



MASTERARBEIT | MASTER'S THESIS

Titel | Title

Partnerschaften im Kontext von Angst und Vermeidung:
Geschlechtsunterschiede und der Einfluss auf die Zufriedenheit

verfasst von | submitted by

Emily Linsin BSc

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

Wien | Vienna, 2024

Studienkennzahl lt. Studienblatt | Degree
programme code as it appears on the
student record sheet:

UA 066 840

Studienrichtung lt. Studienblatt | Degree
programme as it appears on the student
record sheet:

Masterstudium Psychologie

Betreut von | Supervisor:

Ass.-Prof. Mag. Dr. Harald Werneck

Danksagung

Ich danke meinem Betreuer Ass.-Prof. Mag. Dr. Harald Werneck für die kontinuierliche Unterstützung bei meiner Arbeit und für das Beantworten jeglicher Fragen dazu.

Außerdem danke ich Sophie für ihre durchgehende Unterstützung während des gesamten Studiums und ihre Expertise bei sämtlichen Fragen. Sie war und ist mir immer eine große Hilfe.

Abschließend danke ich meinen Eltern von ganzem Herzen, die mir mein Studium ermöglicht und mich immer in meinen Plänen unterstützen.

Inhaltsverzeichnis

Danksagung.....	3
Inhaltsverzeichnis	4
1. Theoretischer Hintergrund	6
1.1. Partnerschaft und Bindung	6
1.2. Bindungstheorie – Wie Bindung entsteht.....	6
1.3. Kategorisierung der Bindungsstile	7
1.4. Partnerschaften im Kontext von Angst und Vermeidung	8
2. Herleitung der Fragestellungen und Hypothesen.....	9
2.1. Geschlechtsunterschiede	9
2.2. Paarungen mit unsicheren Bindungsstilen	10
2.3. Bewertung der Zufriedenheit	11
3. Methode	12
3.1. Untersuchungsdesign	12
3.2. Stichprobe.....	13
3.3. Operationalisierung	15
3.3.1. Bindungsstil	15
3.3.2. Partnerschaftszufriedenheit	16
4. Ergebnisse	17
4.1. Deskriptive Statistik	17
4.2. Statistische Auswertung	18
4.2.1. Erste Fragestellung	18
4.2.2. Zweite Fragestellung	19
4.2.3. Dritte Fragestellung	19
4.2.4. Vierte Fragestellung	20
5. Diskussion.....	21
5.1. Gründe für Geschlechtsunterschiede.....	21
5.1.1. Art des Messinstruments	22
5.1.2. Art der Stichprobe	23
5.1.3. Evolutionärer Kontext	23
5.2. Nichtvorkommen unsicherer Paarungen	24
5.3. Partnerschaftszufriedenheit in Abhängigkeit vom Partner/von der Partnerin.....	25
5.3.1. Zufriedenheit Frau	25

5.3.2. Zufriedenheit Mann	26
5.4. Einfluss der eigenen Ausprägung von Angst und Vermeidung	26
5.5. Limitationen	27
5.6. Stärken.....	28
5.7. Praktische Implikationen und Ausblick	28
5.8. Fazit.....	29
Literaturverzeichnis	30
Abbildungsverzeichnis.....	36
Tabellenverzeichnis	37
Abkürzungsverzeichnis.....	38
Anhang.....	39
Abstract (Deutsch).....	39
Abstract (Englisch).....	40

1. Theoretischer Hintergrund

1.1. Partnerschaft und Bindung

Menschen sehnen sich ihr ganzes Leben lang nach befriedigenden, zwischenmenschlichen Beziehungen wie Familie, Partner- oder Freundschaften (Baumeister & Leary, 1995). Gemein hierbei ist die Hoffnung Wertschätzung, Geborgenheit und Zärtlichkeit in einer festen Partnerschaft zu erfahren (Buss, 2004). Zusätzlich fungieren intime Partnerschaften als eine der wichtigsten Quellen für Lebensfreude und psychische Stabilität (Hahlweg & Bodenmann, 2003).

Bindung kann als affektives Band zwischen zwei Personen verstanden werden (Ainsworth, 1973) und stellt ein angeborenes und psychisches Grundbedürfnis der Menschen dar (Grawe, 2004; Schindler et al., 2013). Evolutionär gesehen dient Bindung als ein Überlebensmechanismus, der zu Beginn das sichere Aufwachsen des Kindes und später die Verbundenheit eines Paares sicherstellen soll. Durch die Nähe zu einem anderen Menschen können Herausforderungen besser bewältigt werden, was gleichzeitig eine biologische Schutzfunktion darstellt. Je länger eine Partnerschaft dauert, desto stärker kann die Bindung werden (Schindler et al., 2013). Die Qualität einer Bindung ist unter anderem ausschlaggebend für die Beziehungsqualität und weiterführend für die Partnerschaftszufriedenheit (Bierhoff & Rohmann, 2021). Partnerschaftszufriedenheit wirkt sich wiederum auf viele andere Bereiche, wie beispielsweise auf die allgemeine Lebenszufriedenheit (Berscheid & Reis, 1998), das Wohlbefinden (Proulx et al., 2007) oder die Gesundheit (Coan et al., 2013) positiv aus und verdeutlicht die Wichtigkeit von zufriedenstellenden Beziehungen.

1.2. Bindungstheorie – Wie Bindung entsteht

Der Kernaspekt der Bindungstheorie befasst sich mit der evolutionär angeborenen Neigung intensive emotionale und andauernde Beziehungen zu bestimmten, nicht ersetzbaren Menschen zu entwickeln (Stöcker et al., 2003). Begründer der Bindungstheorie ist der britische Psychoanalytiker und Kinderpsychiater John Bowlby (Matyjas, 2015). Aufbauend auf seine Beobachtungen von Mutter-Kind-Trennungen zu Beginn der 1940er Jahre entwickelte er die Theorie, dass die Qualität von späteren emotional bedeutsamen Beziehungen bereits im frühkindlichen Stadium durch die Interaktion mit der primären Bezugsperson geprägt werden kann (Bowlby, 1979). Bereits im Säuglingsalter erlernen Kinder durch den sich wiederholenden Kontakt mit der primären Bezugsperson, häufig der Mutter, zwischenmenschliche Interaktionsmuster (Fremmer-Bombik, 2011). Diese spezifischen und generalisierten Erfahrungen mit der Bindungsperson werden im Gehirn als

internale Arbeitsmodelle gespeichert (Stöcker et al., 2003). Die Arbeitsmodelle verfestigen sich über die Zeit als stabile innere Repräsentation von sich selbst und der Bindungsfigur. Sie helfen dem Kind Verhaltensweisen auszuwählen, die am besten geeignet sind, um Nähe und Erreichbarkeit mit der Bindungsperson herzustellen und aufrechtzuerhalten (Fremmer-Bombik, 2011). Wird die physische oder emotionale Unversehrtheit des Kindes objektiv oder subjektiv bedroht, aktiviert sich dessen Bindungssystem und das Bindungsverhalten, das im internalen Arbeitsmodell gespeichert ist, wird hervorgerufen. Dies kann bei Angst, Schmerz, Kummer oder Krankheit der Fall sein (Lengning & Lüpschen, 2012). Typische Verhaltensweisen, die ein Bedürfnis nach Nähe, Schutz und Sicherheit charakterisieren, sind Lächeln, Weinen, Schreien, Anklammern oder Nachlaufen (Bowlby, 1979). Bei der Bezugsperson wird daraufhin das Pflegeverhaltenssystem aktiviert, welches das Ziel hat, die Nähe- und Schutzbedürfnisse des Kindes zu erfüllen (Brenk, 2005). Die Qualität des Pflegeverhaltenssystems wird zu einem großen Teil durch das Ausmaß an Feinfühligkeit der Bezugsperson definiert (Ainsworth et al., 1978). Je nachdem, wie feinfühlig die Bindungsperson reagiert, nimmt sich das Kind unterschiedlich stark akzeptiert, liebenswert und kompetent selbst wahr (Bowlby, 1973). Sind die Bedürfnisse des Kindes befriedigt, aktiviert sich das Explorationsverhaltenssystem. Hierbei erkundet das Kind seine Umwelt und erlangt neue Kompetenzen, wobei es sich bei Unsicherheiten an seine Bezugsperson wendet (Brenk, 2005). Alle drei Systeme sind laut Bowlby (1969) angeborene evolutionsbiologische Mechanismen, die das Überleben sichern und die Weitergabe der Gene garantieren. Ainsworth et al. (1978) überprüften Bowlbys Hypothesen mithilfe des Fremde-Situations-Test (FST), bei dem die Trennungs- und Wiedervereinigungsphasen von Kleinkindern im Alter von 12-18 Monaten studiert wurden. Auf dieser Grundlage konnten drei verschiedene Bindungsmuster – sicher, unsicher-vermeidend und unsicher-ambivalent – identifiziert werden. Später wurde das desorganisierte Bindungsmuster ergänzt (Main et al., 1985). Während im Kindesalter von impliziten Bindungsmustern die Rede ist, wird im Erwachsenenalter von Bindungsstilen gesprochen, die explizit erhoben werden können (Levy et al., 2011).

1.3. Kategorisierung der Bindungsstile

Das Modell der Bindungsmuster wurde im Laufe der Jahre erweitert und verändert. Hazan und Shaver (1987) postulierten die Übertragbarkeit der Bindungsstile auf Partnerschaften, mit der These, dass Liebesbeziehungen ebenfalls Bindungsbeziehungen seien. Bartholomew (1990) entwickelte den Ansatz mit der Idee weiter, dass sich die Bindungsstile in Partnerschaften sowohl aus positiven oder negativen Arbeitsmodellen von

sich selbst und der anderen Person zusammensetzen. So entstand ein Vier-Felder-Schema mit vier Bindungsstilen, welche sich gegenüber den ursprünglichen drei Typen durchsetzen konnten (Matyjas, 2019). Aufgrund inhaltlicher und methodologischer Kritik der kategoriellen Erfassung der Bindungsstile wurden Bindungsskalen entwickelt, welche, wie nachfolgende Untersuchungen zeigten, den Bindungsdimensionen Angst und Vermeidung zugrunde liegen. Jede Person erhält nun einen individuellen Wert auf den zwei Bindungsdimensionen, statt einem spezifischen Bindungstyp zugeordnet zu werden (Brennan et al., 1998; Grau, 1999). Angemerkt werden sollte, dass Studien, welche die Veränderbarkeit der Bindungsstile über die Zeit hinweg postulieren, existieren (Fraley, 2002).

1.4. Partnerschaften im Kontext von Angst und Vermeidung

Auf Grundlage der beiden Dimensionen Angst und Vermeidung kann von einem sicheren Bindungsstil gesprochen werden, wenn beide Dimensionen gering ausgeprägt sind. Unsicher gebundene Personen haben in einer oder beiden Dimensionen eine hohe Ausprägung (Matyjas, 2019). Bartholomews Modell folgend sind die verschiedenen Bindungsstile auf positive oder negative Arbeitsmodelle des Selbst und der Anderen zurückzuführen. Demnach haben sicher gebundene Personen sowohl ein positives Selbst- als auch Fremdbild und unsicher gebundene Personen mindestens ein negatives. Ängstlich Gebundene weisen ein negatives Selbst- und positives Fremdbild auf, wohingegen sich vermeidend Gebundene durch ein positives Selbst- und negatives Fremdbild auszeichnen (Bartholomew, 1990).

