

MASTERARBEIT | MASTER'S THESIS

Titel | Title

Wird geteilter Stress zu halbem Stress? Eine multimethodische
Analyse genderspezifischer Unterschiede im dyadischen Coping
von Elternpaaren im Kontext alltags- und kindbezogener
Stressoren

verfasst von | submitted by

Paula Maria Moosbauer B.Sc.

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

Wien | Vienna, 2025

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

UA 066 840

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

Masterstudium Psychologie

Betreut von | Supervisor:

Univ.-Prof. Dr. Martina Zemp

Inhaltsverzeichnis

Theoretischer Hintergrund	5
Stress in Paarbeziehungen und Elternschaft	5
Grundlagen der Stress- und Copingforschung: Das transaktionale Stressmodell	5
Vom individuellen zum dyadischen Coping: Relevanz des sozialen Kontexts.....	7
Das systemisch-transaktionale Modell dyadischen Copings	8
Funktionen und beziehungsbezogene Wirkmechanismen dyadischen Copings	11
Die Rolle von Elternschaft: Dyadisches Coping im Kontext kindbezogener Stressoren	13
Dyadisches Coping als Care-Arbeit: Mental Load und Genderrollen.....	14
Genderunterschiede im dyadischen Coping	16
Genderunterschiede in der Stresskommunikation	17
Genderunterschiede im positiven dyadischen Coping	18
Genderunterschiede im delegierten dyadischen Coping	19
Genderunterschiede im gemeinsamen dyadischen Coping.....	19
Genderunterschiede im negativen dyadischen Coping.....	19
Genderspezifische Auswirkungen des partnerschaftlichen Coping-Verhaltens	20
Zielsetzung der vorliegenden Arbeit.....	21
Fragestellungen und Hypothesen	23
Fragestellung F1	23
Fragestellung F2	24
Fragestellung F3	25
Fragestellung F4	25
Methoden	26
Versuchsplan und Untersuchungsdesign.....	26
Stichprobe	26
Untersuchungsdurchführung	30
Studieneinschreibung und Erhebung mittels Online-Fragebogen.....	30
Datenerhebung im Beobachtungslabor.....	30
Untersuchungsinstrumente	31
Dyadisches Coping Inventar (DCI).....	32
Aktuelles Stressempfinden.....	33
Erlebte Unterstützung	33
Kodiersystem zur Erfassung von Stressäußerungen und dyadischem Coping ...	33

DYADISCHES COPING BEI ELTERNPAAREN

Statistische Auswertung	35
Ergebnisse	36
Deskriptive Statistiken der untersuchten Variablen.....	36
DCI-Scores (F1)	37
State-Stress und erlebte Unterstützung (F2)	37
Beobachtete DC-Formen (F3 und F4)	38
Ergebnisse der gepaarten t-Tests mit DCI-Scores (F1).....	39
Mixed ANOVAs der State-Maße zu Stress und erlebter Unterstützung (F2)	41
Explorative Analyse der kodierten DC-Formen (F3 und F4)	44
Diskussion	46
Praktische Implikationen	55
Limitationen und Ausblick	57
Konklusion.....	60
Literaturverzeichnis	61
Abbildungsverzeichnis	78
Tabellenverzeichnis	79
Abstracts	80
Abstract deutsch	80
Abstract englisch.....	81
Anhang: Kodiersystem zur Erfassung von Stressäußerungen und dyadischem Coping	82

Theoretischer Hintergrund

Stress in Paarbeziehungen und Elternschaft

Elternschaft gilt als erfüllend, aber keinesfalls als stressfrei. Viele Eltern erleben die Herausforderungen emotionaler Fürsorge für die Kinder, beruflicher Verantwortung und verschiedener Rollenerwartungen als belastend. Dabei können nicht nur einzelne Termine oder Aufgaben beanspruchend sein, sondern auch die unsichtbaren Anforderungen des Mitdenkens, Koordinierens und Sich-Kümmerns. Diese vielfältigen Herausforderungen können sich auch auf die Partnerschaft auswirken und von individuellen Belastungen in eine gemeinsame Beanspruchung übergehen. Stress beeinflusst so nicht nur das persönliche Wohlbefinden, sondern auch die Art der Kommunikation, die gegenseitige Wahrnehmung und das Reaktionsverhalten innerhalb der Beziehung. In solchen Situationen wird aus individuellem Stress häufig ein partnerschaftliches Erleben, das sich wiederum dynamisch auf das gesamte Familiensystem auswirken kann. Die Art und Weise, wie Partner*innen gemeinsam mit Belastungen umgehen, kann entscheidend dafür sein, ob Herausforderungen als Krise oder bewältigbar erlebt werden. Im Fokus dieser Arbeit steht deshalb die gemeinsame Stressbewältigung von Eltern und die Frage, ob und wie sich Männer und Frauen in ihrem dyadischen Bewältigungsverhalten unterscheiden. Gerade im Kontext von Elternschaft, wo Care-Arbeit, Mental Load und Rollenerwartungen aufeinandertreffen, gewinnen diese Prozesse an Komplexität. Wann kommunizieren Eltern ihren Stress? Unterstützen sie sich wechselseitig und wenn ja, wie? Und spielt es dabei eine Rolle, ob es um alltäglichen Stress oder Stress im Zusammenhang mit dem gemeinsamen Kind geht? Um diesen Fragen nachzugehen, verortet sich die vorliegende Arbeit im Schnittpunkt klassischer Stressforschung, systemischer Paarforschung und genderbezogener Sozialisationsprozesse. Der folgende Abschnitt stellt die theoretische und empirische Entwicklung der gemeinsamen Stressbewältigung vor und beleuchtet ihre Relevanz im Spannungsfeld von Alltagsbelastungen, Elternrolle und partnerschaftlicher Interaktion.

Grundlagen der Stress- und Copingforschung: Das transaktionale Stressmodell

Der Begriff *Stress* wurde im Verlauf der psychologischen Forschungsgeschichte vielfältig definiert und konzeptualisiert. Er wurde ursprünglich im physikalischen Kontext verwendet, um externe Belastungen eines Systems zu beschreiben (Hinkle, 1974), bevor er in medizinischen und psychophysiologischen Modellen als

unspezifische körperliche Abwehrreaktion auf äußere Anforderungen aufgegriffen wurde (Selye, 1936). Frühere theoretische Ansätze interpretierten Stress überwiegend als eindimensionale Aktivierung des Organismus (Lazarus, 1993b) mit dem Ziel der Wiederherstellung eines homöostatischen Gleichgewichts (Cannon, 1929; Cooper, 2008). Die von Stress betroffene Person galt dabei primär als passives Reaktionssystem.

Einen zentralen Paradigmenwechsel markierte der kognitiv-mediationale Ansatz, indem er individuelle Unterschiede in der Stressverarbeitung berücksichtigte und betonte (Lazarus, 1966, 1993b). Dieser theoretische Wandel löste die strikte Reiz-Reaktions-Logik zugunsten einer prozessualen, interaktiven Sichtweise ab. In weiterer Folge entwickelten Lazarus und Kolleg*innen das *transaktionale Stressmodell* (TSM; Folkman, 1984; Folkman & Lazarus, 1985; Lazarus, 1993a; Lazarus & Folkman, 1987, 1991; Lazarus & Launier, 1978), das bis heute als theoretische Grundlage zahlreicher Stressbewältigungsmodelle gilt. Es beschreibt Stress als dynamischen und relationalen Prozess, der aus der fortlaufenden Transaktion zwischen der Person und ihrer äußeren Umwelt resultiert. Dabei rücken die subjektive Wahrnehmung und Bewertung des Ereignisses gegenüber der objektiven Qualität des Stimulus in den Vordergrund. Bewertet die betroffene Person eine Situation in der ersten Einschätzung (*primary appraisal*) als Herausforderung, Bedrohung oder Verlust, werden in der zweiten Bewertung (*secondary appraisal*) die zur Bewältigung verfügbaren persönlichen und externen Ressourcen analysiert. Wenn diese zu sehr beansprucht oder überstiegen werden, entsteht Stress. Die Stressreaktion ist sowohl von der situativen Variabilität des Ereignisses als auch von subjektiven Faktoren wie individuellen Dispositionen und kognitiven Strukturen der Person abhängig. Coping bezeichnet im Sinne dieses Modells den Umgang mit Stress und zielt darauf ab, ein Gleichgewicht zwischen den Anforderungen einer Situation und den individuellen Bewältigungsfähigkeiten zu finden, um zu hohe Kosten oder destruktive Folgen zu vermeiden. Dabei lassen sich grundsätzlich zwei zentrale Funktionen unterscheiden: die praktische Veränderung der belastenden Situation, die durch problembezogenes Coping angestrebt wird, sowie die Regulation emotionaler Reaktionen, welche im Fokus von emotionsbezogenem Coping steht. In einem dritten Schritt erfolgt die Bewertung der Effektivität der gewählten Bewältigungsstrategie. Diese Neubewertung (*reappraisal*) ermöglicht eine kritische Rückschau auf die Erstbewertung und führt gegebenenfalls zu einer Anpassung des weiteren Verhaltens. Dem TSM zufolge stehen das Ereignis selbst, Personen- und

Umweltvariablen, die primäre und sekundäre Einschätzung, die Neubewertung der Situation sowie emotionale, soziale, psychische und physiologische Prozesse in einem kontinuierlichen Wechselspiel (Bodenmann, 2000; Folkman, 1984; Lazarus & Folkman, 1984, 1987; Lazarus & Launier, 1978).

Trotz der wegweisenden Bedeutung des Modells für die Individualisierung und Prozessualisierung des Stressverständnisses wurden interpersonale Kontexte, insbesondere enge Beziehungen, lange nur unzureichend berücksichtigt. Um der sozialen Dimension partnerschaftlicher Stressverarbeitung gerecht zu werden, ist eine theoretische Erweiterung notwendig, die dyadisch-systemische Prozesse integriert (Bodenmann, 2000). Die Entwicklung dieser Integration in der Copingforschung wird daher im Folgenden dargestellt.

Vom individuellen zum dyadischen Coping: Relevanz des sozialen Kontexts

Stress ist nicht ausschließlich ein individuelles Phänomen. Vielmehr wirken Belastungserfahrungen auch im sozialen Umfeld. Vor allem innerhalb von Partnerschaften können Wechselwirkungen im Stresserleben die Beziehungen belasten. Sie eröffnen aber auch Möglichkeiten zur Mobilisierung gemeinsamer Bewältigung und gegenseitiger Unterstützung. Aufgrund der typischerweise hohen Interdependenz (Kelley et al., 1983) und Intimität, der zahlreichen Interaktionsmöglichkeiten sowie der strukturellen Geschlossenheit monogamer romantischer Beziehungen erscheint eine dyadische Konzeption von Stress- und Copingprozessen unabdingbar (Bodenmann, 2000).

Verschiedene theoretische Ansätze haben, basierend auf dem TSM, diese interpersonelle Dimension auf unterschiedliche Weise systematisch integriert. Daraus entwickelten sich mehrere dyadische Modelle, die sich in ihrer Schwerpunktsetzung unterscheiden. Dazu zählen beispielsweise das *Congruence Model* (Barbarin, 1983; Barbarin et al., 1985) das *Relationship-Focused Model* (Coyne & Smith, 1991; DeLongis & T. B. O'Brien, 1990; T. B. O'Brien et al., 2009; T. B. O'Brien & DeLongis, 1996, 1997), das *Communal Coping Model* (Lyons et al., 1998) sowie das *Developmental-Contextual Coping Model* (Berg et al., 1998; Berg & Upchurch, 2007). Diese Modelle berücksichtigen unter anderem die Kongruenz individueller Bewältigungsstrategien, gegenseitige Stressregulationsprozesse und Empathie, gemeinsame Problemdefinitionen sowie entwicklungsbezogene Kontextfaktoren (Falconier & Kuhn, 2019).

Dies verdeutlicht den seit den 1980er-Jahren wachsenden Forschungsfokus auf die soziale und insbesondere dyadische Dimension von Stressbewältigung

(Bodenmann, 2008). Dennoch bleiben viele Ansätze in ihrer begrifflichen und empirischen Reichweite begrenzt. Dies gilt insbesondere im Hinblick auf interaktionelle Paardynamiken im Umgang mit alltäglichen oder kleineren chronischen Stressoren (Falconier & Kuhn, 2019). An dieser Stelle setzt das *systemisch-transaktionale Modell* (STM) von Bodenmann (1997) an, das im Folgenden näher dargestellt wird.

Das systemisch-transaktionale Modell dyadischen Copings

Die systematische Beobachtung von Paarinteraktionen unter Stress (EISI-Experiment; Bodenmann, 1990, 1995b; Bodenmann & Perez, 1992, 1995) zeigte, dass bestehende Kategorisierungen nicht ausreichten, um dyadisches, wechselseitiges Bewältigungsverhalten adäquat abzubilden. Zur differenzierteren Erfassung entwickelten Bodenmann und Kolleg*innen das STM (Bodenmann, 1990, 1995b, 1997, 2000; Bodenmann & Perez, 1991, 1992, 1995). Dieses basiert auf dem TSM von Lazarus und Kolleg*innen sowie bestehenden interpersonellen Erweiterungen und ergänzt die individuellen Bewertungsschritte und Zielsetzungen durch eine systemische Perspektive. Das Modell berücksichtigt die hohe Interdependenz von Partner*innen, indem es annimmt, dass tägliche Stresserfahrungen, stressbedingtes Verhalten und das Wohlbefinden eines*r Partners*in einen starken und wiederkehrenden Einfluss auf das Erleben des*der jeweils anderen Partners*in ausüben. Stressoren können in einer engen Beziehung sowohl direkt auf beide Partner*innen wirken, etwa wenn sie mit demselben belastenden Ereignis konfrontiert sind oder der Stress innerhalb des Paares entsteht. Sie können aber auch indirekt wirken, beispielsweise wenn der Stress eines*r Partners*in auf die Beziehung übergreift. In beiden Fällen werden sie zu dyadischen Herausforderungen, die nicht mehr isoliert auf individueller Ebene verortet werden können (Randall & Bodenmann, 2009). Das STM bildet somit dyadisches Coping (DC) als wechselseitigen Aktions-Reaktions-Prozess ab, der stets den Ausdruck von Stress, dessen Wahrnehmung und Einschätzung durch den*die Partner*in sowie die darauf folgende Reaktion in Form einer dyadischen Unterstützungshandlung umfasst (Bodenmann, 2005).

Die Stresskommunikation (SK) bildet die Voraussetzung und den Ausgangspunkt dyadischer Bewältigungsprozesse. Der*die belastete Partner*in muss seinen*ihren empfundenen Stress zunächst äußern, um eine dyadische Reaktion zu ermöglichen. Das STM geht davon aus, dass Stress auf nonverbaler, paraverbaler und verbaler Ebene zum Ausdruck kommen kann, wobei sowohl implizite als auch explizite

Unterstützungsappelle enthalten sein können. Zudem lassen sich Stressäußerung hinsichtlich ihrer inhaltlichen Ausrichtung in emotions- oder problembezogene Ausdrucksformen differenzieren. So stellt etwa eine konkrete Bitte um Ratschläge eine direkte verbale problembezogene Stressäußerung dar, während motorische Unruhe beispielsweise als implizite nonverbale emotionsbezogene Ausdrucksform gedeutet wird (Bodenmann, 2000, 2016).

Ob und wie diese Signale aufgenommen und dekodiert werden, hängt wesentlich von Wahrnehmungsprozessen, der Empathiefähigkeit sowie vom partnerschaftlichen Wissen des*der jeweils anderen Partners*in ab. Zusätzlich zu den im TSM postulierten individuellen primären und sekundären Bewertungen wird im STM die Bewertung der Stresssituation um dyadische Komponenten erweitert. So wird die primäre Bewertung weiter differenziert in die eigene Bewertung der Situation, entsprechend *primary appraisal*, die Einschätzung der Bewertung des*der Partners*in, die Bewertung, ob der*die Partner*in erkannt hat, wie man seine*ihre Bewertung einschätzt und die metakognitive Abwägung der Übereinstimmung beider Bewertungen, die in einer gemeinsamen Einschätzung (*we-appraisal*) münden kann. Analog werden in der sekundären Bewertung die eigene Ressourcenanalyse (entspricht *secondary appraisal*), die Einschätzung der Ressourcen des*der Partners*in und die Bewertung der Kongruenz oder Diskrepanz der Bewertungen unterschieden, aus der ein gemeinsames Ressourcenverständnis (*we-appraisal* der Ressourcen) resultieren kann (Bodenmann, 2000, 2016).

Die Reaktion des*der Partners*in auf eine Stressäußerung kann abhängig von individuellen und dyadischen Kompetenzen sowie motivationalen und kontextuellen Aspekten sehr stark variieren. Stresssignale können aufgrund von Wahrnehmungs- und Dekodierungsdefiziten unbemerkt bleiben oder auch bewusst ignoriert werden. Andererseits kann es zu einer Übernahme des Stresses kommen, wobei der*die Partner*in selbst mit Stresssignalen reagiert. Alternativ wird der*die gestresste Partner*in durch geeignete dyadische Copingmaßnahmen unterstützt. Im weiteren Interaktionsverlauf kann der*die gestresste Partner*in weitere Einzelheiten mitteilen, sich besser oder schlechter fühlen, um Rat fragen oder einen neuen Plan zur Lösung des Problems vorschlagen (Bodenmann, 2000, 2008, 2016).

Je nach individueller und dyadischer Einschätzung und Zielsetzung umfasst DC partner*innen- oder paarorientierte Verhaltensweisen. Diese können positiv oder negativ sein und lassen sich, analog zum TSM, hinsichtlich ihrer Ausrichtung auf

Emotionsregulation (emotionsbezogen) oder Problemlösung (problembezogen bzw. sachbezogen) unterscheiden. Das STM unterscheidet neben der SK vier zentrale Formen des DC: positives supportives DC, delegiertes DC, gemeinsames DC und negatives DC. Diese Aufteilung konnte durch systematische Erhebungsinstrumente, wie dem Fragebogen zur Erfassung des dyadischen Copings als Tendenz (FDCT-N; Bodenmann, 2000), dem Dyadischen Coping Inventar (DCI; Bodenmann, 2008) oder dem Verhaltensbeobachtungssystem zur Erfassung des Dyadischen Copings (System zur Evaluierung Dyadischen Copings, SEDC; Bodenmann, 2000, 2012) operationalisiert und vielfach empirisch bestätigt werden (Donato et al., 2009; Falconier, 2013; Falconier et al., 2016; Ledermann, Bodenmann, Gagliardi, et al., 2010; Randall et al., 2016; Vedes et al., 2013). Positives supportives DC (PDC) umfasst problem- und emotionsbezogene Unterstützungshandlungen zugunsten des*der belasteten Partners*in. Die Bewältigungsarbeit wird dabei nicht vollständig übernommen, sondern der*die Partner*in wird in den eigenen Copingbemühungen unterstützt. Beim delegierten DC (DDC) übernimmt der*die unterstützende Partner*in nach ausdrücklicher Bitte der belasteten Person die Situation vollständig, wobei diese Hilfe stets problembezogen ist. Gemeinsames DC (GDC) involviert beide Partner*innen in einem symmetrischen oder komplementären Copingprozess, bei dem problem- oder emotionsbezogene Herausforderungen bewältigt werden. Aufgrund ihrer konstruktiven und unterstützenden Eigenschaft werden diese drei Copingformen als positive DC-Formen zusammengefasst (Bodenmann, 2000). Dyadische Bewältigungsprozesse können jedoch auch destruktive Elemente aufweisen. In solchen Fällen wird von negativem DC (NDC) gesprochen, das sich in drei Unterformen differenzieren lässt: Hostiles DC kombiniert Unterstützung mit feindseligem Verhalten, wie Herabsetzen oder Sarkasmus. Ambivalentes DC zeigt sich in verzögerter, schwerfälliger, widerwilliger Unterstützung, die bei dem*r gestressten Partner*in zu einem Gefühl der Inkompetenz führen kann. Floskelhaftes DC umfasst äußerlich supportive, jedoch inhaltsleere und desinteressierte Beiträge (Bodenmann, 2000, 2008). Diese negativen Formen manifestieren sich vor allem in Situationen, in denen die unterstützende Person selbst gestresst, demotiviert oder nicht in der Lage ist, den*die gestresste*n Partner*in zu unterstützen. Die Gründe hierfür können in einem geringen Beziehungsengagement, negativen Zuschreibungen (z. B. die Annahme, der*die Partner*in sei selbst für den Stress verantwortlich), eingeschränkten emotionalen Ressourcen, einer negativen Stimmungslage oder herausfordernden Persönlichkeitsmerkmalen (z. B. Egoismus, Dominanz) liegen (Bodenmann, 2016). Das

STM liefert somit einen differenzierten Bezugsrahmen für die Untersuchung von Copingprozessen in Partnerschaften. Die besondere Bedeutung dieser Perspektive wird nicht zuletzt durch die zentrale Rolle der Beziehungsperson als Ressource im Umgang mit Belastungen deutlich. Im Folgenden wird daher erläutert, welche Funktionen DC erfüllt und inwiefern es sich auf die Qualität und Stabilität von Paarbeziehungen auswirken kann.

Funktionen und beziehungsbezogene Wirkmechanismen dyadischen Copings

Dass Partner*innen bei der Bewältigung von Belastungen eine bedeutende Rolle einnehmen, wird im sogenannten Stress-Coping-Kaskadenmodell deutlich (Bodenmann, 2000, 2005). Dem Modell zufolge wird in den meisten Stresssituationen zunächst auf individuelle Bewältigungsstrategien zurückgegriffen. Führen diese nicht zur Entlastung und besteht eine enge partnerschaftliche Beziehung, werden typischerweise dyadische Copingprozesse aktiviert. Erst wenn auch danach die Belastung bestehen bleibt, werden weitere paarexterne Ressourcen, etwa aus dem Freundes- oder Familienkreis und schließlich professionelle Hilfen mobilisiert. Die bevorzugte Einbeziehung der Beziehungsperson in den Bewältigungsprozess lässt sich sowohl durch ihre typischerweise unmittelbare Verfügbarkeit als auch durch ihre emotionale Relevanz erklären. Diese hierarchische Reihenfolge kann in der Praxis je nach Kontext variieren (Bodenmann, 2000, 2005). In den meisten Fällen wird der*die Partner*in dennoch als primäre Ressource betrachtet (Beach et al., 1993; Cutrona, 1996). Dies stellt ein wesentliches Merkmal funktionaler Beziehungen dar (Bodenmann, 2000, 2005).

DC kommt somit innerhalb der Stressregulation eine wesentliche Bedeutung zu und erfüllt dabei zwei zentrale Funktionen: Es dient der effizienteren Stressbewältigung durch die erhaltene Unterstützung und trägt zugleich zur Stärkung der Beziehung bei (Bodenmann, 2000, 2005). Die durch den*die Partner*in erfahrene Entlastung unterstützt die Wiederherstellung der individuellen und dyadischen Homöostase, wenn diese durch eine Fremdeinwirkung oder innerhalb des Paares gestört wurde. Neben diesem unmittelbaren stressbezogenen Aspekt hat DC auch weiterführende Effekte auf die Beziehung (Bodenmann, 2000, 2005). Stress kann in intimen Partnerschaften destruktive Auswirkungen haben und wird mit einer geringeren Beziehungszufriedenheit assoziiert (Bodenmann, 1998; Randall & Bodenmann, 2009; Story & Bradbury, 2004). Insbesondere tägliche Widrigkeiten, d. h. extradyadische Belastungen, welche aus alltäglichen kleinen aversiven Ereignissen resultieren, gehören zu den zentralen

Stressbereichen. Sie werden von Paaren als besonders belastend eingeschätzt und führen zu geringerer Beziehungszufriedenheit (Bodenmann et al., 2007; Falconier, Nussbeck, et al., 2015; Kanner et al., 1981; Ledermann, Bodenmann, Rudaz, et al., 2010).

Zahlreiche empirische Befunde zeigen, dass positive DC-Formen diesen negativen Folgen entgegenwirken können (Bodenmann, 2000, 2005, 2008; Roth et al., 2022). Sie unterstützen die Entwicklung der kognitiven Repräsentation, dass der*die Partner*in bei Problemen und Sorgen aufmerksam, emotional verfügbar und hilfreich ist. Ebenso fördern sie den Zusammenhalt, die interpersonale Involviertheit sowie Vertrauen und Sicherheit innerhalb der Beziehung. Ein daraus resultierendes Wir-Gefühl bildet die Voraussetzung für die Wahrnehmung der Partnerschaft als verlässliche Ressource in schwierigen Situationen (Bodenmann, 2000, 2005, 2008; Roth et al., 2022). SK und positive DC-Formen in der Partnerschaft tragen dazu bei, negative Folgen von chronischem Stress abzufedern (Merz et al., 2014) und stehen im Zusammenhang mit höherer Beziehungsqualität und -zufriedenheit (Bodenmann, 2000; Bodenmann et al., 2001; Bodenmann, Pihet, & Kayser, 2006; Bodenmann, Pihet, Shantinath, et al., 2006; Bodenmann & Cina, 2000; Falconier, Jackson, et al., 2015; Herzberg, 2013; Papp & Witt, 2010). Je zufriedener Paare mit ihrer Beziehung sind, d. h. je höher die Partnerschaftsqualität, desto weniger NDC und mehr PDC wird gezeigt (Bodenmann, 2000; Bodenmann, Pihet, & Kayser, 2006). Positive DC-Formen sind zudem mit einer höheren Funktionsfähigkeit der Beziehung assoziiert (Bodenmann, 1995a, 2000). Langzeitstudien belegen, dass DC einen entscheidenden Einfluss auf die Beziehungsstabilität hat und dadurch zu den stärksten Prädiktoren für Trennung und Scheidung gehört (Bodenmann & Cina, 2000, 2006).

Dies verdeutlicht, dass DC nicht nur zur Stressreduktion beiträgt, sondern auch langfristig eine bedeutende Rolle für die Qualität und Stabilität partnerschaftlicher Beziehungen spielt. Besonders relevant wird diese Ressource in Phasen, die mit tiefgreifenden Veränderungen und erhöhtem Belastungspotenzial einhergehen. Ein solcher Kontext ist die Elternschaft, deren besondere Herausforderungen im Folgenden näher betrachtet werden.

