

MASTERARBEIT | MASTER'S THESIS

Titel | Title

Stresst uns nicht?!

Die Auswirkungen von elterlicher Stressbewältigung auf die
Partnerschaftszufriedenheit und das kindliche Wohlbefinden

verfasst von | submitted by

Paula Marie Gürtler BSc

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

Dankaussagung

Ich danke Frau Univ.-Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Martina Zemp für ihre fachliche Betreuung und ihr Engagement in der Forschungsgruppe, durch die diese Arbeit erst ermöglicht wurde. Mein besonderer Dank gilt Amos-Silvio Friedrich, BSc, MSc für seine kontinuierliche Unterstützung sowie seine motivierenden Worte während des Schreibprozesses und bei allen Fragen und Unklarheiten.

Ebenfalls möchte ich mich bei Sophie und Schorsch für ihre Unterstützung beim Korrekturlesen der Arbeit bedanken.

Ganz besonders danke ich Albert, der immer an mich geglaubt hat – selbst dann, wenn ich an mir gezweifelt habe – und der mich während des gesamten Prozesses mit Rückhalt, Wertschätzung und Zuneigung begleitet hat.

Abschließend bedanke ich mich bei allen Eltern, die an Forschung teilnehmen und durch ihre persönlichen Einblicke wissenschaftliche Erkenntnisse erst ermöglichen.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	3
Psychologische Konzeptionen von Stress - ein theoretischer Überblick	3
Stressbewältigung.....	5
Individuelles Coping: Einordnung und Klassifizierung.....	5
Individuelle Copingstrategien und ihre Bedeutungen für das Wohlbefinden	6
Dyadisches Coping: Stressbewältigung zu zweit.....	8
Individuelles und dyadisches Coping im Vergleich.....	10
Auswirkungen von Stress und Stressbewältigung auf die Partnerschaftszufriedenheit...	11
Elternstress	14
Auswirkungen von Elternstress auf die Eltern.....	14
Auswirkungen von Elternstress auf das Kind	16
Stressbewältigung bei Eltern.....	17
Zielsetzung der Arbeit.....	19
Fragestellung und Hypothesen	20
Fragestellung F1	20
Fragestellung F2	20
Fragestellung F3	21
Fragestellung F4	21
Fragestellung F5 und Fragestellung F6	21
Methode.....	21
Studiendesign	21
Stichprobe.....	22
Erhebungsinstrumente	23
Demografische Angaben	23
Allgemeiner Stress	24
Elternstress	24
Dyadisches Coping.....	24
Individuelles Coping	25
Partnerschaftszufriedenheit	26
Einschätzung des kindlichen Wohlbefindens.....	26
Statistische Auswertung	26
.....	27
Ergebnisse	28

Deskriptive Statistik	28
Hypothesenprüfung	28
Dyadisches Coping und Partnerschaftszufriedenheit (F1)	31
Dyadisches Coping und kindliches Wohlbefinden (F2)	31
Individuelles Coping und Partnerschaftszufriedenheit (F3).....	31
Individuelles Coping und kindliches Wohlbefinden (F4)	33
Gemeinsamer Beitrag von individuellem und dyadischem Coping (F5 & F6).....	33
Explorative Analyse: Multiple lineare Regression.....	33
Diskussion	36
Limitationen	44
Praktische Implikationen.....	47
Konklusion	50
Literaturverzeichnis.....	51
Abbildungsverzeichnis	62
Tabellenverzeichnis.....	63
Abstracts.....	64
Abstract (deutsch)	64
Abstract (english)	65

Einleitung

Der Übergang in die Elternschaft gilt oftmals als Lebensphase, die überwiegend mit Freude und positiven Erfahrungen verbunden ist, gleichzeitig jedoch mit vielfältigen neuen Aufgaben und Herausforderungen einhergeht. Während einige Eltern das Elternsein als Bereicherung empfinden, sehen sich andere durch die neuen Anforderungen stark belastet. Wie die Elternrolle wahrgenommen wird, hängt mitunter vom Stress ab, den Eltern in Bezug auf eben diese Rolle erleben (Deater-Deckard, 2004; Nelson et al., 2014). Die American Psychological Association (APA, 2024) veröffentlichte im vergangenen Jahr die Ergebnisse einer zehnjährigen Längsschnittstudie, in der Stresslevel von Eltern mit denen kinderloser Personen verglichen wurden. Eltern mit Kindern, die jünger als 18 Jahre alt waren, zeigten durchgehend höhere Stresswerte als kinderlose Personen. In den letzten Jahren gaben über 30% der befragten Eltern kritische Stresswerte an (APA, 2024). Ähnliche Ergebnisse für elterlichen Stress im Kontext der Elternrolle wurden in einer deutschen Studie publiziert (KKH Kaufmännische Krankenkasse, 2024). Über 65% der befragten Personen berichteten, sich im Hinblick auf die elterlichen Anforderungen erschöpft oder ausgebrannt zu fühlen. Die Umfrage zeigte außerdem einen konstanten Anstieg des elterlichen Stressniveaus in den letzten Jahren (KKH Kaufmännische Krankenkasse, 2024). Chronischer elterlicher Stress fördert Gefühle von Hilflosigkeit und Ohnmacht, welche wiederum das Risiko für Depressionen, Angststörungen und Burnout erhöhen (Mikolajczak et al., 2021). Zudem betrifft elterlicher Stress nicht nur die einzelnen Elternteile, sondern wirkt sich auch auf familiäre Strukturen aus. So zeigt beispielsweise eine Längsschnittstudie während der Corona-Pandemie, dass Stress von Eltern auch das kindliche Wohlbefinden und innerfamiliäre Beziehungen negativ beeinflusst (Essler et al., 2024). Die Familienpsychologie widmet sich daher zu einem substanziellen Teil dem Verständnis von kurz- und langfristigen Auswirkungen von elterlichem Stress bezogen auf die Elternrolle, auf die Elternteile und auf das Familiensystem. Die vorliegende Arbeit ordnet sich hier ein und untersucht, wie Elternstress und die elterliche Stressbewältigung, sowohl auf individueller als auch auf dyadischer Ebene, mit der Partnerschaftszufriedenheit und dem kindlichen Wohlbefinden zusammenhängen.

Psychologische Konzeptionen von Stress - ein theoretischer Überblick

Der Begriff Stress wurde Anfang des 20. Jahrhunderts aus seiner ursprünglich technisch-physikalischen Bedeutung gelöst und in den Kontext physiologischer und psychologischer Prozesse integriert (Kury, 2012). Die darauf aufbauenden Stresstheorien aus den psychopathologischen, soziologischen und medizinischen Bereichen definierten Stress grundsätzlich aus einem eindimensionalen und allgemeingültigen Blickwinkel. In den 1950er-

Jahren verschob die Forschungsgruppe unter Lazarus die Konzeption des Stressbegriffs weg von einer rein behavioristisch beschränkten Perspektive, im Sinne einer simplen Reiz-Reaktionskette, hin zu einem komplexen, multidimensionalen Konstrukt (Lazarus, 1993b; Robinson, 2018). Das *transaktionale Stressmodell* (TSM) von Lazarus und Folkman (1984) stellt bis heute ein Stressmodell dar, welches die Relevanz von externen, aber auch internen Bewertungsprozessen bei der Entstehung von Stress betont. Demnach ist Stress das Resultat einer primären Einschätzung (*primary appraisal*), welche die Anforderungen einer Situation beschreibt, und einer sekundären Einschätzung (*secondary appraisal*), welche die verfügbaren Bewältigungsressourcen zur Kontrollierbarkeit der Situation in den Einschätzungsprozess inkludiert. Beide Prozesse beeinflussen sich wechselseitig. Die anschließende Neubewertung (*reappraisal*) untersucht die Effektivität der verwendeten Bewältigungsstrategie zur Stressreduktion. Stress ist somit das Produkt einer unzureichenden Anpassung an als belastend wahrgenommene Umweltfaktoren, welche die persönlichen Bewältigungsressourcen einer Person übersteigen (Dijkstra & Homan, 2016; Lazarus, 1993b; Lazarus & Folkman, 1984; Reif & Spieß, 2018). Das TSM stellt ein Modell zur Erklärung von Stress dar, dass neben den Eigenschaften der Stressoren auch intra- und interindividuelle sowie kognitiv-motivationale Faktoren für die Entstehung und Aufrechterhaltung von Stress beachtet. Das Modell zeichnet sich durch seine Komplexität aus, da: (a) dieselbe Situation von mehreren Personen unterschiedlich belastend wahrgenommen wird und (b) dieselbe Person dieselbe Situation zu unterschiedlichen Zeitpunkten anders bewerten kann. Wenn Stressoren, aufgrund von potenziellen internen oder externen Defiziten, als bedrohlich erlebt werden, führen sie zu negativen Gefühlen. Dennoch haben herausfordernde Stressoren, beispielsweise der Übergang in die Elternschaft, nicht zwangsläufig schädliche Auswirkungen, sondern können bei erfolgreicher Bewältigung auch zu positiven Emotionen führen. Daraus folgt der Schluss, dass nicht der Stressor allein, sondern auch der Kontext und die Bewältigungsfähigkeiten, die das Individuum für den Abbau von Stress besitzt, eine wichtige Rolle für die Aufrechterhaltung von Stress spielen können (Heinrichs et al., 2015; Lazarus, 1993b; Lazarus & Folkman, 1984; Reif & Spieß 2018).

Ein dauerhaft erhöhtes Stresslevel stellt ein erhebliches Gesundheitsrisiko dar, da es mit verschiedenen somatischen Erkrankungen wie kardiovaskulären und metabolischen Störungen, einer Suppression des Immunsystems und zahlreichen psychischen Erkrankungen, darunter Substanzmissbrauch, Angststörungen und Depressionen in Verbindung gebracht werden kann (Ernst et al., 2022; Esch et al., 2002; Gerber & Schilling, 2016).

Zusammengefasst löst nicht jeder Stressor langfristigen Stress aus, sondern kann vielmehr, nach erfolgreicher Stressbewältigung, auch zu positiven Emotionen führen. Bei unerfolgreicher Stressbewältigung oder dauerhafter Konfrontation mit Stressoren wird das Stresserleben verstärkt und stressassoziierte körperliche und psychische Reaktionen können sich chronifizieren.

Stressbewältigung

Ein Ungleichgewicht zwischen der primären und sekundären Einschätzung führt zu Stress. Das TSM führt in diesem Kontext die Stressbewältigung (*Coping*) an. Stressbewältigung soll das erlebte Ungleichgewicht zwischen wahrgenommener Herausforderung und verfügbaren Bewältigungsressourcen möglichst reduzieren und ist somit immer mit einem Aufwand persönlicher interner und/oder externer Ressourcen verbunden. Die Stressbewältigung hat einen maßgeblichen Einfluss auf die Konsequenzen eines Stressors und ist ebenfalls als dynamischer und kontextuell abhängiger Prozess zu betrachten (Dijkstra & Homan, 2016; Folkman & Lazarus, 1991; Lazarus, 1993b; Lazarus & Folkman, 1984).

Der folgende Abschnitt erläutert die theoretischen Grundlagen und empirischen Befunde der individuellen und der dyadischen Stressbewältigung und diskutiert deren Relevanz im Kontext des individuellen Wohlbefindens und der Partnerschaftszufriedenheit.

Individuelles Coping: Einordnung und Klassifizierung

Individuelles Coping (IC) beinhaltet kognitive und/oder verhaltensbezogene Strategien, mit denen eine Person versucht, eine belastende Situation, die durch interne oder externe Stressoren ausgelöst wurde, zu verändern. Das TSM differenziert die Strategien hinsichtlich ihrer Funktionen grundlegend in problem- und emotionsfokussiertes Coping. Beim problemfokussierten Coping (*problem focused coping, PFC*; z.B. Planung, aktives Problemlösen) leitet das Individuum eine aktiv gestaltende Veränderung der stressauslösenden Situation ein. Der Stressor sowie die eigene Handlungsfähigkeit in der Situation werden somit zumindest als teilweise kontrollierbar eingeschätzt. Konflikte lassen sich beispielsweise durch Identifikation und Veränderung der auslösenden Ursache bewältigen. Beim emotionsfokussierten Coping (*emotion focused coping, EFC*; z.B. Humor, Ablenkung) wird versucht, das durch den Stressor entstandene emotionale Erleben zu restrukturieren. Der Fokus liegt also weniger auf einer aktiven Bewältigung der eigentlichen Problemsituation, sondern vielmehr auf einer Umstrukturierung der, durch den Stressor ausgelösten, negativen Emotionen. Neben Aufmerksamkeitsverschiebung oder dem Ausdruck negativer Gefühle, etwa durch Schreien, wird auch kognitives oder emotionales Fluchtverhalten aus der Situation, beispielsweise durch Vermeidung oder Substanzkonsum, dem EFC zugeordnet. PFC und EFC

werden nicht als abgegrenzte Konstrukte betrachtet, sondern beeinflussen sich vielmehr wechselseitig in ihrem Auftreten. So kann zum Beispiel die kurzfristige Ablenkung (EFC) von einer stressigen Situation das langfristige Lösen eines Problems (PFC) erleichtern. Die beiden Copingstrategien können sich jedoch auch gegenseitig beeinträchtigen. Je nach Effektivität der Copingstrategie wird das Stresserleben verringert oder verstärkt (Carver & Connor, 2010; Folkman & Moskowitz, 2000, 2004; Lazarus, 1993a, 1993b; Lazarus & Folkman, 1984; Reif & Spieß, 2018).

Eine alternative Klassifikation von Carver und Connor-Smith (2010) legt den Fokus weniger auf die prozessual-dynamischen Aspekte von IC, sondern vielmehr auf deren systematische Kategorisierung. Die Autor*innen unterscheiden zwischen annäherungsorientiertem (*engagement coping*) und vermeidungsorientiertem Coping (*disengagement coping*). Ein Individuum versucht demnach den Stressor und die daraus resultierenden Emotionen proaktiv zu bewältigen oder zu vermeiden. Die Copingstrategien werden somit hinsichtlich ihrer funktionalen Effektivität unterschieden. Zum annäherungsorientierten Coping zählt PFC und einige Facetten von EFC. Vermeidungsorientiertes Coping (*avoidant coping*, VC) ist eine Unterkategorie von EFC und umfasst alle EFC-Strategien, die eine direkte Konfrontation mit dem Stressor oder der durch ihn ausgelösten Emotion umgehen. Es wird davon ausgegangen, dass VC beim Individuum zu einem geringeren Kontrollgefühl in der Stresssituation führt und somit das Stresserleben langfristig erhöht wird, da keine aktiven Bemühungen zur Stressbewältigung eingeleitet werden (Carver, 1989, 1997; Carver & Connor-Smith, 2010; Dijkstra & Homan, 2016).

Die theoretischen Grundlagen verdeutlichen die Rolle von Copingstrategien für eine effektive Stressbewältigung. Copingstrategien sind komplexe kognitiv-dynamische Prozesse mit unterschiedlichen individuellen Eigenschaften hinsichtlich der angestrebten Stressbewältigung. Eine funktionelle Unterteilung in Annäherungs- und Vermeidungsverhalten hinsichtlich des Stressors erlaubt eine detailliertere Differenzierung von EFC. Die Auswirkungen der Copingstrategien für das Individuum sollen im Weiteren näher betrachtet werden.

Individuelle Copingstrategien und ihre Bedeutungen für das Wohlbefinden

IC ist ein komplexer Prozess, der neben den Charakteristiken des Stressors auch wesentlich von den Copingstrategien beeinflusst wird, die vom Individuum angewendet werden. Die Wahl der Copingstrategien wird wiederum von unterschiedlichen Faktoren wie beispielsweise der Persönlichkeit, der spezifischen Situation und dem sozialen Kontext bestimmt (Carver & Connor, 2010; Lazarus, 1993a). Da die Effekte von IC somit durch die

unterschiedlichen Umstände und individuellen Einschätzungen, in denen die Stressreaktion auftritt, variieren können, lassen sich grundsätzlich keine pauschalen Aussagen über die Wirksamkeit von Copingstrategien treffen. Eine Bewertung der Effizienz einer Strategie kann nicht isoliert, sondern nur durch eine Einbettung in den Gesamtkontext erfolgen (Biggs, 2017; Dijkstra & Homan, 2016; Fairfax et al., 2019). Dennoch zeigen sich in der Forschung konsistente Trends hinsichtlich der Effektivität der oben angeführten Copingstrategien (PFC, EFC, VC), die im Weiteren veranschaulicht werden sollen.

Annäherungsorientierte Copingstrategien, unter die alle PFC- und einige EFC-Strategien fallen, sind mit höherem Wohlbefinden assoziiert (Dijkstra & Homan, 2016). Studienergebnisse zeigen, dass PFC ein adaptives Verhalten darstellt, mit der Individuen Stress aktiv bewältigen können (Folkman & Moskowitz, 2004; Gloria & Steinhardt, 2016; Lazarus & Folkman, 1984). PFC führt vermehrt zu positiven Emotionen in stressigen Situationen (Folkman & Moskowitz, 2000), einer stärkeren Anpassungsfähigkeit (Chao, 2011; Hasselle et al., 2019) und ist mit einem höheren psychischen Wohlbefinden assoziiert (Chao, 2011). Die Studienlage hinsichtlich der Wirksamkeit von EFC ist gemischt. Eine mögliche Erklärung liegt in den unterschiedlichen Definitionen und Ausprägungen der EFC-Strategien. Werden die Strategien im Kontext der Annäherungs- beziehungsweise Vermeidungstendenz betrachtet, zeigt sich, dass annäherndes EFC, beispielsweise positive Umdeutung, effektive Stressbewältigung (Lazarus & Folkman, 1984) und positive Emotionen fördert (Gloria & Steinhardt, 2016). Andere Studien berichten gemischte Ergebnisse hinsichtlich der Auswirkung auf das psychische Wohlbefinden sowohl bei annäherungs- als auch vermeidungsorientiertem EFC (Nakano, 1991). Wiederrum andere Studien weisen auf positive Zusammenhänge zwischen EFC und erhöhter depressiver und ängstlicher Symptomatik hin (Jeong et al., 2024). VC wird im Forschungskontext weitgehend als maladaptive Copingstrategie betrachtet, da das Individuum weder versucht den Stressor noch dessen emotionale Konsequenzen aktiv zu verändern. Beim Individuum entsteht das Gefühl, machtlos über die Situation zu sein. Dieser Kontrollverlust führt langfristig zu einem erhöhten Stresserleben (Carver & Connor, 2010; Dijkstra & Homan, 2016). Studien zeigen, dass eine vermehrte Nutzung von VC zu einem niedrigeren Wohlbefinden führen kann (Dijkstra & Homan, 2016; Folkman & Moskowitz, 2004; Morgan et al., 2022), selbst wenn die Person gute soziale Unterstützung von außen erhält (Chao, 2011). Die Nutzung von VC in stressreichen Situationen ist außerdem mit unterschiedlichen psychopathologischen Symptomen, beispielsweise ängstlichen (Li et al., 2012) und depressiven (Hasselle et al., 2019; Jeong et al., 2024) assoziiert. Spezifische VC-

Strategien, in etwa Ablenkung durch Substanzen, wirken sich zusätzlich negativ auf das Individuum aus (Carver & Connor-Smith, 2010).

Die Untersuchung von Stress und Stressbewältigung wurde lange Zeit als individuumszentrierter Prozess betrachtet. Der Einfluss von Stress auf externe Systeme, wie zum Beispiel die Partnerschaft oder die Familie wurden dabei weitgehend vernachlässigt (Bodenmann & Perrez, 1991, 1992). Langfristige romantische Partnerschaften sind durch emotionale Intimität, gemeinsame Bedürfnisse und das gemeinsame Ziel, die Beziehung aufrechtzuerhalten, gekennzeichnet (Bodenmann, 2000). Vor diesem Hintergrund erscheint eine partnerschaftsübergreifende Betrachtung sinnvoll, da nicht nur das Individuum, sondern auch die Paardade von den Auswirkungen von Stress betroffen ist.

Dyadisches Coping: Stressbewältigung zu zweit

Die Annahme, dass Paare Stress nicht nur individuell, sondern auch gemeinsam bewältigen, ist im letzten Jahrzehnt als relevantes Thema in den Fokus der Paarpsychologie gerückt. Klar ist, dass Stress neben der individuellen Gesundheit auch soziale Interaktionen beeinflusst. Der dynamische Prozess der gegenseitigen Unterstützung bei Paaren zur Bewältigung von internen und externen Stressoren wird als *dyadisches Coping (DC)* bezeichnet (Bodenmann, 1995, 1997a, 2000). Derzeit gibt es unterschiedliche Ansätze und Theorien für DC bei Paaren. Ein in der Forschung gut etablierter Ansatz ist das *systemisch-transaktionale Modell (STM)* von Bodenmann (1997b), das im Folgenden vorgestellt werden soll.

