



MASTERARBEIT | MASTER'S THESIS

Titel | Title

Helicopter Parenting und dessen Zusammenhang mit
Ängstlichkeit bei Emerging Adults: Die Rolle der
Selbstwirksamkeit als Mediator

verfasst von | submitted by
Lena Jungwirth BSc

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

Wien | Vienna, 2026

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

UA 066 840

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

Masterstudium Psychologie

Betreut von | Supervisor:

Ass.-Prof. Mag. Dr. Ulrike Sirsch

Danksagung

Ein besonderer Dank gilt Ass.-Prof.ⁱⁿ Mag.^a Dr.ⁱⁿ Ulrike Sirsch, für die Betreuung und Begutachtung dieser Arbeit. Für die zahlreichen Anregungen sowie die konstruktive Kritik möchte ich mich an dieser Stelle bedanken.

Ebenso gilt mein Dank meinen Freund*innen und meiner Familie. Besonders möchte ich meiner Mama danken, die mir emotionale Unterstützung geboten hat und sich zudem Zeit genommen hat, diese Arbeit Korrektur zu lesen.

Vor allem danke ich auch meinem Partner Lorenz, der mich während dieser anspruchsvollen Zeit stets motiviert und mich in jeglicher Hinsicht unterstützt hat.

Einen Dank möchte ich auch allen Studienteilnehmer*innen widmen, ohne deren Mitwirkung diese Arbeit nicht möglich gewesen wäre.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	6
1. Emerging Adulthood	7
1.1. Begriffsbestimmung	7
1.2. Merkmale des Emerging Adulthood	8
1.3. Die Rolle der Eltern-Kind-Beziehung	10
2. Helicopter Parenting	11
2.1. Definition und Merkmale	11
2.2. Abgrenzungen und Ähnlichkeiten zu anderen Erziehungsstilen	12
2.3. Auswirkungen von Helicopter Parenting	13
3. Selbstwirksamkeit	16
3.1. Quellen der Selbstwirksamkeit	16
3.2. Selbstwirksamkeit und Erziehung	16
4. Ängstlichkeit	17
4.1. Trait-State-Angstmodell	17
4.2. Entstehung von Ängstlichkeit	19
4.3. Ängstlichkeit und Erziehung	20
5. Zusammenhänge zwischen Helicopter Parenting, Ängstlichkeit und Selbstwirksamkeit	20
6. Zielsetzung und Fragestellungen	21
7. Methode	24
7.1. Durchführung	24
7.2. Stichprobe	25
7.3. Messinstrumente	27
7.3.1. Soziodemografische Daten	27
7.3.2. Consolidated Helicopter Parenting Scale	28
7.3.3. State-Trait-Angstinventar	30
7.3.4. Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung	32
8. Statistische Auswertung	33
9. Ergebnisse	34
9.1. Deskriptive Statistik	34
9.1.1. Gesamtstichprobe	35
9.1.2. Gruppen unterschiedlichere HP-Belastung	36
9.2. Mediationsmodell	38

9.3.	<i>Das Empfinden des elterlichen Erziehungsverhaltens</i>	42
9.4.	<i>Die Beziehung zu den Eltern</i>	43
9.5.	<i>Kein, ein oder beide Elternteile</i>	44
10.	Diskussion	46
11.	Limitationen und zukünftige Forschungsmöglichkeiten.....	48
	Literaturverzeichnis.....	50
	Abbildungsverzeichnis	59
	Tabellenverzeichnis	61
	Anhang A – Abstract	63
	Anhang B – Abbildungen.....	65
	Anhang C – Tabellen	80
	Anhang D – Fragebogen	99

Einleitung

Der Übergang von der Adoleszenz ins Erwachsenenalter, das sogenannte Emerging Adulthood, ist mit weitreichenden Veränderungen und Herausforderungen verbunden. Emerging Adults haben zur Aufgabe eine stabile Identität zu entwickeln, eigenständige Lebensentscheidungen zu treffen und schrittweise Verantwortung für ihr eigenes Leben zu übernehmen. Gleichzeitig ist diese Phase durch Instabilität und Unsicherheit gekennzeichnet (Arnett, 2000, 2024).

Parallel zu der Entstehung einer neuen Entwicklungsphase hat sich die Rolle der Eltern gewandelt. Viele Emerging Adults stehen in engem Kontakt mit ihren Eltern und sind teilweise weiterhin auf deren emotionale und finanzielle Unterstützung angewiesen (Arnett, 2024; Padilla-Walker et al., 2012). Während elterliche Involviertheit grundsätzlich förderlich sein kann, zeigt sich, dass übermäßige elterliche Involviertheit und Kontrolle mit negativen Entwicklungsfolgen verbunden sind. Helicopter Parenting beschreibt Eltern, die stark in das Leben ihrer Kinder eingreifen, Entscheidungen für sie treffen und versuchen, ihnen jegliche Probleme aus dem Weg zu räumen (Padilla-Walker & Nelson, 2012; Segrin et al., 2012). Studien zeigen, dass dies mit geringerer Autonomie, vermindertem Wohlbefinden sowie Symptomen von Angst und Depressionen verbunden ist (LeMoyne & Buchanan, 2011; Schiffrin et al., 2014; Vigdal & Brønnick, 2022).

Selbstwirksamkeit könnte hierbei eine wichtige vermittelnde Rolle spielen (Reed et al., 2016). Forschungsergebnisse legen nahe, dass übermäßig kontrollierendes und überbehütendes elterliches Verhalten die Entwicklung von Selbstwirksamkeit beeinträchtigen kann, da Emerging Adults weniger Möglichkeiten erhalten, eigene Bewältigungserfahrungen zu sammeln. Eine reduzierte Selbstwirksamkeit kann mit einer erhöhten Ängstlichkeit zusammenhängen (Love et al., 2020; Reed et al., 2016).

Obwohl Studien darauf hinweisen, dass Selbstwirksamkeit eine mediierende Rolle im Zusammenhang zwischen Helicopter Parenting und Ängstlichkeit einnehmen kann, bestehen bislang noch Forschungslücken (Love et al., 2020; Reed et al., 2016). Die Studie von Reed et al. (2016) bezieht sich nur auf mütterliches Helicopter Parenting, während Love et al. (2020) nur eine weibliche Stichprobe einschließen. Elterliches Verhalten sowie dessen Auswirkungen auf Kinder kann nachweislich geschlechtsabhängig variieren (Bornstein, 1995; Lindell et al., 2017). Ziel dieser Studie ist es deshalb, spezifische Eltern-Kind-Dyaden hinsichtlich der mediierenden Rolle der Selbstwirksamkeit im Zusammenhang zwischen Helicopter Parenting und Ängstlichkeit zu analysieren.

1. Emerging Adulthood

1.1. Begriffsbestimmung

Der Begriff des Emerging Adulthood wurde erstmals von Arnett (2000) geprägt. Emerging Adulthood bezeichnet den Lebensabschnitt zwischen dem 18. und 29. Lebensjahr. Es beschreibt eine Phase des Übergangs von der Adoleszenz in das Erwachsenenalter. Viele Emerging Adults fühlen sich nicht mehr jugendlich, jedoch auch noch nicht ganz erwachsen. So entsteht eine ganz neue und eigene Lebensphase, die sich von anderen Lebensabschnitten unterscheidet (Arnett, 2024).

Die Phase des Emerging Adulthood geht vor allem aus der starken Veränderung in Bezug auf das Heirats- und Geburtenalter hervor. In den 1960er Jahren waren Menschen mit 21 Jahren meist verheiratet, hatten Kinder und einen Job. Heutzutage sieht das Leben einer 21-Jährigen Person meist ganz anders aus. Grund dafür ist oftmals die länger andauernde berufliche Ausbildung. Somit verschiebt sich die Heirat und das Kinder-bekommen für viele häufig nach hinten. Vor allem gesellschaftliche Veränderungen, wie die technische und sexuelle Revolution, sowie die Frauen- und auch die Jugendbewegung, trugen zu dem Wandel bei. So war es notwendig, eine neue Lebensspanne zu definieren und zu beschreiben (Arnett, 2024).

Arnett (2024) forscht vor allem in Amerika, wodurch das Modell vor allem auf amerikanische Emerging Adults passt. Arnett (2024) beschreibt das Emerging Adulthood aber als internationales Phänomen, da diese Veränderungen der Demografik weltweit in Industrieländern und Entwicklungsländern ersichtlich ist. Jedoch werden Emerging Adults diese Lebensspanne je nach nationalen, kulturellen und sozioökonomischen Kontext individuell anders erleben (Arnett, 2024).

Auch in Österreich lässt sich dieser demografische Trend beobachten. Das Durchschnittsalter bei der Geburt des ersten Kindes ist in den vergangenen Jahrzehnten deutlich angestiegen. Während das durchschnittliche Alter der Mutter bei der Geburt des ersten Kindes im Jahr 1984 noch bei 24.1 Jahren lag (Statistik Austria, 2024), betrug es im Jahr 2024 30.0 Jahre (Statistik Austria, 2025). Ein vergleichbarer Anstieg zeigt sich im Bereich der Eheschließungen. Seit den 1970er-Jahren ist das mittlere Erstheiratsalter kontinuierlich gestiegen und hat sich um etwa zehn Jahre nach hinten verschoben. Im Jahr 1975 lag es bei Männern bei 24.4 Jahren und bei Frauen bei 21.4 Jahren (Statistik Austria, 2024), während es 2024 bei Männern 33.6 Jahre und bei Frauen 31.6 Jahre betrug (Statistik Austria, 2025).

1.2. Merkmale des Emerging Adulthood

Der Lebensabschnitt Emerging Adulthood ist gekennzeichnet durch fünf Merkmale. Das Emerging Adulthood ist eine Zeit der Identitätsexploration (Identity exploration), der Instabilität (Instability), der Selbstfokussierung (Self-Focus), des Sich-dazwischen-fühlens (Feeling-in-between) und der Möglichkeiten/des Optimismus (Possibilities/Optimism) (Arnett, 2005). Diese fünf Merkmale sind charakteristisch für das Emerging Adulthood, was aber nicht bedeutet, dass diese Merkmale nicht auch in anderen Lebensabschnitten ebenfalls vorkommen können (Arnett, 2024).

Identitätsexploration. In der Zeit des Emerging Adulthood geht es vor allem um die Frage „Wer bin ich?“. Im Emerging Adulthood sind die großen Themen, eine Identität auszubilden und herauszufinden, wer man ist und was man will. Das bezieht sich auf verschiedene Bereiche, wie die Beziehungsgestaltung und die berufliche Orientierung. Die Identitätsbildung beginnt schon in der Jugend, zeigt sich aber verstärkt im Emerging Adulthood. Als Emerging Adult ist man unabhängiger von seinen Eltern und hat aber gleichzeitig noch nicht die Verantwortung eines „typischen“ Erwachsenenlebens. Es ist somit möglich, viel Verschiedenes auszuprobieren, seien es Lebensstile, Arbeitsmöglichkeiten oder auch Arten von Liebesbeziehungen. Man findet heraus, was man in einem Partner/einer Partnerin sucht, welche Eigenschaften einem in der Beziehung wichtig sind usw. Bei der Arbeit werden verschiedene Ausbildungs- und Job-Optionen exploriert und eine Grundlage für den späteren Beruf gelegt. Es wird herausgefunden, in welchen Bereichen man Stärken hat und welche Möglichkeiten dadurch offenstehen. Diese Explorationen können sowohl gelingen als auch scheitern. Sie tragen aber in jedem Fall zur Selbstklärung bei (Arnett, 2024).

Instabilität. Durch die Identitätsexploration und das Ausprobieren verschiedener Optionen ist das Emerging Adulthood von Instabilität gekennzeichnet. Zuvor erstellte Pläne für die Zukunft können schnell verändert oder gar verworfen werden. Es kann zu Studienfach- oder Berufswechsel kommen. Beispielsweise fangen Emerging Adults an zu studieren, merken aber dann, dass das ausgewählte Studienfach gar nicht zu ihnen passt oder ihnen nicht gefällt und somit müssen sie ihren zuvor erstellten Plan überarbeiten. Auch Partnerschaften werden beendet und neue begonnen (Arnett, 2024). Vor allem aber ist der Wohnortswechsel und eine hohe Umzugsmobilität typisch in der Emerging Adulthood (Becker et al., 2011). Diese Instabilität wird von Emerging Adults teils als belastend wahrgenommen (Arnett, 2024).

Selbstfokussierung. In der Kindheit und Jugend ist das Leben durch die Abhängigkeit zu den Eltern und deren Regeln sowie durch schulische Verpflichtungen bestimmt. Aber im späteren Erwachsenenalter, spätestens ab dem 30. Lebensjahr, übernehmen viele Personen neue und verbindliche Rollen, etwa durch berufliche Verpflichtungen, Ehe, Elternschaft und die Führung eines eigenen Haushaltes mit Regeln und Standards. Im Gegensatz dazu ist das Emerging Adulthood eine Lebensphase, in der vergleichsweise wenig Verpflichtungen gegenüber anderen bestehen. Diese Freiheit eröffnet Raum um sich mehr auf sich selbst zu fokussieren. Da die meisten Emerging Adults nicht mehr im Elternhaus leben, müssen sie zunehmend eigenständige Entscheidungen treffen. Diese Entscheidungen reichen von alltäglichen Fragen, wie die Wahl des Mittagessens, bis hin zu weitreichenden Lebensentscheidungen, wie beispielsweise ein Wechsel des Studienfachs. Durch den Selbstfokus werden Skills aufgebaut und ein Verständnis für die eigene Person entwickelt. Das Ziel ist es eine selbstständige und autonome Identität auszubilden (Arnett, 2024).

Sich-dazwischen-fühlen. Viele Emerging Adults erleben sich in der Phase des Emerging Adulthood weder als Jugendliche noch als vollständige Erwachsene. Dieses Erleben lässt sich auf die für das Emerging Adulthood typischen Prozesse der Identitätsexploration und Instabilität zurückführen. Einerseits verfügen sie über mehr Unabhängigkeit von ihren Eltern und schulischen Strukturen im Vergleich zu Jugendlichen, andererseits fehlen ihnen oft die Kriterien des Erwachsenseins wie finanzielle Sicherheit, dauerhafte Partnerschaften oder Elternschaft. Der Übergang ins Erwachsenenalter verläuft jedoch graduell (Arnett, 2024). Es werden von Arnett drei zentrale Kriterien fürs Erwachsensein postuliert: die Übernahme von Verantwortung für sich selbst, die Fähigkeit, selbstständige Entscheidungen zu treffen und finanzielle Unabhängigkeit (Arnett, 2024, p. 16). Auch diese Kriterien werden schrittweise entwickelt. Infolgedessen haben Emerging Adults während dieses Entwicklungsprozessen das Gefühl von „dazwischen sein“ (Arnett, 2024).

Möglichkeiten/Optimismus. Emerging Adulthood bietet die Möglichkeit für Veränderung. Es ist eine Zeit der Hoffnungen, Erwartungen und des Optimismus. In dieser Zeit erscheinen Zukunftsperspektiven vielfältig und offen. Viele Emerging Adults sind davon überzeugt, ihre Träume verwirklichen zu können, sei es beispielsweise in Form einer erfüllenden beruflichen Laufbahn oder einer stabilen Partnerschaft. Das Loslösen von der Familie schafft die Grundlage für Veränderung im Leben der Emerging Adults. Die Probleme der Herkunftsfamilie übertragen sich auf die eigenen Probleme. Für Emerging Adults aus

belastenden Familienkontexten bietet die Loslösung aus dem Familienhaus eine Chance, den eigenen Lebensweg zu einem gewissen Grad neu auszurichten (Arnett, 2024).

1.3. Die Rolle der Eltern-Kind-Beziehung

Die Beziehung zu den Eltern und die Rolle, die sie spielen, verändert sich von der Adoleszenz in die Emerging Adulthood. Es findet hierbei Individuation statt. Individuation bedeutet Abgrenzung als auch gleichzeitige Verbundenheit in der Eltern-Kind-Beziehung (Youniss & Smollar, 1985). Individuation ist ein Prozess, der sowohl die Emerging Adults selbst als auch ihre Bezugspersonen umfasst. Die Eltern-Kind-Beziehung strukturiert sich neu. Im jungen Erwachsenenalter werden Eltern erstmals als eigene Person gesehen. Aber auch Eltern sehen ihre Kinder als eigenständige Person und nicht nur als ihre Kinder (Arnett, 2024). Außerdem verändert sich das Machtverhältnis. Mit zunehmenden Alter wird es ausgeglichener und Ziel ist ein Verhältnis auf Augenhöhe (Noack & Buhl, 2004). Auch diese Veränderungen passieren, wie das Erwachsenwerden von Emerging Adults, graduell (Arnett, 2024).

