesen wird. Für die Idee und die Frage, die den Anstoß gaben, die Untersuchung, die Sie auf den folgenden Seiten lesen können, zu konzeptionieren und durchzuführen.

Ganz besonderer Dank geht an Dr. Marlene Kollmayer. Für so viele Dinge. Angefangen damit, dass sie in besagtem Interview an mich denken musste. Mich für das Thema, und das Thema für mich, vorgeschlagen hat. Aber nicht nur dafür. Ich denke an die zahllosen Gespräche, schon in der Phase, als ich noch am Herumirren war. Und besonders daran, als ich dann endlich begonnen habe, *diese* Untersuchung in die Tat umzusetzen. All diese Gespräche und Feedbacks waren wahnsinnig wichtig und hilfreich. Und nicht selten haben sie mir den Mut zurückgegeben, der notwendig war um weiterzumachen. Ohne dich, Marlene, gäbe es diese Arbeit jetzt nicht.

Ich möchte mich auch bei Ihnen, Prof. Dr. Barbara Schober bedanken. Einerseits natürlich, für die wertvollen Feedbacks die ich von Ihnen im Rahmen der Masterarbeits-Seminare erhalten habe. Diese Diskussionen und Denkanstöße bzgl. eigenständigen, wissenschaftlichen Arbeitens haben einen wichtigen Beitrag dazu geleistet, dass diese Arbeit zu dem Endprodukt werden konnte, das nun vor Ihnen liegt. Vor allem aber möchte ich mich für Ihr Vertrauen bedanken, dass auch nachdem ich den Fokus meiner Untersuchung nach einem Jahr der Planung doch sehr drastisch geändert habe, das Endprodukt mit Sicherheit gut wird.

Natürlich gebührt auch euch, Mama und Papa, gehöriger Dank. Eigentlich reichen Worte nicht aus, um zu beschreiben, wie sehr ihr mich auf diesem Weg unterstützt habt. Ihr habt immer an mich geglaubt, ihr habt mich immer unterstützt, in jeder erdenklichen Hinsicht – sogar, als ich euch eröffnet habe, dass ich nicht ein, sondern zwei Jahre für meine Masterarbeit brauchen werde. Ihr könnt euch gar nicht vorstellen, wieviel Sicherheit mir euer Vertrauen gegeben hat. Wieviel es mir

bedeutet, dass ihr an mich glaubt, und daran dass ich schaffen werde, was ich mir vornehme. Wieviel Kraft mir eure Liebe gegeben hat – und immer noch gibt. Jeden einzelnen Tag.

Und nun zu euch, Kaira und David. Meine Statistik-Genies. Danke für die vielen, stundenlangen Diskussionen. Über mein Forschungskonzept. Über die Statistik dahinter. Über das Leben im Allgemeinen. In irgendeiner antiken Hochkultur mussten Ideen scheinbar immer zwei Mal besprochen werden: einmal nüchtern und einmal beschwipst. Erst wenn die Idee in beiden Zuständen gut geklungen hat, wurde sie in die Tat umgesetzt. Ich glaube, das haben wir sehr effizient verfolgt. Wahrscheinlich ist diese Arbeit auch mit deshalb so gut geworden. Ich liebe es, mir mit euch gemeinsam den Kopf zu zerbrechen und über Wissenschaft und Forschung zu diskutieren. Ob es dabei jetzt um meine Masterarbeit oder irgendein anderes Thema geht, ist dabei vollkommen unerheblich. Ich will mich an dieser Stelle auch bei euch allen bedanken, die ihr diese Arbeit Korrektur gelesen habt. Denn ich weiß, sie ist lang. Und jedeR von euch hat viel zu tun. Ich weiß es wirklich zu schätzen, dass ihr euch die Zeit genommen habe, diese Seiten zu lesen. Und besonders, dass ihr mir geholfen habt, dass die Arbeit auch tatsächlich gut verständlich ist. Man ist ja irgendwann so betriebsblind, so vertraut mit den Konzepten, über die man schreibt, dass einem zeitweise gar nicht mehr auffällt, dass manche Absätze nur verständlich sind, wenn man dieses Wissen bereits hat. Ihr habt mir geholfen, genau das zu vermeiden, und dafür zu sorgen, dass diese Masterarbeit von hinten bis vorne schlüssig und verständlich ist. Also, Danke Carina, David, Julia, Lena und Tobias für die mitunter ziemlich harte, aber immens hilfreiche Kritik.

Ich bin ziemlich stolz auf den Weg den ich zurückgelegt habe. Nicht nur in Bezug auf meine Masterarbeit, sondern auf mein ganzes Studium. Diese Jahre waren eine wunderbare Zeit, in der ich die Möglichkeit hatte, viel zu erleben, viel zu lernen, und zu dem Menschen heranzuwachsen, der ich heute bin. Und damit bin ich sehr zufrieden. Das Endprodukt dieser Entwicklung, das Sie nun in Form meiner Masterarbeit vor sich liegen haben, ist für mich ein Symbol dessen. Es zeigt, dass ich gelernt habe, das Wissen und die Kompetenzen die ich im Studium erworben habe, anzuwenden. Es zeigt, dass mir die Lebenserfahrung (gut, wenn eine noch-nichtmal-30-Jährige von Lebenserfahrung spricht, ist das immer so eine Sache – aber ich meine damit die Dinge abseits des Studiums, die ich in dieser Zeit gelernt habe, über mich selbst und über das Leben an sich) geholfen hat, weiterzumachen, auch wenn es manchmal schwer war. Es zeigt aber vor allem, dass ich nie, wirklich *nie*, alleine war. Denn alleine hätte ich es sicher nicht so weit geschafft. Um mich herum ist ein Netz aus wunderbaren Menschen, die immer für mich da waren. Ihr, meine Lieben, habt mich aufgefangen, wenn mir grade alles über den Kopf gewachsen ist. Ihr wart für mich da, wenn ich ein zuhörendes Ohr, oder Rat, oder auch einfach Ablenkung gebraucht habe. Und vor allem habt ihr jeden Erfolg, auch wenn er noch so klein war, mit mir gefeiert. Meine Lieben. Danke für Alles.

Inhaltsverzeichnis

Danksagung	IV
1. Einleitung.....	10
2. Theoretischer Hintergrund.....	12
2.1. Kindererziehung im 21 Jahrhundert – ein Nährboden für das Gefühl, ein Impostor zu sein?	16
2.1.1. Geschlechtsunterschiede im Impostor Phänomen	19
2.1.2. Das Impostor Phänomen und Soziale Medien	22
2.3. Zielsetzung.....	25
3. Fragestellungen	29
3.1. Fragenkomplex 1: Das Impostor Phänomen im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle	29
3.2. Fragenkomplex 2: Einflussfaktoren auf die Intensität kontextspezifischer Impostor Gedanken ..	31
4. Methode	33
4.1. Zielstichprobe und Rekrutierung.....	33
4.1.1. Stichprobenbeschreibung	33
4.2. Skalen im Survey.....	35
4.2.1. Impostor Phänomen im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle.....	35
4.2.2. Selbstwert.....	36
4.2.3. Gender Role Orientation	36
4.2.4. Nutzungsverhalten sozialer Medien.....	36
4.3. Statistisches Design der Untersuchung.....	37
5. Ergebnisse	38
5.1. Das Impostor Phänomen im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle.....	38
5.2. Einflussfaktoren auf die Intensität kontextspezifischer Impostor Gedanken.....	39
6. Diskussion.....	42
6.1. Ansatzpunkte für zukünftige Untersuchungen	49
6.2. Schlussfolgerung.....	51
7. Referenzen	56

8. Anhang.....	64
8.1. Anhang A: Online Fragebogen.....	65
8.2. Anhang B: Gegenüberstellung der originalen und bearbeiteten Items	77
8.3. Anhang C: Tabellen zu den Voranalysen aus Fragenkomplex 1	80
8.4. Anhang D: Tabellen zu den Voranalysen aus Fragenkomplex 2.....	84
8.5. Anhang E: Tabellen zur Beantwortung der Hypothesen	86
8.6. Anhang F: Abstracts der Arbeit in deutscher und englischer Sprache	87
Deutschsprachiges Abstract	87
Englischsprachiges Abstract	88

1. Einleitung

„If I don't turn the baby monitor all the way up, will I miss the cries of my child, who might possibly be too cold? Or thirsty? Or lonely? If I soothe my children with a cookie, am I setting them up for obesity? If I don't put my kids to bed tonight and instead go to a dinner party, will they think, “Why did Mommy leave me?” As a result, I am constantly harassing, monitoring and condemning myself for mistakes, because doing so comforts me, as if the fear of loss could prevent it from happening.“ (Steinmetz, 2015, p. 43).

Dieses Zitat beschreibt Ängste und Zweifel, die fast jeder Elternteil kennt (Coyne, McDaniel, & Stockdale, 2017). Gelegentlich, sind solche Gedanken auch vollkommen normal (Hutchins, 2015). Doch bei manchen Eltern hören sie einfach nicht auf. Sie steigern sich, bis ein gedanklicher Teufelskreis entsteht: die Angst etwas falsch zu machen, bringt sie dazu, sich geradezu aufzuopfern für die Kinder. Trotzdem können sie nicht sehen, was sie alles tagtäglich leisten, sondern nehmen nur die kleinen Fehler wahr, die aller Anstrengung zum Trotz passieren.

Dieses Gedankenmuster wird in einem anderen Kontext seit Jahrzehnten untersucht: 1978 wurde das *Impostor Phänomen* erstmals für den Leistungskontext beschrieben (Clance & Imes, 1978). Betroffene erzielen in ihrem Feld hohe Leistungen (Clance & Imes, 1978; Jöstl, Bergmann, Lüftenegger, Schober & Spiel, 2012; Klinkhammer & Saul-Soprun, 2009). Trotzdem sind sie davon überzeugt, diese wären durch Glück oder Zufall entstanden, oder ihnen durch Beurteilungsfehler ihres Umfelds zugeschrieben worden (Clance, 1985; Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987; Harvey & Katz, 1985; Langford & Clance, 1993). Durch eine vollkommen verzerrte Wahrnehmung ihrer Kompetenzen ist es vom Impostor Phänomen Betroffenen nicht möglich, ihre Leistungen und Erfolge zu internalisieren (Bernard et al., 2002). Stattdessen schreiben sie jedes kleine Missgeschick und jeden Misserfolg ihrer eigenen Unfähigkeit zu (Bernard et al., 2002; Clance & Imes, 1978), was Verwunderung und sogar Schuldgefühle darüber entstehen lässt, dass ihr Umfeld sie als extrem fähig empfindet (Clance, 1985; Cowman & Ferrari, 2002; O'Brien McElwee & Yurak, 2010). In Folge entsteht ein sehr ambivalentes Verhältnis zu persönlicher Leistung: einerseits streben Betroffene in ihrem Feld nach Exzellenz und verspüren ein Bedürfnis nach Lob und Anerkennung durch ihre Umfeld. Gleichzeitig können sie es jedoch nicht annehmen, sondern werten Lob und ihre Leistungen ab bzw. suchen externe Ursachen dafür (Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987; Harvey & Katz, 1985; Langford & Clance, 1993).

In adaptierter Form ist dieses extreme Leistungsstreben etwas, das man auch vielen Eltern attestieren könnte, gerade in der heutigen Zeit, in der Erziehung ein in der Gesellschaft viel diskutiertes Thema darstellt (Plantin & Daneback, 2009; Rothbaum et al., 2008). Viele Eltern

verspüren hinsichtlich der Rolle, die sie zu erfüllen haben, sowie hinsichtlich der Erziehung ihrer Kinder generell, eine Art Leistungsdruck (Bartholomew et al., 2012; Jang & Dworkin, 2014). Dies schürt ein ständig wachsendes Bedürfnis der Eltern sich einschlägig weiterzubilden, spiegelt aber gleichzeitig die hohen Ansprüche der Gesellschaft an die Elternrolle wieder.

Es ist daher nicht verwunderlich, dass sich dieses Bedürfnis mittlerweile auch auf Internet und soziale Medien niedergeschlagen hat. Die Zahl an einschlägigen Foren und Gruppen steigt kontinuierlich an, und in sozialen Medien stellen Eltern-Blogs mittlerweile eine eigene Kategorie dar, der immer mehr NutzerInnen folgen (Djafarova & Trofimenko, 2017; Coyne, McDaniel & Stockdale, 2017; Doub, Small & Birch, 2015; Plantin & Daneback, 2009; Rothbaum et al., 2008). In solchen Foren und Blogs wird allerdings ein ins Positive verzerrtes Bild präsentiert, da die postenden *Influencer Eltern* in erster Linie schöne oder beeindruckende Momente mit ihren *Followern* teilen. Der Vergleich mit diesem Ideal, laut dem Erziehung einfach und schön ist (Coyne McDaniel & Stockdale, 2017), kann bei Eltern, die ihr teilweise anstrengendes Leben als Mutter oder Vater, in dem mitunter auch negative Dinge passieren, zu starken Selbstzweifeln führen (Brunson, 2013; Cramer, Song, & Drent, 2016; Fox & Vendemia, 2016; Vogel, Rose, Okdie, Eckles, & Franz, 2015). Beinahe zwangsläufig kommt die Frage auf, warum anderen die Elternrolle so leicht von der Hand geht, wo sie doch für einen selbst teilweise so beschwerlich ist. Vor allem aber beginnen sich Betroffene zu fragen, warum ihr Umfeld sie für gute Eltern hält, obwohl sie selbst den Eindruck haben, diesem Anspruch nicht gerecht zu werden.

Interessant dabei ist, dass Erziehungskompetenz und die damit verbundenen Eigenschaften auch im 21. Jahrhundert noch in erster Linie feminin-konnotiert sind (BMFSFJ, 2010; Boyd, 2002; Eckes, 2008; Geissler, 1998; Schneider & Rost, 1998). Wie bei jeder Rolle, muss sich eine Person auch erst mit der Elternschaft identifizieren können, um diese Rolle erfolgreich einnehmen zu können. Daher stellt sich die Frage, inwieweit sich die individuelle Geschlechtsidentität einer Person auf die Fähigkeit der Identifikation mit der Elternrolle auswirkt. Ist diese Fähigkeit beeinträchtigt, könnte auch das die oben beschriebenen Selbstzweifel schüren, die charakteristisch für das Impostor Phänomen, in dem Fall im Kontext von Elternrolle und Erziehung sind. Bisher gibt es allerdings keine empirischen Analysen, die untersuchen ob dieser Kontext für das Impostor Phänomen relevant ist. Genau das, soll mit dieser Studie untersucht werden. Aufgrund der im 21. Jahrhundert allgegenwärtigen Möglichkeit der digitalen Vernetzung durch Internet und soziale Medien, soll auch diese Facette näher Betrachtet werden. Genauso muss thematisiert werden, welchen Einfluss die empfundene *Gender Role Orientation (GRO)* einer Person hat, da Kindererziehung immer noch ein feminin-konnotiertes Aufgabenfeld ist. In Folge könnte ein Wirkmodell definiert werden, das wichtige Faktoren für das Impostor Phänomen abseits des klassischen Leistungskontexts beschreibt.

2. Theoretischer Hintergrund

Im Jahr 1978 verwendeten P. R. Clance und S. A. Imes zum ersten Mal den Begriff *Impostor Phänomen*. In Gesprächen mit ihren Klientinnen fiel ihnen ein wiederkehrendes Muster auf: diese hochleistenden Frauen litten an einer vollkommen verzerrten Selbstwahrnehmung (Clance & Imes, 1978), welche es ihnen unmöglich machte, ihre Erfolge zu internalisieren (Bernard, Dollinger & Ramaniah, 2002). Betroffene Menschen haben den Eindruck, sie würden von ihrem Umfeld als qualifizierter wahrgenommen, als sie tatsächlich sind – und sie hätten sich diese Wahrnehmung zudem nur erschlummelt bzw. durch Fähigkeiten erlangt, die nichts mit Talent oder Leistung zu tun haben, wie Charme oder die Fähigkeit die Bedürfnisse anderer zu erkennen (Langford & Clance, 1993). Auch gänzlich externe Ursachen, wie Glück, Zufall, oder guter Wille bzw. Fehler der/des Bewertenden werden in Erwägung gezogen (Clance & Imes, 1978; Harvey & Katz, 1985). Dadurch fühlen sich Betroffene als BetrügerInnen (Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987).

Dabei handelt es sich allerdings um eine Fehleinschätzung, da die Betroffenen in ihrem Feld durchwegs hohe Leistungen erzielen (Clance & Imes, 1978; Jöstl, Bergsmann, Lüftenegger, Schober & Spiel, 2012; Klinkhammer & Saul-Soprun, 2009). Aufgrund übertrieben hoher Selbstansprüche können sog. *High-Impostors*, also Personen die in hohem Maß am Impostor Phänomen leiden, das allerdings nicht anerkennen: sie sind nicht damit zufrieden, Herausforderungen zu meistern, sie wollen dabei auch die/der Beste sein. Als wäre dieser Anspruch noch nicht hoch genug, erwarten sie zusätzlich, dass sie dies am besten ohne Anstrengung vollbringen sollten (Clance, 1985; Sakulku & Alexander, 2011).

Ihre Beziehung zum Erfolg ist allerdings ambivalent: Da High-Impostors den Eindruck haben, externe Ursachen hätten zu ihrem Erfolg geführt, führt selbiger für sie nicht zu Freude und Erleichterung sondern zu Angst und Schuldgefühlen (Clance, 1985; Cowman & Ferrari, 2002; O'Brien McElwee & Yurak, 2010). In ihren Augen verstärkt eine gute Leistung das falsch-positive Bild, das Andere von ihnen haben. Dadurch ist es ihnen nicht möglich, Erfolge anzuerkennen bzw. sie als etwas Positives zu sehen. Dieses Muster wird als *Fear of Success* bezeichnet (Clance, 1985; Thompson, Davis & Davidson, 1998). Ähnlich ambivalent ist die Beziehung Betroffener zu Lob und Erfolg sowie potentiell dem Versagen. Ersteres ist für High-Impostors sehr wichtig, da sie durch eine Bestätigung durch andere Personen ihren tendenziell geringen Selbstwert (Kamarzarrin, Khaledian, Shooshtari, Yousefi & Ahrami, 2013; Peteet, Brown, Lige & Lanaway, 2015; Ross & Krukowski, 2002) zumindest kurzfristig verbessern können (Langford & Clance, 1993). Dennoch können sie Lob nicht einfach annehmen (Thompson, Davis & Davidson, 1998), sondern spielen es herunter und suchen externe Ursachen für die soeben anerkannte Leistung (Clance, 1985; Clance & Imes, 1978, Clance & O'Toole, 1987). Mitunter stellen sich dessentwegen sogar Schuldgefühle ein (Clance, 1985; Cowman & Ferrari,

2002). Ähnlich verhält es sich mit der Möglichkeit, zu versagen: charakteristisch ist die sog. *Fear of Failure*, die Betroffene zu extremen Anstrengungen bei der Erledigung jeglicher Aufgabe verleitet – denn diese nicht exzellent zu erfüllen, würde sie als unintelligent oder unqualifiziert demaskieren, und sie tatsächlich als BetrügerIn entlarven (Clance, 1985). Nicht vom Impostor Phänomen Betroffene sind durch ihre Self-Compassion in der Lage, Fehler anzunehmen und als eine Gelegenheit zur Verbesserung zu sehen. Da die Self-Compassion von High-Impostors tendenziell geringer ausgeprägt ist (Kamarzarrin et al., 2013; Peteet, Brown, Lige & Lanaway, 2015; Ross & Krukowski, 2002; Thompson, Davis & Davidson, 1998), ist ihnen diese kognitive Umbewertung nicht möglich und Fehler werden ausschließlich als etwas Negatives betrachtet. Deshalb bleibt ihre Fear of Failure bestehen (Breines & Chen, 2012). Trotzdem verspüren Betroffene eine masochistische Erleichterung bei dem Gedanken eine Herausforderung nicht meistern oder den Anforderungen nicht gerecht werden zu können (O'Brien McElwee & Yurak, 2010). Zu versagen würde bedeuten, dass ihre Furcht als BetrügerIn aufgedeckt zu werden berechtigt war – damit könnte der Kampf enden, den perfekten Schein aufrecht zu erhalten (Clance & Imes, 1978).

Diese Ambivalenzen und Fehleinschätzung des eigenen Könnens führen dazu, dass High-Impostors bei der Bearbeitung von Aufgaben in den sog. *Impostor Kreislauf* verfallen, einer Art Teufelskreis, der ihre Ängste und verzerrte Selbstwahrnehmung zusehends verstärkt (Clance & O'Toole, 1987; Sakulku & Alexander, 2011). Dieser Kreislauf beginnt damit, dass eine neue Herausforderung, vor der eine betroffene Person steht, bei dieser zu Angst und Zweifeln führt, ob sie der Herausforderung gewachsen ist. Die Folge sind entweder vollkommen übertriebene Anstrengungen bei der Erledigung der Aufgabe – oder Prokrastination, da die Angst zu versagen so groß ist, dass sich die betroffene Person erst knapp vor der Deadline überwinden kann, überhaupt mit der Aufgabe zu beginnen. In beiden Fällen ist das Endergebnis trotzdem meist positiv. Wie bereits erwähnt, können High-Impostors ihre Erfolge allerdings nicht internalisieren, sondern suchen externe Erklärungen – hier bspw. den extremen Aufwand bei der Aufgabenbearbeitung, eine Fehleinschätzung bzw. guten Willen der/des Bewertenden oder Glück. Dadurch verstärkt sich bei den Betroffenen die Überzeugung, ihr Umfeld würde sie als besser bzw. qualifizierter wahrnehmen, als sie tatsächlich sind – weshalb bei der nächsten Aufgabe der Kreislauf von Neuem beginnt (Clance & O'Toole, 1987).

Es gibt demnach zwei Kriterien, die eine Person erfüllen muss, um sie als vom Impostor Phänomen betroffen einzuschätzen: einerseits ist das das objektiv feststellbare Kriterium hoher Leistung, bezogen auf den Bereich, in dem die Person tätig ist. Andererseits sind es die charakteristischen sog. *Impostor Gedanken* die oben beschrieben wurden. Sie sind der kognitive Teil des Phänomens, an dem betroffene Personen im Endeffekt leiden. Es ist vollkommen normal, manchmal solche Gedanken zu empfinden (Hutchins, 2015) – bei High-Impostors häufen sie sich jedoch so stark, dass

es für die Betroffenen zu einer Belastung wird. Im akademischen Kontext haben bspw. etwa 30% regelmäßige¹ und 5-9% intensive² Impostor Gedanken (Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; Jöstl et al., 2012). In Studien vor 2010 wird häufig nach Holmes, Kertay, Adamson, Holland & Clance (1993) ein Cut-Off von 62 Punkten auf der *Clance Impostor Scale (CIPS)* verwendet, um Personen als High-Impostors zu klassifizieren – was auf 40-50% der untersuchten Studierenden zutrifft. Diese Studierenden erzielten Mittelwerte von 70-79 Punkten auf der *CIPS*, was zumindest regelmäßige Impostor Gedanken andeutet. Die als Low-Impostors klassifizierten Studierenden erzielten Skalenmittelwerte von 49-53 Punkten, womit die Ausprägung der Impostor Gedanken dieser Subsample im niedrigen bis moderaten Bereich liegen (Sonnak & Towell, 2001; Thompson, Davis & Davidson, 1998; Thompson, Foreman & Martin, 2000).

Das Impostor Phänomen wurde erstmals im akademischen und Forschungskontext definiert. Pauline Rose Clance und Suzanne Imes stellten 1978 fest, dass 150 der Frauen, mit denen sie in den letzten fünf Jahren in individueller Psychotherapie zusammengearbeitet hatten, von denselben belastenden Mustern berichteten – was die beiden in Folge unter dem Begriff Impostor Phänomen zusammenfassten. Auch bei studierenden JungunternehmerInnen wurden Impostor Gedanken nachgewiesen: der Mittelwert des Impostor Score im untersuchten Sample lag knapp unter 60, was einer Ausprägung des Phänomens am oberen Ende des moderaten Bereichs entspricht (Sightler & Wilson, 2001). Bei gemeinsamer Untersuchung verschiedener Berufsgruppen ist die Ausprägung von Impostor Gedanken zwar insgesamt geringer, mit einem Mittelwert von knapp 54 jedoch immer noch eindeutig im moderaten Bereich (Want & Kleitman, 2006). Auch auf Managementebene sind Personen zu finden, die von *Impostor Gedanken* geplagt werden (Bechtold, 2015). Betrachtet man diese Ebene genauer, ist die Ausprägung des Impostor Phänomens geringer als bei anderen betroffenen Personengruppen: nur 20% können laut Holmes et al.'s Cut-Off (1993) als Impostor klassifiziert werden. Dabei sticht hervor, dass mit aufsteigender Karrierestufe die mittlere Ausprägung abnimmt (Vergauwe et al., 2015) – was die Annahme bekräftigt, das Impostor Phänomen würde Betroffene davon abhalten, beruflich aufzusteigen (Clance & O'Toole, 1987; Kets de Vries, 2005; Neureiter & Traut-Mattausch, 2016; Neureiter & Traut-Mattausch, 2017; Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; Rothblum, 1988).

Was diese Befunde außerdem zeigen ist, dass Menschen in unterschiedlichen Berufsfeldern und Positionen vom Impostor Phänomen betroffen sind (Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987; Jöstl et al., 2012; Neureiter & Traut-Mattausch, 2016; Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; Sightler & Wilson, 2001; Sonnak & Towell, 2001; Thompson, Davis & Davidson, 1998; Thompson, Foreman &

¹ entspricht dem dritten Quartil auf der *CIPS*

² entspricht dem vierten Quartil auf der *CIPS*

Martin, 2000; Vergauwe et al., 2015; Want & Kleitman, 2006). Die empirische Relevanz dieses Phänomens als Einflussfaktor auf das Wohlbefinden und die psychische Gesundheit zeigt sich durch seinen Zusammenhang mit affektiven Aspekten und Folgeerkrankungen. Beispielsweise korreliert die Ausprägung des Impostor Phänomens positiv mit Depression, General Anxiety (Bernard et al., 2002; Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987; Chrisman et al., 1995; Kananifar, Seghatoleslam, Atashpour, Hoseini, Habil & Danaee 2015; McGregor et al., 2008; Sakulku & Alexander, 2011), Neurotizismus (Chae, Piedmont, Estadt & Wicks, 1995), Workaholism (Ross & Krukowski, 2001) und Burnout (Villwock, Sobin, Koester & Harris, 2016) – eine naheliegende Beziehung, da die erlebten Affekte beider Konstrukte vergleichbar sind. Gerade die Ähnlichkeit zu Workaholism und Burnout wird häufig nicht wahrgenommen, da ständige Selbstevaluation und -kritik für Betroffene angebracht erscheinen (McGregor et al., 2002). Das Impostor Phänomen hängt außerdem negativ mit Persönlichkeitszügen wie Gewissenhaftigkeit oder Selbstdisziplin zusammen (Bernard et al., 2002; Chae, Piedmont, Estadt & Wicks, 1995), dafür positiv mit Prokrastinationstendenzen (Clance & O'Toole, 1987) und Self-Handicapping (Ferrari & Thompson, 2005). Dies wirkt auf den ersten Blick paradox – allerdings besteht die Möglichkeit, dass sich High-Impostors aufgrund ihrer hohen Selbstansprüche auf diese Weise beschreiben, obwohl das in Realität nicht zutrifft. Weiters zeigte sich ein negativer Zusammenhang mit eigenen Leistungserwartungen (Cozzarelli & Major, 1990; Leary, Patton, Orlando & Funk, 2000) und Selbstwahrnehmung eigener Fähigkeit und Intelligenz (Kumar & Jagacinsky, 2006; Leary et al., 2000), wodurch sich Betroffene weniger zutrauen, als sie tatsächlich vermögen.