Die Rolle von Elternschaft: Dyadisches Coping im Kontext kindbezogener Stressoren

Mit dem Übergang zur Elternschaft gehen nicht nur die Erfüllung eines Lebenszieles und dadurch die Befriedigung menschlicher Grundbedürfnisse, mehr positive Emotionen und eine neue soziale Rolle einher (Nelson et al., 2014), sondern auch potenziell negative Veränderungen zahlreicher Lebensbereiche, insbesondere im Hinblick auf das Stresserleben (Fang et al., 2022). Zu den ohnehin belastenden täglichen Widrigkeiten treten zusätzlich spezifisch kindbezogene Stressoren, die neue und komplexe Herausforderungen für Paare mit sich bringen. Der Übergang zur Elternschaft ist insbesondere geprägt von plötzlichen, neuartigen Anforderungen, etwa in Bezug auf die Schwangerschaft, die psychische und körperliche Gesundheit des Kindes sowie die Koordination der gemeinsamen Kindererziehung (Roth et al., 2022). Dieser Lebensabschnitt kann sowohl im Vergleich zu kinderlosen Paaren (Doss et al., 2009; Twenge et al., 2003) als auch im Vergleich zur vorherigen, kinderlosen Lebensphase (Belsky & Pensky, 1988; Lawrence et al., 2008; Mitnick et al., 2009; Zemp, Nussbeck, et al., 2017) zu einem stärkeren Rückgang der Beziehungszufriedenheit führen. Dieser Effekt wird maßgeblich durch eine Verschlechterung der Kommunikationsqualität vermittelt (Zemp, Nussbeck, et al., 2017) und wird mit einem Anstieg des Konfliktpotenzials in Verbindung gebracht. Kindbezogene Themen, wie Erziehungsstil, Betreuung, Verhalten oder Wohlbefinden des Kindes sowie die Aufteilung von Erziehungsaufgaben gehören zu den häufigsten Konfliktursachen bei Elternpaaren (Cowan & Cowan, 1992; Papp et al., 2009) und stellen einen der häufigsten Anlässe für die Inanspruchnahme von Paartherapie dar (Doss et al., 2004). In diesem Zusammenhang zählen elterliche Erziehungsaufgaben aufgrund möglicher Folgen wie negative Affektzustände, Schlafmangel, Beziehungsbelastungen und finanzielle Einschränkungen zu den zentralen Stressquellen von Paaren (Hansen, 2012; Nelson et al., 2014).

Copingmechanismen werden insbesondere bei stark ausgeprägten, subjektiv als intensiv empfundenen Stressoren aktiviert (Lazarus & Folkman, 1984). Der*die Partner*in wird vor allem dann zur Unterstützung herangezogen, wenn der Stress im Zusammenhang mit dem Kind steht (Bodenmann, 2000). Da die Aufgaben als Eltern inhärent gemeinsam getragen werden, betreffen diese beide Partner*innen in gleichem Maße (Bodenmann, 2000). Entsprechend wird DC, insbesondere GDC (Alves et al., 2019; Zemp, Milek, et al., 2017), gerade im Kontext von Elternschaft zu einer zentralen Ressource im Umgang mit kindbezogenem Stress (Brown et al., 2020; Roth et

al., 2022). So zeigt sich, dass Paare, die auch während des Übergangs zur Elternschaft auf positive Problemlösungsstrategien zurückgreifen, einen geringeren Rückgang der Beziehungszufriedenheit erfahren (Cox et al., 1999).

Gleichzeitig kann der durch Elternschaft bedingte Stress die Anwendung positiver Formen von DC erschweren. Studien zeigen, dass insbesondere PDC und GDC bei beiden Elternteilen (Alves et al., 2019, 2020; Rauch-Anderegg et al., 2020), teils auch spezifisch bei Müttern (Alves et al., 2020) infolge der Elternschaft sinkt. Darüber hinaus zeigt sich bei Frauen erhöhtes NDC und bei Männern verringerte SK (Alves et al., 2020). Als zentrale Hürden für die dyadische Stressbewältigung werden von Frauen Zeitmangel infolge hoher Anforderungen durch die Kinderbetreuung, die Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben sowie unzureichende soziale Unterstützung bei der Kinderbetreuung genannt (Nicholls & Ayers, 2007). Die allgemeine Verschlechterung der Paarkommunikation im Zusammenhang mit kindbezogenen Stressoren (Zemp, Nussbeck, et al., 2017) kann ebenfalls auf eine Beeinträchtigung des DC in diesem Belastungskontext hindeuten.

Diese Befunde legen nahe, dass DC im Kontext gemeinsamer Elternaufgaben besonders relevant sein kann und möglicherweise anders gezeigt wird als bei alltagsbezogenen Stressoren. Bisherige Studien konzentrieren sich dabei vorrangig auf den Übergang zur Elternschaft, wohingegen dyadische Copingprozesse bei unterschiedlichen Belastungen innerhalb bestehender Elternschaft nur wenig untersucht sind. Forschungsbedarf besteht insbesondere in Bezug auf spontane Veränderungen dieser Prozesse bei alltagsbezogenen und kindbezogenen Stressoren.

Dyadisches Coping als Care-Arbeit: Mental Load und Genderrollen

Im Zusammenhang mit familiären Belastungen rückt das Konzept der Care-Arbeit zunehmend in den Fokus wissenschaftlicher Auseinandersetzung. Care-Arbeit umfasst klassischerweise unbezahlte körperliche Arbeit im Haushalt (z. B. Putzen, Kochen, Einkaufen) und in der Kinderbetreuung. Ein wesentlicher Anteil dieser Arbeit besteht jedoch auch im Aufwenden mentaler Ressourcen, auch als Mental Load oder Mental Labor bezeichnet. Dazu zählen kognitive und emotionale Anforderungen im Familienleben, etwa das antizipatorische Denken, Planen und Organisieren von Bedürfnissen und Aufgaben sowie die Fürsorge und Verantwortung für das emotionale Wohlbefinden der Familienmitglieder (Daminger, 2019; Dean et al., 2022; Erickson, 2005; Offer, 2014; Robertson et al., 2019; Walzer, 1996). Da diese Form der Arbeit

stetig und unterschwellig auftritt, ist sie in ihrem Ausmaß und der damit einhergehenden Belastung schwer messbar und bleibt daher oft unsichtbar. Care-Arbeit ist sowohl entgrenzt, da sie während der Erwerbsarbeit, in der Freizeit und in Erholungsphasen stattfindet, als auch andauernd, da sie an die kontinuierliche Fürsorge für nahestehende Personen gebunden ist (Dean et al., 2022).

Im Zuge der sogenannten Gender-Revolution seit den 1960er Jahren haben sich genderspezifische Rollenverhältnisse im öffentlichen und privaten Bereich gewandelt. Dies führte unter anderem zu einem Anstieg der Erwerbstätigkeit von Frauen sowie zu einer stärkeren Beteiligung von Männern an der Care-Arbeit im Haushalt und in ihrer Vaterrolle (Eggebeen et al., 2013; England, 2010; Goldscheider et al., 2015). Trotz dieser Entwicklungen bleibt die Verteilung unbezahlter Sorgearbeit ungleich (Aassve et al., 2014; Bianchi et al., 2012; Kroska, 2004; Raley et al., 2012). Frauen tragen nach wie vor die Hauptverantwortung für und investieren signifikant mehr Zeit als Männer in Haushalts- und Erziehungsarbeit (Craig & Mullan, 2010; DeMaris & Mahoney, 2017; Grote & Clark, 2001; Harryson et al., 2012; Lachance-Grzela & Bouchard, 2010; Mikula et al., 2012; Sayer, 2005), auch wenn sie einer Vollzeitbeschäftigung nachgehen (Parker et al., 2015). Selbst wenn Paare eine egalitäre Rollenverteilung und Arbeitsteilung anstreben, wird dies in der Praxis häufig nicht umgesetzt (van Hooff, 2011).

Der Übergang zur Elternschaft verstärkt diese ungleiche Arbeitsbelastung zusätzlich (Baxter et al., 2008; Belsky & Pensky, 1988; Dew & Wilcox, 2011; Kluwer et al., 2002). Dieses Phänomen wird als Retraditionalisierung bezeichnet (Levy, 2018). Die Care-Arbeit, die von Müttern nach der Geburt eines Kindes übernommen wird, steigt deutlich stärker an als die der Väter (Nomaguchi & Milkie, 2003). Die zusätzliche soziale Rolle als Elternteil kann bei beiden Partner*innen zu Rollenkonflikten führen, insbesondere im Spannungsfeld zwischen beruflichen Zielsetzungen und familiären Anforderungen. Frauen sind dabei oftmals mit widersprüchlichen gesellschaftlichen Erwartungen konfrontiert, die einerseits die Übernahme des Hauptanteils an familiärer Sorgearbeit als Mütter und andererseits die gleichzeitige Selbstverwirklichung in einer berufstätigen und emanzipierten Rolle fordern. Diese Doppelbeanspruchung geht oft mit erheblichem psychischen Druck einher (Dickson, 2020; Kaluza, 2012).

In bisherigen Konzeptualisierungen mentaler Aspekte der Familienarbeit wurden Fähigkeiten wie Selbstregulation als Form kognitiver Arbeit verstanden. Diese zielt darauf ab, das eigene Verhalten, etwa durch antizipatorische Prozesse, so zu steuern,

dass die eigene Ausgeglichenheit zum Wohle der Familie gewahrt bleibt (Robertson et al., 2019). DC umfasst jene kognitive und emotionale Arbeit, die Partner*innen im gegenseitigen Austausch zur Bewältigung von Stress leisten, mit dem Ziel, die individuelle wie auch dyadische Homöostase wiederherzustellen (Bodenmann, 2000). Diese Zusammenarbeit schließt emotionale Unterstützung, das Teilen von Belastungen sowie die Entwicklung gemeinsamer Stressbewältigungsstrategien ein. In dieser Arbeit wird daher argumentiert, dass es sich bei DC um eine Form von Care-Arbeit handelt, die innerhalb der Paarbeziehung geleistet wird und auf das gemeinsame emotionale und organisatorische Funktionieren abzielt, unabhängig davon, wodurch die Belastung ausgelöst wurde. Sie grenzt sich von kindbezogener Care-Arbeit dadurch ab, dass sich die Sorge vorrangig auf den*die Partner*in und nicht unmittelbar auf das Kind richtet. DC wird damit als zentraler Bestandteil von partnerschaftlicher Care-Arbeit verstanden, der sowohl antizipatorische als auch akute Verhaltensweisen beinhalten kann. Im Sinne feministischer Perspektiven in der Familienforschung, welche gesellschaftliche Strukturen kritisch in Therapiemaßnahmen und Forschungsmodelle einbeziehen (vgl. Silverstein & Goodrich, 2019), ist es essenziell, genderspezifische Verhaltens- und Belastungsmuster zu untersuchen, insbesondere vor dem Hintergrund ungleicher Verteilung von Care-Arbeit innerhalb von Paarbeziehungen.

Genderunterschiede im dyadischen Coping

Die Forschung zur Unterstützung in heterosexuellen Paarbeziehungen ist maßgeblich von der Annahme einer Unterstützungsdiskrepanz zwischen Männern und Frauen geprägt. Demnach berichten Frauen tendenziell weniger, insbesondere aber weniger hilfreiche Unterstützung durch ihre Partner im Vergleich zu Männern durch ihre Partnerinnen (Belle, 1982). Betrachtet man Studien zu Genderunterschieden im DC über alle Kategorien hinweg, zeigt sich ein uneinheitliches Bild. Frauen berichten, mehr DC zu leisten und weniger zu erhalten als Männer. Zudem bewerten sie die wahrgenommene Gerechtigkeit im DC geringer als Männer und nehmen einen Rückgang der Gleichverteilung des DC während des Übergangs zur Elternschaft wahr (Meier et al., 2020). Ebenso berichten Männer über ihre Partnerinnen, dass diese mehr DC leisten, als Frauen über ihre Partner angeben (Falconier et al., 2013a). Andere Studien konnten hingegen keine signifikanten Genderunterschiede im gesamten Ausmaß des DC feststellen (Tang et al., 2023). Bei differenzierter Betrachtung einzelner

DC-Formen zeigen sich jedoch genderbezogene Verhaltensmuster (Falconier & Kuhn, 2019; Staff et al., 2017).

Genderunterschiede in der Stresskommunikation

Die SK stellt einen entscheidenden ersten Schritt für eine positive dyadische Unterstützungsbemühungen dar, da sie Partner*innen ermöglicht, auf physische und psychische Stressfaktoren einzugehen. Diese Gespräche erleichtern die gegenseitige Anpassung und gemeinsame Reaktionen (Busch & Fringer, 2022). Frauen schätzen ihre eigene SK im Vergleich zu Männern höher ein (Alves et al., 2018; Bodenmann, 2000; Bodenmann & Cina, 2000, 2006; Molgora et al., 2019; Tang et al., 2023) und berichten, dass ihre Partner eine geringere SK aufweisen (Alves et al., 2018; Körner et al., 2013; Molgora et al., 2019). Diese Ergebnisse reihen sich in andere Befunde ein, wonach Männer im Vergleich zu Frauen neben dyadischen mehr auf individuelle Copingstrategien zurückgreifen, wie etwa das Verbergen von Sorgen. Frauen hingegen weisen ein höheres Bedürfnis nach SK auf und nutzen zusätzlich zu individuellen und dyadischen Strategien häufiger als Männer paarexterne Ressourcen (Bodenmann, 2000; Bodenmann et al., 2010). Die geringere SK von Männern und die Tendenz, Probleme allein zu lösen, lässt sich unter anderem durch soziale Normen erklären: Männliche Sozialisation betont emotionale Selbstkontrolle, während die Bitte um Unterstützung und das Zeigen von Verletzlichkeit gesellschaftlich häufig als Schwäche ausgelegt wird (Croft et al., 2021; Weiss, 1985).

Ein weiterer Erklärungsansatz für die ausgeprägtere SK bei Frauen liegt in deren generell höherem Stresserleben (Hildingsson & Thomas, 2014; Rusu, 2016). Nach der Geburt eines Kindes wird der erlebte Stress bei Frauen zusätzlich stärker erhöht als bei Männern. Dieser Effekt bleibt über Jahre bestehen (Buddelmeyer et al., 2018). Frauen benennen kindbezogenen Stress als häufigste Stressquelle, gefolgt von alltäglichen Widrigkeiten und häuslichen Belastungen. Männer hingegen berichten primär über beruflichen Stress, gefolgt von Stress im Zusammenhang mit den Kindern sowie alltäglichen Herausforderungen (Bodenmann, 2000). Erwerbstätige Mütter erleben infolge der ungleichen Arbeitsteilung eine deutlich höhere Belastung und emotionalen Stress als erwerbstätige Väter (Hochschild, 2012; Mattingly & Sayer, 2006). Erhöhte SK kann demnach nicht ausschließlich als Ausdruck eines größeren Kommunikationsbedürfnisses verstanden werden, sondern zugleich als Hinweis auf eine insgesamt stärkere Belastungserfahrung. Vor dem Hintergrund dieser Befunde stellt sich die

Frage, ob und in welcher Weise sich Mütter und Väter in ihrer SK sowie im damit verbundenen dyadischen Copingverhalten unterscheiden.

Genderunterschiede im positiven dyadischen Coping

Im Anschluss an die SK stellt das PDC eine mögliche Reaktion auf die Belastungserfahrungen des*der Partners*in dar. Einige Studien deuten darauf hin, dass sich in dieser DC-Form Genderunterschiede zeigen. Männer berichten, dass ihre Partnerinnen PDC vermehrt anwenden (Falconier, 2013; Falconier et al., 2013b) und sich insgesamt positiver in Problemlösungsinteraktionen verhalten (Cox et al., 1999). Während Männer angeben, bei kindbezogenem Stress mehr PDC von den Partnerinnen zu erhalten, berichten Frauen, diese Art von Belastung primär durch individuelle Copingstrategien zu bewältigen (Bodenmann, 2000). Teilweise geben Frauen auch an, ihre Partner würden häufiger sachbezogenes PDC zeigen, als Männer dies über ihre Partnerinnen berichten (Bodenmann & Cina, 2000).

Ein möglicher Erklärungsansatz für die intensivere Unterstützung durch Frauen liegt in den von Männern berichteten Schwierigkeiten, die emotionalen Anforderungen ihrer Partnerinnen angemessen zu erkennen. Viele Männer fühlen sich überfordert, die Erwartungen in den Kommunikationsebenen und -strategien ihrer Partnerinnen zu erfüllen (Thompson & Walker, 1989). In einer Studie berichteten Frauen, dass ihre Partner sie bei erhöhtem Stress nicht unterstützen konnten, ohne zugleich negative Reaktionen wie Kritik oder Schuldzuweisungen zu zeigen. Die Frauen hingegen passten ihre Unterstützung situativ an, indem sie unter stärkerem Stress ihrer Partner mehr Unterstützung boten (Neff & Karney, 2005). Eine höher ausgeprägte Fähigkeit von Frauen, nonverbale Signale zu interpretieren, könnte dazu führen, dass sie auch indirekte Strategien ihres Partners als Appel zur Unterstützung wahrnehmen und infolgedessen häufiger Unterstützung leisten (Noller, 1980). Auch die genderspezifische Sozialisation von Frauen, die Fürsorglichkeit sowie Hilfsbereitschaft und zugleich die Zurückstellung eigener Bedürfnisse betont, könnte hierbei eine entscheidende Rolle spielen (Eagly & Crowley, 1986; Neuenswander et al., 2023). Diese Befunde werfen die Frage auf, ob sich in elterlichen Paarbeziehungen genderspezifische Unterschiede im PDC abbilden. Die Überprüfung dieser Frage bildet einen zentralen Bestandteil der vorliegenden Arbeit.

Genderunterschiede im delegierten dyadischen Coping

Weiterführend stellt sich die Frage, ob und wie elterliches Copingverhalten im DDC genderbezogen geprägt ist. Männer zeigen im individuellen Coping tendenziell mehr sachbezogene Strategien, während Frauen eher emotionsbezogene Bewältigungsformen einsetzen (Bodenmann, 2000; Ptacek et al., 1994; Vingerhoets & Heck, 1990). Im DDC, welches definitionsgemäß nach dem STM immer problembezogen ist (Bodenmann, 2008), bewerten sich Männer höher als Frauen (Tang et al., 2023). Studien zeigen darüber hinaus, dass Frauen berichten, mehr emotionale Arbeit in heterosexuellen Beziehungen zu leisten, während Männer angeben, mehr instrumentelle Aufgaben übernehmen (Croyle & Waltz, 2002; Duncombe & Marsden, 1995; Erickson, 2005; Loscocco & Walzer, 2013; Strazdins & Broom, 2004). Diese Befunde legen nahe, dass sich die Genderunterschiede in individuellen Copingpräferenzen auch in der Beteiligung an delegierten Copingprozessen widerspiegeln könnten.

Genderunterschiede im gemeinsamen dyadischen Coping

Des Weiteren ist bislang unklar, ob und inwiefern sich das GDC aus Perspektive der Partner*innen unterscheidet. Während Frauen die wahrgenommene Ausgewogenheit im DC geringer einschätzen als Männer (Meier et al., 2020), geben Männer häufiger an, unterstützendes emotionsorientiertes Bewältigungsverhalten zu zeigen, als Frauen dies bei sich selbst berichten. Ebenso wird die Wirksamkeit des DC innerhalb der Partnerschaft von Männern höher eingeschätzt als von Frauen (Molgora et al., 2019). Es konnte gezeigt werden, dass Männer weniger über Emotionen sprechen als Frauen (Cordova et al., 2005; Dindia & Allen, 1992; Matud, 2004) und größere Schwierigkeiten haben, diese zu identifizieren (Carpenter & Addis, 2001). Dies könnte dazu führen, dass Männer ihre emotionale Bewältigung in Selbstberichten überschätzen (Cordova et al., 2005). Daher stellt sich die Frage, ob Männer das GDC in Partnerschaften tendenziell höher bewerten als Frauen. Studienergebnisse zu Genderunterschieden in der Selbst- und Fremdeinschätzung des GDC liegen bislang nicht vor.

Genderunterschiede im negativen dyadischen Coping

Der bisherige Forschungsstand deutet darauf hin, dass Frauen möglicherweise häufiger NDC zeigen als Männer. In einer Studie berichteten Männer von einem höheren Ausmaß an NDC in der Partnerschaft und Beobachter*innen bewerteten Frauen in aufgezeichneten Diskussionen in Bezug auf negative Interaktionen höher als

Männer (Papp & Witt, 2010). Darüber hinaus zeigte sich im Übergang zur Elternschaft ein stärkerer Anstieg im NDC bei Frauen im Vergleich zu Männern (Alves et al., 2020).

Zusammenfassend zeigt sich, dass viele der bisher berichteten Unterschiede im DC im Kontext besonderer Belastungssituationen erhoben wurden, etwa bei Paaren, die mit Unfruchtbarkeit, chronischer Erkrankung des Kindes oder dem Übergang zur Elternschaft konfrontiert waren (z. B. Alves et al., 2020; Körner et al., 2013; Tang et al., 2023). Diese Befunde verdeutlichen die Relevanz einer differenzierten Betrachtung dyadischer Copingprozesse bei Elternpaaren, die sich bereits in der Elternschaft befinden. Wie dargestellt, erleben Paare mit Kindern auch unabhängig dieser besonderen Belastungen substanzielle Belastungen im Zusammenhang mit ihrer Elternrolle. Daraus ergibt sich die zentrale Frage, wie sich Copingverhalten bei Frauen und Männern in Bezug auf alltägliche Belastungen und im spontanen Wechsel zwischen alltags- und kindbezogenen Belastungen äußert.

Genderspezifische Auswirkungen des partnerschaftlichen Coping-Verhaltens

Genderspezifische Unterschiede im DC können entsprechend auch unterschiedliche Effekte auf den*die Partner*in haben. Positives wie auch negatives DC stellen nicht nur relevante Prädiktoren für die Beziehungszufriedenheit, sondern ebenso für die psychische Gesundheit von Partner*innen dar (Chen et al., 2021). Die aktuelle Forschungslage legt nahe, dass die Stressbelastung von Frauen stärker negativ durch Stressoren beeinflusst wird, als dies bei Männern der Fall ist. Dies gilt insbesondere für Stressoren, die im Zusammenhang mit dem Kind stehen. Bei einer starken dyadischen Belastung, wie etwa der Unfruchtbarkeit des Paares, zeigen Frauen signifikant höhere Angst- und Depressionswerte auf als Männer, wobei DC ein bedeutsamer Prädiktor für die psychologische Anpassung ist (Tang et al., 2023). Frauen reagieren zudem stärker auf maladaptive Emotionsregulationsstrategien des Partners, was sich in einer niedrigeren Bewertung der Beziehungsqualität niederschlägt (Rusu et al., 2019; Velotti et al., 2016). Männer hingegen schätzen ihre Beziehungszufriedenheit höher ein als ihre Partnerinnen und die Paarbeziehung ist bedeutsamer für ihre psychische Gesundheit (Fowers, 1991; Rusu et al., 2019). Gleichzeitig beeinträchtigen Rollenkonflikte und erlebte Einschränkungen durch die Mutterschaft die Beziehungs- und Lebenszufriedenheit bei Frauen stärker als bei Männern (Hansen, 2012; Rauch-Anderegg et al., 2020; Twenge et al., 2003).

Diese Erkenntnisse legen nahe, dass sich dyadische Bewältigungsprozesse auch genderspezifisch auf das psychische Wohlbefinden auswirken können. So zeigen Frauen vermehrt internalisierende Symptome, je mehr positive DC-Formen sie selbst leisten (Alves et al., 2020). Dies kann als Folge der zusätzlichen emotionalen Belastung durch ihr erhöhtes Engagement in der gemeinsamen Stressbewältigung angesehen werden. Bei Männern hingegen verstärken sich internalisierende Symptome tendenziell, wenn die Partnerin häufig Stress kommuniziert. Dies weist auf eine potenziell dysfunktionale Dynamik hin, insofern als dass die Bemühungen von Frauen sowohl eigene Erschöpfung als auch Belastungsreaktionen beim Partner hervorrufen können (Alves et al., 2020). Obwohl SK und positive DC-Formen also das Potenzial bergen, partnerschaftliche Verbundenheit zu stärken, Stress zu lindern und die psychische Gesundheit zu fördern, können sie bei ungleicher Anwendung jedoch zugleich körperliche oder psychische Belastungen beider Partner*innen erhöhen (Chen et al., 2021).

Die psychologischen Auswirkungen partnerschaftlicher Copingprozesse variieren demnach nicht nur individuell, sondern auch genderspezifisch. Es lässt sich daher vermuten, dass die Qualität dyadischer Copingprozesse das individuelle Stressempfinden sowie die wahrgenommene partnerschaftliche Unterstützung genderabhängig beeinflussen kann. Dies könnte sich insbesondere im Kontext von kindbezogenem Stress zeigen, bei dem durch die geteilte Elternrolle dyadische Bewältigungsformen besonders wirksam sein könnten.

Zielsetzung der vorliegenden Arbeit

Vor dem Hintergrund bestehender theoretischer Modelle sowie empirischer Erkenntnisse zur ungleichen Verteilung von Care-Arbeit und mentaler Belastung in Paarbeziehungen fokussiert sich die vorliegende Arbeit auf DC im Kontext elterlicher Partnerschaften. Zahlreiche Studien legen nahe, dass Frauen mehr DC leisten, zugleich geringere Unterstützung durch ihre Partner erfahren, weniger Gleichberechtigung im Copingprozess wahrnehmen (Meier et al., 2020) und sich in ihrer SK höher einschätzen als ihre Partner (Alves et al., 2018; Bodenmann & Cina, 2006; Körner et al., 2013; Molgora et al., 2019; Tang et al., 2023). Im PDC geben Männer an, dass ihre Partnerinnen dieses häufiger zeigen (Falconier, 2013; Falconier et al., 2013b), während sie bei sich selbst höhere Werte im DDC berichten (Tang et al., 2023). Im Hinblick

auf NDC weisen Studien darauf hin, dass Frauen dieses häufiger anwenden (Papp & Witt, 2010), insbesondere im Übergang zur Elternschaft (Alves et al., 2020).

Obwohl SK und positive DC-Formen als protektiv für die Beziehungsqualität und das individuelle Wohlbefinden gelten, zeigen Studien, dass diese im Umgang mit kindbezogenen Stressoren seltener Anwendung finden, während NDC zunimmt (Alves et al., 2019, 2020; Rauch-Anderegg et al., 2020). Erziehungsaufgaben gehören zu den intensivsten Stressquellen in Paarbeziehungen (Hansen, 2012; Nelson et al., 2014; M. O'Brien & Peyton, 2002) und auch die Beziehungszufriedenheit kann als Folge der Elternschaft zurückgehen (Doss et al., 2009; Lawrence et al., 2008; Mitnick et al., 2009; Zemp, Nussbeck, et al., 2017). Von dieser Stresserhöhung sind Frauen in besonderem Maße betroffen, unter anderem aufgrund der Diskrepanzen in der Verteilung von Care-Arbeit (Buddelmeyer et al., 2018; Hochschild, 2012; Mattingly & Sayer, 2006). Im Vergleich zu Männern berichten Frauen ein generell höheres Stresserleben (Rusu, 2016) sowie eine stärkere Abnahme der Beziehungszufriedenheit im Zuge der Elternschaft (Hansen, 2012; Rauch-Anderegg et al., 2020; Twenge et al., 2003). Diese Abnahme wird unter anderem mit ungleicher Care-Arbeitsverteilung und einer geringeren erlebten Unterstützung in der Partnerschaft in Verbindung gebracht (Nomaguchi & Milkie, 2003).