Personen, die eine hohe Ausprägung in Angst aufweisen, erleben ein starkes Bedürfnis nach Nähe, Unterstützung, Akzeptanz und Beruhigung (Shaver & Mikulincer, 2002). Gleichzeitig mangelt es ihnen an Sicherheit (Shaver & Mikulincer, 2002), was sich in besitzergreifendem und anklammerndem Verhalten dem Partner/der Partnerin gegenüber äußert (Neumann et al., 2007). Da die Bedürfnisse nicht dauerhaft befriedigt werden können, verspüren bindungsängstliche Personen in Folge oft negative Gefühle (Shaver & Mikulincer, 2002), die zu feindlichem Verhalten dem Partner/der Partnerin gegenüber, einer intensiveren Stressbelastung (Collins & Feeney, 2000; Creasey & Hesson-McInnis, 2001) und vermehrten Konflikten (von Sydow, 2016) führen können. Dies führt dazu, dass ängstlich gebundene Personen ihrem Partner/ihrer Partnerin mehr schuld-induziertes Verhalten zeigen, was wiederum zu Schuldgefühlen bei diesem/dieser führt. Bindungsängstliche Personen interpretieren die Schuldgefühle des Partners/der Partnerin als ihnen zugewandtes Verhalten und fühlen sich infolgedessen wohler (Overall et al., 2014).

Hohe Werte in der Vermeidungsdimension gehen mit Angst vor Nähe und Verbundenheit einher (Shaver & Mikulincer, 2002). Emotionale Distanz und Selbstständigkeit werden präferiert (Mikulincer & Shaver, 2016), um vom Partner unabhängig zu bleiben (Brennan et al., 1998). Konflikte werden als Bedrohung der Unabhängigkeit angesehen und resultieren in einem Rückzug aus der Partnerschaft (Brassard et al., 2009). Auch emotionale Nähe löst bei vermeidenden Personen ein Rückzugsverhalten aus (Feeney & Fitzgerald, 2019), wobei festgestellt werden konnte, dass sowohl stark und gering vermeidende Personen die Emotionen der Partner*innen adäquat wahrnehmen können. Stark vermeidende Personen überschätzen jedoch die Intensität der negativen Emotionen ihrer Partner*innen und reagieren darauf mit stärker feindseligem und ablehnendem Verhalten (Overall et al., 2015). Generell geben bindungsunsichere Personen über Studien hinweg eine niedrigere Partnerschaftszufriedenheit an als sicher gebundene (Li & Chan, 2012; von Sydow, 2016).

2. Herleitung der Fragestellungen und Hypothesen

2.1. Geschlechtsunterschiede

Die Verteilung der Bindungsstile ist unter anderem abhängig von der Stichprobe und dem Messinstrument. In klinischen Stichproben sind die unsicheren Bindungsstile häufiger vertreten als in der allgemeinen Bevölkerung, wobei diese Unterschiede häufig durch das Alter, das Geschlecht und die psychische Pathologie erklärt werden können (Neumann & Tress, 2005). Oft ist in der Allgemeinbevölkerung der sichere Bindungsstil am häufigsten vertreten, gefolgt vom vermeidenden und ängstlichen Bindungsstil (Alexandrov et al., 2005; Bakermans-Kranenburg & van IJzendoorn, 2009; Collins & Read, 1990; Hazan & Shaver, 1987), wobei die Häufigkeiten je nach Stichprobe variieren können.

Bezogen auf die Ausprägung von Angst und Vermeidung liegen uneindeutige Ergebnisse hinsichtlich Geschlechtsunterschiede vor. Einige Studien konnten Unterschiede zwischen den Geschlechtern nur bei einer der beiden Dimensionen Angst oder Vermeidung feststellen. In einer Studie von Neumann et al. (2007) war die Vermeidung bei Männern in einer studentischen Stichprobe höher ausgeprägt als bei den Frauen, wobei bei der Ausprägung von Angst kein Unterschied zwischen den Geschlechtern gefunden wurde. Zu diesem Ergebnis kamen auch Impett et al. (2008). In der darauffolgenden Replikationsstichprobe wurde ein gegenteiliges Ergebnis gefunden. Bei der Ausprägung hinsichtlich Vermeidung war kein Unterschied zwischen Männern und Frauen feststellbar, wohingegen Frauen eine höhere Ausprägung in Angst aufwiesen (Neumann et al., 2007). Dieses Ergebnis konnte auch von Mark et al. (2018) gefunden werden. Andere Studien

fanden sowohl bei Angst als auch bei Vermeidung Geschlechtsunterschiede, wobei die Bindungsangst höher bei Frauen und die Bindungsvermeidung höher bei den Männern ausgeprägt war (Weber et al., 2022). In der Metaanalyse von Del Giudice (2011), die 85 Studien umfasst, konnten sehr kleine Geschlechtsunterschiede in den beiden Dimensionen Angst und Vermeidung festgestellt werden. So waren Männer tendenziell höher in Vermeidung und Frauen etwas höher in Angst ausgeprägt, mit sehr geringen Effektstärken von Cohen's $d = .04$ für den Unterschied in der Angstaussprägung und Cohen's $d = .02$ für den Unterschied in der Vermeidungsausprägung. Es gibt auch ältere Studien, bei denen keine geschlechtsspezifischen Unterschiede in Bezug auf Angst und Vermeidung zwischen Männern und Frauen gefunden wurden. Hier wurden teilweise andere Erhebungsinstrumente als der „Experiences in Close Relationships“ Fragebogen (ECR; Brennan et al., 1998), einem gängigen Fragebogen zur Erfassung der Bindung, bzw. veraltete Messinstrumente verwendet (Bakermans-Kranenburg & van IJzendoorn, 2009; Hazan & Shaver, 1987; Shi, 2003). Collins und Read (1990) konnten ebenfalls keine Geschlechtsunterschiede feststellen, fanden jedoch heraus, dass Frauen tendenziell etwas ängstlicher waren als Männer.

Auf Grundlage der uneindeutigen Ergebnisse in der Literatur befasst sich die erste Fragestellung mit der Frage, ob es Unterschiede in Bezug auf die Ausprägungen von Angst und Vermeidung zwischen Männern und Frauen gibt. Hierbei wird folgendes postuliert:
Hypothese 1a: Frauen weisen höhere Angstwerte als Männer (in einer Beziehung) auf.
Hypothese 1b: Männer weisen höhere Vermeidungswerte als Frauen (in einer Beziehung) auf.

2.2. Paarungen mit unsicheren Bindungsstilen

Weiters finden sich in der Literatur Hinweise darauf, dass es selten zu gleich unsicher ausgeprägten Paarungen kommt. Dies erklärt sich dadurch, dass das Verhalten der ähnlich unsicheren Bindungsperson gegen die eigenen Erwartungen an das Verhalten dieser verstößt. Hoch vermeidende Personen nehmen an, dass ihr Partner/ihre Partnerin anspruchsvoll, anhänglich und abhängig ist, wohingegen hoch ängstliche Personen annehmen, dass ihr Partner/ihre Partnerin abweisend ist und Intimität vermeidet (Kirkpatrick & Davis, 1994). Eine Beziehung, in der beispielsweise beide Personen hoch in Vermeidung ausgeprägt sind, würde nicht lange bestehen, da beide Parteien wenig Engagement für die Aufrechterhaltung der Beziehung aufbringen (Collins & Read, 1990). Andererseits erklärt sich dadurch auch, wieso vermeidende Personen oft in Beziehungen mit ängstlichen Personen sind und umgekehrt genauso (Collins & Read, 1990; Kirkpatrick & Davis, 1994; Simpson, 1990;

Simpson & Overall, 2014). Die ängstlich ausgeprägte Person versucht die Beziehung durch hohes Engagement aufrechtzuerhalten, wodurch das vermeidende Verhalten bei der anderen Person verstärkt wird. Dies verstärkt wiederum die Angst vor dem Verlassenwerden bei der ängstlichen Person (Collins & Read, 1990).

Basierend auf diesen Erkenntnissen, soll in der vorliegenden Stichprobe nach Sichtung der Daten überprüft werden, ob Paarungen vorliegen, bei denen beide Personen in einer Partnerschaft gleich unsicher ausgeprägt sind. Hierbei wird postuliert:

Hypothese 2a: Es gibt keine Paarung, bei der sowohl der Partner als auch die Partnerin hoch vermeidend gebunden ist.

Hypothese 2b: Es gibt keine Paarung, bei der sowohl der Partner als auch die Partnerin hoch ängstlich gebunden ist.

2.3. Bewertung der Zufriedenheit

Ebenfalls uneindeutige Ergebnisse liegen bei der Bewertung der Zufriedenheit bei Frauen und Männern in einer Partnerschaft in Abhängigkeit von der Ausprägung von Angst und Vermeidung ihrer Partner*innen vor. Es wurde einerseits herausgefunden, dass Vermeidung stärker negativ mit Partnerschaftszufriedenheit korrelierte als Angst (Neumann et al., 2007). Collins und Read (1990) fanden andererseits heraus, dass Frauen unzufriedener mit der Partnerschaft waren, wenn sie Angst hatten, verlassen zu werden, als wenn sie eine hohe Ausprägung in Vermeidung aufwiesen. In der Studie von Kirkpatrick und Davis (1994) waren Frauen in einer Beziehung nicht unzufriedener mit ihren Partnern, wenn diese vermeidend waren. Simpson (1990) kam zu dem Ergebnis, dass eine hohe Ausprägung von Angst beim Mann keine negativen Auswirkungen auf die Zufriedenheit der Frau hatte, wohingegen Mikulincer und Shaver (2016) sowie Bierhoff und Rohmann (2021) postulierten, dass sowohl die Angst als auch die Vermeidung beim Mann zu Unzufriedenheit bei der Frau führen.

Auch beim Mann gibt es uneindeutige Ergebnisse im Hinblick auf die Beziehungszufriedenheit. Frühere Studien kamen zu dem Ergebnis, dass Männer am unzufriedensten waren, wenn ihre Partnerinnen ängstlich gebunden waren (Collins & Read, 1990; Simpson, 1990). Neuere Studien kamen zu dem Schluss, dass die Vermeidung bei Frauen stärker als die Angst bei Frauen mit Beziehungsunzufriedenheit der Männer verbunden ist (Bierhoff & Rohmann, 2020; Mikulincer & Shaver, 2016).

Die dritte Forschungsfrage beschäftigt sich daher mit der Frage, wie zufrieden Männer und Frauen in Abhängigkeit vom Bindungsstil ihrer Bindungsperson sind. Dabei wird postuliert:

Hypothese 3a: Je vermeidender der Bindungsstil ihrer Partner, desto unzufriedener sind Frauen.

Hypothese 3b: Je ängstlicher der Bindungsstil ihrer Partner, desto unzufriedener sind Frauen.

Hypothese 3c: Männer sind unzufriedener, wenn die Partnerin vermeidend ist, als wenn die Partnerin ängstlich ist.