Dadurch halten die Impostor Gedanken und ihre Folgen Betroffene davon ab, ihr gesamtes Potential auszuschöpfen. Sie führen bspw. dazu, dass berufliche Chancen nicht wahrgenommen werden, aus Angst, den Erwartungen an eine höhere Position endgültig nicht mehr entsprechen zu können, oder ganz generell, dass Betroffene davor zurückschrecken, sich etwas zu trauen oder unbekannte Wege einzuschlagen – was in weiterer Folge die berufliche oder persönliche Weiterentwicklung erschwert (Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987; Kets de Vries, 2005; Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; Rothblum, 1988). Diese Impostor Muster und ihre nachteiligen Auswirkungen konnten wie oben beschrieben in verschiedenen Berufsfeldern bzw. Leistungskontexten nachgewiesen werden (Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987; Jöstl et al., 2012; Neureiter & Traut-Mattausch, 2016; Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; Sightler & Wilson, 2001; Sonnak & Towell, 2001; Thompson, Davis & Davidson, 1998; Thompson, Foreman & Martin, 2000; Vergauwe et al., 2015; Want & Kleitman, 2006). Abstrahiert betrachtet, wird ein übergeordnetes Prinzip sichtbar, welches das Impostor Phänomen möglicherweise unabhängig von einem spezifischen Kontext beschreibt – nämlich die extrem hohen Selbstansprüche einer Person an ihre Leistung. In diesem Sinne scheint es

durchaus plausibel, dass auch die Kindererziehung einen relevanten Kontext für das *Impostor Phänomen* darstellen könnte. Im Normalfall wollen Eltern das Beste für ihre Kinder und deren Erziehung gut meistern. In diesem Sinn stellt also die Erziehung der eigenen Kinder einen persönlichen Leistungskontext dar, und bietet daher möglicherweise Raum für Impostor Gedanken.

2.1. Kindererziehung im 21. Jahrhundert – ein Nährboden für das Gefühl, ein Impostor zu sein?

Die Erziehung seiner Kinder ist eine Wissenschaft für sich. Zumindest scheint es so, wenn man die Vielzahl an Erziehungsratgebern, Eltern-Trainings, und einschlägigen Internetforen betrachtet, die sich diesem Thema auf unterschiedliche Weise widmen. Dass die Kindererziehung teilweise als Stress empfunden werden kann, ist allerdings nicht nur tief verwurzeltes Alltagswissen, sondern wurde auch wissenschaftlich fundiert (Cameron et al., 1991; Crnic & Greenberg, 1990; Hayes & Watson, 2013). Gerade die Geburt und der Übertritt ins Elterndasein werden als stressinduzierende Lebensereignisse beschrieben (Harwood, McLean & Durkin, 2007; Osofsky & Osofsky, 1984, zitiert nach Minnes, 1988). Der sog. *Parenting Stress* beschreibt Distress oder Unwohlsein, das aufgrund der hohen Ansprüche an Eltern empfunden wird (Deater-Deckard, 1998; Hayes & Watson, 2013). Diese hohen Ansprüche kommen jedoch nicht nur von außen. Denn auch wenn Eltern im Normalfall den Anforderungen an ihre Rolle gut gerecht werden (Hayes & Watson, 2013; Minnes, 1988), führt der Versuch eine Balance zwischen guter Erziehung, ausreichender Förderung und liebevoller Zuneigung zu verspürtem Druck bei Eltern (Bartholomew et al., 2012; Coyne, McDaniel & Stockdale, 2017; Jang & Dworkin, 2014; Steinmetz, 2015).

Da hohe Selbstansprüche die Basis für Impostor Gedanken darstellen, liegt die Vermutung nahe, dass auch die Kindererziehung, ähnlich wie traditionelle Leistungskontexte, einen Nährboden für diese Denkmuster darstellen kann. Auch wenn es im Fall der Kindererziehung kein objektiv beobachtbares Leistungskriterium gibt, verspüren viele Eltern eine Art Leistungsdruck, wenn es um die Erziehung ihrer Kinder geht (Bartholomew et al., 2012; Coyne, McDaniel & Stockdale, 2017; Jang & Dworkin, 2014). Dies findet Ausdruck im hohen, und ständig wachsenden, Bedarf an einschlägigen Ratgebern bzw. Trainings (Plantin & Daneback, 2009; Rothbaum et al., 2008) – welche wiederum nicht nur das Bedürfnis der Eltern sich weiterzubilden widerspiegeln, sondern auch die hohen Ansprüche der Gesellschaft an die Kindererziehung verdeutlicht.

Das Impostor Phänomen bietet einen Erklärungsansatz für diesen selbst gestellten Leistungsdruck. Gerade bei High-Impostors sind die Angst Fehler zu machen, sowie der Zweifel an den eigenen Kompetenzen, höher als bei der Allgemeinbevölkerung (Clance & Imes, 1978; Thompson, Foreman &

Martin, 2000). Auch Eltern berichten von der Angst, bei der Erziehung etwas falsch zu machen, sowie von Zweifeln, der Aufgabe gewachsen zu sein (Coyne, McDaniel & Stockdale, 2017). Legt man die Definition des Phänomens auf den Erziehungskontext um, müssten sich gerade sog. *Impostor Eltern* zusätzlich selbst hohe Maßstäbe setzen, an denen sie ihre eigenen Erziehungs-Kompetenzen messen. Weiters hätten sie den Anspruch, diesen Maßstäben ohne größere Anstrengungen gerecht zu werden. Da Kindererziehung aber zeitweise als stressig und mühevoll empfunden wird, da es immer wieder Rückschläge gibt (Cameron et al., 1991; Crnic & Greenberg, 1990; Hayes & Watson, 2013), könnte sich gerade bei Impostor Eltern schnell die Überzeugung einstellen, sie würden fälschlicherweise von ihrem Umfeld als gute Eltern wahrgenommen. Positive Situationen, Phasen in denen alles gut läuft und einfach von der Hand geht, werden externen Ursachen zugeschrieben. Rückschläge oder unangenehme Situationen bzw. anstrengende Phasen werden überbewertet, als die Norm wahrgenommen, und auf persönliche Unzulänglichkeiten attribuiert. Als Resultat könnten Impostor Eltern noch intensiver versuchen, ihre Erziehungs Kompetenzen zu verbessern. Damit lässt sich auch im Kontext der Kindererziehung eine Art Impostor Kreislauf beschreiben.

Besonders die Phase des beginnenden Eltern-Daseins ist auch deshalb im Kontext des Impostor Phänomens relevant, da dieses Phänomen in Lebensphasen, die für die betroffene Person neu, oder generell von Veränderung geprägt sind, stärker ausgeprägt ist, als in konstanten Lebensphasen (Klinkhammer & Saul-Soprun, 2009; Matthews, 1984). Dieser Zusammenhang entsteht dadurch, dass je gewohnter ein Lebensabschnitt für eine Person ist, sie umso mehr mit den damit einhergehenden Rollen und Aufgaben vertraut ist. In neuen Lebensabschnitten ist das nicht der Fall, sowohl die Rollen, die eingenommen werden müssen, als auch die Aufgaben die zu erfüllen sind, sind ungewohnt. In so einer Phase kann es passieren, dass sich eine Person fragt, ob sie den Anforderungen gewachsen ist. Auch wenn es normal ist, zeitweise solche Gedanken zu haben (Hutchins, 2015), haben Menschen, die vom Impostor Phänomen betroffen sind, permanent derartige Selbstzweifel. Erfolge werden auf externe Ursachen zurückgeführt, wohingegen Misserfolge der eigenen Unfähigkeit zugeschrieben werden, wodurch bei Betroffenen die Überzeugung heranwächst, ihr Umfeld würde zu Unrecht als fähig oder begabt wahrnehmen (Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987; Harvey & Katz, 1985; Langford & Clance, 1993).

Auch der Übertritt ins Eltern-Dasein lässt sich als eine für Impostor Gedanken prädestinierte Phase definieren. In seinem *Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung* definiert E. H. Erikson Entwicklungsaufgaben, die jeweils für eines von insgesamt acht Lebensstadien zentral sind (1959). Ausschlaggebend bei diesem Modell ist, dass der Übertritt von einem in den nächsten Lebensabschnitt nicht zwangsläufig an ein bestimmtes Alter gebunden ist, sondern vielmehr damit, die Entwicklungsaufgaben eines Abschnitts gemeistert zu haben. Im siebten Stadium beschreibt er

das Erwachsenenalter, dessen für Erikson zentralste Entwicklungsaufgabe die Geburt und das Großziehen seiner Kinder ist. Zum ersten Mal Mutter oder Vater zu werden, ist demnach ein wichtiger Lebensabschnitt, der mit vielen neuen Aufgaben und Anforderungen verbunden ist (Erikson, 1959; Harwood, McLean & Durkin, 2007). Die Geburt an sich, sowie das Vertrautwerden mit der ungewohnten Elternrolle und den Erziehungsaufgaben werden als stressige Lebensereignisse beschrieben (Harwood, McLean & Durkin, 2007; Osofsky & Osofsky, 1984, zitiert nach Minnes, 1988). Zudem stellte sich heraus, dass der Glaube daran, diese Rolle und die damit einhergehenden Aufgaben gut erfüllen zu können, mit Dauer der Elternschaft zunimmt und bei Jungeltern tendenziell geringer ausgeprägt ist (Coleman & Karraker, 2000).

Bei Menschen, die zum ersten Mal Mutter oder Vater werden, könnten deshalb besonders häufig Impostor Gedanken in Bezug auf Kindererziehung und Elternrolle auftreten, da die Situation für sie vollkommen neu ist. Allerdings hat nicht nur der Übertritt ins Eltern-Dasein per se diesen Effekt, da Kinder gerade in ihren ersten Lebensjahren besonders viele Entwicklungsschritte durchlaufen, und Eltern daher ständig vor neuen Herausforderungen stehen.

Studien aus dem klassischen Leistungskontext konnten zeigen, dass vom Impostor Phänomen betroffene Menschen einen niedrigeren Selbstwert berichten als nicht betroffene Personen (Kamarzarrin et al., 2013; Neureiter & Traut-Mattausch, 2016; O'Brien McElwee & Yurak, 2007; Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; Neff, 2011; Peteet, Brown, Lige & Lanaway, 2016; Ross & Krukowski, 2001; Thompson, Davis & Davidson, 1998). Dieser Zusammenhang entsteht darüber, dass High-Impostors einerseits hohe Ansprüche an ihre eigenen Leistungen haben, gleichzeitig jedoch nicht in der Lage sind, in ihre Fähigkeiten zu vertrauen (Kamarzarrin et al., 2013; O'Brien McElwee & Yurak, 2007; Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; Peteet, Brown, Lige & Lanaway, 2016; Ross & Krukowski, 2001; Thompson, Davis & Davidson, 1998). Auch Eltern, besonders solche für die diese Rolle noch neu ist, werden mitunter von Zweifeln geplagt, ob sie den Ansprüchen die sie selbst und die Gesellschaft stellen, gerecht werden können (Coyne, McDaniel & Stockdale, 2017). Daher sollten auch Eltern, die häufig kontextspezifische Impostor Gedanken verspüren, einen geringeren Selbstwert berichten, als nicht betroffene Eltern. Einen derartigen Zusammenhang im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle zu finden, würde zeigen dass die Symptomatik dieses negativen Denkmusters auch hier ähnlich ist wie im klassischen Leistungskontext. Ob dieser Zusammenhang auch im hier untersuchten Kontext besteht, soll mit der vorliegenden Studie geprüft werden.

2.1.1. Geschlechtsunterschiede im Impostor Phänomen

Ursprünglich gingen die Entdeckerinnen des Impostor Phänomens davon aus, dass ausschließlich Frauen betroffen sind (Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987). Die Befunde hinsichtlich Geschlechtsdifferenzen aus empirischen Studien sind jedoch widersprüchlich, da sich bald zeigte, dass auch Männer Impostor Gedanken erleben (Busotti, 1990; Dingman, 1987; Harvey, 1981; Langford, 1990; Topping, 1983), mitunter sogar intensiver als Frauen (Topping & Kimmel, 1985). Gerade, aber nicht nur, jüngere Forschungsergebnisse deuten allerdings darauf hin, dass tatsächlich Frauen stärker betroffen seien oder zumindest schwerer unter ihren Impostor Gedanken leiden (King & Cooley, 1995; Kumar & Jagacinski, 2006; McGregor, Gee, & Posey, 2008). Konkret feststellbare Geschlechtsdifferenzen bestehen lediglich darin, dass im Vergleich zu Männern bei Frauen einzelne Ausprägungen dieser ins Negative verzerrten Selbstwahrnehmung, bspw. Angst vor Misserfolg oder mangelndes Vertrauen in eigene Fähigkeiten, intensiver ausgeprägt sind (Kumar & Jagacinsky, 2006), und sie stärker an ihren Impostor Gedanken leiden (McGregor et al., 2008).

Ein Konzept, mit dem versucht wird, die uneindeutigen Forschungsergebnisse hinsichtlich Geschlechtsdifferenzen beim Impostor Phänomen zu erklären, sind *Gender Role Orientations (GROs)*. Damit wird beschrieben, in welchem Ausmaß sich eine Person mit charakteristischen Aspekten von Femininität und Maskulinität identifiziert (Patzak, Kollmayer & Schober, 2017). Dieses Konzept wurde maßgeblich durch S. L. Bem geprägt, welche 1974 ein Instrument entwickelte, das Femininität und Maskulinität nicht mehr als die beiden Pole eines dichotomen Kontinuums auffasst, sondern als zwei voneinander unabhängige Dimensionen. Im Unterschied zu klassischen Definitionen von Femininität und Maskulinität, schließen sich diese beiden Dimensionen nicht gegenseitig aus, sondern beschreiben, in welchem Ausmaß eine Person gewisse feminin- oder maskulin-konnotierte Eigenschaften an sich wahrnimmt (Bem, 1974; Bem, 1977; September et al., 2001). Entscheidend dabei ist, dass jede der beiden Dimensionen bei einem Individuum hoch oder niedrig ausprägt sein kann, und zwar unabhängig vom Geschlecht dieser Person (Bem, 1974).

In Untersuchungen zu Geschlechtsdifferenzen beim Impostor Phänomen wird Femininität, oder vielmehr die Identifikation mit dieser Rolle, als Hauptgrund für etwaige Geschlechtsdifferenzen gehandelt (Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987). Da Leistung im beruflichen oder akademischen Kontext nach wie vor maskulin konnotiert ist, sind Frauen, die hohe Leistungen erbringen, einer kognitiven Diskrepanz ausgesetzt, da ihre Femininität und ihre Leistung in Widerspruch zueinander stehen. Das Impostor Phänomen entsteht der Theorie nach als Copingmechanismus: Betroffene gehen mit dieser Diskrepanz um, indem sie ihre Leistungen abwerten bzw. auf externe Ursachen zurückführen (Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987; Clance, Dingman, Reviere & Stober, 1995; Jöstl et. al, 2012; Langford & Clance, 1993; Patzak,

Kollmayer & Schober, 2017; September et al., 2001). Zieht man nun zusätzlich in Betracht, dass es für die Geschlechtsidentität eines Individuums relevanter ist, in welchem Verhältnis feminine und maskuline Züge an sich wahrgenommen werden, als welches biologische Geschlecht man tatsächlich hat (Bem, 1977), könnten die Uneindeutigkeiten hinsichtlich Geschlechtsdifferenzen erklärt werden. Die Ausprägung des Impostor Phänomen wurde bisher in erster Linie in Bezug zum biologischen Geschlecht gesetzt (Busotti, 1990; Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987; Dingman, 1987; Harvey, 1981; Kumar & Jagacinski, 2006; Langford, 1990; McGregor, Gee, & Posey, 2008; Topping, 1983; Topping & Kimmel, 1985). Gerade in einigen jüngeren Untersuchungen wurde allerdings analysiert, ob die vier GROs das Potential haben, Differenzen hinsichtlich der Ausprägung des Impostor Phänomens zu verursachen. In diesen Untersuchungen konnte gezeigt werden, dass Menschen mit stark ausgeprägten maskulinen Zügen, also mit einer maskulinen oder androgynen GRO, weniger am Impostor Phänomen leiden, als wenn die Maskulinität gering ausgeprägt ist, also bei femininer oder undifferenzierter GRO (Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; September et al., 2001). Dabei unterschieden sich die mittleren Ausprägungen im Impostor Phänomen zwischen GROs mit stark und schwach ausgeprägter Maskulinität signifikant voneinander, wohingegen keine Unterschiede zwischen GROs mit gleich ausgeprägter Maskulinität auftreten (Patzak, Kollmayer & Schober, 2017).

GROs gehen dabei über die Grenzen des biologischen Geschlechts hinaus. Das bedeutet, dass auch Frauen stark ausgeprägte maskuline Züge, und Männer gering ausgeprägte maskuline Züge haben können. Beispielsweise konnten in einer aktuellen Studie, in der Studierende der Universität Wien untersucht wurden, 21% der weiblichen Studierenden als maskulin, und sogar 26% als androgyn klassifiziert werden. Genauso wurden 24% der männlichen Studierenden als undifferenziert, und 19% als feminin klassifiziert (Patzak, Kollmayer & Schober, 2017). Damit könnten durch das Konzept der GRO die Uneindeutigkeiten bei den Geschlechtsdifferenzen im Impostor Phänomen überwunden werden – indem nämlich Unterschiede in der Ausprägung dieses negativen Musters der Selbstwahrnehmung nicht auf das biologische Geschlecht zurückgeführt werden, sondern eher auf die individuelle GRO einer Person.

Diese Annahme ist durchaus stimmig mit der Theorie, da die maskulin-konnotierten Eigenschaften, welche in oben angesprochenem Instrument zur Feststellung der individuellen GRO verwendet werden, mitunter Selbstsicherheit, Risikofreudigkeit oder die Überzeugung, Einfluss auf seine Umwelt nehmen zu können, beschreiben. Übereinstimmend damit neigen Menschen, welche diese Eigenschaften nur schwach bei sich selbst wahrnehmen, zu höherer Selbstkritik bzw. niedriger Selbstakzeptanz und haben seltener den Eindruck, selbst Kontrolle über wichtige Geschehnisse zu haben. Im Unterschied zu nicht Betroffenen sehen vom Impostor Phänomen Betroffene Herausforderungen nicht als Gelegenheit sich in einer fordernden Situation zu beweisen, sondern

nehmen diese Situation vielmehr als eine weitere Möglichkeit zu versagen wahr (September et al., 2001). Das wiederum entspricht der Selbstbeschreibung von vom Impostor Phänomen betroffenen (Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987; Clance, Dingman, Reviere & Stober, 1995; Jöstl et al., 2012; Langford & Clance, 1993; Patrak, Kollmayer & Schober, 2017).

Für den klassischen Leistungskontext sind es die maskulin-konnotierten Persönlichkeits-Traits der individuellen GRO, die Impostor Gedanken entgegenwirken. Sie führen im Endeffekt dazu, Fehler annehmen, und sich ohne Angst vor Versagen, Herausforderungen stellen zu können. Außerdem erleichtern sie es scheinbar, Erfolge zu internalisieren, und so eine positive leistungsbezogene Selbstsicht zu erlangen (Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; September et al., 2001). Es bleibt jedoch fraglich, ob im Kontext der Erziehung dasselbe Muster wirksam ist. Im Endeffekt wird gute Erziehung bzw. eine gute Erfüllung der Elternrolle an sich, nach wie vor stark mit feminin-konnotierten Eigenschaften verbunden (BMFSFJ, 2010; Boyd, 2002; Eckes, 2008; Geissler, 1998; Schneider & Rost, 1998). Leistung im akademischen oder beruflichen Kontext passt gut zum Stereotyp von Maskulinität, wohingegen Femininität im Widerspruch dazu steht (Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987; Jöstl et al., 2012; Cockley et al., 2015). Im Kontext der Kindererziehung könnte es allerdings genau umgekehrt sein. Das Stereotyp der *guten Mutter* bzw. *Mutterrolle*, baut auf dem traditionellen Geschlechterstereotyp von Femininität auf, demzufolge sich Frauen durch Qualitäten wie Wärme, Einfühlsamkeit und Fürsorglichkeit auszeichnen. Durch diese Wesenszüge sollen sie perfekt für die Kindererziehung die damit einhergehende Funktion als Bezugsperson geeignet sein (Boyd, 2002; Eckes; Schneider & Rost, Rost, 1998). Trotz der sich ändernden Vorstellungen von Geschlechterrollen in der Gesellschaft, hält sich dieses Stereotyp immer noch hartnäckig. Während es für Mütter vorausgesetzt wird, diese Rolle zu erfüllen und den Ansprüchen zu genügen, ist das bei Vätern nicht der Fall (BMFSFJ, 2010; Boyd, 2002; Eckes, 2008; Geissler, 1998; Schneider & Rost, 1998). Daraus lässt sich schließen, dass gute Erziehung primär mit feminin-konnotierte Eigenschaften in Verbindung gebracht wird. Umgelegt auf die individuelle GRO, müsste sich eine Person, die zahlreiche feminine Eigenschaften an sich wahrnimmt, gut mit der Elternrolle identifizieren können – selbst wenn diese Person ein Mann ist – und ihre Leistungen als Elternteil als Erfolge anerkennen und internalisieren können. Im Gegensatz dazu könnte es für jemanden, der in hohem Maß maskuline Züge an sich wahrnimmt, schwierig sein, die Erfüllung der Elternrolle mit ihrer/seiner GRO in Einklang zu bringen. In diesem Fall könnte das Impostor Phänomen wie im klassischen Leistungskontext als unvorteilhafter Copingmechanismus fungieren, und dazu führen dass positive Momente auf externe Ursachen zurückgeführt, negative Momente überbewertet, und Lob abgewertet werden.

2.1.2. Das Impostor Phänomen und Soziale Medien

Die individuelle GRO entsteht durch das Ausmaß, in dem eine Person Eigenschaften an sich wahrnimmt, die von der allgemeinen Gesellschaft als jeweils für Frauen oder Männer erwünscht eingestuft werden (Bem, 1974; Bem 1977; September et al., 2001). Daraus wird ersichtlich, dass auch wenn die GRO selbst eine persönliche Einschätzung ist, diese bis zu einem gewissen Grad von Fremdeinschätzungen geprägt ist – nämlich insofern, als dass die individuelle GRO das Resultat der Internalisierung von Geschlechterstereotypen ist, welche durch die Gesellschaft, oder die Gruppe der sich eine Person zugehörig fühlt, geprägt sind. Die Orientierung an der (wahrgenommenen) sozialen Norm ist gerade für Jungeltern relevant, da diese Norm einen Ansatz bieten kann, wie mit den Veränderungen dieses neuen Lebensabschnittes umzugehen ist (Bartholomew et al., 2012; Jang & Dworkin, 2014; Leahy-Warren, McCarty & Corcoran, 2011) – speziell im heutigen digitalen Zeitalter, da der Großteil jener Menschen, die in den letzten Jahren Kinder in die Welt gesetzt haben, zur Generation der *digital Natives* gehört. Darunter versteht man jene heute jungen Erwachsenen, die mit Internet, PC und Smartphone aufgewachsen sind. Dadurch haben sie die Nutzung moderner Technologien sowie sozialer Medien als eine Folge des mittlerweile überall und jederzeit zugänglichen Internets als fixen Bestandteil in ihren Alltag integriert (Rößger, 2017). Ihre Generation scheint außenorientierter zu sein, als die Generationen davor, bei denen der Fokus mehr auf dem direkten persönlichen Umfeld lag (Brunson, 2013; Coyne McDaniel & Stockdale, 2017; Cramer, Song, & Drent, 2016; Fox & Vendemia, 2016; Vogel, Rose, Okdie, Eckles, & Franz, 2015).

Die Relevanz des Internets zeigt sich unter anderem daran, dass 85% aller österreichischen Haushalte mittlerweile einen privaten Internetanschluss (Statistik Austria, 2018) haben, und dass beinahe 90% der Bevölkerung ab 14 Jahren regelmäßig das Internet nutzen, 72% davon täglich – wohingegen nur 7% der Befragten gänzlich ohne Internet aus kommen (ARD/ZDF-Medienkommission, 2017). Dabei ist der Einfluss des Alters auf ihre Internet-Nutzungsfrequenz auffallend: während im Jahr 2017 etwa 44% der über 60-Jährigen das Internet täglich nutzen, trifft das auf gut 97% der unter 30-Jährigen zu – im Jahr 2013 lagen diese Werte bei unter 25 bzw. etwa 90% (Koch & Frees, 2017). Diesem Trend folgend, nimmt auch die Nutzung Sozialer Medien kontinuierlich zu: beinahe 53% der ÖsterreicherInnen nutzen solche Plattformen im Jahr 2017 zumindest gelegentlich, wohingegen dieser Anteil im Jahr 2010 noch bei knapp 36% der Bevölkerung lag (ÖWA, 2017).

Abgesehen davon, dass das Angebot auch stets die Nachfrage mitbestimmt, sind soziale Medien in der Lage, das menschliche Bedürfnis nach sozialem Kontakt und Anschluss zu befriedigen (Shakya & Christakis, 2016). Als Mitglied einer Gruppe verspüren Menschen das Gefühl von Zugehörigkeit und Verbundenheit, was sowohl notwendig, als auch belohnend ist (Watson & Johnson, 1972), und können ihr Bedürfnis nach sozialer Unterstützung befriedigen (Ridings & Gefen, 2004). Dadurch

beeinflussen Gruppen auch das Selbstbild einer Person (Hogg, 1996; Hogg & Terry, 2000; Underwood, Bond & Baer, 2001). Die empfundene soziale Unterstützung seines Umfelds stärkt bei Eltern den Glauben, die Elternrolle und damit einhergehenden Erziehungsaufgaben gut erfüllen zu können (Leahy-Warren, McCarty & Corcoran, 2011). Diese Befunde können auf soziale Medien übertragen werden, und steigern damit die Attraktivität solcher Plattformen (Ridings & Gefen, 2004).