In der Phase Emerging Adulthood ist ein großes Ziel, selbstständig und unabhängig von den Eltern zu werden. Viele Entscheidungen werden nicht mehr von den Eltern übernommen und die Verantwortung liegt oft bei einem selbst. Gleichzeitig benötigen viele Emerging Adults noch die Unterstützung der Eltern, sei es finanziell oder emotional (Arnett, 2024). Vor allem Studierende sind auf die finanzielle Unterstützung der Eltern angewiesen (Padilla-Walker et al., 2012).

Es bleiben also viele Emerging Adults im nahen Kontakt mit den Eltern. Je jünger, desto näher ist der Kontakt zu den Eltern (Arnett, 2024). Teilweise besteht auch täglicher Kontakt zwischen Emerging Adults und deren Eltern (Arnett & Schwab, 2012). Die Beziehung wird auch als viel positiver und harmonischer wahrgenommen als Mitte Teenageralter (Arnett, 2024). Viele Emerging Adults geben jedoch an, dass ihre Eltern zu sehr in ihrem Leben involviert sind (Arnett & Schwab, 2012). Das kommt vor allem dann vor, wenn die Emerging Adults noch zu Hause bei ihren Eltern wohnen. Die Beziehung zu den Eltern wird besser und enger, wenn die Emerging Adults von zu Hause ausgezogen sind (Arnett, 2024). Ist die Beziehung zu den Eltern sicher und positiv, so hilft sie Individuen, sowohl Kindern als auch Emerging Adults, bei ihrer Exploration und Entwicklung (Salter Ainsworth, 1989). Ist die Beziehung zu den Eltern aber durch erhöhte elterliche Kontrolle gekennzeichnet, kann das zu einer Einschränkung der Ausbildung von Selbstständigkeit und Unabhängigkeit führen (Arnett, 2005).

„Helikopter Eltern“ oder „Overparenting“ sind Begriffe die oft verwendet werden, um Eltern zu beschreiben, die zu sehr in dem Leben ihrer Kinder involviert sind und ungesunde Kontrolle ausüben (Padilla-Walker & Nelson, 2012; Segrin et al., 2012). Die Involviertheit von Eltern in das Leben der Emerging Adults ist drastisch gestiegen (Carney-Hall, 2008). Die meiste Zeit wird jedoch elterliche Involviertheit mit positiven Auswirkungen, wie eine höhere Lebenszufriedenheit, verknüpft. Eltern sind also heutzutage mehr involviert als in früheren Jahrzehnten, aber die Involviertheit, wenn nicht im extremen Bereich, kann nützlich und profitabel sein (Arnett, 2024). Für männliche Emerging Adults stellt elterliches Engagement sogar einen Schutzfaktor für psychische Belastungen dar (García-Mendoza et al., 2024). Die Rolle der Eltern und die Wechselwirkungen zwischen der Qualität der Eltern-Kind-Beziehung und der elterlichen Kontrolle während des Übergangs zum Erwachsenenalter ist komplex und nicht so einfach zu beschreiben (Lindell et al., 2017).

2. Helicopter Parenting

2.1. Definition und Merkmale

Häufig werden Helicopter-Eltern als Eltern beschrieben, die übermäßig in das Leben ihrer Kinder involviert sind. Sie sind ständig in Kontakt mit ihren Kindern, greifen in deren Leben aktiv ein, treffen Entscheidungen für sie und versuchen ihnen jede mögliche Hürde aus dem Weg zu räumen (Odenweller et al., 2014; Padilla-Walker & Nelson, 2012; Segrin et al., 2012). Helicopter-Eltern übernehmen Aufgaben und lösen Probleme für ihr Kind in verschiedensten Lebensbereichen, wie beispielsweise in Ausbildung und Job, womit sie ihrem Kind nicht ermöglichen selbst altersentsprechende Aufgaben zu meistern (LeMoyne & Buchanan, 2011). Sie bieten ein für das Alter des Kindes entwicklungspsychologisch unangemessenes Maß an Kontrolle, Beratung, Anleitung und Problemlösungshilfe, was somit die Autonomieentwicklung einschränkt (Padilla-Walker & Nelson, 2012; Segrin et al., 2012; Wilhelm et al., 2014).

Die Kernelemente des Helicopter Parenting (HP) sind also Überinvolviertheit, Überbehütung und Einschränkung der Autonomie, sowie auch externale Schuldzuweisung. Die Überinvolviertheit ist dadurch gekennzeichnet, dass sich die Eltern stark in die Aktivitäten und Aspekte des Lebens ihrer Kinder einmischen. Die Überbehütung besteht darin, die Kinder vor möglichen Bedrohungen und Risiken zu schützen und jegliche Hindernisse in deren Leben zu entfernen. Die geringe Autonomiegewährung zeigt, dass die Eltern wenig Zutrauen in die Selbstständigkeit ihrer Kinder haben. Bei Misserfolgen der Kinder wird oft Dritten die Schuld zugewiesen (Wilhelm et al., 2014). Helicopter Parenting

kann außerdem zusätzlich mit Wärme der Eltern verbunden sein, andererseits aber auch mit psychologischer Kontrolle (Padilla-Walker et al., 2021).

Häufig wird beschrieben, dass Helicopter Parenting von den Eltern gut gemeint ist und es aus der Sorge der Eltern für ihr Kind entspringt (Odenweller et al., 2014; Padilla-Walker & Nelson, 2012). Die Eltern sind so besorgt um den Erfolg ihres Kindes, sodass sie ganze Aufgaben für das Kind übernehmen (Schiffrin, Yost, et al., 2019).

Helicopter Parenting kommt häufiger vor, je kleiner die Kinderanzahl in der Familie ist. So sind vor allem Einzelkinder von Helicopter Parenting betroffen, da mit jedem weiteren Kind die Ressourcen dafür sinken (Bradley-Geist & Olson-Buchanan, 2014; Dickhäuser & Dickhäuser, 2021). Außerdem wird oft beschrieben, dass Mütter häufiger Helicopter Parenting praktizieren als Väter (Dickhäuser & Dickhäuser, 2021; Fingerman et al., 2012; Schiffrin, Erchull, et al., 2019).

2.2. Abgrenzungen und Ähnlichkeiten zu anderen Erziehungsstilen

Baumrind (1966) postuliert drei verschiedene Erziehungsstile. Dazu gehören der autoritäre, der autoritative und der permissive Erziehungsstil. Der autoritäre Erziehungsstil ist durch strenge Regeln, Gehorsam und Konformität in der Familie gekennzeichnet. Es kommt zu wenig Raum für Diskussionen und es werden selten Begründungen oder Erklärungen für Entscheidungen genannt. Oft kommt es zu Strafen. Ziel ist es das Kind nach den eigenen Vorstellungen zu formen. Der Erziehungsstil orientiert sich wenig an den Bedürfnissen des Kindes und schränkt Autonomie und Freiheit des Kindes ein (Baumrind, 1966).

Der permissive Erziehungsstil ist durch die Passivität der Eltern und durch wenig Anforderungen an das Kind gekennzeichnet. Das Kind erfährt kaum Kontrolle durch die Eltern und ist selbst zuständig für die Regulierung des Verhaltens. Im Vordergrund stehen die Bedürfnisse des Kindes. Der permissive Erziehungsstil ist mit Wärme der Eltern verbunden (Baumrind, 1966).

Der autoritative Erziehungsstil ist durch Autonomieförderung, aber auch durch Disziplin und Konformität gekennzeichnet. Es werden hier Ansprüche an das Kind gesetzt, jedoch mit hoher emotionaler Wärme und positiver Bestärkung. Diskussionen, Einwände und Ausdruck eigener Wünsche des Kindes werden gefördert und es werden Erklärungen für die Entscheidungen der Eltern geliefert. Es wird zwar Gehorsam erwartet, jedoch werden die Entscheidungen der Eltern an die Bedürfnisse des Kindes angepasst (Baumrind, 1966).

Helicopter Parenting steht im positiven Zusammenhang mit dem autoritären Erziehungsstil, jedoch in keiner Beziehung zum autoritativen oder permissiven Erziehungsstil (Odenweller et al., 2014). Beide Konstrukte beinhalten starke elterliche Kontrolle, Überwachung, Abhängigkeit, Forderung nach Gehorsam und Konformität der Kinder und Einschränkung der Selbstbestimmung (Odenweller et al., 2014). Während beim autoritären Erziehungsstil die Eltern Entscheidungen für die Kinder treffen, ohne Rücksicht auf deren Bedürfnisse (Baumrind, 1966), zeichnet sich Helicopter Parenting dadurch aus, dass es übermäßig auf die Bedürfnisse des Kindes fixiert ist (Segrin et al., 2012).

Helicopter Parenting ist also nicht einfach ein neuer Erziehungsstil, sondern ein Muster grundlegender Dimensionen der Elternschaft, wie Involviertheit/Empfänglichkeit, Kontrolle und Autonomiegewährung. Das Besondere, und was es auch von anderen Erziehungsstilen abgrenzt, ist die Gewichtung und Priorisierung dieser Dimensionen, nämlich die hohe Involviertheit, die niedriger Autonomiegewährung und die emotionale Unterstützung (Padilla-Walker & Nelson, 2012). Helicopter Parenting ähnelt sehr dem Konstrukt des „oversolicitous“ Parenting (LeBlanc & Lyons, 2022, p. 3) (überfürsorgliche Elternschaft), das von manchen Eltern in der frühen Kindheit praktiziert wird (LeBlanc & Lyons, 2022). Der Unterschied zu Oversolicitous Parenting ist, dass Helicopter Parenting fast ausschließlich in der Emerging Adulthood vorkommt (Padilla-Walker & Nelson, 2012; Segrin et al., 2012).

2.3. Auswirkungen von Helicopter Parenting

Helicopter Parenting ist ein elterlicher Erziehungsstil, der sowohl negative, wie beispielsweise geringe Autonomiegewährung, als auch positive Aspekte, wie emotionale Unterstützung, Involviertheit und Anleitung, umfasst. Entsprechend komplex sind deshalb die Zusammenhänge zwischen Helicopter Parenting und dessen Auswirkungen auf die Kinder (Padilla-Walker & Nelson, 2012). Auch wenn in einigen Studien berichtet wird, dass Emerging Adults von elterlichem Verhalten profitieren können, wie zum Beispiel mehr Erfolg im Studium (Lipka, 2007) oder höheres Wohlbefinden (Fingerman et al., 2012), so ist Helicopter Parenting jedoch überwiegend mit negativen Auswirkungen verbunden (Zhang & Ji, 2024). Entscheidend für die Auswirkungen des Helicopter Parentings ist das Ausmaß an Wärme versus psychologischer Kontrolle. So geht Helicopter Parenting, das mit hoher elterlicher Wärme verbunden ist, eher mit positiven Konsequenzen einher, während Helicopter Parenting in Kombination mit psychologischer Kontrolle mit ungünstigen psychischen Outcomes verbunden ist. So haben beispielsweise Kinder mit warmen

Helicopter-Müttern eine höhere Schulinvolvierung, während Kinder von kontrollierenden Helicopter-Müttern höhere Depressionssymptome aufweisen (Padilla-Walker et al., 2021).

Mit zunehmendem Alter sollte eine Reduktion der elterlichen Kontrolle und Involviertheit stattfinden. Insbesondere im Emerging Adulthood steht die Ablösung von den Eltern sowie der Aufbau von Selbstständigkeit und Autonomie im Vordergrund. In dieser Phase erweist sich eine anhaltende hohe Kontrolle als problematisch (Padilla-Walker & Nelson, 2012). Helicopter Parenting wurde mit zahlreichen negativen Aspekten in Verbindung gebracht. Die Qualität der Eltern-Kind-Beziehung wird von den Kindern negativer eingeschätzt, wenn sie Helicopter Parenting erfahren (Hwang & Jung, 2022). Zudem geht dieses Erziehungsverhalten mit einem niedrigeren generellen Wohlbefinden einher. Je mehr Helicopter Parenting empfunden wird, desto schlechter ist das Wohlbefinden (LeMoyne & Buchanan, 2011). Zahlreiche Studien berichten auch Zusammenhänge mit Angst- und Depressionssymptomen (Vigdal & Brønnick, 2022). Zudem zeigt sich, dass Helicopter Parenting mit einer geringeren Bewältigungswirksamkeit, mit höherer interpersoneller Abhängigkeit und erhöhtem Neurotizismus zusammenhängt (Odenweller et al., 2014).

Helicopter Parenting wird darüber hinaus auch mit Beeinträchtigungen in der beruflichen Entwicklung von Emerging Adults in Verbindung gebracht. Wahrgenommenes Helicopter Parenting ist negativ mit vertieften Berufsexplorationen assoziiert. Das heißt, dass Emerging Adults mit Helicopter-Eltern ihre Karriereoptionen weniger tiefgreifend erkunden. Zusätzlich hängt Helicopter Parenting positiv mit beruflichem Selbstzweifel und negativ mit der beruflichen Anpassungsfähigkeit zusammen (LeBlanc & Lyons, 2022). Helicopter Parenting geht außerdem mit einer geringeren Authentizität, vermindertem authentischen Leben und erhöhter Selbstentfremdung einher. Das steht wiederum im positiven Zusammenhang mit depressiven Symptomen (Turner et al., 2020).

Theoretisch lassen sich diese Befunde unter anderem durch die Einschränkung grundlegender psychologischer Bedürfnisse erklären. Nach der Selbstbestimmungstheorie zählen Autonomie, Kompetenz und soziale Eingebundenheit zu den zentralen psychologischen Grundbedürfnissen (Ryan & Deci, 2017). Insbesondere das Bedürfnis nach Autonomie und Kompetenz kann durch übermäßige elterliche Kontrolle beeinträchtigt werden (Dickhäuser & Dickhäuser, 2021; Schiffrin, Erchull, et al., 2019; Schiffrin et al., 2014). Eine anhaltende Frustration dieser Bedürfnisse wirkt sich langfristig negativ auf die psychische Gesundheit aus (Ryan & Deci, 2017). Entsprechend zeigt sich, dass Helicopter Parenting mit einem niedrigeren Erleben von Autonomie, Kompetenz und sozialer Eingebundenheit

einhergeht, was wiederum mit erhöhten depressiven Symptomen verbunden ist (Schiffrin et al., 2014).

Für das Verständnis der Auswirkungen von Helicopter Parenting ist die Berücksichtigung von Geschlechterunterschieden von zentraler Bedeutung, da sich die Zusammenhänge zwischen Helicopter Parenting und negativen Aspekten in Abhängigkeit vom Geschlecht der Eltern und der Kinder unterscheiden können (Zhang & Ji, 2024). Empirische Befunde zeigen außerdem, dass Mütter insgesamt häufiger Helicopter Parenting praktizieren als Väter, und zwar sowohl gegenüber Töchtern als auch gegenüber Söhnen. Über Helicopter Parenting von Vätern berichten mehr männliche Emerging Adults als weibliche Emerging Adults (Lindell et al., 2017; Nelson et al., 2021). Sowohl mütterliches Helicopter Parenting (MHP) als auch väterliches Helicopter Parenting (VHP) steht in einem negativen Zusammenhang mit der Erfüllung der psychologischen Grundbedürfnisse nach Autonomie, Kompetenz und sozialer Eingebundenheit sowie der allgemeinen Lebenszufriedenheit. Darüber hinaus ist Helicopter Parenting von beiden Elternteilen positiv mit Symptomen von Angst und Depressionen assoziiert. Dabei zeigen sich jedoch unterschiedliche Wirkmechanismen. Mütterliches Helicopter Parenting steht indirekt im Zusammenhang mit einem reduzierten Wohlbefinden der Kinder in den Bereichen Angst, Depression und Lebenszufriedenheit. Diese indirekten Effekte werden sowohl durch ein vermindertes Autonomieerleben als auch durch ein reduziertes Kompetenzgefühl vermittelt. Demgegenüber ist väterliches Helicopter Parenting lediglich indirekt mit dem Wohlbefinden der Kinder verbunden, wobei dieser Zusammenhang ausschließlich über die Einschränkung der Autonomie vermittelt wird (Schiffrin, Erchull, et al., 2019).

Wenn also Eltern in der Phase des Emerging Adulthood Helicopter Parenting praktizieren, also wiederholt Entscheidungen treffen und Probleme für ihre Kinder lösen, schränkt dies die Möglichkeiten der Kinder ein, Fähigkeiten aufzubauen, die notwendig sind, um diese Entwicklungsphase zu meistern, erfolgreich Erwachsenenrollen zu übernehmen und allgemein zu einem selbstständigen, eigenverantwortlichen Individuum zu werden (Padilla-Walker & Nelson, 2012). Es vermittelt den Kindern außerdem das Gefühl, nicht die nötige Kompetenz zur eigenständigen Problemlösung zu besitzen (Schiffrin et al., 2014). So ist Helicopter Parenting eventuell nicht direkt ein Prädiktor für das Wohlbefinden von Emerging Adults, sondern wirkt indirekt, indem es die Entwicklung von Selbstwirksamkeit einschränkt (Reed et al., 2016).