Aus Ermangelung an geeigneten Klassifikationssystemen zur Auswertung von Interaktions- und Kommunikationsprozessen von Paaren unter Stress, etablierten Bodenmann und Kolleg*innen seit Anfang der 1990er Jahre einen systemisch-transaktionalen Ansatz. Dieser folgt der Annahme, dass Stress in romantischen Partnerschaften immer das Paarkonstrukt beeinflusst und sich somit auch individueller Stress auf den*die andere*n Partner*in auswirkt (Bodenmann, 1995, 1997a, 1997b, 2000, 2005; Bodenmann & Perrez, 1991, 1992). Ein direkter Stressor betrifft beide Partner*innen gleichermaßen oder entsteht innerhalb der Beziehung. Indirekte Stressoren sind externe Stressoren, in etwa Probleme am Arbeitsplatz, die durch den*die Partner*in in die Beziehung getragen werden, und den*die andere*n Partner*in indirekt belasten. Die Stressbewältigung von internen und externen Stressoren erfolgt nach Bodenmann (2000) in einem sogenannten Kaskadenmodell. Dieses postuliert, dass Stressbewältigung auf dyadische Ebene (DC) nur dann angeregt wird, wenn das IC einer Person nicht zu einem Abbau von Stress führt. Bleibt die Belastung weiterhin bestehen, werden externe Ressourcen, beispielsweise Freund*innen, konsultiert. Die Partner*innen werden bevorzugt zur Stressbewältigung herangezogen, da sie für das Individuum emotional

bedeutsam und in der Regel verfügbar sind. In der Praxis folgt die Präferenz jedoch keiner starren Hierarchie, sondern kann je nach Kontext variieren (Bodenmann, 1997a, 2000, 2005; Herzberg, 2013). DC wird durch die individuelle Stressäußerung eines*r Partners*in ausgelöst. Stressäußerungen sind in einem zweidimensionalen Kontext zu betrachten. Sie sind entweder emotions- beziehungsweise problembezogen oder verdeckt beziehungsweise offen ausgeprägt. Nachdem der*die andere Partner*in die Stresskommunikation wahrgenommen, dekodiert und interpretiert hat, erfolgt eine Reaktion im Sinne des DC. Wie der*die Partner*in auf die Stresskommunikation eingeht, hängt von mehreren Faktoren ab. Dazu zählen unter anderem die stabilen und kontextuellen Bewältigungsressourcen des*der Partners*in sowie die Motivation dem*der anderen Partner*in zu helfen. Diese wird wiederum auch durch die Partnerschaftszufriedenheit beeinflusst. Aufgrund der multiplen Einflussfaktoren, welche sich auf die Stresskommunikation zweier Partner*innen auswirken, gibt es vielfältige Reaktionsmöglichkeiten auf Stresssignale: Signale können von dem*der Partner*in nicht wahrgenommen werden, was einem Dekodierdefizit entspricht, von dem*der Partner*in bewusst ignoriert werden, bei dem*der Partner*in ebenfalls zu Stress führen oder Bewältigungsversuche im Sinne des DC anregen (Bodenmann, 1997a, 2000, 2005, 2008b; Bodenmann & Perrez, 1991).

Das STM unterscheidet zwischen vier Facetten von DC: *positives supportives dyadisches Coping*, *negatives dyadisches Coping*, *gemeinsames dyadisches Coping* und *delegiertes dyadisches Coping*. Angelehnt an das TSM sind die unterschiedlichen Copingstrategien problem- oder emotionsfokussiert ausgeprägt. Positives supportives DC beschreibt die problem- und/oder emotionsfokussierte Unterstützung des*der Partners*in bei der Stressbewältigung, ohne die Bewältigungsarbeit vollständig zu übernehmen. Beispiele für positives supportives DC sind Ratschläge, aktive Mithilfe bei der Ausführung von Aufgaben, Wertschätzung und Interesse am Stress des*der Partners*in. Negatives DC sind partnerschaftliche Reaktionen auf die Stressäußerungen, die hostile, ambivalent oder oberflächlich ausgeprägt sind. *Hostiles DC* kombiniert Unterstützungshandlungen mit gleichzeitig feindseligem, herabsetzendem, bagatellisierendem oder kritischem Verhalten. *Ambivalentes DC* beschreibt eine verlangsamte Unterstützung des*der Partners*in. Der Stress des*der Partners*in wird dabei oft als unnötig störend empfunden und der*die Partner*in in seiner*ihrer Überforderung als inkompetent eingeschätzt. *Floskelhaftes DC* umfasst jene Verhaltensweisen, die als unengagierte und inhaltsleere Bemühungen beschrieben werden können, dem*der Partner*in tatsächlich zu helfen. Diese haben äußerlich zwar einen supportiven Charakter, folgen jedoch keinem aufrichtigen Interesse, die Situation des*der

Partners*in zu verstehen oder die Stresssituation zu verändern. Alle Formen von negativen DC verfolgen nur eine geringe Unterstützungsmotivation. Zum gemeinsamen DC gehören Copingstrategien, die von beiden Partner*innen synergetisch angewendet werden. Beispiele für gemeinsames DC sind eine gerechte Aufgabenverteilung im Haushalt, gemeinsame Planung von Lösungsversuchen, gegenseitige Unterstützung und gemeinsame Aktivitäten zur Stressreduktion. Beim delegierten DC übernimmt ein*e Partner*in ganze Aufgabenblöcke, um den Stress bei der anderen Person zu reduzieren, ein Beispiel wäre die Übernahme der Hausarbeit (Bodenmann, 1997a, 2000, 2008a, 2008b; Bodenmann et al., 2006; Bodenmann & Perrez, 1991). Ziel von DC ist zunächst die Wiederherstellung des dyadischen Gleichgewichts, entweder durch die Nutzung der gemeinsamen Ressourcen (gemeinsames DC) oder die Unterstützung des*der Partners*in (positives DC, delegiertes DC) bei der Stressregulation. Erfolgreiches DC spricht sowohl instrumentelle als auch beziehungsbezogene Aspekte in romantischen Partnerschaften an. Durch positives DC werden nicht nur beide Partner*innen hinsichtlich des überwundenen Stressors entlastet, gleichzeitig wird das Wir-Gefühl (*We-ness*) – gemeint ist die Wahrnehmung, in schwierigen Situationen füreinander da zu sein – gefördert. Das Wir-Gefühl trägt vermehrt zu Sicherheits- und Zufriedenheitsgefühlen in romantischen Partnerschaften bei (Bodenmann, 2000, 2008a, 2008b).

Das DC von Paaren wirkt sich auf individuelle psychische und/oder physische Gesundheitsaspekte aus (Bodenmann, 2005; Randall & Bodenmann, 2009; Staff et al., 2017). Da DC sowohl positiv als auch negativ ausgeprägt sein kann, stellt es für das Individuum als auch für die Paardiyade sowohl eine Ressource als auch einen Risikofaktor dar. Positives DC fördert die Lebenszufriedenheit (Bodenmann, 2000; Falconier & Kuhn, 2015), verbessert das physische Wohlbefinden und die individuelle Belastbarkeit (Falconier & Kuhn, 2019; Staff et al., 2017) und ist förderlich bei der Bewältigung und Heilung von Krankheiten (Falconier & Kuhn, 2019). Negatives DC ist mit einem geringen emotionalen Wohlbefinden (Rusu et al., 2015), häufigeren psychopathologischen Symptomen (Falconier & Kuhn, 2019; Landlot et al., 2023; Staff et al., 2017) und einer geringeren Lebenszufriedenheit assoziiert (Bodenmann, 2000).

Individuelles und dyadisches Coping im Vergleich

Sowohl IC als auch DC stellen zwei relevante Konzepte der Stressforschung dar, die nachfolgend gegenübergestellt werden. Das TSM ist ein validiertes Modell zur Kategorisierung von individuellen Copingstrategien. Stress und Coping werden nicht mehr als reine Reiz-Reaktionsprozesse beschrieben, sondern hinsichtlich individueller Valenz, kontextueller Faktoren sowie persönlicher Bewältigungskompetenzen untersucht. IC ist die Reaktion eines

Individuums auf komplexe, durch einen Stressor ausgelöste, kognitive Bewertungsprozesse. IC wird durch den Stressor selbst und durch die individuelle Einschätzung der eigenen Bewältigungsressourcen beeinflusst (Bodenmann, 2000; Lazarus, 1993a, 1997a). Eine rein individuelle Betrachtung von Stress und Coping vernachlässigt den Einfluss auf externe Systeme, beispielsweise die Auswirkung von individuellem Stresserleben auf die Partnerschaft. Eine Erweiterung des Stressbewältigungskonzepts, die über subjektive Prozesse hinausgeht und dem systemisch-transaktionalen Ansatz folgt, berücksichtigt die wechselwirkenden Mechanismen von Paaren bei der Entstehung und Bewältigung von Stress. Stress in romantischen Partnerschaften betrifft beide Partner*innen entweder direkt, durch einen gemeinsamen Stressor, oder indirekt, indem ein*e Partner*in seinen*ihren Stress auf die Beziehung überträgt. Als Resultat entsteht ein Ungleichgewicht im romantischen System. Sowohl IC als auch DC verfolgen das Ziel, den Stressor und die dadurch ausgelösten negativen Gefühle zu bewältigen und somit die individuelle Homöostase wiederherzustellen. Ein weiteres Ziel von DC ist außerdem eine Verstärkung des Wir-Gefühls, des Wohlbefindens in der gemeinsamen romantischen Partnerschaft und somit die Wiederherstellung der dyadischen Synergie (Bodenmann, 2000, 2008b; Bodenmann & Perrez, 1991).

Zusammengefasst lässt sich Stressbewältigung in Paarbeziehungen sowohl auf individueller als auch auf dyadischer Ebene verorten. Wie sich diese Prozesse potenziell wechselseitig ergänzen, wurde in der bisherigen Forschung nur unzureichend untersucht. Angelehnt an das Kaskadenmodell kann davon ausgegangen werden, dass IC und DC unabhängig voneinander ablaufen, zugleich jedoch in einem dynamischen Interaktionszusammenhang stehen (Bodenmann, 2000; Herzberg, 2013; Papp & Witt, 2010). Der aktuelle Forschungsstand deutet darauf hin, dass annäherungsorientiertes IC mit positivem DC assoziiert ist und vermeidendes IC mit negativem DC zusammenhängt (Bodenmann, Perrez et al. 1996; Falconier & Kuhn, 2015; Papp & Witt, 2010). Es wird deutlich, dass IC und DC sowohl einzeln als auch in Bezug auf mögliche Wechselwirkungen umfassend untersucht werden sollten. Stress und Coping können das individuelle Wohlbefinden beeinflussen. Ein weiterer zentraler Bereich sind die Auswirkungen von Stress und Stressbewältigung auf romantische Beziehungen.

Auswirkungen von Stress und Stressbewältigung auf die Partnerschaftszufriedenheit

Romantische Beziehungen beeinflussen die individuelle psychische Gesundheit, wobei nicht allein das Bestehen einer Beziehung, sondern vielmehr ihre Qualität von Bedeutung ist (Braithwait & Holt-Lunstad, 2017). Romantische Partnerschaften stellen ein spezielles Beziehungssystem dar, dass unter anderem durch hohe Intimität und Privatisierung des

Lebensraums bestimmt wird (Bodenmann, 2000). Daraus folgt, dass sich erlebter Stress direkt oder indirekt negativ auf die Paardyade auswirken kann. Gleichzeitig muss davon ausgegangen werden, dass problematische Partnerschaften, die sich durch Interaktions- und Kommunikationsdifferenzen auszeichnen, ein höheres Stresserleben beim Individuum erzeugen (Bodenmann, 1995). Da die Partnerschaftszufriedenheit ein zentrales Kriterium für die Bewertung von Paarbeziehungen darstellt, sollen die Einflüsse von Stress, IC und DC auf die Partnerschaftszufriedenheit dargelegt werden. Unter Partnerschaftszufriedenheit wird dabei die subjektive Zufriedenheit einer Person mit ihrer Beziehung und ihrem*ihrer Partner*in verstanden (Bodenmann, 2000).

Empirische Studien belegen, dass (alltäglicher) Stress ein signifikanter Prädiktor für eine geringere Partnerschaftszufriedenheit darstellt (Bodenmann, 1995, 2000, 2008a; Randall & Bodenmann, 2009, 2017) und langfristig zu einer Verschlechterung der Paarbeziehung führt (Randall & Bodenmann, 2009). Dieser Effekt kann sowohl direkt als auch indirekt interpretiert werden. Der direkte Einfluss beschreibt die negative Korrelation zwischen der Partnerschaftszufriedenheit und einem hohen Stressniveau und äußert sich beispielsweise durch Rückzugsverhalten der gestressten Person (Bodenmann, 2000, 2010). Der indirekte Effekt zeigt sich unter anderem durch den negativen Einfluss von Stress auf die dyadische Kommunikation von Paaren (Bodenmann, 1995, 2000, 2010; Ledermann et al., 2010). Studienergebnisse belegen, dass bei gestressten Paaren weniger positive Kommunikationsmuster, beispielsweise empathisches Zuhören (Bodenmann, 2008a), und vermehrt streitlustiges Verhalten sowie verbale, nonverbale und paraverbale Negativität (Bodenmann 1995, 2008a; Bodenmann, Meuwly et al., 2010) auftreten. Die daraus entstehenden Kommunikationsprobleme können das Zufriedenheitsgefühl in der Partnerschaft indirekt verringern, da sich die Personen möglicherweise durch die (non-)verbalen Verhaltensmuster des*der Partners*in nicht ernst genommen und unterstützt fühlen.

Studien zeigen, dass ein adaptiver Umgang mit Stress – sowohl auf individueller als auch dyadischer Ebene – destruktiven, durch den Stress ausgelösten, Kommunikationsmustern entgegenwirken und langfristig zu einer höheren Partnerschaftszufriedenheit beitragen kann (Bodenmann, 2010; Falconier & Kuhn, 2015; Lee & Ng, 2023). Annäherungsorientiertes IC (PFC und EFC) ist mit höherer und vermeidendes IC (VC) mit niedrigerer Partnerschaftszufriedenheit assoziiert (Bodenmann, 2000; Bodenmann & Cina, 2006; Papp & Witt, 2010). Der Einsatz von PFC oder EFC führt zu einer Reduktion der verbalen Aggressionsbereitschaft bei gestressten Paaren, wohingegen VC adaptive Streitkompetenzen, beispielsweise empathisches Zuhören, hemmt (Bodenmann, Perrez et al., 1996; Bodenmann,

Meuwly et al., 2010). Das IC einer Person kann zusätzlich auch das IC des*der Partners*in beeinflussen, in dem es spezifische Copingstrategien entweder unterdrückt oder begünstigt. So kann beispielsweise dauerhaftes vermeidendes Verhalten, ähnliche Muster bei dem*der Partner*in hervorrufen (Falconier & Kuhn, 2019). Befunde aus Studien legen nahe, dass positives DC einen Puffer für den negativen Effekt von Stress auf die Partnerschaftszufriedenheit darstellt (Bodenmann, 2000; Charvoz et al., 2003). Positives DC fördert konstruktivere Stresskommunikation von Paaren. Darüber hinaus werden durch die geteilte Stressbewältigung und somit die gegenseitige Unterstützung des*der Partners*in Intimitäts- und Verbundenheitsgefühle (Wir-Gefühl) gefördert (Falconier & Kuhn, 2015, 2019). Einige empirische Längsschnittstudien zeigen außerdem, dass positives DC ein Prädiktor für die langfristige Qualität und Stabilität von Beziehungen ist (Bodenmann, 1995, 2000; Bodenmann & Cina, 2000, 2006). Die gegenseitige konstruktive Unterstützung in Stresssituationen und ein stabiles Wir-Gefühl sind zentrale Faktoren für die Zufriedenheit in Partnerschaften. Während positives DC somit einen relevanten Prädiktor für die Partnerschaftszufriedenheit darstellt (Bodenmann, 2000; Bodenmann & Cina, 2006, Bodenmann et al., 2006; Falconier & Kuhn, 2015, 2019; Herzberg, 2013; Papp & Witt, 2010; Staff et al., 2017), hängt negatives DC mit erhöhtem aggressivem Verhalten gegenüber dem*der Partner*in zusammen (Bodenmann, Meuwly et al., 2010). Die Bereitschaft den*die Partner*in tatsächlich bei der Stressbewältigung zu unterstützen ist drastisch reduziert, wodurch sowohl das Stresserleben verstärkt, aber auch die Intimitäts- und Sicherheitsgefühle des*der Partners*in angegriffen werden (Bodenmann, 2000). Darüber hinaus ist negatives DC mit weniger Leidenschaft und zärtlichem Verhalten (Falconier & Kuhn, 2019) und mit einer niedrigeren Partnerschaftszufriedenheit und -stabilität assoziiert (Bodenmann, 2000; Bodenmann et al., 2006; Falconier & Kuhn, 2015). Eine höhere Partnerschaftszufriedenheit geht zusammengefasst mit einer verstärkten Nutzung von positivem DC einher, gleichzeitig trägt positives DC tendenziell zu einer höheren Partnerschaftszufriedenheit bei. Im Gegensatz dazu zeigen unzufriedene Paare vermehrt negatives DC, was wiederum eine weitere Abnahme der Partnerschaftszufriedenheit begünstigt.

Neben IC spielt somit auch das DC von Paaren eine relevante Rolle für das individuelle Wohlbefinden und die Partnerschaftszufriedenheit. Beide Copingstrategien stellen potenziell vielversprechende Ressourcen für die Individuen und die Paarbeziehung dar. Ein spezifischer Kontext, der in der Forschung bisher noch wenig untersucht wurde, ist die Stressbewältigung im Kontext der Elternrolle. Nachfolgend soll Elternstress und sein Einfluss auf das Paar- und Familiensystem angeführt werden.

Elternstress

Elternstress ist eine spezifische Form von Stress, die im Übergang zur Elternschaft durch die neuen Anforderungen und langfristigen Veränderungen der Elternrolle entsteht. Elternstress umfasst alle Stressoren, die direkt oder indirekt mit dem Kind und der Elternrolle in Verbindung gebracht werden können. Da sich dieser Stress ausschließlich auf die Elternrolle bezieht, handelt es sich um eine klar abgegrenzte Form von Stress, die nicht mit alltäglichem Stress gleichgesetzt werden kann (Bodenmann, 2000; Deater-Deckard, 2004). Jedoch muss beachtet werden, dass elternunabhängige Stressoren, beispielsweise Beziehungsprobleme mit dem*der Partner*in oder finanzielle Nöte, die Wahrnehmung der elternbezogenen Anforderungen zusätzlich beeinflussen können (Deater-Deckard, 1998). In Anlehnung an das TSM entsteht Elternstress, wenn die erlebten Anforderungen an die Elternrolle nicht durch die wahrgenommenen Bewältigungsressourcen abgedeckt werden können. Unterschiedliche Belastungsfaktoren werden im Kontext der wahrgenommenen Elternrolle bewertet und stellen, je nach Valenz und Wirkungsintensität, potenzielle Stressoren für das Individuum dar, vor allem wenn die eigenen Erwartungen nicht mit der Realität übereinstimmen (Abidin, 1992). Die Diskrepanz zwischen der erwünschten und der tatsächlichen Elternrolle, die durch die fehlenden Bewältigungsressourcen entsteht, führt somit zu Elternstress. Dieser beeinflusst psychische, physische, kognitive und emotionale Dimensionen von Eltern (Bodenmann, 2000; Deater-Deckard, 1998, 2000, 2004). Die Auswirkungen von Elternstress betreffen das gesamte Familiensystem und werden im Weiteren näher beschrieben.

Auswirkungen von Elternstress auf die Eltern

Da Elternstress hinsichtlich seiner Intensität, Dauer und Häufigkeit unterschiedlich ausgeprägt sein kann (Bodenmann, 2000), erscheint es sinnvoll, Stressoren insbesondere in Bezug auf ihre Belastungsintensität zu differenzieren. Frühere Studien unterscheiden hierbei zwischen alltäglichen (*minor stressors*) und schwerwiegenden Belastungen (*major stressors*) hinsichtlich kindesbezogener oder elterlicher Aspekte (Randall & Bodenmann, 2009; Roth et al., 2022). Alltägliche Stressoren umfassen negative Emotionen oder Sorgen (Nelson et al., 2014), die Organisation des Familiensystems (Roth et al., 2022), Differenzen in der Kindererziehung oder im Zeitmanagements (Bodenmann, 2000). Schwerwiegende Stressoren sind zusätzliche Belastungen neben den alltäglichen Stressoren im Kontext der Elternrolle, ein Beispiel hierfür wäre die physische oder psychische Erkrankung des Kindes (Gabriel & Bodenmann, 2006b; Randall & Bodenmann, 2009). Eltern mit kranken Kindern zeigen ein signifikant höheres Stresserleben als Eltern von gesunden Kindern (Coto et al., 2024; Deater-Deckard, 2005; Gabriel & Bodenmann, 2006b). Die zusätzliche Belastung führt dazu, dass

Eltern von Kindern mit psychischen oder physischen Erkrankungen eine besonders vulnerable Subgruppe im Kontext der Auswirkungen von Elternstress darstellen.