Mittlerweile gibt es allerdings auch zahlreiche Befunde, die zeigen dass die Nutzung sozialer Medien negative Effekte haben kann, wie bspw. eine geringere Zufriedenheit mit dem persönlichen Sozialleben oder Aussehen (Djafarova & Trofimenko, 2017; Fox & Vendemia, 2016), niedrigeres Wohlbefinden und wenig Zufriedenheit mit dem eigenen Leben (Cramer, Song, & Drent, 2016; Shakya & Christakis, 2016), oder sogar reduzierte mentale Gesundheit (O’Keeffe, Clarke-Pearson & Council on Communications and Media, 2011; McDaniel & Coyne, 2016). Gerade diese negativen Effekte der Nutzung sozialer Medien kommen über soziale Vergleiche zustande (Brunson, 2013; Cramer, Song, & Drent, 2016; Fox & Vendemia, 2016; Vogel, Rose, Okdie, Eckles, & Franz, 2015), da die in den sozialen Medien präsentierten Idealbilder teilweise im Gegensatz zum eigenen Leben stehen (Coyne McDaniel & Stockdale, 2017).

Die potentiellen positiven Effekte sind es allerdings, die Menschen dazu veranlassen, Internet und soziale Medien zu nutzen. Demnach lässt sich der Trend der immer stärker werdenden Nutzung selbiger Medien auch bei Eltern beobachten. 85% der Eltern 6- bis 18-jähriger Kinder nutzen das Internet und soziale Medien um Informationen über Themen wie Schwangerschaft, Kinder, Familie, Gesundheit, Elternschaft oder Erziehung zu recherchieren (Djafarova & Trofimenko, 2017; Doub, Small & Birch, 2015; Plantin & Daneback, 2009; Rothbaum et al., 2008). Während im Jahr 2008 etwa die Hälfte der untersuchten Eltern angab, das Internet täglich für derartige Recherchen zu nutzen (Rothbaum et al., 2008), ist eine ein- bis mehrmalige Nutzung am Tag im Jahr 2017 die durchschnittliche Angabe untersuchter Eltern (Coyne, McDaniel & Stockdale, 2017)³. Zudem sind heute etwa 75% der Eltern in sozialen Medien aktiv, indem sie Inhalte über ihre eigenen Kinder posten, oder den Feeds anderer Eltern folgen bzw. sich mit ihnen austauschen (Djafarova & Trofimenko, 2017). Ein vergleichbarer Anteil beteiligt sich aktiv in Eltern-Foren oder einschlägigen Gruppen (Plantin & Daneback, 2009; Ridings & Gefen, 2004). Die am häufigsten für diese Zwecke genutzten sozialen Netzwerke sind Facebook und Instagram (Duggan et al., 2015).

Auf diesen Plattformen werden Themen wie Schwangerschaft und Geburt, Meilensteine in der Kindesentwicklung, aber auch Aspekte wie Kindererziehung, Kinderkrankheiten oder das Sozialleben

³ die Nutzungshäufigkeit wurde auf eine 8-Punkt-Skala (1: *seltener als einmal alle vier Monate*; bis 8: *beinahe stündlich*) erhoben – der erzielte Mean lag bei 6.62. Im vorliegenden Paper wurden die Bedeutungen der einzelnen Skalenpunkte nicht berichtet, weshalb die Angabe „zumindest ein- bis mehrmals täglich“ eine Schätzung darstellt.

und Wohlbefinden der Eltern diskutiert (Djafarova & Trofimenko, 2017; Pedersen & Smithson, 2013). Eltern suchen dabei sowohl nach Information, als auch nach sozialer Unterstützung, besonders in Form von persönlichen Erfahrungen und Ratschläge anderer Eltern sowie Austausch mit diesen (Nolan, Hendricks, Ferguson & Towell, 2017; Pedersen & Smithson, 2013; Plantin & Daneback, 2009; Ridings & Gefen, 2004). Zahlreiche Eltern nutzen die Posts sog. *Influencer Eltern*, also Müttern und Vätern, welche erfolgreiche Blogs über ihr Leben mit Kind führen, auch als Maßstäbe und Orientierungshilfe dafür, was gute Erziehung bzw. Familienführung ausmacht (Djafarova & Trofimenko, 2017; Doub, Small & Birch, 2015; Kaufmann & Buckner, 2014).

Das Gefühl, von seiner Partnerin bzw. seinem Partner geliebt zu werden, Beistand bei Stress, Ehrlichkeit in Beziehungen, sowie Zufriedenheit mit seinen Freundschaften, zählen zu den wichtigsten Faktoren um persönliches Wohlbefinden zu gewährleisten (Luthar & Ciciolla, 2015). In einer zusehends digitalen Welt, in der das individuelle Netzwerk sozialer Beziehungen oft lokal weit verstreut ist, können die realen Sozialkontakte diese Bedürfnisse nicht immer ausreichend (schnell) befriedigen. In diesem Fall schaffen virtuelle Sozialkontakte über Internet und soziale Medien Abhilfe bzw. Ergänzung (Pedersen & Smithson, 2013; Plantin & Daneback, 2009). Zusätzlich sind diese Plattformen jederzeit online und durch Smartphones auch von überall abrufbar, was sie für viele Eltern praktisch und zweckmäßig macht (Djafarova & Trofimenko, 2017). Hinzu kommt, dass viele junge Eltern die Ratschläge und Vorstellungen von guter Erziehung, die sie von ihren eigenen Eltern oder Verwandten bekommen, als für die sich ständig wandelnde Gesellschaft nicht mehr gültig ansehen (Pedersen & Smithson, 2013; Plantin & Daneback, 2009). Deshalb wird den im Internet und sozialen Medien verfügbaren Informationen zusehends mehr Vertrauen geschenkt (Rothbaum et al., 2008). Ein großes soziales Netzwerk abseits der eigenen Stammfamilie, an dem sich junge Eltern orientieren können um ihre eigenen Vorstellungen von guter Erziehung zu verwirklichen oder zu bilden, wird dabei von Jungeltern als hilfreich angesehen (Easterbrooks et al., 2011).

Neben dem Potential sozialer Medien, das Bedürfnis eines Elternteils nach sozialer Unterstützung bzgl. Kinder- und Erziehungsthemen zu stillen, bieten diese Plattformen auch die Möglichkeit, sich als Mutter oder Vater selbst zu inszenieren (Chiang & Suen, 2015). Ein Aspekt dieser Selbstdarstellung ist, seine Kompetenz als Elternteil zu zeigen. Dabei geht es primär darum, sich als kompetenten Elternteil darzustellen (Djafarova & Trofimenko, 2017). Auch wenn Eltern im Normalfall ihr Rolle gut erfüllen und den Herausforderungen der Kindererziehung gerecht werden (Crnic & Greenberg, 1990; Minnes, 1988), ist zu beachten, dass das von Influencer Eltern präsentierte Image zusätzlich ins Positive verzerrt ist, da nur die besten Momente mit der Öffentlichkeit geteilt werden (Coyne, McDaniel & Stockdale, 2017; Chua & Chang, 2016; Fox & Vendemia, 2016). Daher wirken erfolgreiche Eltern-Profile, als wären die Dargestellten perfekte Mütter oder Väter, für die ihre Rolle meist

wunderschön und mühelos zu sein scheint (Djafarova & Trofimenko, 2017). Da Eltern im eigenen Leben auch die negativen Momente und Rückschläge miterleben, kann der Vergleich mit diesen Profilen die Frage aufwerfen, warum es anderen Menschen so viel leichter fällt als einem selbst, in die Elternrolle zu schlüpfen (Chae, 2015; Coyne, McDaniel & Stockdale, 2017).

Die Differenz zwischen präsentiertem Ideal und persönlicher Realität wird deshalb als so groß empfunden, da viele Eltern den Selbstanspruch haben, diesem dargestellten oder durch die Gesellschaft transportierten Ideal zu entsprechen (Bartholomew et al., 2012; Jang & Dworkin, 2014; Steinmetz, 2015). Setzt man dies in Bezug zum Impostor Phänomen, müssten Impostor Eltern diesen Druck noch stärker empfinden. Im klassischen Leistungskontext suchen sich vom Impostor Phänomen Betroffene Idole aus ihrem Fachbereich, denen sie nacheifern (Clance & Imes, 1978). Umgelegt auf den Erziehungskontext, und dabei im Speziellen die Abbildung dessen in den sozialen Medien, stellen die Profile scheinbar perfekter Influencer Eltern ideale Vorbilder dar. Daher dürften Impostor Eltern vielen solchen Profilen folgen, und viel Zeit in einschlägigen Foren u.Ä. verbringen – also soziale Medien sehr intensiv nutzen – um möglichst viel Inspiration und Information darüber zu erhalten, wie man eine perfekte Mutter oder ein perfekter Vater ist. Die Folge wäre der Versuch, diesem persönlichen Ideal auch tatsächlich zu entsprechen. Die fürs Impostor Phänomen typische übertriebene Vorbereitung könnte sich, umgelegt auf den Kontext der Kindererziehung, in einer kompletten Selbstaufopferung für sein Kind sowie exzessiver Auseinandersetzung mit Erziehungsmethoden oder Kinder- bzw. Familien-Themen generell äußern. Die Relevanz der Nutzung sozialer Medien für damit verbundene Impostor Gedanken soll daher mit der vorliegenden Studie untersucht werden.

2.3. Zielsetzung

Eines der Ziele dieser Studie ist die Untersuchung, ob das Impostor Phänomen auch in anderen Kontexten als dem klassischen Leistungskontext auftreten kann. Im konkreten Fall wird der Kontext der Kindererziehung und Elternrolle betrachtet. Seiner Rolle als Elternteil, und den damit verbundenen Erziehungsaufgaben, möglichst gut nachzukommen, ist besonders für Mütter und Väter, für die diese Aufgabe neu ist, ein wichtiges Thema (Plantin & Daneback, 2009; Rothbaum et al., 2008). Durch Internet und neue Medien ist die Auseinandersetzung mit der Erziehung seiner Kinder jederzeit, und ortsunabhängig, möglich und wird auch dementsprechend genutzt (Coyne, McDaniel & Stockdale, 2017; Djafarova & Trofimenko, 2017; Doub, Small & Birch, 2015). In Foren und Erziehungsratgebern wird man geradezu überhäuft mit Dos und Don'ts der Kindererziehung. In sozialen Medien präsentieren scheinbar perfekte Eltern sich selbst und ihre außergewöhnlichen Kinder, und wie mühelos ihnen das Leben als Elternteil fällt (Coyne, McDaniel & Stockdale, 2017;

Djafarova & Trofimenko, 2017). Auf einem theoretischen Level ist es ein Leichtes nachzuvollziehen, dass die Leistungsgesellschaft des 21. Jahrhunderts schon längst nichtmehr nur den Leistungskontext im akademischen oder beruflichen Sinn betrifft, sondern mittlerweile auch andere Bereiche, wie Schönheit, Freizeitgestaltung oder eben die Erziehung seiner Kinder, miteinschließt.

Bis dato gibt es dazu allerdings keine empirische Analysen. Daher soll mit dieser Studie untersucht werden, ob auch die Kindererziehung und Elternrolle einen relevanten Kontext für Impostor Gedanken darstellen, und manche Eltern als Impostor Eltern beschrieben werden können. Gerade Jungeltern könnten dafür prädestiniert sein, da sich Erfahrung bzw. Gewöhnung an die Elternrolle auf die Ausprägung von kontextbezogenen Impostor Gedanken auswirken könnte. Impostor Gedanken treten in neuen Lebensabschnitten, oder in solchen, die von Veränderung geprägt sind, intensiver auf als in konstanten bzw. gewohnten Lebensabschnitten (Klinkhammer & Saul-Soprun, 2009; Matthews, 1984). Der Übertritt ins Elterndasein ist so eine Phase (Harwood, McLean & Durkin, 2007), in der junge Eltern sich mit vielen neuen Gegebenheiten arrangieren müssen, nicht zuletzt mit als stressinduzierenden Lebensereignissen wie Geburt und Kindererziehung (Harwood, McLean & Durkin, 2007; Osofsky & Osofsky, 1984, zitiert nach Minnes, 1988).

Dabei wären Impostor Eltern nicht nur, so wie alle (Jung-)Eltern, zeitweise überfordert von ihrer Rolle, sondern könnten den Eindruck haben, nur aufgrund von Fehleinschätzung als gute Eltern wahrgenommen zu werden. Auf diesen Kontext bezogene Impostor Gedanken könnten betroffene Eltern dazu bringen, anzuzweifeln, dass sie ihrem selbstgestellten Anspruch, sehr gute Eltern zu sein, gerecht werden. In sozialen Medien präsentierte Eltern-Profile könnten von ihnen als anzustrebendes Ideal dienen, an dem sie sich orientieren, um ihren eigenen Erfolg als Elternteil zu messen. Da in diesen Profilen primär Positives abgebildet wird (Coyne, McDaniel & Stockdale, 2017; Chua & Chang, 2016; Fox & Vendemia, 2016), könnte die Diskrepanz zwischen dem eigenen Leben und empfundenen Kompetenzen als Mutter oder Vater, und dem präsentierten Ideal, teilweise als sehr groß wahrgenommen werden. Impostor Eltern würden in Folge darunter leiden, dass ihr Umfeld sie für gute Eltern hält, da sie selbst das für eine Fehleinschätzung halten. Gleichzeitig hätten sie den Anspruch, dem in sozialen Medien präsentierten Ideal von guten Eltern zu entsprechen oder zumindest sehr nahe zu kommen und sehnen sich nach Lob und Zuspruch durch ihr Umfeld und andere Eltern. Hinzu kommt, dass Personen unter 30 Jahren soziale Medien häufiger nutzen als Menschen über 30 Jahren (Koch & Frees, 2017). Dadurch ist diese durch ihre Lebensumstände ohnehin für Impostor Gedanken prädisponierte Gruppe auch vermehrt in sozialen Medien wirksamen sozialen Vergleichen ausgesetzt (Brunson, 2013; Coyne McDaniel & Stockdale, 2017; Cramer, Song, & Drent, 2016; Fox & Vendemia, 2016; Vogel, Rose, Okdie, Eckles, & Franz, 2015). Diese erhöhte Konfrontation mit dem Ideal könnte Impostor Gedanken noch zusätzlich verstärken.

Ein weiterer, möglicherweise relevanter Einflussfaktor auf die Ausprägung von kontextbezogenen Impostor Gedanken, ist die GRO einer Person. Die Impostor Gedanken im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle müssten sich, dem Muster klassischer Impostor Gedanken entsprechend, an der Selbsteinschätzung einer Person hinsichtlich ihrer Kompetenz als Elternteil anknüpfen. Da Erziehungskompetenz auch im 21. Jahrhundert noch primär mit feminin-konnotierten Eigenschaften assoziiert wird (BMFSFJ, 2010; Boyd, 2002; Eckes, 2008; Geissler, 1998; Schneider & Rost, 1998), könnte sich die GRO einer Person auf ihre Impostor Gedanken auswirken. Dieser Zusammenhang entsteht dadurch, dass sich eine Person, die zahlreiche feminine Eigenschaften an sich wahrnimmt, besser mit der Elternrolle identifizieren können sollte, als eine Person, die in einem starken Ausmaß maskuline Eigenschaften an sich wahrnimmt. Für letztere könnte es schwierig sein, die Erfüllung der Elternrolle mit ihrer/seiner GRO in Einklang zu bringen. In diesem Fall könnte das Impostor Phänomen wie im klassischen Leistungskontext als unvorteilhafter Copingmechanismus fungieren, und dazu führen, dass positive Momente auf externe Ursachen zurückgeführt, negative Momente überbewertet, und Lob abgewertet wird. Da akademische oder berufliche Leistung nach wie vor mit maskulin-konnotierten Eigenschaften assoziiert wird, erleichtert es eine dementsprechende GRO, Leistung zu internalisieren, da kein Widerspruch zur eigenen Rolle empfunden wird (Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987; Clance, Dingman, Reviere & Stober, 1995; Jöstl et al., 2012; Langford & Clance, 1993; Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; September et al., 2001) – bei einer GRO mit gering ausgeprägten maskulinen Zügen ist das Gegenteil der Fall (Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; September et al., 2001).

Impostor Eltern leiden wahrscheinlich darunter, dass ihr Umfeld sie für gute Eltern hält, da sie selbst das für eine Fehleinschätzung halten. Dabei könnten Jungeltern häufiger betroffen sein, als Eltern, die diese Rolle bereits gewohnt sind. Weiters müsste das negative Denkmuster mit einem reduzierten Selbstwert einhergehen. Aufgrund der gender-stereotypisierten Wahrnehmung von Kindererziehung sollte eine hohe Wahrnehmung feminin-konnotierter Persönlichkeitseigenschaften an sich selbst die Identifikation mit der Elternrolle erleichtern und Impostor Gedanken entgegenwirken – bei Personen, die zahlreiche maskulin-konnotierte Persönlichkeitseigenschaften an sich wahrnehmen, könnte der Zusammenhang entgegengesetzt ausfallen. Ihr Selbstzweifel zum Trotz haben Impostor Eltern den Anspruch, dem in sozialen Medien präsentierten Ideal von guten Eltern zu entsprechen oder zumindest sehr nahe zu kommen. Durch diese Impostor Gedanken könnte einer ohnehin schon teilweise als anstrengend und stressig empfundenen Lebensphase, wie dem Elterndasein, noch ein zusätzlicher Stressfaktor hinzugefügt werden. Dieses Zusammenspiel könnte im Endeffekt zu ähnlichen negativen Auswirkungen führen, wie das Impostor Phänomen im klassischen Leistungskontext. *Abbildung 1, Seite 27* fasst die angenommenen Zusammenhänge zusammen.

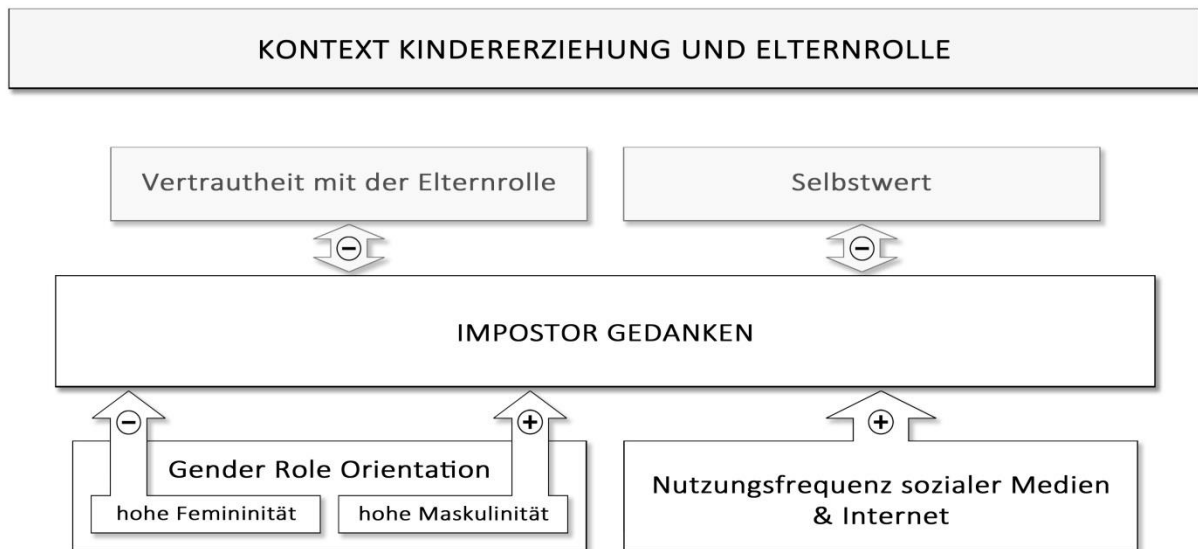


Abb. 1. Forschungsmodell Darstellung der angenommenen Zusammenhänge zwischen den Variablen; die Variablen aus Korrelationen sind grau, die Prädiktoren der multiplen linearen Regression schwarz dargestellt.

3. Fragestellungen

Bis dato gibt es allerdings keine Studien, die untersuchen ob der Kontext Kindererziehung und Elternrolle relevant für Impostor Gedanken ist. Genauso wenig gibt es Untersuchungen, die den Einfluss von Internet und sozialen Medien, welche gerade für Jungeltern ein fixer Bestandteil des Alltags sind, auf diese Denkmuster thematisieren. Auch der Einfluss der individuellen GRO wurde in diesem Kontext noch nicht untersucht, und auch im klassischen Leistungskontext gibt es zu diesem Thema nur zwei Studien (Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; September et al., 2001). Demnach ist es Ziel dieser Arbeit, zu untersuchen, ob Impostor Gedanken auch in Bezug auf Kindererziehung und Elternrolle entstehen, und ob Jungeltern besonders stark davon betroffen sind. Außerdem soll der Einfluss der individuellen GRO einer Person auf ihre Impostor Gedanken analysiert werden, und auf welche Art sich das Nutzungsverhalten einer Person von Internet und sozialen Medien darauf auswirkt. Daraus lassen sich folgende Fragestellungen, sowie daraus resultierende Hypothesen ableiten.

3.1. Fragenkomplex 1: Das Impostor Phänomen im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle

Fragestellung 1: Treten auch in Bezug auf Kindererziehung und Elternrolle Impostor Gedanken auf?

Im klassischen Leistungskontext beschreibt das Impostor Phänomen den Umstand, dass gerade hochleistende Personen teilweise den Eindruck haben, sie hätten sich ihre Leistungen nicht durch eigene Fähigkeiten oder Anstrengungen erarbeitet, sondern diese wären durch Zufall, Glück, Fehleinschätzungen der Bewertenden, kurz, externe Ursachen, entstanden (Clance & Imes, 1978; Jöstl, Bergsmann, Lüftenegger, Schober & Spiel, 2012; Klinkhammer & Saul-Soprun, 2009). Diese Unfähigkeit, Erfolge zu internalisieren (Bernard et al., 2002), führt zur Angst, als BetrügerIn aufgedeckt zu werden, und in Folge zu Angst vor Bewertung oder Erfolg an sich (Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987; Langfor & Clance, 1993; Patzak, Kollmayer & Schober, 2017). Die Überlegung, dass das Impostor Phänomen, bzw. Impostor Gedanken, allerdings nicht nur in klassischen Leistungskontexten wie Beruf oder Ausbildung, sondern auch in anderen Kontexten auftreten können, ist gerade in Bezug auf Kindererziehung und Elternrolle theoretisch gut nachvollziehbar. Diese Gedanken lassen die Erziehung ihrer Kinder und Erfüllung der Elternrolle für Impostor Eltern zum Gegenstand ihres überzogenen Leistungsanspruchs werden, weshalb sie als perfekte Eltern zu sein versuchen. Gleichzeitig wären diese Eltern auch von Selbstzweifeln geplagt, ihren Ansprüchen gerecht werden zu können.

Hypothese 1.1: Der Kontext Kindererziehung und Elternrolle ist relevant für die Entstehung von Impostor Gedanken.

Hypothese 1.2: Die Prävalenz kontextspezifischer Impostor Gedanken ist vergleichbar mit ihrer Prävalenz im klassischen Leistungskontext.

Fragestellung 2: Erleben Jungeltern in stärkerem Ausmaß Impostor Gedanken, als Eltern die schon länger Mutter oder Vater sind?

Studien aus dem klassischen Leistungskontext zeigten, dass stress-induzierende, oder von Veränderung geprägte Lebensphasen Impostor Gedanken verstärken können (Klinkhammer & Saul-Soprun, 2009; Matthews, 1984). Auch Geburt und Kindererziehung werden als Stress-induzierende Lebensereignisse beschrieben (Harwood, McLean & Durkin, 2007; Osofsky & Osofsky, 1984, zitiert nach Minnes, 1988). Zusätzlich ist der Übertritt ins Elterndasein ein von extremen Veränderungen geprägter, vollkommen neuer Lebensabschnitt (Harwood, McLean & Durkin, 2007), daher ist zu erwarten, dass Jungeltern stärker an diesen Gedanken leiden könnten, als Eltern deren Kinder schon älter sind.

Hypothese 2: Je gewohnter die Elternrolle für eine Person ist, desto geringer ist das Ausmaß, in dem sie das Gefühl hat, nur aufgrund von Fehleinschätzungen anderer als gute Mutter oder Vater gesehen zu werden.

Fragestellung 3: Gehen auch im Kontext der Kindererziehung und Elternrolle Impostor Gedanken bei Betroffenen mit einem niedrigeren Selbstwert einher?

Im klassischen Leistungskontext konnte bereits mehrfach gezeigt werden, dass eine starke Ausprägung des Impostor Phänomens bei einer Person mit einem niedrigeren Selbstwert einhergeht (Kamarzarrin et al., 2013; Neureiter & Traut-Mattausch, 2016; O'Brien McElwee & Yurak, 2007; Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; Neff, 2011; Peteet, Brown, Lige & Lanaway, 2016; Ross & Krukowski, 2001; Thompson, Davis & Davidson, 1998). Auch Eltern verspüren häufig Selbstzweifel bezüglich ihrer Erziehungskompetenz und Erfüllung der Elternrolle (Coyne, McDaniel & Stockdale, 2017). Es liegt daher nahe, dass auch Impostor Eltern, ähnlich wie High-Impostor, tendenziell einen geringeren Selbstwert berichten, als nicht Betroffene. Ein derartiger Zusammenhang würde bedeuten, dass Impostor Gedanken auch im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle denselben Mustern folgen, wie im klassischen Leistungskontext. In dieser Studie soll deshalb der Selbstwert der Untersuchten zur Konstruktvalidierung kontextspezifischer Impostor Gedanken eingesetzt werden.

Hypothese 3: Impostor Eltern berichten einen niedrigeren Selbstwert als nicht betroffene Eltern.

3.2. Fragenkomplex 2: Einflussfaktoren auf die Intensität kontextspezifischer Impostor Gedanken

Fragestellung 4: auf welche Art beeinflusst die GRO einer Person die Ausprägung ihrer *Impostor Gedanken* im Kontext Kindererziehung und Elternrolle?