Abschließend wird als vierte Forschungsfrage untersucht, ob die eigene Bindungsangst und -vermeidung ebenfalls zu einer negativeren Bewertung der Partnerschaftszufriedenheit führt. In der Literatur wird deutlich, dass sicher gebundene Personen zufriedener in ihrer Partnerschaft sind als unsicher gebundene. Diese Ergebnisse wurden sowohl bei Männern als auch bei Frauen gefunden (Kane et al., 2007; Li & Chan, 2012; Mikulincer & Shaver, 2016; Neumann et al., 2007; von Sydow, 2016), wobei die Vermeidung beim Mann oftmals stärker mit niedrigerer Zufriedenheit zusammenhing. Eine Metaanalyse kam zu dem Ergebnis, dass sowohl die eigene Ausprägung von Angst als auch Vermeidung Prädiktoren für Unzufriedenheit bei Männern und bei Frauen in Beziehungen sind (Li & Chan, 2012).

Um diese Ergebnisse zu überprüfen, wurden vier Hypothesen formuliert:

Hypothese 4a: Die Ausprägung der Bindungsangst der Frau hat einen negativen Einfluss auf die eigene Bewertung der Partnerschaftszufriedenheit.

Hypothese 4b: Die Ausprägung der Bindungsvermeidung der Frau hat einen negativen Einfluss auf die eigene Bewertung der Partnerschaftszufriedenheit.

Hypothese 4c: Die Ausprägung der Bindungsangst des Mannes hat einen negativen Einfluss auf die eigene Bewertung der Partnerschaftszufriedenheit.

Hypothese 4d: Die Ausprägung der Bindungsvermeidung des Mannes hat einen negativen Einfluss auf die eigene Bewertung der Partnerschaftszufriedenheit.

3. Methode

3.1. Untersuchungsdesign

Die Daten der vorliegenden Studie wurden mithilfe eines zusammengestellten Fragebogens über die Onlineplattform „SoSci Survey“ gesammelt. Die Umfrage war drei Monate und 13 Tage im Zeitraum von 21.12.2023 bis 02.04.2024 geöffnet und mithilfe eines Links erreichbar. Die Rekrutierung der Studienteilnehmer*innen erfolgte über Aufrufe in Studiengruppen auf WhatsApp, direktes Ansprechen persönlicher Kontakte, Aufhängen von Flyern auf dem Universitätsgelände in Wien und einen Großteil über das persönliche Verteilen von Flyern in einer privaten Kinderarztpraxis in Niederösterreich. Da die

Studienteilnehmer*innen als Paare untersucht wurden, war das Vorhandensein der Beantwortung des Fragebogens von beiden Parteien in einer Partnerschaft Voraussetzung, um in die statistische Auswertung miteinzufließen. Des Weiteren mussten die Paare zum Zeitpunkt der Erhebung mindestens 6 Monate in einer Partnerschaft und mindestens 18 Jahre alt sein. Diese Kriterien sollten sicherstellen, dass ernsthafte, romantische Beziehungen im Gegensatz zu lockeren, unverbindlichen Verhältnissen untersucht werden. Ebenfalls eine Voraussetzung für den Einschluss der Daten war, dass die Studienteilnehmer*innen heterosexuell sind und sich dem weiblichen oder männlichen Geschlecht zugehörig fühlen, da der Fokus der Arbeit auf der heterosexuellen Orientierung liegt. Außerdem wurde vor Start der Erhebung darauf hingewiesen, dass es notwendig ist, den Fragebogen selbstständig und ohne Anwesenheit des Partners/der Partnerin auszufüllen. Dies sollte sicherstellen, dass der Fragebogen von beiden Parteien ehrlich und ohne den Einfluss des Partners/der Partnerin beantwortet wird. Um die Paare bei der Analyse einander zuordnen zu können, sollten die Versuchsteilnehmer*innen zu Beginn der Umfrage einen anonymen Code, bestehend aus fünf Zeichen, die sich aus verschiedenen Sicherheitsfragen ableiten, erstellen. Derselbe Code konnte nur von dem dazugehörigen Partner/der dazugehörigen Partnerin generiert werden. So sollte beispielsweise die Anzahl der gemeinsamen Kinder oder der erste Buchstabe des Vornamens der Mutter der Partnerin ein Zeichen im anonymen Code darstellen. Da die Daten mittels Fragebögen zu einem Zeitpunkt ohne Messwiederholung erhoben wurden, liegt eine quantitativ-querschnittliche Untersuchung vor.

3.2. Stichprobe

Insgesamt wurden 348 Datensätze abgeschlossen, wovon nach Ein- und Ausschlusskriterien 262 Datensätze für die statistischen Analysen verwendet werden konnten. Da Paare erhoben wurden, ergibt sich eine gleichmäßige Verteilung von 131 Männern (50%) und 131 Frauen (50%). Im Durchschnitt waren die Personen 33.91 Jahre alt, wobei die jüngste Person 18 Jahre und die älteste 66 Jahre alt war ($SD = 9.95$). Mit 32.8% ist die am häufigsten genannte Dauer der Beziehung fünf bis zehn Jahre, gefolgt von der drei- bis vierjähriger Beziehungsdauer (17.9%). Die Mehrheit der Befragten gab an verheiratet zu sein (58%). 131 Personen (50%) gaben einen Universitäts- oder Fachhochschulabschluss als höchste abgeschlossene Ausbildung an. Nähere Informationen zu den demografischen Daten sind in Tabelle 1 dargestellt.

Tabelle 1*Stichprobenbeschreibung (N = 262)*

	<i>absolute Häufigkeiten (n)</i>	<i>relative Häufigkeiten (%)</i>
Geschlecht		
männlich	131	50%
weiblich	131	50%
Bildung		
Hauptschule/Mittelschule/poly- technischer Lehrgang	6	2.3%
Lehre	35	13.4%
Berufsbildende mittlere Schule	18	6.9%
AHS/BHS (Matura/Abitur)	60	22.9%
Universität/Fachhochschule	131	50%
andere	12	4.6%
verheiratet		
ja	152	58%
nein	110	42%
Beziehungsdauer		
6 bis 11 Monate	21	8%
1 bis 2 Jahr(e)	21	8%
3 bis 4 Jahre	47	17.9%
5 bis 10 Jahre	86	32.8%
11 bis 15 Jahre	40	15.3%
16 bis 20 Jahre	24	9.2%
21 bis 25 Jahre	11	4.2%
26 bis 30 Jahre	2	0.8%
31 bis 35 Jahre	8	3.1%
36 bis 40 Jahre	2	0.8%

Datensätze, die unvollständig waren oder bei denen der Partner/die Partnerin gefehlt hat, wurden aus der Analyse ausgeschlossen. So mussten 79 vollständige Datensätze unter anderem ausgeschlossen werden, weil nicht beide Personen in einer Partnerschaft an der

Umfrage teilgenommen haben oder eine der Parteien die Umfrage vorzeitig abgebrochen hat. Es konnte festgestellt werden, dass bei 56 Datensätzen der Partner gefehlt hat und bei 23 Datensätzen die Partnerin. Weitere drei Paare, bei denen zwei Mal dasselbe Geschlecht angegeben wurde, mussten ebenfalls ausgeschlossen werden.

Würde den Personen ein Bindungsstil zugeordnet werden, würden von 262 befragten Personen 227 (86.64%) einen sicheren Bindungsstil aufweisen. 29 Personen (11.07%) könnten dem ängstlichen Bindungsstil zugeordnet werden und sechs Personen (2.29%) einem vermeidenden Bindungsstil. Wie bereits im Vorhinein vermutet, konnten keine ängstlich-ängstlich Paarungen oder vermeidend-vermeidend Paarungen gefunden werden. Am häufigsten kam die Paarung sicher-sicher vor (98 Paare), gefolgt von der Paarung ängstliche Frau und sicherer Mann (16 Paare). Zwei Paare würden als ängstlich-vermeidend beziehungsweise vermeidend-ängstlich eingestuft werden. Alle Bindungsstilkombinationen und deren Häufigkeiten sind in Tabelle 2 ersichtlich.

Tabelle 2

Bindungsstilkombinationen

	sichere F	ängstliche F	vermeidende F	Gesamt M
sicherer M	98 (74.81%)	16 (12.21%)	2 (1.53%)	116 (88.55%)
ängstlicher M	11 (8.4%)		1 (0.76%)	12 (9.16%)
vermeidender M	2 (1.53%)	1 (0.76%)		3 (2.29%)
Gesamt F	111 (84.73%)	17 (12.98%)	3 (2.29%)	131 (100%)

Anmerkung. Die angegebenen Prozente in Klammern beziehen sich auf die erhobenen Paare ($n = 131$) der vorliegenden Gesamtstichprobe ($N = 262$).

F = Frauen; M = Männer.

3.3. Operationalisierung

3.3.1. Bindungsstil

Zur Erfassung des Bindungsstils wurde der „Bochumer Bindungsfragebogen“ (BoBi; Neumann et al., 2012) verwendet, der die deutsche Übersetzung des „Experiences in Close Relationships“ (ECR; Brennan et al., 1998) darstellt. Der ECR-Fragebogen basiert auf bindungstheoretischen Annahmen und wurde 2002 von Neumann ins Deutsche übersetzt. Der BoBi umfasst 36 Items zum generellen Erleben und Verhalten in Partnerschaften. Er dient der Erfassung von Selbsteinschätzungen der partnerschaftlichen Bindung im Erwachsenenalter bezüglich der Konstrukte Angst und Vermeidung. Diese werden mithilfe des Fragebogens

dimensional mit je 18 Items erfasst. Bindungsvermeidung ist durch Unwohlsein mit emotionaler Nähe zum Partner/zur Partnerin charakterisiert, wodurch Nähe vorwiegend vermieden wird. Ein Beispielitem, das die Bindungsvermeidung misst, lautet: „Ich fühle mich sehr wohl, wenn ich meinem Partner nahe bin“. Bindungsangst bezeichnet eine starke gedankliche Beschäftigung mit der Partnerschaft und das gleichzeitige Gefühl nicht genug Aufmerksamkeit und Liebe vom Partner/von der Partnerin zu bekommen (Neumann et al., 2007). Ein Beispielitem für die Bindungsangst wäre: „Ich mache mir Gedanken darüber, dass mein Partner sich nicht so um mich kümmert wie ich mich um ihn.“. Die Beantwortung des Fragebogens erfolgt mithilfe einer siebenstufigen Skala von 1 (*Stimmt überhaupt nicht*) bis 7 (*Stimmt voll und ganz*). Items mit einer geraden Zahl messen die Bindungsangst, wohingegen Items mit ungeraden Zahlen die Bindungsvermeidung messen. Zur Auswertung wurden die Items 3, 15, 19, 22, 25, 27, 29, 31, 33 und 35 umcodiert. Bei der Beantwortung der Fragen können insgesamt mindestens 36 und höchstens 252 Punkte beziehungsweise pro Skala mindestens 18 und höchstens 126 Punkte erreicht werden. Die Skalenwerte Bindungsangst und Bindungsvermeidung wurden gebildet, indem der Mittelwert der jeweiligen Skala ermittelt wurde (Neumann et al., 2012). Da es beim BoBi keinen Cut-off Wert gibt, wird von einer hohen Vermeidung oder hohen Angst gesprochen, wenn der jeweilige Mittelwert größer als vier ist. Um unterrepräsentierte Bindungsstilgruppen und den Verlust von Informationen zu vermeiden, wird im Folgenden nicht in Bindungsstile kategorisiert, sondern von einer niedrigen oder hohen Ausprägung von Angst und Vermeidung gesprochen. Da sich die Aussagen beim BoBi abwechselnd auf „eine/n“ Partner/in und den jetzigen Partner/die jetzige Partnerin beziehen, wurden die Items so abgeändert, dass ausschließlich vom jetzigen Partner/von der jetzigen Partnerin die Rede ist, sich die Teilnehmer*innen also auf ihren aktuellen Partner/ihre aktuelle Partnerin beziehen. Die interne Konsistenz des BoBi kann mit einem Cronbach's α von .826 laut Blanz (2015) als hoch eingestuft werden. Die Items erwiesen sich als trennscharf und die beiden Skalen Angst und Vermeidung stellten sich als unabhängig voneinander dar (Neumann et al., 2007). Die Retest-Reliabilität der beiden Skalen Angst und Vermeidung fiel bei einer Studie zur Kurzform des Fragebogens von Wei et al. (2007) ebenfalls sehr hoch aus ($r = .82$ für Angst bzw. $r = .86$ für Vermeidung).