Daraus lässt sich ableiten, dass dyadische Copingprozesse abhängig vom Gender der beteiligten Personen sowie der Art des Stressors (alltags- versus kindbezogen) unterschiedlich ausgeprägt sind. Möglicherweise bestehen genderspezifische Unterschiede sowohl in der Selbstwahrnehmung der eigenen DC-Formen als auch in der Fremdwahrnehmung der DC-Formen des*der Partners*in. Ebenso erscheint es plausibel, dass kindbezogene im Vergleich zu alltagsbezogenen Stressoren mit einem höheren subjektiven Stressempfinden und einer geringeren erlebten Unterstützung einhergehen, insbesondere bei Frauen.

Viele der bisherigen Studien zu DC bei Elternpaaren stützen sich auf Längsschnittdaten zum Übergang in die Elternschaft und beleuchten prä- und postnatale Veränderungen im DC (z. B. Alves et al., 2020; Meier et al., 2020; Mickelson & Biehle, 2017; Mitnick et al., 2009; Rauch-Anderegg et al., 2020). Ein weiterer Forschungsfokus liegt auf einschneidenden Makrostressoren, wie schweren Erkrankungen des*der Partners*in oder des Kindes bis hin zum Verlust eines Kindes (z. B. Chen et al., 2021; Körner et al., 2013; Roth et al., 2022). Auch wenn diese Studien Einblicke in die Prozesshaftigkeit dyadischer Stressbewältigung ermöglichen, bleiben alltägliche und

kurzfristige Wechsel zwischen verschiedenen Stressoren innerhalb bestehender Elternschaften weitgehend unerforscht. Dies ist insofern relevant, als alltägliche Stressoren einen bedeutsamen Einfluss auf Beziehungsergebnisse haben (Bodenmann et al., 2007; Falconier, Nussbeck, et al., 2015; Kanner et al., 1981; Ledermann, Bodenmann, Rudaz, et al., 2010). Zudem stellt sich die Frage, wie sich der partnerschaftliche Umgang mit unterschiedlichen Stressoren auf das individuelle Stressempfinden und die erlebte Unterstützung auswirken.

Die vorliegende Masterarbeit ist in ein multizentrisches Forschungsprojekt der Universität Wien, der Universität Witten/Herdecke sowie der LMU München eingebunden. Übergeordnetes Ziel dieses Projekts ist es, das ursprünglich für Alltagsstress entwickelte System zur Evaluierung Dyadischen Copings (SEDC; Bodenmann, 2012) im Anwendungsbereich kindbezogener Belastungen zu testen und daran zu adaptieren. Im Rahmen der Masterarbeit werden genderspezifische Verhaltensweisen im DC von Elternpaaren im Kontext von alltags- und kindbezogenen Stressoren anhand von Fragebogen- und Beobachtungsdaten dyadischer Stressgespräche untersucht. DC wird dabei nicht nur als Reaktion auf Stress verstanden, sondern auch als Ausdruck und Reproduktion bestehender Ungleichheitsverhältnisse in der Care-Arbeit. Um Ansatzpunkte zur Prävention dyadischer Belastungen abzuleiten ist es daher von Interesse, stressor- und genderspezifischer Copingmuster zu differenzieren und empirisch zu erfassen. Dazu wird untersucht, ob sich zwischen Frauen und Männern systematische Unterschiede im DC zeigen, und wie sich das Stressempfinden sowie die erlebte Unterstützung nach Gender und Art des Stressors unterscheiden.

Fragestellungen und Hypothesen

Die bisherige Forschungslage beruht vorrangig auf cisgender Proband*innen in heterosexuellen Beziehungen, sodass die der vorliegenden Untersuchung zugrunde liegenden Hypothesen auf dieser heteronormativen Perspektive beruhen. Vor dem Hintergrund der oben dargelegten theoretischen Ausgangslage sowie in Anlehnung an die Zielsetzung dieser Studie wurden die folgenden vier Fragestellungen formuliert.

Fragestellung F1

Zur Untersuchung genderspezifischer Unterschiede im partnerschaftlichen Umgang mit Stress wurde zunächst analysiert, inwiefern sich Partner*innen hinsichtlich ihrer SK sowie der DC-Formen unterscheiden. Daraus ergab sich die folgende Forschungsfrage:

Gibt es genderspezifische Unterschiede in der SK und den DC-Formen bei Elternpaaren?

Zur Beantwortung dieser Fragestellung wurden die DCI-Skalen zur Selbst- (H1.1–H1.4) und Fremdeinschätzung (H1.5–H1.8) sowie des GDC (H1.9) herangezogen. Auf dieser Grundlage ließen sich die folgenden neun Hypothesen ableiten:

- H1.1: Frauen geben an, mehr SK zu zeigen, als Männer über sich angeben.
- H1.2: Frauen geben an, mehr PDC zu zeigen, als Männer über sich angeben.
- H1.3: Männer geben an, mehr DDC zu zeigen, als Frauen über sich angeben.
- H1.4: Frauen geben an, mehr NDC zu zeigen, als Männer über sich angeben.
- H1.5: Männer geben an, dass ihre Partnerinnen mehr SK zeigen, als Frauen über ihre Partner angeben.
- H1.6: Männer geben an, dass ihre Partnerinnen mehr PDC zeigen, als Frauen über ihre Partner angeben.
- H1.7: Frauen geben an, dass ihre Partner mehr DDC zeigen, als Männer über ihre Partnerinnen angeben.
- H1.8: Männer geben an, dass ihre Partnerinnen mehr NDC zeigen, als Frauen über ihre Partner angeben.
- H1.9: Männer geben an, dass in der Beziehung mehr GDC gezeigt wird, als Frauen angeben.

Fragestellung F2

Die zweite Fragestellung bezog sich auf die direkten Auswirkungen der Gespräche über die zwei Stressoren (kindbezogen und alltagsbezogen) auf Männer und Frauen. Es wurde untersucht, ob die Art des Stressors sowie das Gender das subjektive Stressempfinden und die erlebte Unterstützung nach den Stressgesprächen beeinflussen. Daraus ergab sich folgende Forschungsfrage:

Wie beeinflussen die Art des Stressors und das Gender das Stressempfinden und die erlebte Unterstützung?

Auf Grundlage dieser Fragestellung wurden die folgenden sechs Hypothesen aufgestellt:

- H2.1: Nach dem Besprechen von eigenen kindbezogenen Stressoren berichten Eltern ein höheres *Stressempfinden* im Vergleich zu eigenen alltagsbezogenen Stressoren (Haupteffekt Art des Stressors).

H2.2 Frauen berichten nach Stressgesprächen ein höheres *Stressempfinden* als Männer, unabhängig von der Art des Stressors (Haupteffekt Gender).

H2.3 Nach Gesprächen zu eigenen kindbezogenen Stressoren berichten Frauen im Vergleich zu Männern ein signifikant höheres *Stressempfinden* als nach Gesprächen zu eigenen alltagsbezogenen Stressoren (Interaktionseffekt Art des Stressors*Gender).

H2.4: Nach dem Besprechen von eigenen kindbezogenen Stressoren berichten Eltern eine geringere erlebte *Unterstützung* im Vergleich zu eigenen alltagsbezogenen Stressoren (Haupteffekt Art des Stressors).

H2.5: Frauen berichten nach Stressgesprächen eine geringere erlebte *Unterstützung* als Männer, unabhängig von der Art des Stressors (Haupteffekt Gender).

H2.6: Nach Gesprächen zu eigenen kindbezogenen Stressoren berichten Frauen im Vergleich zu Männern signifikant geringere erlebte *Unterstützung* als nach Gesprächen zu eigenen alltagsbezogenen Stressoren (Interaktionseffekt Art des Stressors*Gender).

Fragestellung F3

Die dritte Fragestellung zielte darauf ab, explorativ zu untersuchen, ob sich die während der Gespräche gezeigten positiven DC-Formen (PDC, DDC, GDC) im Kontext der beiden Stressoren (kindbezogen und alltagsbezogen) unterscheiden. Entsprechend wurden keine Hypothesen expliziert und es wurde eine deskriptive Analyse vorgenommen. Zur Untersuchung von Genderunterschieden wurden die Beobachtungsdaten der Männer und Frauen separat betrachtet. Die dritte Forschungsfrage lautete:

Gibt es Unterschiede in der Häufigkeit der gezeigten positiven DC-Formen bei Männern und Frauen, abhängig davon, ob die Elternpaare kindbezogene oder alltagsbezogene Stressoren besprechen?

Fragestellung F4

Im Rahmen der vierten Fragestellung wurden die Kombinationen der Faktoren Gender und Art des Stressors im Hinblick auf die gezeigte SK sowie die vier DC-Formen explorativ untersucht. Auch für diese Fragestellung wurden keine spezifischen Hypothesen formuliert. Die vierte Forschungsfrage lautete:

Wie unterscheiden sich Männer und Frauen in der Häufigkeit der gezeigten SK und der DC-Formen bei der Auseinandersetzung mit alltagsbezogenen im Vergleich zu kindbezogenen Stressoren?

Methoden

Versuchsplan und Untersuchungsdesign

Während DC in früheren Studien überwiegend durch Selbst- und Fremdeinschätzungen erfasst wurde, kombinierte die vorliegende Untersuchung Online-Erhebungen zur Erfassung individueller Selbstauskünfte sowie Beobachtungen im Laborsetting. Die Online-Fragebögen wurden von Teilnehmenden jeweils einzeln ausgefüllt, dann nahmen Elternpaare gemeinsam an dem Termin vor Ort teil. Die Erhebung der Verhaltensdaten erfolgte im Beobachtungslabor der Forschungs-, Lehr- und Praxisambulanz der Universität Wien. Die Beobachtungsstudie folgte einem Within-Subjects-Design mit Messwiederholungen. Elternpaare wurden gemäß des strukturierten SEDC-Interaktionsparadigma instruiert, sich über aktuell als belastend empfundene Themen oder Ereignisse auszutauschen. Dabei wurden sie nacheinander instruiert sich mit ihrem*r Partner*in entweder über alltagsbezogene Stressoren (SEDC-Standard) oder über kindbezogene Stressoren (SEDC-Adaptierung) auszutauschen. Paarinteraktionen wurden per Ton und Videoaufzeichnung erfasst und anschließend durch systematische Kodierung (siehe Kodiersystem zur Erfassung von Stressäußerungen und dyadischem Coping) ausgewertet. Um potenzielle Reihenfolgeeffekte zu minimieren, wurde die Abfolge der Instruktionen randomisiert. Dies umfasste sowohl die Variation, welche*r Partner*in das Gespräch über den eigenen Stressor beginnt, als auch die Reihenfolge der thematischen Blöcke (alltagsbezogener oder kindbezogener Stressor).

Stichprobe

Für die Studie wurden Elternpaare rekrutiert, die gemeinsam für mindestens ein Kind im Alter zwischen 4 und 16 Jahren sorgten. Um sicherzustellen, dass sich beide Elternteile sowohl bei der Beantwortung der Fragebögen als auch bei der Besprechung kindbezogener Stressoren auf dasselbe Kind fokussieren, wurde ein Indexkind nach vorgegebenen Kriterien festgelegt. Dieses war das jeweils jüngste Kind innerhalb der definierten Altersspanne (4-16 Jahre), wobei eine biologische Verwandtschaft zu den Betreuungspersonen nicht erforderlich war. Voraussetzung war jedoch, dass das Kind seinen Lebensmittelpunkt im Haushalt der Eltern hatte und dort mindestens die Hälfte

der Zeit verbrachte. Zudem mussten die Eltern eine romantische Paarbeziehung führen, sodass reine Coparenting-Konstellationen von der Teilnahme ausgeschlossen waren. Weitere Teilnahmevoraussetzungen umfassten ein Mindestalter von 18 Jahren sowie ausreichende Deutschkenntnisse, da die Fragebögen, Instruktionen und Gespräche im Beobachtungslabor in deutscher Sprache durchgeführt wurden. Die Rekrutierung erfolgte unabhängig von Gender und sexueller Orientierung. Für die Analysen der vorliegenden Masterarbeit wurden jedoch ausschließlich Elternpaare mit gemischtem Gender herangezogen, da sich die vorliegende Studie auf diese Gruppe fokussiert und keine Elternpaare mit gleichem Gender an der Erhebung teilgenommen haben.

Zur Untersuchung der vier Fragestellungen wurden drei unterschiedliche Stichproben herangezogen. Dies war erforderlich, da der Zugriff auf die Videoaufzeichnungen der Vor-Ort-Termine an den weiteren Studienstandorten (Universität Witten/Herdecke und LMU München) aus datenschutzrechtlichen Gründen eingeschränkt war. Darüber hinaus bestand für interessierte Eltern die Möglichkeit, ausschließlich am Online-Erhebungsteil der Studie teilzunehmen. Aus diesem Grund lagen neben Daten von Elternpaaren, die an einem Termin im Beobachtungslabor teilnahmen, zusätzliche Daten von Eltern aus den Online-Fragebögen vor. Eine detaillierte Übersicht aller demografischen Merkmale der drei Stichproben ist in Tabelle 1 dargestellt.

Zur Beantwortung von Fragestellung F1 wurden die online erhobenen Fragebogendaten einbezogen. In die Analyse wurden ausschließlich Daten von Paaren eingeschlossen, bei denen beide Partner*innen am Online-Teil der Studie teilgenommen und den DCI-Fragebogen vollständig ausgefüllt hatten. Die resultierende Stichprobe umfasste $N_1 = 70$ Personen, bestehend aus $n_1 = 35$ mixed-gender Paaren. Das Alter der Teilnehmenden lag zwischen 31 und 53 Jahren ($M = 40.93$, $SD = 5.75$). Die Mehrheit der Teilnehmenden hatte einen Hochschul- oder Fachhochschulabschluss (71%), und jeweils 31 Personen (44%) waren in Vollzeit bzw. Teilzeit berufstätig. Die durchschnittliche Beziehungsdauer betrug 15.09 Jahre ($SD = 6.34$). Die Paare betreuten im Mittel 2.99 Kinder ($SD = 0.81$). Die Indexkinder hatten ein Durchschnittsalter von 5.40 Jahren ($SD = 3.55$).

Für die Untersuchung von Fragestellung F2 wurden die vor Ort erhobenen State-Daten von allen drei Studienstandorten herangezogen ($N_2 = 52$, 26 Paare). Die Teilnehmenden waren zwischen 32 und 53 Jahren alt ($M = 41.35$, $SD = 5.99$). Die

Mehrheit verfügte über einen Hochschul- oder Fachhochschulabschluss (81%) und die Hälfte war in Teilzeit berufstätig, während 39% in Vollzeit arbeiteten.

Da sich die Fragestellungen F3 und F4 auf beobachtete Verhaltensweisen beziehen, wurden für die Beantwortung ausschließlich Daten von Paaren herangezogen, für die Videoaufzeichnungen aus dem Beobachtungslabor der Universität Wien vorlagen ($N_3 = 14$, 7 Paare). Das Alter der Teilnehmenden lag zwischen 33 und 50 Jahren ($M = 40.57$, $SD = 4.67$). Der Großteil der Teilnehmenden verfügte über einen Hochschul- oder Fachhochschulabschluss (93%) und die Mehrheit war in Teilzeit beschäftigt (79%).

DYADISCHES COPING BEI ELTERNPAAREN

Tabelle 1

Deskriptive Statistiken der drei Stichproben

Variable	Stichprobe 1 ($N_1 = 70$, $n_1 = 35$)	Stichprobe 2 ($N_2 = 52$)	Stichprobe 3 ($N_3 = 14$)
Gender			
Männlich (%)	35 (50%)	26 (50%)	7 (50%)
Weiblich (%)	35 (50%)	26 (50%)	7 (50%)
Alter in Jahren M (SD)	40.93 (5.75)	41.35 (5.97)	40.57 (4.67)
Höchster Bildungsgrad			
Realschulabschluss, mittlere Reife oder Berufsreife (%)	1 (1%)	1 (2%)	–
Fachhauptschulreife oder Matura (%)	5 (7%)	1 (2%)	–
Abitur, Hochschulreife (%)	5 (7%)	4 (8%)	1 (7%)
Hochschulabschluss, Fachhochschulabschluss (%)	50 (71%)	42 (81%)	13 (93%)
Promotion oder Habilitation (%)	8 (11%)	4 (8%)	–
Anderer Bildungsabschluss (%)	1 (1%)	–	–
Berufstätigkeit			
Berufstätig in Vollzeit (%)	31 (44%)	20 (39%)	1 (7%)
Berufstätig in Teilzeit (%)	31 (44%)	26 (50%)	11 (79%)
Arbeitslos/arbeitssuchend (%)	2 (3%)	2 (4%)	2 (14%)
Für den Haushalt zuständige Person (%)	1 (1%)	1 (2%)	–
Student*in (%)	1 (1%)	1 (2%)	–
Sonstiges (%)	4 (6%)	2 (4%)	–
Beziehungsstatus			
Partnerschaft (%)	12 (17%)	10 (19%)	6 (43%)
Verheiratet (%)	56 (80%)	34 (65%)	8 (57%)
Andere (%)	2 (3%)	2 (4%)	–
Keine Angabe (%)	–	6 (12%)	–
Beziehungsdauer in Jahren M (SD)	15.09 (6.34)	14.57 (6.06)	12.93 (4.55)
Anzahl betreuter Kinder M (SD)	2.99 (0.81)	2.87 (0.69)	2.86 (0.36)
Gender Indexkind			
Männlich (%)	32 (46%)	20 (39%)	4 (29%)
Weiblich (%)	38 (54%)	26 (50%)	10 (71%)
Keine Angabe (%)	–	6 (12%)	–
Alter Indexkind in Jahren M (SD)	5.40 (3.55)	6.17 (3.97)	5.29 (2.53)

Anmerkung. Prozentangaben wurden gerundet, wodurch geringfügige Abweichungen von der Gesamtsumme von 100 % möglich sind.

Untersuchungsdurchführung

Die Rekrutierung der Elternpaare erfolgte über eine Vielzahl unterschiedlicher Kanäle. Dazu gehörten Flyeraushänge sowie E-Mail-Aussendungen an Bibliotheken, Supermärkte, Fachgeschäfte für Kinderbedarf, Kindergärten, Freizeiteinrichtungen, Familienzentren, Sport- und Musikvereine, Kinderärzt*innen, -psycholog*innen, -psychotherapeut*innen und Elternvereine. Zusätzlich wurden Social-Media-Beiträge sowie Facebook-Gruppen und die Weiterempfehlung nach dem Schneeballprinzip genutzt, um die Reichweite zu erhöhen.

Die Teilnahme an der Studie war freiwillig. Alle potenziellen Teilnehmenden wurden vorab umfassend über die Rahmenbedingungen, den Forschungszweck, die Studiendauer sowie die Datenschutzrichtlinien informiert. Ein Abbruch der Studienteilnahme war jederzeit ohne Angabe von Gründen möglich. Personen, die an einer Vor-Ort-Untersuchung teilnahmen, erhielten als Aufwandsentschädigung eine Vergütung von 30€ pro Paar.

Studieneinschreibung und Erhebung mittels Online-Fragebogen

Nach Erhalt der Studieninformationen übermittelten interessierte Eltern ihre Kontaktdaten und wählten einen Untersuchungstermin im Beobachtungslabor. Anschließend erhielten sie den Zugang zum Online-Fragebogen, der bis zum Termin vollständig bearbeitet werden sollte. Der Fragebogen wurde von Teilnehmenden individuell ausgefüllt und umfasste die Erhebung demografischer Daten, Angaben zur Familiensituation sowie 11 Trait-Fragebögen (siehe Untersuchungsinstrumente). Alle Online-Fragebögen wurden mithilfe von SoSci Survey erstellt.

Datenerhebung im Beobachtungslabor

Der Untersuchungstermin vor Ort fand für Teilnehmende der Universität Wien im Beobachtungslabor der Forschungs-, Lehr- und Praxisambulanz der Fakultät für Psychologie statt. Die Elternpaare nahmen stets gemeinsam an der Untersuchung teil. Falls sie gemeinsam mit einem oder mehreren Kindern zum Termin kamen, wurde eine Betreuung in einem separaten Raum bereitgestellt, sodass eine störungsfreie Teilnahme an der etwa einstündigen Laborsitzung gewährleistet werden konnte. Die Untersuchung erfolgte in einem standardisierten Setting. Elternpaare saßen in einem neutral gestalteten Raum auf zwei im rechten Winkel zueinander positionierten Stühlen, um eine zugewandte Gesprächssituation zu schaffen. Vor Beginn der Studie erhielten die Teilnehmenden durch die Versuchsleitung eine kurze Einführung zum

Ablauf, den Datenschutzbestimmungen sowie der Schweigepflicht. Anschließend wurde das schriftliche Einverständnis zur Studienteilnahme eingeholt. Die Gesprächssequenzen zwischen den Eltern wurden per Ton- und Videoaufzeichnungen erfasst. Die Versuchsleitung befand sich während der Aufzeichnung in einem Nebenraum ohne Tonübertragung.

Die Teilnehmenden wurden instruiert, vier jeweils achtminütige Gespräche zu führen. Zwei dieser Gespräche sollten alltagsbezogene Stressoren thematisieren, die anderen beiden kindbezogene Stressoren. Jede*r Partner*in sollte in beiden Themenbereichen über ein persönlich belastendes Ereignis oder eine stressreiche Situation sprechen, während die jeweils andere Person spontan darauf reagieren sollte. Jedes der vier Gespräche fokussierte sich auf das Thema, das jeweils eine Person aktuell am stärksten belastete. Zur Auswahl der individuellen Gesprächsthemen füllten die Teilnehmenden vor Beginn jedes der beiden Themenblöcke einen Fragebogen mit verschiedenen alltags- bzw. kindbezogenen Stressoren aus. Anhand dessen wurde in Absprache mit der Versuchsleitung ein Themenbereich festgelegt, der aktuell belastend erlebt wurde und keinen unmittelbaren Bezug zum*r Partner*in aufwies. Der kindbezogene Stressor musste bei beiden Eltern dasselbe Indexkind betreffen, konnte sich dabei aber auf unterschiedliche Bereiche beziehen. Die Reihenfolge der Gespräche wurde randomisiert.

Vor Beginn der ersten Gesprächssequenz sowie im Anschluss an jedes Gespräch füllten beide Teilnehmenden einen kurzen Fragebogen zum aktuellen Befinden aus, sodass insgesamt fünf Erhebungszeitpunkte vorlagen.

Die Videodateien wurden mittels individueller Videocodes pseudonymisiert und getrennt von den Fragebogendaten auf einem gesicherten, passwortgeschützten Server der Universität Wien gespeichert. Die Paare erhielten ihren Videocode, wodurch eine nachträgliche Entschlüsselung der pseudonymisierten Daten zur Einsicht oder Löschung der Videodateien auf Wunsch unbefristet nach Studienabschluss ermöglicht wurde.

Untersuchungsinstrumente

Im Rahmen der Online-Erhebung wurden demografische Angaben erfragt und Fragebögen zur eigenen psychischen Gesundheit, der psychischen Gesundheit des Indexkindes sowie zu elternschafts- und partnerschaftsbezogenen Erfahrungen, Belastungen und Verhaltensweisen vorgegeben. Für die vorliegende Studie wurde davon

das Dyadische Coping Inventar (DCI; Bodenmann, 2008) zur Selbsteinschätzung des eigenen DC sowie zur Fremdeinschätzung des DC des*der Partners*in herangezogen. Beim Termin vor Ort wurden zudem Fragebögen vor und nach den einzelnen Stressgesprächen vorgegeben, in denen unter anderem das aktuelle Stresslevel sowie die erlebte Unterstützung erfasst wurden. Zur Analyse des während der Untersuchung gezeigten DC der Elternpaare wurde das selbstentwickelte *Kodiersystem zur Erfassung von Stressäußerungen und dyadischem Coping* angewendet, anhand dessen das Verhalten systematisch ausgewertet wurde. Die relevanten Erhebungsinstrumente werden im Folgenden detailliert dargestellt.

Demografische Angaben

Im Online-Fragebogen wurden demografische Merkmale sowie zentrale Informationen zur Familiensituation der Teilnehmenden und des Indexkindes umfassend erhoben. Erfragt wurden unter anderem Alter, Gender (Männlich; Weiblich; Anderes; nicht beantwortet), Bildungs- und Berufssituation, familiäre Beziehungsstrukturen, das Zusammenleben im Haushalt sowie klinische und gesundheitliche Angaben, einschließlich aktueller Behandlungen und dem Vorliegen chronischer Erkrankungen.

Dyadisches Coping Inventar (DCI)

Das Dyadische Coping Inventar (DCI; Bodenmann, 2008) umfasst 37 Items, die Verhaltensweisen im Umgang mit Stress innerhalb eines Paares beschreiben. Eltern schätzen jeweils auf einer fünfstufigen Likert-Skala von 1 (*sehr selten*) bis 5 (*sehr oft*) ein, inwieweit die Beschreibungen auf Ihre Partnerschaft zutreffen. Der Fragebogen umfasst vier Items zur eigenen Stresskommunikation (z. B.: „Ich teile meinem Partner mit, wenn ich froh um seine praktische Unterstützung oder sachliche Ratschläge und Hilfestellungen bin.“), vier Items zur Stresskommunikation des*der Partners*in (z. B.: „Er teilt mir mit, wenn er froh um meine praktische Unterstützung oder sachliche Ratschläge und Hilfestellungen ist.“), 11 Items zum eigenen dyadischen Coping (DC; z. B.: „Ich gebe meinem Partner das Gefühl, dass ich ihn verstehe, mich für seinen Stress interessiere.“) und 11 Items zum DC des*der Partners*in (z. B.: „Er gibt mir das Gefühl, dass er mich versteht, und dass ihn mein Stress interessiert.“), fünf Items zum gemeinsamen DC (z. B.: „Wir versuchen, das Problem gemeinsam zu bewältigen und konkrete Lösungen zu suchen.“) sowie zwei Items zur Gesamtbeurteilung der dyadischen Stressbewältigung (z. B.: „Ich bin zufrieden mit der Unterstützung meines Partners und der gemeinsamen Stressbewältigung.“). Die Berechnung der Scores für SK, PDC,

DDC, NDC und GDC erfolgte auf Grundlage der Itemzuteilung gemäß Randall et al. (2016), wodurch sich die Anzahl der analysierten Items auf 29 reduzierte. In Übereinstimmung mit früheren Validierungen (z. B. Randall et al., 2016; Vedes et al., 2013) wurde die Gesamtbeurteilung der dyadischen Stressbewältigung in der Skalenbildung nicht berücksichtigt.