Leistung im akademischen oder beruflichen Sinn wird auch im 21. Jahrhundert noch primär mit maskulin-konnotierten Eigenschaften, wie Selbstbewusstsein, oder Zielstrebigkeit, assoziiert (Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987; Clance, Dingman, Reviere & Stober, 1995; Jöstl et. al, 2012; Langford & Clance, 1993; Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; September et al., 2001). Übereinstimmend damit wirkt eine GRO, bei der die jew. Person ein hohes Maß maskuliner Eigenschaften an sich wahrnimmt, Impostor Gedanken entgegen (Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; September et al., 2001). Erziehung und die Elternrolle auf der anderen Seite, werden auch im 21. Jahrhundert noch mit feminin-konnotierten Eigenschaften assoziiert, diese Rolle und die damit einhergehenden Aufgaben gut zu erfüllen wird für Mütter vorausgesetzt – bei Vätern wird dies jedoch nicht einmal als Regelfall betrachtet (BMFSFJ, 2010; Boyd, 2002; Eckes, 2008; Geissler, 1998; Schneider & Rost, 1998). Ein guter Elternteil zu sein, passt demnach gut zum Stereotyp von Femininität, wohingegen das Stereotyp von Maskulinität dazu im Widerspruch steht. Viele feminin-konnotierte Eigenschaften an sich wahrzunehmen, sollte daher die Identifikation mit der Elternrolle erleichtern und Impostor Gedanken entgegenwirken. Menschen, die sich nur ein geringes Maß derartiger Eigenschaften, oder aber ein hohes Maß maskulin-konnotierter Eigenschaften zuschreiben, könnte die Identifikation mit der Elternrolle, besonders wenn diese noch neu ist, schwerer fallen. In diesem Fall könnte das Impostor Phänomen als unproduktiver Copingmechanismus auftreten.

Hypothese 4.1: Personen, die sich selbst in hohem Maß feminin-konnotierte Eigenschaften zuschreiben, leiden weniger unter kontextspezifischen Impostor Gedanken, als Personen, die sich selbst in geringem Maß feminin-konnotierte Eigenschaften zuschreiben.

Hypothese 4.2: Personen, die sich selbst in hohem Maß maskulin-konnotierte Eigenschaften zuschreiben, leiden stärker unter kontextspezifischen Impostor Gedanken, als Personen, die sich selbst in geringem Maß maskulin-konnotierte Eigenschaften zuschreiben.

Fragestellung 5: Kann eine häufige Nutzung von Internet und sozialen Medien die Ausprägung kontextspezifischer Impostor Gedanken einer Person verstärken?

Internet und soziale Medien werden immer intensiver genutzt, vor allem vom jüngeren Teil der Bevölkerung. In diese Gruppe fallen auch Jungeltern. Gerade diese Gruppe von Eltern macht sich

ohnehin selbst starken Druck, sehr gute Eltern zu sein – was noch zusätzlich durch die hohen Ansprüche der Gesellschaft verstärkt wird (Deater-Deckard, 1998; Hayes & Watson, 2013). Um eine Orientierungshilfe zu haben, was gute Erziehung ist und wie an diese umgesetzt, folgen Jungeltern vermehrt Influencern, die zu diesen Themen posten (Djafarova & Trofimenko, 2017; Coyne, McDaniel & Stockdale, 2017; Doub, Small & Birch, 2015; Plantin & Daneback, 2009; Rothbaum et al., 2008). Dadurch ist diese durch ihre Lebensumstände ohnehin für Impostor Gedanken prädisponierte Gruppe noch intensiver den Auswirkungen sozialer Vergleiche in sozialen Medien ausgesetzt, als Kohorten in konstanteren Lebensabschnitten. Diese erhöhte Konfrontation mit dem Ideal, lässt die Diskrepanzen zum eigenen Leben noch prägnanter wirken. Dies könnte in weiterer Folge Impostor Gedanken noch zusätzlich verstärken.

Hypothese 5: Eine intensive Nutzung von Internet und sozialen Medien verstärkt die Impostor Gedanken einer Person.

Die aufgestellten Hypothesen zusammenfassend (siehe dazu auch *Abbildung 1, Seite 27*), wird davon ausgegangen, dass auch einige Eltern, besonders Jungeltern, unter Impostor Gedanken leiden. Bei Impostor Eltern sollte außerdem ein reduzierter Selbstwert feststellbar sein. Während die Wahrnehmung zahlreicher feminin-konnotierter Persönlichkeitseigenschaften an sich die Identifikation mit der Elternrolle erleichtern, und dadurch Impostor Gedanken entgegenwirken sollte, könnte dieser Zusammenhang bei Personen, die im hohen Maß maskulin-konnotierte Eigenschaften an sich wahrnehmen entgegengesetzt ausfallen. Für Impostor Eltern wäre es besonders wichtig, dem in sozialen Medien präsentierten Ideal von guten Eltern zu entsprechen oder zumindest sehr nahe zu kommen. Eine intensive Nutzung dieser Medien könnte Impostor Gedanken noch zusätzlich verstärken.

4. Methode

4.1. Zielstichprobe und Rekrutierung

Die Personengruppe von besonderem Interesse für diese Studie waren Jungeltern, also Menschen, die ihr erstes Kind haben, oder deren Kinder zumindest unter zehn Jahre alt sind. Der Interessensfokus lag auf dieser Gruppe, da der Übertritt in die Elternrolle einen essenziellen Lebensabschnitt beschreibt, der mit vielen neuen Anforderungen und Aufgaben einher geht (Erikson, 1959; Harwood, McLean & Durkin, 2007). Neben dem mit dieser neuen Situation verbundenen Stress (Harwood, McLean & Durkin, 2007; Osofsky & Osofsky, 1984, zitiert nach Minnes, 1988) stellte sich heraus, dass der Glaube daran, diese Rolle und die damit einhergehenden Aufgaben gut erfüllen zu können, mit Dauer der Elternschaft zunimmt und bei Jungeltern tendenziell geringer ausgeprägt ist (Coleman & Karraker, 2000). Darauf basiert die Annahme, dass kontextspezifische Impostor Gedanken bei Jungeltern stärker ausgeprägt sein könnten, als bei Eltern die diese Rolle bereits gewohnt sind. Um einen Vergleich herstellen zu können, wurden Eltern generell befragt.

Da weiters der Einfluss von Internet und sozialer Medien auf Impostor Gedanken hinsichtlich Elternrolle und Erziehungskontext untersucht werden sollte, verlief die Rekrutierung über soziale Medien, primär über Eltern-Gruppen auf Facebook, aber teilweise auch über Blogs oder persönliche Einladungen. Interessierte konnten über den jeweiligen Post den Link zum Online Survey öffnen. Der Fragebogen, in der Form wie er online vorgegeben wurde, kann in *Anhang A* eingesehen werden. Zur Analyse wurden diejenigen Datensätze herangezogen, in denen alle für die Analyse relevanten Seiten vollständig beantwortet waren.

4.1.1. Stichprobenbeschreibung

280 Personen füllten alle relevanten Seiten des Online Surveys⁴ vollständig aus. Das daraus resultierende Studiensample bestand aus 269 Frauen (96.1%), und spiegelt damit bereits in anderen Studien zu Elternthemen beobachtete Samplecharakteristiken wieder (Coyne, McDaniel & Stockdale, 2017; Pedersen & Smithson, 2013; Plantin & Daneback, 2009). Immerhin drei Personen wollten keine Angaben zu ihrem biologischen Geschlecht machen. Der Altersdurchschnitt im Sample betrug 32.79 Jahre ($SD = 6.58$) – die jüngste Person im Sample war 17⁵, die älteste 49 Jahre alt. Die Ausbildungsniveaus im Sample waren sehr heterogen: Je etwas mehr als ein Viertel der StudienteilnehmerInnen hatte entweder eine Lehre (26.8%) oder ein Master- bzw. Diplomstudium (26.4%) absolviert – die anderen erhobenen Ausbildungsniveaus schwankten zwischen knapp 3% bis

⁴ Auf Seite 18 des Online Survey wurde nach Anmerkungen zum Survey selbst gefragt. Auch TeilnehmerInnen, die keine Anmerkungen abgaben bzw. an dieser Stelle die Befragung abbrachen, wurden in die Berechnungen einbezogen.

⁵ Die beiden 17-Jährigen im Sample waren Frauen und hatten je ein 1-jähriges Kind.

gut 15% (siehe für die exakte Verteilung *Tabelle 1, Seite 33*). 63.6% aller untersuchten Eltern gingen Erwerbsarbeit nach.

Alle Personen im Sample waren Eltern, 93.6% von ihnen befanden sich zum Zeitpunkt der Studie auch in einer festen Partnerschaft. 53.6% des Samples hatte nur ein Kind, immerhin 35.4% der StudienteilnehmerInnen hatten zwei Kinder (die gesamte Häufigkeitsverteilung findet sich in *Tabelle 2, Seite 33*). 27.9% dieser Kinder war zum Erhebungszeitpunkt nicht älter als ein Jahr – mehr als die Hälfte der Kinder war drei Jahre oder jünger (57.1%). Weiter oben wurden Personen die zum ersten Mal Eltern sind, oder deren Kinder zumindest jünger als zehn Jahre alt sind, als Subsample von besonderem Interesse definiert. Die Schnittmenge dieser Bedingungen ist relativ klein, nur 44 Personen fallen in diese Gruppe – sind also Eltern eines Einzelkindes unter 10 Jahren. Allerdings haben 92.9% der StudienteilnehmerInnen kein Kind das älter als 10 Jahre ist.

Tabelle 1
Detailanalyse Ausbildungsniveaus

	Häufigkeit	%
Pflichtschule	13	4.64
Lehre	75	26.79
Berufsbildende mittlere Schule (BMS)	23	8.21
Berufsbildende höhere Schule (BHS), inkl. Kolleg	16	5.71
Allgemeinbildende höhere Schule (AHS)	43	15.36
Bachelorstudium	28	10.00
Master- / Diplomstudium	74	26.43
Doktorats- / PhD-Studium	8	2.86

Anm.: N = 280 (100%)

Tabelle 2
Detailanalyse Anzahl der Kinder

	Häufigkeit	%
1 Kind	150	53.57
2 Kinder	99	35.36
3 Kinder	21	7.50
4 Kinder	6	2.14
5 Kinder	4	1.43

Anm.: N = 280 (100%)

4.2. Skalen im Survey

Im Online Survey wurden vier Skalen vorgegeben, eine auf den Elternkontext adaptierte Version der *Clance Impostor Phenomenon Scale (CIPS)*, eine deutsche Fassung des *Bem Sex Role Inventory (BSRI)*, eine deutsche Fassung der *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSE)* und eine Skala zum Nutzungsverhalten sozialer Medien. Außerdem wurden demographische Daten abgefragt. Die durchschnittliche Bearbeitungsdauer des Surveys lag bei 11.5 Minuten ($SD = 3.06$). Die Items des gesamten Surveys in der vorgegebenen Reihenfolge können in *Anhang A* eingesehen werden.

4.2.1. Impostor Phänomen im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle

Ausgehend von der deutschen Fassung der *Clance Impostor Phenomenon Scale (CIPS)*; Klinkhammer & Saul-Soprún, 2009) wurden die Items in mehreren Schritten adaptiert, sodass sie auf den Kontext Kindererziehung und Elternrolle zugeschnitten waren. Um die Vergleichbarkeit so groß wie möglich zu halten, orientiert sich die Formulierung der adaptierten Items möglichst nah an der originalen Formulierung orientieren. In einem iterativen Feedback-Prozess und einem Pretest wurden die Items so lange überarbeitet, bis sie Entsprechungen für den Inhalt des jeweiligen original Items im neuen Kontext beinhalteten. Die daraus resultierende *Parenting Impostor Phenomenon Scale (PIPS)*; Perl & Kollmayer, 2018) besteht ebenfalls aus 20 Items. Diese werden, wie in der *CIPS*, auf einer 5-stufigen Skala bewertet, wobei niedrige Werte für geringe Zustimmung stehen. Eine Gegenüberstellung der Original-Items aus der *CIPS* und den adaptierten Items der *PIPS* kann in *Anhang B* eingesehen werden. Da die *PIPS* eine bisher unerprobte Adaption darstellt, wurde zur Reliabilitätsprüfung eine Item-Interkorrelationsmatrix (siehe *Tabelle 3, Anhang C*) angefertigt, sowie Cronbach-Alpha (siehe *Tabelle 4, Anhang C*) berechnet. Fünf Items wiesen unzureichende Item-Interkorrelationen auf. Dennoch wurde die vollständige Skala beibehalten, da diese mit einem Cronbach-Alpha von $\alpha = .927$ immer noch als ausreichend reliabel angesehen werden kann.

Anhand von Items wie „*Ich habe Angst, dass Leute, die mir wichtig sind, herausbekommen, dass ich meine Elternrolle gar nicht so gut erfüllen kann, wie sie glauben*“ soll die Intensität kontextspezifischer *Impostor Gedanken* gerated werden. Wie in der *CIPS* bedeuten auch in der *PIPS* höhere Werte eine intensivere Ausprägung der jew. Impostor Gedanken. Dadurch können die Ergebnisse anhand des Gesamtscores, wie bereits von Clance (1985) vorgeschlagen, in vier Gruppen (Niedrig: 20-40 Punkte; Moderat: 41-60 Punkte; Regelmäßig: 61-80 Punkte; Intensiv: 81-100 Punkte) unterteilt werden. Es könnte aber auch, wie in Studien vor 2010 üblich, der von Holmes et al. (1993) vorgeschlagene Cut-Off von 62 Punkten zu Rate gezogen werden, um den entsprechenden Teil der Stichprobe als Impostor Eltern zu klassifizieren.

4.2.2. Selbstwert

Da die *PIPS* für diese Studie anhand der *CIPS* erstellt wurde, und daher bisher unvalidiert ist, wurde eine deutsche Fassung der *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSE)*; Rosenberg, 1965; von Collani & Herzberg, 2003) vorgegeben, um ein Validierungs-Kriterium zu erhalten.

Die verwendete Selbstwert Skala besteht aus zehn Items (Cronbach $\alpha = .898$ – siehe *Tabelle 5, Anhang C*) und erhebt die unterschiedlichen Komponenten des Selbstwerts, wie Einstellung zu sich selbst und seinem Wert, oder Wahrnehmung seiner Kompetenz (bspw. „*Alles in allem bin ich mit mir selbst zufrieden*“). Auf der 4-stufigen Skala sprechen niedrige Werte für geringe Zustimmung zu dem Item. Fünf Items mussten vor den Analysen rekodiert werden, sodass hohe Werte stets einen gut ausgeprägten Selbstwert ausdrücken.

4.2.3. Gender Role Orientation

Um die GRO der StudienteilnehmerInnen zu erheben, wurde eine verkürzte deutsche Fassung des *Bem Sex Role Inventory (BSRI)*; Bem, 1974; Swazina, Waldherr & Maier, 2004) verwendet. Das *BSRI* besteht aus 60 Eigenschaften, die den drei Dimensionen *Feminin*, *Maskulin* und *Neutral* zugeordnet werden können. Die Zuordnung erfolgt nach der Einschätzung durch die Gesellschaft, ob eine jew. Eigenschaft wünschenswert für Frauen, Männer, oder beide gleichermaßen ist.

In die vorliegende Analyse wurden nur die 20 feminin-konnotierten (bspw. „*achtet auf die äußere Erscheinung*“ oder „*empfindsam*“) und 20 maskulin-konnotierten (bspw. „*ehrgeizig*“ oder „*ist bereit etwas zu riskieren*“) Items einbezogen, da die neutralen Items ausschließlich zur Feststellung sozialer Erwünschtheit dienen. Die vorgegebenen Items mussten auf einer 7-stufigen Skala dahingehend bewertet werden, wie oft eine jew. Eigenschaft auf einen selbst zutrifft, wobei niedrige Werte auf eine geringe, und hohe Werte auf eine starke Ausprägung hindeuten. Die auf 40 Items verkürzte Fassung des *BSRI* erreicht im vorliegenden Sample insgesamt ein Cronbach Alpha von $\alpha = .916$ – das Cronbach Alpha der feminin-konnotierten Items lag bei $\alpha_{\text{FEM}} = .861$, das Cronbach Alpha der maskulin-konnotierten Items bei $\alpha_{\text{MAS}} = .907$ (siehe *Tabelle 6, Anhang D*).

4.2.4. Nutzungsverhalten sozialer Medien

Die Fragen zur Nutzungsverhalten sozialer Medien waren explorativer Natur und dienten primär dazu, einen Überblick über die Art und Weise, auf die das Sample der Studie welche sozialen Medien nutzen, zu erhalten. Als Orientierungshilfe für die Erstellung der Fragen dienten Studien zum selben Thema von der ARD/ZDF-Medienkommission (2017), dem MPFS (2017), der ÖWA (2017) oder der Statistik Austria (2018).

In die vorliegende Analyse wurde nur die Frage nach der Nutzungsfrequenz sozialer Medien („Wie häufig benutzen Sie in etwa die folgenden sozialen Netzwerke?“) einbezogen. Auf der 7-stufigen Skala sprechen niedrige Werte für eine geringe, hohe Werte für eine intensive Nutzung. Weiters wurden für NutzerInnen interessante Themen (Mehrfachauswahl plus Ergänzungsmöglichkeit), die Nutzungsweise hinsichtlich Aktivität oder Passivität der Nutzung (7-stufige Skala, hohe Werte sprechen für Zustimmung zum jew. Item), sowie die Privatsphäre Einstellungen (Einzelauswahl) erhoben. Alle Fragen zum Nutzungsverhalten sozialer Medien können in *Anhang A, Seiten 66-68* eingesehen werden.

4.3. Statistisches Design der Untersuchung

Das Design der Untersuchung gliederte sich, wie die Fragestellungen, in zwei Blöcke. Ziel des ersten Fragenkomplex‘ war es zu zeigen, ob der Kontext Kindererziehung und Elternrolle relevant für das Entstehen von Impostor Gedanken ist. Daher wurden im ersten Schritt Mittelwerte aus dem gesamten, sowie verschiedenen Sub-Samples ausgegeben, um hinsichtlich der Prävalenzen einen Bezug zu verschiedenen im klassischen Leistungskontext untersuchten Samples herzustellen. Da Impostor Gedanken in neuartigen bzw. unetnetigen Lebensphasen intensiver sind als in gewohnten, wurde das Alter des ältesten Kindes zur Operationalisierung der Gewöhnung einer Person an die Elternrolle definiert. Eine Korrelationsanalyse zwischen dieser Variable und dem *PIPS*-Summenscore soll zeigen, ob dieses Muster auch im hier untersuchten Kontext auftritt. Als letzter Schritt zur Beantwortung des ersten Fragenkomplex‘ wurde die Validität der *PIPS* überprüft, indem eine Korrelationsanalyse zwischen *PIPS* und *RSE* durchgeführt wurde.

Die Hauptanalyse, die bzgl. des zweiten Fragenkomplex‘ durchgeführt wurde, war eine multiple lineare Regression, in der die Auswirkungen der Nutzungsfrequenz sozialer Medien sowie der GRO auf Impostor Gedanken hinsichtlich Kindererziehung und Elternrolle analysiert wurden. Um einen Überblick über die jeweiligen Prävalenzen im Sample zu erhalten, wurden vorab die Häufigkeitsverteilung von GROs (siehe *Tabelle 7, Anhang D*) und Nutzungsfrequenzen aller erhobenen sozialen Medien (siehe *Tabelle 8 & 9, Anhang D*) analysiert. Dabei stellte sich Facebook als die eindeutig am häufigsten genutzte Plattform heraus, weshalb für die im Anschluss durchgeführte multiple lineare Regression nur die Facebook-Nutzung hinzugezogen wurde. Diese Regression wurde mittels Einschluss-Methode durchgeführt, da keine Vorannahmen oder theoretische Hinweise hinsichtlich der Varianzaufklärung durch die Prädiktoren existierten. Als Kriterium wurde der Summenscore auf der *PIPS* gewählt. GRO und Facebook-Nutzungsfrequenz fungierten als Prädiktoren, wobei für erstere beide Dimensionen als separate Variablen in die Berechnung einbezogen wurden.

5. Ergebnisse

5.1. Das Impostor Phänomen im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle

Im ersten Fragenkomplex wurden verschiedene Aspekte thematisiert, die zeigen könnten, dass auch der Kontext von Kindererziehung und Elternrolle relevant für das Auftreten von Impostor Gedanken sein könnte. Ziel der ersten Forschungsfrage war es daher, zu untersuchen ob solche Gedanken im untersuchten Sample nachweisbar sind, und ob sie in ihrer Intensität (Hypothese 1.1) und Prävalenz (Hypothese 1.2) mit dem klassischen Leistungskontext vergleichbar sind. In *Tabelle 10, Seite 37* sind alle dazu berechneten Vergleichswerte gelistet.

Tabelle 10
Häufigkeiten kontextspezifischer Impostor Gedanken

	<i>N</i>	%	<i>M</i>	<i>SD</i>	Min	Max
Gesamtes Sample	280	100.00	47.39	14.61	23	88
Summe PIPS <62 (Low-Impostor)	231	82.50	42.26	9.81	23	61
Summe PIPS ≥62 (High-Impostor)	49	17.50	71.57	7.46	62	88
Summe PIPS [20; 40]	104	37.14	33.15	4.53	23	40
Summe PIPS [41; 60]	122	43.57	49.25	5.53	41	60
Summe PIPS [61; 80]	45	16.07	68.02	5.55	61	80
Summe PIPS [81; 100]	9	3.21	83.44	2.19	81	88

Anm.: die Skala besteht aus 20 Items (5-stufig); 1: nie, 2: selten, 3: manchmal, 4: oft, 5: meistens.

Der Mittelwert des gesamten Samples ist mit knapp 48 Punkten auf der *PIPS* zwar niedriger als bei gemeinsamer Untersuchung verschiedener Berufsgruppen, wenn das Sample nicht ausschließlich aus Eltern besteht (der für dieses Sample errechnete Mittelwert lag bei 54 Punkten auf der *CIPS*), jedoch ebenfalls im Bereich moderat ausgeprägter Impostor Gedanken (Want & Kleitman, 2006). Der von regelmäßigen oder intensiven Impostor Gedanken betroffene Anteil in der vorliegenden Studie war allerdings je etwa halb so groß ist, wie in Studien im akademischen Umfeld. In diesen Studien berichteten etwa 30% des Samples regelmäßige, und 5-9% intensive Impostor Gedanken (Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; Jöstl et al., 2012). Bei der Klassifizierung von Personen nach dem von Holmes et al. vorgeschlagenen Cut-Off von 62 Punkten auf der *CIPS* (1993) können 40-50% der untersuchten Studierenden als High-Impostor beschrieben werden. Auch nach dieser Unterscheidung ist der Anteil im vorliegenden Sample mit knapp 18% etwa halb so groß wie in anderen Studien (Sonnak & Towell, 2001; Thompson, Davis & Davidson, 1998; Thompson, Foreman & Martin, 2000).

Die Subsample-Mittelwerte von High- und Low-Impostors, speziell die Werte betroffener Personen, ähneln den Werten aus Referenzstudien zum klassischen Leistungskontext. High-Impostors scorten in diesen zwischen 70-79 Punkten auf der *CIPS*, Low-Impostors zwischen 49-53 Punkten auf der *CIPS* (Sonnak & Towell, 2001; Thompson, Davis & Davidson, 1998; Thompson, Foreman & Martin, 2000).

Ziel der zweiten Forschungsfrage war es, den Zusammenhang zwischen dem Ausmaß an kontextspezifischen Impostor Gedanken und der Vertrautheit mit der Elternrolle zu untersuchen. Die Annahme dabei war, dass derartige Gedanken umso seltener auftreten, je gewohnter die Elternrolle für eine Person ist (Hypothese 2). Für die durchgeführte Korrelationsanalyse wurden der Summenscore auf der *PIPS* sowie das Alter des ältesten Kindes (als Operationalisierung der Vertrautheit mit der Elternrolle) verwendet. Mit einer Korrelation von $r = -.10$ ($df = 278$) zwar nicht sehr stark, aber dafür bei einseitiger Testung mit $p = .047$ signifikant.

Mit der dritten Forschungsfrage sollte der Zusammenhang zwischen der Intensität kontextspezifischer Impostor Gedanken einer Person, und ihrem Selbstwert untersucht werden, um festzustellen ob Impostor Gedanken auch in diesem Kontext einem ähnlichen Muster folgen wie im klassischen Leistungskontext. Wobei – so die Annahme – Menschen die vermehrt kontextspezifische Impostor Gedanken berichten, auch einen geringeren Selbstwert haben könnten. Die dazu durchgeführte Korrelationsanalyse ergab eine Korrelation von $r = -.675$ ($df = 278$) und ist damit stark und bei einseitiger Testung mit $p < .01$ hoch-signifikant.

5.2. Einflussfaktoren auf die Intensität kontextspezifischer Impostor Gedanken

Der zweite Fragenkomplex thematisiert die Auswirkungen zweier Faktoren, der GRO einer Person, sowie ihrer Facebook-Nutzungsfrequenz, auf die Intensität kontextspezifischer Impostor Gedanken. Um die beiden daraus abgeleiteten Forschungsfragen zu beantworten, wurde eine multiple lineare Regression durchgeführt. *Tabelle 11, Seite 38* fasst die Ergebnisse der Regression zusammen. Alle in die Regression miteinbezogenen Variablen korrelierten miteinander, die Korrelationsmatrix dazu kann in *Tabelle 12, Anhang E* eingesehen werden. Die Korrelationen der Prädiktoren mit dem Kriterium lagen bei $r = .129$ ($df = 278$) mit einer Signifikanz von $p = .016^6$ für Facebook Nutzungsfrequenz, $r = -.141$ ($df = 278$) mit einer Signifikanz von $p = .009^6$ für feminin-konnotierte Charaktereigenschaften und $r = -.213$ ($df = 278$) mit einer Signifikanz von $p < .001^6$ für maskulin-konnotierte Charaktereigenschaften. Die gemessenen Korrelationen sind etwas kleiner als erwartet und vor allem für die Dimension Maskulinität nicht in die erwartete Richtung. Außerdem wurden auch signifikante Korrelationen zwischen den Prädiktoren untereinander festgestellt: für Facebook

⁶ bei einseitiger Signifikanztestung

Nutzungsfrequenz mit feminin-konnotierten Charaktereigenschaften lag diese bei $r = .109$ ($df = 278$), und war mit $p = .034^6$ signifikant. Für feminin- mit maskulin-konnotierten Charaktereigenschaften lag diese bei $r = .479$ ($df = 278$), und war mit $p < .001^6$ sogar hoch signifikant. Die Kollinearitäts- und Residualstatistiken (siehe *Tabelle 13 & 14, Anhang E*) bestätigen allerdings, dass die Modellvoraussetzungen als erfüllt angesehen werden können: Die Prädiktoren scheinen primär auf unterschiedliche Faktoren zu laden. Eine Ausnahme ist die Dimension Femininität: 48% ihrer Varianz werden durch denselben Faktor wie 76% der Varianz der Dimension Maskulinität erklärt – 47% durch einen anderen Faktor. Da jedoch für jeden Prädiktor der Großteil, oder zumindest ein großer Anteil der Varianz durch eigene Faktoren erklärt werden kann, und da die Werte für Toleranz und *VIF* für alle Prädiktoren eindeutig im annehmbaren Bereich sind, kann davon ausgegangen werden, dass Kollinearität für die Variablen dieses Modells kein Problem darstellt. Die ausgegebene Durbin-Watson Statistik bestätigte, dass die Annahme unabhängiger Fehler haltbar ist, weshalb toleriert werden kann, dass Anzahl nicht im Toleranzbereich liegender standardisierter Residuen knapp die maximal-zulässige Zahl überschreitet.