3.3.2. Partnerschaftszufriedenheit

Zur Erfassung der Partnerschaftszufriedenheit wurde das „Instrumentarium zur Erfassung der Zufriedenheit in Paarbeziehungen“ (ZIP; Hassebrauck, 1991) verwendet. Dieses ist die deutsche Version der „Relationship Assessment Scale“ (RAS; Hendrick, 1988) und misst die generelle Zufriedenheit in Partnerschaften anhand von sieben Items. Ein

Beispielitem des ZIP lautet „Wie gut erfüllt Ihre Beziehung Ihre ursprünglichen Erwartungen?“. Die Fragen können je nach Zustimmung oder Ablehnung anhand einer siebenstufigen Skala von 1 (*gar nicht gut/zufrieden usw.*) bis 7 (*sehr gut/zufrieden usw.*) beantwortet werden. Insgesamt können beim ZIP mindestens sieben und höchstens 49 Punkte erreicht werden. Zur Berechnung des Wertes für die Partnerschaftszufriedenheit wurde der Mittelwert gebildet, wobei bei Werten größer vier von einer hohen Partnerschaftszufriedenheit ausgegangen wird. Das ZIP erwies sich als sehr ökonomisches Messinstrument mit einer hohen internen Konsistenz von $\alpha = .883$, trotz der geringen Anzahl an Items.

Die statistischen Analysen wurden mit dem Programm IBM SPSS Statistics (Version 29.0) durchgeführt. Für die Berechnung der einseitigen Konfidenzintervalle der abhängigen t-Tests wurde das Programm JASP (Version 0.18.3.0) verwendet.

4. Ergebnisse

4.1. Deskriptive Statistik

Die Partnerschaftszufriedenheit beurteilten sowohl Männer als auch Frauen im Durchschnitt sehr hoch, wobei der Durchschnitt bei den Männern etwas höher als bei den Frauen war. Im Mittel gaben weibliche Probandinnen eine Partnerschaftszufriedenheit von 6.14 ($SD = .77$) an und männliche Probanden einen durchschnittlichen Wert von 6.21 ($SD = .71$). Bei der Bindungsangst erzielten Frauen im Durchschnitt einen Wert von 3.00 ($SD = .85$) und Männer einen Wert von 2.81 ($SD = .81$). Bei der Bindungsvermeidung erreichten Frauen im Durchschnitt einen Wert von 2.03 ($SD = .69$) und Männer 2.18 ($SD = .73$), wobei angemerkt werden muss, dass bei der Vermeidung der Frauen ein paar Ausreißer mit höheren Werten vorliegen, genauso wie bei der Partnerschaftszufriedenheit bei beiden Geschlechtern (Abbildung 1).

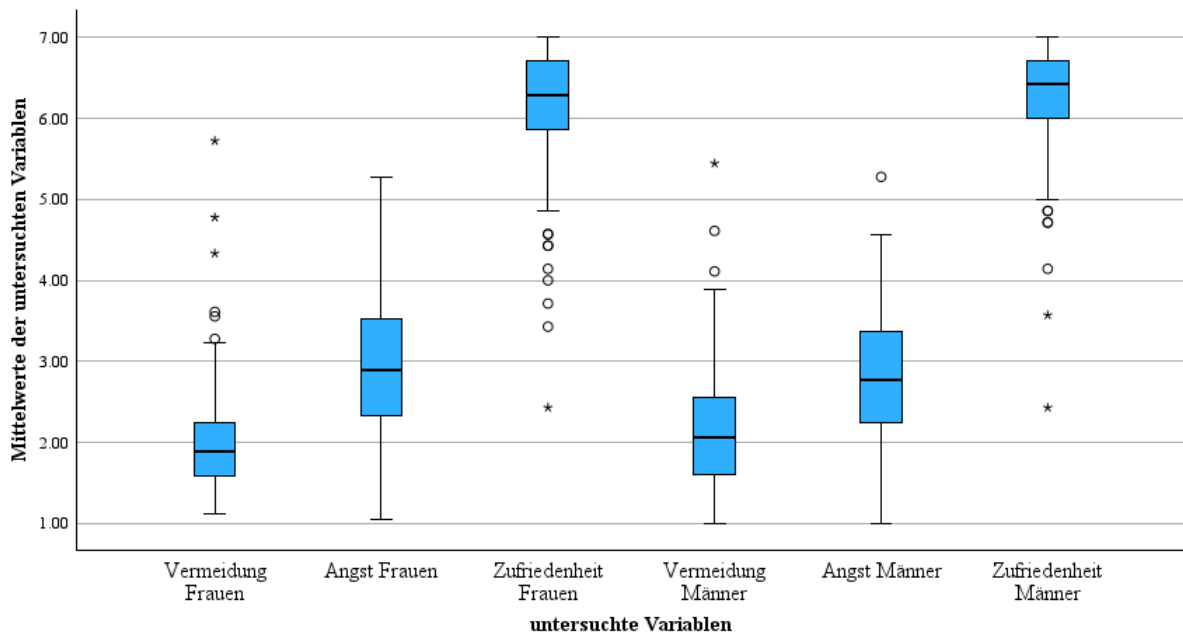


Abbildung 1. Boxplot zur Darstellung der Ausreißer in den zu untersuchenden Variablen. Ausreißer sind mit Kreisen und Sternen gekennzeichnet. Kreise stellen Ausreißer bis zum 1.5-fachen Interquartilsabstand dar. Sterne stellen Ausreißer dar, die unter oder über dem 2.5-fachen Interquartilsabstand liegen.

4.2. Statistische Auswertung

4.2.1. Erste Fragestellung

Die erste Fragestellung der vorliegenden Arbeit befasste sich mit der Frage, ob es Unterschiede in der Ausprägung von Vermeidung und Angst zwischen Paaren gibt. Hierfür wurde zuerst mittels t-Test für abhängige Stichproben untersucht, ob sich die Vermeidungs- und Angstaussprägungen zwischen den Männern und Frauen in der Stichprobe unterscheiden. Aufgrund der gerichteten Hypothese wurde das einseitige Signifikanzniveau interpretiert. Für die Analyse wurden die Mittelwerte von Angst und Vermeidung des BoBi miteinander verglichen. Im Mittel wiesen Männer höhere Vermeidungswerte ($M = 2.18$, $SD = .73$) als Frauen ($M = 2.03$, $SD = .69$) auf. Der abhängige t-Test wurde signifikant mit höheren Vermeidungswerten ($t(130) = 1.77$, $p = .04$, KI $[-\infty, -.009]$) bei Männern im Gegensatz zu Frauen und einem Cohen's d von .15. Männer und Frauen unterschieden sich signifikant in der Höhe der Ausprägung von Vermeidung. Männer wiesen im Mittel einen vermeidenderen Bindungsstil als Frauen auf, wobei die Effektstärke allerdings sehr gering war. Bei der Ausprägung von Angst konnte das gegenteilige Ergebnis gefunden werden. Die Ausprägung von Angst war bei den Frauen ($M = 3.00$, $SD = .85$) höher als bei den Männern ($M = 2.81$, $SD = .81$). Der abhängige t-Test für die Ausprägung der Bindungsangst zwischen Frauen und ihren Partnern war ebenfalls signifikant ($t(130) = -1.84$, $p = .034$, KI $[.02, \infty]$),

mit Cohen's $d = .16$. Weibliche Proband*innen waren bindungsängstlicher als ihre Partner, wobei auch hier die Effektstärke gering war.

4.2.2. Zweite Fragestellung

Zur Untersuchung der zweiten Fragestellung wurden die Mittelwerte von der Bindungsangst und der Bindungsvermeidung für Männer und Frauen berechnet. Anschließend wurde deskriptiv-statistisch ersichtlich, dass keine Paarungen vorlagen, bei denen beide Personen in einer Partnerschaft hoch ängstlich oder hoch vermeidend waren.

4.2.3. Dritte Fragestellung

Um die dritte Fragestellung zu untersuchen, wurden bivariate Korrelationen durchgeführt. Zuerst wurde der Zusammenhang zwischen der Vermeidung der Männer und der Zufriedenheit der Frauen in einer Partnerschaft untersucht. Die Korrelation zeigte einen negativen Zusammenhang, $r = -.29$, $p < .001$, $N = 262$, wie aus Tabelle 3 ersichtlich wird. Je höher die Vermeidung beim Mann, desto geringer war die Zufriedenheit bei den Partnerinnen.

Der Zusammenhang zwischen der Angst der Männer und der Zufriedenheit der Frauen erwies sich ebenfalls als signifikant negativ, $r = -.16$, $p = .034$, $N = 262$. Höhere Angstwerte bei den Männern korrelierten mit geringerer Zufriedenheit bei ihren Partnerinnen.

Weiters wurde untersucht, ob die Zufriedenheit der Männer mit der Ausprägung von Angst und Vermeidung ihrer Partnerinnen zusammenhängt. Die Korrelation der Angst der Frauen und der Zufriedenheit ihrer Partner zeigte einen negativen Zusammenhang, der statistisch signifikant war, $r = -.15$, $p = .047$, $N = 262$. Zwischen der Vermeidung der Frauen und der Zufriedenheit ihrer Partner konnte ebenfalls ein negativer Zusammenhang festgestellt werden, der allerdings nicht signifikant war, $r = -.12$, $p = .087$, $N = 262$.

In der vorliegenden Stichprobe korrelierte die Angst, nicht aber die Vermeidung der Frauen signifikant mit der Partnerschaftszufriedenheit der Männer.

Tabelle 3

Korrelationen zwischen den interessierenden Variablen

Variablen	VF	VM	AF	AM	ZM
VF					
VM	.108				
AF	.102	.160			
AM	.157	.094	-.007		

ZM	-.120	-.614**	-.147*	-.146	
ZF	-.479**	-.285**	-.324**	-.160*	.359**

Anmerkung. $N = 262$; VF = Vermeidung Frauen im Durchschnitt; VM = Vermeidung Männer im Durchschnitt; AF = Angst Frauen im Durchschnitt; AM = Angst Männer im Durchschnitt; ZM = Zufriedenheit Männer im Durchschnitt; ZF = Zufriedenheit Frauen im Durchschnitt; $*p < .05$; $**p < .01$.