In Validierungsstudien (Bodenmann, 2008) wiesen alle Subskalen des DCI interne Konsistenzen (Cronbach's α) im akzeptablen bis exzellenten Bereich auf ($.71 \leq \alpha \leq .92$). In der vorliegenden Studie variierten die internen Konsistenzen der Subskalen zwischen einem mangelhaften Wert für die Selbsteinschätzung des DDC ($\alpha = .58$) und einem guten Wert für die Fremdeinschätzung des DDC ($\alpha = .80$). Die interne Konsistenz ließ sich durch das Entfernen einzelner Items nicht deutlich verbessern, sodass alle Items in die Auswertung einbezogen wurden.

Aktuelles Stressempfinden

Das aktuelle Stressempfinden der Teilnehmenden wurde mithilfe eines State-Fragebogens nach den Gesprächen erfasst, in denen die eigenen Stressoren im Fokus standen. Erhoben wurde das Stressempfinden mit dem Item: „*Wie gestresst/belastet fühlen Sie sich in diesem Moment?*“ Die Antwort erfolgte jeweils auf einer visuellen Analogskala von 0 (*gar nicht*) bis 100 (*sehr*).

Erlebte Unterstützung

Die erlebte Unterstützung wurde ebenfalls mit dem State-Fragebogen nach den Gesprächen erhoben, in denen die eigenen Stressoren thematisiert wurden. Zur Messung wurde das Item „*Während des Gesprächs habe ich mich unterstützt gefühlt.*“ verwendet. Die Antworten wurden auf einer visuellen Analogskala von 0 (*gar nicht*) bis 100 (*sehr*) erfasst.

Kodiersystem zur Erfassung von Stressäußerungen und dyadischem Coping

Für die Analyse der Ton- und Videoaufzeichnungen der Gespräche im Beobachtungslabor wurde ein eigens konzipiertes *Kodiersystem zur Erfassung von Stressäußerungen und dyadischem Coping* herangezogen. Die kodierten Kategorien für SK und DC sowie deren theoretischen Konzeptionen und Verhaltensbeispiele basierten maßgeblich auf dem *Dyadischen Coping Inventar* (DCI; Bodenmann, 2008), dem *Kodiersystem zur Erfassung des dyadischen Copings* (SEDC; Bodenmann, 2012) sowie Inhalten aus *Stress und Coping bei Paaren* (Bodenmann, 2000).

In einer Pilotphase wurde das Kodiersystem gemäß den Prinzipien der induktiven und iterativen Anpassung (vgl. Bakeman & Quera, 2011) weiterentwickelt. Dabei wurde entschieden, die Unterkategorie „aufmerksames interessiertes Zuhören/ Nachfragen“ nicht länger dem PDC zuzuordnen, sondern als eigenständige Kategorie (Code 3) zu erfassen. Diese Modifikation erfolgte vor dem Hintergrund der experimentellen Instruktion sowie der künstlichen Gesprächssituation, in der die Stressgespräche stets mit Fokus auf eine*n Partner*in geführt werden sollten. Aufgrund dieses Settings wechselten die Teilnehmenden dynamisch zwischen der Rolle der zuhörenden und der sprechenden Person. Durch eine fortgesetzte Zuordnung der genannten Unterkategorie zum PDC (Code 2) wäre eine überproportionale Kodierung dieser Kategorie und damit eine systematische Verzerrung zu erwarten gewesen. Um PDC weiterhin als trennscharfe Form des dyadischen Copings differenziert erfassen zu können, wurde „aufmerksames interessiertes Zuhören/ Nachfragen“ ausgegliedert und als eigenständiger Code 3 implementiert. Darüber hinaus wurde das Kodiersystem um einen Code ergänzt, welcher der Erfassung fehlender Informationen diene. Dieser Code konnte beispielsweise bei technischen Störungen, dem Verlassen des Videobildes durch eine Person oder bei unzureichender Tonqualität zur Anwendung kommen. Unter neutralem Verhalten wurden jene Verhaltensweisen subsumiert, die durch die übrigen Codes nicht erfasst wurden.

Die finale Version des Kodiersystems ermöglichte die Kategorisierung von SK, vier Formen des DC (PDC; DDC; GDC; NDC), aufmerksamem Zuhören, neutralem Verhalten sowie fehlender Informationen. Die Kodierung erfolgte in Intervallen von jeweils 10 Sekunden. Die Code-Nummern sowie Kodierregeln für die Verhaltensweisen sind dem angehängten Kodiersystem zu entnehmen (Anhang: Kodiersystem zur Erfassung von Stressäußerungen und dyadischem Coping). Zur Kodierung wurde die Software The Observer XT (Version 16.0; Noldus Information Technology, 2022) verwendet.

Zur Prüfung der Interrater-Reliabilität kodierten zwei unabhängige Rater*innen zwei zufällig ausgewählte Videos anhand des entwickelten Kodiersystems. Cohen's Kappa lag bei $\kappa = .61$ und $\kappa = .63$, was gemäß der Klassifikation von Landis und Koch (1977) einer substanziellen Übereinstimmung entspricht. Nach der unabhängigen Kodierung wurden die Inkonsistenzen zwischen den Rater*innen diskutiert, wodurch das Kodiersystem weiterentwickelt und präzisiert wurde. Frühere Reliabilitätsanalysen des

SEDC wiesen Kappa-Koeffizienten zwischen .75 und 1 für die verschiedenen Kodierkategorien auf (Emmen, 2017).

Statistische Auswertung

Zur Beantwortung von Fragestellung F1 (*Gibt es genderspezifische Unterschiede in der SK und den DC-Formen bei Elternpaaren?*) wurden mithilfe von IBM SPSS Statistics (Version 29.0) einseitige t-Tests für verbundene Stichproben durchgeführt. Die unabhängige Variable (UV) stellte für alle Hypothesen H1.1 bis H1.9 das Gender dar (1 = *männlich*; 2 = *weiblich*). Um der Abhängigkeit der Daten innerhalb der Paare Rechnung zu tragen, wurden die Daten auf Paarebene analysiert, sodass Gender als Innersubjektfaktor modelliert wurde. Zur Datenerhebung wurden die DCI-Scores aus dem Online-Prä-Fragebogen herangezogen. Basierend auf den Subskalen nach Randall et al. (2016) umfassten die abhängigen Variablen (AV) die Selbsteinschätzung von SK (H1.1), PDC (H1.2), DDC (H1.3) und NDC (H1.4) sowie die Fremdeinschätzung derselben Verhaltensweisen (H1.5 – H1.8). Außerdem wurde der Score für GDC (H1.9) ausgewertet. Die Normalverteilung der Daten wurde mittels Shapiro-Wilk-Tests überprüft. Zur Bestimmung der erforderlichen Stichprobengröße wurde vorab eine a priori Poweranalyse mit G*Power (Version 3.1; Faul et al., 2007) durchgeführt. Ausgehend von einer mittleren Effektstärke ($d_z = 0.5$), einem Signifikanzniveau von $\alpha = .05$ sowie einer angestrebten Teststärke von $1 - \beta = .80$ ergab sich für den t-Test für abhängige Stichproben eine erforderliche Mindeststichprobengröße von $n_1 = 27$ Paaren.

Zur Beantwortung von Fragestellung F2 (*Wie beeinflussen die Art des Stressors und das Gender das Stressempfinden und die erlebte Unterstützung?*) wurden zwei mixed ANOVAs mithilfe von IBM SPSS Statistics durchgeführt. In beiden Analysen war die Art des Stressors (UV1; 1 = *alltagsbezogene Stressoren*; 2 = *kindbezogene Stressoren*) als Innersubjektfaktor und das Gender (UV2; 1 = *männlich*; 2 = *weiblich*) als Zwischensubjektfaktor definiert. Bei der Überprüfung der Hypothesen H2.1, H2.2 und H2.3 war die AV das subjektive Stressempfinden (State-Stress) zu zwei Messzeitpunkten (nach alltagsbezogenem Stress; nach kindbezogenem Stress). Analysiert wurden der Haupteffekt der Art des Stressors (H2.1), der Haupteffekt des Genders (H2.2) sowie der Interaktionseffekt Art des Stressors*Gender (H2.3).

Für die Hypothesen H2.4, H2.5 und H2.6 wurde die erlebte Unterstützung durch den*die Partner*in als AV ebenfalls zu zwei Messzeitpunkten (nach alltagsbezogenem

Stress; nach kindbezogenem Stress) analysiert. Untersucht wurden auch hier der Haupteffekt der Art des Stressors (H2.4), der Haupteffekt des Genders (H2.5) sowie der Interaktionseffekt Art des Stressors*Gender (H2.6).

Zur Prüfung der statistischen Voraussetzungen wurden Shapiro-Wilk-Tests zur Kontrolle der Normalverteilung der Residuen sowie Levene-Tests zur Überprüfung der Varianzhomogenität (Homoskedastizität) der Residuen eingesetzt. Im Vorfeld der Auswertung wurde eine a priori Poweranalyse mit G*Power vorgenommen. Bei Annahme einer mittleren Effektstärke ($f = 0.25$), einem Signifikanzniveau von $\alpha = .05$ und einer angestrebten Power von $1 - \beta = .80$ ergab sich für die geplante mixed ANOVA mit einem zweifaktoriellen Design und zwei Messwiederholungen eine erforderliche Stichprobengröße von $N_2 = 34$. Dementsprechend mussten mindestens 17 Paare rekrutiert werden, um die interessierten Effekte zu untersuchen.

Fragestellung F3 (*Gibt es Unterschiede in der Häufigkeit der gezeigten positiven DC-Formen bei Männern und Frauen, abhängig davon, ob die Elternpaare kindbezogene oder alltagsbezogene Stressoren besprechen?*) sowie Fragestellung F4 (*Wie unterscheiden sich Männer und Frauen in der Häufigkeit der gezeigten Stresskommunikation und der DC-Formen bei der Auseinandersetzung mit alltagsbezogenen im Vergleich zu kindbezogenen Stressoren?*) wurden explorativ anhand deskriptiver Statistiken untersucht. Aufgrund der begrenzten Stichprobengröße von Paaren mit verfügbaren Videodaten konnten beide Fragestellungen F3 und F4 lediglich deskriptiv betrachtet werden. Hierzu wurden die Mittelwerte der kodierten Verhaltensweisen tabellarisch und grafisch dargestellt. Die Zuordnung der Verhaltensweisen zu den Kategorien SK, PDC, GDC, DDC und NDC sind dem Kodiersystem im Anhang: Kodiersystem zur Erfassung von Stressäußerungen und dyadischem Coping zu entnehmen. Die positiven DC-Formen umfassen gemäß Bodenmann (2000) PDC, DDC und GDC.

Ergebnisse

Im Folgenden werden zunächst die deskriptiven Statistiken der untersuchten Variablen berichtet, gefolgt von den inferenzstatistischen Analysen zur Überprüfung der aufgestellten Hypothesen.

Deskriptive Statistiken der untersuchten Variablen

Die Darstellung der deskriptiven Kennwerte folgt der Reihenfolge der zugrunde liegenden Fragestellungen.

DCI-Scores (F1)

Tabelle 2 stellt die deskriptiven Statistiken für die Selbst- und Fremdeinschätzungen der SK und der DC-Formen (PDC, DDC, NDC) sowie die Einschätzung des GDC getrennt nach Gender dar. Hierbei wurden für jede der DCI-Subskalen die Mittelwerte (*M*), die Standardabweichungen (*SD*) und der Pearson-Korrelationskoeffizient (*r*) der gepaarten Messwerte berechnet. Die Variablen sind in Abhängigkeit von Gender präsentiert. Von den Variablen korrelieren nur die Fremdeinschätzungen des NDC zwischen den beiden Gender hochsignifikant positiv miteinander.

Tabelle 2

Mittelwerte und Standardabweichungen der DCI-Scores in Abhängigkeit von Gender (männlich, weiblich) und Pearson-Korrelationskoeffizienten der gepaarten Messwerte

DCI-Skala	<i>M (SD)</i>		<i>Korrelation (r)</i>									
	Männlich (<i>n</i> = 35)	Weiblich (<i>n</i> = 35)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Selbsteinschätzung												
1. SK	3.30 (0.88)	3.89 (0.79)	–	.60**	-.02	.12	.05	.28	.16	-.05	.30	
2. PDC	3.66 (0.60)	3.72 (0.66)	.49**	–	.00	-.09	.33	.47**	.40*	-.21	.57**	
3. DDC	3.79 (0.68)	3.79 (0.57)	.35*	.32	–	-.00	-.06	-.09	.10	.26	.07	
4. NDC	1.84 (0.74)	1.73 (0.66)	-.39*	-.42*	-.55**	–	.02	-.27	-.04	.44**	.01	
Fremdeinschätzung												
5. SK	3.63 (0.76)	2.94 (1.05)	.37*	.28	.13	-.12	–	.40*	.07	-.33	.53**	
6. PDC	3.61 (0.73)	3.34 (0.76)	.55**	.65**	.32	-.55**	.32	–	.38*	-.56**	.55**	
7. DDC	3.24 (0.90)	3.56 (0.86)	.49**	.36*	.24	-.50**	.23	.75**	–	-.46**	.28	
8. NDC	1.71 (0.68)	1.87 (0.76)	-.08	-.26	-.23	.66**	-.23	-.51**	-.30	–	-.16	
9. GDC	3.12 (0.70)	3.12 (0.63)	.57**	.55**	.24	-.43**	.69**	.72**	.58**	-.34*	–	

Anmerkung. $n_1 = 35$ Paare. Die Korrelationskoeffizienten unterhalb der Diagonale beziehen sich auf die männlichen Probanden, diejenigen oberhalb der Diagonale auf die weiblichen.

* $p < .05$; ** $p < .01$.

State-Stress und erlebte Unterstützung (F2)

Die deskriptiven Statistiken für das Stressempfinden und die erlebte Unterstützung in Abhängigkeit von Gender und Art des Stressors werden in Tabelle 3

dargestellt. Es werden die Mittelwerte und Standardabweichungen der beiden State-Maße aufgezeigt.

Tabelle 3

Mittelwerte und Standardabweichungen des Stressempfindens und der erlebten Unterstützung in Abhängigkeit von Gender (männlich, weiblich) und Art des Stressors (alltagsbezogen, kindbezogen)

Stressor	Stressempfinden <i>M (SD)</i>			Erlebte Unterstützung <i>M (SD)</i>		
	Männlich	Weiblich	Gesamt	Männlich	Weiblich	Gesamt
Alltag	30.04	41.85	35.94	84.58	75.54	80.06
	(21.52)	(21.15)	(21.95)	(15.87)	(27.81)	(22.88)
Kind	25.15	28.69	26.92	82.00	81.27	81.63
	(20.30)	(23.09)	(21.60)	(21.87)	(19.37)	(20.45)
Gesamt	27.60	35.27	31.43	83.29	78.40	80.85
	(18.33)	(18.43)	(18.61)	(15.70)	(20.59)	(18.30)

Anmerkung. $N_2 = 52$.

Beobachtete DC-Formen (F3 und F4)

Die deskriptiven Kennwerte der aus den Beobachtungsdaten gewonnenen kodierten DC-Formen sind Tabelle 4 zu entnehmen. Die Mittelwerte und Standardabweichungen der verschiedenen DC-Formen (SK, PDC, GDC, DDC, NDC) sowie zusammenfassend für die drei positiven DC-Formen (PDC, GDC, DDC) wurden für jede Gender- und Stressor-Kombination berechnet.

Tabelle 4

Mittelwerte und Standardabweichungen der kodierten DC-Formen in Abhängigkeit von Gender (männlich, weiblich) und Art des Stressors (alltagsbezogen, kindbezogen)

Gender	Stressor	SK <i>M (SD)</i>	PDC <i>M (SD)</i>	GDC <i>M (SD)</i>	DDC <i>M (SD)</i>	NDC <i>M (SD)</i>	Positive DC- Formen <i>M (SD)</i>
Männlich	Alltag	13.07 (14.44)	5.93 (9.04)	9.14 (10.68)	0.00 (0.00)	1.64 (4.50)	5.02 (3.68)
		8.79 (10.35)	4.79 (5.32)	14.21 (12.49)	0.00 (0.00)	0.29 (1.07)	6.33 (3.94)
	Kind	10.93 (12.52)	5.36 (7.30)	11.68 (11.69)	0.00 (0.00)	0.96 (3.29)	5.68 (3.80)
	Gesamt	16.71 (16.70)	4.64 (6.87)	9.14 (10.68)	0.14 (0.53)	1.93 (4.83)	4.64 (4.35)
		14.00 (14.75)	4.71 (4.83)	14.21 (12.49)	0.86 (2.48)	1.43 (3.27)	6.60 (4.33)
Weiblich	Alltag	15.36 (15.53)	4.68 (5.82)	11.68 (11.69)	0.50 (1.80)	1.68 (4.06)	5.62 (4.38)
	Kind	13.14 (14.15)	5.02 (6.55)	11.68 (11.58)	0.25 (1.28)	1.32 (3.67)	5.65 (4.06)
	Gesamt						

Anmerkung. $N_3 = 14$. Positive DC-Formen umfassen PDC, GDC und DDC.

Ergebnisse der gepaarten t-Tests mit DCI-Scores (F1)

Die statistischen Voraussetzungen für die Durchführung gepaarter t-Tests wurden im Vorfeld geprüft. Die Abhängigkeit der Messwerte war durch das Studiendesign und die ausschließliche Verwendung verbundener Datensätze gegeben. Zur Überprüfung der Normalverteilung der Differenzwerte wurden Shapiro-Wilk-Tests durchgeführt. Diese ergaben für alle Variablen keine signifikanten Abweichungen von der Normalverteilung. Somit konnte von normalverteilten Differenzwerten ausgegangen werden.

Ergebnisse der t-Tests sowie die erreichten Teststärken der post-hoc Power-Analyse sind in Tabelle 5 dargestellt. Es zeigten sich signifikante Unterschiede in der Selbsteinschätzung der SK ($H1.1$), $t(34) = -2.84$, $p = .004$, $d = -0.48$, der Fremdeinschätzung der SK ($H1.5$), $t(34) = 3.23$, $p = .001$, $d = 0.55$, und der Fremdeinschätzung des PDC ($H1.6$), $t(34) = 1.74$, $p = .046$, $d = 0.29$. Abbildung 1 zeigt die Mittelwerte der Variablen mit signifikanten Unterschieden. Die Richtungen der

Mittelwertsunterschiede entsprachen in allen drei Fällen den postulierten Hypothesen. Gemäß H1.1 gaben Frauen an, mehr SK zu zeigen ($M = 3.89$, $SD = 0.79$), als Männer über sich angaben ($M = 3.30$, $SD = 0.88$). Auch wie in H1.5 vermutet gaben Männer an, dass ihre Partnerinnen mehr SK zeigen ($M = 3.63$, $SD = 0.76$), als Frauen über ihre Partner angaben ($M = 2.94$, $SD = 1.05$). In Übereinstimmung mit H1.6 gaben Männer an, dass ihre Partnerinnen mehr PDC zeigen ($M = 3.61$, $SD = 0.73$), als Frauen über ihre Partner angaben ($M = 3.34$, $SD = 0.76$). Somit konnten die Hypothesen H1.1, H1.5 und H1.6 empirisch bestätigt werden. Für die übrigen Hypothesen (H1.2, H1.3, H1.4, H1.7, H1.8 und H1.9) wurden keine signifikanten Unterschiede festgestellt. Diese Hypothesen mussten demnach verworfen werden.

Tabelle 5

Mittelwerte, Standardabweichungen, Pearson-Korrelationskoeffizienten der gepaarten Messwerte und Ergebnisse der gepaarten t-Tests für DCI-Scores von Männern und Frauen

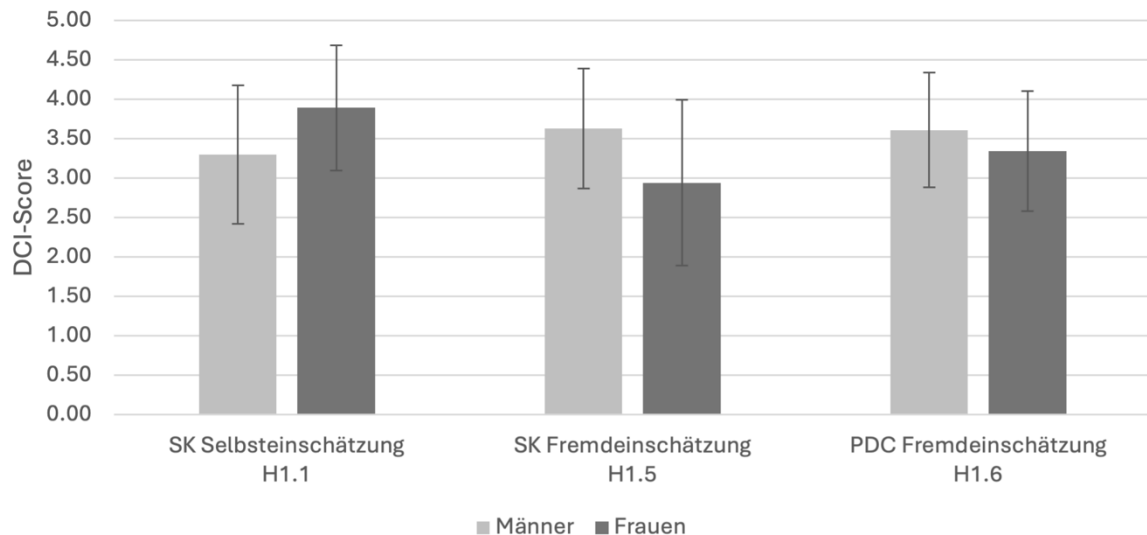
DCI-Skala	Männlich M (SD)	Weiblich M (SD)	Korrelation (r)	t (34)	p	d	95 % CI	Power ($1 - \beta$)
Selbsteinschätzung								
SK	3.30 (0.88)	3.89 (0.79)	-.08	-2.84	.004**	-0.48	[-1.005, -0.166]	0.87
PDC	3.66 (0.60)	3.72 (0.66)	.21	-0.48	.317	-0.08	[-0.336, 0.208]	0.12
DDC	3.79 (0.68)	3.79 (0.57)	.14	0.00	.500	0.00	[-0.283, 0.283]	0.05
NDC	1.84 (0.74)	1.73 (0.66)	.24	0.78	.219	0.13	[-0.182, 0.411]	0.19
Fremdeinschätzung								
SK	3.63 (0.76)	2.94 (1.05)	.07	3.23	.001**	0.55	[0.255, 1.117]	0.81
PDC	3.61 (0.73)	3.34 (0.76)	.23	1.74	.046*	0.29	[-0.046, 0.589]	0.51
DDC	3.24 (0.90)	3.56 (0.86)	-.12	-1.41	.084	-0.24	[-0.767, 0.138]	0.40
NDC	1.71 (0.68)	1.87 (0.76)	.43**	-1.21	.118	-0.20	[-0.422, 0.107]	0.31
GDC	3.12 (0.70)	3.12 (0.63)	.16	0.00	.500	0.00	[-0.296, 0.296]	0.05

Anmerkung. $n_1 = 35$ Paare. Power-Werte ($1 - \beta$) wurden post-hoc basierend auf den beobachteten Effektstärken berechnet.

* $p < .05$; ** $p < .01$.

Abbildung 1

Mittelwerte der DCI-Scores für Männer und Frauen für die Hypothesen H1.1, H1.5 und H1.6



Anmerkung. $n_1 = 35$ Paare. Die Fehlerbalken stellen die jeweilige Standardabweichung dar.

Mixed ANOVAs der State-Maße zu Stress und erlebter Unterstützung (F2)

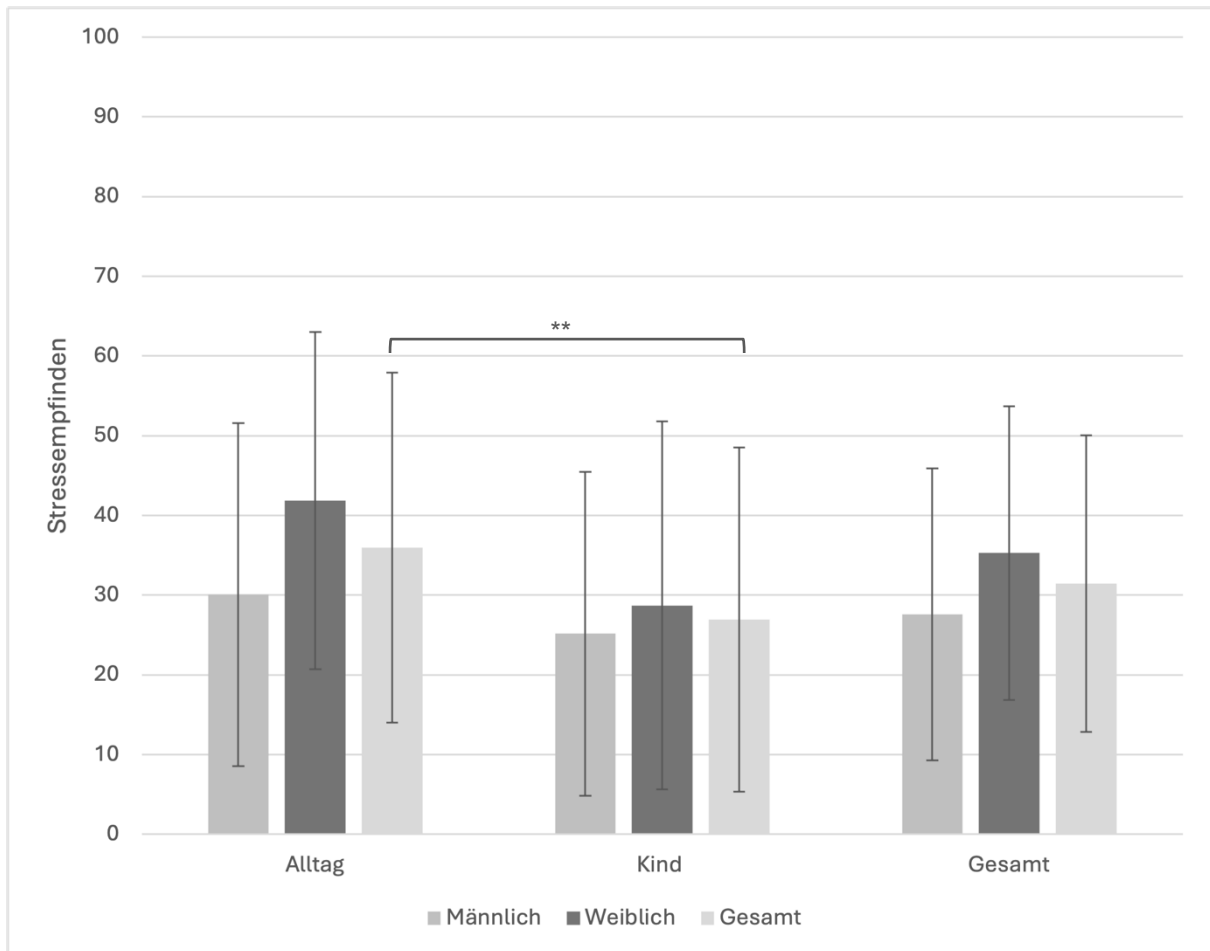
Die statistischen Voraussetzungen für die Durchführung dieser Analysen wurden im Vorfeld geprüft. Die Abhängigkeit der Messwerte war durch das Studiendesign gegeben. Zur Überprüfung der Normalverteilung wurden für jede AV zu beiden Messzeitpunkten Shapiro-Wilk-Tests durchgeführt. Die Ergebnisse zeigten signifikante Abweichungen ($p < .05$) von der Normalverteilung für das Stressempfinden von Frauen nach kindbezogenen Stressoren sowie für die erlebte Unterstützung von Männern und Frauen nach alltagsbezogenen und kindbezogenen Stressoren. Lediglich beim Stressempfinden von Männern und Frauen nach alltagsbezogenen Stressoren sowie von Männern nach kindbezogenen Stressoren konnte die Normalverteilung gemäß Shapiro-Wilk-Test angenommen werden ($p > .05$). Da die mixed ANOVA jedoch als ausreichend robust gegenüber Verletzungen der Normalverteilungsannahme gilt (vgl. Salkind, 2010), wurden die geplanten Analysen beibehalten. Auch die Homoskedastizität wurde überprüft. Die Levene-Tests zeigten, dass die Annahme der Varianzhomogenität für das Stressempfinden sowie für die erlebte Unterstützung jeweils in beiden Gesprächsbedingungen erfüllt war ($p > .05$).