Tabelle 11

Multiple lineare Regression Prädiktoren der Intensität des Parenting Impostor Phänomenon

R	0.266			
R^2	0.071			
korrigiertes R^2	0.061			
F	6.996 **			
		Summenscore $PIPS$		
	B	KI für B	M (SD)	β
Konstante	56.754 ***	[42.22; 71.28]		
Facebook Nutzung	2.195 **	[0.55; 3.84]	5.79 (1.019)	.153
Femininität	-0.064	[-0.19; 0.07]	96.27 (14.583)	-.064
Maskulinität	-0.175 **	[-0.29; -0.06]	91.19 (16.438)	-.197
Anm. * $p \leq .05$; ** $p \leq .01$; *** $p \leq .001$				

Anm. * $p \leq .05$; ** $p \leq .01$; *** $p \leq .001$

Mit der vierten Forschungsfrage wird untersucht, wie sich die GRO einer Person auf die Intensität ihrer kontextspezifischen Impostor Gedanken auswirkt. Die zugrundeliegende Annahme war, dass ein hohes an sich wahrgenommenes Maß feminin-konnotierter Eigenschaften diesen Gedanken entgegenwirkt (Hypothese 4.1), wohingegen ein starkes an sich wahrgenommenes Maß maskulin-konnotierter Eigenschaften derartige Gedanken begünstigt (Hypothese 4.2). Mit einem Regressionskoeffizienten von $b = -.064$ ($\beta = -.064$) wirkt ein höheres Ausmaß an sich wahrgenommener feminin-konnotierter Eigenschaften wie angenommen kontextspezifischen *Impostor Gedanken* entgegen – allerdings erreichte dieser Zusammenhang keine Signifikanz. Anders als vermutet scheint auch ein höheres Ausmaß an sich wahrgenommener maskulin-konnotierter

Eigenschaften kontextspezifischen *Impostor Gedanken* entgegenzuwirken: $b = -.175$ ($\beta = -.197$). Dieser Zusammenhang stellte sich außerdem als signifikant ($p = .003$) heraus.

Die fünfte Forschungsfrage thematisierte, ob eine häufige Nutzung von Internet und sozialen Medien kontextspezifische *Impostor Gedanken* verstärken kann, wobei nur Facebook-Nutzung in die Regression einbezogen wurde (Hypothese 5), da dies die im Sample am häufigsten genutzte Social Media Plattform war (vergleiche dazu *Tabelle 6, Anhang D*). Mit einem Regressionskoeffizienten von $b = 2.195$ ($\beta = 0.153$) und einer Signifikanz von $p = .009$ scheint die Nutzung dieser Plattform tatsächlich kontextspezifische *Impostor Gedanken* zu begünstigen.

Das Modell als Ganzes kann 7.1% der Varianz in der Ausprägung kontextspezifischer *Impostor Gedanken* erklären. Dennoch führt das Modell zu einer hoch signifikanten Verbesserung der Vorhersage des Kriteriums ($F\text{-Ratio} = 6.996$; $p < .001$) also der Ausprägung kontextspezifischer *Impostor Gedanken*.

6. Diskussion

Übergeordnetes Thema dieser Arbeit war das Impostor Phänomen – allerdings nicht, wie in bisherigen Studien dazu üblich, im Kontext beruflicher oder akademischer Leistung (Clance & Imes, 1978; Clance & O’Toole, 1987; Jöstl et al., 2012; Neureiter & Traut-Mattausch, 2016; Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; Sightler & Wilson, 2001; Sonnak & Towell, 2001; Thompson, Davis & Davidson, 1998; Thompson, Foreman & Martin, 2000; Vergauwe et al., 2015; Want & Kleitman, 2006), sondern im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle. Die Annahme, dass auch dieser Bereich relevant für das Entstehen von Phänomen-typischen Impostor Gedanken sein könnte, beruht darauf, dass sich in den letzten Jahren und Jahrzehnten stetig stärker werdende Ansprüche an Eltern und deren Kompetenzen abzeichnen (Plantin & Daneback, 2009; Rothbaum et al., 2008). Diese verursachen bei vielen Eltern einen gewissen Leistungsdruck, den sie in Bezug auf die Erfüllung der Elternrolle verspüren (Bartholomew et al., 2012; Jang & Dworkin, 2014). Damit ist die Grundvoraussetzung für das Entstehen von Impostor Gedanken gegeben, nämlich, dass es als wichtig wahrgenommen wird, in einem jeweiligen Kontext Leistung zu erbringen. Hinzu kommt, dass die meisten Eltern bei der Erziehung ihrer Kinder erfolgreich sein wollen, und so der verspürte Leistungsdruck nicht nur durch die Gesellschaft aufoktroziert wird, sondern gleichzeitig auch aus der jeweiligen Person selbst kommt (Bartholomew et al., 2012; Jang & Dworkin, 2014). Eine von zwei Zielsetzungen dieser Arbeit war es daher, abzuklären ob dieser bisher unerforschte Kontext in der Tat relevant für das Entstehen von Impostor Gedanken ist – was bestätigt wurde. Die zweite Zielsetzung bestand darin, noch weiter ins Detail zu gehen, und einige Einflussfaktoren auf Impostor Gedanken in diesem Kontext genauer zu analysieren – dabei zeigte sich, dass eine starke Facebook-Nutzung kontextspezifische Impostor Gedanken verstärken kann, und, dass auch die GRO einer Person Einfluss nimmt, auch wenn dieser anders ausfiel als erwartet.

Die Forschungsfragen und Hypothesen die aus der ersten Zielsetzung abgeleitet wurden, beschäftigen sich mit dem Impostor Gedanken im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle. Um diese Fragestellungen überhaupt beantworten zu können, musste vorab die Reliabilität der *PIPS*, einer Adaption der *CIPS* auf ebendiesen Kontext, analysiert werden. Die Reliabilitätsprüfung zeigte, dass die Skala als Gesamtes eindeutig reliabel genug für die weitere Verwendung ist, sowie, dass auch der Ausschluss einzelner Items keine nennenswerte Verbesserung der Skalenreliabilität bewirken würde. Im Rahmen der Item-Interkorrelationsanalyse (*Tabelle 1, Anhang C*) zeigte sich allerdings, dass einige Items, namentlich die Items 1-3, sowie 19 und 20 (für die genaue Formulierung der Items siehe *Anhang B*), sehr geringe Korrelationen zu den anderen Items der Skala aufwiesen. Für die Zwecke der vorliegenden Studie wurden diese Items dennoch behalten, nicht zuletzt um die Vergleichbarkeit mit anderen Studien so groß wie möglich zu halten. Eine kürzlich durchgeführte

Validierungsstudie der deutschsprachigen *CIPS* zeigte ähnliche Probleme (Brauer & Wolf, 2016). In beiden Validierungstichproben erzielte die Skala eine hohe Reliabilität ($\alpha = ,89$; bzw. $,87$). Dennoch mussten die Items 1, 2 und 8 (für die genaue Formulierung der Items siehe *Anhang B*) aufgrund unzureichender Item-Interkorrelationen von den im Anschluss durchgeführten Faktorenanalysen ausgeschlossen werden. In den Faktorenanalysen wiederum erzielten Items 3, 19 und 20 geringe Kommunalitäten. Schlussfolgerung der AutorInnen war, die deutschsprachige *CIPS* dennoch für die diagnostische Anwendung weiter zu empfehlen, da erstens sowohl Reliabilität, als auch Gesamt-Itemkorrelation gut sind – und zweitens die Validität der erhobenen Konzepte durch hohe Korrelationen mit anderen theorieverwandten Skalen bestätigt werden konnte (Brauer & Wolf, 2016).

Ähnliches trifft im Fall der vorliegenden Studie zu. Auch die hier verwendete *PIPS* erzielte als Gesamtes eine sehr hohe Reliabilität. Da sich die Reliabilität bei Ausschluss einzelner Items in Einzelfällen geringfügig verbessern, mehrheitlich aber sogar verschlechtern würde, scheinen auch die einzelnen Items selbst eine hohe Messgenauigkeit aufzuweisen. Dennoch zeigte sich, dass einige Items scheinbar wenig mit den anderen gemein haben – dabei waren, bis auf Item 8, dieselben Items betroffen, die auch in der Validierungsstudie von Brauer und Wolf (2016) suboptimale psychometrische Eigenschaften aufwiesen. Auch wenn die hohe Reliabilität der Skala als Gesamtes, sowie ihre starke Korrelation mit Selbstwert, die Nützlichkeit der *PIPS* bekräftigen, muss diskutiert werden, weshalb manche Items scheinbar nicht optimal zur Skala passen. Die fünf betroffenen Items thematisieren die Angst vor Versagen (Item 1), das Gefühl, sich vor anderen besser darzustellen als man ist (Item 2), die Angst vor Beurteilung (Item 3), das Zögern von zu Erfolg zu berichten (Item 19), sowie den Exzellenzanspruch der Impostor Eltern (Item 20). Dadurch decken die Items einen großen Teil der Inhalte von kontextspezifischen Impostor Gedanken ab, und es ist nicht davon auszugehen, dass es an den Themen der Items liegt, dass die fünf betroffenen Aussagen nicht optimal zum Rest der *PIPS* passen.

Im Vergleich mit den anderen Items der *PIPS* fällt allerdings auf, dass diese einfacher zu verstehen sind, da sie vergleichsweise konkrete Situationen oder Tatsachen behandeln, bspw. gelobt zu werden, den Umgang mit neuen Herausforderungen oder das Bild das andere von einem haben. Hinzu kommt, dass die nicht betroffenen Items meist eine relativ klar ersichtliche Wenn-Dann- oder Ursache-Wirkungs-Beziehung thematisieren. Verglichen damit sind die betroffenen Items abstrakter, und fragen nach generellen bzw. allgemeingültigen Aspekten der Elternrolle. Bei der Adaption der *CIPS*-Items auf den Kontext Kindererziehung und Elternrolle wurde darauf geachtet, sich möglichst nah an der Formulierung der originalen Items zu orientieren. Aufgrund der Ergebnisse dieser Untersuchung scheint es allerdings angebracht, davon abzusehen, und auch bei diesen fünf Items zu

versuchen, konkrete Situationen oder Ursache-Wirkungs-Beziehungen zu verwenden. Auch Brauer und Wolf (2016) äußern die Empfehlung, die Items mit suboptimalen psychometrischen Eigenschaften inhaltsmäßig zu überarbeiten.

Die geringe Korrelation der Items an den Rändern der Skala mit jenen in der Mitte könnte allerdings auch ein Effekt ihrer Position sein. Clance gibt die Items der *CIPS* in einer bestimmten Reihenfolge vor (Clance, 1985), weshalb diese auch in der *PIPS* beibehalten wurde. Möglicherweise benötigten die Ausfüllenden jedoch zwei bis drei Items, um diese Art gefragt zu werden gewohnt zu werden, da die gestellten Fragen nach Impostor Gedanken für Personen, die psychologische Fragebögen nicht gewohnt sind, befremdlich wirken könnten. Genauso könnte bei den beiden Items am Ende der Skala die Aufmerksamkeit bereits erschöpft sein. Durch eine Vorgabe der Items in randomisierter Reihenfolge könnten in zukünftigen Untersuchungen Positionseffekt ausgeschlossen werden. Im Sinne der Effizienz sollte erst wenn Positionseffekte ausgeschlossen werden können, mit der Umformulierung der fünf betroffenen Items begonnen werden.

Brauer und Wolf (2016) folgend, werden auch in dieser Studie alle Items der *PIPS* verwendet. Auch wenn aus bisher ungeklärten Gründen einige Items nicht optimal zu den anderen passen, erfüllt die Skala als Gesamtes die notwendigen Gütekriterien. Da Impostor Gedanken Teil eines komplexen Phänomens sind, ist es sinnvoll, so viele Items wie möglich zu verwenden, um diese Gedanken möglichst vollständig abbilden zu können. Daher wurden in die durchgeführten statistischen Analysen alle 20 Items der *PIPS* einbezogen. Der resultierende Gesamtscore kann wie die *CIPS* auf zwei Arten klassifiziert werden. Einerseits lassen sich die Ergebnisse in vier Gruppen (Niedrig: 20-40 Punkte; Moderat: 41-60 Punkte; Regelmäßig: 61-80 Punkte; Intensiv: 81-100 Punkte) unterteilen, wie bereits von Clance (1985) vorgeschlagen. Andererseits kann der von Holmes et al. (1993) vorgeschlagene Cut-Off von 62 Punkten angewendet werden, um High- (Summen ≥ 62 Punkten) von Low-Impostors (Summen < 62 Punkten) zu unterscheiden. Da im Zuge dieser Studie Korrelationen und eine multiple lineare Regression berechnet wurden, wurde für alle statistischen Analysen der *PIPS*-Gesamtscore verwendet, ohne vorab Gruppen zu bilden.

Bei der Analyse von Intensität und Prävalenz von kontextspezifischen Impostor Gedanken zeigte sich, dass diese Gedanken im untersuchten Sample zwar in etwa so stark ausgeprägt sind, wie in Studien aus dem klassischen Leistungskontext (Sonnak & Towell, 2001; Thompson, Davis & Davidson, 1998; Thompson, Foreman & Martin, 2000; Want & Kleitman, 2006). Der Anteil des Samples der unter regelmäßigen oder intensiven Impostor Gedanken litt, war allerdings etwa halb so groß, wie in Studien aus dem akademischen Bereich (Patzak, Kollmayer & Schober, 2017; Jöstl et al., 2012). Ein Grund dafür könnte die Selektivität des Samples sein. Wie bereits erwähnt, setzte sich dieses aus

Personen, die freiwillig an einem über Social Media geteilten Online Survey teilgenommen hatten zusammen. In der Einladung dazu, wurde als Studienzweck eine Untersuchung des Bildes, das Eltern von sich selbst haben, und wie sich die Nutzung sozialer Medien darauf auswirken könnte, angegeben. Zusätzlich wurde die Einladung vorwiegend in Eltern-Gruppen bzw. -Foren gepostet. Personen, die freiwillig an einer Umfrage teilnehmen, haben meist bereits ein großes Interesse oder hohe Kompetenzen in dem Themenfeld der Umfrage haben (Döring & Bortz, 2016). Im vorliegenden Fall wurden also, durch die Rekrutierung über einschlägige Foren und Gruppen, in erster Linie Eltern eingeladen, denen es wahrscheinlich sehr wichtig ist, gute Eltern zu sein – die also eine der wichtigen Grundvoraussetzungen, als Impostor Eltern gelten zu können, erfüllten. Von diesen haben möglicherweise gerade jene am Survey teilgenommen, die ohnehin ein positives Bild von sich als Elternteil haben. Genauso besteht die Möglichkeit, dass gerade Impostor Eltern die Beantwortung des Surveys als Leistungssituation wahrgenommen haben, und daher davor zurückgeschreckt sind.

Aufgrund dessen, dass Vertrautheit mit der Elternrolle kontextspezifischen Impostor Gedanken entgegenwirkt, sowie dass Impostor Eltern tendenziell einen niedrigeren Selbstwert berichten als nicht betroffene Eltern, sprechen die Ergebnisse der durchgeführten Studie dafür, dass der Kontext Kindererziehung und Elternrolle tatsächlich relevant für die Entstehung von Impostor Gedanken ist.

Infolgedessen wurde eine multiple lineare Regression durchgeführt, um die Auswirkungen von GRO einer Person, sowie ihrer Facebook-Nutzungsfrequenz auf besagte Impostor Gedanken zu untersuchen. Vor der Interpretation der resultierenden Regressionskoeffizienten wurden die Korrelationen der einbezogenen Variablen untereinander betrachtet. Dabei zeigte sich, dass alle Prädiktoren signifikant mit dem Kriterium, also dem *PIPS*-Summenscore, korrelieren. Allerdings wurde auch eine hoch-signifikante Korrelation zwischen den beiden Dimensionen des *BSRI*, sowie eine signifikante Korrelation zwischen Facebook Nutzungsfrequenz und feminin-konnotierten Charaktereigenschaften beobachtet. Die Kollinearitätsdiagnose zeigt weitere Details über diesen Zusammenhang. Während die Varianz der Dimension Maskulinität primär einen eigenen Faktor verursacht wird, lädt die Dimension Femininität zu fast gleich großen Anteilen auf zwei Faktoren. Einer davon ist ein eigener Faktor, der andere jedoch derselbe, der auch den Großteil der Varianz in der Dimension Maskulinität erklärt. Um dies erklären zu können, muss das *BSRI* selbst, bzw. die Art und Weise, wie die Skalen dieses Inventars zustande kommen, genauer betrachtet werden. Um die zu bewertenden Eigenschaften einer Dimension zuzuteilen, wurden im Rahmen der Skalenkonstruktion im Jahre 1974 ProbandInnen gebeten, anzugeben ob sie eine jeweilige Eigenschaft erwünschter für Frauen, für Männer, oder für keines der beiden Geschlechter hielten. Danach wurden die drei Skalen des Inventars gebildet (Bem, 1974). Auch im Jahr 2018 würden die Items wohl denselben Kategorien zugeordnet werden, wie vor 40 Jahren. So zeigte bspw. eine

aktuelle Metaanalyse, dass sich die durchschnittlichen *BSRI*-Scores von Studierenden seit 1993 kaum verändert haben (Donnelly & Twenge, 2017). Allerdings wurden die Items selbst seit der Skalenkonstruktion nicht mehr überarbeitet. Betrachtet man nun diese Eigenschaften selbst (siehe dazu *Tabelle 4, Anhang D*), fällt auf, dass die Items der Dimension Maskulinität durchwegs positive und erwünschte Persönlichkeitseigenschaften sind, wohingegen das auf einen Teil der Items der Dimension Femininität aus heutiger Sicht nicht mehr zutrifft. Die Ergebnisse von Donnelly und Twenge unterstützen diese Annahme, da die einzige in allen analysierten Studien messbare Veränderung das Ausmaß, in dem sich Frauen mit feminin- und maskulin-konnotierten Eigenschaften beschreiben: während ersteres abnahm, stieg letzteres an (2017).

Die Items der Dimension Femininität und Maskulinität waren dazu intendiert, klassische Geschlechterstereotype zu beschreiben (Bem, 1974; Eckes, 2008). Diese umfassen für Femininität Konzepte wie Wärme, Expressivität und Gemeinschaftsorientierung, wohingegen für Maskulinität Konzepte wie Agency, Instrumentalität und Autonomie ausschlaggebend sind. Übertragen auf Persönlichkeitseigenschaften, entsprechen diese Zuschreibungen genau den Traits, die mit dem *BSRI* erhoben werden. Die Funde von Donnelly und Twenge bestätigen allerdings, dass sich die Sicht von Frauen auf ihr Rollenbild verändert hat: in den letzten 30 Jahren beschreiben sich diese zunehmend auch mit maskulin-konnotierten Eigenschaften (Donnelly & Twenge, 2017). Glücklicherweise haben die gesellschaftlichen Entwicklungen der letzten Jahrzehnte bewirkt, dass eine derartige Selbstsicht nicht mehr zwangsläufig in Widerspruch zu Femininität steht. Im hier untersuchten Sample war der Anteil, der ein hohes Maß feminin-konnotierter Eigenschaften an sich wahrnimmt, gleich groß wie der Anteil, der ein hohes Ausmaß maskulin-konnotierter Eigenschaften an sich wahrnimmt (siehe *Tabelle 7, Anhang D*). Da die befragten Eltern großteils Frauen waren, scheint sich auch im vorliegenden Sample der von Donnelly und Twenge (2017) beschriebene Trend zu zeigen. Demnach scheint das *BSRI* aus heutiger Sicht nicht mehr optimal geeignet, ein Bild von Femininität zu erheben, das der Großteil der Gesellschaft für zutreffend hält, da auch Frauen zunehmend Eigenschaften auf sich zutreffend empfinden, die Agency, Instrumentalität und Autonomie ausdrücken. Allerdings beschreibt auch etwa die Hälfte der Femininität-Items des *BSRI* Eigenschaften, die nicht in Widerspruch zu einer mündigen, selbstbestimmten Persönlichkeit stehen – auch wenn bei diesen Items zum Teil eine sexualisierte Komponente mitschwingt. Möglicherweise kann dadurch erklärt werden, dass etwa die Hälfte der Varianz dieser Dimension scheinbar durch denselben Faktor verursacht wird, wie der Großteil der Varianz der Dimension Maskulinität. Mit dieser Interpretation der Items könnte auch die starke positive Korrelation zwischen den beiden Dimensionen selbst erklärt werden.

Zusätzlich eröffnet dieser Ansatzpunkt eine weitere Sichtweise darauf, dass nicht nur die Korrelationen der GRO-Prädiktoren mit dem Kriterium für sich genommen, sondern auch bei Betrachtung der gemeinsamen Wirkung in Form der Regressionskoeffizienten, anders als ursprünglich angenommen ausfallen. Entgegen der entsprechenden Hypothesen, kann sowohl ein hohes Maß an sich wahrgenommener feminin-konnotierter Persönlichkeitseigenschaften, als auch ein hohes Maß an sich wahrgenommener maskulin-konnotierter Persönlichkeitseigenschaften, kontextspezifischen Impostor Gedanken entgegenwirken. Dieser Zusammenhang war für letztere stärker, und nur hier konnte statistische Signifikanz nachgewiesen werden. In Hinblick auf die Wirkung der GRO einer Person auf ihre Impostor Gedanken steht das in Widerspruch zur auf den vorangehenden Seiten aufgestellten Theorie, da die offensichtliche Interpretation dieses Ergebnis' ist, dass anders als angenommen ein hohes wahrgenommenes Maß maskulin-konnotierter Eigenschaften kontextspezifischen Impostor Gedanken entgegenwirkt. Das wahrgenommene Ausmaß feminin-konnotierter Eigenschaften scheint keinen nennenswerten Einfluss darauf zu haben. Bedenkt man allerdings, dass die ausschlaggebende Qualität der Maskulinität-Items beschreibt, inwiefern sich ein Individuum als mündig und in sich ruhend wahrnimmt, verschwindet dieser Widerspruch. Aus diesem Blickwinkel liegt auf der Hand, dass eine Dimension die ausschließlich eine positive Selbstsicht ausdrückt (im vorliegenden Fall die Dimension Maskulinität des *BSRI*), kontextspezifischen Impostor Gedanken entgegen wirken kann. Genauso ist nachvollziehbar, dass eine Dimension, die nur zum Teil derartige Items beinhaltet (im vorliegenden Fall die Dimension Femininität des *BSRI*), keinen so starken kompensierenden Effekt haben kann. Interpretiert auf diese Weise, würden die Ergebnisse der durchgeführten Studie zeigen, dass Eltern, die an sich selbst viele Eigenschaften wahrnehmen, welche eine starke, selbstbestimmte Persönlichkeit beschreiben, besser gegen Impostor Gedanken hinsichtlich ihrer Kompetenz als Elternteil gewappnet sind, als Eltern, die an sich viele Eigenschaften wahrnehmen, die Angewiesenheit auf ihr Umfeld beschreiben. Aus den vorhandenen Daten ist allerdings nicht erkenntlich, welche der beiden Interpretationen zutrifft.

Eine weitere mögliche Erklärung für die konträr zu den Hypothesen ausgefallenen Zusammenhänge hinsichtlich GRO ist die Verteilung des biologischen Geschlechts im Sample: wie bereits bei der Beschreibung der soziodemographischen Charakteristika des Samples erwähnt, bestand dieses aus 269 Müttern (96,1%), acht Vätern (2,9%) und drei Elternteilen, die keine Angaben zu ihrem biologischen Geschlecht machen wollten (1,1%). Der hohe Frauenanteil im Sample stimmt mit in anderen Studien zu ähnlichen Themen beobachteten Samplecharakteristiken überein (Djafarova & Trofimenko, 2017; Pedersen & Smithson, 2013; Plantin & Daneback, 2009), und spiegelt damit wider, was auch aus diesen Untersuchungen geschlossen wurde: nämlich, dass Frauen generell aktiver in sozialen Medien sind als Männer, und dass dieses Muster speziell bei Müttern in Bezug auf

Elternthemen noch extremer ausgeprägt ist (Coyne, McDaniel & Stockdale, 2017; Pedersen & Smithson, 2013; Plantin & Daneback, 2009). Somit spiegelt das in dieser Studie untersuchte Sample zwar die Haupt-Nutzungspopulation von Elternforen wieder – möglicherweise ist es allerdings nicht heterogen genug, um ein Phänomen zu untersuchen, das für Frauen und Männer gleichermaßen relevant ist. Die im Sample beobachteten Muster hinsichtlich GRO könnten also ein statistisches Artefakt der Samplecharakteristiken sein.

Als dritter Einflussfaktor auf Impostor Gedanken im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle wurde die Intensität der Facebook-Nutzung einer Person untersucht. Es zeigte sich, dass dieser Faktor tatsächlich kontextspezifische Impostor Gedanken zu begünstigen scheint – dass also Eltern, die Facebook häufig nutzen, anfälliger für Impostor Gedanken hinsichtlich ihrer Kompetenz als Elternteil sind. Weiters wurde ein signifikanter Zusammenhang zwischen der Frequenz, mit der eine Person Facebook nutzt, und feminin-konnotierten Persönlichkeitseigenschaften festgestellt. Der Zusammenhang der beiden Prädiktoren könnte dadurch entstehen, dass einige Items der Dimension Femininität eine Orientierung an anderen Personen ausdrücken, und soziale Medien eine Plattform für das Anstellen sozialer Vergleiche bieten.

Eine explorative Betrachtung des Nutzungsverhaltens sozialer Medien im Sample zeigte eine Tendenz zu einem eher passiven Postingverhalten. Das heißt, die befragten Eltern betrachten bzw. lesen häufiger, was andere posten, als dass sie selbst Bild- oder Textbeiträge erstellen. Das muss jedoch nicht zwangsläufig heißen, dass die befragten Eltern lieber beobachten als beobachtet zu werden. Viel wahrscheinlicher ist, dass darin die generell ins Positive verzerrte Selbstdarstellung in sozialen Medien zum Ausdruck kommt, da etwaige Beiträge nur dann gepostet werden, wenn sie dem überzogenen Ideal entsprechen oder zumindest nahe kommen. Damit ist auch wenig verwunderlich, dass dieser Trend nicht nur bei Impostor Eltern, sondern im gesamten Sample beobachtet wurde.