4.2.4. Vierte Fragestellung

Um die vierte Fragestellung zu untersuchen, wurden Regressionen durchgeführt. Da es sich bei Angst und Vermeidung um zwei Prädiktoren handelt, wurden multiple Regressionen mit der Einschlussmethode durchgeführt (Tabelle 4). Zuerst wurden die Voraussetzungen zur Durchführung dieser geprüft. Dabei wurde festgestellt, dass aufgrund einiger Ausreißer nicht alle Voraussetzungen zur Durchführung der multiplen Regression erfüllt wurden. So waren die Homoskedastizität und Normalverteilung der Residuen nicht gegeben. Aufgrund dessen wurde eine Parameterschätzung mit robusten Standardfehlern durchgeführt, um die nicht gegebenen Voraussetzungen zu kompensieren und verzerrte Standardfehler zu vermeiden. Hierfür wurde der heteroskedastizität-konsistente Standardfehler *HC4* verwendet.

Die ersten beiden Hypothesen beschäftigten sich damit, ob die Ausprägung von Angst und Vermeidung der Frau einen Einfluss auf die Bewertung ihrer Partnerschaftszufriedenheit hat. Bindungsangst und Bindungsvermeidung wurden als unabhängige Variablen und Partnerschaftszufriedenheit als abhängige Variable ins Modell aufgenommen. Eine multiple lineare Regression mit robusten Standardfehlern wurde verwendet, um die Zufriedenheit der Frauen anhand ihrer Ausprägung von Angst und Vermeidung vorherzusagen. Bindungsangst und -vermeidung erklärten mit 30% einen signifikanten Anteil der Varianz in der Zufriedenheit der Frauen, $F(2,128) = 28.196$, $p < .001$, $R^2 = .31$, $R^2_{\text{adj}} = .30$. Die Bindungsvermeidung war ein signifikanter Prädiktor für die Zufriedenheit der Frauen ($B = -.51$, $t(131) = -2.53$, $p = .013$), wobei ein Anstieg um eine Einheit der Bindungsvermeidung im Durchschnitt einem Abstieg der Zufriedenheit um 0.51 Einheiten entspricht (95% KI [-.90, -.11]). Die Bindungsangst war ebenfalls ein signifikanter Prädiktor für die Zufriedenheit der Frauen ($B = -.25$, $t(131) = -2.60$, $p = .01$), wobei ein Anstieg um eine Einheit der Bindungsangst im Durchschnitt einem Abstieg der Zufriedenheit um 0.25 Einheiten

entspricht (95% KI [-.44, -.06]). Ein Anstieg in der eigenen Bindungsvermeidung führte zu einer niedrigeren Zufriedenheit als ein Anstieg von Bindungsangst bei Frauen.

Weiters wurde untersucht, ob die eigene Ausprägung von Bindungsangst und Bindungsvermeidung die Bewertung der eigenen Partnerschaftszufriedenheit der Männer beeinflusst. Um die Zufriedenheit anhand der beiden Dimensionen vorausszusagen, wurde eine multiple lineare Regression mit robusten Standardfehlern durchgeführt. Bindungsangst und Bindungsvermeidung wurden erneut als unabhängige Variablen und Partnerschaftszufriedenheit als abhängige Variable ins Modell aufgenommen. Die beiden Prädiktoren erklärten mit 38% einen signifikanten Anteil der Varianz in der Zufriedenheit der Männer, $F(2, 128) = 40.12$, $p < .001$, $R^2 = .39$ $R^2_{\text{adj}} = .38$. Die Bindungsvermeidung war wie bei den Frauen ein signifikanter Prädiktor für die eigene Partnerschaftszufriedenheit der Männer ($B = -.59$, $t(131) = -3.26$, $p < .001$), wobei ein Anstieg um eine Einheit der Bindungsvermeidung im Durchschnitt einem Abstieg der Zufriedenheit um 0.59 Einheiten entspricht (95% KI [-.95, -.23]). Bindungsangst war kein signifikanter Prädiktor der Partnerschaftszufriedenheit ($B = -.08$, $t(131) = -.75$, $p = .45$, 95% KI [-.28, .13]). Die Partnerschaftszufriedenheit der Männer wurde durch Bindungsvermeidung, nicht aber Bindungsangst vorhergesagt.

Tabelle 4

Multiple lineare Regressionen zur Vorhersage der eigenen Partnerschaftszufriedenheit von Männern (1) und Frauen (2)

Variablen	<i>B</i>	95% KI	<i>SE</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Konstante (1)	7.72*	[7.21, 8.22]	.26	30.24	< .001
Vermeidung (1)	-.59*	[-.95, -.23]	.18	-3.26	.001
Angst (1)	-.08	[-.28, .13]	.10	-.75	.454
Konstante (2)	7.92*	[7.09, 8.74]	.42	18.99	< .001
Vermeidung (2)	-.51*	[-.90, -.11]	.20	-2.53	.013
Angst (2)	-.25*	[-.44, -.06]	.10	-2.60	.010

Anmerkung. KI = Konfidenzintervall; *SE* = robuster Standardfehler * $p < .05$.

5. Diskussion

5.1. Gründe für Geschlechtsunterschiede

In der vorliegenden Studie wurden die dem Bindungsstil zugrundeliegenden Dimensionen Angst und Vermeidung in Bezug auf Geschlechtsunterschiede und die

Bewertung der Partnerschaftszufriedenheit bei Paaren untersucht. Um festzustellen, ob sich die Frauen und Männer in der vorliegenden Stichprobe voneinander in Bezug auf Bindungsangst- und Bindungsvermeidungswerte unterscheiden, wurde ein t-Test für abhängige Stichproben durchgeführt. Männer unterschieden sich statistisch signifikant von Frauen in Bezug auf die Dimension Bindungsvermeidung, wobei Männer im Mittel höhere Vermeidungswerte als Frauen aufwiesen. Mit Cohen's $d = .15$ kann hierbei von einem sehr kleinen Effekt ausgegangen werden. Bei der Bindungsangst unterschieden sich Männer und Frauen ebenfalls signifikant voneinander, wobei die Bindungsangst bei den Frauen im Mittel höher ausgeprägt war als bei den Männern. Mit Cohen's $d = .16$ ist ebenfalls von einem sehr kleinen Effekt auszugehen. Folglich können die Alternativhypothesen, dass Männer bindungsvermeidender als ihre Partnerinnen und dass Frauen bindungsängstlicher als ihre Partner sind, angenommen werden und die Nullhypothesen verworfen werden. Obwohl die Unterschiede statistisch signifikant sind, fallen die Effektstärken bei beiden Tests sehr gering aus.

Trotz des ängstlicheren Bindungsstils der Frauen und des vermeidenderen Bindungsstils der Männer würde der Großteil der Befragten (86.6%) in die Kategorie „sicherer Bindungsstil“ fallen, also geringere Vermeidungs- und Angstwerte als vier beim BoBi aufweisen, und nur 13.4% in die Kategorie „unsicherer Bindungsstil“.

5.1.1. Art des Messinstruments

Die unterschiedlichen Ergebnisse der bisherigen Studien in Bezug auf das Vorhandensein beziehungsweise Nichtvorhandensein von Geschlechtsunterschieden bei Angst und Vermeidung könnten mitunter auf die Art des Erhebungsinstruments zurückzuführen sein. Bei Verwendung des „Adult Attachment Interviews“ (AAI; George et al., 1985) konnten beispielsweise keine Geschlechtsunterschiede in den Bindungsstilen festgestellt werden. Diese Ergebnisse wurden in einer Metaanalyse mit 200 publizierten AAI-Studien repliziert (Bakermans-Kranenburg & van IJzendoorn, 2009). Das AAI bezieht sich auf die Erfassung der Bindungserfahrungen mit der/den Bezugsperson/en in der frühen Kindheit und nicht wie beispielsweise der ECR-Fragebogen auf Partnerschaften. Dies könnte ein Grund für das Nichtvorhandensein der Geschlechtsunterschiede in manchen Studien sein, da Bindung auf unterschiedliche Art gemessen wurde.

Bei Studien, die den ECR-Fragebogen als Messinstrument verwendeten, konnten sehr kleine Geschlechtsunterschiede gefunden werden (Del Giudice, 2011), wobei beachtet werden muss, dass sich diese Unterschiede in der Metaanalyse erst bemerkbar machten, wenn Extremwerte in die Analyse miteinbezogen wurden. Da Männer in den Extremwerten von

Angst und Frauen in den Extremwerten von Vermeidung unterrepräsentiert waren, könnten die Geschlechtsunterschiede in der Metaanalyse auf die ungleiche Geschlechterverteilung zurückgeführt werden. Obwohl in der vorliegenden Studie ein paar Ausreißer bei den Vermeidungswerten der Frauen gefunden wurden, lagen diese teilweise noch im Interquartilsabstandsbereich der Vermeidung von den Männern. Die Geschlechtsunterschiede blieben auch nach Ausschluss der Ausreißer signifikant.

5.1.2. Art der Stichprobe

Del Giudice (2011) postulierte außerdem, dass die Geschlechtsunterschiede in den Bindungsstilen abhängig von der Art der Stichprobe sind, wobei größere Geschlechtsunterschiede bei gemeinschaftsbasierten Studien gefunden werden konnten, die innerhalb einer bestimmten Bevölkerungsgruppe durchgeführt wurden, als bei Studien, die mit Student*innen, oftmals Psychologiestudierenden, durchgeführt wurden. Für die vorliegende Studie wurden unter anderem Psychologiestudierende rekrutiert, aber auch ein großer Teil in einer privaten Kinderarztpraxis. Die gefundenen Effektstärken können von der Größe her zwischen den gefundenen Effektgrößen der Metaanalyse von gemeinschaftsbasierten Stichproben ($d = .28$) und studentischen Stichproben ($d = .12$) eingeordnet werden. Bedacht werden muss allerdings, dass in der vorliegenden Studie Paare getestet wurden, wohingegen in der Metaanalyse hauptsächlich studentische, gemeinschafts- und webbasierte Stichproben berücksichtigt wurden, die größtenteils keine Paare untersucht haben.

5.1.3. Evolutionärer Kontext

Eine andere Erklärung für die bestehenden Geschlechtsunterschiede findet sich in evolutionären Modellen, die einerseits postulieren, dass die Unterschiede zwischen den Geschlechtern bei unsicher-gebundenen Personen größer ausfallen sollten, als bei sicher gebundenen und andererseits erklären, wieso es zu Geschlechtsunterschieden kommt (Del Giudice, 2011). Dies erklärt Del Giudice (2009) mithilfe des integrativen Ansatzes, der die Life-history-Theorie und die Theorie der sexuellen Selektion verbindet, womit er die früheren Ansätze von Belsky et al. (1991) erweiterte. Er geht davon aus, dass sich Männer und Frauen ab der mittleren Kindheit bedingt durch die Eltern-Kind-Bindung durch unterschiedliches Investment in partnerschaftlichen Beziehungen in den Ausprägungen der Bindungsstile unterscheiden. Durch Stress, schwierige Lebensumstände und im weiteren Sinn unsichere Bindungsstile würden Männer vermeidende und Frauen bei moderatem Umweltstress ängstliche beziehungsweise vermeidende Anpassungsstrategien bei hohem Umweltstress

bevorzugen, da ihnen diese evolutionsbiologisch die meisten Vorteile bringen. Diese Theorie könnte erklären, wieso Männer in der vorliegenden Stichprobe höher in Bindungsvermeidung und Frauen höher in Bindungsangst ausgeprägt sind, mit wenigen Ausreißern in hohen Vermeidungswerten bei den Frauen. Allerdings gibt die Theorie keinen Aufschluss über Geschlechtsunterschiede bei sicheren Personen. Da die meisten Proband*innen der vorliegenden Studie sicher gebunden waren, würde diese Theorie außerdem erklären, warum nur kleine Effekte bei den Geschlechtsunterschieden gefunden wurden.