Abbildung 2 zeigt die Mittelwerte des Stressempfindens in Abhängigkeit von Gender und Art des Stressors. Die Analyse ergab einen signifikanten Haupteffekt der

Art des Stressors, $F(1, 50) = 8.40$, $p = .006$, $\eta^2_p = 0.14$. Entgegen der Annahme in Hypothese H2.1 wurde nach der Auseinandersetzung mit kindbezogenen Stressoren ein signifikant geringeres Stressempfinden berichtet ($M = 26.92$, $SD = 21.60$) als nach alltagsbezogenen Stressoren ($M = 35.94$, $SD = 21.95$). Der Haupteffekt des Genders erwies sich als nicht signifikant, $F(1, 50) = 2.27$, $p = .139$, $\eta^2_p = 0.04$. Auch der Interaktionseffekt zwischen Art des Stressors und Gender erreichte keine statistische Signifikanz, $F(1, 50) = 1.77$, $p = .190$, $\eta^2_p = 0.03$. Folglich mussten die Hypothesen H2.1, H2.2 und H2.3 verworfen werden. Eine post-hoc Power-Analyse ergab für den Haupteffekt der Art des Stressors eine erreichte Teststärke ($1 - \beta$) von .99. Für die nicht-signifikanten Effekte (Gender, Interaktion) lag die Power bei .78 bzw. .69.

Abbildung 2

Mittelwerte des Stressempfindens in Abhängigkeit von Gender (männlich, weiblich) und Art des Stressors (alltagsbezogen, kindbezogen)



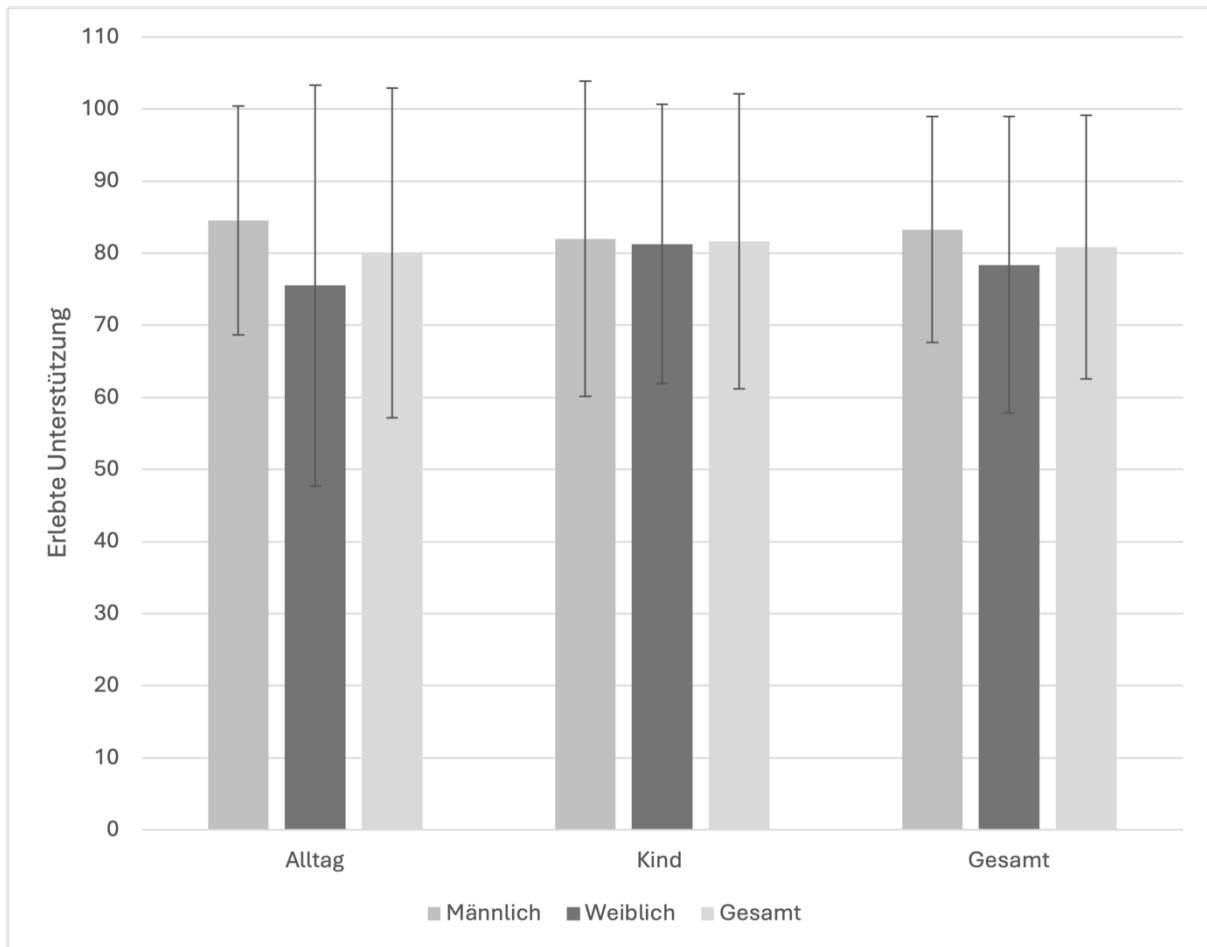
Anmerkung. $N_2 = 52$. Die Fehlerbalken stellen die Standardabweichungen dar.

** $p < .01$.

Hinsichtlich der erlebten Unterstützung zeigte sich kein signifikanter Haupteffekt der Art des Stressors, $F(1, 50) = 0.24$, $p = .626$, $\eta^2_p = 0.01$. Ebenso bleibt der Einfluss des Genders auf die erlebte Unterstützung ohne signifikanten Effekt, $F(1, 50) = 0.93$, $p = .341$, $\eta^2_p = 0.02$. Die Interaktion zwischen Art des Stressors und Gender war ebenfalls nicht signifikant, $F(1, 50) = 1.67$, $p = .202$, $\eta^2_p = 0.03$. Somit wurden auch die Hypothesen H2.4, H2.5 und H2.6 nicht bestätigt. In Abbildung 3 sind die Mittelwerte der erlebten Unterstützung dargestellt. Eine post-hoc Power-Analyse ergab für die Haupteffekte der Art des Stressors und des Genders jeweils eine erreichte Teststärke ($1 - \beta$) von .05. Für den Interaktionseffekt lag die Power bei .15.

Abbildung 3

Mittelwerte der erlebten Unterstützung in Abhängigkeit von Gender (männlich, weiblich) und Art des Stressors (alltagsbezogen, kindbezogen)



Anmerkung. $N_2 = 52$. Die Fehlerbalken stellen die Standardabweichungen dar. Die Werte basieren auf einer Skala von 0 bis 100.

Explorative Analyse der kodierten DC-Formen (F3 und F4)

Zur Beantwortung der Fragestellungen F3 und F4 wurden die beobachteten und kodierten DC-Formen deskriptiv analysiert. Dabei lag der Fokus auf der Untersuchung potenzieller Unterschiede in der Häufigkeit der gezeigten positiven DC-Formen (PDC, GDC, DDC) sowie der SK und des NDC in Abhängigkeit von Gender und Art des thematisierten Stressors (alltagsbezogen vs. kindbezogen).

Bei Betrachtung der Mittelwerte zeigten sich nominale genderspezifische Unterschiede sowohl im Ausmaß der SK als auch hinsichtlich der DC-Formen. Männliche Teilnehmer wiesen im Durchschnitt weniger SK auf ($M = 10.93$, $SD = 12.52$) als weibliche Teilnehmerinnen ($M = 15.36$, $SD = 15.53$). Bei beiden Geschlechtern war die SK beim Besprechen alltagsbezogener Stressoren höher (männlich: $M = 13.07$, $SD = 14.44$;

weiblich: $M = 16.71$, $SD = 16.70$) als bei kindbezogenen (männlich: $M = 8.79$, $SD = 10.35$; weiblich: $M = 14.00$, $SD = 14.75$), wobei bei Männern dieser Unterschied stärker ausgeprägt war.

Die positiven DC-Formen (aggregierter Wert aus PDC, GDC und DDC) fielen sowohl bei Männern ($M = 6.33$, $SD = 3.94$) als auch bei Frauen ($M = 6.60$, $SD = 4.33$) im kindbezogenen Kontext höher aus als im alltagsbezogenen Kontext (männlich: $M = 5.02$, $SD = 3.68$; weiblich: $M = 4.64$, $SD = 4.35$). Zwischen den Gendern zeigten sich hierbei keine bedeutsamen Unterschiede.

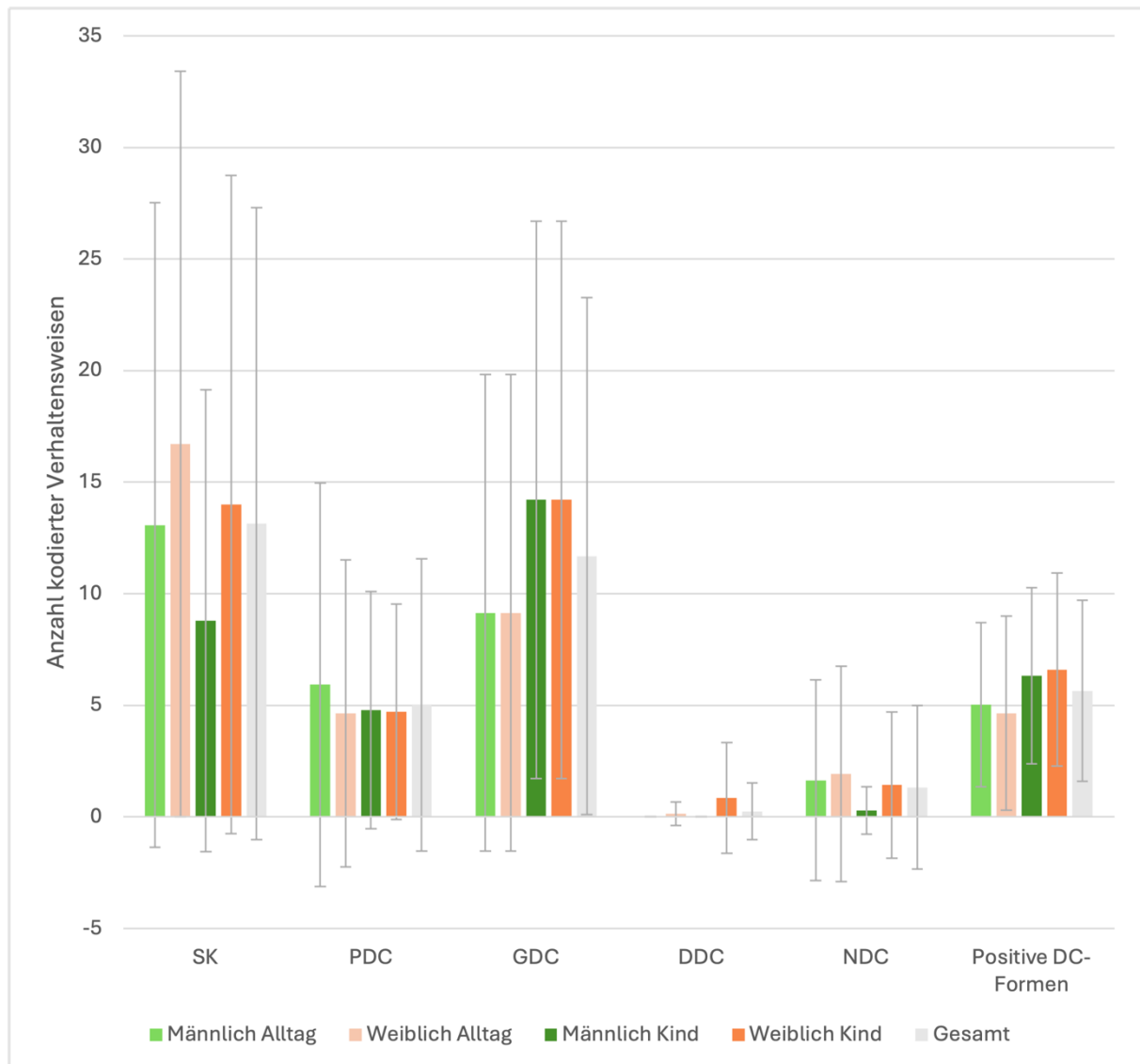
Bei der differenzierten Betrachtung der positiven DC-Formen unterschieden sich beim PDC die Mittelwerte vergleichsweise gering zwischen den Bedingungen. Männer zeigten eine etwas stärkere Tendenz zu PDC im alltagsbezogenen Kontext ($M = 5.93$, $SD = 9.04$) im Vergleich zum kindbezogenen Kontext ($M = 4.79$, $SD = 5.32$), während Frauen in beiden Bedingungen ähnliche Werte aufwiesen (Alltag: $M = 4.64$, $SD = 6.87$; Kind: $M = 4.71$, $SD = 4.83$). Das GDC konnte unabhängig vom Gender besonders häufig im Kontext kindbezogener Stressoren beobachtet werden (männlich und weiblich jeweils: $M = 14.21$, $SD = 12.49$), während im alltagsbezogenen Kontext eine deutlich geringere Ausprägung festzustellen war (männlich und weiblich jeweils: $M = 9.14$, $SD = 10.68$). Auch das DDC wurde bei Frauen im kindbezogenen Kontext etwas häufiger gezeigt ($M = 0.86$, $SD = 2.48$) als im alltagsbezogenen ($M = 0.14$, $SD = 0.53$). Männer hingegen zeigten in keiner Bedingung DDC.

Das NDC wurde insgesamt selten beobachtet ($M = 1.32$, $SD = 3.67$). Männer zeigten im alltagsbezogenen Kontext häufiger NDC ($M = 1.64$, $SD = 4.50$) als im kindbezogenen Kontext ($M = 0.29$, $SD = 1.07$). Bei Frauen zeigte sich ein ähnliches, jedoch abgeschwächtes Muster (Alltag: $M = 1.93$, $SD = 4.83$; Kind: $M = 1.43$, $SD = 3.27$), wobei ihr NDC im Mittel stärker ausgeprägt war (männlich: $M = 0.96$, $SD = 3.29$; weiblich: $M = 1.68$, $SD = 4.06$).

Einen Überblick über die Mittelwerte der beobachteten SK und der DC-Formen in Abhängigkeit von Gender und Art des Stressors bietet Abbildung 4.

Abbildung 4

Mittelwerte der beobachteten SK, PDC, GDC, DDC, NDC sowie der summierten positiven DC-Formen in Abhängigkeit von Gender (männlich, weiblich) und Art des Stressors (alltagsbezogen, kindbezogen)



Anmerkung. $N_3 = 14$. Die Fehlerbalken stellen die Standardabweichungen dar.

Diskussion

Ziel der vorliegenden Untersuchung war es, genderspezifische Unterschiede bei dyadischen Copingprozessen von Elternpaaren im Kontext alltagsbezogener und kindbezogener Stressoren zu untersuchen. Aufbauend auf theoretischen Modellen und empirischen Befunden sollten Unterschiede in der SK, in den vier DC-Formen sowie im subjektiven Stresserleben und in der wahrgenommenen Unterstützung erfasst werden. Dabei wurden vier Fragestellungen formuliert, welche das dyadische

Copingverhalten in der subjektiven Wahrnehmung (F1), seine unmittelbaren Auswirkungen auf Stressempfinden und erlebte Unterstützung (F2) sowie beobachtbare Unterschiede im DC in Abhängigkeit von Gender und Art des Stressors (F3 und F4) adressierten.

In Bezug auf die subjektive Selbst- und Fremdwahrnehmung des DC zeigten sich signifikante Genderunterschiede in drei Bereichen: Frauen berichteten mehr SK über sich selbst, als Männer über sich angaben (H1.1), Männer nahmen mehr SK bei ihren Partnerinnen wahr als Frauen bei ihren Partnern (H1.5) und Männer gaben an, dass ihre Partnerinnen mehr PDC zeigen als Frauen über ihre Partner berichteten (H1.6). In allen drei Fällen bestätigten sich die formulierten Hypothesen und die Annahmen, dass Frauen sich selbst und auch Männer ihre Partnerinnen als aktiver in der Kommunikation von Stress wahrnahmen. Außerdem empfanden Männer ihre Partnerinnen als stärker unterstützend. Die übrigen Hypothesen zu genderspezifischen Differenzen in weiteren DC-Formen (H1.2, H1.3, H1.4, H1.7, H1.8, H1.9) konnten nicht bestätigt werden.

Das subjektive Stressempfinden war nach kindbezogenen Stressgesprächen geringer als nach alltagsbezogenen. Die Art des Stressors zeigte damit einen Effekt in entgegengesetzter Richtung zur Hypothese H2.1. Es ließen sich weder ein signifikanter Genderunterschied (H2.2) noch ein Interaktionseffekt zwischen Gender und Art des Stressors (H2.3) feststellen. Hinsichtlich der erlebten Unterstützung zeigten sich keine signifikanten Effekte von Gender und Art des Stressors, sodass die Hypothesen H2.4, H2.5 und H2.6 nicht bestätigt werden konnten.

Die deskriptiven Befunde zu den beobachtbaren DC-Formen deuten auf genderspezifische und stressorbezogene Muster insbesondere in der SK, im GDC sowie im NDC hin. Es zeigte sich, dass Frauen tendenziell mehr SK zeigten als Männer und bei beiden Geschlechtern die SK beim Besprechen alltagsbezogener Stressoren höher war als bei kindbezogenen. Außerdem wurden bei beiden Geschlechtern die positiven DC-Formen, insbesondere das GDC im Kontext kindbezogener Stressoren häufiger gezeigt als bei alltagsbezogenen. NDC wurde insgesamt eher selten gezeigt, trat jedoch bei Frauen häufiger auf als bei Männern. Obwohl diese Ergebnisse nicht inferenzstatistisch überprüft wurden, bieten sie wichtige Anhaltspunkte für die differenzierte Betrachtung dyadischer Copingprozesse und Ergänzungen zu den Ergebnissen aus Fragestellungen F1 und F2. Im Folgenden werden diese Ergebnisse und Implikationen diskutiert.

Die Hypothesen, dass Frauen ihre eigene SK (Selbsteinschätzung; H1.1) und auch Männer die SK ihrer Partnerinnen höher einschätzen (Fremdeinschätzung; H1.5), konnten bestätigt werden. Dies stützt frühere Befunde, die zeigen, dass Frauen häufiger Stress kommunizieren als Männer (Alves et al., 2018; Molgora et al., 2019; Tang et al., 2023). Außerdem initiieren sie neben individuellem Coping häufiger DC in der Partnerschaft und greifen verstärkt auf paarexterne Ressourcen zurück (Bodenmann, 2000; Bodenmann et al., 2010), was auf ein erhöhtes Bedürfnis nach SK hinweisen könnte. Diese Ergebnisse legen nahe, dass Frauen beispielsweise infolge eines insgesamt höheren Stressempfindens (Rusu, 2016) verstärkt auf externe Bewältigungsstrategien zurückgreifen als Männer. Insbesondere im Zuge der Elternschaft tragen Frauen allgemein deutlich höhere Belastungen im Bereich der Care-Arbeit (Baxter et al., 2008; Dew & Wilcox, 2011; Nomaguchi & Milkie, 2003). Dieser Aspekt war auch in der vorliegenden Stichprobe relevant, da ausschließlich Elternpaare rekrutiert wurden. Zugleich kann die geringere Ausprägung bei Männern durch genderspezifische Sozialisationsprozesse erklärt werden, die zu emotionaler Selbstkontrolle und der Zurückhaltung negativer Emotionen führen können (Croft et al., 2021; Weiss, 1985).

Die Hypothese zur Fremdeinschätzung des PDC (H1.6) wurde bestätigt: Männer schätzten das PDC ihrer Partnerinnen höher ein als Frauen das ihrer Partner. Dieses Ergebnis stützt frühere Studien, in denen Männer berichteten, mehr PDC von ihren Partnerinnen zu erhalten als Frauen (Falconier, 2013; Falconier et al., 2013b). Die Hypothese zur Selbsteinschätzung im PDC (H1.2) konnte jedoch nicht bestätigt werden. Frauen gaben nicht an, mehr PDC zu zeigen, als Männer über sich angaben (H1.2). Diese Diskrepanz lässt sich möglicherweise auf genderspezifische Unterschiede in der Selbstwahrnehmung und sozialen Erwünschtheit zurückführen. Frauen könnten ihr Unterstützungsverhalten aufgrund eines höheren Anspruchsniveaus selbstkritischer einschätzen, während Männer das Verhalten ihrer Partnerinnen im Sinne traditioneller Rollenerwartungen positiver bewerten (Eagly & Crowley, 1986). Zudem ist denkbar, dass Frauen ihre eigenen supportiven Verhaltensweisen als selbstverständlicher wahrnehmen. Insbesondere emotionales PDC könnte ihnen weniger bewusst sein als problembezogenes, da hierzu häufig subtilere Verhaltensweisen zählen und diese somit unter Umständen nicht explizit als Copingverhalten identifiziert werden. Männer hingegen neigen möglicherweise dazu, ihre eigenen positiven dyadischen Copingbeiträge zu überschätzen, da problembezogenes PDC, das sie tendenziell häufiger

anwenden (Bodenmann, 2000), durch seine höhere Sichtbarkeit stärker ins Bewusstsein tritt. Auch dass Frauen verstärkt auf paarexterne Ressourcen zurückgreifen (Bodenmann, 2000; Bodenmann et al., 2010) könnte dazu beitragen, dass sie dyadische Copingmechanismen bei sich selbst als selbstverständlicher wahrnehmen. Eine frühere Studie zeigt darüber hinaus, dass das PDC von Frauen signifikant mit der Beziehungszufriedenheit der Partner zusammenhängt, während umgekehrt kein signifikanter Zusammenhang festgestellt wurde (Rusu et al., 2019). Dies könnte erklären, warum Männer das PDC ihrer Partnerinnen besonders positiv wahrnehmen.

Beide Hypothesen, die ein höheres DDC bei Männern postulierten (H1.3, H1.7) konnten nicht bestätigt werden. Entgegen früheren Befunden, wonach Männer stärker auf sachbezogene Copingstrategien zurückgreifen (Ptacek et al., 1994; Vingerhoets & Heck, 1990) und sich selbst im DDC höher einschätzen (Tang et al., 2023), zeigte sich in den erhobenen Daten kein signifikanter Unterschied zwischen den Gendern. Dies könnte darauf hinweisen, dass DDC im untersuchten Sample relativ gleich verteilt ist. Es ist jedoch zu beachten, dass sich frühere Studien überwiegend auf andere Kontexte, etwa auf Paare ohne Kinder oder auf spezifische Belastungssituationen wie einer bestehenden Unfruchtbarkeit beziehen. Im Kontext von Elternschaft erscheint es auch denkbar, dass Mütter, bedingt durch die stärkere Beteiligung an der Care-Arbeit im Haushalt sowie der Kinderbetreuung, häufiger die Bewältigung belastender Situationen übernehmen (Baxter et al., 2008; Dew & Wilcox, 2011; Kluwer et al., 2002; Nomaguchi & Milkie, 2003). Diese beidseitigen Tendenzen von Männern und Frauen, sachbezogene Aufgaben zu übernehmen, könnten sich auf das DDC als sachbezogene Form partnerschaftlicher Care-Arbeit auswirken und so zu einer ausgewogeneren Verteilung beitragen.

Für NDC (H1.4, H1.8) ergaben sich keine signifikanten Genderunterschiede. Auch die breitere Studienlage ist uneindeutig: Einige Arbeiten weisen auf das erhöhte NDC bei Frauen im Vergleich zu Männern (Papp & Witt, 2010) und eine Zunahme dieses Verhältnisses im Übergang zur Mutterschaft (Alves et al., 2020) hin. Andere Studien hingegen berichten mehr NDC von Männern im Vergleich zu Frauen sowohl in der Selbst- (Donato & Parise, 2012) als auch Fremdeinschätzung (Bodenmann et al., 2010). Insbesondere bei erhöhtem Stresslevel der Frauen geben diese an, dass das Unterstützungsverhalten ihrer Partner häufiger mit negativen Komponenten, wie Kritik oder Schuldzuweisungen verbunden ist (Neff & Karney, 2005). Diese widersprüchlichen Befunde verdeutlichen, dass die Ausprägung von NDC offenbar stark

kontextabhängig ist. Daher erscheint es umso wichtiger, gezielt zu untersuchen, unter welchen Bedingungen genderspezifische Unterschiede im NDC jeweils stärker bei Frauen oder bei Männern ausgeprägt sind und welche Mechanismen dem zugrunde liegen.