Empirische Befunde belegen, dass Elternstress negativ mit dem psychischen Wohlbefinden (Calvano et al., 2022; Deater-Deckard, 2004; Piro-Gambetti et al., 2023; Russel et al., 2022) und der Lebenszufriedenheit der Elternteile (Rusu et al., 2025; Xu & Zheng, 2023) assoziiert ist. Studienergebnisse legen zusätzlich nahe, dass Elternstress bereits bestehende psychopathologische Symptome, beispielsweise depressive, fördern kann (Choi & Becher, 2018; Russel et al., 2022). Hoher Elternstress führt zu einem gering wahrgenommenen Unterstützungsgefühl durch den*die Partner*in und durch das soziale Umfeld und geht zudem mit einer höheren Unzufriedenheit mit der eigenen Erziehung einher (Puff & Renk, 2014). Das Diskrepanzerleben zwischen den Anforderungen und eigenen Erwartungen an die Elternrolle und der wahrgenommenen Realität können das elterliche Stresserleben zusätzlich verstärken (Abidin, 1992). Chronischer Elternstress kann in einigen Fällen zum Eltern-Burnout führen, welcher sich durch ein anhaltendes Gefühl der Überlastung und -beanspruchung bezüglich der Elternrolle und gleichzeitiger emotionaler Distanzierung vom Kind und den elterlichen Aufgaben äußert (Mikolajczak et al., 2021; Paula et al., 2021).

Der Übergang in die Elternschaft stellt für die Paardyade einen kritischen Wendepunkt dar, der durch die neuartigen Herausforderungen eine potenzielle Veränderung von bestehenden Interaktions- und Kommunikationsmustern fordert. Das Prozessmodell von Belsky (1984) geht davon aus, dass elterliches Verhalten von der Persönlichkeit der Eltern, der Eigenschaften des Kindes und dem sozialen Kontext der Familie, worunter der Arbeitskontext, die soziale Integration aber auch die Partnerschaftszufriedenheit der Eltern fallen, beeinflusst wird. Da die Partnerschaftszufriedenheit einerseits einen Einfluss auf das Wohlbefinden der Elternteile besitzt und andererseits die Bewältigungsfähigkeit der Anforderungen der Elternschaft beeinflusst (Belsky, 1984; Nelson et al., 2014; Zemp & Bodenmann, 2018), ist sie ein relevanter Faktor, der im Kontext von Elternstress beachtet werden muss. Elternstress wirkt sich negativ auf die Beziehungsqualität und die Partnerschaftszufriedenheit aus (Bodenmann, 2000; Cowen & Cowen, 1988; Nelson et al., 2014; Zemp et al., 2017). Der negative Einfluss von Elternstress auf die Partnerschaftszufriedenheit kann sowohl direkt, durch Einschränkungen in der individuellen Freizeitgestaltung, Schlafhygiene (Nelson et al., 2014) sowie der sexuellen Beziehung (Leavitt et al., 2017), als auch indirekt, durch eine negative Veränderung von paarinternen Kommunikationsmustern (Cina & Bodenmann, 2009; Zemp et al., 2017), beobachtet werden. Kindesbezogene Themen, wie beispielsweise unterschiedliche Ansichten zur Kindeserziehung, die Aufteilung von Erziehungsaufgaben und das Verhalten des

Kindes, stellen eine häufige Ursache für Stresserleben und Konflikte in Beziehungen dar (Bodenmann, 2000; Papp et al., 2009).

Elternstress kann sich über die Paarebene hinaus auch auf das gesamte Familiensystem auswirken. Studien zeigen, dass Elternteile infolge von Elternstress weniger fürsorgliches und liebevolles Verhalten (Xu & Zheng, 2023) sowie vermehrt maladaptive interfamiliäre Kommunikationsmuster (Cina & Bodenmann, 2009; Rusu et al., 2025) zeigen. Die Auswirkungen dieses Spill-Over-Effekts von Elternstress auf die familiären Strukturen, die im Wesentlichen die Eltern-Kind-Beziehung und das kindliche Wohlbefinden betreffen, sollen nachfolgend genauer erläutert werden.

Auswirkungen von Elternstress auf das Kind

Die Auswirkungen von Elternstress auf das kindliche Wohlbefinden rücken zunehmend in den Fokus der Familienforschung. Familiäre Interaktionen prägen die kindliche Entwicklung und beeinflussen bereits früh das emotionale Verhalten und Erleben des Kindes (Deater-Deckard, 2004). Sowohl die elterlichen Erziehungsmuster als auch die Qualität der Eltern-Kind-Beziehung besitzen einen wesentlichen Einfluss auf das kindliche Wohlbefinden. Da Elternstress sowohl die Erziehungsmuster als auch die Bindungsstrukturen angreift, kann er als Risikofaktor für das kindliche Wohlbefinden betrachtet werden (Abidin, 1992; Deater-Deckard, 1998). Elternstress beeinträchtigt nicht nur das elterliche Befinden, sondern wirkt sich indirekt auch auf die Konfliktkommunikation zwischen den Eltern und zwischen Eltern und Kind aus und fördert dadurch ungünstige Erziehungsmuster (Cina & Bodenmann, 2009; Choi & Becher, 2018). Empirische Forschung zeigt, dass Elternstress mit passivem Erziehungsverhalten (Miroslavljević & Sablić, 2025), negativen, zwanghaften und strengerem Erziehungsmustern, darunter auch eine häufigere Tendenz zu verbaler und physischer Aggression (Chung et al., 2022; Deater-Deckard, 1998, Jackson & Choi, 2018; Miroslavljević & Sablić, 2025), weniger emotional unterstützendem Verhalten (Deater-Deckard, 1998; Gabriel & Bodenmann, 2006b; Xu & Zheng, 2023) und weniger liebevoller Kommunikation gegenüber dem Kind (Coto et al., 2024; Ho et al., 2022; Roustit et al., 2010) assoziiert ist. All diese Faktoren reduzieren langfristig die Eltern-Kind-Beziehung (Mitchel & Hauser-Cram, 2010). Negative Eltern-Kind-Beziehungen beeinträchtigen die kindliche psychische Gesundheit (Gabriel & Bodenmann, 2006b; Zemp & Bodenmann, 2018), während eine positive Eltern-Kind-Beziehung ein Schutzfaktor für das kindliche Befinden darstellt (Essler et al., 2024; Hess, 2022).

Die durch den Elternstress bedingten negativen Erziehungsmuster können sich neben der Eltern-Kind-Beziehung auch langfristig nachteilig auf die kindliche Entwicklung auswirken (Choi & Becher, 2018; Cina & Bodenmann, 2009; Deater-Deckard, 1998; Deater-Deckard et

al., 1998; Gabriel & Bodenmann, 2006a; Puff & Renk, 2014; Zemp & Bodenmann, 2018). Studien zeigen, dass Elternstress mit einer abnehmenden Schlafqualität von Kleinkindern (De Stasio et al., 2020), Sprachschwierigkeiten (Acha et al., 2025) und kindlichen internalisierten und externalisierten Verhaltensauffälligkeiten (Deater-Deckard et al., 1998) einhergeht. Elternstress begünstigt bei Kindern impulsives, hyperaktives und/oder feindseliges Verhalten sowie ein verstärktes Auftreten negativer emotionaler Symptome und Probleme im Umgang mit Gleichaltrigen (Miroslavljević & Sablić, 2025; Roustit et al., 2010; Stone et al., 2016; Tokunaga et al., 2019). Die Störungen des kindlichen emotionalen Erlebens und Verhaltens erhöhen das Risiko, langfristig eine psychische Krankheit zu entwickeln (Cina & Bodenmann, 2009; Puff & Renk, 2014). Zu den psychischen Erkrankungen von Kindern, die häufig in den Zusammenhang mit Elternstress gebracht werden, gehören Angststörungen, Depressionen, Emotionsregulationsprobleme, Zwangsstörungen und Störungen im Sozialverhalten (Ribas et al., 2024; Roustit et al., 2010). Wie oben erläutert muss jedoch berücksichtigt werden, dass die Zusammenhänge zwischen Elternstress und dem kindlichen Befinden bidirektional verlaufen können, weswegen auch erhöhte kindliche Auffälligkeiten oder Erkrankungen ihrerseits zu einem Anstieg des Elternstress führen können (Coto et al., 2024; Deater-Deckard, 2005; Stone et al., 2016).

Stressbewältigung bei Eltern

Angesichts der negativen Auswirkungen von Elternstress auf die Partnerschaftszufriedenheit (Randall & Bodenmann, 2009; Zemp et al., 2017) und auf das kindliche Verhalten und Erleben (Zemp et al., 2019) rückt das Konzept der elterlichen Stressbewältigung zunehmend in den Fokus der wissenschaftlichen Forschung. Wie Eltern mit kindesbezogenem Stress umgehen, spielt eine zentrale Rolle für die globale Anpassung und das Wohlbefinden der gesamten Familie. Bisher liegen nur wenige Studien vor, welche explizit elterliche Stressbewältigung von Elternstress untersuchen. Im Weiteren wird der bisherige Forschungsstand zur Bedeutung und Effektivität von IC (PFC, EFC, VC) sowie DC im Kontext von Elternstress dargestellt.

Annäherungsorientiertes elterliches IC (PFC und EFC) gilt als adaptive Copingstrategie zur Bewältigung von Elternstress (Deater-Deckard, 2004; Preuss et al., 2021) und ist zusätzlich mit einer besseren Beziehung zum Kind sowie mit weniger kindlichen Verhaltensauffälligkeiten assoziiert (Alostaz et al., 2022). Neben dem förderlichen Effekt von positivem DC auf die Partnerschaftszufriedenheit (Falconier & Kuhn, 2019) soll nachfolgend auch der positive Einfluss auf die kindliche Entwicklung vorgestellt werden. Positives DC verstärkt adaptive elterliche Konfliktmuster, günstige Erziehungsmaßnahmen und fördert ein

insgesamt unterstützendes Familienklima (Bodenmann, 2000; Roth et al., 2022; Skinner et al., 2022; Zemp, Bodenmann et al., 2016). Das DC der Eltern kann somit als Puffer gegen die Risikofaktoren für das kindliche Wohlbefinden fungieren. Risikofaktoren sind beispielsweise problematische Elternmerkmale und ungünstige Erziehungsmuster, die durch den Elternstress ausgelöst oder verstärkt werden (Bodenmann, 2000; Ranieri et al., 2024; Zemp & Bodenmann, 2018). Darüber hinaus zeigt sich, dass elterliches positives DC mit weniger internalisierten und externalisierten kindlichen Verhaltensauffälligkeiten (Ranieri et al., 2024; Skinner, 2022; Zemp & Bodenmann, 2018), einer besseren Eltern-Kind-Beziehung (Alostaz et al. 2022; Deater-Deckard, 2004; Ranieri et al., 2024) und einem höheren kindlichen Wohlbefinden assoziiert ist (Bodenmann, 2000). Es wird davon ausgegangen, dass der adaptive elterliche Umgang mit Stress langfristig das prosoziale kindliche Verhalten fördert. Dieser positive Effekte lässt sich durch einen Spill-Over-Prozess erklären: Das adaptive elterliche DC wirkt modellhaft auf das Kind, eine Übernahme der Strategien fördert sowohl die kindliche Entwicklung sozialer Kompetenzen als auch adaptiver Stressbewältigung (Zemp, Bodenmann et al., 2016).

VC führt selten zu einer Reduktion von Elternstress und fördert vermehrt emotionale Probleme, Ängstlichkeit und depressive Symptome bei Eltern (Deater-Deckard, 2004; Morgan et al. 2022). Das kann zu einem negativem Spill-Over-Gefühl des Elternstresses auf den*die andere*n Partner*in führen, welches wiederum maladaptive Kommunikations- und Interaktionsmuster, beispielsweise mehr Distanz oder Aggression, zwischen den Elternteilen und dem Kind anregt (Zemp et al., 2017). Eltern, die zur Bewältigung von Elternstress negatives DC anwenden, zeigen zudem vermehrt maladaptive Kommunikationsmuster und aggressives Verhalten gegenüber dem*der Partner*in (Cina & Bodenmann, 2009; Roth et al., 2022). Folglich wird das Stresserleben im Bezug auf die Elternrolle nicht verringert und wirkt sich wiederum negativ auf die Partnerschaftszufriedenheit und die wahrgenommene Elternrolle aus. Negatives DC führt außerdem zu häufigeren Erziehungskonflikten mit dem Kind sowie härteren Erziehungsstilen, deren Einfluss auf das externalisierte und internalisierte kindliche Problemverhalten bereits nachgewiesen werden konnte (Gabriel & Bodenmann, 2006a). Langfristig zeigen Kinder von Eltern, die vermehrt negatives DC anwenden, vergleichbare ungünstige Bewältigungsmechanismen in den romantischen Beziehungen, was auf einen negativen Spill-Over-Effekt zurückgeführt werden kann (Falconier & Kuhn, 2019).

Zusammengefasst zeigt sich ein positiver Rückkopplungseffekt für die Nutzung von adaptiven Copingstrategien: PFC, EFC und positives DC reduzieren Elternstress und fördern gleichzeitig die Partnerschaftszufriedenheit und das kindliche Wohlbefinden. Dadurch wird der Elternstress verringert, was sowohl zukünftige Stressbewältigung als auch das familiäre Klima

positiv beeinflusst. VC und negatives DC verstärken Elternstress, was wiederum zu einer Verschlechterung der Partnerschaftszufriedenheit führt und sich negativ auf das kindliche Wohlbefinden auswirkt. Dadurch wird der Elternstress erhöht, was die Anwendung maladaptiver Copingstrategien begünstigt, und somit ein sich selbst verstärkender Teufelskreis entsteht.

Zielsetzung der Arbeit

Ausgehend von den theoretischen und empirischen Befunden zu Stress, IC und DC sowie dem aktuellen, wenn auch begrenzten, Forschungsstand über die Folgen von Elternstress, sollen in der vorliegenden Arbeit die Auswirkungen von Elternstress sowie die Einflüsse von IC- und DC-Strategien auf die Partnerschaftszufriedenheit und das kindliche Wohlbefinden untersucht werden. Die isolierte Analyse von Elternstress wird in der folgenden Arbeit durch die Kontrolle des allgemeinen Stresslevels der Eltern berücksichtigt. Bisherige Forschung zu den Auswirkungen von Elternstress untersuchen größtenteils schwerwiegende Belastungen (Roth et al., 2022), beispielsweise die familiären Bedingungen während des Lockdowns im Rahmen der Corona-Pandemie (Calvano et al., 2022). Das Erleben von Elternstress ist jedoch nicht ausschließlich im Kontext eines kritischen Lebensereignisses zu betrachten, sondern kann auch durch die Kumulation alltäglicher Belastungen entstehen. Die Auswirkungen von alltäglichen Elternstress blieben bisher weitgehend unerforscht.

Neben dem IC von Elternstress rückt zunehmend auch die Rolle von DC als wichtiger Prozess in den Fokus, um insbesondere den übergreifenden Effekt von Elternstress auf die Partnerschaftszufriedenheit zu verstehen. Darüber hinaus stellt die Elternaufgabe eine individuelle, aber auch gemeinsame Anforderung an beide Partner*innen dar, weswegen davon ausgegangen werden kann, dass Eltern sowohl IC als auch DC zur Stressbewältigung nutzen. PFC, EFC und positives DC ist in der Literatur mit einer erhöhten Partnerschaftszufriedenheit assoziiert, während VC und negatives DC zu einer verringerten Partnerschaftszufriedenheit sowie erhöhten Streit- und negativen Kommunikationsmustern führen (Bodenmann et al., 2006; Cina & Bodenmann, 2009; Papp & Witt, 2010; Falconier et al., 2015). Je nach Ausprägung stellen IC und DC entweder Ressource oder Risikofaktor für die Partnerschaftszufriedenheit dar, indem sie den negativen Effekt von Elternstress auf die Partnerschaftszufriedenheit verstärken oder abschwächen (Bodenmann 2008a, 2008b; Landolt et al., 2023).

Bisher liegen hierzu nur wenig empirische Befunde über die Wirksamkeit von IC und DC von Elternstress vor. Der vorhandene Erkenntnisstand postuliert Zusammenhänge zwischen Elternstress und kindlichen Verhaltensauffälligkeiten (Ribas et al., 2024) sowie einen Einfluss der elterlichen Stressbewältigung auf das kindliche Verhalten und Erleben (Gabriel &

Bodenmann, 2006a; Roth et al., 2022; Zemp, Bodenmann et al., 2016). VC und negatives DC hemmen die adaptive elterliche Stressbewältigung, verstärken negative Erziehungsmuster und fördern langfristig emotionale und behaviorale kindliche Auffälligkeiten (Cina & Bodenmann, 2009; Ribas et al., 2024; Zemp & Bodenmann, 2018). PFC, EFC und positives DC besitzen einen adaptiven Einfluss auf die elterliche Stressbewältigung, die Eltern-Kind-Beziehung und auch auf das kindliche Wohlbefinden (Alostaz et al., 2022; Ranieri et al., 2014). Darüber hinaus kann positives DC die sozialen Kompetenzen von Kindern fördern (Zemp, Bodenmann et al., 2016). Auf dieser Grundlage wird davon ausgegangen, dass die Stressbewältigung von Eltern – sowohl individuell als auch dyadisch – den negativen Zusammenhang von Elternstress auf das kindliche Wohlbefinden indirekt beeinflusst.

Ziel der vorliegenden Arbeit ist es, die spezifischen Auswirkungen von Elternstress sowie die Rolle von IC- und DC-Strategien auf die Partnerschaftszufriedenheit und auf das kindliche Wohlbefinden zu untersuchen. Dabei sollen sowohl direkte Effekte von Elternstress als auch mögliche moderierende Einflüsse von IC und DC berücksichtigt werden.

Fragestellung und Hypothesen

Ausgehend vom bestehenden Forschungsstand zu Elternstress und in Anlehnung an die Zielsetzung sollten in der vorliegenden Arbeit die Auswirkungen von Elternstress auf die Partnerschaftszufriedenheit und das kindliche Wohlbefinden unter Einbezug von elterlichem IC (PFC, EFC, VC) und DC (positiv, negativ) analysiert werden. Dafür wurden die unten angeführten Fragestellungen F1 bis F6 formuliert.

Fragestellung F1

Wird der Zusammenhang zwischen Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit durch das DC moderiert?

Hypothese 1.1: Elternstress steht in Zusammenhang mit der erlebten Partnerschaftszufriedenheit.

Hypothese 1.2: Der Zusammenhang zwischen Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit wird durch positives DC verringert.

Hypothese 1.3: Der Zusammenhang zwischen Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit wird durch negatives DC verstärkt.

Fragestellung F2

Wird der Zusammenhang zwischen Elternstress und der elterlichen Einschätzung des kindlichen Befindens durch das DC moderiert?

Hypothese 2.1: Elternstress steht in Zusammenhang mit der Einschätzung des kindlichen Befindens.

Hypothese 2.2: Der Zusammenhang zwischen Elternstress und der Einschätzung des kindlichen Befindens wird durch positives DC verringert.

Hypothese 2.3: Der Zusammenhang zwischen Elternstress und der Einschätzung des kindlichen Befindens wird durch negatives DC verstärkt.

Fragestellung F3

Wird der Zusammenhang zwischen Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit durch das IC der Eltern moderiert?

Hypothese 3.1: Der Zusammenhang zwischen Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit wird durch PFC verringert.

Hypothese 3.2: Der Zusammenhang zwischen Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit wird durch EFC verringert.

Hypothese 3.3: Der Zusammenhang zwischen Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit wird durch VC verstärkt.

Fragestellung F4

Wird der Zusammenhang zwischen Elternstress und der elterlichen Einschätzung des kindlichen Befindens durch das IC der Eltern moderiert?

Hypothese 4.1: Der Zusammenhang zwischen Elternstress und der elterlichen Einschätzung des kindlichen Befindens wird durch PFC verringert.

Hypothese 4.2: Der Zusammenhang zwischen Elternstress und der elterlichen Einschätzung des kindlichen Befindens wird durch EFC verringert.

Hypothese 4.3: Der Zusammenhang zwischen Elternstress und der elterlichen Einschätzung des kindlichen Befindens wird durch VC verstärkt.

Fragestellung F5 und Fragestellung F6

Darüber hinaus soll der gemeinsame Beitrag der zwei untersuchten Stressbewältigungsformen für die Partnerschaftszufriedenheit (F5) und das kindliche Befinden (F6) explorativ untersucht werden. Die zu beantwortende Forschungsfrage lautet: Welchen Einfluss haben unterschiedliche Stressbewältigungsformen (dyadisch und individuell) auf die Auswirkungen von Elternstress im Vergleich?

Methode

Studiendesign

Die vorliegende Arbeit verwendet Daten aus der übergeordneten Pilotstudie „*Dein, mein, unser Stress – Elterliches dyadisches Coping im Kontext von kindbezogenem Stress*“, die multizentrisch an der Universität Wien, der Universität Witten Herdecke und der LMU München durchgeführt wurde. Ziel der Studie war es, Elternstress und dessen Bewältigung

sowie Zusammenhänge mit der elterlichen Beziehungsqualität, dem Erziehungsverhalten und psychischen Befinden der Eltern und ihrer Kinder zu untersuchen. Dazu wurde das System zur Evaluierung Dyadischen Copings (SEDC; Bodenmann, 2012) speziell auf kindesbezogenen Stress adaptiert. Proband*innen erhielten nach ihrer Zustimmung zur Teilnahme einen Online-Fragebogen zum individuellen Selbstbericht (Trait-Erhebung), der von beiden Elternteilen ausgefüllt werden musste. Bei der anschließenden Laborbeobachtung sollten die Elternpaare anhand eines standardisierten Interaktionsparadigmas über alltags- und kindesbezogene Stressoren sprechen. Dabei wurden Ton- und Videoaufzeichnung gemacht. Alternativ hatten interessierte Eltern die Möglichkeit, lediglich an der Online-Befragung teilzunehmen (Online-Only-Erhebung). Dadurch lagen sowohl Daten von Paaren als auch von Einzelpersonen vor. Für die vorliegende Arbeit wurden ausschließlich die Fragebogendaten aus der Trait-Erhebung und Online-Only-Erhebung verwendet, die Labordaten wurden nicht berücksichtigt.