An dieser Stelle sollte auch die Möglichkeit von Geschlechtsunterschieden aufgrund unterschiedlicher Sozialisationen von Mädchen und Jungen betont werden. Dahingehend werden Mädchen traditionellen Rollenbildern folgend eher sozialisiert, um emotionale Nähe zu erreichen, wohingegen Jungen sozialisiert werden, um eine unabhängige Identität zu entwickeln (Hatfield, 1983). In weiterführender Folge würden Frauen eher in Richtung ängstlicher Bindungsstil sozialisiert werden und Männer in Richtung vermeidender Bindungsstil (Collins & Read, 1990).

5.2. Nichtvorkommen unsicherer Paarungen

Darüber hinaus wurde deskriptiv-statistisch überprüft, ob Paarungen vorliegen, bei denen beide Parteien entweder hoch vermeidend oder hoch ängstlich gebunden waren. Dabei konnte nach Ermittlung der Mittelwerte von der Bindungsvermeidung und der Bindungsangst festgestellt werden, dass weder Paare vorlagen, bei denen beide Personen vermeidend gebunden waren, noch Paare, bei denen beide ängstlich gebunden waren. Somit können die beiden Alternativhypothesen, die besagen, dass es kein Vorkommen gleich unsicherer Paare gibt, angenommen werden.

Erklärt werden kann dies laut Kirkpatrick und Davis (1994) durch das Verletzen der eigenen Erwartungen an die Bindungsperson, wenn diese ähnlich unsicher gebunden ist. Eine vermeidend gebundene Person erwartet vom Partner/von der Partnerin ein anklammerndes-abhängiges Verhalten, wohingegen eine ängstliche Person Ablehnung erwartet. Durch eine Nachfolgeuntersuchung konnten Kirkpatrick und Davis (1994) feststellen, dass ähnlich unsichere Paarungen bei Paaren, die angaben, in einer ernsthaften Beziehung zu sein, nicht auftraten. Es könnte ein Zusammenhang zwischen der Ernsthaftigkeit einer Beziehung und dem Nichtvorkommen ähnlich unsicherer Paarungen bestehen. Dieser Ansatz könnte ebenfalls erklären, warum in der vorliegenden Studie keine ähnlich unsicher gebundenen Paarungen aufgetreten sind. Das Voraussetzungskriterium bezüglich der Mindestdauer der Beziehung setzt eine gewisse Ernsthaftigkeit dieser voraus.

5.3. Partnerschaftszufriedenheit in Abhängigkeit vom Partner/von der Partnerin

5.3.1. Zufriedenheit Frau

Weiters wurde untersucht, inwiefern die Partnerschaftszufriedenheit von Männern und Frauen durch die Bindungsangst und Bindungsvermeidung ihrer Partner*innen beeinflusst wird. Dabei konnte durch einen schwach bis moderat signifikant negativen Zusammenhang ($r = -.29$) festgestellt werden, dass je vermeidender der Bindungsstil ihrer Partner, desto geringer die Partnerschaftszufriedenheit ihrer Partnerinnen war. Die Alternativhypothese kann somit angenommen und die Nullhypothese verworfen werden.

Weiters konnte durch einen schwach signifikant negativen Zusammenhang ($r = -.16$) festgestellt werden, dass die Bindungsangst ihrer Partner ebenfalls zu einer geringeren Partnerschaftszufriedenheit bei den Frauen führte, wobei der Zusammenhang mit der Bindungsangst der Partner geringer als mit der Bindungsvermeidung war. Dies würde bedeuten, dass die Bindungsvermeidung der Partner einen größeren negativen Einfluss auf die Partnerschaftszufriedenheit der Frauen als Bindungsangst hat. Somit kann die Alternativhypothese angenommen und die Nullhypothese verworfen werden.

Die Annahme, dass Bindungsvermeidung stärker negativ mit der Partnerschaftszufriedenheit zusammenhängt, wird durch die Ergebnisse von Neumann et al. (2007) und Li und Chan (2012) bestärkt. Letztere begründen die negativeren Effekte von Bindungsvermeidung durch die unterschiedlichen Strategien, die bei unsicheren Personen verwendet werden. Bindungsängstliche Personen machen auf der einen Seite durch ihre Unsicherheiten negative Erfahrungen in Partnerschaften, auf der anderen Seite aber auch viele positive durch ihr erhöhtes Engagement. Bindungsvermeidende Personen erleben durch ihre deaktivierenden Strategien sowohl weniger negative als auch positive Situationen. Der Wegfall der positiven Erfahrungen bei bindungsvermeidenden Personen scheint die Partnerschaftszufriedenheit stärker zu beeinträchtigen als das Hinzukommen von negativen bei bindungsängstlichen.

Weiters beeinträchtigt die Bindungsvermeidung beim Mann aus evolutionsbiologischer Sicht die Partnerschaftszufriedenheit der Frau stärker, da Frauen besonders viel Wert auf die Aufrechterhaltung von Nähe und Intimität beim Partner legen (Buss, 2005).

Studien, die postulierten, dass sowohl Bindungsvermeidung als auch Bindungsangst negativ mit der Partnerschaftszufriedenheit zusammenhängen (Bierhoff & Rohmann, 2021; Mikulincer & Shaver, 2016) unterstützen ebenfalls die gefundenen Ergebnisse in Bezug auf die Bewertung der Partnerschaftszufriedenheit bei den Frauen.

5.3.2. Zufriedenheit Mann

Sowohl höhere Ausprägungen von Bindungsvermeidung ($r = -.12$) als auch von Bindungsangst ($r = -.15$) bei den Frauen korrelierten schwach negativ mit der Partnerschaftszufriedenheit ihrer Partner, wobei der Zusammenhang von der Partnerschaftszufriedenheit der Männer und Bindungsvermeidung der Frauen nicht signifikant war. Dies bedeutet, dass nur die Bindungsangst bei den Partnerinnen signifikant mit einer Abnahme der Partnerschaftszufriedenheit bei den Männern zusammenhing. Die Nullhypothese muss deshalb beibehalten werden. Dieses Ergebnis spricht gegen die aktuelleren Ergebnisse der Bindungsforschung, die postulieren, dass die Partnerschaftszufriedenheit der Männer stärker von der Höhe der Vermeidung ihrer Partnerinnen abhängt als von der Ausprägung von Angst (Bierhoff & Rohmann, 2021; Mikulincer & Shaver, 2016).

Ein möglicher Grund für den nicht signifikanten Zusammenhang zwischen Bindungsvermeidung der Frau und Partnerschaftszufriedenheit beim Mann könnte sein, dass in der vorliegenden Studie nur drei Frauen höhere Werte in der Bindungsvermeidung aufzeigten und dies zu wenige waren, um einen signifikanten Zusammenhang festzustellen. Trotzdem muss betont werden, dass der Zusammenhang negativ war und aufgrund dessen eine Tendenz besteht, dass die Bindungsvermeidung der Frau mit einer geringeren Partnerschaftszufriedenheit beim Mann zusammenhängt.

Es existieren einige Studien, die ebenfalls keinen signifikanten Zusammenhang zwischen der Bindungsvermeidung der Frau und der Partnerschaftszufriedenheit beim Mann gefunden haben (Kane et al., 2007; Reizer et al., 2010). Eine mögliche Erklärung sehen Koski und Shaver (1997) in den unterschiedlichen Bedürfnissen von Männern und Frauen nach Nähe und Autonomie. Männer hätten ein größeres Bedürfnis nach Autonomie, welches durch bindungsängstliche Frauen eher eingeschränkt wird als durch bindungsvermeidende. Dahingehend würde die Zufriedenheit des Mannes stärker abnehmen, wenn das Bedürfnis nach Autonomie schlechter erfüllt werden kann. Diese Theorie stützt das Ergebnis des nicht signifikanten Zusammenhangs der Bindungsvermeidung der Frau und der Zufriedenheit beim Mann.

5.4. Einfluss der eigenen Ausprägung von Angst und Vermeidung

Zuletzt wurde der Einfluss der eigenen Ausprägung von Bindungsangst und -vermeidung auf die Partnerschaftszufriedenheit bei Frauen und Männern untersucht. Dabei konnte festgestellt werden, dass bei den Frauen Bindungsangst und Bindungsvermeidung signifikante Prädiktoren zur Vorhersage ihrer eigenen

Partnerschaftszufriedenheit darstellten. Das R^2_{adj} des Modells von .30 entspricht hierbei einer großen Varianzaufklärung nach Cohen (1988). Da sowohl Bindungsangst als auch Bindungsvermeidung die eigene Partnerschaftszufriedenheit von Frauen vorhersagt, können die beiden Alternativhypothese angenommen und die Nullhypothesen abgelehnt werden. Bei der Analyse kam heraus, dass eine Zunahme der Bindungsvermeidung zu einer größeren Abnahme der eigenen Partnerschaftszufriedenheit bei Frauen führte als Bindungsangst.

Bei den Männern war die Bindungsvermeidung, aber nicht die Bindungsangst ein signifikanter Prädiktor für die eigene Partnerschaftszufriedenheit. Das Modell der beiden Prädiktoren erklärte bei den Männern mit einem R^2_{adj} von .38 einen großen Anteil der Varianz der Partnerschaftszufriedenheit, was einer hohen Varianzaufklärung nach Cohen (1988) entspricht. Im Vergleich zu den Frauen führte der Anstieg von Bindungsvermeidung um eine Einheit zu einer noch größeren Abnahme der Partnerschaftszufriedenheit bei den Männern. Die Alternativhypothese bezüglich der eigenen Ausprägung der Vermeidung kann daher angenommen und die Nullhypothese verworfen werden. Da Angst kein signifikanter Prädiktor für die eigene Partnerschaftszufriedenheit bei den Männern war, muss hier die Nullhypothese beibehalten werden.

Diese Ergebnisse entsprechen den Befunden einiger Studien (Kane et al. 2007; Li & Chan, 2012; Mikulincer & Shaver, 2016; Neumann et al., 2007; von Sydow, 2016), die postulierten, dass die Bindungsvermeidung stärker mit Partnerschaftszufriedenheit korrelierte als die Bindungsangst. Sowohl bei den Männern als auch bei den Frauen führte die Bindungsvermeidung zu einer größeren Abnahme als Bindungsangst, wobei die Bindungsangst bei den Männern kein signifikanter Prädiktor für die Zufriedenheit war. Möglicherweise liegt das daran, dass die Bindungsangst bei den Männern im Mittel geringer ausgeprägt war als bei den Frauen und nur zwölf Männer höhere Werte in Bindungsangst aufwiesen.