3. Selbstwirksamkeit

Selbstwirksamkeit ist ein Konzept von Bandura (1977) und entspringt aus seiner sozial-kognitiven Theorie (Bandura, 1986). Die Selbstwirksamkeit einer Person beschreibt den Glauben, mithilfe eigener Fähigkeiten und eigenem Handeln bestimmte Ergebnisse zu erzielen und Herausforderungen zu meistern. Selbstwirksamkeit kann einerseits ein Prädiktor andererseits auch ein Produkt der Umwelt sein (Bandura, 1997).

3.1. *Quellen der Selbstwirksamkeit*

Bandura (1997) beschreibt vier verschiedene Quellen der Selbstwirksamkeit. Die einflussreichste und authentischste Quelle zur Stärkung der Selbstwirksamkeit stellen *direkte Erfolgserlebnisse durch eigene Handlungen* (Enactive Mastery Experiences (Bandura, 1997, p. 80)) dar. Sie sind ein direkter Beweis für die eigenen Fähigkeiten. Wenn Aufgaben mit Erfolg durch das eigene Handeln gemeistert werden, steigt das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Misserfolge hingegen können, gerade wenn noch kein stabiles Gefühl der eigenen Wirksamkeit gefestigt ist, die Selbstwirksamkeit schwächen. Eine weitere Quelle sind *stellvertretende Erfahrungen* (Vicarious Experience (Bandura, 1997, p. 86)), die durch die Beobachtung anderer Personen bei der erfolgreichen Bewältigung ähnlicher Aufgaben gesammelt werden. Personen beurteilen dementsprechend ihre Fähigkeiten auch durch soziale Vergleiche und Modellähnlichkeiten. Auch *verbale Überzeugungen* (Verbal Persuasion (Bandura, 1997, p. 101)), wie Zuspruch oder positives Feedback, können die Selbstwirksamkeit stärken. *Physiologische und affektive Zustände* (Physiological and Affective States (Bandura, 1997, p. 106)) sind als Quelle besonders relevant für die Beurteilung der eigenen Kompetenzen in Bereichen, die mit körperlicher Leistungsfähigkeit, Gesundheit und dem Umgang mit Stress verbunden sind. So werden körperliche Reaktionen sowie der affektive Zustand als Indikatoren für die Leistungsfähigkeit genutzt (Bandura, 1997).

3.2. *Selbstwirksamkeit und Erziehung*

Eltern haben einen großen Einfluss auf die Entwicklung der Selbstwirksamkeit (Bandura, 1997). Vor allem in der frühen Kindheit ist es wichtig, dass Eltern ihren Kindern eigene Erfolgserfahrungen ermöglichen. Überfürsorgliche oder vorsichtige Eltern, die ihre Kinder vor jeder Gefahr schützen wollen, signalisieren ihren Kindern Zweifel an ihren Fähigkeiten und hemmen somit die Entwicklung der Selbstwirksamkeit (Bandura, 1997).

Mit zunehmendem Alter der Kinder werden neue Faktoren aus dem größer werdenden Umfeld bei der Entstehung von Selbstwirksamkeit relevant (Bandura, 1997). Doch auch in

der Phase des Emerging Adulthood können die Eltern weiterhin einen Einfluss auf die Selbstwirksamkeit haben. Autonomiefördernde Erziehung, in der Entwicklung und persönliches Wachstum gefördert wird, hängt positiv mit der Selbstwirksamkeit von Emerging Adults zusammen (Reed et al., 2016). Helicopter Parenting und Overparenting hingegen geht mit einer geringeren Selbstwirksamkeit einher (Buchanan & LeMoyne, 2020; Bradley-Geist & Olson-Buchanan, 2014; Darlow et al., 2017; Reed et al., 2016; Van Ingen et al., 2015). Angemessene elterliche Involviertheit kann grundsätzlich mit erhöhter Selbstwirksamkeit einhergehen (Bradley-Geist & Olson-Buchanan, 2014). Übernehmen die Eltern jedoch dauerhaft die Lösung der Probleme ihrer Kinder, besteht eine unzureichende Entwicklung von Selbstwirksamkeit. Da den Kindern eigene Bewältigungserfahrungen fehlen, entwickeln sie ein eher geringes Vertrauen in ihre Fähigkeit, Probleme selbstständig lösen und persönliche Ziele erreichen zu können (Givertz & Segrin, 2014; Reed et al., 2016).

Helicopter Parenting hängt negativ mit der Selbstwirksamkeit von männlichen Emerging Adults in alleinerziehenden Haushalten zusammen. Bei weiblichen Emerging Adults wurde dieser Zusammenhang nicht gefunden (Buchanan & LeMoyne, 2020). Love et al. (2020) fanden jedoch einen generellen negativen Zusammenhang zwischen Helicopter Parenting und der Selbstwirksamkeit von weiblichen Emerging Adults. Bei weiblichen Emerging Adults ist der negative Zusammenhang zwischen Selbstwirksamkeit und väterlichem Helicopter Parenting stärker ausgeprägt als zwischen Selbstwirksamkeit und mütterlichem Helicopter Parenting (Love et al., 2020).

Selbstwirksamkeit spielt eine wichtige Rolle für die Entwicklung von Emerging Adults. Mit einer geringen Selbstwirksamkeit wird der Übergang ins Erwachsenenalter erschwert (Lindell et al., 2017). Die übermäßige Involviertheit und Kontrolle von Helicopter-Eltern ist mit einer geringeren Ausprägung von Selbstwirksamkeit verbunden, was wiederum zu einer höheren Ängstlichkeit führen kann (Love et al., 2020; Reed et al., 2016).

4. Ängstlichkeit

4.1. Trait-State-Angstmodell

Die Trennung zwischen Angst als aktueller emotionaler Zustand und Angst als habituelles Persönlichkeitsmerkmal existiert schon lange (Krohne, 2010). Cattell und Scheier (1961) trennten erstmal Angst in State (Zustand) und Trait (Persönlichkeitsmerkmal). Spielberger (1972) postulierte daraufhin das Trait-State-Angstmodell. Dieses wird nicht klar einer Theorie

zugeordnet, sondern ist ein interaktionistisches, differenziell-psychologisches Modell, das mehrere theoretischen Richtungen integriert (Krohne, 2010).

Laut dem Trait-State-Angstmodell lässt sich Angst grundlegend in Zustandsangst (State-Angst) und Eigenschaftsangst (Trait-Angst) unterscheiden. Zustandsangst beschreibt einen vorübergehenden, situationsabhängigen, emotionalen Zustand, der in seiner Intensität bezüglich Zeit und Situationen variiert. Zustandsangst geht mit einer erhöhten Aktivierung des autonomen Nervensystems sowie Gefühlen von Anspannung, Nervosität, Besorgnis und subjektiver Bedrohung einher. Demgegenüber bezeichnet Eigenschaftsangst eine relativ stabile Disposition, wie bedrohlich eine Situation bewertet und mit welcher Angstintensität darauf reagiert wird. Trait-Angst kann als individueller Unterschied verstanden werden, in welcher Frequenz und mit welcher Intensität State-Angst sich in Vergangenheit und Zukunft zeigen (Spielberger, 1966, 1972). Angst als Eigenschaft beziehungsweise Persönlichkeitsmerkmal wird auch häufig als Ängstlichkeit bezeichnet (Krohne, 2010).

Die Ängstlichkeit (Trait-Angst) wirkt sich stark auf die Bewertung einer Stress-Situation aus. Hochängstliche neigen dazu, häufiger und intensiver Zustandsangst zu erleben als Niedrigängstliche, da sie mehr Situationen als bedrohlich interpretieren (Spielberger, 1972). Jedoch bewerten hochängstliche Personen nicht jede Art von Stress-Situation als bedrohlicher als niedrigängstliche Personen (Krohne, 2010).

Es besteht eine Differenzierung zwischen der Gesamtheit von bedrohlichen Situationen, die Angst auslösen können: so gibt es Situationen, die *physisch bedrohlich* sein können, wie beispielsweise Operationen, und dann gibt es Situationen, die als *selbstwert-beziehungsweise ich-bedrohend* wahrgenommen werden können, wie zum Beispiel Prüfungen (Krohne, 2010). Es wird demnach zwischen Angst vor physischer Verletzung und Bewertungsängstlichkeit unterschieden. Als Bewertungsängstlichkeit wird die Tendenz beschrieben, in Situationen, in denen die Möglichkeit für Versagen und Selbstwertverlust besteht, verstärkt Angst zu empfinden (Krohne, 2010). Der Anstieg von Zustandsangst ist bei Hochängstlichen nur in Ich-involvierenden Situationen höher als bei Niedrigängstlichen. Bei Stress-Situationen, die durch psychische Gefährdung gekennzeichnet sind, lässt sich jedoch kein Unterschied im Anstieg der Zustandsangst zwischen hochängstlichen und niedrigängstlichen Personen erkennen (Spielberger, 1972).

Die Bedrohlichkeitsbewertung hängt zusätzlich auch von situationsspezifischen Fähigkeiten, Bewältigungstechniken und der bisherigen Erfahrung mit ähnlichen Situationen ab (Spielberger, 1972).

4.2. Entstehung von Ängstlichkeit

Es gibt verschiedene Bedingungen und Einflussfaktoren von Angst. Die Auslöser der Angst sind meist in der Lerngeschichte des Individuums verankert. Weiters können biologische Faktoren, wie genetische Prädispositionen, pränatale und geburtliche Einflüsse eine Rolle spielen (Krohne, 2010). So ist die Wahrscheinlichkeit selbst an einer Angststörung zu erkranken, erhöht, wenn Familienangehörige an einer Angststörung leiden (Lieb & Knappe, 2011).

Unmittelbare personenbezogene Einflussfaktoren von Angst umfassen unter anderem eine geringe Erwartung eigener Bewältigungskompetenz in stressreichen Situationen, ein niedriges Selbstwertgefühl sowie spezifische Muster der Situationswahrnehmung und -bewertung. Zusätzlich tragen eine erhöhte Neigung zu negativen affektiven Reaktionen, verstärkte Selbstaufmerksamkeit unter Belastung sowie individuelle Kontrollüberzeugungen (internal versus external) und mangelnde Bewältigungsstrategien zur Entstehung und Aufrechterhaltung von Angst bei (Krohne, 2010).

Diese proximalen Antezedenzen entspringen wiederum aus distalen Antezedenzen. So stellen demografische Merkmale einen weiteren Einflussfaktor von Angst dar. Dazu gehören Eigenschaften wie das Geschlecht, Geschwisterkonstellationen und der sozioökonomische und ethnische Status (Krohne, 2010). In Bezug auf das Geschlecht zeigt sich, dass Frauen ein höheres Risiko für Angststörungen haben und auch subklinisch mehr Ängstlichkeit aufweisen als Männer (Altemus et al., 2014). Geschlecht wird sowohl als biologische (Sex) als auch psychologische und soziale Variable (Gender) betrachtet (Deaux, 1985). Unterschiede in der Angstwahrnehmung können auf soziale Geschlechterrollenerwartungen zurückzuführen sein. Dementsprechend sagen höhere maskuline Eigenschaften ein niedrigeres Angstlevel vorher, wohingegen höhere feminine Eigenschaften mit einem höheren Angstlevel einhergehen (Arcand et al., 2020).

Sozialisationsfaktoren spielen ebenso eine Rolle bei der Entstehung von Angst. Diese umfassen die Eltern-Kind-Beziehung, den elterlichen Erziehungsstil und frühe Erfahrungen in Kindergarten und Schule. Die Qualität der Eltern-Kind Beziehung beeinflusst die emotionale Entwicklung und die Bildung von Bewältigungsmechanismen bei Angst. Erziehungsstile, je

nach Unterstützungs- und Kontroll-Grad, haben unterschiedliche Auswirkungen auf die Angstentwicklung (Krohne, 2010).

4.3. Ängstlichkeit und Erziehung

Der elterliche Erziehungsstil sowie die Eltern-Kind-Beziehung stehen im Zusammenhang mit der Ängstlichkeit von Kindern (Krohne, 2010). Personen mit Angststörungen berichten insbesondere von weniger emotionaler Wärme ihrer Eltern und von mütterlicher Ablehnung. Zudem stellt Bindungsunsicherheit einen Risikofaktor für Angststörungen dar (Dick et al., 2005). In der Forschung zeigen sich Zusammenhänge zwischen Angstsymptomen und verschiedenen Dimensionen des erinnerten elterlichen Erziehungsverhaltens. Dabei sind vor allem kontrollierendes beziehungsweise überbehütendes Verhalten des Vaters sowie ablehnende oder strafende Erziehungspraktiken der Mutter mit einer erhöhten Angstneigung assoziiert (Ihle et al., 2005). Inkonsistentes elterliches Strafverhalten, Einschränkungen der kindlichen Autonomie sowie eine hohe Häufigkeit und Intensität negativer Rückmeldungen werden als bedeutsame Determinanten kindlicher Ängstlichkeit definiert (Krohne & Hock, 1994).

Sieht man sich spezifische Erziehungsstile von Baumrind (1966) an, dann haben Jugendliche von permissiven Eltern die höchste Ängstlichkeit und Jugendliche mit autoritativen Eltern die niedrigste Ängstlichkeit (Haghshenas et al., 2024). Zu hohe elterliche Involviertheit steht mit einer erhöhten Ängstlichkeit in Verbindung (Darlow et al., 2017). Dementsprechend hängt auch Helicopter Parenting häufig mit einer erhöhten Ängstlichkeit zusammen (La Rosa et al., 2025; LeMoyne & Buchanan, 2011; Schiffrin, Erchull, et al., 2019; Vigdal & Brønnick, 2022; Zhang & Ji, 2024).

5. Zusammenhänge zwischen Helicopter Parenting, Ängstlichkeit und Selbstwirksamkeit

Helicopter Parenting hängt erwiesenermaßen mit Ängstlichkeit zusammen (La Rosa et al., 2025; LeMoyne & Buchanan, 2011; Schiffrin, Erchull, et al., 2019; Vigdal & Brønnick, 2022; Zhang & Ji, 2024). Forschung zeigt jedoch zudem auch, dass Helicopter Parenting auf indirektem Weg mit Ängstlichkeit zusammenhängt (Reed et al., 2016). Helicopter-Eltern beeinflussen die Selbstwirksamkeit ihrer Kinder dadurch, dass sie übermäßig Aufgaben für die Kinder übernehmen und ihnen somit Lerngelegenheiten nehmen (Givertz & Segrin, 2014; Love et al., 2020; Van Ingen et al., 2015). Selbstwirksamkeit hängt wiederum mit Ängstlichkeit zusammen (Bandura, 1997; Morales & Pérez-Mármol, 2019). So fanden einige

Studien, dass Selbstwirksamkeit eine vermittelnde Rolle im Zusammenhang zwischen Helicopter Parenting und Ängstlichkeit spielt (Love et al., 2020; Reed et al., 2016).

Auch hier ist anzumerken, dass es Geschlechterunterschiede gibt. Selbstwirksamkeit mediiert den Zusammenhang zwischen väterlichem Helicopter Parenting und der Ängstlichkeit von weiblichen Studierenden. Bei mütterlichem Helicopter Parenting wurde dieser medierende Effekt nicht gefunden (Love et al., 2020).

6. Zielsetzung und Fragestellungen

Ziel dieser Studie ist es nun verschiedene Aspekte des Helicopter Parenting zu untersuchen. Der Fokus liegt darauf, den medierenden Effekt von Selbstwirksamkeit auf den Zusammenhang zwischen Helicopter Parenting und Ängstlichkeit von Emerging Adults genauer zu untersuchen. Bereits frühere Forschung konnte Selbstwirksamkeit als Mediator teilweise bestätigen (Love et al., 2020; Reed et al., 2016). Jedoch wurde bei Reed et al. (2016) nur mütterliches Helicopter Parenting erhoben, väterliches Helicopter Parenting wurde außer Acht gelassen. Love et al. (2020) untersuchten zwar mütterliches und väterliches Helicopter Parenting, die Stichprobe bestand jedoch nur aus weiblichen Studierenden. Vor allem bei Eltern-Kind-Beziehungen ist es wichtig, das Geschlecht der Kinder und auch der Elternteile aufgrund einer möglichen unterschiedlichen Sozialisation miteinzubeziehen (Bornstein, 1995). Aufgrund dessen sollten von beiden Elternteilen Helicopter Parenting getrennt erhoben und daraufhin vier Eltern-Kind-Dyaden gebildet werden, um verschiedene geschlechtsspezifische Zusammenhänge aufzuzeigen. Daraus lässt sich die Hauptfragestellung ableiten.

Fragestellung 1: Kann der Zusammenhang zwischen erlebtem Helicopter Parenting und der Ängstlichkeit der Emerging Adults bei verschiedenen Eltern-Kind-Dyaden durch deren Selbstwirksamkeit erklärt werden?

H1a: Die Selbstwirksamkeit bei weiblichen Emerging Adults mediiert den Zusammenhang zwischen mütterlichem Helicopter Parenting und deren Ängstlichkeit.

H1b: Die Selbstwirksamkeit bei weiblichen Emerging Adults mediiert den Zusammenhang zwischen väterlichem Helicopter Parenting und deren Ängstlichkeit.