Für das GDC zeigte sich keine genderspezifische Differenzierung in die postulierte Richtung, dass sich die höher wahrgenommenen Gerechtigkeit in der Beziehung bei Männern (Meier et al., 2020) auch in einer höheren subjektiven Wahrnehmung des GDC niederschlagen sollte (H1.9). Stattdessen deuten die Ergebnisse auf eine weitgehend gleichmäßige Verteilung dieser Copingform hin. Dies könnte mit der inhärenten Natur dieser Copingform zusammenhängen, die einen symmetrischen, geteilten Bewältigungsprozess darstellt, der beide Partner*innen gleichermaßen involviert und entlastet (Bodenmann, 2000, 2008). Zwar zeigen frühere Studien, dass Frauen die Copingleistung des Partners über alle DC-Formen hinweg als geringer einschätzen als die eigene (Meier et al., 2020), dennoch ließ sich in der vorliegenden Untersuchung kein entsprechender Unterschied feststellen. Auch im Rahmen der Verhaltenskodierung wurde GDC stets beiden Partner*innen gleichermaßen zugeordnet, was die Annahme einer Gleichverteilung zusätzlich stützt.

Ein weiterer möglicher Erklärungsansatz für die nicht signifikanten Ergebnisse im DDC, NDC und GDC könnte sein, dass genderspezifische Unterschiede im DC insbesondere bei Paaren mit traditionelleren Rollenbildern ausgeprägt sind (Verhofstadt & Devoldre, 2012). Die vorliegende Stichprobe war demografisch homogen und bildungsnah (71 bis 93% mit Hochschul- oder Fachhochschulabschluss) und wies ein Durchschnittsalter von ca. 40 Jahren auf. Dies legt nahe, dass den Teilnehmenden Gleichstellungsthemen vertraut sind (Pessin, 2024), was sich möglicherweise in einer bewussteren Aufgabenteilung und damit geringeren Genderunterschieden im DC niederschlagen könnte. Vor diesem Hintergrund könnten die Ergebnisse Ausdruck einer tatsächlichen Gleichverteilung dieser DC-Formen sein. Darüber hinaus wird in der Literatur betont, dass nicht allein das biologische Geschlecht, sondern vor allem die individuelle Genderrollenorientierung (z. B. feminine vs. maskuline Selbstwahrnehmung) entscheidend für das dyadische Copingverhalten ist (Bodenmann, 2000). Dieser Aspekt wurde in dieser Studie jedoch nicht erhoben. Ein weiterer Kontextfaktor der vorliegenden Stichprobe ist die fortgeschrittene Erfahrung in der Elternschaft: Alle Paare sorgten zum Zeitpunkt der Erhebung für ein mindestens 4-jähriges Kind. Im Gegensatz zur häufig untersuchten Phase des Übergangs zur Elternschaft (z. B. Meier et

al., 2020) oder Situationen schwerwiegender Belastungen wie etwa einer schweren Erkrankung des*der Partners*in, des Kindes oder gar dem Verlust eines Kindes (z. B. Chen et al., 2021; Körner et al., 2013) ist in der hier untersuchten Stichprobe anzunehmen, dass sich die dyadischen Bewältigungsmuster zwischen Müttern und Vätern bereits eingespielt haben. Auch dies könnte zur geringen Ausprägung genderspezifischer Unterschiede im dyadischen Copingverhalten beigetragen haben. Zudem könnte eine Differenzierung der DC-Formen entlang problembezogener versus emotionsbezogener Strategien, wie sie in der Copingforschung häufig Anwendung findet (Bodenmann, 2000), für die Analyse genderspezifischer Unterschiede im DC aufschlussreich sein. Während Männer tendenziell stärker auf problembezogene Strategien zurückgreifen, zeigen Frauen häufiger emotionsbezogenes Coping (Bodenmann, 2000). In zukünftigen Studien könnte eine solche Differenzierung, insbesondere in der SK, im PDC und im GDC, genauer aufzeigen, in welchen Bereichen sich genderspezifische Präferenzen im Copingverhalten besonders zeigen und welche Rolle dabei Aspekte wie Initiierung, Bedürfnislage oder Erwartungshaltungen spielen.

Entgegen der Hypothese H2.1 wurde ein signifikant geringeres Stressempfinden nach dem Besprechen kindbezogener im Vergleich zu alltagsbezogenen Stressoren berichtet. Die Phase des Übergangs zur Elternschaft und die Zeit nach der Geburt ist häufig durch erhöhte Belastung und Überforderung gekennzeichnet, da hier umfassende Anpassungsprozesse sowohl auf individueller als auch auf dyadischer Ebene erfolgen (Parfitt & Ayers, 2014; Twenge et al., 2003). Allerdings zeigen Studien, dass Eltern bereits innerhalb kurzer Zeit ein gesteigertes Kompetenzgefühl und eine erhöhte Selbstwirksamkeit entwickeln (Biehle & Mickelson, 2011). Die zunächst negativen Auswirkungen der Elternschaft auf die Beziehungszufriedenheit schwächen sich mit der Zeit ab (Keizer & Schenk, 2012; Kluwer & Johnson, 2007) und der erhöhte Stress verringert sich wieder (Vismara et al., 2016). Möglicherweise gelingt es Eltern zunehmend, kindbezogene Stressoren durch positives Framing, wie dem Erinnern an gemeinsame Erfolge und positive Erfahrungen kooperativ und konstruktiv zu verarbeiten. Diese Annahme wurde durch die Beobachtungsdaten gestützt: In Gesprächen über kindbezogene Stressoren zeigte sich ein deutlich häufigerer Einsatz von GDC im Vergleich zu alltagsbezogenen Gesprächen. In mehreren Interaktionen war zu beobachten, dass Eltern nach anfänglicher Problembenennung explizit auf positive Aspekte der gemeinsamen Elternschaft, schöne Erinnerungen oder erfolgreich gemeisterte Situationen Bezug nahmen. Diese Strategien trugen offenbar dazu bei, das Wir-Gefühl

zu stärken und das Stressniveau zu regulieren. Ein Beispiel hierfür zeigte sich in einer Sequenz, in der ein Elternpaar zunächst die Belastung durch die hohe Emotionalität ihres Kindes thematisierte, anschließend jedoch beschrieb, dass das Kind nach herausfordernden Momenten zunehmend besser zur Ruhe finde. Diese Erkenntnis nahmen sie zum Anlass, sich in ihrer eigenen Emotionsregulation stärker am Verhalten ihres Kindes zu orientieren. Dieses Thema kam erstmals im Rahmen einer zuvor durchgeführten Familienkonferenz auf, die sie als besonders positiv erlebt hatten. Im Gespräch reflektierten sie, dass sich ihr Kind durch dieses Format als gleichwertiges Familienmitglied wahrgenommen habe, und erwogen, eine solche Konferenz erneut durchzuführen. Dabei hoben sie nicht nur die positiven Aspekte des Vorgehens hervor, sondern überlegten auch, welche Elemente sich in Zukunft gezielt wieder aufgreifen ließen. Wie dieses Beispiel veranschaulicht, könnte bereits die gemeinsame Elternschaft, ähnlich wie bei geteilten schwerwiegenden Belastungen, etwa im Fall einer Erkrankung des Kindes (Roth et al., 2022; Sim et al., 2019), dazu beitragen, eine geteilte Haltung gegenüber Herausforderungen einzunehmen und dadurch die gegenseitige Unterstützung zu intensivieren. Da kindbezogener Stress beide Partner*innen unmittelbar betrifft, ist die Wahrscheinlichkeit von indirektem Stress, der von einer auf die andere Person übergreift (Westman, 2011) in diesen Themen geringer. Die Voraussetzung für einen synchronisierten, gemeinsam getragenen Copingprozess ist hier im Vergleich zu individuellem alltagsbezogenen Stress verstärkt gegeben (Alves et al., 2019; Molgora et al., 2019). GDC stellt insofern eine besondere Form des Copings dar, als dass es nicht nur gegenseitige Unterstützung, sondern auch geteilte kognitive und emotionale Verarbeitungsprozesse einschließt, etwa in Form gemeinsamer Problemlösung und Informationssuche, emotionaler Resonanz oder kooperativer Umdeutung einer belastenden Situation (Alves et al., 2019). Diese Befunde lassen sich mit der Theory of Resilience and Relational Load (Afifi et al., 2016) in Einklang bringen. Gemäß dieser Theorie werden positive Ressourcen insbesondere dann mobilisiert, wenn ein Paar eine starke gemeinschaftliche Orientierung aufweist und Stress als kollektive Herausforderung versteht (Afifi et al., 2016; Alves et al., 2019).

Entgegen der Hypothese H2.2 zeigten sich keine signifikanten Genderunterschiede im subjektiven Stressempfinden nach Stressgesprächen, was ein vergleichbares Stresserleben bei Müttern und Vätern nahelegt. Eine mögliche Erklärung hierfür könnte im Studiendesign liegen, das durch die strukturierte Aufgabenstellung, den systematischen Wechsel der Gesprächsführung sowie der thematischen Vorgabe beiden

Partner*innen gleichermaßen Raum zur Thematisierung individueller Belastungen bot. Unter diesen kontrollierten, dialogisch ausgewogenen Kommunikationsbedingungen scheint das subjektive Stressempfinden ähnlich ausgeprägt zu sein. Denkbar wäre, dass sich erhöhte Stresslevel bei Frauen erst unter alltagspraktischen Bedingungen zeigen, etwa infolge kumulativer Belastungen wie Zeitmangel oder Rollenkonflikten zwischen Erwerbs- und Familienarbeit (Nicholls & Ayers, 2007). Zudem zeigen die Ergebnisse von Vismara et al. (2016), dass das zunächst erhöhte subjektive Stressniveau von Müttern und auch Vätern zwischen dem dritten und sechsten Monat nach der Geburt wieder absinkt. Eine Studie von Seah & Morawska (2016), die in methodischer Hinsicht mit derjenigen von Vismara et al. (2016) vergleichbar angelegt ist, konnte ebenfalls keine Genderunterschiede im elterlichen Stresserleben feststellen. Die elterliche Erfahrung von mindestens vier Jahren könnte somit ebenfalls zur Erklärung des ausgeglichenen Stressempfindens beitragen.

In Bezug auf die erlebte Unterstützung zeigten sich keine signifikanten Unterschiede in Abhängigkeit von der Art des Stressors. Dies deutet darauf hin, dass sich das Unterstützungserleben nach dem Besprechen von alltags- und kindbezogenen Stressoren nicht wesentlich unterscheidet. Die durchweg hohen Mittelwerte in allen Versuchsbedingungen (> 75) legen nahe, dass die Paare ein hohes Maß an wahrgenommener Unterstützung erlebten. Dies könnte Ausdruck eines insgesamt hohen Funktionsniveaus der Stichprobe sein, etwa in Form ausgeprägter kommunikativer Kompetenz und gut eingespielter Copingmechanismen.

Entgegen der Annahme, dass in Paarbeziehungen eine Unterstützungsdiskrepanz zugunsten der Männer besteht, also Frauen mehr Unterstützung leisten, als sie selbst erhalten (Belle, 1982; Falconier et al., 2013a; Meier et al., 2020), wurden in der vorliegenden Studie keine signifikanten Genderunterschiede in der erlebten Unterstützung festgestellt. Dieses Ergebnis lässt darauf schließen, dass Frauen und Männer das Maß an erlebter Unterstützung weitgehend ähnlich wahrnahmen. Dies stimmt mit früheren Befunden überein, in denen ebenfalls keine genderspezifischen Unterschiede im Zusammenhang mit DC und der Beziehungszufriedenheit nachgewiesen wurden (Falconier, Jackson, et al., 2015). Denkbar wäre in diesem Zusammenhang auch, dass Frauen aufgrund der Sozialisierung durch traditionelle Gendernormen eine höhere Investition in die Beziehung als selbstverständlich ansehen und daher eine geringere Gegenseitigkeit nicht notwendigerweise als Defizit empfinden. Diese internalisierten Rollenerwartungen könnten zur Folge haben, dass Unterschiede im

Unterstützungsverhalten nicht zwangsläufig zu geringerer erlebter Unterstützung führen (Afifi et al., 2016). Dabei sollte ebenfalls ein möglicher Einfluss des Studiendesigns berücksichtigt werden: Die experimentelle Gesprächssituation erforderte eine aktive Auseinandersetzung mit aktuellen Stressoren, was bei beiden Partner*innen dazu geführt haben könnte, dass unterstützendes Verhalten, wie SK und DC, bewusster gezeigt wurde als in alltagsnahen Situationen. Dieses situativ erhöhte Maß an responsiver Kommunikation könnte dazu beigetragen haben, dass Frauen das Verhalten des Partners als gesteigerte partnerschaftliche Unterstützung erlebt haben, was einer wahrgenommenen Unterstützungsdiskrepanz entgegengewirkt haben könnte.

Auch die Ergebnisse der deskriptiven Analyse der beobachteten SK bestätigten die Hypothesen H1.1 und H1.5: In den Gesprächssituationen zeigten Männer weniger SK als Frauen. Darüber hinaus war die SK in alltagsbezogenen Gesprächen stärker ausgeprägt. Dieser Befund steht im Einklang mit der Widerlegung von Hypothese H2.1, da sich zeigte, dass alltagsbezogene im Vergleich zu kindbezogenen Stressoren mit einem höheren subjektiven Stressempfinden einhergingen. Daraus lässt sich ableiten, dass alltagsbezogene Belastungen tendenziell mehr Stress hervorrufen, der entsprechend häufiger kommuniziert wird. Die fehlenden Genderunterschiede im Stressempfinden deuten darauf hin, dass Frauen durch ihre ausgeprägtere SK ihren Stress auf ein ähnliches Level regulieren konnten wie Männer. Dies unterstreicht die zentrale Rolle, die SK im Rahmen des DC spielt, da das bloße Kommunizieren von Belastung einen wichtigen Schritt im Stressbewältigungsprozess darstellt und bereits eine erste Entlastung bewirken kann (Stanton & Low, 2012).

Die geringen Unterschiede in der Häufigkeit des beobachteten PDC und DDC deuten darauf hin, dass weder das Gender noch die Art des Stressors im Gespräch das Auftreten dieser Copingformen maßgeblich beeinflusste. Dass Frauen insbesondere bei kindbezogenen Themen geringfügig mehr DDC zeigten als Männer, könnte ein Ausdruck der ungleichen Verteilung der Care-Arbeit in der Kindererziehung sein (Dew & Wilcox, 2011; Nomaguchi & Milkie, 2003). Die häufige Übernahme kindbezogener Aufgaben durch Frauen könnte sich entsprechend auch im beobachteten partnerschaftlichen Copingverhalten abbilden.

Etwas höhere Werte im NDC bei alltagsbezogenen Gesprächen im Vergleich zu kindbezogenen deuten darauf hin, dass es den Paaren bei diesen Themen schwerer fiel, gemeinsam konstruktiv mit Belastungen umzugehen.

Die deutlich häufigere Anwendung von GDC im Zusammenhang mit kindbezogenen Stressoren spricht dafür, dass Elternpaare bei diesem Themenbereich vermehrt auf gemeinschaftliche und kooperative Strategien zurückgreifen. Die Tatsache, dass beide Partner*innen unmittelbar betroffen sind, aktiviert eine gemeinsame Problemlösungsdynamik, in der gegenseitige emotionale und kognitive Prozesse aufeinander abgestimmt werden. Diese konstruktive Art des Copings wird durch das geteilte Verantwortungsgefühl für das Kind sowie die starke emotionale Bindung begünstigt (Alves et al., 2019; Molgora et al., 2019). Die Ergebnisse stehen im Einklang mit der Theory of Resilience and Relational Load, wonach eine partnerschaftliche Orientierung in Stresssituationen zu einer höheren Resilienz und einem reduzierten Stressniveau führt (Afifi et al., 2016).

Praktische Implikationen

Die Ergebnisse der vorliegenden Studie legen nahe, dass insbesondere alltagsbezogene Stressoren in Paarbeziehungen ein erhöhtes Belastungspotenzial bergen. Dies zeigte sich sowohl im signifikant höheren berichteten Stressempfinden als auch in der verstärkten SK der Partner*innen in diesen Gesprächssituationen. Daraus lässt sich ableiten, dass es Paaren bei solchen tendenziell individuell geprägten Stressoren schwerer fällt, wirksame dyadische Copingstrategien zu entwickeln, weshalb sie hier stärker auf externe Unterstützung angewiesen sind. Im Gegensatz dazu aktiviert der kindbezogene Kontext aufgrund seiner gemeinsamen Relevanz und emotionalen Bedeutsamkeit offenbar häufiger kooperative Bewältigungsformen wie das GDC, wodurch mehr positive Ressourcen in der Dyade mobilisiert werden können (Alves et al., 2019). Dies legt nahe, dass Interventionen verstärkt darauf abzielen könnten, den dyadischen Umgang mit alltagsbezogenen, nicht unmittelbar geteilten Stressoren zu fördern. Mögliche Ziele solcher Maßnahmen wären, gegenseitiges Verständnis, Geduld sowie die Kommunikation individueller Bedürfnisse zu stärken und gleichzeitig bestehende Erwartungshaltungen gegenüber dem*r Partner*in zu reflektieren und gegebenenfalls anzupassen. Da partnerschaftliche Unterstützung bei Themen, die primär nur eine Person betreffen, eingeschränkt sein kann, erscheint es sinnvoll, Strategien zur Abstimmung untereinander zu entwickeln, auf welche Art der*die Partner*in dennoch unterstützend wirken kann. Das gezielte Einüben von Kompetenzen zur gemeinsamen Auseinandersetzung, insbesondere im Hinblick auf das respektvolle Gewähren von Ausdrucksraum für individuell erlebten Stress, kann dazu beitragen, das

dyadische Copingverhalten auch jenseits des geteilten Elternschaftserlebens konstruktiv und partnerschaftlich zu gestalten.

Zugleich bleibt es bedeutsam, auch bei einer bestehenden Paarbeziehung, Copingressourcen außerhalb der Dyade bewusst aufzubauen und zu aktivieren. Das bereits beschriebene Stress-Coping-Kaskadenmodell (Bodenmann, 2000, 2005) impliziert hierbei keine starr verlaufende Copingabfolge, sondern vielmehr die Grobstruktur für eine flexible Anpassung an individuelle und situationsspezifische Bedingungen. So kann beispielsweise bei alltagsbezogenem Stress mit Ursprung in der Herkunftsfamilie auch ein*e langjährige*r Freund*in, der*die mit den familiären Dynamiken vertraut ist, eine ebenso hilfreiche Ressource darstellen wie der*die Partner*in. Auf diese Weise ließe sich der stärkeren Stressbelastung durch alltagsbezogene Themen präventiv und zielgerichtet begegnen.

Die genderspezifischen Unterschiede in der SK, wonach Frauen signifikant häufiger Stress kommunizieren, könnten auf ein Defizit in der emotionalen Ausdrucksfähigkeit bei Männern hinweisen. Vorangegangene Forschung legt nahe, dass Männer tendenziell häufiger auf individuelle Copingstrategien zurückgreifen und ihre Sorgen eher zurückhalten, während Frauen neben dem Partner auch externe Ressourcen aktivieren (Bodenmann, 2000; Bodenmann et al., 2010). Dieses Verhalten kann auf genderspezifische Sozialisierungsprozesse und die weiterhin bestehende Stigmatisierung psychischer Vulnerabilität bei Männern zurückgeführt werden (Croft et al., 2021). Therapeutische Interventionen wie das Couples Coping Enhancement Training (Bodenmann & Shantinath, 2004) oder die Coping-Oriented Couple Therapy (Bodenmann, 2010) bieten erprobte Ansätze zur Förderung von SK sowie zur Stärkung positiver DC-Formen (Bodenmann, 2000, 2016). In solchen Maßnahmen sollte verstärkt auf die gezielte Unterstützung von Männern in der Entwicklung von SK und PDC fokussiert werden. Dies könnte Männern helfen, emotionale Bedürfnisse klarer zu kommunizieren, soziale Normen zu reflektieren und psychologische Barrieren abzubauen (Croft et al., 2021). Gleichzeitig entlastet es Frauen, da sie nicht mehr auf subtile oder nonverbale Hinweise ihres Partners angewiesen sind, um Unterstützungsbedarfe zu erkennen (Noller, 1981). Eine gesteigerte emotionale Offenheit und Flexibilität auf Seiten der Männer kann somit nicht nur die eigene Stressbewältigung verbessern, sondern auch die Qualität der dyadischen Unterstützung insgesamt erhöhen, mitunter auch durch eine stärkere Ausprägung ihres PDC.

Zudem legen die Ergebnisse nahe, dass insbesondere bei kindbezogenen Themen mehr DC gezeigt wurde, während gleichzeitig das subjektive Stressempfinden geringer ausfiel. Dies spricht dafür, dass DC im Umgang mit gemeinsam erlebten Belastungen eine wertvolle Ressource zur Stressreduktion darstellen kann. Um diesen Zusammenhang eindeutig dem DC zuordnen zu können, wären jedoch Vergleichsdaten von Paaren mit geringer ausgeprägtem DC bei vergleichbaren kindbezogenen Stressoren notwendig. Auch ein Vergleich zwischen Paaren mit besonders hohen kindbezogenen Belastungen, etwa im Zusammenhang mit gesundheitlichen Problemen oder Verhaltensauffälligkeiten des Kindes, und solchen mit geringeren kindbezogenen Belastungen wäre sinnvoll, um die Rolle von DC unter intensiveren Stressbedingungen genauer zu untersuchen. Da entsprechende Differenzierungen in der vorliegenden Stichprobe nicht berücksichtigt wurden, bleibt offen, ob die beobachteten Prozesse auch unter stärkeren Belastungen in vergleichbarer Weise wirksam sind. Zukünftige Interventionen könnten hier ansetzen, um elterliche Bewältigungsressourcen in fordernden familiären Kontexten sowie bei weniger ausgeprägtem DC gezielt zu stärken und damit die partnerschaftliche Resilienz nachhaltig zu fördern.

Limitationen und Ausblick

Bei der Interpretation der vorliegenden Ergebnisse sind mehrere potenzielle Einschränkungen zu berücksichtigen. Erstens wiesen einige der durchgeführten Tests eine statistische Power unterhalb des empfohlenen Werts von .80 auf, was die Aussagekraft der entsprechenden Analysen limitiert. Die signifikanten Ergebnisse zu den Hypothesen H1.1, H1.5 und H2.1 lagen jedoch über diesem Schwellenwert und sind daher als belastbar zu betrachten. Des Weiteren zeigten sich bei den Subskalen des DCI teilweise unzureichende interne Konsistenzen. Insbesondere lagen die Werte der Selbsteinschätzung zum DDC unter .60 und bei der Selbsteinschätzung der SK sowie der Fremdeinschätzung des NDC unter .70, was die Reliabilität der entsprechenden Skalen einschränkt.

Zweitens ist die Aussagekraft der Ergebnisse durch die verwendeten Auswertungsmethoden eingeschränkt. Das Studiendesign war dyadisch angelegt, da die Teilnehmenden als Paar rekrutiert wurden. Die daraus resultierende Interdependenz der Daten wurde in der Analyse zu Fragestellung F2 insofern berücksichtigt, als dass das Gender der Partner*innen als Zwischensubjektfaktor innerhalb der Analyseeinheit auf Paarebene modelliert wurde. Dieses Vorgehen berücksichtigt die Verbundenheit der

dyadischen Daten jedoch nur teilweise, da die Auswertung mittels mixed ANOVAs diese nicht explizit formalisiert. Die Annahme der Normalverteilung wurde für das Stressempfinden von Frauen nach dem Besprechen kindbezogener Stressoren sowie für die erlebte Unterstützung von Männern und Frauen nach beiden Stressorarten verletzt. Aufgrund der Robustheit von mixed ANOVAs gegenüber Abweichungen von der Normalverteilung (Salkind, 2010) wurden diese auch unter dieser Einschränkung durchgeführt. Die Unterstützungswerte wiesen eine Häufung im oberen Skalenbereich auf, was auf ein insgesamt hohes Maß wahrgenommener Unterstützung hindeutet. Dies könnte auf einen Deckeneffekt zurückzuführen sein, etwa infolge besonders ausgeprägter unterstützender Interaktionen, wodurch die Varianz der Werte eingeschränkt gewesen sein könnte. Außerdem waren die explorativen Analysen zu den Fragestellungen F3 und F4 nur mit einer begrenzten Stichprobengröße ($N_3 = 14$) möglich, was die Generalisierbarkeit der Befunde insbesondere vor dem Hintergrund ihrer hohen Varianz einschränkt. Zudem wurden potenziell konfundierende Variablen wie das Alter der Partner*innen, die Dauer der Beziehung, klinische Diagnosen, die Beziehungszufriedenheit sowie kulturelle Hintergründe in den vorliegenden Analysen nicht systematisch kontrolliert. Diese Faktoren sind jedoch relevante Prädiktoren des DC und sollten in zukünftigen Studien mit größeren Stichproben berücksichtigt werden. Aktuelle Weiterentwicklungen von DC-Modellen, wie das Relational-Cultural Coping Model (Kayser et al., 2007) oder das Developmental-Contextual Coping Model (Berg & Upchurch, 2007), betonen die Notwendigkeit, solche Kontextfaktoren differenziert zu integrieren (vgl. Falconier & Kuhn, 2019; Kayser et al., 2016). Die Zusammensetzung der Stichprobe, bestehend aus deutschsprachigen Elternpaaren mit hohem Bildungsniveau, vorwiegend aus Deutschland und Österreich, begrenzt die Übertragbarkeit der Ergebnisse auf andere sozioökonomische oder kulturelle Gruppen.

Trotz der Bemühungen, das experimentelle Beobachtungssetting möglichst realitätsnah zu gestalten, unterliegt ein Labordesign gewissen Einschränkungen. Insbesondere konnte DDC nicht in seiner laut STM definierten Ausführungsform erfasst werden, da praktische, problembezogene Handlungen im Labor nicht unmittelbar durchgeführt, sondern lediglich verbalisiert werden konnten. Ob diese in der tatsächlichen Stresssituation außerhalb des Labors durchgeführt werden, kann nicht kontrolliert werden. Dies könnte zur insgesamt niedrigen Ausprägung des beobachteten DDC beigetragen haben. Auch das Auftreten von NDC könnte durch die Laborsituation beeinflusst worden sein. Das Bewusstsein über die Videoaufzeichnung der Gespräche

könnte bei den Teilnehmenden im Sinne sozialer Erwünschtheit dazu geführt haben, negatives Verhalten zu vermeiden und die eigene Person sowie die Partnerschaft möglichst positiv darzustellen.