Das Regressionsmodell als Ganzes kann 7,1% der Gesamtvarianz in der Ausprägung von Impostor Gedanken im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle erklären. Auch wenn dieser Anteil für sich relativ klein ist, bewirkte das Modell eine hoch signifikante Verbesserung der Vorhersage des Kriteriums, also der Ausprägung kontextspezifischer Impostor Gedanken. Das zeigt, dass die in das Modell einbezogenen Prädiktoren zwar nicht die einzigen relevanten Faktoren sind – dass sie aber tatsächlich relevant sind für das Auftreten kontextspezifischer Impostor Gedanken.

6.1. Ansatzpunkte für zukünftige Untersuchungen

Um die im vorangehenden Absatz beschriebenen Unklarheiten ausräumen zu können, müssten zwei Bedingungen erfüllt werden. Erstens wäre ein größeres, heterogeneres Sample notwendig – und zweitens scheint es notwendig, die Messung der GROs zu überarbeiten.

In Bezug auf die Stichprobe sind in erster Linie mehr Väter notwendig, da diese nur einen sehr geringen Anteil des untersuchten Samples ausmachten. In der Realität sind allerdings etwa 50% aller Eltern Väter. Gerade in einer Untersuchung, in der die Auswirkungen der GRO einer Person angenommen werden, sollte die Geschlechterverteilung im Sample möglichst nahe an der tatsächlichen Population liegen. Dadurch könnte ein detaillierteres Bild gezeichnet werden, auf welche Art sich die GRO einer Person auf ihre Impostor Gedanken auswirkt, und ob es sogar Unterschiede zwischen Müttern und Vätern gibt. Weiters müssen auch Personen erreicht werden, die soziale Medien nicht so häufig nutzen, aber trotzdem in die Kategorie der Jungeltern fallen. Beides könnte mittels anderen Rekrutierungsmaßnahmen bewerkstelligt werden, indem bspw. die Einladung, an der Studie teilzunehmen, in Kindergärten oder Schulen ausgehängt wird. Auch dadurch lässt sich nicht vermeiden, vermehrt Eltern zu rekrutieren, die besonders motiviert sind und an sich selbst als kompetente Eltern wahrnehmen. Allerdings könnte durch den Vergleich von Eltern die soziale Medien häufig oder eben selten nutzen, noch besser abgebildet werden, wie stark sich dieses Medium tatsächlich auf die Impostor Gedanken junger Eltern auswirkt.

In der durchgeführten Untersuchung entsprachen die beobachteten Auswirkungen der GRO einer Person auf ihre Impostor Gedanken nicht den aus der Theorie abgeleiteten Annahmen. Den Ergebnissen der multiplen linearen Regression zufolge, sind es auch im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle die an sich wahrgenommenen maskulin-konnotierten Eigenschaften, die Impostor Gedanken entgegenwirken, wohingegen die wahrgenommene Femininität einer Person nur eine kleine Rolle dabei spielt. Allerdings beschreiben sich Frauen heute vermehrt mit maskulin-konnotierten Eigenschaften (Donnely & Twenge, 2017). Dieser Trend zeigte sich auch im untersuchten Sample. Demnach scheint das *BSRI* aus heutiger Sicht nicht mehr optimal geeignet, ein Bild von Femininität zu erheben, das der Großteil der Gesellschaft für zutreffend hält, da auch Frauen zunehmend Eigenschaften auf sich zutreffend empfinden, die Agency, Instrumentalität und Autonomie ausdrücken. Zukünftige Untersuchungen sollten daher zur Messung der GRO eine Skala verwenden, deren Items diese Rollenvorstellungen abbilden indem neben klassischen Stereotypen von Femininität auch diese neuen Aspekte berücksichtigt werden. Dazu scheint die *Traditional Masculinity and Femininity Scale (TMF)* von Kachel, Steffens & Niedlich (2016) geeignet zu sein. Da es bisher nur zwei Studien gibt, die GRO mit dem Impostor Phänomen in Verbindung bringen, wurde im

vorliegenden Fall, wie auch in den beiden existierenden Untersuchungen, das *BSRI* verwendet. Aufgrund der Ergebnisse scheint es angebracht, für eine erneute Untersuchung dieser Zusammenhänge ein anderes Instrument zu verwenden.

Eine weitere Verbesserung für Folgestudien betrifft die Erhebung der Nutzungsweise sozialer Medien. Die hier durchgeführte Analyse zeigte, dass Facebook die am häufigsten genutzte Plattform ist (beinahe täglich, vgl. *Tabelle 6, Anhang D*). Instagram, das wie Facebook darauf basiert, dass insgesamt alle NutzerInnen ansatzweise gleich viel posten, wird im untersuchten Sample nur mehrmals pro Monat (vgl. *Tabelle 6, Anhang D*) genutzt. Zudem betrachten bzw. lesen alle befragten Eltern im Sample häufiger, was andere posten, als dass sie selbst Bild- oder Textbeiträge erstellen. Auch wenn die wahrscheinlichste Erklärung dafür ist, dass nur jene Beiträge tatsächlich veröffentlicht werden, die dem oft überzogenen Ideal, das in sozialen Medien transportiert wird, entsprechen können – über die tatsächlichen Motive kann aufgrund der hier durchgeführten Untersuchung nichts geschlossen werden. Folgestudien müssen daher eine detaillierte Erhebung der Nutzungsweise einzelner sozialer Medien enthalten, und dabei auf die Motivationen und Beweggründe, aus denen Eltern soziale Medien nutzen, sowie die Arten von Inhalten, die sie posten, fokussieren.

Ein für das Impostor Phänomen bezeichnendes Symptom ist der Impostor Kreislauf. In der Theorie lässt sich dieser auf den Kontext von Kindererziehung und Elternrolle umlegen: Das Elterndasein ist von permanenten, sich stetig wandelnden Herausforderungen geprägt (Cameron et al., 1991; Crnic & Greenberg, 1990; Hayes & Watson, 2013). Im Normalfall stellen sich auch Jungeltern als diesen Herausforderungen gut gewappnet heraus (Crnic & Greenberg, 1990; Minnes, 1988). Durch ihre verzerrte Selbstwahrnehmung als inkompetent (Clance, 1985; Clance & Imes, 1978; Clance & O'Toole, 1987; Harvey & Katz, 1985; Langford & Clance, 1993), könnten gerade Impostor Eltern zu der Überzeugung gelangen, sie würden nur durch Fehleinschätzungen der Menschen in ihrem Umfeld von diesen als kompetente Eltern wahrgenommen. Positive Situationen, oder Phasen ohne irgendwelche negativen Zwischenfälle, würden externen Ursachen zugeschrieben – unangenehme Situationen oder anstrengende Phasen hingegen überbewertet, als die Norm wahrgenommen, und auf persönliche Unzulänglichkeiten attribuiert. Die für High-Impostor typische Überpreparation (Clance & O'Toole, 1987) könnte sich in Folge darin äußern, dass Impostor Eltern noch intensiver versuchen, ihre Erziehungskompetenzen zu verbessern oder sich exzessiv in sozialen Medien mit diesem Thema zu beschäftigen. Da die Abfolge dieses Kreislaufs in der *PIPS* nicht thematisiert wird, lassen sich aktuell keine Schlüsse ziehen, ob man tatsächlich einen Impostor Kreislauf für den Kontext Kindererziehung und Elternrolle beschreiben kann. Zukünftige Studien müssen daran ansetzen, und nach den Mechanismen kontextspezifischer Impostor Gedanken fragen. Auf diese Art können außerdem vertiefende Fragen zu den Wirkfaktoren GRO und soziale Medien eingebaut werden.

Zusätzlich müssen auch die potenziellen Folgen kontextspezifischer Impostor Gedanken untersucht werden. Diese Gedanken könnten bei den Betroffenen selbst dieselben negativen Auswirkungen auf Wohlbefinden und mentale Gesundheit haben, wie Impostor Gedanken im klassischen Leistungskontext. Im Kontext der Kindererziehung besteht außerdem die Gefahr, dass Impostor Eltern ihre überzogenen Selbstansprüche auch auf ihre Kinder übertragen, und nicht nur von sich selbst erwarten, perfekte Eltern zu sein – sondern auch ihre Kinder zu hohen Leistungen, bspw. in Form besonders schneller Entwicklungsschritte oder speziellen Begabungen, anzutreiben. So könnte es sein, dass die Kinder von Impostor Eltern sehr früh Leistungsansprüchen ausgesetzt sind, und so selbst zu High-Impostors erzogen werden.

6.2. Schlussfolgerung

Ziel des ersten Fragenkomplex‘ dieser Studie war es, zu untersuchen ob auch im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle Impostor Gedanken aufkommen, und einige Eltern tatsächlich als Impostor Eltern bezeichnet werden können. Dazu musste ebenso geklärt werden, ob diese Gedanken ähnlichen Mustern folgen wie im klassischen Leistungskontext. Es zeigte sich, dass Impostor Gedanken auch im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle in ihrer Intensität vergleichbar sind mit Impostor Gedanken bezogen auf den klassischen Leistungskontext – dass im untersuchten Sample allerdings nur jeweils halb so viele Personen von regelmäßigen oder intensiven Impostor Gedanken geplagt, und somit als Impostor Eltern bezeichnet werden können. Weiters konnte gezeigt werden, dass die Vertrautheit mit der Elternrolle kontextspezifischen Impostor Gedanken entgegenwirkt. Dies stellt eine weitere Parallele zum klassischen Leistungskontext dar, denn auch hier sind Impostor Gedanken meist stärker ausgeprägt, wenn sich die betroffene Person in einer ungewohnten Situation oder Lebensphase befindet. Eine weitere Parallele zum klassischen Leistungskontext ist die auch in dieser Studie festgestellte Korrelation zwischen Selbstwert und Impostor Gedanken: Eltern, die regelmäßige oder intensive Impostor Gedanken verspüren, scheinen tendenziell einen geringeren Selbstwert zu berichten als Eltern die niedrige oder moderate Impostor Gedanken haben. In Kombination deuten diese Funde darauf hin, dass der Kontext Kindererziehung und Elternrolle tatsächlich relevant für das Entstehen von Impostor Gedanken ist – und dass diese Gedanken ähnlichen Mustern und Strukturen zu folgen scheinen, wie im bisher beforschten klassischen Leistungskontext. Weitere Untersuchungen können diese ersten Befunde erhärten.

Ziel des zweiten Fragenkomplex‘ war es, einige potenzielle Einflussfaktoren auf Impostor Gedanken im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle genauer zu beleuchten. Konkret wurden dabei die GRO der untersuchten Eltern, sowie ihre Facebook-Nutzungsintensität mit kontextspezifischen Impostor Gedanken in Verbindung gebracht. Hinsichtlich der GRO zeigte sich, dass entgegen der

aufgestellten Hypothesen ein hohes an sich wahrgenommenes Maß maskulin-konnotierter Eigenschaften diesen Gedanken entgegenwirkt. Ein hohes an sich wahrgenommenes Maß feminin-konnotierter Eigenschaften hatte zwar tatsächlich einen positiven Effekt auf kontextspezifische *Impostor Gedanken* – dieser war allerdings kleiner als der maskulin-konnotierter Eigenschaften und erreichte zudem keine statistische Signifikanz. Ein Zusammenhang zwischen Impostor Gedanken und GROs wäre konform mit der aufgestellten Theorie und Funden von Studien aus dem klassischen Leistungskontext. Um dies belegen zu können, sind allerdings weitere Untersuchungen notwendig. Da sich Frauen in den letzten 30 Jahren zunehmend auch mit maskulin-konnotierten Eigenschaften beschreiben, ist das verwendete *BSRI* scheinbar nicht mehr optimal in der Lage, die heute in der Gesellschaft vertretenen Geschlechterstereotypen abzubilden. Daher sollte für die notwendigen Studien zu den Auswirkungen der GROs auf kontextspezifische Impostor Gedanken ein anderes Instrument, bspw. das *TMF*, verwendet werden.

Der andere angenommene Einflussfaktor war die Intensität, mit der die untersuchten Eltern Facebook nutzen. Dabei stellte sich wie erwartet heraus, dass Eltern, die Facebook häufig nutzen, anfälliger für Impostor Gedanken hinsichtlich ihrer Kompetenz als Elternteil sind. Eine explorative Betrachtung des Nutzungsverhaltens sozialer Medien zeigte, dass alle befragten Eltern häufiger betrachten bzw. lesen, was andere posten, als dass sie selbst Bild- oder Textbeiträge erstellen. Die plausibelste Erklärung dafür ist, dass nur Beiträge veröffentlicht werden, die dem (falsch) positiven Bild, das über soziale Medien präsentiert wird, auch entsprechen können. Da über die Motive selbst aus dieser Untersuchung nichts bekannt ist, müssen Folgestudien detaillierter auf die Beweggründe, aus denen Eltern soziale Medien nutzen, sowie die Arten von Inhalten, die sie posten, eingehen.

Insgesamt kann durch das Regressionsmodell etwa 7% der Gesamtvarianz des Kriteriums, also der Ausprägung kontextspezifischer Impostor Gedanken, erklärt werden. Dieser Anteil ist nicht besonders groß, was vermuten lässt, dass neben den beiden angenommenen Faktoren auch noch andere Variablen Einfluss auf Impostor Gedanken haben können. Dennoch bewirkte das Modell eine hoch signifikante Verbesserung der Vorhersage des Kriteriums – das zeigt, dass die hier untersuchten Prädiktoren GRO und Intensität der Facebook-Nutzung einer Mutter oder eines Vaters tatsächlich relevant sind für das Auftreten von Impostor Gedanken in Bezug auf Kindererziehung und Elternrolle.

Kern des Impostor Phänomens ist ein ins Negative verzerrte Selbstbild. Im Fall von Impostor Eltern handelt es sich dabei allerdings nicht um ein klassisches Leistungs-Selbstkonzept, sondern um die persönliche Sicht darauf, der Erziehungsaufgabe gewachsen zu sein. Da kontextbezogene Impostor Gedanken dazu führen könnten, dass sich betroffene Eltern nicht als kompetent wahrnehmen, Erfolge externalisieren und Missgeschicke bzw. Rückschläge überbewerten, könnten daraus

dieselben klinischen Folgen resultieren, wie beim Impostor Phänomen im klassischen Leistungskontext. Zusätzlich würden im Fall der Kindererziehung nicht nur die Betroffenen selbst an ihren Impostor Gedanken leiden, sondern unter Umständen auch ihre Kinder: Impostor Eltern könnten ihren eigenen Übereifer auf ihre Kinder transportieren, indem sie Höchstleistungen im Sinne besonders schneller Entwicklungsschritte oder spezieller Begabungen von ihnen erwarten. Im schlimmsten Fall könnten Kinder dadurch ihres Kind-Seins beraubt, oder selbst zu High-Impostors erzogen werden. Mit dieser Studie wurde nachgewiesen, dass der Kontext Kindererziehung und Elternrolle tatsächlich einen Nährboden für kontextspezifische Impostor Gedanken darstellt. Außerdem konnten erste Ansatzpunkte für in diesem Feld relevante Wirkfaktoren geliefert werden. Aufgrund dieser Erkenntnisse, und der potentiellen Folgen, wird den AutorInnen zukünftiger Untersuchungen zum Impostor Phänomen dringend ans Herz gelegt, diesen Kontext nicht zu ignorieren – sondern weiter zu forschen, und das Verständnis über die hier wirksamen Zusammenhänge weiter zu entwickeln und zu vertiefen. Einerseits aus persönlichem Interesse, als wahrscheinlich irgendwann zukünftige Mutter, die natürlich nur das Beste für ihre Kinder will – allerdings ohne dabei krank vor Sorge zu sein, genau das nicht wirklich zu vollbringen, sondern nur den Anschein zu erwecken als ob. Andererseits auch als Wissenschaftlerin, die sich wünscht, dass diese Studie nicht in irgendeinem Uni-Sekretariat verstaubt, weil das hier nur eine Masterarbeit ist. Im Gegenteil: hoffentlich wird das durch diese Arbeit eröffnete Potential für neue Erkenntnisse auch tatsächlich genutzt.

7. Referenzen

- ARD/ZDF-Medienkommission (11. Oktober 2017). ARD/ZDF-Onlinestudie 2017: Neun von zehn Deutschen sind online. Bewegtbild insgesamt stagniert, während Streamingdienste zunehmen - im Vergleich zu klassischem Fernsehen jedoch eine geringe Rolle spielen. *ARD/ZDF Online-Redaktion*. Online unter <http://www.ard-zdf-onlinestudie.de/ardzdf-onlinestudie-2017/>
- Bartholomew, M. K., Schoppe-Sullivan, S. J., Glassman, M., Kamp Dush, C. M., & Sullivan, J. M. (2012). New parents' Facebook use at the transition to parenthood. *Family Relations*, 61(3), 455-469.
- Bechtold, M. N. (2015). Wanted: Self-doubting employees – Managers scoring positively on impostorism favor insecure employees in task delegation. *Personality and Individual Differences*, 86, 482-486.
- Bem, S. L. (1974). The Measurement of Psychological Androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(2), 155-162.
- Bem, S. L. (1977). On the Utility of Alternative Procedures for Assessing Psychological Androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 45(2), 196-205.
- Bernard, N. S., Dollinger, S. J., & Ramaniah, N. V. (2002). Applying the Big Five Personality Factors to the Impostor Phenomenon. *Journal of Personality Assessment*, 78, 321-333.
- Boyd, E. R. (2002). "Being There": Mothers who stay at home, gender and time. *Women's Studies International Forum*, 25(4), 463-470.
- Brauer, K., & Wolf, A. (2016). Validation of the German-language Clance Impostor Phenomenon Scale (GCIPS). *Personality and Individual Differences*, 102, 153-158.
- Breines, J. G., & Chen, S. (2012). Self-Compassion increases Self-Improvement Motivation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(9), 1133-1143.
- Brunson, E. K. (2013). The impact of social networks on parents' vaccination decisions. *Pediatrics*, 131(5), e1397-e1404.
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, BMFSFJ (2010). *Das Wohlbefinden von Eltern. Monitor Familienforschung, Vol. 22*. Online unter: <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/das-wohlbefinden-von-eltern/95840>
- Busotti, C. (1990). The impostor phenomenon: Family roles and environment. (Doctoral Dissertation, Georgia State University, 1990). *Dissertation Abstracts International*, 51, 4041B.
- Cameron, S. J., Dobson, L. A., & Day, D. M. (1991). Stress in parents of developmentally delayed and non-delayed preschool children. *Canada's Mental Health*, 39(1), 13-17.

- Chae, J.-H., Piedmont, R. L., Estadt, B. K., & Wicks, R. J. (1995). Personological Evaluation of Clance's Impostor Phenomenon Scale in a Korean Sample. *Journal of Personality Assessment*, 65(3), 468-485.
- Chiang, J. K.-H., & Suen, H.-Y. (2015). Self-presentation and hiring recommendations in online communities: Lessons from LinkedIn. *Computers in Human Behavior*, 48, 516-524.
- Chua, T. H. H., & Chang, L. (2016). Follow me and like my beautiful selfies: Singapore teenage girls' engagement in self-presentation and peer comparison on social media. *Computers in Human Behavior*, 55, 190-197.
- Clance, P. R. (1985). *The Impostor Phenomenon: Overcoming the Fear that Haunts Your Success*. Atlanta: Peachtree Publishers.
- Clance, P. R., & Imes, S. A. (1978). The Impostor Phenomenon in High Achieving Women: Dynamics and Therapeutic Intervention. *Psychotherapy: Theory, Research and Practise*, 15(3), 241-247.
- Clance, P. R., & O'Toole, M. A. (1987). The Impostor Phenomenon: An Internal Barrier to Empowerment and Achievement. *Women and Therapy*, 6, 51-64.
- Clance, P. R., Dingman, D., Reviere, S. L., & Stober, D. R. (1995). Impostor Phenomenon in an Interpersonal/Social Context: Origins and Treatment. *Women and Therapy*, 16(4), 79-96.
- Cockley, K., Awad, G., Smith, L., Jackson, S., Awosogba, O., Hurst, A., Stone, S., Blondeau, L., & Roberts, D. (2015). The Roles of Gender Stigma Consciousness, Impostor Phenomenon and Academic Self-Concept in the Academic Outcomes of Women and Men. *Sex Roles*, 73, 414-426.
- Coleman, P., & Karraker, K. (2000) Parenting self-efficacy among mothers of schoolage children: conceptualisation, measurement and correlates. *Family Relations* 49, 13–24.
- Cowman, S. E., & Ferrari, J. R. (2002). "Am I for real?" Predicting impostor tendencies from self-handiapping and affective components. *Social Behavior and Personality*, 30(2), 119-126.
- Coyne, S. M., McDaniel, B. T., & Stockdale, L. A. (2017). "Do you dare to compare?" Associations between maternal social comparisons on social networking sites and parenting, mental health, and romantic relationship outcomes. *Computers in Human Behavior*, 70, 35-340.
- Cramer, E. M., Song, H., & Drent, A. M. (2016). Social comparison on Facebook: Motivation, affective consequences, self-esteem, and Facebook fatigue. *Computers in Human Behavior*, 64, 739-746.
- Crnic, K. A., & Greenberg, M. T. (1990). Minor Parenting Stresses with Young Children. *Child Development*, 61, 1628-1637.
- Deater-Deckard, K. (1998). Parenting stress and child adjustment: Some old hypotheses and new questions. *Clinical Psychology, Science and Practice*, 5, 314–332.

- Dingman, D. J. (1987). The impostor phenomenon and social mobility: You can't go home again. (Doctoral Dissertation, Georgia State University, 1987). *Dissertation Abstracts International*, 49, 2375B.
- Djafarova, E., & Trofimenko, O. (2017). Exploring the relationships between self-presentation and self-esteem of mothers in social media in Russia. *Computers in Human Behavior*, 73, 20-27.
- Donnelly, K., & Twenge, J. M. (2017). Masculine and Feminine Traits on the Bem Sex-Role Inventory, 1993 – 2012: a Cross-Temporal Meta-Analysis. *Sex Roles*, 76, 556-565.
- Döring, N. & Bortz, J. (2016). *Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften* (5. Auflage). Heidelberg: Springer.
- Doub, A. E., Small, M., & Birch, L. L. (2016). A call for research exploring social media influences on mothers' child feeding practices and childhood obesity risk. *Appetite*, 99, 298-305.
- Duggan, M., Lenhart, A., Lampe, C., & Ellison, N. B. (16. Juli 2015). Parents and social media. *Pew Research Center*. Online unter <http://www.pewinternet.org/2015/07/16/parents-and-social-media/>
- Easterbrooks, M. A., Chaudhuri, J. H., Bartlett, J. D., & Copeman, A. (2011). Resilience in parenting among young mothers: Family and ecological risks and opportunities. *Children and Youth Services Review*, 33, 42-50.
- Eckes, T. (2008). Geschlechterstereotype: Von Rollen, Identitäten und Vorurteilen. In: Becker R., Kortendiek B. (Hrsg.), *Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung* (S. 171-182). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life cycle: Selected papers*. Oxford: International Universities Press.
- Ferrari, J. R., & Thompson, T. (2006). Impostor fears: Links with self-presentational concerns and self-handicapping behaviours. *Personality and Individual Differences*, 40, 341-352.
- Fox, J., & Vendemia, M. A. (2016). Selective self-presentation and social comparison through photographs on social networking sites. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(10), 593-600.
- Geissler, B. (1998). Hierarchie und Differenz. Die (Un-) Vereinbarkeit von Familie und Beruf und die soziale Konstruktion der Geschlechterhierarchie im Beruf. In M. Oechsle & B. Geissler (Hrsg.), *Die ungleiche Gleichheit. Junge Frauen und der Wandel im Geschlechterverhältnis* (S. 217-236). Opladen: Leske + Budrich.
- Harvey, J. C. (1981). The impostor phenomenon and achievement: A failure to internalize success. (Doctoral Dissertation, Temple University, 1981). *Dissertation Abstracts International*, 42, 4969B.
- Harvey, J. C., & Katz, C. (1985). *If I'm So Successful, Why Do I Feel Like A Fake? The Impostor Phenomenon*. New York: St. Martin's Press.

- Harwood, K., McLean, N., & Durkin, K. (2007). First-Time Mothers' Expectations of Parenthood: What Happens When Optimistic Expectations Are Not Matched by Later Experiences? *Developmental Psychology*, 43(1), 1-12.
- Hayes, S. A., & Watson, S. L. (2013). The Impact of Parenting Stress: A Meta-analysis of Studies Comparing the Experience of Parenting Stress in Parents of Children With and Without Autism Spectrum Disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43, 629-642.
- Holmes, S. W., Kertay, L., Adamson, L. D., Holland, C. L., & Clance, P. R. (1993). Measuring the impostor phenomenon: A comparison of Clance's IP Scale and Harvey's IP Scale. *Journal of Personality Assessment*, 60, 48-59.
- Hutchins, H. M. (2015). Outing the Impostor: A Study Exploring Imposter Phenomenon among Higher Education Faculty.
- Jang, J., & Dworkin, J. (2014). Does social network site use matter for mothers? Implications for bonding and bridging capital. *Computers in Human Behavior*, 35, 489-495.
- Jöstl, G., Bergsmann, E., Lüftenegger, M., Schober, B., & Spiel, C. (2012). When Will The Blow My Cover? The Impostor Phenomenon Among Austrian Doctoral Students. *Zeitschrift für Psychologie*, 220(2), 109-120.
- Kachel, S., Steffens, M. C., & Niedlich, C. (2016). Traditional Masculinity and Femininity: Validation of a New Scale Assessing Gender Roles. *Frontiers in Psychology*, 7, 1-19. Advance online publication. doi:10.3389/fpsyg.2016.00956
- Kamarzarrin, H., Khaledian, M., Shooshtari, M., Yousefi, E., & Ahrami, R. (2013). A study of the relationship between self-esteem and the impostor phenomenon in the physicians of Rasht city. *European Journal of Experimental Biology*, 3(2), 363-366.
- Kananifar, N., Seghatoleslam, T., Atashpour, S. H., Hoseini, M., Habil, M. H. B., Danaee, M. (2015). The Relationships between Imposter Phenomenon and Mental Health in Isfahan Universities Students. *International Medical Journal*, 22(3), 144-146.
- Kaufmann, R., & Buckner, M. M. (2014). To connect or promote?: An exploratory examination of Facebook pages dedicated to moms. *Computers in Human Behavior*, 35, 479-482.
- Kets de Vries, M. F. R. (2005). The Dangers of Feeling Like A Fake. *Harvard Business Review*, 83, 108-116.
- King, J. E., & Cooley, E. L. (1995). Achievement Orientation and the Impostor Phenomenon among College Students. *Contemporary Educational Psychology*, 20, 304-312.
- Klinkhammer, M., & Saul-Soprun, G. (2009). Das "Hochstaplersyndrom" in der Wissenschaft. *Organisationsberatung, Supervision, Coaching*, 16, 165-182.