H1c: Die Selbstwirksamkeit bei männlichen Emerging Adults mediiert den Zusammenhang zwischen mütterlichem Helicopter Parenting und deren Ängstlichkeit.

H1d: Die Selbstwirksamkeit bei männlichen Emerging Adults mediiert den Zusammenhang zwischen väterlichem Helicopter Parenting und deren Ängstlichkeit.

Helicopter Parenting wird in der Literatur oft als negativ behaftet beschrieben. Hwang und Jung (2022) berichten beispielsweise, dass hohes Helicopter Parenting mit einer niedrigeren Qualität der Eltern-Kind-Beziehung einhergeht. So soll in den nächsten zwei Fragestellungen einerseits untersucht werden, wie Helicopter Parenting als Erziehungsstil von Emerging Adults empfunden wird, andererseits soll auch die derzeitige Beziehung zu den Eltern betrachtet werden. Auch hier sollen Geschlechterunterschiede bei der Eltern-Kind-Beziehung bedacht werden (Lindell et al., 2017).

Fragestellung 2: Gibt es einen Zusammenhang zwischen dem Ausmaß des erlebten Helicopter Parenting und dem subjektiven Empfinden des elterlichen Erziehungsverhalten?

H2a: Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem Ausmaß des von weiblichen Emerging Adults erlebten mütterlichen Helicopter Parentings und der Bewertung des elterlichen Erziehungsverhaltens.

H2b: Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem Ausmaß des von männlichen Emerging Adults erlebten mütterlichen Helicopter Parentings und der Bewertung des elterlichen Erziehungsverhaltens.

H2c: Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem Ausmaß des von weiblichen Emerging Adults erlebten väterlichen Helicopter Parentings und der Bewertung des elterlichen Erziehungsverhaltens.

H2d: Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem Ausmaß des von männlichen Emerging Adults erlebten väterlichen Helicopter Parentings und der Bewertung des elterlichen Erziehungsverhaltens.

Fragestellung 3: Gibt es einen Zusammenhang zwischen dem Ausmaß des erlebten Helicopter Parentings und der derzeitigen Beziehung zu den Eltern?

H3a: Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem Ausmaß des von weiblichen Emerging Adults erlebten mütterlichen Helicopter Parentings und der wahrgenommenen Beziehungsqualität zur Mutter.

H3b: Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem Ausmaß des von männlichen Emerging Adults erlebten mütterlichen Helicopter Parentings und der wahrgenommenen Beziehungsqualität zur Mutter.

H3c: Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem Ausmaß des von weiblichen Emerging Adults erlebten väterlichen Helicopter Parentings und der wahrgenommenen Beziehungsqualität zum Vater.

H3d: Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem Ausmaß des von männlichen Emerging Adults erlebten väterlichen Helicopter Parentings und der wahrgenommenen Beziehungsqualität zum Vater.

Diese Zusammenhänge sollen daraufhin auf Geschlechterunterschiede geprüft werden. So ergeben sich folgende Fragestellungen.

Fragestellung 4: Unterscheidet sich der Zusammenhang von Helicopter Parenting und der Empfindung des elterlichen Erziehungsverhaltens zwischen weiblichen und männlichen Emerging Adults?

H4a: Der Zusammenhang zwischen mütterlichem Helicopter Parenting und der Empfindung des mütterlichen Erziehungsverhaltens unterscheidet sich zwischen weiblichen und männlichen Emerging Adults.

H4b: Der Zusammenhang zwischen väterlichem Helicopter Parenting und der Empfindung des väterlichen Erziehungsverhaltens unterscheidet sich zwischen weiblichen und männlichen Emerging Adults.

Fragestellung 5: Unterscheidet sich der Zusammenhang von Helicopter Parenting und der derzeitigen Beziehung zu den Eltern zwischen weiblichen und männlichen Emerging Adults?

H5a: Der Zusammenhang zwischen mütterlichem Helicopter Parenting und der wahrgenommenen Beziehungsqualität zur Mutter unterscheidet sich zwischen weiblichen und männlichen Emerging Adults.

H5b: Der Zusammenhang zwischen väterlichem Helicopter Parenting und der wahrgenommenen Beziehungsqualität zum Vater unterscheidet sich zwischen weiblichen und männlichen Emerging Adults.

Weiters soll untersucht werden, ob sich Emerging Adults hinsichtlich ihrer Selbstwirksamkeit und Ängstlichkeit unterscheiden, je nachdem ob kein Elternteil, nur ein Elternteil oder beide Elternteile Helicopter Parenting praktizieren. Mütterliches und väterliches Helicopter Parenting korreliert positiv (Schiffrin, Yost, et al., 2019). Das lässt vermuten, dass, wenn ein Elternteil Helicopter Parenting praktiziert, dass der andere Elternteil

das vermutlich auch tut. Mütter praktizieren jedoch öfter Helicopter Parenting als Väter. (Schiffrin, Yost, et al., 2019). Bei jüngeren Kindern gibt es Hinweise darauf, dass ein kompensatorischer Effekt eines unterstützenden Elternteils existiert (Feldman et al., 2023). McKinney et al. (2020) zeigen, dass sich beispielsweise Misshandlungen, wie in Form von psychischer Gewalt, am stärksten negativ auf Emerging Adults auswirken, wenn beide Elternteile daran beteiligt sind, verglichen mit Fällen, in denen nur ein oder kein Elternteil involviert ist.

Fragestellung 6: Unterscheiden sich Emerging Adults hinsichtlich ihrer Selbstwirksamkeit und Ängstlichkeit, je nachdem, ob kein Elternteil, nur ein Elternteil oder beide Elternteile Helicopter Parenting praktizieren?

H6a: Emerging Adults unterscheiden sich hinsichtlich ihrer Selbstwirksamkeit in Abhängigkeit davon, ob kein, ein oder beide Elternteile Helicopter Parenting praktizieren.

H6b: Emerging Adults unterscheiden sich hinsichtlich ihrer Ängstlichkeit in Abhängigkeit davon, ob kein, ein oder beide Elternteile Helicopter Parenting praktizieren.

7. Methode

7.1. Durchführung

Die Datenerhebung und Rekrutierung der Versuchspersonen erfolgte gemeinsam mit Lara Illich (2025). Aufgrund der überschneidenden Thematik des Helicopter Parenting und einem gleichen Messinstrument im Erhebungsinstrument wurde entschieden, die Datenerhebung zusammen durchzuführen, um somit auch eine größere Reichweite an potenziellen Teilnehmer*innen zu erzielen. Neben der gemeinsamen Rekrutierung wurden auch Ein- und Ausschlusskriterien einvernehmlich beschlossen sowie das betreffende Messinstrument übersetzt.

Die Studie wurde als deutsche Online-Befragung mittels der Plattform SoSci-Survey (Leiner, 2024) durchgeführt. Die Datenerhebung erfolgte im Zeitraum vom 28. April 2025 bis 20. Juli 2025. Die Teilnehmer*innen wurden auf verschiedenen Wegen gewonnen. Es wurden Teilnehmer*innen durch universitäre Netzwerke, wie beispielsweise WhatsApp-Gruppen rekrutiert. Insbesondere wurde hierbei die Studie unter Studierenden der psychologischen, rechtswissenschaftlichen, physikalischen und astrophysikalischen Fakultät der Universität

Wien, sowie Studierenden der Technischen Universität Wien verbreitet. Darüber hinaus erfolgte die Rekrutierung auch außerhalb des universitären Umfelds über persönliche Kontakte wie Familie, Freund*innen, Bekannte oder auch Sportvereine. Auch in Facebook-Gruppen wurde die Studie geteilt. Um weitere Teilnehmer*innen zu gewinnen wurden zusätzlich Flyer mit einem QR-Code zu der Studie an öffentlichen Orten, unter anderem auch Universitätsgebäuden, verteilt und ausgehängt. Zudem konnten etwa 150 Personen über die Plattform Survey Circle rekrutiert werden, die dem gegenseitigen Austausch von Studienteilnahmen dient.

Teilnahmeberechtigt waren Personen im Alter zwischen 18 und 29 Jahren, da sich die Studie auf die Lebensphase des Emerging Adulthood konzentriert. Eine weitere Voraussetzung war die Fähigkeit, deutsch zu sprechen und zu verstehen.

Zu Beginn der Befragung wurden die Teilnehmenden über Zielsetzung, Ablauf und Bedingungen der Studie informiert. Es wurde darauf hingewiesen, dass alle Angaben anonym und vertraulich behandelt werden und die Teilnahme freiwillig ist. Zudem wurde erläutert, dass der Fragebogen jederzeit ohne Angabe von Gründen abgebrochen werden kann. Ebenso wurde über den ungefähren Zeitaufwand von 10 bis 15 Minuten informiert. Nach Zustimmung zu den Teilnahmebedingungen startete der Fragebogen, der zunächst soziodemografische Daten erfasste, gefolgt von sieben standardisierten Fragebögen zu den relevanten Untersuchungsvariablen. Am Ende bestand die Möglichkeit, Kommentare oder Feedback zur Studie abzugeben. Der vollständige Fragebogen ist in Anhang D zu finden.

7.2. Stichprobe

Insgesamt wurde der Studienlink innerhalb des Erhebungszeitraumes 2068 mal angeklickt. 812 Personen nahmen an der Befragung teil, von denen 606 den Fragebogen vollständig bis zur letzten Seite bearbeiteten. Ausgeschlossen wurden Personen mit auffälligen Antwortmustern oder überdurchschnittlich schnellen Bearbeitungszeiten ($n = 9$), ebenso wie Teilnehmende mit mehr als zehn Prozent fehlenden Werten ($n = 3$). Diese wurden automatisch durch SoSci-Survey ausgeschlossen. Personen, die die vorgegebene Altersgrenze von 18 bis 29 Jahren nicht erfüllten, erhielten während der Bearbeitung einen entsprechenden Hinweis und wurden daraufhin direkt ausgeschlossen. Zwei Personen wurden zusätzlich entfernt, da sie weder Angaben zu mütterlichem noch zu väterlichem Helicopter Parenting tätigten. Teilnehmende, die keine männliche Bezugsperson angaben, jedoch die Skala zum mütterlichen Helicopter Parenting ausfüllten ($n = 17$), blieben hingegen in der Stichprobe

enthalten. Nach Anwendung der Ausschlusskriterien verblieb eine endgültige Stichprobe von 592 Personen.

Die Stichprobe umfasste 415 (70.1 %) weibliche Emerging Adults, 172 (29.1 %) männliche Emerging Adults und 5 (0.8 %) diverse Emerging Adults. Das Alter reichte von 18 Jahren bis hin zu 29 Jahren. Das Durchschnittsalter der Gesamtstichprobe betrug 23.48 ($SD = 3.16$). Das durchschnittliche Alter bei Frauen lag bei 23.31 ($SD = 3.21$), bei Männern bei 23.93 ($SD = 2.99$) und bei diversen Personen bei 22.2 ($SD = 3.49$). Ein t -Test für unabhängige Stichproben wurde durchgeführt, um zu untersuchen, ob sich Männer und Frauen im Alter unterscheiden. Die Ergebnisse zeigten, dass sich das Alter zwischen Männern und Frauen signifikant unterschied ($t(585) = -2.17, p = .030$), Männer erwiesen sich als etwas älter als Frauen (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 1).

43.2 % ($n = 256$) der Stichprobe gaben als höchsten Bildungsabschluss einen Universitäts- oder Fachschulabschluss, wie einen Bachelor, Master oder Vergleichbares, an. Am zweithäufigsten wurde mit 40.4 % ($n = 239$) eine allgemeine oder fachgebundene Hochschulreife/Abitur/Matura als höchster Bildungsabschluss angegeben. 0.8 % der Stichprobe ($n = 5$) verfügten über keinen Schulabschluss. 6.1 % ($n = 36$) gaben an, die Pflichtschule abgeschlossen zu haben. 8.1 % ($n = 48$) hatten einen Abschluss einer fach- oder berufsbildenden Schule ohne Matura bzw. Abitur. Eine Person (0.2 %) besaß ein Doktorat und 1.2 % ($n = 7$) nannten einen sonstigen Bildungsabschluss.

Es befanden sich 61.5 % ($n = 364$) der Teilnehmer*innen in Ausbildung, 49.2 % ($n = 291$) der gesamten Stichprobe in einem Studium. 6.8 % ($n = 40$) befanden sich in der Schule und 4.1 % ($n = 24$) in Berufsausbildung. Weitere 1.5 % ($n = 9$) gaben an, eine Promotion oder ein Doktorat zu machen. 0.7 % ($n = 4$) gaben eine Weiterbildung oder eine Umschulung an, weitere 0.7 % ($n = 4$) eine andere Ausbildung, wie zum Beispiel ein Kolleg.

Im Hinblick auf die Erwerbstätigkeit gaben 66 % ($n = 391$) der Teilnehmer*innen an, derzeit beschäftigt zu sein. 23 % ($n = 136$) gaben an, Vollzeit beschäftigt zu sein. 22.5 % ($n = 133$) gaben an, Teilzeit zu arbeiten. Geringfügig arbeiteten 17.4 % ($n = 103$) der Stichprobe. 3.7 % ($n = 22$) bezeichneten ihre Erwerbstätigkeit als selbständig oder freiberuflich. 1.9 % ($n = 11$) gaben an, eine andere Erwerbstätigkeit zu haben, wie Zivildienst, Werkstudent*in, Karenz, duales Studium oder Praktikum.

Weiters wurde die Anzahl der Geschwister erhoben. 12.3 % ($n = 73$) der Teilnehmer*innen gaben an, keine Geschwister zu haben. Wohingegen 87.7 % ($n = 519$)

angaben, mindestens ein Geschwister zu haben. Die Geschwisteranzahl reichte von 1 bis 10 Geschwister. Die häufigste Anzahl an Geschwistern war 1 mit 50.8 % ($n = 301$), gefolgt von 2 Geschwistern mit 24.2 % ($n = 143$). 9.5 % ($n = 56$) dieser Personen hatten 3 Geschwister, 2.2 % ($n = 13$) hatten 4 Geschwister und 0.5 % ($n = 3$) hatten 5 Geschwister. Jeweils 0.2 % ($n = 1$) hatten 6, 7 und 10 Geschwister.

Die Teilnehmer*innen wurden nach der Zusammensetzung des Haushaltes während ihrer Kindheit gefragt. 98.1 % ($n = 581$) der Stichprobe gaben an, mit der Mutter im Haushalt aufgewachsen zu sein. Mit dem Vater sind 86.1 % ($n = 510$) aufgewachsen. 80.4 % ($n = 476$) der Personen sind mit ihren Geschwistern im selben Haushalt aufgewachsen. 11 % ($n = 65$) lebten mit ihrer Großmutter und 7.9 % ($n = 47$) mit ihrem Großvater im selben Haushalt. 16 Personen (2.7 %) gaben an, mit anderen Personen im Haushalt aufgewachsen zu sein, darunter Stiefvater, Onkel, Tante, Großtante und Hausfrau.

Es wurden Verteilungsunterschiede in den soziodemografischen Daten zwischen männlichen und weiblichen Studienteilnehmer*innen untersucht. Die Überprüfung ergab Verteilungsunterschiede im Bereich der Erwerbstätigkeit. Es zeigten sich Unterschiede in der Vollzeiterwerbstätigkeit ($\chi^2 = 13.44$, $df = 1$, $p < .001$). Hierbei waren Männer häufiger als erwartet Vollzeit erwerbstätig. Weiters gab es Unterschiede in der geringfügigen Erwerbstätigkeit ($\chi^2 = 8.85$, $df = 1$, $p = .003$), wobei hier weniger Männer als erwartet vertreten waren. Es gab auch Verteilungsunterschiede in der Selbstständigen/Freiberuflichen Erwerbstätigkeit ($\chi^2 = 4.31$, $df = 1$, $p = .038$), die zeigen, dass mehr Männer als erwartet in dieser Gruppe vorhanden waren. Die Ergebnisse sind in den Tabellen 2 - 4 im Anhang abgebildet.