Stichprobe

In die übergeordnete Studie wurden ausschließlich Elternpaare eingeschlossen, die mindestens 18 Jahre alt waren, gute Deutschkenntnisse besaßen (Deutsch als Erst- oder Zweitsprache) und mindestens ein Kind zwischen vier und 16 Jahren gemeinsam betreuten. Am Standort München war aufgrund der Einbindung in die dortige Elternberatungsstelle auch die Teilnahme mit einem Kind unter vier Jahren möglich. Die Elternpaare wurden unabhängig von ihrer Geschlechtsidentität, ihrer sexuellen Orientierung und ihrer biologischen Verwandtschaft zum Kind eingeschlossen. Um sicherzustellen, dass sich die Angaben beider Partner*innen bei mehreren Kindern auf dasselbe Kind beziehen, wurde ein Indexkind festgelegt: das jüngste Kind in der Altersspanne von vier bis 16 Jahren. Die Studienteilnahme war nicht möglich, wenn die Eltern weniger als 50% der Zeit mit dem Indexkind im selben Haushalt lebten und zum Erhebungszeitpunkt kein romantisches Verhältnis, sondern ein reines Coparenting-Arrangement mit der zweiten Elternperson vorlag. Die Rekrutierung erfolgte sowohl online über Social Media, Facebook-Gruppen und über E-Mail-Kontakt zu Ärzt*innen, Psycholog*innen, Kindervereinen und Kindergärten als auch offline durch Flyer und Weiterempfehlungen der Teilnehmenden. Insgesamt lagen 221 Datensätze vor, wovon 41 aufgrund zu vieler fehlender Daten aus der Studie ausgeschlossen wurden. Von den Proband*innen die an der Laboruntersuchung teilnahmen, wurden Daten von beiden Partner*innen aus derselben Familie erhoben. Um die Unabhängigkeit der Daten für die weitere Analyse zu gewährleisten, wurde bei diesen Paaren je ein Fragebogen ausgeschlossen. Aufgrund der verzerrten Geschlechterverteilung in der Stichprobe erfolgte ein systematischer Ausschluss nach Geschlecht, sodass insgesamt 28 weibliche Personen aus den paarweisen

Datensätzen entfernt wurden. Es gab keine Daten von gleichgeschlechtlichen Paaren. Die finale Stichprobe bestand aus $N = 137$ Datensätzen, davon 109 (80%) aus der Online-Only-Erhebung und 28 (20%) aus der Trait-Erhebung der Laboruntersuchungen. Die Stichprobe setzte sich aus 89 weiblichen (65%) und 48 männlichen (35%) Personen zusammen. Die Proband*innen waren zwischen 24 und 65 Jahre alt, das Durchschnittsalter betrug 41.06 Jahre ($SD = 6.35$). 119 Personen (87%) waren verheiratet, 17 (12%) befanden sich in einer Partnerschaft und eine Person (1%) gab eine eingetragene Partnerschaft an. Zum Erhebungszeitpunkt befanden sich 15 Personen (11%) in psychotherapeutischer Behandlung, 122 (89%) nicht. Die Proband*innen hatten durchschnittlich 2.96 Kinder ($SD = 0.79$). Das Indexkind war in 69 Fällen männlich (50%), in 67 Fällen weiblich (49%), bei einer Person wurde kein Geschlecht für das Indexkind angegeben (1%). Acht Indexkinder hatten zum Erhebungszeitpunkt eine Krankheit (6%), 128 waren gesund (93%), eine Angabe zur kindlichen Gesundheit wurde nicht beantwortet (1%). Zehn Indexkinder (7%) waren in Psychotherapie, 126 Indexkinder (92%) nicht, bei einer Person fehlte die Angabe (1%).

Erhebungsinstrumente

Zur Untersuchung der Fragestellungen wurden die folgenden Erhebungsinstrumente herangezogen: Die *Perceived Stress Scale* (PSS-10; Klein et al., 2016) zur Erfassung des allgemein wahrgenommenen Stresslevels, der *Elternstressfragebogen* (ESF; Domsch & Lohaus, 2010) zur Messung des Elternstress, das *Dyadische Coping Inventar* (DCI; Bodenmann, 2008b) zur Erhebung des DC, das *Coping Orientation to Problems Experienced Inventar* (Brief-COPE; Knoll et al., 2005) zur Erfassung des IC, der *Partnerschaftsfragebogen Kurzform* (PSF-K; Kliem et al., 2012) zur Erhebung der Partnerschaftszufriedenheit, und der *Fragebogen zur Erfassung der gesundheitsbezogenen Lebensqualität bei Kindern und Jugendlichen* (KINDL^R; Ravens-Sieberer & Bullinger, 2000) zur elterlichen Einschätzung des kindlichen Wohlbefindens. Die Instrumente sollen im Folgenden näher beschrieben werden.

Im Rahmen der übergeordneten Studie wurden zudem weitere Konstrukte mittels entsprechender Instrumente erhoben, die in dieser Arbeit nicht näher erläutert werden.

Demografische Angaben

Folgende demografische Angaben und Informationen hinsichtlich der Familiensituation wurden zu Beginn des Fragebogens erhoben: Alter (Eltern und Indexkind), Geschlecht (Eltern und Indexkind), Bildungsabschluss, Beruf, aktuelle psychotherapeutische Behandlung (Eltern und Indexkind), Verhältnis zum*r Partner*in, Länge der Beziehung, Anzahl eigener Kinder und Kinder im Haushalt, Reihung des Indexkindes bei Geschwistern, Verhältnis zum

Indexkind, verbrachte Zeit mit dem Indexkind und Aufteilung der Verantwortung für das Indexkind.

Allgemeiner Stress

Der allgemein wahrgenommene Stress wurde mit der deutschen Version der *Perceived Stress Scale* (PSS-10) von Klein et al. (2016) erhoben. Auf einer fünfstufigen Häufigkeitsskala von 0 (*nie*) bis 4 (*sehr oft*) gaben die Proband*innen an, wie oft sie ihr Leben im letzten Monat als unkontrolliert und unvorhersehbar eingeschätzt haben. Sechs Items werden der Subskala *Hilflosigkeit* (z.B. „Wie oft haben Sie sich im letzten Monat nervös und „gestresst“ gefühlt?“) und vier Items der Subskala *Selbstwirksamkeit* (z.B. „Wie oft hatten Sie im letzten Monat das Gefühl, dass die Dinge in Ihrem Leben genauso laufen, wie sie es sollten?“) zugeordnet. Die positiv formulierten Items der Skala *Selbstwirksamkeit* wurden vor der Skalenbildung umgepolt, anschließend wurden alle Items aufsummiert. Der Summenscore reicht von 0 bis 40, wobei höhere Werte einen Indikator für ein höheres allgemeines Stresserleben darstellen. Da die PSS-10 kein diagnostisches Messinstrument ist, liegen keine spezifischen Cut-Off-Werte vor. Klein et al. (2016) berichten eine akzeptable interne Konsistenz (Cronbachs $\alpha = .78$). Die interne Konsistenz der Stichprobe war gut (Cronbachs $\alpha = .86$).

Elternstress

Der Elternstress wurde durch die Subskala *Elterliches Stresserleben* (ES) des ESF von Domsch und Lohaus (2010) erhoben. Die 17 Items der Subskala erfassen wahrgenommene Bereiche der elterlichen Erziehungskompetenz, Interaktionsstress mit dem Kind sowie alltägliche Stressoren. Ein Beispielitem lautet: „Es gibt einige Aufgaben als Mutter/Vater, denen ich mich nicht richtig gewachsen fühle“. Die Antwortskala reicht von 0 (*trifft nicht zu*) bis 3 (*trifft genau zu*). Die Items werden aufsummiert (Summenscore von 0 bis 51) und bilden den erlebten Elternstress ab. Höhere Werte sprechen für ein erhöhtes Stresserleben in Bezug auf die Elternrolle (Tischler & Petermann, 2011). Die interne Konsistenz der Subskalen liegt nach Domsch und Lohaus (2010) zwischen Cronbachs $\alpha = .76$ und Cronbachs $\alpha = .92$; für die Subskala *Elterliches Stresserleben* war die interne Konsistenz der Stichprobe hoch (Cronbachs $\alpha = .92$).

Dyadisches Coping

Das DCI (Bodenmann, 2008b) erfasst in 37 Items das DC, in Form von Selbst- und Fremdeinschätzungen über das eigene Verhalten und das Verhalten des*der Partners*in im gemeinsamen Umgang mit Stress. Die Items werden auf einer fünfstufigen Likert-Skala von 1 (*sehr selten*) bis 5 (*sehr oft*) bewertet. Da voneinander unabhängige Daten der Proband*innen vorlagen, wurden für die Analyse nur die Subskalen *supportives DC (Partner)* (DC^p ;

Fremdeinschätzung des*der Partners*in aus der Sicht der befragten Person, fünf Items, Wertebereich von 5 bis 25, „Er gibt mir das Gefühl, dass er mich versteht, und dass ihn mein Stress interessiert.“) und *negatives DC (Partner)* (DC^n ; Fremdeinschätzung des*der Partners*in aus der Sicht der befragten Person, vier Items, Wertebereich von 5 bis 20, „Wenn ich gestresst bin, geht mir mein Partner aus dem Weg“) durch die jeweiligen Summenscores berechnet. Höhere Werte sprechen für mehr dyadisches Coping der jeweiligen Ausprägung. Bodenmann (2008b) berichtet für die Skala *supportives DC (Partner)* eine gute (Cronbachs $\alpha > .80$) und für *negatives DC (Partner)* eine akzeptable interne Konsistenz (Cronbachs $\alpha > .70$). Die internen Konsistenzen der jeweiligen Skalen in der Stichprobe wurden mit Cronbachs $\alpha = .88$ (DC^p) und Cronbachs $\alpha = .78$ (DC^n) als gut und als akzeptabel bewertet.

Individuelles Coping

IC wurde mittels des Brief-COPE (Knoll et al., 2005) erfasst. Die Proband*innen gaben an, wie sie in vergangenen stressreichen Situationen gedacht oder gehandelt haben. Der Brief-COPE umfasst 28 Items, die auf einer vierstufigen Likert-Skala von 1 (*überhaupt nicht*) bis 4 (*sehr stark*) bewertet werden. Je zwei Items werden zu insgesamt 14 Subskalen zusammengefasst (Carver 1997; Knoll, 2002; Knoll et al., 2005). Die Subskalen wurden zu drei übergeordneten Skalen aggregiert, welche übergreifende Emotionsregulationsstrategien abbilden. Für die Zuordnung der Subskalen liegen keine eindeutigen Richtlinien vor; die Zuordnung orientierte sich an der Studie von Poulus et al. (2020) und differenzierte zwischen PFC (*Aktive Bewältigung, Planung, Instrumentelle Unterstützung, Positive Umdeutung*; Items: 2, 7, 10, 12, 14, 17, 23, 25; z.B. „Ich habe mich darauf konzentriert, etwas an meiner Situation zu verändern.“), EFC (*Emotionale Unterstützung, Ausleben von Emotionen, Selbstbeschuldigung, Akzeptanz, Humor, Religion*; Items 5, 9, 13, 15, 18, 20, 21, 22, 24, 26, 27, 28; z.B. „Ich habe meinen Gefühlen freien Lauf gelassen.“) und VC (*Ablenkung, Verleugnung, Alkohol/Drogen, Verhaltensrückzug*; Items 1, 3, 4, 6, 8, 11, 16, 19; z.B. „Ich habe Alkohol oder andere Mittel zu mir genommen, um mich besser zu fühlen.“). Die Skalen wurden mittels Summenscores gebildet, und waren von 8 bis 32 (PFC), 12 bis 48 (EFC) und 8 bis 32 (VC) ausgeprägt. Höhere Werte implizierten eine höhere Nutzung der jeweiligen Copingstrategie. Die interne Konsistenz war in der vorliegenden Stichprobe für PFC gut (Cronbachs $\alpha = .80$), für EFC grenzwertig akzeptabel (Cronbachs $\alpha = .68$), für VC akzeptabel (Cronbachs $\alpha = .70$), was in etwa mit den berichteten internen Konsistenzen von Poulus et al. (2020) übereinstimmt (PFC: Cronbachs $\alpha = .81$; EFC: Cronbachs $\alpha = .75$; VC: Cronbachs $\alpha = .68$).

Partnerschaftszufriedenheit

Der PFB-K (Kliem et al., 2012) besteht aus neun Items, die Aussagen über die eigene Partnerschaft beinhalten und auf einer vierstufigen Likert-Skala von 0 (*nie/sehr selten*) bis 3 (*sehr oft*) beantwortet werden. Die Items sind den Subskalen *Streitverhalten*, *Gemeinsamkeit/Kommunikation* und *Zärtlichkeit* zugeordnet und können sowohl positiv (z.B. „Er/Sie nimmt mich in dem Arm“) als auch negativ (z.B. „Er/Sie kritisiert mich in sarkastischer Art und Weise“) formuliert sein. Vor Skalenbildung wurden sie entsprechend umgepolt. Zusätzlich erfasst ein Item („Glücks-Item“) die globale Partnerschaftszufriedenheit („Wie glücklich wurden Sie Ihre Ehe/Partnerschaft im Augenblick einschätzen?“) von 0 (*sehr unglücklich*) bis 5 (*sehr glücklich*). Der Gesamtscore des PFB-K ergibt sich aus der Aufsummierung der Items 1 bis 9 (Summenscore von 0 bis 27). Höhere Werte sprechen für eine höhere Partnerschaftszufriedenheit. Kliem et al. (2012) berichten eine gute interne Konsistenz von Cronbachs $\alpha = .84$ für den Gesamtscore des PFB-K, ohne das Items zur globalen Partnerschaftszufriedenheit einzuschließen. In der vorliegenden Stichprobe ergab sich die gleiche interne Konsistenz (Cronbachs $\alpha = .84$).

Einschätzung des kindlichen Wohlbefindens

Mithilfe des KINDL^R (Ravens-Sieberer & Bullinger, 2000) wurde das Wohlbefinden des Indexkinds in der letzten Woche durch die Proband*innen eingeschätzt. Der KINDL^R besteht aus den Subskalen *Körperliches Wohlbefinden*, *Psychisches Wohlbefinden*, *Selbstwert*, *Familie*, *Freunde* und *Funktionsfähigkeit im Alltag*. Die insgesamt 24 Items werden auf einer fünfstufigen Likert-Skala von 1 (*nie*) bis 5 (*immer*) erfasst. Die Items sind sowohl positiv (z.B. „In der letzten Woche...hatte mein Kind viel Kraft und Ausdauer.“) als auch negativ (z.B. „In der letzten Woche...hat mein Kind sich ängstlich oder unsicher gefühlt.“) formuliert, sie wurden vor der Analyse entsprechend umgepolt. Die Gesamtsumme der Subskalen ergibt die allgemeine Fremdeinschätzung des kindlichen Befindens (Summenscore von 24 bis 120). Ravens-Sieberer und Bullinger (2000) berichten eine gute interne Konsistenz der Gesamtskala (Cronbachs $\alpha > .80$). Auch in der untersuchten Stichprobe war die interne Konsistenz gut (Cronbachs $\alpha = .84$).

Statistische Auswertung

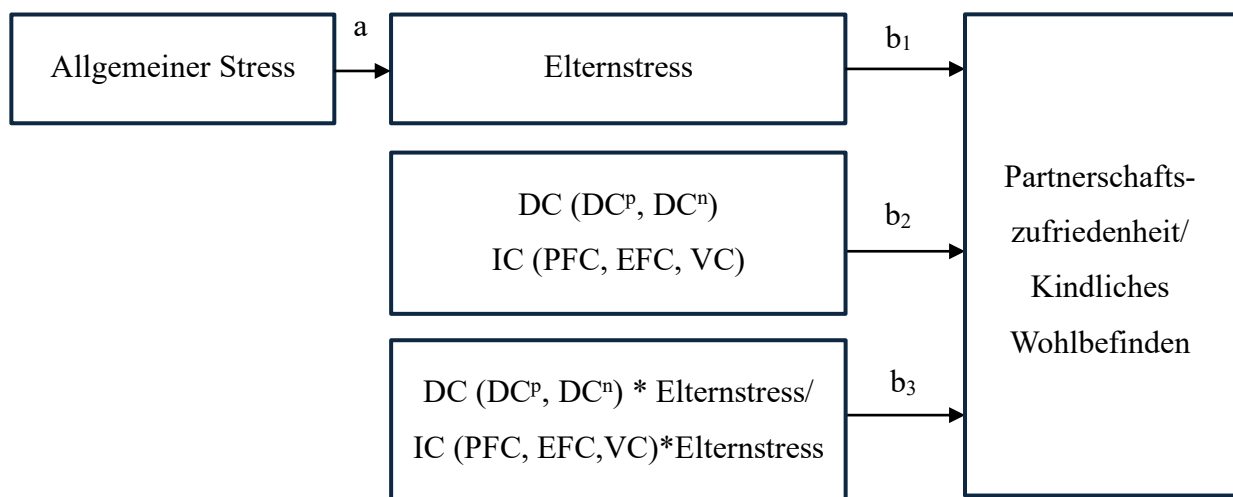
Die Daten wurden mit der Software IBM SPSS[®] 29 aufbereitet. Für alle Hypothesen wurden Pfadmodelle mit der Statistiksoftware JASP 0.19.3 berechnet. Um den eigenständigen Beitrag von Elternstress isoliert zu untersuchen, wurde die gemeinsame Varianz mit dem allgemeinen Stress in einem ersten Schritt herauspartialisiert (s. Abbildung 1; Pfad a). IC und DC wurden als Moderatoren in die Pfadmodelle aufgenommen (s. Abbildung 1; Pfad b₂, & b₃).

Hierfür wurden die entsprechenden Subskalenwerte herangezogen: DCI (DC^p, DCⁿ) und Brief-COPE (PFC, EFC, VC). Die abhängigen Variablen in den Analysen waren die Partnerschaftszufriedenheit, gemessen durch den Gesamtscore des PFB-K, und das kindliche Wohlbefinden, gemessen durch den Gesamtscore des KINDL^R.

In den Skalen zum allgemeinen Stresserleben (PSS), zum kindlichen Wohlbefinden (KINDL^R), zum DC (DC^p, DCⁿ) und zum Elternstress (ESF) lagen fehlende Werte vor. Mit Little MCAR-Test wurde überprüft, ob diese zufällig entstanden sind. Alle Tests waren nicht signifikant ($p > .05$), was auf zufälliges Fehlen der Werte hindeutet. Um eine möglichst große Stichprobe zu gewährleisten, wurden die fehlenden Werte durch Mittelwertsimputation innerhalb eines*r Probanden*in ersetzt. Das bedeutet, dass fehlende Werte einer Skala durch den Mittelwert der übrigen Items der jeweiligen Skala ergänzt wurden. Zudem wurde a priori eine Poweranalyse mit G*Power (Version 3.1) berechnet. Für die Prüfung der Regressionspfade der Moderationsanalysen (F1–F4) unter Annahme einer mittleren Effektgröße ($f^2 = 0.15$) und einem Fehlerniveau $\alpha = .05$ mit 80% Power ergab sich eine benötigte Stichprobengröße von $N = 77$.

Abbildung 1

Zusammenhangsdarstellung der geplanten Pfadanalysen



Anmerkung. * = Interaktionsterm der Variablen.

Ergebnisse

Der folgende Ergebnisteil berichtet zunächst die deskriptiven Statistiken. Anschließend werden die Ergebnisse der Pfadanalysen zur Hypothesenprüfung der Fragestellungen F1 bis F4 sowie die Ergebnisse einer explorativen multiplen linearen Regressionsanalyse dargestellt.

Deskriptive Statistik

Alle Lagemaße und bivariaten Zusammenhänge der verwendeten Variablen sind in Tabelle 1 dargestellt. Da die Daten nicht normalverteilt waren, was mit dem Shapiro-Wilk-Tests überprüft wurde, und die Stichprobe relativ klein war ($N = 137$), wurde für die Korrelationsanalysen der Spearman-Rangkorrelationskoeffizient berechnet.

Hypothesenprüfung

Für die Pfadmodelle sind zunächst die statistischen Voraussetzungen für die Analyse von Strukturgleichungsmodellen (SEM) überprüft worden. Um die multivariate Normalverteilung zu testen, wurde für alle Modelle der Mardia-Koeffizient berechnet. Fällt der Test signifikant aus ($p < .05$), ist die Annahme der multivariaten Normalverteilung nicht erfüllt. Die Annahme war in allen Modellen verletzt. Um robustere Schätzungen der geplanten Pfadmodelle zu ermöglichen, wurden daher Maximum-Likelihood-Parameterschätzungen (MLR) und Bootstrapping (5000 Iterationen) durchgeführt. Anschließend wurde der globale und lokale Fit der Modelle mittels Chi-Quadrat-Test und den Fit-Indizes überprüft (s. Tabelle 2). Angelehnt an Hu und Bentler (1999) wurden der Comparative Fit Index (CFI), der Tucker-Lewis Index (TLI) und das Standardized Root Mean Square Residual (SRMR) zur Beurteilung des lokalen Model-Fits herangezogen. Der Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) wurde aufgrund der geringen Stichprobengröße ($N = 137$) nicht berücksichtigt, da er vor allem für große Stichproben ($N > 200$) empfohlen wird. Der globale Fit der Modelle ließ sich, angelehnt an Schlittgen (2009), als akzeptabel einstufen. Der TLI fiel für sechs Modelle unzureichend aus. Da CFI und SRMR für alle Modelle im akzeptablen Bereich lagen, wurde trotzdem von einem hinreichenden lokalen Modellfit ausgegangen. Zur Überprüfung der Hypothesen untersuchte die Arbeit Zusammenhänge zwischen Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit (Modell 1, Modell 2, Modell 5, Modell 6, Modell 7) sowie dem kindlichen Wohlbefinden (Modell 3, Modell 4, Modell 8, Modell 9, Modell 10). Als Moderatorvariablen flossen positives DC (Modell 1, Modell 3), negatives DC (Modell 2, Modell 4), PFC (Modell 6, Modell 8), EFC (Modell 7, Modell 9) und VC (Modell 7, Modell 10) in die Pfadmodelle ein.