- Koch, W., & Frees, B. (2017). ARD/ZDF Onlinestudie 2017: Neun von zehn Deutschen online. Ergebnisse aus der Studienreihe "Medien und ihr Publikum" (MiP). *Media Perspektiven*, 9, 434-446.
- Kumar, S., & Jagacinski, C. M. (2006). Imposters have goals too: The imposter phenomenon and its relationship to achievement goal theory. *Personality and Individual Differences*, 40, 147–157.
- Langford, J. (1990). The need to look smart: The impostor phenomenon and motivations for learning. (Doctoral Dissertation, Georgia State University, 1990). *Dissertation Abstracts International*, 51, 3604B.
- Langford, J., & Clance, P. R. (1993). The Impostor Phenomenon: Recent Research Findings Regarding Dynamics, Personality and Family Patterns and Their Implications for Treatment. *Psychotherapy*, 30(3), 495-501.
- Leahy-Warren, P., McCarthy, G., & Corcoran, P. (2011). First-time mothers: Social support, maternal parental self-efficacy and postnatal depression. *Journal of Clinical Nursing*, 21, 388-397.
- Leary, M. R., Patton, K. M., Orlando, A. E., & Funk, W. W. (2000). The Impostor Phenomenon: Self-Perceptions, Reflected Appraisals and Interpersonal Strategies. *Journal of Personality*, 68(4), 726-756.
- Luthar, S. S., & Ciciolla, L. (2015). Who Mothers Mommy? Factors That Contribute to Mothers' Well-Being. *Developmental Psychology*, 51(12), 1812-1823.
- Matthews, G.M. (1984). Impostor Phenomenon: Attribution for Success and Failure. Paper presented at the American Psychological Association, Toronto.
- McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2016). "Technoference": The Interference of Technology in Couple Relationships and Implications for Women's Personal and Relational Well-Being. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), 85-98.
- McElwee, R., & Yurak, T. J. (2007). Feeling Versus Acting Like an Impostor: Real Feelings of Fraudulence or Self-Presentation? *Individual Differences Research*, 5(3), 201-220.
- McElwee, R., & Yurak, T. J. (2010). The Phenomenology of the Impostor Phenomenon. *Individual Differences Research*, 8(3), 184-197.
- McGregor, L. N., Gee, D. E., & Posey, K. E. (2008). I feel like a fraud and it depresses me: The relationbetween the Impostor Phenomenon and depression. *Social Behaviour and Personality*, 36(1), 43-48.
- Minnes, P. (1988). Family stress associated with a developmentally handicapped child. In N. W. Bray (Ed.), *International Review of Research in Mental Retardation*, Vol. 15 (pp. 195–226). San Diego: Academic Press.
- Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest, MPFS (2017). *JIM-Studie 2017: Jugend, Information, (Multi-) Media. Basisuntersuchung zum Medienumgang 12- bis 19-Jähriger in Deutschland*. Online unter: https://www.mpfs.de/fileadmin/files/Studien/JIM/2017/JIM_2017.pdf

- Neff, K. D. (2011). Self-Compassion, Self-Esteem, and Well-Being. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 1-12.
- Neureiter, M., & Traut-Mattausch, E. (2017). Two sides of the career resources coin: Career adaptability resources and the impostor phenomenon. *Journal of Vocational Behavior*, 98, 56-69.
- Neureiter, M., & Traut-Mattausch, E. (2016). An Inner Barrier to Career Development: Preconditions of the Impostor Phenomenon and Consequences for Career Development. *Frontiers in Psychology*, 7, 1-15.
- Nolan, S., Hendricks, J., Ferguson, S., & Towell, A. (2017). Social networking site (SSN) use by adolescent mothers: Can social support and capital be enhanced by online social networks? - A structured review on literature. *Midwifery*, 48, 24-31.
- O'Brien McElwee, R., & Yurak, T. J. (2010). The Phenomenology of the Impostor Phenomenon. *Individual Differences Research*, 8(3), 184-197.
- O'Keeffe, G. S., Clarke-Pearson, K., & Council on Communications and Media. (2011). The impact of social media on children, adolescents, and families. *Pediatrics*, 127(4), 800-804.
- ÖWA (12. Juli 2017). ÖWA Plus 2017-I: Zwei Drittel der Wiener nutzen Social Media-Angebote. *Österreichische Webanalyse*. Online unter <http://www.oewa.at/news/76>
- Patzak, A., Kollmayer, M., & Schober, B. (2017). Buffering Impostor Feelings with Kindness: The Mediating Role of Self-Compassion between Gender-Role Orientation and the Impostor Phenomenon. *Frontiers in Psychology*, 8, 1-8. Advance online publication. doi:10.3389/fpsyg.2017.01289
- Pedersen, S., & Smithson, J. (2013). Mothers with attitude - How the Mumsnet parenting forum offers space for new forms of femininity to emerge online. *Women's Studies International Forum*, 38, 97-106.
- Peteet, B. J., Brown, C. M., Lige, Q. M., & Lanaway, D. A. (2015). Impostorism is associated with Greater Psychological Distress and Lower Self-Esteem for African American Students. *Current Psychology*, 34, 154-163.
- Plantin, L., & Daneack, K. (2009). Parenthood, information and support on the internet. A literature review of research on parents and professionals online. *BMC Family Practice*, 10(34), 1-12. Advance online publication. doi:10.1186/1471-2296-10-34
- Ridings, C. M., & Gefen, D. (2004). Virtual Community Attraction: Why People Hang Out Online. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 10(1). Retrieved from <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1083-6101.2004.tb00229.x/full>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

- Ross, S. R., & Krukowski, R. A. (2002). The imposter phenomenon and maladaptive personality: type and trait characteristics. *Personality and Individual Differences*, 34, 477-484.
- Rothbaum, F., Martland, N., & Jannsen, J. B. (2008). Parents' reliance on the Web to find information about children and families: Socio-economic differences in use, skills and satisfaction. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29, 118-128.
- Rößger, D. (1. Januar 2017). Sind wir nicht alle ein bisschen fomo? *Zeit Online*. Online unter <http://www.zeit.de/entdecken/2016-11/fomo-digital-detox-sucht>
- Sakulku, J., & Alexander, J. (2011). The Impostor Phenomenon. *International Journal of Behavioral Science*, 6, 75-97.
- Schneider, N. F., & Rost H. (1998). Von Wandel keine Spur — warum ist Erziehungsurlaub weiblich? In M. Oechsle & B. Geissler (Hrsg.), *Die ungleiche Gleichheit. Junge Frauen und der Wandel im Geschlechtererhaltenis* (S. 217-236). Opladen: Leske + Budrich.
- September, A. N., McCarrey, M., Baranowsky, A., Parent, C., & Schindler, D. (2001). The Relation Between Well-Being, Impostor Feelings, and Gender Role Orientation Among Canadian University Students. *The Journal of Social Psychology*, 141(2), 218-232.
- Shakya, H. B., & Chiastakis, N. A. (2016). Association of Facebook Use With Compromised Well-Being: A Longitudinal Study. *American Journal of Epidemiology*, 185(3), 203-211.
- Sightler, K. W., & Wilson, M. G. (2001). Correlates of the Impostor Phenomenon among undergraduate entrepreneurs. *Psychological Reports*, 88, 679-689.
- Sonnak, C., & Towell, T. (2001). The impostor phenomenon in British university students: Relationships between self-esteem, mental health parental rearing style and socioeconomic status. *Personality and Individual Differences*, 31, 863-874.
- Statistik Austria (21. Februar 2018). IKT-Einsatz in Haushalten 2017. *STATISTIK AUSTRIA Bundesanstalt Statistik Österreich*. Online unter http://www.statistik.at/web_de/statistiken/energie_umwelt_innovation_mobilitaet/informationsgesellschaft/ikt-einsatz_in_haushalten/index.html
- Steinmetz, K. (26. Oktober 2015). Help! My Parents Are Millenials. How this generation is changing the way we raise kids. *Time Magazine*. Online unter: <http://wp.lps.org/tnettle/files/2015/03/Help-My-Parents-are-Millennials.pdf>
- Swazina, K. R., Waldherr, K., & Maier, K. (2004). Geschlechtsspezifische Ideale im Wandel der Zeit. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 25(3), 165-176.
- Thompson, T., Davis, H., & Davidson, J. (1998). Attributional and affective responses of impostors to academic success and failure outcomes. *Personality and Individual Differences*, 25, 381-396.

- Thompson, T., Foreman, P., & Martin, F. (2000). Impostor fears and perfectionistic concerns offer mistakes. *Personality and Individual Differences*, 29, 629-247.
- Topping, M., E. (1983). The impostor phenomenon: A study of its construct and incidence in university faculty members. (Doctoral Dissertation, University of South Florida, 1983). *Dissertation Abstracts International*, 44, 1948B-1949B.
- Topping, M. E., & Kimmel, E. B. (1985). The impostor phenomenon: Feeling phony. *Academic Psychology Bulletin*, 7(1), 213-226.
- Vergauwe, J., Wille, B., Feys, M., De Fruyt, F., & Anseel, F. (2015). Fear of Being Exposed: The Trait-Relatedness of the Impostor Phenomenon and its Relevance in the Work Context. *Journal of Business Psychology*, 30(3), 565-581.
- Villwock, J., Sobin, L. B., Koester, L. A., & Harris, T. M. (2016). Impostor syndrome and burnout among American medical students: a pilot study. *International Journal of Medical Education*, 7, 364-369.
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Okdie, B. M., Eckles, K., & Franz, B. (2015). Who compares and despairs? The effect of social comparison orientation on social media use and its outcomes. *Personality and Individual Differences*, 86, 249-256.
- Von Collani, G., & Herzberh, P. Y. (2003). Eine revidierte Fassung der deutschsprachigen Skala zum Selbstwertgefühl von Rosenberg. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 24(1), 3-7.
- Want, J., & Kleitman, S. (2006). Impostor phenomenon and self-handicapping: Links with parenting styles and self-confidence. *Personality and Individual Differences*, 40, 961-971.

8. Anhang

Anhang A: Online Fragebogen	Seite 65
Anhang B: Gegenüberstellung der originalen und bearbeiteten Items	Seite 77
Anhang C: Voranalysen Fragenkomplex 1	Seite 80
Tabelle 3: Item Interkorrelationsmatrix Parenting Impostor Phenomenon Scale (PIPS), Adaption der CIPS	Seite 80
Tabelle 4: Reliabilitätsanalyse Parenting Impostor Phenomenon Scale (PIPS), Adaption der CIPS	Seite 82
Tabelle 5: Reliabilitätsanalyse Rosenberg Self Esteem Scale (RSE), deutsche Version	Seite 83
Anhang D: Voranalysen Fragenkomplex 2	Seite 84
Tabelle 6: Reliabilitätsanalyse Bem Sex Role Inventory (BSRI) - verkürzte, deutsche Version	Seite 84
Tabelle 7: Skala Bem Sex Role Inventory (BSRI) - verkürzte, deutsche Version	Seite 85
Tabelle 8: Item Nutzungshäufigkeit erhobener Sozialer Medien	Seite 85
Tabelle 9: Detailanalyse Nutzungsfrequenz Facebook	Seite 85
Anhang E: Beantwortung der Hypothesen	Seite 86
Tabelle 12: Korrelationsmatrix aller Variablen der multiplen linearen Regression	Seite 86
Tabelle 13: Kollinearitätsdiagnose der Prädiktoren der Intensität des Parenting Impostor Phenomenon	Seite 86
Tabelle 14: Residualstatistik der standardisierten Residuen (fallweise Diagnose)	Seite 86
Anhang F: Abstracts der Arbeit in deutscher und englischer Sprache	Seite 87
Deutschsprachiges Abstract	Seite 87
Englischsprachiges Abstract	Seite 88

8.1. Anhang A: Online Fragebogen



Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,

vielen Dank für Ihre Bereitschaft an der Studie teilzunehmen, die ich im Rahmen meiner Masterarbeit durchführe. Meine Arbeit untersucht das Bild, das Eltern von sich selbst haben, und welchen Einfluss die sozialen Medien darauf nehmen können.

Die Beantwortung des folgenden Fragebogens wird **etwa 15 Minuten** dauern. Bitte lesen Sie sich jede Frage aufmerksam durch, und wählen Sie spontan, ohne lange zu überlegen, jene Antwortmöglichkeit, die am ehesten auf Sie zutrifft – es gibt dabei keine richtigen oder falschen Antworten.

Ihre Daten werden selbstverständlich vertraulich und anonym behandelt.

Sie können außerdem Ihre Teilnahme jederzeit abbrechen - Ihre Daten werden dann allerdings für mich unbrauchbar. Falls Sie die Beantwortung unterbrechen und zu einem späteren Zeitpunkt fortsetzen möchten, ist das problemlos möglich, indem Sie den Browser solange offen lassen.

Falls Sie noch weitere Fragen haben sollten, wenden Sie sich jederzeit unter rebecca.perl@univie.ac.at an mich!

Vielen Dank für Ihre Mithilfe!
Rebecca Perl.

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

0% ausgefüllt

WiSe 2017



Bitte beantworten Sie mit den folgenden Fragen, wie Sie Ihre Social Media Nutzung einschätzen.

Wie häufig benutzen Sie in etwa die folgenden sozialen Netzwerke?

	nie	1x im Monat oder seltener	mehrmals pro Monat	1x pro Woche	mehrmals pro Woche	täglich	mehrmals täglich
 facebook	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Google+	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 You Tube	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Twitter	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Instagram	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Pinterest	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Snapchat	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Blogs	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

6% ausgefüllt

WiSe 2017



Welche Themen interessieren Sie in den sozialen Netzwerken, die Sie nutzen, besonders?
(Mehrfachauswahl möglich)

☐	Beauty
☐	Computer
☐	Do It Yourself
☐	Familie
☐	Kochen
☐	Kultur
☐	Lustiges
☐	Mode
☐	Reisen
☐	Spiele
☐	Sport
☐	Umwelt
☐	Wirtschaft
☐	Wissenschaft
☐	Sonstige bitte spezifizieren Sie Ihre Auswahl.

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

13% ausgefüllt

WiSe 2017



Auf welche Art und Weise nutzen Sie soziale Netzwerke?

	nie	sehr häufig					
Lesen von Textbeiträgen	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Betrachten von Bildern	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Betrachten von Videos	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Einzelne Kommentare zu Beiträgen erstellen	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Selbst Textbeiträge erstellen	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Selbst Bilder posten	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Selbst Videos posten	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
An Diskussionen teilnehmen	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

19% ausgefüllt

WiSe 2017



Wie handhaben Sie die Privatsphäre Einstellungen Ihres Profils? Wer kann Ihre Beiträge sehen?
(nur eine Auswahl möglich)

- ☐ Mein Profil soll möglichst privat sein: nur Freunde können meine Beiträge sehen.
- ☐ Mein Profil ist semi-privat: auch Freunde von Freunden können meine Beiträge sehen.
- ☐ Mein Profil ist öffentlich: jeder kann meine Beiträge sehen.
- ☐ Ich nutze unterschiedliche Privatsphäre Einstellungen, je nach Netzwerk.
- ☐ Ich habe kein Profil in irgendwelchen sozialen Netzwerken.
- ☐ Ich weiß es nicht, bzw. meine Privatsphäre Einstellungen sind mir egal.

Weiter

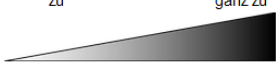
Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

25% ausgefüllt

WiSe 2017



Die folgenden Aussagen beziehen sich darauf, wie Sie sich selbst wahrnehmen. Bitte geben Sie für jede Aussage an, wie sehr diese auf sie zutrifft.

trifft gar nicht zu  trifft voll und ganz zu

Alles in allem bin ich mit mir selbst zufrieden.	☐	☐	☐	☐
Hin und wieder denke ich, dass ich gar nichts taue.	☐	☐	☐	☐
Ich besitze eine Reihe guter Eigenschaften.	☐	☐	☐	☐
Ich kann vieles genauso gut wie die meisten anderen Menschen auch.	☐	☐	☐	☐
Ich fürchte, es gibt nicht viel, worauf ich stolz sein kann.	☐	☐	☐	☐
Ich fühle mich von Zeit zu Zeit richtig nutzlos.	☐	☐	☐	☐
Ich halte mich für einen wertvollen Menschen, jedenfalls bin ich nicht weniger wertvoll als andere auch.	☐	☐	☐	☐
Ich wünschte, ich könnte vor mir selbst mehr Achtung haben.	☐	☐	☐	☐
Alles in allem neige ich dazu, mich für einen Versager zu halten.	☐	☐	☐	☐
Ich habe eine positive Einstellung zu mir selbst gefunden.	☐	☐	☐	☐

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

31% ausgefüllt

WiSe 2017



Die folgenden Aussagen beziehen sich darauf, wie Sie sich selbst als Elternteil wahrnehmen. Bitte geben Sie für jede Aussage an, wie sehr diese auf sie zutrifft.

	nie	selten	manchmal	oft	meistens
Ich habe oft Erziehungsaufgaben erfolgreich gemeistert, obwohl ich vorher Angst hatte zu versagen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kann bei Anderen den Eindruck erwecken, eine bessere Mutter/ein besserer Vater zu sein, als ich wirklich bin.	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn es möglich ist, vermeide ich es zu beurteilen, wie andere Eltern ihre Elternrolle erfüllen, und habe selbst Angst davor, beurteilt zu werden.	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn Leute mich dafür loben, was für eine gute Mutter bzw. guter Vater ich bin, habe ich Angst davor, ihren Erwartungen in Zukunft nicht mehr entsprechen zu können.	☐	☐	☐	☐	☐
Manchmal denke ich, dass andere Leute nur deshalb ein positives Bild von mir als Mutter/Vater haben, weil sie zufällig nur Situationen miterlebt haben, in denen ich mich gut geschlagen habe.	☐	☐	☐	☐	☐

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

38% ausgefüllt

WiSe 2017



Die folgenden Aussagen beziehen sich darauf, wie Sie sich selbst als Elternteil wahrnehmen. Bitte geben Sie für jede Aussage an, wie sehr diese auf sie zutrifft.

	nie	selten	manchmal	oft	meistens
Ich habe Angst, dass Leute die mir wichtig sind, herausfinden, dass ich meine Elternrolle gar nicht so gut erfüllen kann, wie sie glauben.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich neige dazu, mich mehr an jene Momente zu erinnern, in denen ich meiner Elternrolle weniger gut nachgekommen bin, als an jene, in denen ich eine gute Mutter/ein guter Vater war.	☐	☐	☐	☐	☐
Es gelingt mir selten, eine so gute Mutter bzw. ein so guter Vater zu sein, wie ich gerne möchte.	☐	☐	☐	☐	☐
Manchmal glaube ich, dass das positive Bild, das andere Leute von mir als Elternteil haben, durch einen Irrtum zustande gekommen ist.	☐	☐	☐	☐	☐
Es fällt mir schwer, Komplimente oder Lob dafür, wie gut ich meine Elternrolle ausführe, entgegenzunehmen.	☐	☐	☐	☐	☐

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

44% ausgefüllt

WiSe 2017



Die folgenden Aussagen beziehen sich darauf, wie Sie sich selbst als Elternteil wahrnehmen. Bitte geben Sie für jede Aussage an, wie sehr diese auf sie zutrifft.

	nie	selten	manchmal	oft	meistens
Manchmal glaube ich, dass ich das positive Bild, das andere Leute von mir als Elternteil haben, einer Art von Glück zu verdanken habe.	☐	☐	☐	☐	☐
Zeitweise bin ich enttäuscht darüber wie ich meine Elternrolle erfülle, und denke, dass ich eine viel besser Mutter bzw. ein viel besserer Vater hätte sein müssen.	☐	☐	☐	☐	☐
Manchmal habe ich Angst, dass die anderen merken, wie schlecht ich meine Elternrolle eigentlich erfülle.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich fürchte oft, dass ich bei neuen Herausforderungen des Elterndaseins versagen könnte, obwohl ich solche Situationen im Allgemeinen gut meistern kann.	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn ich als Elternteil eine Herausforderung gemeistert habe, und das von anderen anerkannt wird, beginne ich zu zweifeln, dass ich das auch in Zukunft schaffen kann.	☐	☐	☐	☐	☐

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

50% ausgefüllt

WiSe 2017



Die folgenden Aussagen beziehen sich darauf, wie Sie sich selbst als Elternteil wahrnehmen. Bitte geben Sie für jede Aussage an, wie sehr diese auf sie zutrifft.

	nie	selten	manchmal	oft	meistens
Wenn ich dafür, wie ich meine Elternrolle erfülle, Lob und Anerkennung bekomme, neige ich dazu, die Wichtigkeit dessen, was ich bisher vollbracht habe, herunterzuspielen.	☐	☐	☐	☐	☐
Oft vergleiche ich mich in meiner Rolle als Elternteil mit anderen Eltern in meiner Umgebung und denke, dass die Anderen vermutlich bessere Eltern sind als ich.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich mache mir oft Sorgen, dass es mir nicht gelingt meine Vorstellungen über die Kindererziehung in die Tat umzusetzen, oder dass ich manchen Herausforderungen des Elterndaseins nicht gewachsen bin, obwohl andere beachtliches Vertrauen darin haben, dass ich das schaffen werde.	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn mein Kind irgendetwas gut kann, zögere ich darüber zu reden, bis andere es auch von selbst miterleben.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich fühle mich schlecht oder entmutigt, wenn Menschen, die mir wichtig sind, mich nicht als „die beste Mutter“ bzw. „den besten Vater“ sehen, oder mich als Mutter/Vater nicht zumindest „ganz besonders gut“ finden.	☐	☐	☐	☐	☐

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

56% ausgefüllt

WiSe 2017



Bitte schätzen Sie nun für jede der folgenden Eigenschaften ein, wie sehr diese im Allgemeinen auf Sie zutrifft.

	trifft nie oder fast nie zu trifft immer oder fast immer zu						
fröhlich	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
bescheiden	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
sicher	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
feinfühlig	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
romantisch	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
achtet auf die äußere Erscheinung	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
hartnäckig	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
selbstaufopfernd	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
empfänglich für Schmeicheleien	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
ist bereit, etwas zu riskieren	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

61% ausgefüllt

WiSe 2017



Bitte schätzen Sie nun für jede der folgenden Eigenschaften ein, wie sehr diese im Allgemeinen auf Sie zutrifft.

	trifft nie oder fast nie zu trifft immer oder fast immer zu							
leidenschaftlich	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
abhängig	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
empfindsam	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
konsequent	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
ehrig	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
sachlich	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
tritt bestimmt auf	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
hat Führungseigenschaften	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
benutzt keine barschen Worte	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
entschlossen	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

65% ausgefüllt

WiSe 2017



Bitte schätzen Sie nun für jede der folgenden Eigenschaften ein, wie sehr diese im Allgemeinen auf Sie zutrifft.

	trifft nie oder fast nie zu trifft immer oder fast immer zu							
weichherzig	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
kraftvoll	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
sinnlich	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
verspielt	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
zeigt geschäftsmäßiges Verhalten	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
bemüht, verletzte Gefühle zu besänftigen	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
glücklich	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
wetteifernd	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
liebt Sicherheit	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
nicht leicht beeinflussbar	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

91% ausgefüllt

WiSe 2017



Bitte schätzen Sie nun für jede der folgenden Eigenschaften ein, wie sehr diese im Allgemeinen auf Sie zutrifft.

	trifft nie oder fast nie zu trifft immer oder fast immer zu							
herzlich	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
kritisiert ohne Unbehagen	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
verteidigt die eigene Meinung	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
furchtlos	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
respekt einflößend	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
nachgiebig	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
scharfsinnig	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
unerschrocken	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
verführerisch	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
intelligent	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

74% ausgefüllt

WiSe 2017



Zum Abschluss bitte ich Sie, noch ein paar Fragen zu Ihrer Person zu beantworten.

Bitte geben Sie im unten stehenden Feld Ihr Alter in ganzen Zahlen an.

Bitte geben Sie hier Ihr Geschlecht an.

- ☐ weiblich
☐ männlich

☐ Ich möchte diese Frage nicht beantworten.

Bitte geben Sie im unten stehenden Feld Ihre Nationalität an.

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

78% ausgefüllt

WiSe 2017



Bitte beantworten Sie außerdem noch ein paar Fragen zu Ihrer Familie.

Sind Sie derzeit in einer festen Beziehung?

- ☐ Ja
☐ Nein

Bitte geben Sie im unten stehenden Feld an, wieviele Kinder zu Ihrer Familie gehören.
Es zählen auch nicht-leibliche Kinder.

Bitte geben Sie in den unten stehenden Feldern das Alter Ihres Kindes bzw. Ihrer Kinder in ganzen Zahlen an.
Verwenden Sie für jedes Kind eine neues Feld – weitere Felder erscheinen automatisch.

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

83% ausgefüllt

WiSe 2017



Bitte wählen Sie aus der untenstehenden Liste Ihre höchste abgeschlossene Ausbildung aus.

- ☐ Pflichtschule
- ☐ Lehre
- ☐ Berufsbildende mittlere Schule (BMS)
- ☐ Berufsbildende höhere Schule (BHS), inkl. Kolleg
- ☐ Allgemeinbildende höhere Schule (AHS)
- ☐ Bachelorstudium
- ☐ Master- / Diplomstudium
- ☐ Doktors- / PhD-Studium

Sind Sie aktuell dabei, eine (weitere) Ausbildung zu absolvieren?

- ☐ Ja
- ☐ Nein

Sind Sie aktuell berufstätig?

- ☐ Ja
- ☐ Nein

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

87% ausgefüllt

WiSe 2017



Ist Ihnen im Laufe der Erhebung etwas in den Sinn gekommen das allerdings nicht erfragt wurde?
Haben Sie irgendwelche Anmerkungen zum Fragebogen an sich?
In dem Feld unten haben Sie die Gelegenheit, das nun weiterzugeben.

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

91% ausgefüllt

WiSe 2017



Vielen Dank, dass Sie sich die Zeit genommen haben, diesen Fragebogen zu beantworten!

Wie bereits zu Beginn angemerkt:

Sollten Sie irgendwelche Fragen oder Anmerkungen haben, wenden Sie sich gerne jederzeit unter rebecca.perl@univie.ac.at an mich.