7.3. Messinstrumente

7.3.1. Soziodemografische Daten

Zu Beginn des Fragebogens wurde nach dem Alter (in Jahren) gefragt, wobei bei Personen, die jünger als 18 oder älter als 29 waren, der Fragebogen direkt abgebrochen wurde. Ebenfalls wurde nach dem Geschlecht mit den Antwortmöglichkeiten „weiblich“, „männlich“ und „divers“ gefragt. Weitere Fragen beinhalteten Informationen zum höchsten Bildungsabschluss (kein Schulabschluss, Pflichtschulabschluss, Abschluss einer fach- oder berufsbildenden Schule ohne Abitur/Matura, Allgemeine oder fachgebundene Hochschulreife/Abitur/Matura (AHS, BHS, ...), Universitätsabschluss oder Fachhochschulabschluss (Bachelor, Master oder Vergleichbares), Doktorat, anderer Abschluss), zur derzeitigen Ausbildung (ja oder nein, wenn ja: Schulische Ausbildung, Berufsausbildung, Studium, Weiterbildung/Umschulung,

Promotion/Doktorat, Sonstiges) und zur derzeitigen Erwerbstätigkeit (ja oder nein, wenn ja: Vollzeitig erwerbstätig, Teilzeit erwerbstätig, Geringfügig erwerbstätig, Selbstständig/freiberuflich tätig, Sonstiges). Es wurde auch nach der Geschwisteranzahl (ja oder nein, wenn ja: Anzahl der Geschwister) und der Haushaltszusammensetzung während der Kindheit (Mutter, Vater, Geschwister, Großmutter, Großvater, andere primäre Bezugspersonen) gefragt. Letztlich wurde das subjektive Empfinden des erlebten Erziehungsverhaltens in der Kindheit jeweils für die Mutter und für den Vater auf einem hundertstufigen Schieberegler von „negativ“ bis „positiv“ erhoben. Die derzeitige Beziehung zum jeweiligen Elternteil wurde ebenfalls auf einer derartigen Skala erhoben.

7.3.2. Consolidated Helicopter Parenting Scale

Zur Erfassung des Helicopter Parenting Konstrukts wurde die Consolidated Helicopter Parenting Scale (CHPS) von Schiffrin, Yost, et al. (2019) verwendet. Die Skala wurde aus fünf bereits existierenden Fragebögen zur Messung von Helicopter Parenting zusammengestellt. Die Consolidated Helicopter Parenting Scale beinhaltet 10 Items. Diese 10 Items werden mittels einer siebenstufigen Likert-Skala von 1 („Stimme überhaupt nicht zu“) bis 7 („stimme vollkommen zu“) beantwortet. Da die Consolidated Helicopter Parenting Scale nur auf Englisch existiert, wurde die Originalversion mithilfe der Back-Translation Methode (Brislin, 1970) auf Deutsch übersetzt (siehe Anhang, Tabelle 5). Der Fragebogen wurde zweimal ausgefüllt, einmal für die Mutter und einmal für den Vater. Die Reihenfolge, für welchen Elternteil der Fragebogen zuerst ausgefüllt wird, mischte ein Zufallsgenerator durch, um Bias zu verhindern.

Es wurden zwei Faktorenanalysen jeweils für väterliches und für mütterliches Helicopter Parenting durchgeführt. Die Faktorenanalysen wurden basierend auf einem KMO-Wert von .93 (väterliches Helicopter Parenting) und .94 (mütterliches Helicopter Parenting) und jeweils signifikanten Barlett-Tests auf Sphärizität ausgeführt. Die Literatur etabliert für die Helicopter Parenting Scale einen Faktor. Bei der Strukturprüfung der väterlichen Helicopter Parenting Scale konnte das Ein-Faktor-Modell nicht bestätigt werden. Es zeigten sich zwei Faktoren mit einer erklärten Varianz von 53.13 % durch den ersten Faktor und zusätzliche 10.3 % durch den zweiten Faktor (siehe Anhang, Tabelle 6). Item 1 lud hauptsächlich auf dem zweiten Faktor, weswegen es ausgeschlossen wurde. Zwei weitere Items (Item 3 und Item 9) haben ebenfalls Kreuzladungen auf dem zweiten Faktor (siehe Anhang, Tabelle 7). Da diese Items aber hauptsächlich auf dem ersten Faktor laden, werden die Nebenladungen nicht berücksichtigt. Nach dem Entfernen des ersten Items konnte die Ein-

Faktor Struktur bestätigt werden (siehe Anhang, Tabelle 8). Die erklärte Varianz des Faktors betrug 57.55 % (siehe Anhang, Tabelle 9). Bei der mütterlichen Helicopter Parenting Scale konnte die Ein-Faktor Struktur bestätigt werden (siehe Anhang, Tabelle 10). Jedoch wurde entschieden, auch für die mütterliche Helicopter Parenting Scale Item 1 auszuschließen, um die Vergleichbarkeit mit der väterlichen Helicopter Parenting Scale beizubehalten. Die erklärte Varianz durch den Faktor lag nach Ausschließen des ersten Items bei 63.96 % (siehe Anhang, Tabelle 9). Screeplots der jeweiligen Faktorenanalysen sowohl mit als auch ohne Item 1 sind in Anhang B zu finden (siehe Anhang, Abbildung 5 – 8).

Aufgrund der geplanten getrennten Analyse von weiblichen und männlichen Emerging Adults wurden zusätzliche Faktorenanalysen getrennt für beide Teilstichproben berechnet. Für die väterliche Helicopter Parenting Scale zeigten sich sowohl in der weiblichen als auch in der männlichen Teilstichprobe zwei Faktoren, wobei vor allem das erste Item eine hohe Ladung auf dem zweiten Faktor aufwies (siehe Anhang, Tabelle 7). Infolgedessen wurde auch hier Item 1 für weitere Analysen ausgeschlossen. Nach Ausschluss des ersten Items konnte für beide Teilstichproben eine Ein-Faktor-Struktur bestätigt werden. Die erklärte Varianz des Faktors betrug 56.72 % in der weiblichen und 57.67 % in der männlichen Teilstichprobe (siehe Anhang, Tabelle 9). Für die mütterliche Helicopter Parenting Scale zeigte sich in der männlichen Teilstichprobe ein vergleichbares Muster mit zwei Faktoren, wobei Item 1 erneut hoch auf einem zweiten Faktor lud (siehe Anhang, Tabelle 10). In der weiblichen Teilstichprobe ergab sich hingegen bereits eine Ein-Faktor-Lösung. Um die Vergleichbarkeit zwischen den Skalen sowie zwischen den Geschlechtern sicherzustellen, wurde Item 1 auch hier ausgeschlossen. Nach dem Ausschluss konnte für beide Teilstichproben eine Ein-Faktor-Struktur bestätigt werden (siehe Anhang, Tabelle 11). Die erklärte Varianz lag bei 65.17 % für die weibliche und 59.73 % für die männliche Teilstichprobe (siehe Anhang, Tabelle 9). Screeplots der jeweiligen Faktorenanalysen sowohl mit als auch ohne Item 1 sind in Anhang B zu finden (siehe Anhang, Abbildung 9 – 16).

In Schiffrin, Yost, et al. (2019) wird ein Cronbachs Alpha von $\alpha = .92$ für die Mutter und $\alpha = .88$ für den Vater angegeben. In der erhobenen Gesamtstichprobe betrug die interne Konsistenz für die väterliche CHPS $\alpha = .90$, in der weiblichen Teilstichprobe $\alpha = .89$ und in der männlichen Teilstichprobe ebenfalls $\alpha = .89$ (siehe Anhang, Tabelle 12). Die korrigierten Item-Skala-Korrelationen lagen zwischen .37 und .79 in der Gesamtstichprobe, zwischen .32 und .80 in der weiblichen sowie zwischen .45 und .79 in der männlichen Teilstichprobe (siehe Anhang, Tabelle 13). Für die mütterliche CHPS ergab sich eine interne Konsistenz von $\alpha =$

.93 in der Gesamtstichprobe, $\alpha = .93$ in der weiblichen und $\alpha = .91$ in der männlichen Teilstichprobe (siehe Anhang, Tabelle 12). Die korrigierten Item-Skala-Korrelationen lagen hierbei zwischen .45 und .85 in der Gesamtstichprobe, .45 und .86 in der weiblichen sowie zwischen .41 und .84 in der männlichen Teilstichprobe (siehe Anhang, Tabelle 14).

Zur Erfassung des Ausmaßes von Helicopter Parenting wurde der Mittelwert der neun Items pro Person berechnet. Hohe Werte weisen auf ein hohes Maß an wahrgenommenem Helicopter Parenting hin.

7.3.3. *State-Trait-Angstinventar*

Das State-Trait-Angstinventar (STAI) von Laux (1981) ist ein Selbstbeschreibungsfragebogen. Das State-Trait-Angstinventar ist eine deutsche Adaption des von Spielberger et al. (1970) entwickelten „State-Trait Anxiety Inventory“.

Der Fragebogen besteht aus zwei Subtests mit jeweils 20 Items. Ein Subtest ist die State-Angstskala. Dieser Subtest misst die Angst als Zustand, sprich, wie man sich jetzt in dem Moment fühlt. Bewertet werden alle 40 Items auf einer vierstufigen Likert-Skala. Bei der State-Angstskala sind die Antwortmöglichkeiten 1 = Überhaupt nicht, 2 = ein wenig, 3 = ziemlich und 4 = sehr.

Der zweite Subtest betrifft die Trait-Angstskala. Diese Skala misst Angst als Eigenschaft. Die Fragen beziehen sich darauf, wie man sich im Allgemeinen fühlt. Sie dienen dazu, individuelle Unterschiede in der Ängstlichkeit festzustellen. Bei der Trait-Angstskala sind die Antwortmöglichkeiten 1 = fast nie, 2 = manchmal, 3 = oft, 4 = fast immer. Die Trait-Angstskala beinhaltet zudem sieben negativ gepolte Items (1, 6, 7, 10, 13, 16, 19), welche für die Auswertung rekodiert werden.

Für diese Studie ist jedoch nur die Trait-Angst Subskala relevant, da die Forschungsfrage auf Angst als Eigenschaft abzielt, nicht auf Angst als Zustand. Die Trait-Angstskala wird als allgemeines, nicht als situationsspezifisches Trait-Angstmaß bezeichnet, da es keinen Bezug auf spezifische Situationen nimmt (Laux, 1981).

Basierend auf einem KMO-Wert von .94 und einem signifikanten Bartlett-Test wurde eine Faktorenanalyse für die Gesamtstichprobe durchgeführt. Die Überprüfung der Faktorenstruktur ergab, entgegen der theoretischen Annahme einer eindimensionalen Struktur, zwei extrahierte Faktoren (siehe Anhang, Abbildung 17). Der erste Faktor erklärte 44.18 % der Varianz, der zweite Faktor zusätzlich 8.96 %, sodass die beiden Faktoren zusammen 53.18 % der Gesamtvarianz erklärten (siehe Anhang, Tabelle 15). Grund für die Ausgabe von zwei

Faktoren könnte einerseits sein, dass Ängstlichkeit zwei inhaltliche Komponenten hat (Emotionalität und Besorgnis). Andererseits beinhaltet das Trait-Angstinventar auch Angst-negative Items (z.B. „Ich bin ausgeglichen“). Positive Affekte sind nicht direkt das Gegenteil von negativen Affekten, wodurch nach dem Umpolen die Mittelwerte bei Angst-negativen Items höher sind als bei Angst-positiven Items (Krohne, 2010). Da der zweite Faktor ausschließlich durch geringe Nebenladungen gekennzeichnet war, konnte jedoch von einem Hauptfaktor ausgegangen und ein Ein-Faktor-Modell erzwungen werden.

Auch hier wurden aufgrund der geplanten getrennten Analyse von weiblichen und männlichen Emerging Adults, zusätzlich einzelne Faktorenanalysen für die weibliche und männliche Teilstichprobe berechnet. Die Überprüfung der Faktorenstruktur des Trait-Angstinventars ergab in den getrennten Analysen der weiblichen und männlichen Teilstichprobe entgegen der theoretischen Annahme einer eindimensionalen Struktur jeweils drei extrahierte Faktoren (siehe Anhang, Tabelle 16). Screeplots der Faktorenanalysen für weibliche und männliche Teilnehmer sind in Anhang B zu finden (siehe Anhang, Abbildung 18 und 19). In der weiblichen Teilstichprobe erklärte der erste Faktor 44.02 % der Varianz, der zweite Faktor zusätzlich 8.75 % und der dritte Faktor weitere 5.04 %, sodass insgesamt 57.80 % der Gesamtvarianz aufgeklärt wurden. In der männlichen Teilstichprobe erklärte der erste Faktor 43.06 % der Varianz, der zweite Faktor 9.61 % und der dritte Faktor 6.05 %, was einer kumulierten Varianzaufklärung von 58.73 % entsprach (siehe Anhang, Tabelle 15). Die zusätzliche Extraktion von zwei weiteren Faktoren kann auch hier zum einen wieder darauf zurückgeführt werden, dass Ängstlichkeit unterschiedliche inhaltliche Komponenten wie Emotionalität und Besorgnis umfasst. Zum anderen enthält das Trait-Angstinventar sowohl Angst-positive als auch Angst-negative Items, wodurch methodische Faktoren aufgrund der Itempolung entstehen können, da positive Affekte nicht das direkte Gegenteil negativer Affekte darstellen (Krohne, 2010). Aufgrund der Tatsache, dass die zweiten und dritten Faktoren jeweils nur einen vergleichsweise geringen zusätzlichen Varianzanteil erklärten und überwiegend durch Nebenladungen gekennzeichnet waren, wurde von einem dominanten Hauptfaktor ausgegangen. In Anlehnung an die theoretische Konzeption des Instruments wurde daher ein Ein-Faktor-Modell erzwungen.

Laux (1981) berichtet eine innere Konsistenz von $\alpha = .90$. In der vorliegenden Gesamtstichprobe betrug die interne Konsistenz $\alpha = .93$, in der weiblichen Teilstichprobe $\alpha = .93$ und in der männlichen Teilstichprobe ebenfalls $\alpha = .93$ (siehe Anhang, Tabelle 17). Die korrigierten Item-Skala-Korrelationen lagen zwischen .37 und .74 für die Gesamtstichprobe,

sowie zwischen .39 und .74 in der weiblichen und zwischen .32 und .75 in der männlichen Teilstichprobe (siehe Anhang, Tabelle 18).

Zur Erfassung des Ausmaßes von der Trait-Angst wurde der Mittelwert der 20 Items pro Person berechnet. Hohe Werte weisen auf eine hohe Ängstlichkeit hin.

7.3.4. Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung

Die Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung (WIRKALL) von Jerusalem und Schwarzer (1999) basiert auf der Selbstwirksamkeitstheorie von Bandura (1997). Oft wird Selbstwirksamkeit an eine Aufgabe oder einen bestimmten Bereich geknüpft. Diese Skala dient jedoch zur Erfassung der allgemeinen optimistischen Selbstüberzeugungen. Die Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung misst die optimistische Kompetenzerwartung, sprich das Vertrauen in sich selbst, schwierige Situationen zu meistern und diesen Erfolg den eigenen Fähigkeiten zuzuschreiben. Es handelt sich um ein Selbstbeurteilungsverfahren mit 10 Items, wie beispielsweise „Wenn ein Problem auftaucht, kann ich es aus eigener Kraft meistern“. Das Antwortformat ist eine vierstufige Likert-Skala mit den Antwortmöglichkeiten 1 = stimmt nicht, 2 = stimmt kaum, 3 = stimmt eher und 4 = stimmt genau.

Die Skala wird als eindimensional beschrieben (Jerusalem & Schwarzer, 1999). Bei einer Strukturprüfung mit den erhobenen Daten konnte die Eindimensionalität nicht bestätigt werden, da eine zweifaktorielle Lösung ausgegeben wurde (siehe Anhang, Abbildung 20). Der erste Faktor erklärt 48.46 % der Gesamtvarianz, der zweite Faktor erklärt zusätzlich noch 10.14 %, womit eine erklärte Gesamtvarianz von 58.7 % durch die zwei Faktoren entsteht (siehe Anhang, Tabelle 19). Vier der zehn Items laden auch auf einem zweiten Faktor (siehe Anhang, Tabelle 20). Diese vier Items laden jedoch hauptsächlich auf dem ersten Faktor, womit die Nebenladungen auf dem zweiten Faktor ignoriert werden können.

Aufgrund der geplanten getrennten Analyse von männlichen und weiblichen Emerging Adults, wurden auch hier zusätzliche Faktorenanalysen in den beiden Teilstichproben berechnet. Wie bei der Gesamtstichprobe zeigte die Faktorenanalyse sowohl in der weiblichen als auch in der männlichen Teilstichprobe zwei Faktoren. Screeplots der Faktorenanalysen für weibliche und männliche Teilnehmer sind in Anhang B zu finden (siehe Anhang, Abbildung 21 und 22). Bei der weiblichen Teilstichprobe betrug die erklärte Varianz des ersten Faktors 48.02 % und des zweiten Faktors 10.77 %. Bei der männlichen Teilstichprobe ergab sich eine erklärte Varianz des ersten Faktors von 47.13 % und des zweiten Faktors 10.30 % (siehe Anhang, Tabelle 19). Da die Ladungen auf dem ersten Faktor in beiden Teilstichproben hoch

waren, konnte eine Ein-Faktoren-Lösung sinnvoll erzwungen werden (siehe Anhang, Tabelle 20).

In der Literatur wird eine innere Konsistenz zwischen $\alpha = .75$ und $\alpha = .91$ angegeben (Schwarzer et al., 1999; Jerusalem & Schwarzer, 1999). Mit der erhobenen Stichprobe überprüft, lag die innere Konsistenz bei $\alpha = .88$ für die Gesamtstichprobe, bei $\alpha = .88$ für die weibliche Teilstichprobe und $\alpha = .87$ für die männliche Teilstichprobe (siehe Anhang, Tabelle 21). Die korrigierten Item-Skala-Korrelationen betrugen zwischen .50 und .68 (siehe Anhang, Tabelle 22).