5.5. Limitationen

Der Bindungsstil und auch die Partnerschaftszufriedenheit wurden in der vorliegenden Studie mithilfe von Selbstbeurteilungsfragebögen erfasst, was die Reliabilität der Ergebnisse einschränken könnte. Des Weiteren sind Fragebogenbogenuntersuchungen interviewbasierten Messinstrumenten unterlegen, da letztere zusätzlich zu den expliziten auch implizite Bindungsrepräsentationen abbilden können (von Sydow, 2012). Methodisch sollte erwähnt werden, dass der BoBi trotz einiger Vorteile auch den Nachteil eines recht ähnlichen Wortlautes der einzelnen Items mit sich bringt. Insbesondere Items, welche die Vermeidung messen, ähneln sich im Wortlaut.

Es sollte außerdem angemerkt werden, dass aus Gründen der Ökonomie keine potenziell konfundierenden Variablen in die Analyse miteinbezogen wurden, die gegebenenfalls einen Einfluss auf die Partnerschaftszufriedenheit haben könnten. Aufgrund dessen kann nicht ausgeschlossen werden, dass die Effekte nicht allein auf die Ausprägung von Bindungsangst und -vermeidung zurückzuführen sind.

Des Weiteren wiesen die meisten Studienteilnehmer*innen niedrige Angst- und Vermeidungswerte auf, was sehr wahrscheinlich in engem Verhältnis zu der hohen Partnerschaftszufriedenheit der Proband*innen steht. Dies wirft die Frage auf, ob ähnliche Effekte in einer weniger zufriedenen und bindungssicheren Stichprobe auffindbar wären und schränkt die Generalisierbarkeit der Ergebnisse ein.

Zuletzt muss darauf hingewiesen werden, dass Selektionseffekte aufgrund des Interesses an der Teilnahme der Studie aufgetreten sein könnten und es nicht auszuschließen ist, dass die Fragebögen in Anwesenheit des Partners oder der Partnerin ausgefüllt wurden.

5.6. Stärken

Die vorliegende Studie zeichnet sich durch ein gutes methodologisches Gerüst aus. Die Übersetzung des BoBi erfolgte in sehr naher Anlehnung an den ECR, weshalb er für den internationalen Vergleich verwendet werden kann (Neumann et al., 2007). Das ZIP besticht durch seine Ökonomie, bei gleichzeitig hohen Gütekriterien. Des Weiteren konnte durch die Erhebung an Paaren eine gleichmäßige Geschlechterverteilung generiert und gleichzeitig die gegenseitigen Einflüsse und Wechselwirkungen untersucht werden. Unter der Voraussetzung, dass nur Paare in die Analyse miteinbezogen wurden und die Dauer der Erhebung nur ein paar Monate umfasste, ist die Stichprobe angemessen groß.

5.7. Praktische Implikationen und Ausblick

Die gefundenen Effekte und Auswirkungen von unsicheren Bindungsstilen betonen die Wichtigkeit der Psychoedukation über diese. Der Mangel an emotionaler Responsivität, welche Ausdruck unsicherer Bindungsstile ist, wird als der beste Prädiktor für das Scheitern von Partnerschaften angesehen (Huston et al. 2001). Umso essenzieller ist die Schaffung eines Bewusstseins für die eigenen Bindungsbedürfnisse in einer Partnerschaft und den richtigen Umgang damit, um eine glückliche und zufriedene Partnerschaft zu führen. Bei bestehenden Konflikten könnte eine Paartherapie, wie beispielsweise die Emotionsfokussierte Paartherapie (EFT; Johnson, 2009) helfen, um an bereits bestehenden Konflikten zu arbeiten und in weiterer Folge Bindungssicherheit zu erfahren (Roesler, 2016).

In Zukunft könnten ähnliche Studiendesigns, zusätzlich zu den bereits bestehenden mit alternativen Beziehungsformen und nicht-heterosexuellen Orientierungen durchgeführt

werden, um zu untersuchen, ob die gleichen Dynamiken vorliegen oder Unterschiede bestehen. Des Weiteren wäre es interessant zu untersuchen, wie sich Angst und Vermeidung auf andere Konstrukte wie Eifersucht, Wohlbefinden oder Vertrauen auswirkt. Abschließend könnten Längsschnittstudien Aufschluss über die Veränderbarkeit der Bindungsstile und infolgedessen mögliche Veränderungen der Partnerschaftszufriedenheit Aufschluss geben.

5.8. Fazit

In dieser Masterarbeit wurden Bindungsangst und Bindungsvermeidung hinsichtlich Geschlechtsunterschiede und Bewertung der Partnerschaftszufriedenheit bei Paaren untersucht. Es wurde festgestellt, dass in der vorliegenden Stichprobe Geschlechtsunterschiede in den Ausprägungen der Dimensionen existieren und die eigene Bindungsvermeidung einen negativeren Einfluss auf die Partnerschaftszufriedenheit hat als die Bindungsvermeidung. Die Zufriedenheit in Abhängigkeit von der Ausprägung von Angst und Vermeidung des Partners/der Partnerin weist geschlechtsspezifische Unterschiede auf, die evolutionär erklärt werden könnten. Trotz bestehender Limitationen leistet diese Forschungsarbeit einen wichtigen Beitrag zum gegenwärtigen, wissenschaftlichen Diskurs, indem sie die Wichtigkeit von Psychoedukation in Bezug auf unsichere Bindungsstile in Partnerschaften verdeutlicht.

Literaturverzeichnis

- Ainsworth, M. D. (1973). The development of infant-mother attachment. In B. M. Caldwell & H. N. Ricciuti (Eds.), *Review of child development research. Vol. III: Child Development and Social Policy* (pp. 1-94). University of Chicago Press.
- Ainsworth, M. D., Blehar, M. C., Waters, E. & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum.
- Alexandrov, E. O., Cowan, P. A., & Cowan, C. P. (2005). Couple attachment and the quality of marital relationships: Method and concept in the validation of the new couple attachment interview and coding system. *Attachment & Human Development*, 7(2), 123–152. <https://doi.org/10.1080/14616730500155170>
- Bakermans-Kranenburg, M. J., & van IJzendoorn, M. H. (2009). The first 10,000 Adult Attachment Interviews: Distributions of adult attachment representations in clinical and non-clinical groups. *Attachment & Human Development*, 11(3), 223–263. <https://doi.org/10.1080/14616730902814762>
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497–529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7(2), 147–178. <https://doi.org/10.1177/0265407590072001>
- Belsky, J., Steinberg, L., & Draper, P. (1991). Childhood experience, interpersonal development, and reproductive strategy: An evolutionary theory of socialization. *Child Development*, 62(4), 647–670. <https://doi.org/10.2307/1131166>
- Berscheid, E., & Reis, H. T. (1998). Attraction and close relationships. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske & G. Lindzey (Eds.), *Handbook of social psychology* (4th ed., pp. 193–281). McGraw-Hill.
- Bierhoff, H.-W., & Rohmann, E. (2021). Bindung, Partnerzufriedenheit und Kultur. In T. Ringeisen, P. Genkova, & F. T. L. Leong (Hrsg.), *Handbuch Stress und Kultur: Interkulturelle und kulturvergleichende Perspektiven* (S. 527–546). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-658-27789-5_28
- Blanz, M. (2015). *Forschungsmethoden und Statistik für die Soziale Arbeit: Grundlagen und Anwendungen*. Kohlhammer. <https://doi.org/10.17433/978-3-17-039819-1>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment* (Vol. 1). Basic Books.

- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation: Anxiety and anger* (Vol. 2). Basic Books.
- Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. Tavistock.
- Buss, D. M. (2004). *Evolutionäre Psychologie*. Pearson.
- Buss, D. M. (2005). *The handbook of evolutionary psychology* (1st ed.). John Wiley & Sons.
<https://doi.org/10.1002/9780470939376>
- Brassard, A., Lussier, Y., & Shaver, P. R. (2009). Attachment, perceived conflict, and couple satisfaction: Test of a mediational dyadic model. *Family Relations*, 58(5), 634–646.
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2009.00580.x>
- Brenk, K. (2005). *Bindung und Sexualität: zum Zusammenhang zwischen Bindung im Erwachsenenalter und sexuellen Einstellungs- und Verhaltensweisen*. Tectum.
- Brennan, K. A., Clark, C. L. & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). Guilford Press.
- Coan, J. A., Kastle, S., Jackson, A., Schaefer, H. S., & Davidson, R. J. (2013). Mutuality and the social regulation of neural threat responding. *Attachment & Human Development*, 15(3), 303–315. <https://doi.org/10.1080/14616734.2013.782656>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum.
- Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2000). A safe haven: An attachment theory perspective on support seeking and caregiving in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(6), 1053–1073. <https://doi.org/10.1037/00223514.78.6.1053>
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644–663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644>
- Creasey, G., & Hesson-McInnis, M. (2001). Affective responses, cognitive appraisals, and conflict tactics in late adolescent romantic relationships: Associations with attachment orientations. *Journal of Counseling Psychology*, 48(1), 85–96.
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.48.1.85>
- Del Giudice, M. (2009). Sex, attachment, and the development of reproductive strategies. *Behavioral and Brain Sciences*, 32(1), 1–21.
<https://doi.org/10.1017/S0140525X09000016>

- Del Giudice, M. (2011). Sex differences in romantic attachment: A meta-analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(2), 193–214.
<https://doi.org/10.1177/0146167210392789>
- Fraley, R. C. (2002). Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. *Personality and Social Psychology Review*, 6(2), 123–151. https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0602_03
- Feeney, J., & Fitzgerald, J. (2019). Attachment, conflict and relationship quality: Laboratory-based and clinical insights. *Current Opinion in Psychology*, 25, 127–131.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.04.002>
- Fremmer-Bombik, E. (2011). Innere Arbeitsmodelle von Bindung. In G. Spangler & P. Zimmermann (Hrsg.), *Die Bindungstheorie: Grundlagen, Forschung und Anwendung* (6. Aufl., S. 109–119). Klett-Cotta.
- George, C., Main, M., & Kaplan, N. (1985). *Adult Attachment Interview (AAI)* [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t02879-000>
- Grau, I. (1999). Skalen zur Erfassung von Bindungsrepräsentationen in Paarbeziehungen. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 20(2), 142–152.
<https://doi.org/10.1024/0170-1789.20.2.142>
- Grawe, K. (2004). *Neuropsychotherapie*. Hogrefe.
- Hahlweg, K., & Bodenmann, G. (2003). Universelle und indizierte Prävention von Beziehungsstörungen. In I. Grau & H.-W. Bierhoff (Hrsg.), *Sozialpsychologie der Partnerschaft* (S. 191–217). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-642-55590-9_8
- Hassebrauck, M. (1991). ZIP - Ein Instrumentarium zur Erfassung der Zufriedenheit in Paarbeziehungen. *Zeitschrift für Sozialpsychologie*, 22(4), 256–259.
- Hatfield, E. (1983). What do women and men want from love and sex? In E. R. Allgeier & N. B. McCormick (Eds.), *Changing boundaries: Gender roles and sexual behavior* (pp. 106–134). Mayfield.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50(1), 93–98. <https://doi.org/10.2307/352430>
- Huston, T. L., Caughlin, J. P., Houts, R. M., Smith, S. E., & George, L. J. (2001). The connubial crucible: Newlywed years as predictors of marital delight, distress, and