Tabelle 1

Mittelwerte, Standardabweichungen und Spearman-Korrelationen

Variable	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5	6	7	8
1. PSS	18.96	6.59								
2. ESF	20.42	10.72	.37***							
3. PFB-K	16.96	5.34	-.13	-.17*						
4. KINDL ^R	97.62	9.89	-.31***	-.44***	.07					
5. DC ^p	16.66	4.50	-.23**	-.19*	.70***	.09				
6. DC ⁿ	16.26	3.59	.24**	.30***	-.66***	-.21*	-.61***			
7. PFC	21.76	4.45	-.09	.02	.22**	-.01	.23**	-.07		
8. EFC	26.31	5.16	.13	.17*	.06	-.12	.08	.22**	-.48***	
9. VC	12.93	3.29	.44***	.30***	-.18*	-.19*	-.12	.27**	-.14	.32***

Anmerkung. *M* = Mittelwert; *SD* = Standardabweichung; PSS = Allgemeiner Stress; ESF = Elternstress; PFB-K = Partnerschaftszufriedenheit; KINDL^R = Kindliches Wohlbefinden.

p* < .05; *p* < .01; ****p* < .001

Tabelle 2

Fit-Indikatoren inklusive statistischer Kriterien für die Pfadmodelle

Kriterien	Pfadmodelle									
	1(1.2)	2(1.3)	3(2.2)	4(2.3)	5(3.1)	6(3.2)	7(3.3)	8(4.1)	9(4.2)	10(4.3)
χ^2	2.01	9.91	4.07	11.70	2.47	7.61	14.36	4.70	9.14	18.49
df	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
p	> .05	.57	.02	.25	.48	.06	.00	.20	.03	.00
CFI	> .90	1.00	.92	.98	1.00	.85	.73	.96	.89	.81
TLI	> .90	1.03	.80	.94	1.04	.65	.37	.91	.73	.56
SRMR	< .08	.04	.08	.05	.04	.07	.08	.05	.08	.09

Anmerkung. Übersicht der Pfadmodelle 1 bis 10 für die jeweiligen Hypothesen 1.2 bis 4.3. CFI = Comparative Fit Index; TLI = Tucker-Lewis Index; SRMR = Standardized Root Mean Square Residual.

Dyadisches Coping und Partnerschaftszufriedenheit (F1)

Allgemeiner Stress war in beiden Pfadmodellen ein signifikanter Prädiktor für Elternstress (Modell 1: $\beta = .39$, 95% KI [0.24, 0.51], $p < .001$; Modell 2: $\beta = .39$, 95% KI [0.24, 0.51], $p < .001$). Die Spearman-Korrelation zu Partnerschaftszufriedenheit und Elternstress war signifikant negativ. Der Zusammenhang war gering ($r = -.17$, $p < .05$) (s. Tabelle 1). Nach Inklusion aller Prädiktoren in die Pfadmodelle gab es keinen signifikanten Zusammenhang zwischen Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit in Modell 1 ($\beta = -.09$, 95% KI [-0.22, 0.03], $p = .172$) und in Modell 2 ($\beta = -.00$, 95% KI [-0.13, 0.12], $p = .900$). Es gab einen signifikant positiven Effekt von positivem DC auf die Partnerschaftszufriedenheit (Modell 1: $\beta = .68$, 95% KI [0.56, 0.75], $p < .001$), während negatives DC die Partnerschaftszufriedenheit signifikant negativ vorhersagte (Modell 2: $\beta = -.72$, 95% KI [-0.80, -0.63], $p < .001$). Die Interaktionsterme für positives DC (Modell 1: $\beta = -.02$, 95% KI [-0.16, 0.14], $p = .833$) und negatives DC (Modell 2: $\beta = .12$, 95% KI [-0.12, 0.29], $p = .286$) waren nicht signifikant (s. Tabelle 3).

Dyadisches Coping und kindliches Wohlbefinden (F2)

Modell 3 und Modell 4 zeigten signifikant positive Zusammenhänge zwischen allgemeinem Stress und Elternstress (Modell 3: $\beta = .39$, 95% KI [0.25, 0.51], $p < .001$; Modell 4: $\beta = .39$, 95% KI [0.24, 0.51], $p < .001$). Elternstress war signifikant negativ mit dem kindlichen Wohlbefinden assoziiert ($r = -.44$, $p < .001$) (s. Tabelle 1). Der negative Zusammenhang blieb auch nach der Inklusion von positivem und negativem DC in die Pfadmodelle bestehen (Modell 3: $\beta = -.47$, 95% KI [-0.60, -0.32], $p < .001$; Modell 4: $\beta = -.45$, 95% KI [-0.56, -0.29], $p < .001$). Es gab weder einen signifikant direkten Zusammenhang zwischen positivem DC (Modell 3: $\beta = -.05$, 95% KI [-0.18, 0.10], $p < .531$) und negativem DC (Modell 4: $\beta = -.02$, 95% KI [-0.21, 0.14], $p < .801$) und dem kindlichen Wohlbefinden, noch zwischen den jeweiligen Interaktionstermen (positives DC: Modell 3: $\beta = -.07$, 95% KI [-0.22, 0.10], $p < .397$; negatives DC: Modell 4: $\beta = -.04$, 95% KI [-0.21, 0.16], $p < .649$) (s. Tabelle 4).

Individuelles Coping und Partnerschaftszufriedenheit (F3)

Alle Modelle zeigten einen signifikant positiven Zusammenhang von allgemeinem Stress und Elternstress (Modell 5: $\beta = .39$, 95% KI [0.24, 0.51], $p < .001$; Modell 6: $\beta = .39$, 95% KI [0.24, 0.51], $p < .001$; Modell 7: $\beta = .39$, 95% KI [0.20, 0.73], $p < .001$). In Modell 5 ($\beta = -.23$, 95% KI [-0.38, -0.06], $p = .005$) und Modell 6 ($\beta = -.25$, 95% KI [-0.41, -0.07], $p = .005$) gab es signifikant negative Zusammenhänge mit mittleren Effektstärken zwischen Eltern-

Tabelle 3

Pfadanalysen für Fragestellung 1 zur Untersuchung der Partnerschaftszufriedenheit mit allgemeinem Stress, Elternstress und DC als Prädiktoren

Modellpfad	β	$SE(\beta)$	z	p	95% KI
Modell 1					
PSS → ESF	.39	.07	5.69	< .001	[0.24, 0.51]
ESF → PFB-K	-.09	.07	-1.37	.172	[-0.22, 0.03]
DC ^p → PFB-K	.68	.05	14.28	< .001	[0.56, 0.75]
ESF*DC ^p → PFB-K	-.02	.08	-.21	.833	[-0.16, 0.14]
Modell 2					
PSS → ESF	.39	.07	5.55	< .001	[0.24, 0.51]
ESF → PFB-K	-.00	.06	-.13	.900	[-0.13, 0.12]
DC ⁿ → PFB-K	-.72	.04	-16.26	< .001	[-0.80, -0.63]
ESF*DC ⁿ → PFB-K	.12	.11	1.07	.286	[-0.12, 0.29]

Anmerkung: $N = 137$. PSS = Allgemeiner Stress; ESF = Elternstress; PFB-K = Partnerschaftszufriedenheit.

Tabelle 4

Pfadanalysen zu Fragestellung 2 zur Untersuchung des kindlichen Wohlbefindens mit allgemeinem Stress, Elternstress und DC als Prädiktoren

Modellpfad	β	$SE(\beta)$	z	p	95% KI
Modell 3					
PSS → ESF	.39	.07	5.71	< .001	[0.25, 0.51]
ESF → KINDL ^R	-.47	.07	-6.69	< .001	[-0.60, -0.32]
DC ^p → KINDL ^R	-.05	.07	-.63	.531	[-0.18, 0.10]
ESF*DC ^p → KINDL ^R	-.07	.08	-.85	.397	[-0.22, 0.10]
Modell 4					
PSS → ESF	.39	.07	5.56	< .001	[0.24, 0.51]
ESF → KINDL ^R	-.45	.07	-6.21	< .001	[-0.56, -0.29]
DC ⁿ → KINDL ^R	-.02	.09	-.25	.801	[-0.21, 0.14]
ESF*DC ⁿ → KINDL ^R	-.04	.09	-.46	.649	[-0.21, 0.16]

Anmerkung: $N = 137$. PSS = Allgemeiner Stress; ESF = Elternstress; KINDL^R = Kindliches Wohlbefinden.

stress und der Partnerschaftszufriedenheit. In Modell 7 gab es keine signifikanten Zusammenhänge zwischen Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit ($\beta = -.16$, 95% KI [-0.31, 0.03], $p = .075$). PFC war signifikant mit der Partnerschaftszufriedenheit assoziiert (Modell 5: $\beta = .25$, 95% KI [0.09, 0.40], $p = .002$) stellte jedoch keinen Moderator für den Zusammenhang zwischen Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit dar (Modell 5: $\beta = .02$, 95% KI [-0.17, 0.19], $p = .868$). Es gab keinen direkten Effekt von EFC auf die Partnerschaftszufriedenheit (Modell 6: $\beta = .04$, 95% KI [-0.16, 0.23], $p = .672$) und auch der Interaktionsterm war nicht signifikant (Modell 6: $\beta = .07$, 95% KI [-0.17, 0.29], $p = .549$). VC war ein signifikant negativer Prädiktor für die Partnerschaftszufriedenheit (Modell 7: $\beta = -.27$, 95% KI [-0.50, -0.01], $p = .024$), der Interaktionsterm war nicht signifikant (Modell 7: $\beta = .16$, 95% KI [-0.16, 0.41], $p = .280$) (s. Tabelle 5).

Individuelles Coping und kindliches Wohlbefinden (F4)

Allgemeiner Stress war in allen Modellen ein signifikanter Prädiktor für Elternstress (Modell 8: $\beta = .39$, 95% KI [0.24, 0.51], $p < .001$; Modell 9: $\beta = .39$, 95% KI [0.24, 0.51], $p < .001$; Modell 10: $\beta = .39$, 95% KI [0.20, 0.73], $p < .001$). Der Zusammenhang zwischen Elternstress und dem kindlichen Wohlbefinden war in allen Pfadmodellen signifikant negativ (Modell 8: $\beta = -.46$, 95% KI [-0.59, -0.32], $p < .001$; Modell 9: $\beta = -.45$, 95% KI [-0.59, -0.30], $p < .001$; Modell 10: $\beta = -.42$, 95% KI [-0.56, -0.26], $p < .001$). Weder die direkten Effekte von PFC (Modell 8: $\beta = .04$, 95% KI [-0.12, 0.18], $p = .586$), EFC (Modell 9: $\beta = -.05$, 95% KI [-0.24, 0.11], $p = .528$) und VC (Modell 10: $\beta = -.09$, 95% KI [-0.29, 0.08], $p = .316$) noch die dazugehörigen Interaktionsterme (PFC: Modell 8: $\beta = -.00$, 95% KI [-0.16, 0.20], $p = .972$; EFC: Modell 9: $\beta = .01$, 95% KI [-0.15, 0.26], $p = .894$, VC: Modell 10: $\beta = -.04$, 95% KI [-0.23, 0.20], $p = .715$) waren signifikant (s. Tabelle 6).

Gemeinsamer Beitrag von individuellem und dyadischem Coping (F5 & F6)

Das Ziel der fünften und sechsten Fragestellungen war es, die Beiträge von IC und DC in einem gemeinsamen Modell sowohl für die Partnerschaftszufriedenheit (F5) und für das kindliche Wohlbefinden (F6) zu untersuchen. Da die Pfadmodelle zu F1 bis F4 jedoch keine signifikanten Moderationseffekte zeigten, wurde zur Überprüfung von F5 und F6 keine weiteren Analysen durchgeführt.

Explorative Analyse: Multiple lineare Regression

In Modell 1, Modell 2, Modell 5 und Modell 7 erwiesen sich individuelle und dyadische Copingstrategien als signifikante Prädiktoren für die Partnerschaftszufriedenheit: positives DC und PFC zeigten positive und negatives DC und VC negative Effekte. Eine explorative multiple

Tabelle 5

Pfadanalysen zu Fragestellung 3 zur Untersuchung der Partnerschaftszufriedenheit mit allgemeinem Stress, Elternstress, PFC, EFC und VC als Prädiktoren

Modellpfad	β	$SE(\beta)$	z	p	95%-KI
Modell 5					
PSS → ESF	.39	.07	5.69	< .001	[0.24, 0.51]
ESF → PFB-K	-.23	.08	-2.83	.005	[-0.38, -0.06]
PFC → PFB-K	.25	.08	3.16	.002	[0.09, 0.40]
ESF*PFC → PFB-K	.02	.09	.17	.868	[-0.17, 0.19]
Modell 6					
PSS → ESF	.39	.07	5.65	< .001	[0.24, 0.51]
ESF → PFB-K	-.25	.09	-2.83	.005	[-0.41, -0.07]
EFC → PFB-K	.04	.10	.42	.672	[-0.16, 0.23]
ESF*EFC → PFB-K	.07	.11	.60	.549	[-0.17, 0.29]
Modell 7					
PSS → ESF	.39	.07	5.56	< .001	[0.20, 0.73]
ESF → PFB-K	-.16	.09	-1.78	.075	[-0.16, 0.01]
VC → PFB-K	-.27	.12	-2.26	.024	[-0.82, -0.02]
ESF*VC → PFB-K	.16	.15	1.08	.280	[-0.16, 0.41]

Anmerkung: $N = 137$. PSS = Allgemeiner Stress; ESF = Elternstress; PFB-K = Partnerschaftszufriedenheit.

Tabelle 6

Pfadanalysen zu Fragestellung 4 zur Untersuchung des kindlichen Wohlbefindens mit allgemeinem Stress, Elternstress, PFC, EFC und VC als Prädiktoren

Modellpfad	β	$SE(\beta)$	z	p	95% KI
Modell 8					
PSS $\rightarrow$ ESF	.39	.07	5.54	< .001	[0.24, 0.51]
ESF $\rightarrow$ KINDL ^R	-.46	.07	-6.50	< .001	[-0.59, -0.32]
PFC $\rightarrow$ KINDL ^R	.04	.07	.55	.586	[0.12, 0.18]
ESF*PFC $\rightarrow$ KINDL ^R	-.00	.09	-.04	.972	[-0.18, 0.20]
Modell 9					
PSS $\rightarrow$ ESF	.39	.07	5.64	< .001	[0.24, 0.51]
ESF $\rightarrow$ KINDL ^R	-.45	.07	-6.12	< .001	[-0.59, -0.30]
EFC $\rightarrow$ KINDL ^R	-.06	.09	-.63	.528	[-0.24, 0.11]
ESF*EFC $\rightarrow$ KINDL ^R	.01	.11	.60	.894	[-0.15, 0.26]
Modell 10					
PSS $\rightarrow$ ESF	.39	.07	5.61	< .001	[0.24, 0.51]
ESF $\rightarrow$ KINDL ^R	-.42	.08	-5.59	< .001	[-0.60, -0.26]
VC $\rightarrow$ KINDL ^R	-.09	.09	-1.00	.316	[-0.28, 0.08]
ESF*VC $\rightarrow$ KINDL ^R	-.04	.10	-.37	.715	[-0.23, 0.20]

Anmerkung: $N = 137$. PSS = Allgemeiner Stress; ESF = Elternstress; KINDL^R = kindliches Wohlbefinden.

lineare Regression wurde berechnet, um die spezifischen Beiträge der jeweiligen Copingstrategien sich aus Tabelle 7 entnehmen. Im ersten Schritt wurden die individuell bedeutsamen Strategien PFC und VC als Prädiktoren in das Modell aufgenommen. Das Gesamtmodell war signifikant, $F(2, 134) = 8.60, p < .001, R^2 = .11, \Delta R^2 = .10$, und konnte 10% der Varianz der Partnerschaftszufriedenheit erklären. Dabei ging erhöhtes VC mit geringerer Partnerschaftszufriedenheit ($\beta = -.23, t(136) = -2.84, p = .005$) und höheres PFC mit höherer Partnerschaftszufriedenheit ($\beta = .24, t(136) = 2.91, p = .004$) einher. Nach Inklusion von positivem und negativem DC blieb das Modell weiterhin signifikant, $F(2, 134) = 53.95, p < .001, R^2 = .62, \Delta R^2 = .61$. Der Anteil an erklärter Varianz der Partnerschaftszufriedenheit stieg auf 61%. Es zeigten sich mittlere positive Effekte von positivem DC ($\beta = .41, t(136) = 5.87, p < .001$) und mittlere negative Effekte von negativem DC ($\beta = -.45, t(136) = -6.05, p < .001$) auf die Partnerschaftszufriedenheit. VC trug nach Inklusion von DC nicht mehr signifikant zur Partnerschaftszufriedenheit bei ($\beta = -.02, t(136) = -0.18, p = .860$), während PFC signifikant blieb ($\beta = .13, t(136) = 2.22, p = .030$), der Effekt jedoch kleiner ausfiel als in Schritt 1.

Diskussion

Das Ziel der vorliegenden Arbeit war es, Zusammenhänge von Elternstress, der Partnerschaftszufriedenheit und dem kindlichen Wohlbefinden im Kontext der elterlichen Stressbewältigung zu erforschen. Eine Besonderheit der Studie lag in der Untersuchung von Elternstress als eine spezifische Form von Stress, die unmittelbar im Zusammenhang mit der Elternrolle steht und deren Auswirkungen ein bislang wenig erforschtes Themenfeld darstellt. Aufbauend auf den theoretischen Modellen des TSM und des STM sollten Unterschiede zwischen den DC- und IC-Strategien der Stichprobe gemessen werden. Dazu wurden vier Fragestellungen zu den Auswirkungen von DC (F1/F2) und IC (F3/F4) für die Partnerschaftszufriedenheit (F1/F3) und für das kindliche Wohlbefinden (F2/F4) formuliert. Auf Basis des theoretischen Hintergrunds sollten in einer fünften und sechsten Fragestellung IC und DC in ein umfangreiches Gesamtmodell inkludiert und ihre Einflüsse im Hinblick auf die Partnerschaftszufriedenheit (F5) und das kindliche Wohlbefinden (F6) miteinander in ein Verhältnis gesetzt werden. Es wurden keine moderierenden Effekte von elterlicher Stressbewältigung – sowohl individuell als auch dyadisch – auf die Zusammenhänge zwischen Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit sowie zwischen Elternstress und dem kindlichen Wohlbefinden gefunden. Die jeweiligen Hypothesen konnten daher nicht bestätigt werden. Die im Rahmen der Studie gefunden Zusammenhänge werden im Weiteren angeführt. Dafür wird zunächst die spezifische Bedeutung von Elternstress in der Arbeit und anschließend

Tabelle 7

Schrittweise multiple lineare Regression mit individuellen Bewältigungsformen in Schritt 1 und Inklusion der dyadischen Bewältigungsformen in Schritt 2

Koeffizienten	<i>b</i>	<i>SE(b)</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>	95 % KI	
						Lower	Upper
Schritt 1 ($\Delta R^2 = .10, p < .001$)							
(Konstante)	15.63	.81		5.57	< .001	10.08	21.19
PFC	.28	.10	.24	2.91	.004	0.09	0.48
VC	-.38	.13	-.23	-2.84	.005	-0.64	-0.11
Schritt 2 ($\Delta R^2 = .61, p < .001$)							
(Konstante)	-4.96	2.72		-1.82	.071	-10.35	0.43
PFC	.15	.07	.13	2.22	.030	0.02	0.29
VC	-.02	.10	-.01	-0.18	.860	-0.21	0.18
DC ^p	.49	.08	.41	5.87	< .001	0.32	0.65
DC ⁿ	-.66	.11	-.45	-6.05	< .001	-0.88	-0.45

Anmerkung. PFC = Problemfokussiertes Coping; VC = Vermeidendes Coping; DC^p = positives DC; DCⁿ = negatives DC.

die Fragestellungen zur Partnerschaftszufriedenheit (F1 und F3) und zum kindlichen Wohlbefinden (F2 und F4) diskutiert. Abschließend werden die Ergebnisse der explorativen multiplen linearen Regressionsanalyse dargestellt.