Zur Erfassung des Ausmaßes von allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung wurde der Mittelwert der 10 Items pro Person berechnet. Hohe Werte weisen auf eine hohe Selbstwirksamkeitserwartung hin.

8. Statistische Auswertung

Die Auswertung erfolgte mit dem Softwareprogramm IBM SPSS Statistics Version 30. Vor Beantwortung der Fragestellungen wurden zunächst die Voraussetzungen für parametrische Verfahren, Normalverteilung und Varianzhomogenität geprüft. Weiters wurde auch untersucht, ob sich verschiedene Teilstichproben in den Ausprägungen der erhobenen Variablen unterscheiden. Prüfungen auf Verteilungsunterschiede wurden mit einem Chi.Quadrat-Test untersucht.

Die Normalverteilung wurde mit einem Kolmogorov-Smirnov-Test für die Gesamtstichprobe und jeweils die weibliche und die männliche Teilstichprobe für die Variablen mütterliches Helicopter Parenting, väterliches Helicopter Parenting, allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung und Ängstlichkeit untersucht. Der Test fiel für alle vier Variablen (väterliches HP, mütterliches HP, Selbstwirksamkeitserwartung und Ängstlichkeit) für die Gesamtstichprobe, für Frauen als auch für Männer signifikant aus (alle $p < .05$). Das weist auf die Voraussetzungsverletzung der Normalverteilung hin. Die Variablen Empfinden des mütterlichen und väterlichen Erziehungsverhaltens und die derzeitige Beziehung zur Mutter und zum Vater wurden nur für weibliche und männliche Teilnehmer*innen mittels Kolmogorov-Smirnov-Tests untersucht. Auch hier fiel der Signifikanztest für alle vier Variablen bei der weiblichen als auch männlichen Teilstichprobe signifikant aus (alle $p < .05$). Die Stichproben sind jedoch ausreichend groß ($n > 30$), weswegen das zentrale Grenzwerttheorem und die Robustheit der Verfahren angenommen werden können.

Die Varianzhomogenität wurde mit Levene-Tests überprüft. Die Varianzhomogenität war für die Variablen väterliches Helicopter Parenting, mütterliches Helicopter Parenting, Selbstwirksamkeitserwartung, Ängstlichkeit, Beziehung zur Mutter und Beziehung zum Vater gegeben. Bei den Variablen Empfinden des Erziehungsverhaltens wurde sowohl für die Mutter als auch für den Vater die Varianzhomogenität verletzt ($p < .05$).

Zur Prüfung der Fragestellung 1, dass die Selbstwirksamkeit den Zusammenhang zwischen Helicopter Parenting und der Ängstlichkeit von Emerging Adults vermittelt, wurde eine Mediationsanalyse mit dem Makro PROCESS v5.0 durchgeführt (Modell 4, 5000 Bootstrap-Stichproben, Bias-korrigierte Konfidenzintervalle).

Zur Überprüfung der Fragestellung 2 wurden Spearman-Korrelationen berechnet, da Ausreißer vorhanden und die Normalverteilung sowie die Varianzhomogenität verletzt waren. Für Fragestellung 3 wurden daraufhin ebenfalls Spearman-Korrelationen berechnet. Die verschiedenen Korrelationskoeffizienten wurden für Fragestellung 4 und 5 mit einem Fisher-Z-Test auf Unterschiede getestet.

Für die Prüfung der Fragestellung 6 wurden die Daten erstmals aufgeteilt in niedriges (1 - 3.5), und hohes (3.5 - 7) Helicopter Parenting. Da es teilweise zu Voraussetzungsverletzungen kam, die Gruppen stark unterschiedlich groß waren und manche Gruppengrößen sehr klein waren, wurde auf das nicht-parametrische Verfahren Kruskal-Wallis-Test zurückgegriffen.

Die Irrtumswahrscheinlichkeit wurde für alle Signifikanztests auf 5 % gesetzt. Die Interpretation von Cohen's d erfolgte anhand der von Cohen (1988) festgelegten Cut-off Werte mit 0.2 = kleiner Effekt, 0.5 = mittlerer Effekt und 0.8 = großer Effekt. Um Zusammenhänge zu beschreiben, wurde Spearman-Korrelation verwendet. Hier wurde die Höhe des Zusammenhangs mit $|\rho| \geq .10$ als schwach, $|\rho| \geq .30$ als moderat und $|\rho| \geq .50$ als stark interpretiert (Cohen, 1988; Kuckartz et al., 2010).

9. Ergebnisse

9.1. Deskriptive Statistik

Die für die Hypothesenprüfung relevanten Variablen sind mütterliches HP, väterliches HP, die Selbstwirksamkeitserwartung, die Ängstlichkeit (Trait-Angst), das Empfinden des elterlichen Erziehungsverhalten und die Beziehung zu den Eltern. Die Stichprobe für die Analyse der Fragestellung 6 wurde in vier Gruppen aufgeteilt.

9.1.1. Gesamtstichprobe

Frauen erreichten bei mütterlichen HP einen Mittelwert von $M = 2.68$ ($SD = 1.47$) und Männer einen Mittelwert von $M = 2.76$ ($SD = 1.34$). Der Gesamtmittelwert (einschließlich diverser Personen) des mütterlichen HP betrug $M = 2.7$ ($SD = 1.43$). Bei väterlichem HP erreichten Frauen einen Mittelwert von $M = 2.12$ ($SD = 1.15$) und Männer einen Mittelwert von $M = 2.21$ ($SD = 1.11$). Der Gesamtmittelwert (einschließlich diverser Personen) für väterliches HP betrug $M = 2.15$ ($SD = 1.14$). Die Schiefe der Verteilung zeigte sowohl für mütterliches HP (Schiefe = 0.71) als auch vor allem für väterliches HP (Schiefe = 1.28) eine Linksschiefe, was bedeutet, dass in der Gesamtstichprobe relativ niedrige HP-Werte erreicht wurden. Töchter und Söhne unterschieden sich nicht signifikant in dem Ausmaß des berichteten mütterlichen Helicopter Parenting ($t(585) = -0.88, p = .537, d = -0.06$) (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 23). Auch bei väterlichem Helicopter Parenting konnten keine Unterschiede zwischen Töchtern und Söhnen gefunden werden ($t(570) = -0.87, p = .386, d = -0.08$) (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 24). Jedoch praktizieren Mütter signifikant mehr Helicopter Parenting als Väter ($t(577) = -8.49, p < .001, d = -0.35$), bei den Töchtern ($t(403) = -6.77, p < .001, d = -0.34$) als auch bei den Söhnen ($t(167) = -5.25, p < .001, d = -0.41$) (siehe t -Tests im Anhang, Tabelle 25 – 27).

Bei der Selbstwirksamkeitserwartung hatten Frauen einen Mittelwert von $M = 2.78$ ($SD = 0.5$). Männer erreichten einen Mittelwert von $M = 3.02$ ($SD = 0.48$). Der Mittelwert für die Gesamtstichprobe (einschließlich diverser Personen) betrug $M = 2.85$ ($SD = 0.5$). Bei einem Test auf Mittelwertsunterschiede zeigte sich, dass Männer eine signifikant höhere Selbstwirksamkeitserwartung als Frauen berichteten ($t(585) = -5.21, p < .001, d = -0.43$) (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 28).

Frauen erreichten bei der Trait-Angst einen Mittelwert von $M = 2.29$ ($SD = 0.56$). Der Mittelwert bei männlichen Teilnehmern betrug $M = 2.06$ ($SD = 0.54$). Gesamt (einschließlich diverser Personen) wurde ein Mittelwert von $M = 2.22$ ($SD = 0.56$) erreicht. Auch hier zeigte sich ein signifikanter Unterschied der Mittelwerte. Frauen wiesen im Bereich der Ängstlichkeit signifikant höhere Werte als Männer auf ($t(585) = 4.53, p < .001, d = 0.41$) (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 29).

In Bezug auf das Empfinden des elterlichen Erziehungsverhalten betrug der Mittelwert bei weiblichen Teilnehmerinnen für die Mutter $M = 77.37$ ($SD = 24.91$) und für den Vater $M = 70.21$ ($SD = 27.34$). Männliche Teilnehmer erreichten bei der Empfindung des elterlichen Erziehungsverhaltens in Bezug auf die Mutter einen Mittelwert von $M = 80.03$ ($SD = 20.62$)

und in Bezug auf den Vater einen Mittelwert von $M = 77.37$ ($SD = 23.74$). Frauen bewerteten das elterliche Erziehungsverhalten ihrer Mutter signifikant positiver als das elterliche Erziehungsverhalten ihres Vaters ($t(401) = -4.83, p < .001, d = -0.24$) (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 30). Dasselbe zeigte sich für Männer ($t(165) = -4.33, p < .001, d = -0.34$) (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 31).

Frauen wiesen bei der Bewertung der derzeitigen Beziehung zur Mutter einen Mittelwert von $M = 81.38$ ($SD = 23.92$) und bei der Beziehung zum Vater einen Mittelwert von $M = 75.2$ ($SD = 26.36$) auf. Bei den Männern wurde ein Mittelwert von $M = 82.91$ ($SD = 22.75$) bei der Beziehung zur Mutter und ein Mittelwert von $M = 77.37$ ($SD = 24.74$) bei der Beziehung zum Vater erreicht. Sowohl Frauen ($t(399) = -4.4, p < .001, d = -0.22$) als auch Männer ($t(164) = -3.04, p = .003, d = -0.24$) bewerteten ihre Beziehung zur Mutter signifikant positiver als ihre Beziehung zum Vater (siehe t -Tests im Anhang, Tabelle 32 und 33).

9.1.2. Gruppen unterschiedlichere HP-Belastung

Für die Analyse von Fragestellung 6 wurde die Stichprobe in vier Gruppen unterteilt. Niedriges Helicopter Parenting reichte von Skalenwerten 1 – 3.5 und hohes Helicopter Parenting von 3.5-7. In Gruppe 1 (kein HP) befanden sich 373 Personen, davon 70.2 % ($n = 262$) weiblich, 29.2 % ($n = 109$) männlich und 0.5 % ($n = 2$) divers. In Gruppe 2 (nur mütterliches HP) befanden sich 129 Personen, davon 72.1 % ($n = 93$) weiblich, 29.4 % ($n = 34$) männlich und 1.1 % ($n = 2$) divers. Gruppe 3 (nur väterliches HP) bestand aus 43 Personen, davon waren 76.7 % ($n = 33$) weiblich und 23.3 % ($n = 10$) männlich. In Gruppe 4 (beide Elternteile HP) waren 32 Personen, davon 50 % ($n = 16$) weiblich, 46.9 % ($n = 15$) männlich und 3.1 % ($n = 1$) divers. Ein Test auf Verteilungsunterschiede ergab keinen signifikanten Unterschied zwischen Geschlecht (männlich und weiblich) und der HP-Gruppen ($\chi^2 = 6.59, df = 3, p = .086$). Es zeigte sich jedoch, dass Männer in Gruppe 4 häufiger vertreten waren, als erwartet (siehe Anhang Tabelle 34).

Gruppe 1 erreichte bezüglich der Selbstwirksamkeit einen Gesamtmittelwert von $M = 2.9$ ($SD = 0.49$). Bei Frauen lag der Mittelwert in Gruppe 1 bei $M = 2.85$ ($SD = 0.49$) und bei Männern bei $M = 3.04$ ($SD = 0.47$). Männer wiesen hierbei signifikant höhere Selbstwirksamkeits-Werte auf als Frauen ($t(369) = -3.64, p < .001, d = -0.42$) (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 35). Gruppe 2 erreichte einen Gesamtmittelwert von $M = 2.77$ ($SD = 0.44$). In dieser Gruppe erreichten Frauen einen Mittelwert von $M = 2.71$ ($SD = 0.45$) und Männer einen Mittelwert von $M = 2.9$ ($SD = 0.4$). In Gruppe 2 zeigte sich ebenfalls ein signifikanter Mittelwertsunterschied, wobei Männer höhere Werte berichteten als Frauen ($t(125) = -2.14, p$

= .035, $d = -0.43$) (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 36). Der Gesamtmittelwert der Gruppe 3 betrug $M = 2.8$ ($SD = 0.52$), der Mittelwert bei Frauen $M = 2.69$ ($SD = 0.50$) und bei Männern $M = 3.19$ ($SD = 0.38$). Männer berichteten signifikant höhere Selbstwirksamkeits-Werte als Frauen ($t(41) = -2.92$, $p = .006$, $d = -1.05$) (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 37). In Gruppe 4 lag der Gesamtmittelwert bei $M = 2.74$ ($SD = 0.72$), der Mittelwert bei Frauen $M = 2.54$ ($SD = 0.72$) und bei Männern $M = 2.95$ ($SD = 0.72$). Der Unterschied zwischen den Geschlechtern erwies sich als nicht signifikant (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 38).

Hinsichtlich der Ängstlichkeit erreichte Gruppe 1 einen Gesamtmittelwert von $M = 2.11$ ($SD = 0.54$), Frauen erreichten in der Gruppe 1 einen Mittelwert von $M = 2.17$ ($SD = 0.53$) und Männer einen Mittelwert von $M = 1.97$ ($SD = 0.55$). Die Mittelwerte unterschieden sich signifikant voneinander, wobei Frauen höhere Ängstlichkeits-Werte als Männer zeigten ($t(369) = 3.31$, $p = .001$, $d = 0.38$) (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 35). Der Gesamtmittelwert in Gruppe 2 lag bei $M = 2.41$ ($SD = 0.51$), für Frauen in der Gruppe 2 bei $M = 2.45$ ($SD = 0.52$) und für Männer in der Gruppe $M = 2.29$ ($SD = 0.44$). Der Unterschied der Mittelwerte war nicht signifikant (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 36). Gruppe 3 erreichte einen Gesamtmittelwert von $M = 2.37$ ($SD = 0.56$). Frauen in Gruppe 3 erreichten einen Mittelwert von $M = 2.51$ ($SD = 0.53$) und Männer in Gruppe 3 einen Mittelwert von $M = 1.91$ ($SD = 0.38$). Frauen erreichten in Gruppe 3 signifikant höhere Ängstlichkeits-Werte als Männer ($t(41) = 3.30$, $p = .002$, $d = 1.19$) (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 37). In Gruppe 4 betrug der Gesamtmittelwert $M = 2.58$ ($SD = 0.65$), der Mittelwert von Frauen $M = 2.72$ ($SD = 0.69$) und der Mittelwert von Männer $M = 2.38$ ($SD = 0.56$). Es zeigte sich in Gruppe 4 kein signifikanter Mittelwertsunterschied zwischen den Geschlechtern (siehe Anhang, Tabelle 38).

Bezüglich des mütterlichen Helicopter Parenting erreichte Gruppe 1 einen Gesamtmittelwert von $M = 1.93$ ($SD = 0.73$). Bei Frauen betrug der Mittelwert in Gruppe 1 $M = 1.92$ ($SD = 0.74$) und bei Männern $M = 1.97$ ($SD = 0.69$). Zwischen Frauen und Männern zeigte sich hierbei kein signifikanter Unterschied (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 35). Gruppe 2 erreichte einen Gesamtmittelwert von $M = 4.65$ ($SD = 0.83$). In dieser Gruppe lag der Mittelwert bei Frauen bei $M = 4.71$ ($SD = 0.88$) und bei Männern bei $M = 4.50$ ($SD = 0.68$). Der Unterschied zwischen den Geschlechtern erwies sich als nicht signifikant (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 36). Der Gesamtmittelwert der Gruppe 3 betrug $M = 2.13$ ($SD = 0.76$), wobei Frauen einen Mittelwert von $M = 2.00$ ($SD = 0.73$) und Männer einen Mittelwert von $M = 2.57$ ($SD = 0.75$) aufwiesen. Männer berichteten hierbei signifikant höhere Werte des mütterlichen Helicopter Parenting als Frauen ($t(41) = -2.14$, $p = .038$, $d = -0.77$) (siehe t -Test

im Anhang, Tabelle 37). In Gruppe 4 lag der Gesamtmittelwert bei $M = 4.75$ ($SD = 0.78$), der Mittelwert bei Frauen bei $M = 4.85$ ($SD = 0.51$) und bei Männern bei $M = 4.50$ ($SD = 0.79$). Der Geschlechterunterschied war nicht signifikant (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 38).