- divorce. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(2), 237–252.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.2.237>
- Impett, E. A., Gordon, A. M., & Strachman, A. (2008). Attachment and daily sexual goals: A study of dating couples. *Personal Relationships*, 15(3), 375–390.
<https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2008.00204.x>
- Johnson, S. M. (2009) *Die Praxis der Emotionsfokussierten Paartherapie*. Junfermann.
- Kane, H. S., Jaremka, L. M., Guichard, A. C., Ford, M. B., Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2007). Feeling supported and feeling satisfied: How one partner's attachment style predicts the other partner's relationship experiences. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24(4), 535–555. <https://doi.org/10.1177/0265407507079245>
- Kirkpatrick, L. A., & Davis, K. E. (1994). Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(3), 502–512. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.66.3.502>
- Koski, L. R., & Shaver, P. R. (1997). Attachment and relationship satisfaction across the lifespan. In R. J. Sternberg & M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in close relationships* (pp. 26–55). Guilford Press.
- Lengning, A. & Lüpschen, N. (2012). *Bindung*. Ernst Reinhardt.
- Levy, K. N., Ellison, W. D., Scott, L. N., & Bernecker, S. L. (2011). Attachment style. *Journal of Clinical Psychology*, 67(2), 193–203. <https://doi.org/10.1002/jclp.20756>
- Li, T., & Chan, D. K.-S. (2012). How anxious and avoidant attachment affect romantic relationship quality differently: A meta-analytic review. *European Journal of Social Psychology*, 42(4), 406–419. <https://doi.org/10.1002/ejsp.1842>
- Main, M., Kaplan, N. & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1), 66–104. <https://doi.org/10.2307/3333827>
- Mark, K. P., Vowels, L. M., & Murray, S. H. (2018). The impact of attachment style on sexual satisfaction and sexual desire in a sexually diverse sample. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 44(5), 450–458. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2017.1405310>
- Matyjas, D. P. (2015). *Bindung und Partnerschaftsmodell: Nicht-monogame und monogame Partnerschaften im Kontext von Angst und Vermeidung*. Springer.
<https://doi.org/10.1007/978-3-658-08071-6>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). Guilford Press.

- Neumann, E. (2002). *Von der Eltern-Kind-Bindung zur Paarbindung Erwachsener*. Dissertation, Ruhr-Universität Bochum.
- Neumann, E., Rohmann, E., & Bierhoff, H.-W. (2007). Entwicklung und Validierung von Skalen zur Erfassung von Vermeidung und Angst in Partnerschaften. *Diagnostica*, 53(1), 33–47. <https://doi.org/10.1026/0012-1924.53.1.33>
- Neumann, E., Rohmann, E., & Bierhoff, H.-W. (2012). BoBi – Bochumer Bindungsfragebogen. In Leibnitz-Institut für Psychologie (ZPID) (Hrsg.), Open Test Archive. <https://doi.org/10.23668/psycharchives.4538>
- Neumann, E., & Tress, W. (2005). Bindung und Liebe in den Partnerschaften von Psychotherapiepatienten. *Psychotherapeut*, 50(6), 394–403. <https://doi.org/10.1007/s00278-005-0450-1>
- Overall, N. C., Fletcher, G. J. O., Simpson, J. A., & Fillo, J. (2015). Attachment insecurity, biased perceptions of romantic partners' negative emotions, and hostile relationship behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 108(5), 730–749. <https://doi.org/10.1037/a0038987>
- Overall, N. C., Girme, Y. U., Lemay, E. P. Jr., & Hammond, M. D. (2014). Attachment anxiety and reactions to relationship threat: The benefits and costs of inducing guilt in romantic partners: Journal of Personality and Social Psychology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 106(2), 235–256. <https://doi.org/10.1037/a0034371>
- Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 576–593. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00393.x>
- Reizer, A., Possick, C., & Ein-Dor, T. (2010). Environmental threat influences psychological distress and marital satisfaction among avoidantly attached individuals. *Personal Relationships*, 17(4), 585–598. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01301.x>
- Roesler, C. (2016). Emotionsfokussierte Paartherapie (EFT). *PiD - Psychotherapie im Dialog*, 17(03), 72–76. <https://doi.org/10.1055/s-0042-109310>
- Schindler, L., Hahlweg, K., & Revenstorf, D. (2013). Liebe und Bindung. In L. Schindler, K. Hahlweg, & D. Revenstorf (Hrsg.), *Partnerschaftsprobleme?* (S. 3–17). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-642-29009-1_2
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & Human Development*, 4(2), 133–161. <https://doi.org/10.1080/14616730210154171>

- Shi, L. (2003). The association between adult attachment styles and conflict resolution in romantic relationships. *The American Journal of Family Therapy*, 31(3), 143–157. <https://doi.org/10.1080/01926180301120>
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 971–980. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.5.971>
- Simpson, J. A., & Overall, N. C. (2014). Partner buffering of attachment insecurity. *Current Directions in Psychological Science*, 23(1), 54–59. <https://doi.org/10.1177/0963721413510933>
- Stöcker, K., Strasser, K. & Winter, M. (2003). Bindung und Partnerschaftsrepräsentation. In I. Grau & H.-W. Bierhoff (Hrsg.), *Sozialpsychologie der Partnerschaft* (S. 137-163). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-642-55590-9_6
- von Sydow K. (2012). Bindung und Partnerschaft: Forschungsergebnisse und Implikationen für die Paar- und die Einzeltherapie. In K. H. Brisch (Hrsg.), *Bindungen - Paare, Sexualität und Kinder* (S. 61-79). Klett-Cotta.
- von Sydow, K. (2016). Bindung und Paarbeziehung. In B. Strauß, & H. Schauenburg (Hrsg.), *Bindung in Psychologie und Medizin: Grundlagen, Klinik und Forschung - Ein Handbuch* (S. 41–53). Kohlhammer.
- Weber, R., Eggenberger, L., Stosch, C., & Walther, A. (2022). Gender differences in attachment anxiety and avoidance and their association with psychotherapy use - Examining students from a German university. *Behavioral Sciences*, 12(7), 204. <https://doi.org/10.3390/bs12070204>
- Wei, M., Russell, D. W., Mallinckrodt, B., & Vogel, D. L. (2007). The Experiences in Close Relationship Scale (ECR)-Short Form: Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 88(2), 187–204. <https://doi.org/10.1080/00223890701268041>

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1. Boxplot zur Darstellung der Ausreißer	18
--	----

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1. Stichprobenbeschreibung ($N = 262$)	14
Tabelle 2. Bindungsstilkombinationen	15
Tabelle 3. Korrelationen zwischen den interessierenden Variablen	19
Tabelle 4. Multiple Regression zur Vorhersage der Partnerschaftszufriedenheit.....	21

Abkürzungsverzeichnis

BoBi – Bochumer Bindungsfragebogen

ECR – Experiences in Close Relationships

EFT – Emotionsfokussierte Paartherapie

FST – Fremde-Situations-Test

RAS – Relationship Assessment Scale

ZIP – Instrumentarium zur Erfassung der Zufriedenheit in Paarbeziehungen

Anhang

Abstract (Deutsch)

Bindungserfahrungen mit Bezugspersonen verfestigen sich über die Zeit zu einem Bindungsstil, dem die zwei Dimensionen Angst und Vermeidung zugrunde liegen. Die Höhe der Ausprägung dieser Variablen hängt maßgeblich mit der Partnerschaftszufriedenheit bei Paaren zusammen. Diese Masterarbeit untersucht mögliche Geschlechtsunterschiede in Bezug auf Angst und Vermeidung zwischen Männern und Frauen, das Vorkommen ähnlich unsicherer Paarungen und weiters die Bewertung der Partnerschaftszufriedenheit sowohl in Abhängigkeit von der eigenen Ausprägung der zwei Dimensionen als auch deren Ausprägung beim Partner/bei der Partnerin. Der BoBi wurde mittels Online-Umfrage vorgegeben, um die Ausprägung von Angst und Vermeidung zu erfassen. Weiters wurde das ZIP zur Erfassung der Partnerschaftszufriedenheit eingesetzt. Insgesamt konnten 131 heterosexuelle Paare rekrutiert werden. Abhängige t-Tests konnten signifikant höhere Angstwerte bei den Frauen und signifikant höhere Vermeidungswerte bei den Männern feststellen. Deskriptiv-statistisch wurden keine ähnlich unsicher gebundenen Paare gefunden. Weiters konnte mittels bivariater Korrelationen festgestellt werden, dass die Partnerschaftszufriedenheit der Frauen signifikant negativ mit höheren Ausprägungen in Angst und Vermeidung beim Partner zusammenhängt, wohingegen die Zufriedenheit der Männer nur signifikant negativ mit höheren Angstwerten der Partnerinnen zusammenhängt. Für die Bewertung der Partnerschaftszufriedenheit aufgrund der eigenen Ausprägung in Angst und Vermeidung wurden multiple lineare Regressionen durchgeführt. Bei den Frauen waren beide Dimensionen signifikante Prädiktoren für die eigene Partnerschaftszufriedenheit, während bei den Männern nur Vermeidung ein signifikanter Prädiktor war. Diese Ergebnisse verdeutlichen, dass geschlechtsspezifische Unterschiede in den untersuchten Bereichen vorliegen, die zum Teil evolutionstheoretisch erklärt werden können. Trotzdem wird die Wichtigkeit für ein Bewusstsein über unsichere Bindungsstile verdeutlicht, die nachweislich mit geringerer Partnerschaftszufriedenheit zusammenhängen.

Stichwörter: Bindungsangst, Bindungsvermeidung, Partnerschaften, Partnerschaftszufriedenheit, Geschlechtsunterschiede, BoBi, ZIP, Bindungsstil

Abstract (Englisch)

Over time, attachment experiences with attachment figures solidify into an attachment style that is based on the two dimensions of fear and avoidance. The extent to which these variables are expressed is significantly related to relationship satisfaction in couples. This master's thesis examines possible gender differences in terms of anxiety and avoidance between men and women, the occurrence of similarly insecure pairings and furthermore the evaluation of relationship satisfaction both in relation to one's own expression of the two dimensions as well as the partner's expression. The BoBi was provided by means of an online survey to record the level of anxiety and avoidance and the ZIP to record relationship satisfaction. A total of 131 heterosexual couples were recruited. Dependent t-tests revealed significantly higher anxiety levels among women and significantly higher avoidance levels among men. Descriptive statistics revealed that no similarly insecure pairs were found. Furthermore, bivariate correlations showed that the relationship satisfaction of women was significantly negatively related to higher levels of anxiety and avoidance in their partners, whereas the satisfaction of men was only significantly negatively related to higher levels of anxiety in their partners. Multiple linear regressions were carried out for the assessment of relationship satisfaction based on one's own levels of anxiety and avoidance. For women, both dimensions were significant predictors of their own relationship satisfaction, while for men only avoidance was a significant predictor. These results illustrate that there are gender-specific differences in the analyzed areas, which can be partially explained by evolutionary theories. Nevertheless, it highlights the importance of awareness of insecure attachment styles, which have been shown to be associated with lower relationship satisfaction.

Keywords: attachment anxiety, attachment avoidance, relationships, relationship satisfaction, gender differences, BoBi, ZIP, attachment style