Obwohl Eltern im Kontext der Elternrolle unvermeidbar Stress erfahren, wurde Elternstress in bisherigen Studien oft nur im Zusammenhang mit schwerwiegenden Belastungen analysiert. Ein Review von Roth et al. (2022) berichtet, dass 85.5% aller Studien Elternstress im Kontext von schwerwiegenden kindesbezogenen Stressoren, beispielsweise der Erkrankung eines Kindes, untersuchen. Da Elternstress ein zwangsläufiges Risiko für alle Eltern darstellt, war es ein wesentliches Anliegen der vorliegenden Arbeit, Elternstress bei einer Stichprobe zu erheben, die ohne vorherige Spezifizierung durch Risikofaktoren auch die Erfassung von alltäglichem Elternstress ermöglichte. Um eine isolierte Analyse des tatsächlichen Effekts von Elternstress zu gewährleisten, wurde sein Anteil zunächst aus dem allgemeinen Stresserleben der Proband*innen statistisch herauspartialisiert. In allen Modellen stellte das allgemeine Stresserleben einen signifikanten Prädiktor für Elternstress mit moderater Effektstärke dar. Das bedeutet, dass ein höheres allgemeines Stresserleben auch höheren Elternstress vorhersagt. Diese Erkenntnisse betten sich in den theoretischen Kontext ein, dass Elternstress auch durch externe Stressoren, beispielsweise Stress am Arbeitsplatz, verstärkt werden kann (Bodenmann, 2000; Deater-Deckard, 2004). Frühere Befunde beschreiben jedoch ebenfalls einen negativen Zusammenhang von hohem Elternstress auf externe Systeme, beispielsweise die Partnerschaftszufriedenheit. Dieser übergreifende Effekt auf die Partnerschaftszufriedenheit lässt sich entweder direkt, beispielsweise durch sexuelle Unzufriedenheit aufgrund des Elternstresses (Leavitt et al., 2017) oder indirekt, in Form von Kommunikationsdifferenzen zwischen den Partner*innen, die durch den Elternstress ausgelöst werden (Papp et al., 2009), beobachten. Elternstress und allgemeiner Stress beeinflussen sich wechselseitig, sodass sich somit keine eindeutigen Aussagen über die zugrunde liegenden Wirkmechanismen treffen lassen. Die mittlere Ausprägung von Elternstress der Proband*innen lag im unteren Bereich und deutet somit auf eine niedrige Ausprägung von Elternstress in der Stichprobe hin. Elternstress und das kindliche Wohlbefinden stehen in einem bidirektionalen Zusammenhang. Elternstress ist einerseits ein Risikofaktor für emotionale und verhaltensbezogene kindliche Störungen (Ribas et al., 2024) und wird andererseits durch kindliche Auffälligkeiten oder Erkrankungen verstärkt (Gabriel & Bodenmann, 2006b). Die Indexkinder der Stichprobe waren laut den elterlichen Angaben größtenteils gesund, nicht in psychotherapeutischer Behandlung und zeigten im Vergleich zur Normstichprobe (Ravens-Sieberer & Bullinger, 2000) eine hohe durchschnittliche elterliche Einschätzung des kindlichen

Wohlbefindens. Daraus folgen zwei Schlüsse: Erstens kann aufgrund der Angaben davon ausgegangen werden, dass die Stichprobe größtenteils nicht durch schwerwiegende kindesbezogene Stressoren, wie chronische Erkrankungen oder starke kindliche Verhaltensauffälligkeiten, belastet war. Zweitens kann die hohe Einschätzung des kindlichen Wohlbefindens aufgrund der wechselseitigen Beziehung zwischen kindlichen Auffälligkeiten und Elternstress eine Erklärung für die niedrige Ausprägung von Elternstress in der Stichprobe sein. Zusammengefasst stellt Elternstress eine noch wenig erforschte und dennoch bedeutsame Unterform von Stress dar. Zukünftige Studien sollten sowohl Wechselwirkungen mit anderen Stressoren und Einflussfaktoren, welche den Elternstress verstärken oder abmildern können, weiter untersuchen.

F1 nahm Zusammenhänge zwischen Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit sowie einen moderierenden Einfluss von positivem und negativem DC an. *Hypothese 1.1* ging von einem direkten Zusammenhang zwischen Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit aus. Die deskriptiven Ergebnisse zeigten einen kleinen, jedoch signifikanten Zusammenhang. Nach Herauspartialisierung des Elternstress aus dem allgemeinen Stress verschwand der signifikante Zusammenhang für beide Pfadmodelle mit DC (Modell 1, Modell 2). Dies widerspricht bisherigen Forschungsergebnissen, die einen negativen Effekt von Stress auf die Partnerschaftszufriedenheit beschreiben, jedoch nicht immer explizit Elternstress untersuchen (Bodenmann, 1995, 2000; Randall & Bodenmann, 2009). Bislang liegen nur wenige Studien vor, die sich isoliert mit den Auswirkungen von Elternstress auf die Partnerschaftszufriedenheit auseinandersetzen, diese berichten jedoch ebenfalls negative Assoziationen (Nelson et al., 2014; Randall & Bodenmann, 2017; Zemp et al., 2017). Dass dieser Zusammenhang in der vorliegenden Studie nicht bestätigt werden konnte, könnte daran liegen, dass der Varianzanteil, den Elternstress auf die Partnerschaftszufriedenheit erklärt, geringer ist als der von Stressoren aus anderen Lebensbereichen, die eher dem allgemeinen Stress zugeordnet werden. Interessanterweise war der Zusammenhang zwischen allgemeinem Stress und der Partnerschaftszufriedenheit in den deskriptiven Statistiken jedoch ebenfalls nicht signifikant (s. Tabelle 1). Daraus folgt die Annahme, dass die Stichprobe sowohl von allgemeinem Stress als auch von Elternstress wenig belastet war. In den Pfadmodellen zeigte sich ein signifikant positiver Zusammenhang zwischen positivem DC (Modell 1) sowie ein signifikant negativer Zusammenhang zwischen negativem DC (Modell 2) und der Partnerschaftszufriedenheit. Diese Befunde stehen im Einklang mit vorherigen Studienergebnissen, die die Auswirkungen von Stress und DC bei Paaren untersuchten (Bodenmann, 1995; Bodenmann & Cina, 2006; Bodenmann et al., 2006; Charvoz et al., 2003; Landolt et al., 2023). Studien, die explizit die

Auswirkungen von DC im Kontext von Elternstress untersuchen zeigen zudem, dass negatives DC mit vermehrten Erziehungskonflikten und ungünstiger Paarkommunikation bei Eltern einhergeht. Umgekehrt ist positives DC mit einem besserem Familienklima sowie förderlichen Kommunikations- und Interaktionsmustern bei Eltern assoziiert (Bodenmann, 2000; Roth et al., 2022; Zemp, Bodenmann et al., 2016). Die Art und Weise, wie Paare mit den elterlichen Anforderungen von Elternstress umgehen, beeinflusst daher nicht nur die Elternrolle, sondern kann sich auch auf andere Domänen, beispielsweise die Partnerschaftszufriedenheit, übertragen. Die, in diesem Zusammenhang formulierten Moderationseffekte (*Hypothese 1.2*, *Hypothese 1.3*) konnten in der vorliegenden Studie jedoch nicht bestätigt werden. Das widerspricht früheren Studien, die einen moderierenden Einfluss von positivem und negativem DC auf den Zusammenhang von Stress und der Partnerschaftszufriedenheit beschreiben, wobei auch in diesen Studien nicht explizit Elternstress untersucht wurde (Bodenmann, 1995; Charvoz et al., 2003). Da Elternstress eine spezifische Subkategorie von Stress darstellt und in der Stichprobe tendenziell gering ausgeprägt war, könnte Elternstress zu wenig Varianz und damit statistische Power aufweisen. Dadurch könnten potenzielle Effekte verdeckt bleiben. Es könnte zudem sein, dass DC eine grundlegende partnerschaftliche Ressource darstellt, die sich, unabhängig von der Intensität des Elternstress, fördernd – bei positivem DC – beziehungsweise hemmend – bei negativem DC – auf die Partnerschaftszufriedenheit auswirkt. Zusammengefasst legen die Ergebnisse nahe, dass weniger der direkte Effekt von Stress – sowohl allgemein als auch Elternstress – die Partnerschaftszufriedenheit beeinflusst, sondern vielmehr die Art und Weise, wie Paare mit Stress umgehen. Adaptive Stressbewältigung kann in stressreichen Situationen sogar zu einem verstärkten Sicherheits- und Wir-Gefühl in einer Partnerschaft führen (Bodenmann, 2000, 2008b). Die Befunde unterstreichen die Bedeutung für weitere Untersuchungen von DC in der Paar- und Familienforschung.

F3 nahm Zusammenhänge von Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit sowie moderierende Einflüsse von IC (PFC, EFC, VC) an. In Modell 5 (PFC) und Modell 6 (EFC) sagte Elternstress die Partnerschaftszufriedenheit signifikant negativ vorher. *Hypothese 1.1* wurde somit teilweise bestätigt. Daraus lässt sich schließen, dass IC – anders als DC – potenziell nicht ausreicht, um die negativen Folgen von Elternstress auf die Partnerschaftszufriedenheit zu puffern. Zusätzlich zeigten sich signifikant positive Zusammenhänge zwischen PFC (Modell 5) und signifikant negative Zusammenhänge zwischen VC (Modell 7) und der Partnerschaftszufriedenheit. Da PFC in der Forschungsliteratur als adaptives Verhalten zur erfolgreichen Stressbewältigung gilt und positiv für das individuelle Wohlbefinden sowie romantische Beziehungen ist (Deater-Deckard, 2004; Lazarus & Folkman, 1984; Preuss et al.,

2021), fügen sich die vorliegenden Ergebnisse in den bisherigen Forschungsstand ein. Es kann davon ausgegangen werden, dass Individuen, die vermehrt PFC anwenden, eher in der Lage sind Stressoren zu bewältigen. Dadurch kann einerseits das individuelle Stresserleben verringert und andererseits das Wohlbefinden verstärkt werden. Langfristig kann sich adaptive Stressbewältigung auch positiv auf soziale Interaktionen, hier im Speziellen die romantische Partnerschaft, auswirken (Chao, 2011; Lazarus, 1993b). Die Effekte von VC auf die Partnerschaftszufriedenheit lassen sich dadurch erklären, dass vermeidendes Verhalten gegenüber dem Stressor und der Stresssituation, wie bereits in früheren Studien dargelegt (Carver & Connor, 2010; Dijkstra & Homan, 2016), langfristig zu einer Intensivierung der erlebten Stressreaktion führt. Das beständige Stresserleben wiederum beeinflusst die Interaktions- und Kommunikationsmuster der betroffenen Person. Frühere Befunde zeigen, dass sich VC negativ auf die Partnerschaftskommunikation (Bodenmann, 1995, 2000) und die Partnerschaftszufriedenheit (Bodenmann, 2000; 2008a, Randall & Bodenmann, 2009) auswirkt. Im Kontext von Elternstress konnte gezeigt werden, dass die Intensivierung des Elternstresses durch die vermehrte Nutzung von VC zusätzlich mit dem Gefühl assoziiert ist, nicht genug von dem*der Partner*in unterstützt zu werden (Puff & Renk, 2014), was die Partnerschaftszufriedenheit zusätzlich belasten kann. Für EFC wurden keine signifikanten Effekte gefunden. Die bisherigen Befunde bezüglich der Wirksamkeit von EFC sind uneindeutig, was durch die erschwerte Abgrenzung von VC als Unterkategorie von EFC liegen könnte. Für zukünftige Forschung wäre eine eindeutige und einheitliche Differenzierung der Copingstrategien sinnvoll. Alle angenommenen Moderationseffekte (PFC: *Hypothese 3.1*, EFC: *Hypothese 3.2*, VC: *Hypothese 3.3*) konnten nicht bestätigt werden, was durch die fehlende Varianz und geringe Power in der Ausprägung von Elternstress in der Stichprobe erklärt werden kann. Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass einige Ausprägungen von IC die Partnerschaftszufriedenheit beeinflussen. Allerdings lassen sich auf Grundlage der Ergebnisse keine eindeutigen Aussagen treffen, ob IC eine vermittelnde Rolle auf die Zusammenhänge von Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit spielt.

F2 nahm Zusammenhänge von Elternstress und dem kindlichen Wohlbefinden sowie moderierende Einflüsse von positivem und negativem DC an. Die Hypothese, dass Elternstress mit dem kindlichen Wohlbefinden assoziiert ist (*Hypothese 2.1*), wurde in den entsprechenden Pfadmodellen (Modell 3, Modell 4, Modell 5, Modell 8, Modell 9, Modell 10) bestätigt. Elternstress stellte in der Stichprobe einen signifikant negativen Prädiktor für die Einschätzung des kindlichen Wohlbefindens dar. Der Zusammenhang blieb unabhängig von den unterschiedlichen Copingstrategien die in die Pfadmodelle aufgenommen wurden bestehen. Je

höher also der Elternstress, desto niedriger scheint die Bewertung der kindlichen Gesundheit. Frühere Forschung von Russel et al. (2022) zeigt ähnliche Ergebnisse, dass Eltern mit hohem Elternstress ihre Kinder ebenfalls als gestresster einschätzen. Der Effekt lässt sich zudem durch die maladaptiven elterlichen Erziehungs- und Bindungsmuster sowie dysfunktionalen Eltern-Kind-Beziehungen erklären, die durch Elternstress gefördert werden und sich wiederum problematisch auf das Kind auswirken (Cina & Bodenmann, 2009; Deater-Deckard et al. 1998; Mitchell & Hauser-Cram, 2010; Puff & Renk, 2014; Roustit et al., 2010; Zemp & Bodenmann, 2018). Sowohl die direkten Effekte von DC auf das kindliche Wohlbefinden als auch die Moderationsanalysen für positives DC (*Hypothese 2.2*) und negatives DC (*Hypothese 2.3*) waren nicht signifikant und wurden entsprechend verworfen. Der bisherige Forschungsstand zu DC im Kontext von Elternstress weist auf eine protektive Rolle von positivem DC (Bodenmann, 2000; Roth et al., 2022, Zemp, Bodenmann et al., 2016) und auf einen negativen Einfluss von negativen DC (Falconier & Kuhn, 2019; Gabriel & Bodenmann, 2006a) auf das kindliche Wohlbefinden hin. Die fehlenden Zusammenhänge in der vorliegenden Studie könnten wiederum auf die geringe Ausprägung von Elternstress und der daraus resultierenden geringen Power zurückzuführen sein. Obwohl DC von Elternstress ein bislang noch wenig erforschtes Gebiet darstellt, zeigen bisherige Studienbefunde, dass elterliches DC einen Einfluss auf das kindliche Wohlbefinden haben kann. Daraus ergibt sich die Notwendigkeit weiterer Forschung, um den Einfluss von DC im Kontext von Elternstress und die daraus resultierenden Verhaltens- und Kommunikationsmuster von Eltern sowie ihre Auswirkungen auf das Kind genauer zu verstehen.

In F4 wurden Zusammenhänge von Elternstress auf das kindliche Wohlbefinden sowie mögliche Moderationseffekte des IC der Eltern untersucht. Der direkte Effekt von Elternstress auf das kindliche Wohlbefinden war in allen Pfadmodellen (Modell 8, Modell 9, Modell 10) signifikant und wurde bereits im Rahmen von F2 diskutiert (s. *Hypothese 2.1*). Hinsichtlich der angenommenen Moderationen (PFC: *Hypothese 4.1*, EFC: *Hypothese 4.2*, VC: *Hypothese 4.3*) konnten keine signifikanten Effekte festgestellt werden; die entsprechenden Hypothesen wurden somit nicht bestätigt. Auch hier muss beachtet werden, dass der Elternstress in der Stichprobe nur gering ausgeprägt war, sodass die Varianz potenziell zu niedrig war, um Effekte zuverlässig zu erfassen. Frühere Befunde legen jedoch nahe, dass IC im Kontext von Elternstress in unterschiedlichen Ausprägungen protektive oder belastende Effekte auf das kindliche Wohlbefinden haben kann (Deater-Deckard, 2004; Morgan et al., 2022; Ranieri et al., 2014; Roth et al., 2022). Weitere Forschung ist notwendig um die spezifischen

Wirkmechanismen von Elternstress, IC und dem kindlichen Wohlbefinden genauer zu verstehen.

Obwohl IC und DC eigenständige Copingstrategien darstellen, können sie sich in ihrem Auftreten gegenseitig fördern oder hemmen (Bodenmann, 2000; Herzberg, 2013; Papp & Witt, 2010). Für einen umfassenden Überblick über den Einfluss auf Zusammenhänge von Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit (F5) und dem kindlichen Wohlbefinden (F6) von IC und DC sollten alle Variablen in ein gemeinsames Modell integriert werden. Da in den Daten jedoch in F1 bis F4 keine direkten Moderationseffekte vorlagen, wurden keine weiteren Analysen durchgeführt.

Ausgehend von den signifikanten Effekten von DC (positiv, negativ) und IC (PFC, VC) auf die Partnerschaftszufriedenheit (Modell 1, Modell 2, Modell 5, Modell 7) wurde explorativ eine schrittweise multiple lineare Regression berechnet. Somit wurden die Wirkweisen von IC und DC miteinander ins Verhältnis gesetzt. Sowohl IC als auch DC leisteten einen signifikanten Beitrag zur Erklärung der Partnerschaftszufriedenheit bei. Der Anteil an Varianzaufklärung durch IC (PFC und VC) war gering (10%), während die Inklusion der DC-Strategien den erklärten Varianzanteil erheblich steigerte (61%). Die Ergebnisse bestätigen die Annahme, dass das DC von Paaren einen zentralen Einfluss auf die Partnerschaftszufriedenheit besitzt. Vergleichbare Werte zur erklärten Varianz des DC sowie zur Dominanz von DC verglichen mit IC, liegen bereits aus früheren Studien vor (Bodenmann, 1997a, 2000; Herzberg, 2013; Papp & Witt, 2010). Die Ergebnisse könnten auch erklären, warum in den Pfadmodellen, die DC untersuchten, keine signifikanten Zusammenhänge zwischen Elternstress und der Partnerschaftszufriedenheit gefunden wurden. DC könnte in der Stichprobe einen so relevanten Prädiktor darstellen, dass die Inklusion von DC (positiv und negativ) die Varianzanteile anderer Prädiktoren, beispielsweise von Elternstress, reduzierte (s. F1). Zukünftige Analysen, bestenfalls im Längsschnittdesign, sollten die Auswirkungen und Eigenschaften von DC sowie den Einfluss auf die Partnerschaftszufriedenheit, im Kontext von (Eltern-)Stress, weiter untersuchen. Angelehnt an Bodenmann (1995) sollte die Komplexität der Wechselwirkungen von Stress, DC und der Partnerschaftszufriedenheit nicht unterschätzt werden. Hoher Stress in Partnerschaften als auch eine niedrige Partnerschaftszufriedenheit werden durch multiple Faktoren, darunter auch das IC des*r Partners*in, beeinflusst (Bodenmann, 1995). Der Effekt von IC auf die Partnerschaftszufriedenheit war in der Stichprobe zwar dem Effekt von DC untergeordnet, schwächere oder indirekte Zusammenhänge, insbesondere über längere Zeiträume, sollten zukünftig trotzdem beachtet werden. Befunde nehmen an, dass adaptives IC förderlich für positives DC ist und umgekehrt maladaptives IC negatives DC begünstigt. Die

deskriptiven Statistiken der vorliegenden Studie beschrieben ebenfalls signifikante Zusammenhänge zwischen positivem DC und PFC sowie zwischen VC und negativem DC, was mit dem vorliegenden Forschungsstand übereinstimmt (Bodenmann, 2000, 2005; Bodenmann & Cina, 2006; Bodenmann, Meuwly et al., 2010; Papp & Witt, 2010). Daraus folgt der Schluss, dass DC zwar einen größeren Anteil an Varianz der Partnerschaftszufriedenheit beschreibt, jedoch nicht isoliert von IC untersucht werden sollte. DC und IC stehen in einer dynamischen Beziehung zueinander. Zukünftig sollten sowohl Einflussfaktoren als auch Wechselwirkungen von IC und DC in Studien inkludiert werden, um differenzierte Einblicke zu erlangen und langfristig die individuelle Gesundheit als auch die Paardade zu schützen.

Limitationen

Die vorliegende Arbeit weist einige Limitationen auf. Zunächst ist anzumerken, dass aufgrund des querschnittlichen Designs der Datenanalyse keine kausalen Schlussfolgerungen bezüglich der Zusammenhänge gezogen werden können. Die signifikanten Zusammenhänge der Ergebnisse wurden zudem nicht unter Berücksichtigung von potenziellen Kovariaten, beispielsweise dem Geschlecht, untersucht. Außerdem muss beachtet werden, dass die tatsächlichen wechselseitigen Prozesse der Variablen uneindeutig bleiben. Diese bidirektionalen Beziehungen scheinen besonders für die Differenzierung von Elternstress und allgemeinem Stress relevant zu sein. Zwar war es Ziel der Studie, spezifisch den Einfluss von Elternstress zu untersuchen, dadurch wurde jedoch in der Analyse nur eine einseitige Beziehung berücksichtigt, bei der Elternstress aus dem allgemeinen Stress abgeleitet wurde. Die Annahme, dass erhöhter Elternstress ebenfalls zu höherem allgemeinem Stress führt, blieb somit unberücksichtigt (Deater-Deckard, 2004). Darüber hinaus ging die Studie davon aus, dass hoher Elternstress zu einem niedrigerem kindlichem Wohlbefinden führt. Frühere Studien zeigen jedoch, dass kindliche Verhaltensauffälligkeiten oder Erkrankungen den Elternstress ebenfalls begünstigen können (Gabriel & Bodenmann, 2006a). Weitere Forschung könnte vermehrt auf Längsschnittdesigns oder Strukturgleichungsmodelle setzen, um tatsächliche Einflüsse, Wechselwirkungen und zeitliche Zusammenhänge besser zu verstehen.