Gruppe 1 erreichte bezüglich des väterlichen Helicopter Parenting einen Gesamtmittelwert von $M = 1.71$ ($SD = 0.68$). Bei Frauen lag der Mittelwert in Gruppe 1 bei $M = 1.69$ ($SD = 0.66$) und bei Männern bei $M = 1.77$ ($SD = 0.72$). Der Unterschied zwischen Frauen und Männern war nicht signifikant (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 35). Gruppe 2 erreichte einen Gesamtmittelwert von $M = 2.06$ ($SD = 0.69$). In dieser Gruppe wiesen Frauen einen Mittelwert von $M = 2.04$ ($SD = 0.69$) und Männer einen Mittelwert von $M = 2.12$ ($SD = 0.65$) auf. Auch hier zeigte sich kein signifikanter Mittelwertsunterschied (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 36). Der Gesamtmittelwert der Gruppe 3 betrug $M = 4.66$ ($SD = 0.79$), wobei Frauen einen Mittelwert von $M = 4.77$ ($SD = 0.82$) und Männer einen Mittelwert von $M = 4.31$ ($SD = 0.60$) berichteten. Der Unterschied erwies sich als nicht signifikant (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 37). In Gruppe 4 lag der Gesamtmittelwert bei $M = 4.32$ ($SD = 0.72$), der Mittelwert bei Frauen bei $M = 4.19$ ($SD = 0.51$) und bei Männern bei $M = 4.27$ ($SD = 0.57$). Auch in dieser Gruppe zeigte sich kein signifikanter Unterschied zwischen den Geschlechtern (siehe t -Test im Anhang, Tabelle 38).

9.2. Mediationsmodell

Für Fragestellung 1 wurde eine Mediationsanalyse durchgeführt, um zu untersuchen, ob Helicopter Parenting Ängstlichkeit in Emerging Adults vorhersagt und ob dieser direkte Pfad zumindest partiell durch Selbstwirksamkeit mediiert wird. Ein Fokus wurde auch darauf gelegt, Geschlechter aufgrund von gefundenen Geschlechterunterschieden in vorheriger Forschung, getrennt zu untersuchen. Deswegen wurde die Mediation für vier verschiedene Eltern-Kind-Dyaden durchgeführt. Die Gruppen bestanden jeweils aus Mutter oder Vater und Tochter oder Sohn.

Die Voraussetzungen für eine Mediationsanalyse wurden für die vier verschiedenen Gruppenkombinationen (mütterliches HP – Tochter, mütterliches HP – Sohn, väterliches HP – Tochter und väterliches HP – Sohn) überprüft. Zunächst wurden Ausreißer mit Cook-Distanzen bestimmt. Durch ein Streudiagramm der Cook-Distanzen (siehe Anhang, Abbildung 23 und 24) zeigte sich ein Ausreißer. Diese Person war sowohl bei mütterlichem als auch bei väterlichem HP als Ausreißer erkennbar und wurde daraufhin für die Mediationsanalyse ausgeschlossen. Die Linearität wurde mittels Matrixdiagrammen mit LOESS-Glättung (siehe Anhang, Abbildung 25 - 28) untersucht und für alle relevanten Pfade

erfüllt. Um Multikollinearität zwischen den Prädiktorvariablen zu untersuchen, wurden Variance Inflation Factors (VIFs) herangezogen. Die VIF-Werte lagen in der Spanne zwischen $VIF = 1.018$ und $VIF = 1.025$, was auf keine Multikollinearität hinwies. Die Unabhängigkeit der Residuen wurde mithilfe des Durbin-Watson-Statistik untersucht. Die Durbin-Watson-Statistik Werte zwischen 1.74 und 2.07 legten für alle vier Gruppenkombinationen keine Autokorrelation nahe. Zuletzt wurden die Daten auf Homoskedastizität geprüft. Es wurden sowohl Breusch-Pagan-Tests als auch White-Tests durchgeführt, da die Normalverteilung der Residuen nicht für die Gruppenkombinationen mit Söhnen (VHP – Sohn und MHP – Sohn) gegeben war. Der Breusch-Pagan-Test ergab für die Gruppenkombinationen MHP – Tochter und VHP – Tochter keine Hinweise auf Heteroskedastizität. Der White-Test hingegen zeigte signifikante Ergebnisse für die Gruppenkombinationen MHP – Sohn und VHP – Sohn (alle $p < .05$), sodass von Heteroskedastizität auszugehen ist.

Die Mediationsanalysen wurden mit dem Makro PROCESS v5.0 Modell 4 durchgeführt. Das Modell erfolgte mit Bootstrapping (5000 Iterationen) und mit Bias-korrigierten Konfidenzintervallen. Da die Prüfung der Annahmen Hinweise auf Heteroskedastizität für die Gruppen MHP – Sohn und VHP – Sohn ergab, wurden diese Modelle mit Heteroskedastizität-konsistenten Standardfehlern (HC3) geschätzt.

Zunächst wurde eine Mediationsanalyse durchgeführt, um zu prüfen, ob Selbstwirksamkeit den Zusammenhang zwischen mütterlichem Helicopter Parenting und der Ängstlichkeit von weiblichen Emerging Adults mediert. Es zeigte sich ein signifikanter totaler Effekt von mütterlichem Helicopter Parenting auf die Ängstlichkeit ($b = 0.1$, 95 %-KI [0.064, 0.135], $p < .001$). Nachdem der Mediator in das Modell aufgenommen wurde, sagte mütterliches HP die Selbstwirksamkeit von weiblichen Emerging Adults signifikant vorher ($b = -0.049$, 95 %-KI [-0.081, -0.017], $p = .003$). Die Selbstwirksamkeit sagte wiederum die Ängstlichkeit signifikant vorher ($b = -0.698$, 95 %-KI [-0.78, -0.616], $p < .001$). Es ergab sich ein signifikanter indirekter Effekt über die Selbstwirksamkeit ($b = 0.034$, 95 %-KI [0.012, 0.057]), aber auch ein signifikanter direkter Effekt von mütterlichem HP auf die Ängstlichkeit bei weiblichen Emerging Adults ($b = 0.065$, 95 %-KI [0.038, 0.093], $p < .001$). Es liegt dementsprechend eine signifikante partielle Mediation vor (siehe Abbildung 1).

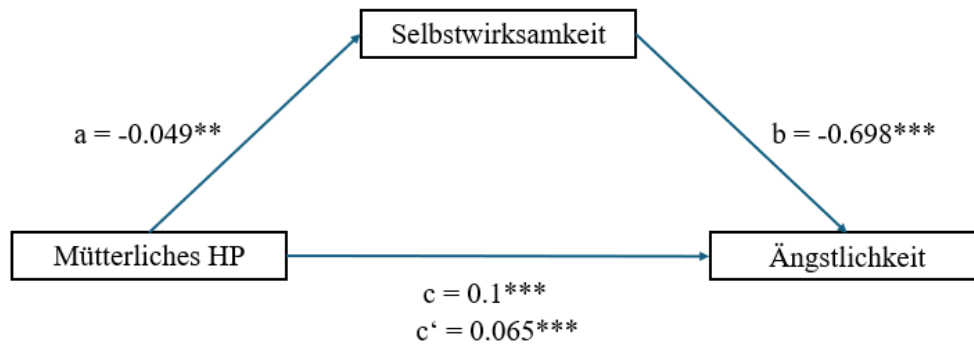


Abbildung 1. Mutter-Tochter Mediationsmodell

Bei der Mediationsanalyse zur Prüfung, ob Selbstwirksamkeit den Zusammenhang zwischen väterlichem Helicopter Parenting und der Ängstlichkeit von weiblichen Emerging Adults mediert, zeigten sich ähnliche Ergebnisse. Es zeigte sich ein signifikanter totaler Effekt von väterlichem Helicopter Parenting auf die Ängstlichkeit ($b = 0.129$, 95 %-KI [0.083, 0.175], $p < .001$). Nachdem der Mediator in das Modell aufgenommen wurde, sagte väterliches HP die Selbstwirksamkeit von weiblichen Emerging Adults signifikant vorher ($b = -0.066$, 95 %-KI [-0.107, -0.025], $p = .002$). Die Selbstwirksamkeit sagte wiederum die Ängstlichkeit signifikant vorher ($b = -0.708$, 95 %-KI [-0.792, -0.624], $p < .001$). Es ergab sich ein signifikanter indirekter Effekt über die Selbstwirksamkeit ($b = 0.047$, 95 %-KI [0.017, 0.08]), aber auch ein signifikanter direkter Effekt von mütterlichem HP auf die Ängstlichkeit bei weiblichen Emerging Adults ($b = 0.082$, 95 %-KI [0.046, 0.118], $p < .001$). Es liegt infolgedessen eine signifikante partielle Mediation vor (siehe Abbildung 2).

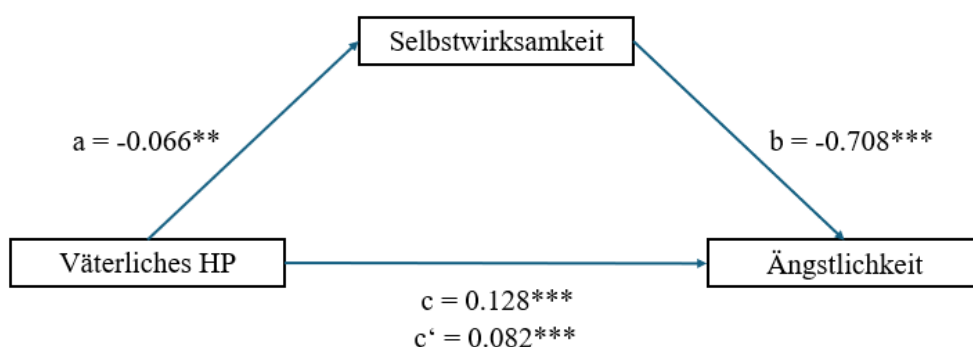


Abbildung 2. Vater-Tochter Mediationsmodell

Eine Mediationsanalyse wurde durchgeführt, um zu prüfen, ob Selbstwirksamkeit den Zusammenhang zwischen mütterlichem Helicopter Parenting und der Ängstlichkeit von männlichen Emerging Adults mediert. Es zeigte sich ein signifikanter totaler Effekt von

mütterlichem Helicopter Parenting auf die Ängstlichkeit ($b = 0.126$, 95 %-KI [0.071, 0.180], $p < .001$). Nachdem der Mediator in das Modell aufgenommen wurde, zeigte sich kein signifikanter Effekt von mütterlichem Helicopter Parenting auf die Selbstwirksamkeit ($b = -0.055$, 95 %-KI [-0.112, 0.002], $p = .057$). Die Selbstwirksamkeit sagte jedoch die Ängstlichkeit signifikant vorher ($b = -0.592$, 95 %-KI [-0.763, -0.422], $p < .001$). Der indirekte Effekt über die Selbstwirksamkeit war nicht signifikant, da das Bootstrap-Konfidenzintervall den Wert 0 einschloss ($b = 0.033$, 95 %-KI [-0.001, 0.071]). Der direkte Effekt von mütterlichem Helicopter Parenting auf die Ängstlichkeit blieb dagegen signifikant bestehen ($b = 0.093$, 95 %-KI [0.040, 0.146], $p = .001$). Damit liegt keine Mediation vor (siehe Abbildung 3). Stattdessen zeigte sich ein direkter positiver Zusammenhang zwischen mütterlichem Helicopter Parenting und Ängstlichkeit männlicher Emerging Adults.

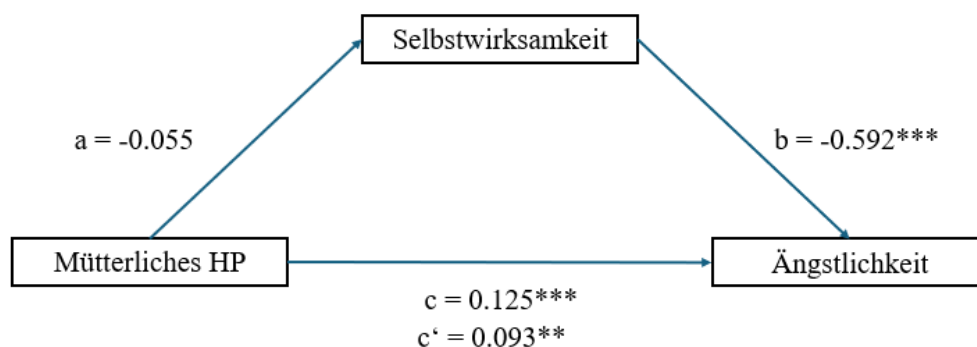


Abbildung 3. Mutter-Sohn Mediationsmodell

Zuletzt wurde eine Mediationsanalyse durchgeführt, um zu prüfen, ob Selbstwirksamkeit den Zusammenhang zwischen väterlichem Helicopter Parenting und der Ängstlichkeit von männlichen Emerging Adults mediiert. Der totale Effekt von väterlichem Helicopter Parenting auf die Ängstlichkeit war nicht signifikant ($b = 0.066$, 95 %-KI [-0.008, 0.141], $p = .082$). Nachdem der Mediator in das Modell aufgenommen wurde, zeigte sich ebenfalls kein signifikanter Effekt von väterlichem Helicopter Parenting auf die Selbstwirksamkeit ($b = -0.057$, 95 %-KI [-0.135, 0.021], $p = .149$). Die Selbstwirksamkeit sagte die Ängstlichkeit jedoch signifikant negativ vorher ($b = -0.623$, 95 %-KI [-0.797, -0.448], $p < .001$). Der indirekte Effekt über die Selbstwirksamkeit war nicht signifikant, da das Bootstrap-Konfidenzintervall den Wert 0 einschloss ($b = 0.036$, 95 %-KI [-0.008, 0.091]). Auch der direkte Effekt von väterlichem Helicopter Parenting auf die Ängstlichkeit war nicht signifikant ($b = 0.031$, 95 %-KI [-0.029, 0.091], $p = .315$). Dementsprechend liegt keine Mediation vor (siehe Abbildung 4). Weder ein indirekter noch ein direkter Effekt von

väterlichem Helicopter Parenting auf die Ängstlichkeit männlicher Emerging Adults konnte nachgewiesen werden.

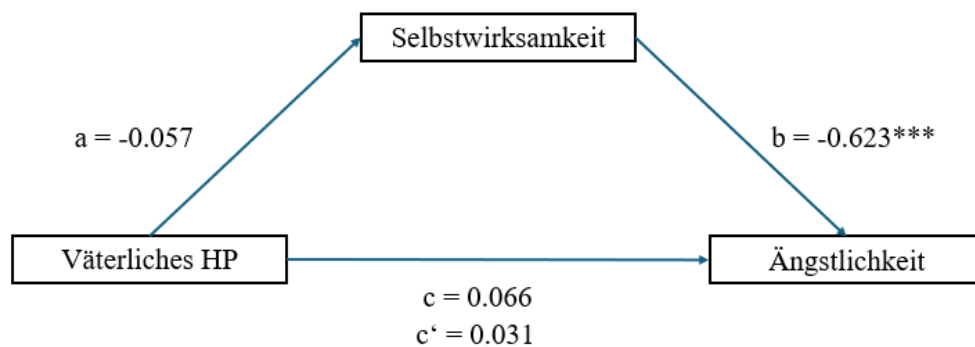


Abbildung 4. Vater-Sohn Mediationsmodell

9.3. Das Empfinden des elterlichen Erziehungsverhaltens

Korrelationen wurden berechnet, um den Zusammenhang zwischen dem Ausmaß des erlebten Helicopter Parentings und dem subjektiven Empfinden des elterlichen Erziehungsverhaltens zwischen den vier Eltern-Kind-Dyaden zu untersuchen. Da die Variablen nicht normalverteilt und nicht varianzhomogen sind und zudem Ausreißer vorhanden sind (siehe Anhang, Abbildung 29 und 30), wurde die Spearman-Rho-Korrelation angewendet. Es zeigten sich signifikante Korrelationen bei allen vier Gruppenkombinationen. Bei weiblichen Emerging Adults stand mütterliches HP ($\rho(415) = -.47, p < .001$) und väterliches HP ($\rho(402) = -.40, p < .001$) im negativen Zusammenhang mit dem subjektiven Empfinden des elterlichen Erziehungsverhaltens des jeweiligen Elternteils. Auch bei männlichen Emerging Adults zeigten sich signifikante negative Zusammenhänge zwischen mütterlichem HP und subjektiven Empfinden des mütterlichem Erziehungsverhaltens ($\rho(172) = -.51, p < .001$), sowie väterlichem HP und dem subjektiven Empfinden des väterlichen Erziehungsverhaltens ($\rho(166) = -.23, p = .004$).

Um zu prüfen, ob sich die Stärke der Zusammenhänge zwischen den weiblichen und männlichen Teilnehmer*innen unterscheiden, wurden die Korrelationskoeffizienten mittels Fisher-Z-Tests verglichen. Ein signifikanter Unterschied zeigte sich nur beim Empfinden des väterlichen Erziehungsverhaltens ($z = 2.03, p = 0.021$), nicht aber beim Empfinden des mütterlichen Erziehungsverhaltens ($z = 0.62, p = 0.268$). Der negative Zusammenhang des väterlichen HP und dem Empfinden des väterlichen Erziehungsverhaltens war bei weiblichen Emerging Adults stärker ausgeprägt als bei männlichen Emerging Adults (siehe Anhang, Abbildung 31 und 32).