Beste Grüße,
Rebecca Perl.

Weiter

Rebecca Perl BSc., Universität Wien, Fakultät für Psychologie,
Institut für Angewandte Psychologie: Arbeit, Bildung, Wirtschaft

96% ausgefüllt

WiSe 2017

8.2. Anhang B: Gegenüberstellung der originalen und bearbeiteten Items

Original CIPS (Clance Impostor Phenomenon Scale)	Adaption PIPS (Parenting Impostor Phenomenon Scale)
1 Ich habe oft bei einer Aufgabe Erfolg gehabt, obwohl ich vorher Angst hatte zu versagen.	1 Ich habe oft Erziehungsaufgaben erfolgreich gemeistert, obwohl ich vorher Angst hatte zu versagen.
2 Ich kann den Eindruck erwecken, kompetenter zu sein als ich wirklich bin.	2 Ich kann bei Anderen den Eindruck erwecken, eine bessere Mutter/ein besserer Vater zu sein, als ich wirklich bin.
3 Wenn es möglich ist, vermeide ich jemanden zu beurteilen und habe Angst davor, selbst beurteilt zu werden.	3 Wenn es möglich ist, vermeide ich es zu beurteilen, wie andere Eltern ihre Elternrolle erfüllen, und habe selbst Angst davor, beurteilt zu werden.
4 Wenn Leute mich wegen einer Leistung loben, habe ich Angst davor, ihren Erwartungen in Zukunft nicht entsprechen zu können.	4 Wenn Leute mich dafür loben, was für eine gute Mutter bzw. guter Vater ich bin, habe ich Angst davor, ihren Erwartungen in Zukunft nicht mehr entsprechen zu können.

- | | | | |
|----|--|----|--|
| 5 | Manchmal denke ich, meine gegenwärtige Position oder meinen momentanen Erfolg erlangt zu haben, weil ich zur richtigen Zeit am richtigen Platz war oder die richtigen Leute kenne. | 5 | Manchmal denke ich, dass andere Leute nur deshalb ein positives Bild von mir als Mutter/Vater haben, weil sie zufällig nur Situationen miterlebt haben, in denen ich mich gut geschlagen habe. |
| 6 | Ich habe Angst, dass Leute, die mir wichtig sind, herausbekommen, dass ich nicht so fähig bin, wie sie glauben. | 6 | Ich habe Angst, dass Leute die mir wichtig sind, herausfinden, dass ich meine Elternrolle gar nicht so gut erfüllen kann, wie sie glauben. |
| 7 | Ich neige dazu, mich mehr an meine weniger guten als an meine besten Leistungen zu erinnern. | 7 | Ich neige dazu, mich mehr an jene Momente zu erinnern, in denen ich meiner Elternrolle weniger gut nachgekommen bin, als an jene, in denen ich eine gute Mutter/ein guter Vater war. |
| 8 | Ich erledige selten ein Vorhaben oder eine Aufgabe so gut, wie ich gerne möchte. | 8 | Es gelingt mir selten, eine so gute Mutter bzw. ein so guter Vater zu sein, wie ich gerne möchte. |
| 9 | Manchmal glaube ich, dass mein Erfolg durch einen Irrtum zustande gekommen ist. | 9 | Manchmal glaube ich, dass das positive Bild, das andere Leute von mir als Elternteil haben, durch einen Irrtum zustande gekommen ist. |
| 10 | Es fällt mir schwer, Komplimente oder Lob für meine Intelligenz oder meine Leistung entgegenzunehmen. | 10 | Es fällt mir schwer, Komplimente oder Lob dafür, wie gut ich meine Elternrolle ausführe, entgegenzunehmen. |
| 11 | Manchmal habe ich das Gefühl, dass ich meinen Erfolg einer Art von Glück zu verdanken habe. | 11 | Manchmal glaube ich, dass ich das positive Bild, das andere Leute von mir als Elternteil haben, einer Art von Glück zu verdanken habe. |
| 12 | Zeitweise bin ich enttäuscht über meine gegenwärtigen Leistungen und denke, dass ich viel mehr erreichen hätte müssen. | 12 | Zeitweise bin ich enttäuscht darüber wie ich meine Elternrolle erfülle, und denke, dass ich eine viel besser Mutter bzw. ein viel besserer Vater hätte sein müssen. |
| 13 | Manchmal habe ich Angst, dass die anderen merken, wie wenig ich eigentlich weiß und kann. | 13 | Manchmal habe ich Angst, dass die anderen merken, wie schlecht ich meine Elternrolle eigentlich erfülle. |
| 14 | Ich fürchte oft, dass ich bei einer neuen Aufgabe versagen könnte, obwohl mir im Allgemeinen gelingt, was ich versuche. | 14 | Ich fürchte oft, dass ich bei neuen Herausforderungen des Elterndaseins versagen könnte, obwohl ich solche Situationen im Allgemeinen gut meistern kann. |

- | | | | |
|----|--|----|---|
| 15 | Wenn mir etwas gelungen ist und meine Leistung anerkannt wird, beginne ich zu zweifeln, dass ich das Erreichte wiederholen kann. | 15 | Wenn ich als Elternteil eine Herausforderung gemeistert habe, und das von anderen anerkannt wird, beginne ich zu zweifeln, dass ich das auch in Zukunft schaffen kann. |
| 16 | Wenn ich für eine Leistung viel Lob und Anerkennung bekomme, neige ich dazu, die Wichtigkeit dessen, was ich vollbracht habe, herunter zu spielen. | 16 | Wenn ich dafür, wie ich meine Elternrolle erfülle, Lob und Anerkennung bekomme, neige ich dazu, die Wichtigkeit dessen, was ich bisher vollbracht habe, herunterzuspielen. |
| 17 | Oft vergleiche ich meine Fähigkeiten mit denen der Menschen in meiner Umgebung und denke, dass die anderen vermutlich intelligenter sind als ich. | 17 | Oft vergleiche ich mich in meiner Rolle als Elternteil mit anderen Eltern in meiner Umgebung und denke, dass die Anderen vermutlich bessere Eltern sind als ich. |
| 18 | Ich mache mir oft Sorgen, dass mir ein Vorhaben nicht gelingt oder dass ich eine Prüfung nicht bestehe, obwohl andere beachtliches Vertrauen in meinen Erfolg haben. | 18 | Ich mache mir oft Sorgen, dass es mir nicht gelingt meine Vorstellungen über die Kindererziehung in die Tat umzusetzen, oder dass ich manchen Herausforderungen des Elterndaseins nicht gewachsen bin, obwohl andere beachtliches Vertrauen darin haben, dass ich das schaffen werde. |
| 19 | Wenn mir irgendeine Art der Anerkennung wie z.B. eine gute Note bevorsteht, zögere ich, darüber zu reden, bis es tatsächlich geschehen ist. | 19 | Wenn mein Kind irgendetwas gut kann, zögere ich darüber zu reden, bis andere es auch von selbst miterleben. |
| 20 | Ich fühle mich schlecht und entmutigt, wenn ich in Situationen, die große Leistungen erfordern nicht „der/die Beste“ oder wenigstens „ganz besonders gut“ bin. | 20 | Ich fühle mich schlecht oder entmutigt, wenn Menschen, die mir wichtig sind, mich nicht als "die beste Mutter" bzw. "den besten Vater" sehen, oder mich als Mutter/Vater nicht zumindest "ganz besonders gut" finden. |
-

8.3. Anhang C: Tabellen zu den Voranalysen aus Fragenkomplex 1

Tabelle 3

Item Interkorrelationsmatrix Parenting Impostor Phenomenon Scale (PIPS), Adaption der CIPS

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1 Ich habe oft Erziehungsaufgaben erfolgreich...	1.00	.13	.09	.13	.02	.01	-.01	-.11	-.05	-.01	.02	.01	-.02	.14	.01	.04	-.02	.09	.02	.10
2 Ich kann bei Anderen den Eindruck erwecken...	.13	1.00	.13	.32	.38	.33	.26	.20	.26	.18	.22	.28	.27	.20	.22	.21	.21	.25	.11	.24
3 Wenn es möglich ist, vermeide ich es zu...	.09	.13	1.00	.38	.30	.27	.23	.32	.22	.19	.14	.17	.23	.28	.30	.26	.26	.28	.19	.16
4 Wenn Leute mich dafür loben, was für eine...	.13	.32	.38	1.00	.61	.59	.48	.38	.44	.51	.47	.41	.50	.48	.53	.43	.46	.56	.21	.40
5 Manchmal denke ich, dass andere Leute nur...	.02	.38	.30	.61	1.00	.71	.51	.50	.54	.44	.50	.50	.59	.45	.54	.43	.51	.50	.19	.35
6 Ich habe Angst, dass Leute die mir wichtig...	.01	.33	.27	.59	.71	1.00	.65	.61	.68	.53	.56	.66	.72	.56	.66	.52	.59	.59	.27	.37
7 Ich neige dazu, mich mehr an jene...	-.01	.26	.23	.48	.51	.65	1.00	.59	.50	.47	.37	.61	.54	.50	.50	.48	.59	.63	.26	.34
8 Es gelingt mir selten, eine so gute Mutter...	-.11	.20	.32	.38	.50	.61	.59	1.00	.62	.49	.39	.63	.64	.48	.51	.37	.61	.50	.22	.26
9 Manchmal glaube ich, dass das positive Bild...	-.05	.26	.22	.44	.54	.68	.50	.62	1.00	.50	.60	.58	.76	.49	.65	.41	.50	.48	.28	.29
10 Es fällt mir schwer, Komplimente oder Lob...	-.01	.18	.19	.51	.44	.53	.47	.49	.50	1.00	.49	.57	.52	.49	.53	.48	.43	.45	.18	.32
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

Anm.: Korrelationen $\leq 0,4$ sind farblich hervorgehoben.

Welchen Einfluss haben Gender Role Orientation und soziale Medien?

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
11 Manchmal glaube ich, dass ich das positive...	.02	.22	.14	.47	.50	.56	.37	.39	.60	.49	1.00	.45	.62	.47	.64	.48	.37	.43	.35	.34
12 Zeitweise bin ich enttäuscht darüber...	.01	.28	.17	.41	.50	.66	.61	.63	.58	.57	.45	1.00	.63	.49	.54	.39	.62	.55	.18	.26
13 Manchmal habe ich Angst, dass die anderen...	-.02	.27	.23	.50	.59	.72	.54	.64	.76	.52	.62	.63	1.00	.53	.69	.45	.58	.51	.25	.34
14 Ich fürchte oft, dass ich bei neuen Heraus...	.14	.20	.28	.48	.45	.56	.50	.48	.49	.49	.47	.49	.53	1.00	.65	.47	.50	.61	.24	.33
15 Wenn ich als Elternteil eine Herausforderung...	.01	.22	.30	.53	.54	.66	.50	.51	.65	.53	.64	.54	.69	.65	1.00	.51	.56	.57	.33	.39
16 Wenn ich dafür, wie ich meine Elternrolle...	.04	.21	.26	.43	.43	.52	.48	.37	.41	.48	.48	.39	.45	.47	.51	1.00	.45	.52	.34	.34
17 Oft vergleiche ich mich in meiner Rolle als Eltern...	-.02	.21	.26	.46	.51	.59	.59	.61	.50	.43	.37	.62	.58	.50	.56	.45	1.00	.66	.23	.35
18 Ich mache mir oft Sorgen, dass es mir...	.09	.25	.28	.56	.50	.59	.63	.50	.48	.45	.43	.55	.51	.61	.57	.52	.66	1.00	.37	.38
19 Wenn mein Kind irgendetwas gut kann...	.02	.11	.19	.21	.19	.27	.26	.22	.28	.18	.35	.18	.25	.24	.33	.34	.23	.37	1.00	.21
20 Ich fühle mich schlecht oder entmutigt, wenn...	.10	.24	.16	.40	.35	.37	0.34	.26	.29	.32	.34	.26	.34	.33	.39	.34	.35	.38	.21	1.00
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

Anm.: Korrelationen $\leq 0,4$ sind farblich hervorgehoben.

Tabelle 4

Reliabilitätsanalyse Parenting Impostor Phenomenon Scale (PIPS), Adaption der CIPS

	Σ	Cronbach- α	Cronbach- α wenn Item ausgeschlossen
	20	.927	
1 Ich habe oft Erziehungsaufgaben erfolgreich gemeistert, obwohl ich vorher Angst hatte zu versagen.			.933
2 Ich kann bei Anderen den Eindruck erwecken, eine bessere Mutter/ein besserer Vater zu sein, als ich wirklich bin.			.929
3 Wenn es möglich ist, vermeide ich es zu beurteilen, wie andere Eltern ihre Elternrolle erfüllen, und habe selbst Angst davor, beurteilt zu werden.			.929
4 Wenn Leute mich dafür loben, was für eine gute Mutter bzw. guter Vater ich bin, habe ich Angst davor, ihren Erwartungen in Zukunft nicht mehr entsprechen zu können.			.922
5 Manchmal denke ich, dass andere Leute nur deshalb ein positives Bild von mir als Mutter/Vater haben, weil sie zufällig nur Situationen miterlebt haben, in denen ich mich gut geschlagen habe.			.922
6 Ich habe Angst, dass Leute die mir wichtig sind, herausfinden, dass ich meine Elternrolle gar nicht so gut erfüllen kann, wie sie glauben.			.920
7 Ich neige dazu, mich mehr an jene Momente zu erinnern, in denen ich meiner Elternrolle weniger gut nachgekommen bin, als an jene, in denen ich eine gute Mutter/ein guter Vater war.			.922
8 Es gelingt mir selten, eine so gute Mutter bzw. ein so guter Vater zu sein, wie ich gerne möchte.			.922
9 Manchmal glaube ich, dass das positive Bild, das andere Leute von mir als Elternteil haben, durch einen Irrtum zustande gekommen ist.			.922
10 Es fällt mir schwer, Komplimente oder Lob dafür, wie gut ich meine Elternrolle ausführe, entgegenzunehmen.			.923
11 Manchmal glaube ich, dass ich das positive Bild, das andere Leute von mir als Elternteil haben, einer Art von Glück zu verdanken habe.			.923
12 Zeitweise bin ich enttäuscht darüber wie ich meine Elternrolle erfülle, und denke, dass ich eine viel besser Mutter bzw. ein viel besserer Vater hätte sein müssen.			.922
13 Manchmal habe ich Angst, dass die anderen merken, wie schlecht ich meine Elternrolle eigentlich erfülle.			.921

14	Ich fürchte oft, dass ich bei neuen Herausforderungen des Elterndaseins versagen könnte, obwohl ich solche Situationen im Allgemeinen gut meistern kann.	.922
15	Wenn ich als Elternteil eine Herausforderung gemeistert habe, und das von anderen anerkannt wird, beginne ich zu zweifeln, dass ich das auch in Zukunft schaffen kann.	.921
16	Wenn ich dafür, wie ich meine Elternrolle erfülle, Lob und Anerkennung bekomme, neige ich dazu, die Wichtigkeit dessen, was ich bisher vollbracht habe, herunterzuspielen.	.923
17	Oft vergleiche ich mich in meiner Rolle als Elternteil mit anderen Eltern in meiner Umgebung und denke, dass die Anderen vermutlich bessere Eltern sind als ich.	.922
18	Ich mache mir oft Sorgen, dass es mir nicht gelingt meine Vorstellungen über die Kindererziehung in die Tat umzusetzen, oder dass ich manchen Herausforderungen des Elterndaseins nicht gewachsen bin, obwohl andere beachtliches Vertrauen darin haben, dass ich das schaffen werde.	.921
19	Wenn mein Kind irgendetwas gut kann, zögere ich darüber zu reden, bis andere es auch von selbst miterleben.	.929
20	Ich fühle mich schlecht oder entmutigt, wenn Menschen, die mir wichtig sind, mich nicht als "die beste Mutter" bzw. "den besten Vater" sehen, oder mich als Mutter/Vater nicht zumindest "ganz besonders gut" finden.	.926

Anm.: Items, deren Ausschluss die Skalenreliabilität verbessern würde, sind farblich hervorgehoben.

Tabelle 5
Reliabilitätsanalyse Rosenberg Self Esteem Scale (RSE), deutsche Version

	Σ	Cronbach- α	Cronbach- α wenn Item ausgeschlossen
	10	.898	
1	Alles in allem bin ich mit mir selbst zufrieden.		.889
2	Hin und wieder denke ich, dass ich gar nichts taue.		.885
3	Ich besitze eine Reihe guter Eigenschaften.		.895
4	Ich kann vieles genauso gut wie die meisten anderen Menschen auch.		.896
5	Ich fürchte, es gibt nicht viel, worauf ich stolz sein kann.		.890
6	Ich fühle mich von Zeit zu Zeit richtig nutzlos.		.889

7	Ich halte mich für einen wertvollen Menschen, jedenfalls bin ich nicht weniger wertvoll als andere auch.	.886
8	Ich wünschte, ich könnte vor mir selbst mehr Achtung haben.	.892
9	Alles in allem neige ich dazu, mich für einen Versager zu halten.	.877
10	Ich habe eine positive Einstellung zu mir selbst gefunden.	.879

Anm.: Die Items 2, 5, 6, 8, und 9 wurden vor der Berechnung umkodiert.

8.4. Anhang D: Tabellen zu den Voranalysen aus Fragenkomplex 2

Tabelle 6
Reliabilitätsanalyse Bem Sex Role Inventory (BSRI) - verkürzte, deutsche Version

	Σ	Cronbach- α	Cronbach- α wenn Item ausgeschlossen
Skala gesamt	40	.916	
feminin-konnotierte Eigenschaften	20	.861	
1 abhängig			.870
2 achtet auf die äußere Erscheinung			.856
3 bemüht, verletzte Gefühle zu besänftigen			.854
4 benutzt keine barschen Worte			.863
5 bescheiden			.860
7 empfänglich für Schmeicheleien			.855
8 empfindsam			.852
10 feinfühlig			.850
11 fröhlich			.855
13 glücklich			.858
16 herzlich			.851
22 leidenschaftlich			.848
23 liebt Sicherheit			.859
24 nachgiebig			.859
27 romantisch			.847
30 selbstaufopfernd			.857
32 sinnlich			.847
35 verführerisch			.852
36 verspielt			.855
38 weichherzig			.855
maskulin-konnotierte Eigenschaften	20	.907	
6 ehrgeizig			.902
9 entschlossen			.899
12 furchtlos			.902
14 hartnäckig			.901
15 hat Führungseigenschaften			.901

17	intelligent	.905
18	ist bereit, etwas zu riskieren	.905
19	konsequent	.904
20	kraftvoll	.901
21	kritisiert ohne Unbehagen	.905
25	nicht leicht beeinflussbar	.906
26	respekteinflößend	.901
28	sachlich	.907
29	scharfsinnig	.903
31	sicher	.900
33	tritt bestimmt auf	.899
34	unerschrocken	.901
37	verteidigt die eigene Meinung	.901
39	wetteifernd	.909
40	zeigt geschäftsmäßiges Verhalten	.903

Anm.: Die Items wurden im Online Survey in zufälliger Reihenfolge vorgegeben; die Itemnummern entsprechen der alphabetischen Reihenfolge; Items, deren Ausschluss die Skalenreliabilität verbessern würde, sind farblich hervorgehoben.

Tabelle 7
Häufigkeitsverteilung der GRO im Sample

		Femininität		gesamt
		hoch	niedrig	
Maskulinität	hoch	90 (32.14)	48 (17.14)	138 (49.29)
	niedrig	49 (17.50)	93 (33.21)	142 (50.71)
	gesamt	139 (49.64)	141 (50.36)	280 (100)

Anm.: Skala mit 2 Dimensionen zu je 20 Items (7-stufig); 1: trifft nie od. fast nie zu, 7: trifft immer od. fast immer zu. Klassifizierung in hoch od. niedrig anh. *Median-Split-Methode*: Median Fem.: 97, Median Mas.: 91. Werte in Zellen: n (%).

Tabelle 8
Item Nutzungshäufigkeit erhobener Sozialer Medien

	M	SD
facebook	5.79	1,02
Google+	2.16	1,62
You Tube	3.79	1,44
Twitter	1.58	0,90
Instagram	3.31	2,17
Pinterest	2.42	1,44
Snapchat	1.66	1,00
Blogs	2.02	1,37

Anm.: Nutzungsfrequenz-Rating (7-stufig); 1: nie, 7: mehrmals täglich; N für alle erhobenen soziale Medien = 280 (100%).

Tabelle 9
Detailanalyse Nutzungsfrequenz Facebook

	Häufigkeit	%
nie	2	.71
1x im Monat oder seltener	1	.36
mehrmals pro Monat	1	.36
1x pro Woche	--	--
mehrmals pro Woche	134	47.86
täglich	49	17.50
mehrmals täglich	93	33.21

Anm.: N = 280 (100%)

8.5. Anhang E: Tabellen zur Beantwortung der Hypothesen

Tabelle 12

Korrelationsmatrix aller Variablen der multiplen linearen Regression

	1	2	3	4
1 Summenscore <i>PIPS</i>	1.000	.129 *	-.141 **	-.213 ***
2 Facebook Nutzung	.129 *	1.000	.109 *	.090
3 Femininität	-.141 **	.109 *	1.000	.479 ***
4 Maskulinität	-.213 ***	.090	.479 ***	1.000

Anm. * $p \leq .05$; ** $p \leq .01$; *** $p \leq .001$; nicht signifikante Korrelationen sind farblich hervorgehoben.

Tabelle 13

Kollinearitätsdiagnose der Prädiktoren der Intensität des Parenting Impostor Phänomenon

	Varianzanteile pro Dimension				Kollinearitätsstatistik	
	1	2	3	4	Toleranz	VIF
Konstante	.001	.003	.078	.919		
Facebook Nutzung	.002	.588	.138	.273	.986	1.014
Femininität	.001	.053	.481	.466	.766	1.305
Maskulinität	.002	.243	.755	.000	.769	1.300

Anm. alle Werte jew. für die Gesamtstichprobe mit $N = 280$; die höchsten Varianzanteile pro Dimension jeder Variable sind farblich hervorgehoben.

Tabelle 14

Residualstatistik der standardisierten Residuen (fallweise Diagnose)

Durbin-Watson Statistik:	2.064	Fallnummer	Standardisierte Residuen
		5	2.026
		48	2.548
		51	2.187
		89	2.141
		91	2.111
		157	2.304
		164	2.335
		165	2.470
		169	2.507
		246	2.823
		253	3.129
		261	2.362

Anm. die abhängige Variable ist der Summenscore *PIPS*.

8.6. Anhang F: Abstracts der Arbeit in deutscher und englischer Sprache

Deutschsprachiges Abstract

Das *Impostor Phänomen* wird seit Jahrzehnten in klassischen Leistungskontexten untersucht, bisherige Studien gingen allerdings nicht über diesen Kontext hinaus. Da Kindererziehung und Elternrolle immer mehr zum Leistungskontext werden, soll mit dieser Studie untersucht werden, ob auch dieser Bereich relevant für das Entstehen von *Impostor Gedanken* ist. Dazu wurde die *Clance Impostor Phenomenon Scale* auf den neuen Kontext adaptiert und 280 Eltern (269 Frauen, Altersdurchschnitt = 32.79 Jahre), im Rahmen eines Online Surveys, vorgelegt. Es zeigte sich, dass der untersuchte Kontext tatsächlich relevant für Impostor Gedanken ist, dass aber die Vertrautheit mit der Elternrolle diesen Gedanken entgegenwirkt. Wie im klassischen Leistungskontext berichteten auch Eltern, die an kontextspezifischen Impostor Gedanken litten, einen niedrigeren Selbstwert als Eltern, die keine Impostor Gedanken berichteten. Ein weiteres Ziel dieser Arbeit war es, Einflussfaktoren auf die Intensität kontextspezifischer Impostor Gedanken zu untersuchen: *Gender Role Orientation*, da die Elternrolle nach wie vor ein geschlechts-stereotypisiertes Aufgabenfeld ist, und Facebook-Nutzung, da soziale Medien gerade bei Jungeltern ein fixer Bestandteil des Alltags sind. Die durchgeführte multiple lineare Regression zeigt, dass häufige Facebook-Nutzung derartige Gedanken verstärkt. Eine hohe Ausprägung der Dimension Maskulinität geht mit geringeren kontextspezifischen Impostor Gedanken einher. Auch für die Dimension Femininität geht die Tendenz in diese Richtung, der Zusammenhang erreicht in diesem Sample allerdings keine Signifikanz. Impostor Gedanken im Kontext von Kindererziehung und Elternrolle könnten dieselben negativen Auswirkungen auf Wohlbefinden und mentale Gesundheit haben wie im klassischen Leistungskontext. Zudem könnten sie bewirken, dass betroffene Eltern ihre Exzellenzansprüche auf ihre Kinder übertragen, und diese so selbst zu High-Impostors erziehen.

Keywords: Impostor Phänomen, Impostor Gedanken, Elternrolle, Kindererziehung, Leistungsanspruch, Selbstwert, soziale Medien, Gender Role Orientation.

Englischsprachiges Abstract

Considering achievement in the common sense, the *impostor phenomenon* is researched for decades. Still, studies never went beyond this context. Since child-rearing and ones role as a parent, are by now subject to performance-demands, this study aims to analyse if this context is relevant for impostor thoughts. To achieve this, the *Clance Impostor Phenomenon Scale* was adapted to the new context. It was then used by 280 parents (269 female, mean age = 32.79 years) who took part in an online survey. Results showed, that the context of child-rearing an role as a parent is indeed of relevance for impostor thoughts, but that being used to this role can counteract those thoughts. Like in the context of classic performance, parents suffering from impostor thoughts related to parenting reported lower self-esteem than parents who did not report impostor thoughts. Another goal of this study was to analyse factors potentially relevant to the intensity of context-specific impostor thoughts: *Gender role orientation*, because even now child-rearing is a gender-stereotyped field of tasks. And Facebook-use, because especially for now first-time parents the use of social media is an essential part of everyday life. The executed multiple linear regression showed that frequent Facebook-use can intensify those thoughts. A high expression of the masculinity-dimension is associated with reduced context-specific impostor thoughts. Results showed the same tendency for a high expression on the femininity-dimension, even though this relationship failed to reach statistical significance. Impostor thoughts in the context of childrearing and ones role as a parent could bear the same negative effects on wellbeing and mental health as in the context of classic performance. Additionally, they could lead to parents transferring their demands for excellence to their kids, thereby raising them to become high-impostors themselves.

Keywords: Impostor phenomenon, impostor thoughts, role as a parent, child-rearing, performance-demand, self-esteem, social media, gender role orientation.

Welchen Einfluss haben Gender Role Orientation und soziale Medien?