Eine weitere Limitation stellt die Durchführung von Pfadanalysen an einer verhältnismäßig kleinen Stichprobe ($N = 137$) dar. Angelehnt an Savalei (2019) sollten Analysen mit ähnlichen Stichproben ($N < 200$) bevorzugt als *Single Indicator Models* gerechnet werden, um genauere Schätzwerte und höhere statistische Power zu erzielen. Aufgrund der Stichprobengröße könnten kleine Effekte, vor allem bezüglich der Auswirkungen von Elternstress, durch die geringe statistische Power potenziell verdeckt bleiben. Die lokalen Fit-Indizes der Modelle waren teilweise nicht akzeptabel. Besonders die Werte des TLI waren über

alle Modelle hinweg unzureichend. Dies kann einerseits auf die geringe Stichprobe zurückgeführt werden (Hu & Bentler, 1999), andererseits aber auch ein Indiz für Overfitting sein, was mit instabilen Schätzwerten und einer eingeschränkten Generalisierbarkeit der Ergebnisse einhergeht. Darüber hinaus lag die interne Konsistenz der Skala EFC unter .70, was auf eine eingeschränkte Reliabilität der Skala hinweist. Zusätzlich wurden die gepaarten Trait-Erhebungsdaten der Laborpaare nicht randomisiert behandelt, sondern stattdessen gezielt nach Geschlecht ausgeschlossen. Die Geschlechterverteilung der tatsächlichen Stichprobe umfasste letztendlich trotzdem mehr Frauen als Männer, weswegen potenziell verzerrende genderspezifische Effekte ebenfalls nicht ausgeschlossen werden können. Fehlende Werte wurden außerdem durch Mittelwertsimputation innerhalb einer Person ergänzt. Dadurch wurde die Stichprobe zwar möglichst groß gehalten, jedoch führen die Imputationen auch zu einer reduzierten natürlichen Varianz, hemmen Extremwerte und verzerren dadurch potenziell Effektstärken.

Eine weitere Einschränkung der Arbeit besteht in den Erhebungsinventaren der einzelnen Konstrukte. Die Einschätzung des kindlichen Wohlbefindens durch den KINDL^R wurde anhand einer Fremdbeurteilung der Kinder durch ihre Eltern erhoben. Diese ist anfällig für potenzielle Verzerrungsfehler, die unter anderem auch durch die soziale Erwünschtheit beeinflusst wird. In der Studie wurden nur die Fremdeinschätzungen des DCI des*der Partners*in berücksichtigt. Dadurch beschreiben die Ergebnisse primär nur die eigene Wahrnehmung des DC des*der Partners*in. Unklar bleibt jedoch, wie die subjektive Selbsteinschätzung mit der Fremdeinschätzung des*der Partners*in des eigenen DC übereinstimmt und umgekehrt, ob sich die eigene Fremdeinschätzung des*der Partners*in mit der Einschätzung des*der Partners*in deckt. Zukünftige Forschung sollte die Selbsteinschätzung des DCI in den Analyseprozess miteinbeziehen, um Diskrepanzen aufzudecken und ein umfassendes Verständnis zu erhalten. Obwohl der DCI auch die Subskalen *gemeinsames* und *delegiertes DC* umfasst, wurden diese in der vorliegenden Untersuchung nicht berücksichtigt. Das lag mitunter an der Unabhängigkeit der Daten. Weitere Forschung sollte auch die Auswirkungen von gemeinsamen und delegierten DC in die Untersuchungen inkludieren, da ihre Relevanz für das individuelle Wohlbefinden und die Paardiyade bereits in früheren Studien nachgewiesen werden konnte (Falconier & Kuhn, 2015, 2019). Die Partnerschaftszufriedenheit, gemessen anhand des PFB-K, war verglichen mit der Normstichprobe von Kliem et al. (2012) unterdurchschnittlich ausgeprägt. Der PFB-K erhebt ferner in einem „Glücks-Item“ die globale Partnerschaftszufriedenheit, bei der die durchschnittliche Ausprägung der Stichprobe $M = 3.49$ ($SD = 1.20$) wiederum hoch ausfiel.

Das lässt darauf schließen, dass die Proband*innen ihre Beziehung global als positiv bewerten, sich jedoch durch spezifische Unzufriedenheiten dennoch belastet fühlten. Diese äußerten sich durch die Ergebnisse der Subskalen des PFB-K. Die Identifikation und Differenzierung solcher Faktoren, die sich auf die Partnerschaftszufriedenheit auswirken können, sollte zukünftig in Analysen detaillierter beachtet werden. Die Ausprägungen von Elternstress, gemessen durch den ESF, war in der Stichprobe sehr gering. Wie bereits erwähnt können daher potenzielle Bodeneffekte in den Ergebnissen nicht ausgeschlossen werden, sodass Zusammenhänge oder Moderationen aufgrund der geringen Ausprägung von Elternstress nicht sichtbar wurden.

Es muss außerdem hinterfragt werden, inwieweit die Proband*innen der Online-Only-Erhebungen und die der Trait-Erhebungen miteinander vergleichbar sind. Personen, die zusätzlich an der Laboruntersuchung teilgenommen haben, könnten sich hinsichtlich ihrer Lebensbedingungen von den Online-Only-Proband*innen unterscheiden, beispielsweise weil sie über mehr zeitliche oder organisatorische Ressourcen verfügen. Die Thematisierung von Elternstress, familiären Belastungen und Partnerschaftszufriedenheit stellt außerdem ein sensibles Forschungsfeld dar. Es ist denkbar, dass Elternteile eher an der Studie teilgenommen haben, wenn sie in stabilen familiären Verhältnissen leben und die Thematik weniger als beschämend oder belastend wahrgenommen haben. Diese These wird durch die Mittelwerte der Fragebogenbatterien gestützt, in denen die Werte für allgemeinen Stress und Elternstress im unteren und die Werte zur globalen Partnerschaftszufriedenheit und Einschätzungen zum kindlichen Wohlbefinden im oberen Ausprägungsbereich lagen. Dadurch folgt der Schluss, dass die Gruppe von Eltern mit hohem Elternstress in der Studie unterrepräsentiert war. Zudem generieren die Einschlusskriterien der Studie (Sprachniveau, Alterseinschränkung des Indexkindes, gemeinsame Fürsorge) eine spezielle Stichprobe, die keine Elterngruppen aus unterschiedlichen kulturellen und sozioökonomischen Hintergründen abbildet. Die vorliegenden Ergebnisse müssen daher mit Vorsicht interpretiert werden und lassen sich nicht einfach generalisieren. Zudem stellt sich die Frage, inwiefern Elternstress als isoliertes Konstrukt aufgefasst werden kann. Elternstress ist eine spezifische Form von Stress, kann jedoch von externen Faktoren beeinflusst werden. Ho et al. (2022) fanden beispielsweise einen additiven Einfluss von Armut (externer Stressor) auf Elternstress: Ärmere, gestresste Eltern hatten schlechtere Eltern-Kind-Beziehungen und zeigten strengere Erziehungsmethoden. Externe Faktoren, die die familiären Strukturen trotzdem beeinflussen, wie beispielsweise monetäre Grundlagen oder der sozioökonomische Status, wurden nicht in die Analyse einbezogen. Zwar wurde in der Analyse Elternstress als eigenständiges Konstrukt behandelt, dennoch bildete er nur einen Teil des übergeordneten allgemeinen Stresses ab. Für zukünftige

Studien könnte es interessant sein, Elternstress als eine von vielen spezifischen Belastungen für Eltern zu untersuchen und so familiären Stress besser zu verstehen.

Das Ziel der Arbeit war es, die spezifischen Auswirkungen von Elternstress auf die Partnerschaftszufriedenheit und das kindliche Wohlbefinden zu untersuchen, ohne die Stichprobe vorher beispielsweise hinsichtlich schwerwiegender Risikofaktoren, die Elternstress begünstigen, zu selektieren (Deater-Deckard, 2004; Roth et al., 2022). Der Fokus lag somit bewusst auf der Wirkungs- und weniger auf der Erklärungsebene von Elternstress. Gleichzeitig scheint der Anteil an Eltern mit höheren Belastungen in der Stichprobe unterrepräsentiert zu sein. Mögliche Erklärungen hierfür sind die Anforderungen des Studiendesigns, die Einschlusskriterien der Studie und Selektionsbias aufgrund der sensiblen Thematik. Um zukünftig Eltern zu erreichen, die stärker von Elternstress belastet sind, sollten Studien möglichst unkompliziert und flexibel gestaltet werden, beispielsweise durch Online-Erhebungen. Darüber hinaus könnten zusätzliche Rekrutierungsmaßnahmen über Beratungsstellen und Familienzentren die Teilnahmebereitschaft von stärker belastenden Familien erhöhen.

Praktische Implikationen

Obwohl die vermuteten Zusammenhänge zwischen Elternstress, der Partnerschaftszufriedenheit und dem kindlichen Wohlbefinden nur teilweise bestätigt werden konnten, sollte Elternstress in zukünftigen Studien weiterhin als eigenständiges Konstrukt untersucht werden. Elternstress stellt ein unvermeidbares Risiko dar und war in dieser Untersuchung unabhängig von der elterlichen Stressbewältigung negativ mit dem kindlichen Wohlbefinden assoziiert. Daher ist es von großer Bedeutung, seine Auswirkungen umfassend zu erforschen. Zukünftige Studien sollten außerdem neben den Auswirkungen auch auslösende Faktoren von Elternstress fokussieren. Bisher wurden diese größtenteils hinsichtlich schwerwiegender Stressoren untersucht (Roth et al., 2022). Alltägliche kindesbezogene Stressoren wie beispielsweise elterlicher Schlafmangel, Überlastung und die Organisation des familiären Alltags wurden dabei nur unzureichend berücksichtigt. Eben diese kindesbezogenen Stressoren können das elterliche Belastungserleben trotzdem wesentlich beeinflussen und stellen somit eine erhebliche Forschungslücke dar (KKH Kaufmännische Krankenkasse, 2024). Kommende Untersuchungen sollten Charakteristika und Dynamiken alltäglicher kindesbezogener Stressoren umfangreich analysieren, um ihre Rolle im Kontext familiärer Stressdynamiken besser zu verstehen. Darüber hinaus könnten solche Studien auch die Entwicklung präventiver Maßnahmen für Eltern fördern. Ziel ist es, Eltern durch die gewonnenen Erkenntnisse möglichst früh zu entlasten, beispielsweise durch die Vermittlung

adaptiver Copingstrategien. Die Relevanz des Forschungsthemas wird auch durch die Tatsache, dass Elternstress ein Prädiktor für die Entwicklung psychopathologischer Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen darstellt (Ribas et al., 2024), unterstrichen. Weitere Untersuchungen, idealerweise im Längsschnittdesign, könnten helfen, um eindeutige Aussagen über die Zusammenhänge von Elternstress und der elterlichen Stressbewältigung zu treffen.

Die Ergebnisse der vorliegenden Arbeit zeigen, dass DC in Paarbeziehungen ein zentraler Prädiktor für die Partnerschaftszufriedenheit ist. Die Befunde reihen sich damit in die bestehende Literatur ein, die einen förderlichen Effekt von positivem DC und einen hemmenden Effekt von negativem DC auf die Partnerschaftszufriedenheit beschreibt (Bodenmann 2000, 2005; Falconier & Kuhn, 2015). Trotz unsicheren Wechselwirkungen zwischen IC und DC konnte gezeigt werden, dass das DC dem IC hinsichtlich seines Einflusses auf die Partnerschaftszufriedenheit eindeutig überlegen ist. Für die klinische Praxis folgt der Schluss, dass für Eltern, die mit erhöhtem Alltagsstress und potenziell mit hohem Elternstress konfrontiert sind, die Aneignung beziehungsweise Förderung von positiven DC einen zentralen Schutzfaktor für die Partnerschaftszufriedenheit darstellt. Für die paartherapeutische Arbeit bedeutet das, den Fokus verstärkt auf die Vermittlung von adaptiven Stressbewältigungsstrategien, insbesondere auf positives DC, bei Paaren zu legen. Zwei bereits validierte Psychotherapieformen sind die Coping-Oriented Couple Therapy (Bodenmann, 2005, 2010) und das Couples-Coping Enhancement Training (Bodenmann & Shantinath, 2004). In beiden Therapien liegt der Fokus auf der Ausarbeitung dyadischer Kommunikations- und Interaktionsprozesse, einer angemessenen Stresskommunikation sowie der Aneignung adaptiver individueller und dyadischer Copingstrategien. Es konnte zudem ein positiver Einfluss von familiären Erziehungs- und Stressbewältigungsprogrammen von Paaren, beispielsweise dem Triple P, auf das kindliche Wohlbefinden und auf die Partnerschaftszufriedenheit gezeigt werden. Es wird davon ausgegangen, dass die erlernten Interaktions- und Kommunikationsmuster diese Programme über den elterlichen beziehungsweise familiären Kontext hinaus auch in anderen Domänen, beispielsweise der romantischen Partnerschaft, angewendet werden können (Zemp, Milet et al., 2016). Vor dem Hintergrund der langfristigen negativen Auswirkungen von Elternstress auf die kindliche Entwicklung und auf das kindliche Wohlbefinden (Choi & Becher, 2018; Cina & Bodenmann, 2009; Deater-Deckard, 1998; Deater-Deckard et al., 1998; Gabriel & Bodenmann, 2006a; Puff & Renk, 2014; Zemp & Bodenmann, 2018), sollte der Zugang zu protektiven Programmen und therapeutischen Angeboten für Eltern weiter ausgebaut werden, um auch die Kinder gestresster Eltern zu schützen.

Elternstress stellt trotz seiner Häufigkeit ein gesellschaftlich stigmatisiertes Thema dar. Viele Eltern berichten, durch die Anforderungen der Elternrolle belastet zu sein, während potenzielle Hilfsangebote im Alltag oft nicht ausreichend bekannt sind (APA, 2024; KKH Kaufmännische Krankenkasse, 2024). Auf sozialpolitischer Ebene könnten somit Bemühungen, die Belastungen von Eltern und die Auswirkungen von Elternstress sichtbar zu machen, zum Abbau von negativen Stigmata beitragen. Da Elternstress unvermeidbar ist, sollten Eltern zudem unterstützt werden, die mit der Elternrolle verbundenen neuartigen Anforderungen möglichst adaptiv zu bewältigen. Somit sollte sowohl Aufklärung und Entstigmatisierung von Elternstress gefördert, aber auch frühzeitige Unterstützung und leicht zugängliche Interventionen geschaffen werden. Die Aufklärung über Anzeichen von Überbelastung durch Elternstress und Vermittlung von adaptiven Copingstrategien könnte beispielsweise über Gesundheitszentren, pädagogische Einrichtungen oder Selbsthilfegruppen erfolgen. Ziel ist es, Eltern möglichst früh zu helfen aus dem, sich selbst verstärkenden, Teufelskreis von Elternstress und maladaptiver Stressbewältigung auszubrechen.

Zusammenfassend zeigt sich, dass Elternstress ein zentraler Einflussfaktor auf familiäre Systeme, die Partnerschaftszufriedenheit und das kindliche Wohlbefinden ist. Dennoch ist weitere Forschung nötig, um die tatsächlichen Wirkmechanismen besser zu verstehen. Ein tieferes Verständnis über die Ursachen und Auswirkungen von Elternstress sowie die Rolle von elterlicher Stressbewältigung erlaubt zudem, dass therapeutische Maßnahmen optimiert und gesellschaftliche Akzeptanz für Elternstress geschaffen werden können.

Konklusion

Das Ziel der vorliegenden Arbeit bestand darin, die Auswirkungen von Elternstress und der elterlichen Stressbewältigung – sowohl dyadisch als auch individuell – hinsichtlich der wahrgenommenen Partnerschaftszufriedenheit und der Einschätzung des kindlichen Wohlbefindens zu untersuchen. Elternstress war in den Ergebnissen mit einer geringeren Einschätzung des kindlichen Wohlbefindens assoziiert. Zudem gab es signifikant positive Zusammenhänge von positivem DC und signifikant negative Zusammenhänge von negativem DC und der Partnerschaftszufriedenheit. Obwohl keine moderierenden Effekte gefunden wurden, stützen die Ergebnisse bestehende Befunde zum Einfluss von positivem und negativem DC auf die Partnerschaftszufriedenheit sowie zu den negativen Auswirkungen von Elternstress für das kindliche Wohlbefinden. Damit leistet die Arbeit einen Beitrag zum Verständnis der Wirkmechanismen von Elternstress auf unterschiedliche Systeme innerhalb von Familien. Zukünftige Forschung sollte den Fokus weiterhin auf Elternstress als spezifische Belastung von Eltern legen und dessen Ursachen, Wirkmechanismen und Wechselwirkungen sowie die Rolle von elterlicher Stressbewältigung untersuchen. Ziel sollte es sein, elterlichen Stress besser zu verstehen und langfristig protektive Maßnahmen für Eltern, ihre Kinder und das übergeordnete familiäre System zu erschaffen.

Literaturverzeichnis

- Abidin, R.R. (1992). The determinants of parenting behavior. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21(4), 407–412. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2104_12
- Acha, J., Barreto-Zarza, F., Macía, P., & Arranz-Freijo, E. (2025). Parental stress and children's long-term vocabulary and decoding abilities: A contextual explanatory model. *European Journal of Psychology of Education*, 40(3). <https://doi.org/10.1007/s10212-025-00976-0>
- APA (2024, 12. Juli). Parental burnout and stress. *American Psychological Association*. <https://www.apa.org/topics/stress/parental-burnout>
- Alostaz, J., Baker, J. K., Fenning, R. M., Neece, C. L., & Zeedyk, S. (2022). Parental coping as a buffer between child factors and emotion-related parenting in families of children with autism spectrum disorder. *Journal of Family Psychology*, 36(1), 153–158. <https://doi.org/10.1037/fam0000757>
- Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development*, 55(1), 83–96. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1984.tb00275.x>
- Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2017). Lazarus and Folkman's psychological stress and coping theory. In C. L. Cooper & J. C. Quick (Hrsg.), *The handbook of stress and health: A guide to research and practice* (S. 351–364). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781118993811.ch21>
- Bodenmann, G. (1995). Der Einfluss von Stress und Coping auf die Qualität und Stabilität von Partnerschaften: eine 2-Jahres Längsschnittuntersuchung. *Zeitschrift für Familienforschung*, 7(1), 27–49.
- Bodenmann, G. (1997a). 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. (1997b). *Kodiersystem zur Erfassung des emotionalen supportiven dyadischen Copings (SEDC). Erweiterte und adaptierte Version* [Unveröffentlichtes Manual]. Universität Fribourg.
- Bodenmann, G. (2000). *Stress und Coping bei Paaren*. Hogrefe.
- Bodenmann, G. (2008a). Dyadic coping and the significance of this concept for prevention and therapy. *Zeitschrift für Gesundheitspsychologie*, 16(3), 108–111. <https://doi.org/10.1026/0943-8149.16.3.108>
- Bodenmann, G. (2008b). *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., & Cina, A. (2000). Stress und Coping als Prädiktoren für Scheidung: Eine prospektive Fünf-Jahres-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. *Journal of Divorce & Remarriage*, 44(1–2), 71–89. https://doi.org/10.1300/J087v44n01_04
- Bodenmann, G., & Perrez, M. (1991). Dyadisches Coping - eine systemische Betrachtungsweise der Belastungsbewältigung in Partnerschaften. *Zeitschrift für Familienforschung*, 3(3), 4–25. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-293105>
- 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., & Shantinath, S. D. (2004). The couples coping enhancement training (CCET). *Family Relations*, 53(5), 477–484. <https://doi.org/10.1111/j.0197-6664.2004.00056.x>
- Bodenmann, G., Perrez, M., & Gottman, J. M. (1996). Die Bedeutung des intrapsychischen Copings für die dyadische Interaktion unter Stress. *Zeitschrift für Klinische Psychologie*, 25(1), 1–13.
- 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., 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>
- Braithwaite, S., & Holt-Lunstad, J. (2017). Romantic relationships and mental health. *Current Opinion in Psychology*, 13, 120–125. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.04.001>

- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.56.2.267>
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92–100. https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm0401_6
- Carver, C. S., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual Review of Psychology*, 61(1), 679–704. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100352>
- Calvano, C., Engelke, L., Di Bella, J., Kindermann, J., Renneberg, B., & Winter, S. M. (2022). Families in the COVID-19 pandemic: parental stress, parent mental health and the occurrence of adverse childhood experiences—results of a representative survey in Germany. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 31(7), 1–13. <https://doi.org/10.1007/s00787-021-01739-0>
- Charvoz, L., Bodenmann, G. & Hermann, E. (2003). Effet modérateur de la gestion du stress et du support social sur les performances et la satisfaction. *Archives de Psychologie*, 70, 67–78.
- Chao, R. C.-L. (2011). Managing stress and maintaining well-being: Social support, problem-focused coping, and avoidant coping. *Journal of Counseling & Development*, 89(3), 338–348. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2011.tb00098.x>
- Choi, J. K., & Becher, E. H. (2019). Supportive coparenting, parenting stress, harsh parenting, and child behavior problems in nonmarital families. *Family Process*, 58(2), 404–417. <https://doi.org/10.1111/famp.12373>
- Chung, G., Lanier, P., & Wong, P. Y. J. (2022). Mediating effects of parental stress on harsh parenting and parent-child relationship during coronavirus (COVID-19) pandemic in Singapore. *Journal of Family Violence*, 37(5), 801–812. <https://doi.org/10.1007/s10896-020-00200-1>
- Cina, A., & Bodenmann, G. (2009). Zusammenhang zwischen Stress der Eltern und kindlichem Problemverhalten. *Kindheit und Entwicklung*, 18(1), 39–48. <https://doi.org/10.1026/0942-5403.18.1.39>
- Coto, J., Galicia, M., Sanchez, C., Sawafta, J., & Cejas, I. (2024). Mental health, parenting stress, and parenting practices of parents of deaf or hard of hearing children during the pandemic. *American Annals of the Deaf*, 169(1), 77–90. <https://doi.org/10.1353/aad.2024.a931190>

- Cowan, C. P., & Cowan, P. A. (1988). Who does what when partners become parents: Implications for men, women, and marriage. *Marriage & Family Review*, 12(3–4), 105–131. https://doi.org/10.1300/J002v12n03_07
- Deater-Deckard, K. D. (1998). Parenting stress and child adjustment: Some old hypotheses and new questions. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 5, 314–332. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.1998.tb00152.x>
- Deater-Deckard, K. D. (2004). *Parenting stress*. Yale University Press.
- Deater-Deckard, K.D. (2005). Parenting stress and children's development: Introduction to the special issue. *Infant and Child Development*, 14, 111–115. <https://doi.org/10.1002/icd.383>
- Deater-Deckard, K., Dodge, K. A., Bates, J. E., & Pettit, G. S. (1998). Multiple risk factors in the development of externalizing behavior problems: Group and individual differences. *Development and Psychopathology*, 10(3), 469–493. <https://doi.org/10.1017/S0954579498001709>
- DeStasio, S., Boldrini, F., Ragni, B., & Gentile, S. (2020). Predictive factors of toddlers' sleep and parental stress. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 2494. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072494>
- Dijkstra, M. T., & Homan, A. C. (2016). Engaging in rather than disengaging from stress: Effective coping and perceived control. *Frontiers in Psychology*, 7, 1415. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01415>
- Domsch, H., & Lohaus, A. (2010). *Elternstressfragebogen (ESF)*. Hogrefe.
- Ernst, G., Franke, A. & Franzkowiak, P. (2022). Stress und Stressbewältigung. In: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (Hrsg.), *Leitbegriffe der Gesundheitsförderung und Prävention. Glossar zu Konzepten, Strategien und Methoden*. <https://doi.org/10.17623/BZGA:Q4-i118-2.0>
- Esch, T., Stefano, G. B., Fricchione, G. L., & Benson, H. (2002). The role of stress in neurodegenerative diseases and mental disorders. *Neuroendocrinology Letters*, 23(3), 199–208.
- Essler, S., Christner, N., & Paulus, M. (2024). Short-term and long-term effects of the COVID-19 pandemic on child psychological well-being: A four-wave longitudinal study. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 33(3), 909–922. <https://doi.org/10.1007/s00787-023-02215-7>
- Fairfax, A., Brehaut, J., Colman, I., Sikora, L., Kazakova, A., Chakraborty, P. & Potter, B. K. (2019). A systematic review of the association between coping strategies and quality of

- life among caregivers of children with chronic illness and/or disability. *BMC Pediatrics*, 19(1), 215. <https://doi.org/10.1186/s12887-019-1587-3>
- 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), 1–23. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00571>
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1991). Coping and emotion. In Monat, A., & Lazarus, R. S. (Hrsg.), *Stress and Coping: An Anthology* (S. 207–227). Columbia University Press.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2000). Stress, positive emotion, and coping. *Current Directions in Psychological Science*, 9(4), 115–118. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00073>
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*, 55(1), 745–774. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141456>
- Gabriel, B., & Bodenmann, G. (2006a). Elterliche Kompetenzen und Erziehungskonflikte. *Kindheit und Entwicklung*, 15(1), 9–18. <https://doi.org/10.1026/0942-5403.15.1.9>
- Gabriel, B., & Bodenmann, G. (2006b). Stress und Coping bei Paaren mit einem verhaltensauffälligen Kind. *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 35(1), 59–64. <https://doi.org/10.1026/1616-3443.35.1.59>
- Gerber, M., & Schilling, R. (2018). Stress als Risikofaktor für körperliche und psychische Gesundheitsbeeinträchtigungen. In Fuchs, R., Gerber, M. (Hrsg.), *Handbuch Stressregulation und Sport* (S. 93 – 122). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-662-49322-9_5
- Gloria, C. T., & Steinhardt, M. A. (2016). Relationships among positive emotions, coping, resilience and mental health. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 32(2), 145–156. <https://doi.org/10.1002/smi.2589>
- Hasselle, A. J., Schwartz, L. E., Berlin, K. S., & Howell, K. H. (2019). A latent profile analysis of coping responses to individuals' most traumatic event: associations with adaptive and maladaptive mental health outcomes. *Anxiety, Stress & Coping*, 32(6), 626–640. <https://doi.org/10.1080/10615806.2019.1638733>
- Heinrichs, M., Stächele, T., & Domes, G. (2015). *Stress und Stressbewältigung*. Hogrefe. <https://doi.org/10.1026/9783801722524>

- Herzberg P. Y. (2013). Coping in relationships: the interplay between individual and dyadic coping and their effects on relationship satisfaction. *Anxiety, Stress, and Coping*, 26(2), 136–153. <https://doi.org/10.1080/10615806.2012.655726>
- Hess, S. (2022). Effects of inter-parental conflict on children's social well-being and the mediation role of parenting behavior. *Applied Research in Quality of Life*, 17(4), 2059–2085. <https://doi.org/10.1007/s11482-021-10022-y>
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Jeong, J., McCann, J. K., Joachim, D., Ahun, M. N., Kabati, M., & Kaaya, S. (2024). Fathers' mental health and coping strategies: A qualitative study in Mwanza, Tanzania. *BMJ Open*, 14(2), e080933. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2023-080933>
- Jackson, A. P., & Choi, J.-K. (2018). Parenting stress, harsh parenting, and children. *Journal of Family Medicine and Community Health*, 5(3). <https://doi.org/10.47739/2379-0547/1150>
- KKH Kaufmännische Krankenkasse (2024, 16. März). Eltern-Burnout statt Familienglück? KKH. <https://www.kkh.de/presse/pressemitteilungen/elternstress2024>
- Klein, E. M., Brähler, E., Dreier, M., Reinecke, L., Müller, K. W., Schmutzer, G., Wölfling, K., & Beutel, M. E. (2016). The German version of the Perceived Stress Scale—Psychometric characteristics in a representative German community sample. *BMC Psychiatry*, 16, 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12888-016-0875-9>
- Kliem, S., Job, A.-K., Kröger, C., Bodenmann, G., Stöbel-Richter, Y., Hahlweg, K., & Brähler, E. (2012). Entwicklung und Normierung einer Kurzform des Partnerschaftsfragebogens (PFB-K) an einer repräsentativen deutschen Stichprobe. *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 41(2), 81–89. <https://doi.org/10.1026/1616-3443/a000135>
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford Press.
- Knoll, N. (2002). *Coping as a personality process: How elderly patients deal with cataract surgery* (Doktorarbeit, Freie Universität Berlin). Refubium. <http://dx.doi.org/10.17169/refubium-17461>
- Knoll, N., Rieckmann, N., & Schwarzer, R. (2005). Coping as a mediator between personality and stress outcomes: A longitudinal study with cataract surgery patients. *European Journal of Personality*, 19, 229–247. <https://doi.org/10.1002/per.546>
- Kury, P. (2012). *Der überforderte Mensch: Eine Wissensgeschichte vom Stress zum Burnout*. Campus

- 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.
- Landolt, S. A., Weitkamp, K., Roth, M., Sisson, N. M., & Bodenmann, G. (2023). Dyadic coping and mental health in couples: A systematic review. *Clinical psychology review*, 106, 102344. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2023.102344>
- Leavitt, C. E., McDaniel, B. T., Maas, M. K., & Feinberg, M. E. (2017). Parenting stress and sexual satisfaction among first-time parents: A dyadic approach. *Sex Roles*, 76(5–6), 346–355. <https://doi.org/10.1007/s11199-016-0623-0>
- Lee, T. H., & Ng, T. K. (2023). Stress communication, communication satisfaction, and relationship satisfaction: an actor-partner interdependence mediation model. *The Journal of Social Psychology*, 164(5), 755–768. <https://doi.org/10.1080/00224545.2023.2171848>
- 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>
- Li, R., Cooper, C., Bradley, J., Shulman, A., & Livingston, G. (2012). Coping strategies and psychological morbidity in family carers of people with dementia: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 139(1), 1–11. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2011.05.055>
- Lu, M. H., Wang, G. H., Lei, H., Shi, M. L., Zhu, R., & Jiang, F. (2018). Social support as mediator and moderator of the relationship between parenting stress and life satisfaction among the Chinese parents of children with ASD. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 48(4), 1181–1188. <https://doi.org/10.1007/s10803-017-3448-y>
- Mikolajczak, M., Gross, J. J., & Roskam, I. (2021). Beyond Job Burnout: Parental Burnout! *Trends in Cognitive Sciences*, 25(5), 333–336. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2021.01.012>
- Mirosavljević, A., & Sablić, M. (2025). The complex interplay of parental stress and parenting styles: A comprehensive review of recent literature. *Journal of Research in Education and Pedagogy*, 2(2), 201–219.

- Mitchell, D. B., & Hauser-Cram, P. (2010). Early childhood predictors of mothers' and fathers' relationships with adolescents with developmental disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 54(6), 487–500. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2010.01268.x>
- Morgan, D. D., Higgins, C. D., Ingram, P. B., & Rogers, C. R. (2022). Predicting parental mental health during COVID-19: Economic pressure, COVID-19 stress and coping strategies. *Frontiers in Psychology*, 13, 909978. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.909978>
- Nakano, K. (1991). The role of coping strategies on psychological and physical well-being. *Japanese Psychological Research*, 33(4), 160–167.
- 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>
- 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>
- Paula, A. J., Condeles, P. C., Moreno, A. L., Ferreira, M. B. G., Fonseca, L. M. M., & Ruiz, M. T. (2021). Parental burnout: A scoping review. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 75(3), e20210203. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0203>
- Piro-Gambetti, B., Greenlee, J., Hickey, E. J., Putney, J. M., Lorang, E., & Hartley, S. L. (2023). Parental depression symptoms and internalizing mental health problems in autistic children. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 53(6), 2373–2383. <https://doi.org/10.1007/s10803-022-05518-x>
- Poulus, D., Coulter, T. J., Trotter, M. G., & Polman, R. (2020). Stress and coping in esports and the influence of mental toughness. *Frontiers in Psychology*, 11, 628. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00628>
- Preuss, H., Capito, K., van Eickels, R. L., Zemp, M., & Kolar, D. R. (2021). Cognitive reappraisal and self-compassion as emotion regulation strategies for parents during COVID-19: An online randomized controlled trial. *Internet Interventions*, 24, 100388. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2021.100388>

- Puff, J., & Renk, K. (2014). Relationships among parents' economic stress, parenting, and young children's behavior problems. *Child Psychiatry and Human Development*, 45(6), 712–727. <https://doi.org/10.1007/s10578-014-0440-z>
- 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., & Bodenmann, G. (2017). Stress and its associations with relationship satisfaction. *Current Opinion in Psychology*, 13, 96–106. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.05.010>
- Ranieri, S., Ferrari, L., Parise, M., Pagani, A. F., Donato, S., Regalia, C., Lanz, M., Iafrate, R., & Rosnati, R. (2024). Parents' dyadic coping, parent–child relationship quality, and children's emotional difficulties during the COVID-19 pandemic. *Child & Family Social Work*, 29(4), 939–947. <https://doi.org/10.1111/cfs.13145>
- Ravens-Sieberer, U., & Bullinger, M. (2000). *KINDLR: Fragebogen zur Erfassung der gesundheitsbezogenen Lebensqualität bei Kindern und Jugendlichen – revidierte Form* [Manual].
- Reif, J., & Spieß, E. (2018). Wahrnehmung und Bewertung von Stressoren. In Reif J., Spieß E. & Stadler (Hrsg.). *Effektiver Umgang mit Stress* (S. 43–52). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-662-55681-8_4
- Ribas, L. H., Montezano, B. B., Nieves, M., Kampmann, L. B., & Jansen, K. (2024). The role of parental stress on emotional and behavioral problems in offspring: A systematic review with meta-analysis. *Jornal de Pediatria*, 100(6), 565–585. <https://doi.org/10.1016/j.jpmed.2024.02.003>
- Robinson, A. M. (2018). Let's talk about stress: History of stress research. *Review of General Psychology*, 22(3), 334–342.
- 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>
- Russell, B. S., Tomkunas, A. J., Hutchison, M., Tambling, R. R., & Horton, A. L. (2022). The protective role of parent resilience on mental health and the parent-child relationship during COVID-19. *Child Psychiatry and Human Development*, 53(1), 183–196. <https://doi.org/10.1007/s10578-021-01243-1>

- Rusu, P. P., Hilpert, P., Beach, S. R., Turliuc, M. N., & Bodenmann, G. (2015). Dyadic coping mediates the association of sanctification with marital satisfaction and well-being. *Journal of Family Psychology*, 29(6), 843–849. <https://doi.org/10.1037/fam0000108>
- Rusu, P. P., Candel, O. S., Bogdan, I., Ilciuc, C., Ursu, A., & Podina, I. R. (2025). Parental stress and well-being: A meta-analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 28(2), 255–274. <https://doi.org/10.1007/s10567-025-00515-9>
- Savalei, V. (2019). A comparison of several approaches for controlling measurement error in small samples. *Psychological Methods*, 24(3), 352–370. <https://doi.org/10.1037/met0000181>
- Schlittgen, R. (2009). Strukturgleichungsmodelle. In *Multivariate Statistik* (S. 431–528). Oldenbourg Wissenschaftsverlag. <https://doi.org/10.1524/9783486710564.431>
- Skinner, A. T., Gurdal, S., Chang, L., Oburu, P., & Tapanya, S. (2022). Dyadic coping, parental warmth, and adolescent externalizing behavior in four countries. *Journal of Family Issues*, 43(1), 237–258. <https://doi.org/10.1177/0192513x21993851>
- 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>
- Stone, L. L., Mares, S. H., Otten, R., Engels, R. C., & Janssens, J. M. (2016). The Co-development of parenting stress and childhood internalizing and externalizing problems. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 38, 76–86. <https://doi.org/10.1007/s10862-015-9500-3>
- Tischler, L., & Petermann, F. (2011). Elternstressfragebogen (ESF). *Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie*, 59(1), 79–81. <https://doi.org/10.1024/1661-4747/a000055>
- Tokunaga, A., Iwanaga, R., Yamanishi, Y., Higashionna, T., Tanaka, K., Nakane, H., & Tanaka, G. (2019). Relationship between parenting stress and children's behavioral characteristics in Japan. *Pediatrics International*, 61(7), 652–657. <https://doi.org/10.1111/ped.13876>
- Xu, J., & Zheng, Y. (2023). Parent- and child-driven daily family stress processes between daily stress, parental warmth, and adolescent adjustment. *Journal of Youth and Adolescence*, 52(3), 490–505. <https://doi.org/10.1007/s10964-022-01691-5>

- Zemp, M., Bodenmann, G., Backes, S., & Sutter-Stickel, D. (2016). The importance of parents' dyadic coping for children. *Family Relations*, 65, 275–286. <https://doi.org/10.1111/fare.12189>
- Zemp, M., Milek, A., Davies, P. T., & Bodenmann, G. (2016). Improved child problem behavior enhances the parents' relationship quality: A randomized trial. *Journal of Family Psychology*, 30(8), 896–906. <https://doi.org/10.1037/fam0000212>
- 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>
- Zemp, M., Bodenmann, G. (2018). Family structure and the nature of couple relationships: Relationship distress, separation, divorce, and repartnering. In Sanders, M.R., & Morawska, A. (Hrsg.), *Handbook of parenting and child development across the lifespan* (S. 415–440). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-94598-9_18
- Zemp, M., Johnson, M. D., & Bodenmann, G. (2019). Out of balance? Positivity-negativity ratios in couples' interaction impact child adjustment. *Developmental Psychology*, 55(1), 135–147. <https://doi.org/10.1037/dev0000614>

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Zusammenhangsdarstellung der geplanten Pfadanalysen.....	27
---	----

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Mittelwerte, Standardabweichungen und Spearman-Korrelationen	29
Tabelle 2: Fit-Indikatoren inklusive statistischer Kriterien für die Pfadmodelle	30
Tabelle 3: Pfadanalysen für Fragestellung 1 zur Untersuchung der Partnerschaftszufriedenheit mit allgemeinem Stress, Elternstress und DC als Prädiktoren	32
Tabelle 4: Pfadanalysen zu Fragestellung 2 zur Untersuchung des kindlichen Wohlbefindens mit allgemeinem Stress, Elternstress und DC als Prädiktoren	32
Tabelle 5: Pfadanalysen zu Fragestellung 3 zur Untersuchung der Partnerschaftszufriedenheit mit allgemeinen Stress, Elternstress, PFC, EFC und VC als Prädiktoren.....	34
Tabelle 6: Pfadanalysen zu Fragestellung 4 zur Untersuchung des kindlichen Wohlbefindens mit allgemeinen Stress, Elternstress, PFC, EFC und VC als Prädiktoren.....	35
Tabelle 7: Schrittweise multiple lineare Regression mit individuellen Bewältigungsformen in Schritt 1 und Inklusion der dyadischen Bewältigungsformen in Schritt 2.....	37

Abstracts

Abstract (deutsch)

Elternschaft geht meist mit erheblichem Stress einher. Elternstress bezieht sich auf alle Anforderungen und Aufgaben, die (in-)direkt mit der Elternrolle zusammenhängen und sich bei zu hoher Intensität negativ auf das Individuum, seine romantische Partnerschaft und die Eltern-Kind-Beziehung auswirken können. Stressbewältigung wurde lange Zeit als rein individueller Prozess verstanden, neuere Ansätze beschreiben eine gemeinsame Stressbewältigung in Paarbeziehungen, das sogenannte dyadische Coping. Die Art und Weise, wie Individuen sowohl individuell als auch dyadisch mit Elternstress umgehen, stellt entweder eine Ressource oder einen Risikofaktor für familiäre Systeme dar. Es wird angenommen, dass sich Elternstress negativ auf die Partnerschaftszufriedenheit und das kindliche Wohlbefinden auswirkt und die elterliche Stressbewältigung – dyadisch und individuell – moderierend auf die Zusammenhänge einwirkt. In der vorliegenden Studie wurden bei $N = 137$ Proband*innen die spezifischen Auswirkungen von Elternstress in zehn Pfadmodellen untersucht. Es wurden keine moderierenden Effekte der elterlichen Stressbewältigung festgestellt. Dyadisches Coping war stark mit der Partnerschaftszufriedenheit assoziiert, dieser Zusammenhang blieb im direkten Vergleich mit individuellem Coping bestehen. Zudem zeigten sich durchgehend negative Zusammenhänge zwischen Elternstress und dem kindlichen Wohlbefinden. Obwohl in der Studie keine moderierenden Effekte von elterlicher Stressbewältigung gefunden wurden, verdeutlichen die Befunde die Notwendigkeit weiterer Forschung, um die Zusammenhänge zwischen Elternstress, elterlicher Stressbewältigung und ihren Auswirkungen auf das Familiensystem genauer zu verstehen und um darauf aufbauende Unterstützungsmaßnahmen schaffen zu können.

Stichwörter: Elternstress, individuelles Coping, dyadisches Coping, Partnerschaftszufriedenheit, kindliches Wohlbefinden

Abstract (english)

Parenthood is typically accompanied by considerable stress. Parental stress refers to all demands and tasks that are (in-)directly related to the parental role and that, when experienced at high intensity, can negatively affect the individual well-being, the romantic partnership, and the parent-child relationship. Stress management was long understood as a purely individual process; however, more recent approaches describe joint stress management in romantic relationships, known as dyadic coping. How individuals cope with parental stress, both individually and dyadically, can represent either a resource or a risk factor for family systems. It is assumed that parental stress negatively affects relationship satisfaction and child well-being, and that parental coping — dyadic and individual — moderates these associations. In the present study, the specific effects of parental stress were examined in ten path models using data from $N = 137$ participants. No moderating effects of parental coping were found. Dyadic coping was strongly associated with relationship satisfaction, and this association remained even in direct comparison with individual coping. Furthermore, consistently negative associations emerged between parental stress and child well-being. Although no moderating effects of parental coping were found in the study, the findings highlight the need for further research to better understand the relationships between parental stress, parental coping, and their impacts on the family system, and to develop support measures based on these insights.

Keywords: parental stress, individual coping, dyadic coping, relationship satisfaction, child well-being