Die vorliegenden Ergebnisse liefern eine wichtige Grundlage für weiterführende inferenzstatistische Untersuchungen und vertiefende Diskussionen zu genderspezifischen Mustern im DC. Da sich die vorliegende Stichprobe ausschließlich aus Elternpaaren zusammensetzte, erscheint ein Vergleich mit kinderlosen Paaren als vielversprechende Erweiterung. Die Untersuchung kurzfristiger Veränderungen in Verhalten und Erleben von Elternpaaren stellt eine zentrale Stärke dieser Studie dar. Jedoch könnten zukünftige Studien durch den Einbezug von Paaren ohne Kinder zusätzliche Vergleichswerte generieren, um dyadische Copingmuster differenzierter zu analysieren. Da in solchen Partnerschaften kindbezogene Themen als zentrale gemeinsame Belastung entfallen, wäre es beispielsweise aufschlussreich zu analysieren, in welchen Lebensbereichen kinderlose Paare GDC als kooperative Strategie einsetzen. Ebenfalls interessant wäre es, spezifische Inhalte innerhalb alltagsbezogener Belastungen zu identifizieren, die schwer im Paardialog thematisierbar sind. Dies könnte dazu beitragen, gezielt ergänzende Ressourcen zur Stressbewältigung zu aktivieren und so die Effektivität des DC in der Alltagsbewältigung weiter zu verbessern. Außerdem ist es anzustreben, diverse Elternkonstellationen außerhalb heteronormativer Partnerschaften zu berücksichtigen.

Ein übergeordnetes Ziel des Projekts, in das die vorliegende Arbeit eingebunden ist, bestand darin, das ursprünglich für alltagsbezogene Stressoren konzipierte SEDC (Bodenmann, 2012) auf den spezifischen Kontext kindbezogener Belastungen zu übertragen. Die Befunde dieser Studie unterstreichen die Relevanz dieses Vorhabens: Insbesondere im Umgang mit kindbezogenen Stressoren zeigte sich eine verstärkte Tendenz zur kooperativen Bewältigung (GDC), was auf die besondere Qualität dieser Belastungen als geteilte, partnerschaftlich verankerte Herausforderungen hinweist. Dies legt eine theoretische und methodische Weiterentwicklung des bestehenden SEDCs nahe, um elternschaftsspezifische Aspekte dyadischer Stressverarbeitung angemessen zu erfassen. Denkbar wäre etwa die Integration zusätzlicher Kodierkategorien, -beschreibungen und -beispiele, die auf typische Ausdrucksformen elterlicher Copingdynamiken fokussieren.

Konklusion

Die vorliegende Masterarbeit untersuchte genderspezifische Unterschiede im DC von Elternpaaren im Umgang mit alltags- und kindbezogenen Stressoren sowie deren Auswirkungen auf das Stressempfinden und die erlebte Unterstützung. Die Ergebnisse zeigten, dass Frauen laut Selbst- und Fremdeinschätzung mehr Stress kommunizieren, was von Beobachtungsdaten unterstützt wurde. Männer berichteten, dass ihre Partnerinnen häufiger PDC leisten. Zudem zeigten die Eltern ein signifikant höheres Stressempfinden nach alltagsbezogenen Themen. Auch in den Beobachtungsdaten zeigte sich hier erhöhte SK. Im Kontext kindbezogener Stressoren trat häufiger GDC auf, was auf eine konstruktive Auseinandersetzung hindeutet. Die Ergebnisse leisten einen Beitrag zum Verständnis genderspezifischer Muster im DC bei Eltern, indem sie bestehende Forschung zu Gendereffekten in der partnerschaftlichen Stressbewältigung stützen und zugleich differenzierte Einblicke in die unterschiedliche Belastungswirkung alltags- und kindbezogener Stressoren bieten. Die Kombination aus Selbst- und Fremdeinschätzungen, beobachtetem Verhalten und erlebten Auswirkungen der Stressgespräche ergibt dabei ein umfassendes Bild elterlicher Copingprozesse. Zukünftige Forschung sollte untersuchen, wann kooperatives Coping in Alltagsthemen gelingt und wann paarexterne Ressourcen notwendig sind. Auch der Vergleich zwischen Paaren mit und ohne Kinder hinsichtlich akuter Belastung und wahrgenommener Unterstützung kann helfen, gezieltere Interventionen zu entwickeln.

Literaturverzeichnis

- Aassve, A., Fuochi, G., & Mencarini, L. (2014). Desperate housework: Relative resources, time availability, economic dependency, and gender ideology across Europe. *Journal of Family Issues*, 35(8), 1000–1022. <https://doi.org/10.1177/0192513X14522248>
- Afifi, T. D., Merrill, A. F., & Davis, S. (2016). The theory of resilience and relational load. *Personal Relationships*, 23(4), 663–683. <https://doi.org/10.1111/pere.12159>
- Alves, S., Fonseca, A., Canavarro, M. C., & Pereira, M. (2018). Dyadic coping and dyadic adjustment in couples with women with high depressive symptoms during pregnancy. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 36(5), 504–518. <https://doi.org/10.1080/02646838.2018.1490496>
- Alves, S., Fonseca, A., Canavarro, M. C., & Pereira, M. (2020). Does dyadic coping predict couples' postpartum psychosocial adjustment? A dyadic longitudinal study. *Frontiers in Psychology*, 11, 561091. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.561091>
- Alves, S., Milek, A., Bodenmann, G., Fonseca, A., Canavarro, M. C., & Pereira, M. (2019). Romantic attachment, dyadic coping, and parental adjustment across the transition to parenthood. *Personal Relationships*, 26(2), 286–309. <https://doi.org/10.1111/pere.12278>
- Bakeman, R., & Quera, V. (2011). *Sequential analysis and observational methods for the behavioral sciences*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/cbo9781139017343>
- Barbarin, O. A. (1983). Coping with ecological transitions by Black families: A psychosocial model. *Journal of Community Psychology*, 11(4), 308–322. [https://doi.org/10.1002/1520-6629\(198310\)11:4<308::AID-JCOP2290110405>3.0.CO;2-Z](https://doi.org/10.1002/1520-6629(198310)11:4<308::AID-JCOP2290110405>3.0.CO;2-Z)
- Barbarin, O. A., Hughes, D., & Chesler, M. A. (1985). Stress, coping, and marital functioning among parents of children with cancer. *Journal of Marriage and Family*, 47(2), 473–480. <https://doi.org/10.2307/352146>
- Baxter, J., Hewitt, B., & Haynes, M. (2008). Life course transitions and housework: Marriage, parenthood, and time on housework. *Journal of Marriage and Family*, 70(2), 259–272. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2008.00479.x>

- Beach, S. R. H., Martin, J. K., Blum, T. C., & Roman, P. M. (1993). Effects of marital and co-worker relationships on negative affect: Testing the central role of marriage. *The American Journal of Family Therapy*, 21(4), 313–323. <https://doi.org/10.1080/01926189308251002>
- Belle, D. (1982). The stress of caring: Women as providers of social support. In L. Goldberger & S. Breznitz (Hrsg.), *Handbook of stress: Theoretical and clinical aspects* (S. 496–505). Free Press.
- Belsky, J., & Pensky, E. (1988). Marital change across the transition to parenthood. *Marriage & Family Review*, 12(3–4), 133–156. https://doi.org/10.1300/J002v12n03_08
- Berg, C. A., Meegan, S. P., & Deviney, F. P. (1998). A social-contextual model of coping with everyday problems across the lifespan. *International Journal of Behavioral Development*, 22(2), 239–261. <https://doi.org/10.1080/016502598384360>
- Berg, C. A., & Upchurch, R. (2007). A developmental-contextual model of couples coping with chronic illness across the adult life span. *Psychological Bulletin*, 133(6), 920–954. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.6.920>
- Bianchi, S. M., Sayer, L. C., Milkie, M. A., & Robinson, J. P. (2012). Housework: Who did, does or will do it, and how much does it matter? *Social Forces*, 91(1), 55–63. <https://doi.org/10.1093/sf/sos120>
- Biehle, S. N., & Mickelson, K. D. (2011). Personal and co-parent predictors of parenting efficacy across the transition to parenthood. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30(9), 985–1010. <https://doi.org/10.1521/jscp.2011.30.9.985>
- Bodenmann, G. (1990). *Ärgerregulation und deren Bedeutung für die dyadische Interaktion. Pilotstudie zu einem Stressexperiment* [Unveröffentlichte Lizentiatsarbeit]. Universität Fribourg.
- Bodenmann, G. (1995a). A systemic-transactional conceptualization of stress and coping in couples. *Swiss Journal of Psychology*, 54(1), 34–49.
- Bodenmann, G. (1995b). *Bewältigung von Stress in Partnerschaften: Der Einfluss von Belastungen auf die Qualität und Stabilität von Paarbeziehungen*. Huber.
- Bodenmann, G. (1997). Dyadic coping: A systemic-transactional view of stress and coping among couples: Theory and empirical findings. *European Review of Applied Psychology*, 47, 137–140.
- Bodenmann, G. (1998). Der Einfluss von Stress auf die Partnerschaft: Implikationen für die Prävention bei Paaren. In K. Hahlweg, D. H. Baucom, R. Bastine, & H.

- J. Markman (Hrsg.), *Internationale Ansätze zur Prädiktion und Prävention von Beziehungsstörungen* (S. 241–259). Kohlhammer.
- Bodenmann, G. (2000). *Stress und Coping bei Paaren*. Hogrefe.
- Bodenmann, G. (2005). Dyadic coping and its significance for marital functioning. In T. A. Revenson & G. Bodenmann (Hrsg.), *Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping* (S. 33–49). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11031-002>
- Bodenmann, G. (2008). *DCI Dyadisches Coping Inventar: Manual*. Huber.
- Bodenmann, G. (2010). New themes in couple therapy: The role of stress, coping and social support. In K. Hahlweg (Hrsg.), *Enhancing couples: The shape of couple therapy to come* (S. 142–156). Hogrefe. <https://doi.org/10.5167/uzh-40100>
- Bodenmann, G. (2012). *Kodiersystem zur Erfassung des dyadischen Copings: Adaptierte Version* [Unveröffentlichtes Manual]. Universität Zürich.
- Bodenmann, G. (2016). Coping in couples: The Systemic Transactional Model (STM). In M. K. Falconier, A. K. Randall, & G. Bodenmann (Hrsg.), *Couples coping with stress: A cross-cultural perspective* (S. 5–22). Routledge.
- Bodenmann, G., Charvoz, L., Cina, A., & Widmer, K. (2001). Prevention of marital distress by enhancing the coping skills of couples: 1-year follow-up-study. *Swiss Journal of Psychology*, 60(1), 3–10. <https://doi.org/10.1024/1421-0185.60.1.3>
- Bodenmann, G., & Cina, A. (2000). Stress und Coping als Prädiktoren für Scheidung: Eine prospektive Fünf-Jahre-Längsschnittstudie. *Zeitschrift für Familienforschung*, 12(2), 5–20. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-291097>
- Bodenmann, G., & Cina, A. (2006). Stress and coping among stable-satisfied, stable-distressed and separated/divorced swiss couples: A 5-Year prospective longitudinal study. *Journal of Divorce & Remarriage*, 44(1–2), 71–89. https://doi.org/10.1300/J087v44n01_04
- Bodenmann, G., Ledermann, T., & Bradbury, T. N. (2007). Stress, sex, and satisfaction in marriage. *Personal Relationships*, 14(4), 551–569. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2007.00171.x>
- Bodenmann, G., Meuwly, N., Bradbury, T. N., Gmelch, S., & Ledermann, T. (2010). Stress, anger, and verbal aggression in intimate relationships: Moderating effects of individual and dyadic coping. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(3), 408–424. <https://doi.org/10.1177/0265407510361616>

- Bodenmann, G., & Perrez, M. (1991). Dyadisches Coping—Eine systemische Betrachtungsweise der Belastungsbewältigung in Partnerschaften. *Zeitschrift für Familienforschung*, 3(3), 4–25. <https://www.ssoar.info/ssoar/handle/document/29310>
- Bodenmann, G., & Perrez, M. (1992). Experimentell induzierter Stress in dyadischen Interaktionen. Darstellung des EISI-Experiments. *Zeitschrift für Klinische Psychologie, Psychopathologie und Psychotherapie*, 40(3), 263–280. <https://folia.unifr.ch/unifr/documents/303273>
- Bodenmann, G., & Perrez, M. (1995). Stress- und Ärgerinduktion bei Paaren: Ein experimenteller Ansatz. *Zeitschrift für differentielle und diagnostische Psychologie*, 16(4), 237–250. http://doc.rero.ch/record/209116/files/20130814160808_.pdf
- Bodenmann, G., Pihet, S., & Kayser, K. (2006). The relationship between dyadic coping and marital quality: A 2-year longitudinal study. *Journal of Family Psychology*, 20(3), 485–493. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.20.3.485>
- Bodenmann, G., Pihet, S., Shantinath, S. D., Cina, A., & Widmer, K. (2006). Improving dyadic coping in couples with a stress-oriented approach: A 2-year longitudinal study. *Behavior Modification*, 30(5), 571–597. <https://doi.org/10.1177/0145445504269902>
- Bodenmann, G., & Shantinath, S. D. (2004). The Couples Coping Enhancement Training (CCET): A new approach to prevention of marital distress based upon stress and coping. *Family Relations*, 53(5), 477–484. <https://doi.org/10.1111/j.0197-6664.2004.00056.x>
- Brown, M., Whiting, J., Kahumoku-Fessler, E., Witting, A. B., & Jensen, J. (2020). A dyadic model of stress, coping, and marital satisfaction among parents of children with autism. *Family Relations*, 69(1), 138–150. <https://doi.org/10.1111/fare.12375>
- Buddelmeyer, H., Hamermesh, D. S., & Wooden, M. (2018). The stress cost of children on moms and dads. *European Economic Review*, 109, 148–161. <https://doi.org/10.1016/j.euroecorev.2016.12.012>
- Busch, A.-K., & Fringer, A. (2022). Psychosocial impact of multiple sclerosis on couples: Relationship between anxiety, depression, and stress communication of both partners. *Journal of Primary Care & Community Health*, 13, 1–8. <https://doi.org/10.1177/21501319221119142>

- Cannon, W. B. (1929). Organization for physiological homeostasis. *Physiological Reviews*, 9(3), 399–431. <https://doi.org/10.1152/physrev.1929.9.3.399>
- Carpenter, K. M., & Addis, M. E. (2001). Alexithymia, gender, and responses to depressive symptoms. *Sex Roles*, 43(9–10), 629–644. <https://doi.org/10.1023/A:1007100523844>
- Chen, M., Gong, J., Cao, Q., Luo, X., Li, J., & Li, Q. (2021). A literature review of the relationship between dyadic coping and dyadic outcomes in cancer couples. *European Journal of Oncology Nursing*, 54, 102035. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2021.102035>
- Cooper, S. J. (2008). From Claude Bernard to Walter Cannon. Emergence of the concept of homeostasis. *Appetite*, 51(3), 419–427. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2008.06.005>
- Cordova, J. V., Gee, C. B., & Warren, L. Z. (2005). Emotional skillfulness in marriage: Intimacy as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(2), 218–235. <https://doi.org/10.1521/jscp.24.2.218.62270>
- Cowan, C. P., & Cowan, P. A. (1992). *When partners become parents: The big life change for couples*. Basic Books.
- Cox, M. J., Paley, B., Burchinal, M., & Payne, C. C. (1999). Marital perceptions and interactions across the transition to parenthood. *Journal of Marriage and Family*, 61(3), 611–625. <https://doi.org/10.2307/353564>
- Coyne, J. C., & Smith, D. A. (1991). Couples coping with a myocardial infarction: A contextual perspective on wives' distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(3), 404–412. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.3.404>
- Craig, L., & Mullan, K. (2010). Parenthood, gender and work-family time in the United States, Australia, Italy, France, and Denmark. *Journal of Marriage and Family*, 72(5), 1344–1361. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00769.x>
- Croft, A., Atkinson, C., & May, A. M. (2021). Promoting gender equality by supporting men's emotional flexibility. *Policy Insights from the Behavioral and Brain Sciences*, 8(1), 42–49. <https://doi.org/10.1177/2372732220984491>
- Crohan, S. E. (1996). Marital quality and conflict across the transition to parenthood in African American and White couples. *Journal of Marriage and the Family*, 58(4), 933–944. <https://doi.org/10.2307/353981>

- Croyle, K. L., & Waltz, J. (2002). Emotional awareness and couples' relationship satisfaction. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28(4), 435–444. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2002.tb00368.x>
- Cutrona, C. E. (1996). *Social support in couples: Marriage as a resource in times of stress*. Sage Publications. <https://doi.org/10.4135/9781483327563>
- Daminger, A. (2019). The cognitive dimension of household labor. *American Sociological Review*, 84(4), 609–633. <https://doi.org/10.1177/0003122419859007>
- Dean, L., Churchill, B., & Ruppanner, L. (2022). The mental load: Building a deeper theoretical understanding of how cognitive and emotional labor overload women and mothers. *Community, Work & Family*, 25(1), 13–29. <https://doi.org/10.1080/13668803.2021.2002813>
- DeLongis, A., & O'Brien, T. B. (1990). An interpersonal framework for stress and coping: An application to the families of Alzheimer's patients. In M. A. Stephens, J. H. Crowther, S. E. Hobfoll, & D. L. Tennenbaum (Hrsg.), *Stress and coping in later-life families* (S. 221–240). Taylor & Francis.
- DeMaris, A., & Mahoney, A. (2017). The perception of fairness in infant care and mothers' postpartum depression. *Social Science & Medicine*, 190, 199–206. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2017.08.030>
- Dew, J., & Wilcox, W. B. (2011). If momma ain't happy: Explaining declines in marital satisfaction among new mothers. *Journal of Marriage and Family*, 73(1), 1–12. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00782.x>
- Dickson, M. (2020). "He's not good at sensing that look that says, I'm drowning here!" Academic mothers' perceptions of spousal support. *Marriage & Family Review*, 56(3), 241–263. <https://doi.org/10.1080/01494929.2020.1712302>
- Dindia, K., & Allen, M. (1992). Sex differences in self-disclosure: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 112(1), 106–124. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.1.106>
- Donato, S., Iafrate, R., Barni, D., Bertoni, A., Bodenmann, G., & Gagliardi, S. (2009). Measuring dyadic coping: The factorial structure of Bodenmann's "Dyadic Coping Questionnaire" in an Italian sample. *TPM – Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology*, 16(1), 25–47.
- Donato, S., & Parise, M. (2012). The role of enacted and perceived dyadic coping for young couples' satisfaction. In B. Molinelli & V. Grimaldo (Hrsg.), *Handbook of*

- the psychology of coping: New research* (S. 261–278). Nova Science Publishers. <http://hdl.handle.net/10807/30825>
- Doss, B. D., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2009). The effect of the transition to parenthood on relationship quality: An 8-year prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96(3), 601–619. <https://doi.org/10.1037/a0013969>
- Doss, B. D., Simpson, L. E., & Christensen, A. (2004). Why do couples seek marital therapy? *Professional Psychology: Research and Practice*, 35(6), 608–614. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.35.6.608>
- Duncombe, J., & Marsden, D. (1995). “Workaholics” and “whingeing women”: Theorising intimacy and emotion work—The last frontier of gender inequality? *Sociological Review*, 43(1), 150–169. <https://doi.org/10.1111/j.1467-954X.1995.tb02482.x>
- Eagly, A. H., & Crowley, M. (1986). Gender and helping behavior: A meta-analytic review of the social psychological literature. *Psychological Bulletin*, 100(3), 283–308. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.100.3.283>
- Engelbeen, D. J., Knoester, C., & McDaniel, B. (2013). Chapter 19: The implications of fatherhood for men. In N. J. Cabrera & C. S. Tamis-LeMonda (Hrsg.), *Handbook of father involvement: Multidisciplinary perspectives* (2. Aufl., S. 338–357). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203101414-24>
- Emmen, B. G. (2017). *Stress und Coping bei Paaren im Zusammenhang mit klinischen Störungen* [Dissertation, Universität Freiburg]. Swiss Open Access Repository. <https://sonar.ch/global/documents/300487>
- England, P. (2010). The gender revolution: Uneven and stalled. *Gender & Society*, 24(2), 149–166. <https://doi.org/10.1177/0891243210361475>
- Erickson, R. J. (2005). Why emotion work matters: Sex, gender, and the division of household labor. *Journal of Marriage and Family*, 67(2), 337–351. <https://doi.org/10.1111/j.0022-2445.2005.00120.x>
- Falconier, M. K. (2013). Traditional gender role orientation and dyadic coping in immigrant Latino couples: Effects on couple functioning. *Family Relations*, 62(2), 269–283. <https://doi.org/10.1111/fare.12002>
- Falconier, M. K., Jackson, J. B., Hilpert, P., & Bodenmann, G. (2015). Dyadic coping and relationship satisfaction: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 42, 28–46. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.07.002>

- Falconier, M. K., & Kuhn, R. (2019). Dyadic coping in couples: A conceptual integration and a review of the empirical literature. *Frontiers in Psychology*, 10, 571. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00571>
- Falconier, M. K., Nussbeck, F., & Bodenmann, G. (2013a). Dyadic coping in Latino couples: Validity of the Spanish version of the Dyadic Coping Inventory. *Anxiety, Stress, & Coping*, 26(4), 447–466. <https://doi.org/10.1080/10615806.2012.699045>
- Falconier, M. K., Nussbeck, F., & Bodenmann, G. (2013b). Immigration stress and relationship satisfaction in Latino couples: The role of dyadic coping. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(8), 813–843. <https://doi.org/10.1521/jscp.2013.32.8.813>
- Falconier, M. K., Nussbeck, F., Bodenmann, G., Schneider, H., & Bradbury, T. (2015). Stress from daily hassles in couples: Its effects on intradyadic stress, relationship satisfaction, and physical and psychological well-being. *Journal of Marital and Family Therapy*, 41(2), 221–235. <https://doi.org/10.1111/jmft.12073>
- Falconier, M. K., Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2016). *Couples coping with stress: A cross-cultural perspective*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315644394>
- Fang, Y., Luo, J., Boele, M., Windhorst, D., Van Grieken, A., & Raat, H. (2022). Parent, child, and situational factors associated with parenting stress: A systematic review. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 33(6), 1687–1705. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-02027-1>
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A.-G., & Buchner, A. (2007). G*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, 39(2), 175–191. <https://doi.org/10.3758/BF03193146>
- Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(4), 839–852. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.4.839>
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(1), 150–170. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.48.1.150>

- Fowers, B. J. (1991). His and her marriage: A multivariate study of gender and marital satisfaction. *Sex Roles*, 24(3), 209–221. <https://doi.org/10.1007/BF00288892>
- Goldscheider, F., Bernhardt, E., & Lappegård, T. (2015). The gender revolution: A framework for understanding changing family and demographic behavior. *Population and Development Review*, 41(2), 207–239. <https://doi.org/10.1111/j.1728-4457.2015.00045.x>
- Grote, N. K., & Clark, M. S. (2001). Perceiving unfairness in the family: Cause or consequence of marital distress? *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(2), 281–293. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.2.281>
- Hansen, T. (2012). Parenthood and happiness: A review of folk theories versus empirical evidence. *Social Indicators Research*, 108(1), 29–64. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9865-y>
- Harryson, L., Novo, M., & Hammarström, A. (2012). Is gender inequality in the domestic sphere associated with psychological distress among women and men? Results from the Northern Swedish Cohort. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 66(3), 271–276. <https://doi.org/10.1136/jech.2010.109231>
- Herzberg, P. Y. (2013). Coping in relationships: The interplay between individual and dyadic coping and their effects on relationship satisfaction. *Anxiety, Stress & Coping*, 26(2), 136–153. <https://doi.org/10.1080/10615806.2012.655726>
- Hildingsson, I., & Thomas, J. (2014). Parental stress in mothers and fathers one year after birth. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 32(1), 41–56. <https://doi.org/10.1080/02646838.2013.840882>
- Hinkle, L. E. (1974). The concept of “stress” in the biological and social sciences. *The International Journal of Psychiatry in Medicine*, 5(4), 335–357. <https://doi.org/10.2190/91DK-NKAD-1XP0-Y4RG>
- Hochschild, A. R. (2012). *The second shift: Working families and the revolution at home*. Penguin Books.
- Kaluza, G. (2012). *Gelassen und sicher im Stress: Das Stresskompetenz-Buch—Stress erkennen, verstehen, bewältigen*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-642-28195-2>
- Kanner, A. D., Coyne, J. C., Schaefer, C., & Lazarus, R. S. (1981). Comparison of two modes of stress measurement: Daily hassles and uplifts versus major life events. *Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 1–39. <https://doi.org/10.1007/BF00844845>

- Kayser, K., Revenson, T. A., Falconier, M. K., Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2016). Including the cultural context in dyadic coping: Directions for future research and practice. In M. K. Falconier, A. K. Randall, & G. Bodenmann (Hrsg.), *Couples coping with stress: A cross-cultural perspective* (S. 285–303). Routledge.
- Kayser, K., Watson, L. E., & Andrade, J. T. (2007). Cancer as a “we-disease”: Examining the process of coping from a relational perspective. *Families, Systems, & Health*, 25(4), 404–418. <https://doi.org/10.1037/1091-7527.25.4.404>
- Keizer, R., & Schenk, N. (2012). Becoming a parent and relationship satisfaction: A longitudinal dyadic perspective. *Journal of Marriage and Family*, 74(4), 759–773. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2012.00991.x>
- Kelley, H. H., Berscheid, E., Christensen, A., Harvey, J. H., Huston, T. L., Levinger, G., McClintock, E., Peplau, L. A., & Peterson, D. R. (1983). Analyzing close relationships. In *Close relationships* (S. 20–67). W. H. Freeman and Company.
- Kluwer, E. S., Heesink, J. A. M., & van de Vliert, E. (2002). The division of labor across the transition to parenthood: A justice perspective. *Journal of Marriage and Family*, 64(4), 930–943. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00930.x>
- Kluwer, E. S., & Johnson, M. D. (2007). Conflict frequency and relationship quality across the transition to parenthood. *Journal of Marriage and Family*, 69(5), 1089–1106. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00434.x>
- Körner, A., Würz, J., Brosseau, D. C., Brähler, E., Kapellen, T., & Kiess, W. (2013). Parental dyadic coping in families of children and adolescents with type 1 diabetes. *Journal of Pediatric Endocrinology and Metabolism*, 26(9–10), 867–875. <https://doi.org/10.1515/jpem-2012-0410>
- Kroska, A. (2004). Divisions of domestic work: Revising and expanding the theoretical explanations. *Journal of Family Issues*, 25(7), 890–922. <https://doi.org/10.1177/0192513X04267149>
- Lachance-Grzela, M., & Bouchard, G. (2010). More on the gendered division of household labor: A response to commentators. *Sex Roles*, 63(11), 801–806. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9885-0>
- Landis, J. R., & Koch, G. G. (1977). The measurement of observer agreement for categorical data. *Biometrics*, 33(1), 159–174. <https://doi.org/10.2307/2529310>
- Lawrence, E., Rothman, A. D., Cobb, R. J., Rothman, M. T., & Bradbury, T. N. (2008). Marital satisfaction across the transition to parenthood. *Journal of Family Psychology*, 22(1), 41–50. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.22.1.41>

- Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. McGraw-Hill.
- Lazarus, R. S. (1993a). Coping theory and research: Past, present, and future. *Psychosomatic Medicine*, 55(3), 234–247. <https://doi.org/10.1097/00006842-199305000-00002>
- Lazarus, R. S. (1993b). From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. *Annual Review of Psychology*, 44(1), 1–22. <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.44.020193.000245>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*, 1(3), 141–169. <https://doi.org/10.1002/per.2410010304>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1991). The concept of coping. In A. Monat & R. S. Lazarus (Hrsg.), *Stress and coping: An anthology* (S. 189–206). Columbia University Press. <https://doi.org/10.7312/mona92982>
- Lazarus, R. S., & Launier, R. (1978). Stress-related transactions between person and environment. In L. A. Pervin & M. Lewis (Hrsg.), *Perspectives in interactional psychology* (S. 287–327). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4613-3997-7_12
- Ledermann, T., Bodenmann, G., Gagliardi, S., Charvoz, L., Verardi, S., Rossier, J., Bertoni, A., & Iafrate, R. (2010). Psychometrics of the Dyadic Coping Inventory in three language groups. *Swiss Journal of Psychology*, 69(4), 201–212. <https://doi.org/10.1024/1421-0185/a000024>
- Ledermann, T., Bodenmann, G., Rudaz, M., & Bradbury, T. N. (2010). Stress, communication, and marital quality in couples. *Family Relations*, 59(2), 195–206. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2010.00595.x>
- Levy, R. (2018). Der Übergang in die Elternschaft reaktiviert die Ungleichheiten zwischen den Geschlechtern: Eine Analyse der Lebensläufe von Männern und Frauen in der Schweiz. *Social Change*, 14. <https://doi.org/10.22019/SC-2018-00004>
- Loscocco, K., & Walzer, S. (2013). Gender and the culture of heterosexual marriage in the united states. *Journal of Family Theory & Review*, 5(1), 1–14. <https://doi.org/10.1111/jftr.12003>

- Lyons, R. F., Mickelson, K. D., Sullivan, M. J. L., & Coyne, J. C. (1998). Coping as a communal process. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(5), 579–605. <https://doi.org/10.1177/0265407598155001>
- Mattingly, M. J., & Sayer, L. C. (2006). Under pressure: Gender differences in the relationship between free time and feeling rushed. *Journal of Marriage and Family*, 68(1), 205–221. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2006.00242.x>
- Matud, M. P. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and Individual Differences*, 37(7), 1401–1415. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.01.010>
- Meier, F., Milek, A., Rauch-Anderegg, V., Benz-Fraginière, C., Nieuwenboom, J. W., Schmid, H., Halford, W. K., & Bodenmann, G. (2020). Fair enough? Decreased equity of dyadic coping across the transition to parenthood associated with depression of first-time parents. *PLoS ONE*, 15(2), e0227342. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0227342>
- Merz, C. A., Meuwly, N., Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2014). Engaging in dyadic coping: Buffering the impact of everyday stress on prospective relationship satisfaction. *Family Science*, 5(1), 30–37. <https://doi.org/10.1080/19424620.2014.927385>
- Mickelson, K. D., & Biehle, S. N. (2017). Gender and the transition to parenthood: Introduction to the special issue. *Sex Roles*, 76(5–6), 271–275. <https://doi.org/10.1007/s11199-016-0724-9>
- Mikula, G., Riederer, B., & Bodi, O. (2012). Perceived justice in the division of domestic labor: Actor and partner effects. *Personal Relationships*, 19(4), 680–695. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2011.01385.x>
- Mitnick, D. M., Heyman, R. E., & Smith Slep, A. M. (2009). Changes in relationship satisfaction across the transition to parenthood: A meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 23(6), 848–852. <https://doi.org/10.1037/a0017004>
- Molgora, S., Acquati, C., Fenaroli, V., & Saita, E. (2019). Dyadic coping and marital adjustment during pregnancy: A cross-sectional study of Italian couples expecting their first child. *International Journal of Psychology*, 54(2), 277–285. <https://doi.org/10.1002/ijop.12476>
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2005). Gender differences in social support: A question of skill or responsiveness? *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(1), 79–90. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.88.1.79>

- Nelson, S. K., Kushlev, K., & Lyubomirsky, S. (2014). The pains and pleasures of parenting: When, why, and how is parenthood associated with more or less well-being? *Psychological Bulletin*, 140(3), 846–895. <https://doi.org/10.1037/a0035444>
- Neuenswander, K. L., Haines, E. L., & Stroessner, S. J. (2023). Caring or competent? Apparent prioritization of childcare over work affects evaluations and stereotyping of fathers. *Sex Roles*, 89(5), 328–346. <https://doi.org/10.1007/s11199-023-01401-w>
- Nicholls, K., & Ayers, S. (2007). Childbirth-related post-traumatic stress disorder in couples: A qualitative study. *British Journal of Health Psychology*, 12(4), 491–509. <https://doi.org/10.1348/135910706X120627>
- Noldus Information Technology. (2022). *The Observer XT* (Version 16.0) [Software]. <https://www.noldus.com/observer-xt>
- Noller, P. (1980). Misunderstandings in marital communication: A study of couples' nonverbal communication. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(6), 1135–1148. <https://doi.org/10.1037/h0077716>
- Noller, P. (1981). Gender and marital adjustment level differences in decoding messages from spouses and strangers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41(2), 272–278. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.41.2.272>
- Nomaguchi, K. M., & Milkie, M. A. (2003). Costs and rewards of children: The effects of becoming a parent on adults' lives. *Journal of Marriage and Family*, 65(2), 356–374. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00356.x>
- O'Brien, M., & Peyton, V. (2002). Parenting attitudes and marital intimacy: A longitudinal analysis. *Journal of Family Psychology*, 16(2), 118–127. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.16.2.118>
- O'Brien, T. B., & DeLongis, A. (1996). The interactional context of problem-, emotion-, and relationship-focused coping: The role of the big five personality factors. *Journal of Personality*, 64(4), 775–813. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1996.tb00944.x>
- O'Brien, T. B., & DeLongis, A. (1997). Coping with chronic stress: An interpersonal perspective. In B. H. Gottlieb (Hrsg.), *Coping with chronic stress. The Springer series on stress and coping* (S. 161–190). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4757-9862-3_6

- O'Brien, T. B., DeLongis, A., Pomaki, G., Puterman, E., & Zwicker, A. (2009). Couples coping with stress: The role of empathic responding. *European Psychologist*, 14(1), 18–28. <https://doi.org/10.1027/1016-9040.14.1.18>
- Offer, S. (2014). The costs of thinking about work and family: Mental labor, work-family spillover, and gender inequality among parents in dual-earner families. *Sociological Forum*, 29(4), 916–936. <https://doi.org/10.1111/socf.12126>
- Papp, L. M., Cummings, E. M., & Goeke-Morey, M. C. (2009). For richer, for poorer: Money as a topic of marital conflict in the home. *Family Relations*, 58(1), 91–103. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2008.00537.x>
- Papp, L. M., & Witt, N. L. (2010). Romantic partners' individual coping strategies and dyadic coping: Implications for relationship functioning. *Journal of Family Psychology*, 24(5), 551–559. <https://doi.org/10.1037/a0020836>
- Parfitt, Y., & Ayers, S. (2014). Transition to parenthood and mental health in first-time parents. *Infant Mental Health Journal*, 35(3), 263–273. <https://doi.org/10.1002/imhj.21443>
- Parker, K., Horowitz, J. M., & Rohal, M. (2015, November 4). *Raising kids and running a household: How working parents share the load*. Pew Research Center. <http://pewrsr.ch/1MHGaET>
- Pessin, L. (2024). Gender equality for whom? The changing college education gradients of the division of paid work and housework among US couples, 1968–2019. *Social Forces*, 103(1), 129–152. <https://doi.org/10.1093/sf/soae028>
- Ptacek, J. T., Smith, R. E., & Dodge, K. L. (1994). Gender differences in coping with stress: When stressor and appraisals do not differ. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20(4), 421–430. <https://doi.org/10.1177/0146167294204009>
- Raley, S., Bianchi, S. M., & Wang, W. (2012). When do fathers care? Mothers' economic contribution and fathers' involvement in child care. *American Journal of Sociology*, 117(5), 1422–1459. <https://doi.org/10.1086/663354>
- Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2009). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical Psychology Review*, 29(2), 105–115. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2008.10.004>
- Randall, A. K., Hilpert, P., Jimenez-Arista, L. E., Walsh, K. J., & Bodenmann, G. (2016). Dyadic coping in the U.S.: Psychometric properties and validity for use of the English version of the Dyadic Coping Inventory. *Current Psychology*, 35(4), 570–582. <https://doi.org/10.1007/s12144-015-9323-0>

- Rauch-Anderegg, V., Kuhn, R., Milek, A., Halford, W. K., & Bodenmann, G. (2020). Relationship behaviors across the transition to parenthood. *Journal of Family Issues*, 41(4), 483–506. <https://doi.org/10.1177/0192513X19878864>
- Robertson, L. G., Anderson, T. L., Hall, M. E. L., & Kim, C. L. (2019). Mothers and mental labor: A phenomenological focus group study of family-related thinking work. *Psychology of Women Quarterly*, 43(2), 184–200. <https://doi.org/10.1177/0361684319825581>
- Roth, M., Weitkamp, K., Landolt, S. A., & Bodenmann, G. (2022). Couples' dyadic coping in the context of child-related stressors: A systematic review across three decades. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 13(3), 202–223. <https://doi.org/10.1037/cfp0000237>
- Rusu, P. P. (2016). Dyadic coping in Romanian couples. In M. K. Falconier, A. K. Randall, & G. Bodenmann (Hrsg.), *Couples coping with stress: A cross-cultural perspective* (S. 187–202). Routledge.
- Rusu, P. P., Bodenmann, G., & Kayser, K. (2019). Cognitive emotion regulation and positive dyadic outcomes in married couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(1), 359–376. <https://doi.org/10.1177/0265407517751664>
- Salkind, N. J. (2010). *Encyclopedia of research design*. Sage.
- Sayer, L. C. (2005). Gender, time and inequality: Trends in women's and men's paid work, unpaid work and free time. *Social Forces*, 84(1), 285–303. <https://doi.org/10.1353/sof.2005.0126>
- Seah, C. K. F., & Morawska, A. (2016). When mum is stressed, is dad just as stressed? Predictors of paternal stress in the first six months of having a baby. *Infant Mental Health Journal: Infancy and Early Childhood*, 37(1), 45–55. <https://doi.org/10.1002/imhj.21546>
- Selye, H. (1936). A syndrome produced by diverse nocuous agents. *Nature*, 138(3479), 32. <https://doi.org/10.1038/138032a0>
- Silverstein, L. B., & Goodrich, T. J. (2019). Feminist theories in contemporary couple and family psychology. In B. H. Fiese, M. Celano, K. Deater-Deckard, E. N. Jouriles, & M. A. Whisman (Hrsg.), *APA handbook of contemporary family psychology: Foundations, methods, and contemporary issues across the lifespan* (S. 93–108). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000099-006>

- Sim, A., Cordier, R., Vaz, S., & Falkmer, T. (2019). "We are in this together": Experiences of relationship satisfaction in couples raising a child with autism spectrum disorder. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 58, 39–51. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2018.11.011>
- Staff, H. R., Didymus, F. F., & Backhouse, S. H. (2017). The antecedents and outcomes of dyadic coping in close personal relationships: A systematic review and narrative synthesis. *Anxiety, Stress, & Coping*, 30(5), 498–520. <https://doi.org/10.1080/10615806.2017.1329931>
- Stanton, A. L., & Low, C. A. (2012). Expressing emotions in stressful contexts: Benefits, moderators, and mechanisms. *Current Directions in Psychological Science*, 21(2), 124–128. <https://doi.org/10.1177/0963721411434978>
- Story, L. B., & Bradbury, T. N. (2004). Understanding marriage and stress: Essential questions and challenges. *Clinical Psychology Review*, 23(8), 1139–1162. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2003.10.002>
- Strazdins, L., & Broom, D. H. (2004). Acts of love (and work): Gender imbalance in emotional work and women's psychological distress. *Journal of Family Issues*, 25(3), 356–378. <https://doi.org/10.1177/0192513X03257413>
- Tang, N., Pei, M., Xie, L., Liang, X., Hu, J., & Gao, Y. (2023). Relationship between dyadic coping with anxiety and depression in infertile couples: Gender differences and dyadic interaction. *Psychology Research and Behavior Management*, 16, 4909–4919. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S437808>
- Thompson, L., & Walker, A. J. (1989). Gender in families: Women and men in marriage, work, and parenthood. *Journal of Marriage and the Family*, 51(4), 845–871. <https://doi.org/10.2307/353201>
- Twenge, J. M., Campbell, W. K., & Foster, C. A. (2003). Parenthood and marital satisfaction: A meta-analytic review. *Journal of Marriage and Family*, 65(3), 574–583. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00574.x>
- van Hooff, J. H. (2011). Rationalising inequality: Heterosexual couples' explanations and justifications for the division of housework along traditionally gendered lines. *Journal of Gender Studies*, 20(1), 19–30. <https://doi.org/10.1080/09589236.2011.542016>
- Vedes, A., Nussbeck, F. W., Bodenmann, G., Lind, W., & Ferreira, A. (2013). Psychometric properties and validity of the Dyadic Coping Inventory in Portuguese.

- Swiss Journal of Psychology*, 72(3), 149–157. <https://doi.org/10.1024/1421-0185/a000108>
- Velotti, P., Balzarotti, S., Tagliabue, S., English, T., Zavattini, G. C., & Gross, J. J. (2016). Emotional suppression in early marriage: Actor, partner, and similarity effects on marital quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 33(3), 277–302. <https://doi.org/10.1177/0265407515574466>
- Verhofstadt, L. L., & Devoldre, I. (2012). Observed support provision in couples: The influence of biological sex and gender identity. *Social Behavior and Personality*, 40(1), 175–176. <https://doi.org/10.2224/sbp.2012.40.1.175>
- Vingerhoets, A. J. J. M., & Heck, G. L. V. (1990). Gender, coping and psychosomatic symptoms. *Psychological Medicine*, 20(1), 125–135. <https://doi.org/10.1017/S0033291700013301>
- Vismara, L., Rollè, L., Agostini, F., Sechi, C., Fenaroli, V., Molgora, S., Neri, E., Prino, L. E., Odorisio, F., Trovato, A., Polizzi, C., Brustia, P., Lucarelli, L., Monti, F., Saita, E., & Tambelli, R. (2016). Perinatal parenting stress, anxiety, and depression outcomes in first-time mothers and fathers: A 3- to 6-months postpartum follow-up study. *Frontiers in Psychology*, 7, 938. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00938>
- Walzer, S. (1996). Thinking about the baby: Gender and divisions of infant care. *Social Problems*, 43(2), 219–234. <https://doi.org/10.2307/3096999>
- Weiss, R. S. (1985). Men and the Family. *Family Process*, 24(1), 49–58. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1985.00049.x>
- Westman, M. (2011). The impact of stress on the individual, the dyad and the team. *Stress and Health*, 27(3), 177–180. <https://doi.org/10.1002/smi.1419>
- Zemp, M., Milek, A., Cummings, E. M., & Bodenmann, G. (2017). Longitudinal interrelations between dyadic coping and coparenting conflict in couples. *Journal of Child and Family Studies*, 26(8), 2276–2290. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0742-4>
- Zemp, M., Nussbeck, F. W., Cummings, E. M., & Bodenmann, G. (2017). The spillover of child-related stress into parents' relationship mediated by couple communication. *Family Relations*, 66(2), 317–330. <https://doi.org/10.1111/fare.12244>

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Mittelwerte der DCI-Scores für Männer und Frauen für die Hypothesen H1.1, H1.5 und H1.6	41
Abbildung 2: Mittelwerte des Stressempfindens in Abhängigkeit von Gender (männlich, weiblich) und Art des Stressors (alltagsbezogen, kindbezogen).....	43
Abbildung 3: Mittelwerte der erlebten Unterstützung in Abhängigkeit von Gender (männlich, weiblich) und Art des Stressors (alltagsbezogen, kindbezogen)	44
Abbildung 4: Mittelwerte der beobachteten SK, PDC, GDC, DDC, NDC sowie der summierten positiven DC-Formen in Abhängigkeit von Gender (männlich, weiblich) und Art des Stressors (alltagsbezogen, kindbezogen).....	46

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Deskriptive Statistiken der drei Stichproben.....	29
Tabelle 2: Mittelwerte und Standardabweichungen der DCI-Scores in Abhängigkeit von Gender (männlich, weiblich) und Pearson-Korrelationskoeffizienten der gepaarten Messwerte	37
Tabelle 3: Mittelwerte und Standardabweichungen des Stressempfindens und der erlebten Unterstützung in Abhängigkeit von Gender (männlich, weiblich) und Art des Stressors (alltagsbezogen, kindbezogen)	38
Tabelle 4: Mittelwerte und Standardabweichungen der kodierten DC-Formen in Abhängigkeit von Gender (männlich, weiblich) und Art des Stressors (alltagsbezogen, kindbezogen).....	39
Tabelle 5: Mittelwerte, Standardabweichungen, Pearson-Korrelationskoeffizienten der gepaarten Messwerte und Ergebnisse der gepaarten t-Tests für DCI-Scores von Männern und Frauen.....	40

Abstracts

Abstract deutsch

Die vorliegende Masterarbeit untersucht genderspezifische Unterschiede im dyadischen Coping von Elternpaaren bei alltags- und kindbezogenen Stressoren. Im Zentrum stehen Unterschiede in der Anwendung dyadischer Copingformen, dem subjektiven Stressempfinden und der erlebten Unterstützung in Abhängigkeit von Gender und Art des Stressors. Vor dem Hintergrund der ungleichen Verteilung von Care-Arbeit zugunsten von Männern wird beleuchtet, wie partnerschaftliche Stressbewältigung in Elternbeziehungen gendertypisch geprägt ist. Die Studie kombiniert Selbst- und Fremdeinschätzungen aus dem Dyadischen Coping Inventar (DCI), Verhaltensbeobachtungen dyadischer Stressgespräche sowie State-Fragebögen zur Stress- und Unterstützungseinschätzung. Insgesamt nahmen 70 Eltern (35 mixed-gender Paare) an der Online-Erhebung teil. Für die State-Erhebung wurden 26 Paare im Labor untersucht, wovon für 7 Paare die vollständigen Beobachtungsdaten mithilfe des Kodiersystems zur Erfassung von Stressäußerungen und dyadischem Coping analysiert wurden. Die Ergebnisse zeigen, dass Frauen häufiger Stress kommunizieren, sowohl laut Selbst- und Fremdeinschätzung als auch in den Beobachtungsdaten. Männer berichten, dass ihre Partnerinnen häufiger positives supportives dyadisches Coping zeigen. Alltagsbezogene Stressoren gingen mit höherem Stressempfinden und mehr Stresskommunikation einher, während bei kindbezogenen Themen vermehrt gemeinsames dyadisches Coping beobachtet wurde. Dies weist auf kooperativere Bewältigungsprozesse in diesem Kontext hin. Die Ergebnisse unterstützen teilweise genderspezifische Muster im elterlichen dyadischen Coping und liefern empirische Hinweise auf themenspezifische Unterschiede in den Copingprozessen sowie differenzielle Belastungswirkungen spezifischer Stressoren. Zukünftige Forschung sollte untersuchen, wann gemeinsames dyadisches Coping auch in alltagsbezogenen Kontexten gelingt, wann paarexterne Ressourcen notwendig werden und wie sich Coping- und Reaktionsmuster zwischen Eltern- und Nicht-Elternpaaren unterscheiden. Die Erkenntnisse dieser Arbeit bieten Ansatzpunkte für gezielte, gendersensible Präventions- und Interventionsansätze in der Paar- und Familienberatung.

Stichwörter: dyadisches Coping, Elternpaare, Genderunterschiede, alltagsbezogene Stressoren, kindbezogene Stressoren, Mental Load, Care-Arbeit, Verhaltensbeobachtung

Abstract englisch

This master's thesis examines gender-specific differences in dyadic coping among parental couples when dealing with everyday and child-related stressors. The focus lies on differences in the use of dyadic coping strategies, subjective stress perception, and perceived support, depending on gender and the type of stressor. Against the backdrop of the unequal distribution of care work in favor of men, the study explores how stress is managed within partnerships and how these coping processes are shaped by gender roles in parenthood. The research combines self- and partner-rating from the Dyadic Coping Inventory (DCI), behavioral observations of dyadic stress conversations, as well as state questionnaires on stress and support. A total of 70 parents (35 mixed-gender couples) participated in the online survey. For the state assessment, 26 couples took part in the lab sessions, of which the complete observational data for 7 couples were analyzed using the coding system for expressions of stress and dyadic coping. Results show that women communicate stress more frequently, according to both self- and partner-rating as well as behavioral data. Men reported that their partners provided more positive supportive dyadic coping. Everyday stressors were associated with higher subjective stress and more stress communication, whereas child-related stressors were more often met with common dyadic coping. This may indicate more cooperative coping processes in this context. The findings partially support gender-specific patterns in parental coping and provide empirical evidence for thematic differences in coping processes as well as differential strain effects of specific stressors. Future research should explore under which conditions common dyadic coping can succeed in everyday contexts, when external support is needed, and how coping patterns differ between parents and non-parents. The findings provide valuable implications for gender-sensitive prevention and counseling in couple and family settings.

Keywords: dyadic coping, parental couples, gender differences, everyday stressors, child-related stressors, mental load, care work, behavioral observation

Anhang: Kodiersystem zur Erfassung von Stressäußerungen und dyadischem Coping

Zur Erfassung von Stressäußerungen und dyadischem Coping werden folgende Codes vergeben:

- 1 = Stressäußerungen
- 2 = Positives supportives DC
- 3 = Aufmerksames, interessiertes Zuhören/ Nachfragen
- 4 = Delegiertes DC
- 5 = Gemeinsames DC
- 6 = Negatives DC
- 0 = Neutrales Verhalten
- 99 = Missings

Das Kodierungsintervall beträgt 10 Sekunden.

- Tritt innerhalb dieses Zeitfensters ein Verhalten auf, wird es unabhängig von seiner Dauer nach einem der 8 Codes kodiert.
- Pro 10 Sekunden Intervall wird nur 1 der 8 möglichen Codes vergeben.
- Die Startsequenz wird immer als Neutrales Verhalten (0) kodiert.

Es wird pro Person kodiert, d. h. jedes Video wird einmal mit Fokus auf Partner*in 1 und einmal mit Fokus auf Partner*in 2 kodiert.

Hierarchisierungen bei der Kodierung:

- Treten innerhalb der 10 Sekunden mehrere unterschiedliche Verhaltensweisen der gleichen Person auf, wird mit Hinblick auf die Dauer des Verhaltens abgewogen, welcher Code vergeben wird.
- Ausnahmen sind:
 - Aufmerksames, interessiertes Zuhören/ Nachfragen (3)
 - Neutrales Verhalten (0)
 - Missings (99)

Die Codes 1, 2, 4, 5 und 6 werden somit vor dem aufmerksamen, interessierten Zuhören/ Nachfragen (3), dem neutralen Verhalten (0) und Missings (99) priorisiert. D. h. auch wenn 3, 0 oder 99 in einer Sequenz länger gezeigt wird als Stressäußerungen (1) oder eine DC-Form (2, 4, 5, 6), wird einer der Codes 1, 2, 4, 5 oder 6 vergeben.

DYADISCHES COPING BEI ELTERNPAAREN

- Werden in einer Sequenz sowohl Stressäußerungen (1) als auch eine DC-Form (2, 4, 5, 6) gezeigt, wird die DC-Form kodiert.

Code	Titel	Kurze Erklärung
1	Stressäußerung	Verbale oder nonverbale an den*die Partner*in gerichtete Äußerungen, die einen expliziten, impliziten oder latenten Aufforderungscharakter haben, Unterstützung zu erhalten
2	Positives supportives DC	Problem- und emotionsbezogene, verbale oder nonverbale Unterstützungshandlungen eines*r Partners*in zugunsten des*der anderen Partners*in, ohne dass die Bewältigungsarbeit ganz abgenommen wird
3	Aufmerksames, interessiertes Zuhören/ Nachfragen	Interesse und Empathie zeigen, zugewandt sein, Raum für Stressdruck und zum Erzählen geben, Fokus auf Erlebensexploration
4	Delegiertes DC	Problembezogene Bewältigung der belastenden Situation wird von unterstützendem*r Partner*in ganz übernommen und so zu entlasten versucht, nachdem der*die gestresste*r Partner*in explizit darum nachgesucht hat
5	Gemeinsames DC	Bewältigungsversuche die aufgrund dyadenrelevanter Ziele beide Partner*innen in einen symmetrischen oder komplementären DC-Prozess involvieren
6	Negatives DC	Supportive Bemühungen mit verbaler, paraverbaler oder nonverbaler negativer Konnotation, also mit einer feindseligen, ambivalenten oder floskelhaften Komponente
0	Neutrales Verhalten	Verhaltensweisen, in denen weder Stressäußerungen noch DC gezeigt wird
99	Missings	z. B. technische Panne, niemand im Bild, Inhalt nicht verstanden

DYADISCHES COPING BEI ELTERNPAAREN

Die Codedefinitionen basieren auf dem *Kodiersystem zur Erfassung des dyadischen Copings* (SEDC; Bodenmann, 2012), dem *Dyadischen Coping Inventar* (Bodenmann, 2008) sowie Inhalten aus *Stress und Coping bei Paaren* (Bodenmann, 2000).

Die im vollständigen Kodiersystem erläuterten Details zur weiteren Verhaltenskategorisierung dienen lediglich dem besseren Verständnis der Verhaltenskategorien und als Hilfestellung bei der Kodierung der 8 Hauptcodes. Die detaillierte Kategorisierung wird nicht in den Codes abgebildet.

Aus urheberrechtlichen Gründen wird in der vorliegenden Arbeit auf die vollständige Aufschlüsselung der einzelnen Codes verzichtet.