Das Empfinden des mütterlichen Erziehungsverhaltens und das Empfinden des väterlichen Erziehungsverhaltens korrelierte signifikant positiv sowohl bei weiblichen ($\rho(402) = .48, p < .001$) als auch bei männlichen Emerging Adults ($\rho(166) = .55, p < .001$).

9.4. Die Beziehung zu den Eltern

Es wurden Korrelationen berechnet, um den Zusammenhang zwischen dem Ausmaß des erlebten Helicopter Parentings und der derzeitigen Beziehung zu den Eltern zwischen den vier Eltern-Kind-Dyaden zu untersuchen. Da auch hier die Variablen nicht normalverteilt und Ausreißer vorhanden waren (siehe Anhang, Abbildung 33 und 34), wurde ebenfalls die Spearman-Rho-Korrelation angewendet. Es zeigten sich signifikante Korrelationen bei allen vier Gruppenkombinationen. Bei weiblichen Emerging Adults stand mütterliches HP im negativen Zusammenhang mit der derzeitigen Beziehung zur Mutter ($\rho(413) = -.51, p < .001$) und väterliches HP im negativen Zusammenhang mit der derzeitigen Beziehung zum Vater ($\rho(401) = -.36, p < .001$). Auch bei männlichen Emerging Adults zeigten sich signifikante negative Zusammenhänge zwischen mütterlichem HP und der derzeitigen Beziehung zur Mutter ($\rho(172) = -.52, p < .001$), sowie väterlichem HP und der derzeitigen Beziehung zum Vater ($\rho(165) = -.25, p = .001$).

Um zu untersuchen, ob sich die Stärke der Zusammenhänge zwischen weiblichen und männlichen Emerging Adults unterscheidet, wurden die Korrelationskoeffizienten mittels Fisher-Z-Tests verglichen. Es zeigte sich kein signifikanter Unterschied, weder beim Zusammenhang zwischen mütterlichem HP und der derzeitigen Beziehung zur Mutter ($z = 0.19, p = 0.429$), noch bei dem Zusammenhang zwischen väterlichem HP und der derzeitigen Beziehung zum Vater ($z = 1.22, p = 0.111$).

Die Beziehung zur Mutter und die Beziehung zum Vater korrelierten signifikant positiv sowohl bei weiblichen Emerging Adults ($\rho(400) = .43, p < .001$), als auch bei männlichen Emerging Adults ($\rho(165) = .60, p < .001$).

Weiters korrelierte auch das Empfinden des väterlichen Erziehungsverhaltens signifikant positiv mit der Beziehung zum Vater bei weiblichen ($\rho(399) = .69, p < .001$) und bei männlichen Emerging Adults ($\rho(163) = .75, p < .001$). Auch das Empfinden des mütterlichen Erziehungsverhaltens stand im positiven Zusammenhang mit der Beziehung zur Mutter bei weiblichen ($\rho(413) = .71, p < .001$), als auch bei männlichen Emerging Adults ($\rho(172) = .66, p < .001$).

Eine Korrelationstabelle mit allen Korrelationskoeffizienten ist im Anhang in den Tabellen 39 und 40 abgebildet.

9.5. Kein, ein oder beide Elternteile

Um zu untersuchen, ob sich Emerging Adults in ihrer Selbstwirksamkeit und Ängstlichkeit unterscheiden, abhängig davon, ob kein, ein oder beide Elternteile Helicopter Parenting praktizieren, wurden zunächst vier Gruppen gebildet. Gruppe 1 umfasste Personen, bei denen keiner der beiden Eltern Helicopter Parenting praktizierte. Gruppe 2 beinhaltet Personen mit ausschließlich mütterlichem HP, Gruppe 3 Personen mit ausschließlich väterlichem HP und Gruppe 4 besteht aus Personen, bei denen beide Elternteile HP praktizierten.

Vor der Hauptanalyse wurden Voraussetzungen überprüft. Die Normalverteilung wurde mittels Shapiro-Wilk-Test getestet. Die Normalverteilung erwies sich in fast allen Gruppen als gegeben. Ausnahme war einerseits Gruppe 4 in der Variable Selbstwirksamkeit und andererseits Gruppe 1 sowohl bei der Variable Selbstwirksamkeit als auch in der Variable Ängstlichkeit. Die Varianzhomogenität wurde mittels Levene-Tests geprüft, sowohl mit und als auch ohne Einbezug der Gruppe 1. Der Levene-Test fiel beide Male signifikant in der Variable Selbstwirksamkeit aus. Für die Variable Ängstlichkeit war der Levene-Test nicht signifikant. Aufgrund von Voraussetzungsverletzungen, stark unterschiedlichen Gruppengrößen sowie kleine Stichprobengrößen in einigen Gruppen, wurde auf das nicht-parametrische Verfahren Kruskal-Wallis-Test zurückgegriffen.

Ein Kruskal-Wallis-Test unter Einbezug aller vier Gruppen ergab signifikante Unterschiede sowohl in der Selbstwirksamkeit ($H(3) = 10.89, p = .012$) als auch in der Ängstlichkeit ($H(3) = 43.19, p < .001$) (siehe Anhang, Tabelle 41). Paarweise Gruppenvergleiche zeigten für die Selbstwirksamkeit lediglich einen signifikanten Unterschied zwischen Gruppe 1 (kein HP) und Gruppe 2 (mütterliches HP) ($p = .009$), wobei Gruppe 1 eine signifikant höhere Selbstwirksamkeit aufzeigte als Gruppe 2. Hinsichtlich der Ängstlichkeit zeigten paarweise Gruppenvergleiche, dass Personen in Gruppe 1 (kein HP) signifikant niedrigere Ängstlichkeitswerte berichteten als Personen in Gruppe 2 (mütterliches HP, $p < .001$), Gruppe 3 (väterliches HP, $p = .036$) und Gruppe 4 (beidseitiges HP, $p < .001$).

Nach Ausschluss von Gruppe 1, ergab der Kruskal-Wallis-Test weder für die Variable Selbstwirksamkeit ($H(2) = 0.59, p = .745$) noch für die Variable Ängstlichkeit ($H(2) = 2.88, p = .237$) signifikante Unterschiede (siehe Anhang, Tabelle 42). Damit unterschieden sich

Emerging Adults nicht in ihrer Selbstwirksamkeit in Abhängigkeit davon, ob nur mütterliches, nur väterliches oder beidseitiges HP vorlag.

Da sich weibliche und männliche Teilnehmer*innen in den Variablen Selbstwirksamkeit und Ängstlichkeit signifikant unterschieden und in Gruppe 4 (beide Elternteile praktizieren HP) im Vergleich zu den anderen Gruppen bezüglich der Geschlechter eine eher ausgeglichene Verteilung vorherrscht, wurden Analysen zusätzlich getrennt nach Geschlecht durchgeführt. Personen mit diverser Geschlechtsangabe ($n = 5$) wurden aufgrund der geringen Stichprobengröße ausgeschlossen. Die Voraussetzungen wurden in Folge dessen erneut geprüft. Die Normalverteilung wurde mit einem Shapiro-Wilk-Test untersucht und zeigte für Frauen und Männer in Gruppe 2, 3 und 4 keine signifikanten Ergebnisse für die Variablen Selbstwirksamkeit und Ängstlichkeit. Gruppe 1 wies jedoch in beiden Variablen sowohl bei weiblichen als auch männlichen Teilnehmer*innen signifikante Ergebnisse auf. Der Levene-Test ergab einschließlich bezüglich Gruppe 1 keine signifikanten Varianzunterschiede. Ohne Gruppe 1 zeigten sich bei Frauen signifikante Unterschiede in der Selbstwirksamkeit. Entsprechend wurden auch hier nichtparametrische Tests verwendet.

Getrennte Kruskal-Wallis Tests einschließlich aller vier Gruppen zeigten bei Frauen einen signifikanten Unterschied zwischen den vier Gruppen ($H(3) = 10.75, p = .013$) (siehe Anhang, Tabelle 41). Anschließend paarweise Vergleiche ergaben, dass Frauen in der Gruppe ohne HP (Gruppe 1) eine signifikant höhere Selbstwirksamkeit berichteten als Frauen, deren Mütter HP praktizieren (Gruppe 2) ($p = .040$). Alle weiteren Gruppenunterschiede waren nicht signifikant. Bei Männern zeigte der Kruskal-Wallis-Test keine signifikanten Unterschiede zwischen den vier Gruppen ($H(3) = 4.54, p = .208$) (siehe Anhang, Tabelle 41). Damit unterschieden sich Männer nicht in ihrer Selbstwirksamkeit in Abhängigkeit davon, ob kein, nur mütterliches, nur väterliches oder beidseitiges HP vorlag.

Für die Variable Ängstlichkeit zeigte der Kruskal-Wallis-Test bei Frauen einen signifikanten Unterschied zwischen den vier Gruppen ($H(3) = 31.72, p < .001$) (siehe Anhang, Tabelle 41). Paarweise Gruppenvergleiche ergaben, dass Frauen ohne HP (Gruppe 1) eine signifikant geringere Ängstlichkeit berichteten als Frauen mit mütterlichem HP (Gruppe 2, $p < .001$), mit väterlichem HP (Gruppe 3, $p = .011$) sowie mit HP von beiden Elternteilen (Gruppe 4, $p = .003$). Zwischen den HP-Gruppen 2, 3 und 4 fanden sich hingegen keine Unterschiede. Auch bei den Männern ergab der Kruskal-Wallis-Test einen signifikanten Unterschied zwischen den vier Gruppen ($H(3) = 18.38, p < .001$). Anschließend paarweise Gruppenvergleiche zeigten, dass Männer in Gruppe 1 (kein HP) signifikant niedrigere

Ängstlichkeitswerte berichteten als Männer in Gruppe 2 (mütterliches HP, $p = .002$) und Gruppe 4 (beidseitiges HP, $p = .029$). Zwischen den anderen Gruppen ergaben sich keine signifikanten Unterschiede.

Weitere getrennte Kruskal-Wallis-Tests wurden nach Ausschluss von Gruppe 1 durchgeführt (siehe Anhang, Tabelle 42). Bei Frauen zeigte der Kruskal-Wallis-Test keine signifikanten Unterschiede zwischen den Gruppen 2, 3 und 4 in der Selbstwirksamkeit ($H(2) = 0.46, p = .796$) sowie in der Ängstlichkeit ($H(2) = 2.96, p = .228$). Bei Männern ergab der Kruskal-Wallis-Test ebenfalls in der Variable Selbstwirksamkeit keine signifikanten Gruppenunterschiede ($H(2) = 3.20, p = .202$). Bei der Variable Ängstlichkeit zeigten sich jedoch bei Männern signifikante Unterschiede ($H(2) = 7.32, p = .026$). Paarweise Gruppenvergleiche zeigten, dass Männer in Gruppe 3 (väterliches HP) eine signifikant niedrigere Ängstlichkeit aufwiesen, als Männer in Gruppe 2 (mütterliches HP, $p = .039$) und Gruppe 4 (beidseitiges HP, $p = .040$).

10. Diskussion

Ziel der vorliegenden Studie war es einen differenzierten Einblick in das Konstrukt Helicopter Parenting zu erhalten und Zusammenhänge mit der Selbstwirksamkeit und Ängstlichkeit von Emerging Adults zu untersuchen. Zudem sollte die Studie auch, den Zusammenhang zwischen Helicopter Parenting und dem subjektiven Empfinden des elterlichen Erziehungsstils sowie der derzeitigen Beziehung zu den Eltern erforschen. Ein Fokus wurde auf Geschlechterunterschiede gelegt. Dabei wurde das Geschlecht der Eltern als auch das der Kinder miteinbezogen.

Ergebnisse zeigen ein komplexes Muster. Die Mediation der Selbstwirksamkeit auf den Zusammenhang zwischen Helicopter Parenting und der Ängstlichkeit, die in vorherigen Studien gefunden wurde (Love et al., 2020; Reed et al., 2016), konnte teilweise bestätigt werden. Da die vorliegende Studie im Gegensatz zu den Vorgängerstudien (Love et al., 2020; Reed et al., 2016) sowohl Mütter und Väter als auch Töchter und Söhne miteinbezog, konnten die Ergebnisse aus der Literatur noch erweitert werden. Für Töchter ergab sich, dass Selbstwirksamkeit den Zusammenhang zwischen Helicopter Parenting und Ängstlichkeit sowohl für mütterliches als auch väterliches Helicopter Parenting mediiert. Love et al. (2020) fand diese Mediation nur bei väterlichem Helicopter Parenting.

Beim Zusammenhang zwischen mütterlichem Helicopter Parenting und Ängstlichkeit bei Söhnen konnte keine Mediation von Selbstwirksamkeit gefunden werden. Es konnte

ebenfalls keine Mediation von Selbstwirksamkeit auf den Zusammenhang zwischen väterlichem Helicopter Parenting und der Ängstlichkeit bei Söhnen gefunden werden. Bei männlichen Emerging Adults zeigte sich nur ein signifikanter Zusammenhang zwischen mütterlichem Helicopter Parenting und Ängstlichkeit sowie ein Zusammenhang zwischen Selbstwirksamkeit und Ängstlichkeit. Dieses Muster könnte darauf hindeuten, dass der elterliche Erziehungsstil bei Söhnen weniger Einfluss auf das Selbstkonzept und die Selbstbewertungen haben oder, dass andere spezifische Bewältigungsmechanismen eine größere Rolle spielen. Die Ergebnisse bestätigen jedenfalls, dass das Geschlecht der Kinder als auch das Geschlecht der Eltern für das Erziehungsverhalten und dessen Auswirkungen relevant sind (Schiffrin, Erchull, et al., 2019).

Gruppenvergleiche zeigten, dass Personen, bei denen kein Elternteil Helicopter Parenting praktizierte, eine signifikant höhere Selbstwirksamkeit und eine geringere Ängstlichkeit hatten als Personen, bei denen nur die Mutter Helicopter Parenting praktizierte. Die Ängstlichkeit war zusätzlich bei Personen, bei denen nur Väter oder beide Elternteile Helicopter Parenting praktizierten, signifikant niedriger als bei den Personen, die kein Helicopter Parenting erfuhren. Geschlechtergetrennt zeigten sich ähnliche Ergebnisse für Frauen. So berichteten weibliche Emerging Adults, die kein Helicopter Parenting erlebten, eine signifikant höhere Selbstwirksamkeit und eine niedrigere Ängstlichkeit als weibliche Emerging Adults, dessen Mütter Helicopter Parenting praktizierten. Die Ängstlichkeit von Frauen, bei denen keiner der beiden Eltern Helicopter Parenting praktizierte, war außerdem signifikant niedriger als von jenen Frauen, die Helicopter Parenting von ihrem Vater oder beiden Elternteilen erlebten. Bei Männern zeigten sich hingegen andere Ergebnisse, denn es konnten keine Unterschiede in der Selbstwirksamkeit, abhängig davon, ob kein Elternteil, nur die Mutter oder nur der Vater Helicopter Parenting ausübte, erkannt werden. In Hinblick auf die Ängstlichkeit berichteten Männer, die kein Helicopter Parenting erlebten, eine signifikant niedrigere Ängstlichkeit, als Männer, dessen Mütter oder beide Elternteile Helicopter Parenting praktizierten.

Diese Ergebnisse zeigen, dass bereits das Auftreten von Helicopter Parenting seitens eines Elternteils, insbesondere der Mutter, mit schlechteren psychischen Outcomes verbunden ist. Additive oder gar multiplikative Effekte von Helicopter Parenting konnten infolgedessen aber nicht gefunden werden. So gab es keine kompensatorischen Effekte eines Elternteils, das nicht Helicopter Parenting praktizierte. Elterliche Erziehung stand bei männlichen Emerging Adults wenig im Zusammenhang mit deren Selbstwirksamkeit. Insbesondere väterliches

Helicopter Parenting scheint wenig Auswirkungen auf männliche Emerging Adults zu haben. Grund dafür könnte sein, dass bei männlichen Emerging Adults im Gegensatz zu weiblichen Emerging Adults außerfamiliäre Erfahrungen stärker in die Entwicklung einfließen.

Über alle Eltern-Kind-Dyaden hinweg konnten negative Zusammenhänge zwischen Helicopter Parenting und dem subjektiven Empfinden des elterlichen Erziehungsverhalten sowie der derzeitigen Beziehung zu den Eltern gefunden werden. Das spricht dafür, dass Helicopter Parenting im Emerging Adulthood als unangemessen und kritisch gesehen wird. Es bestätigt vorherige Forschung, dass Helicopter Parenting die Beziehung zu den Eltern negativ beeinflusst (Hwang & Jung, 2022). Es zeigten sich außerdem auch hier wieder Geschlechterunterschiede. So war die Korrelation zwischen väterlichem Helicopter Parenting und dem subjektiven Empfinden dieses väterlichem Erziehungsstils stärker ausgeprägt für weibliche Emerging Adults als für männliche Emerging Adults. Dies deutet darauf hin, dass weibliche Emerging Adults Überinvolviertheit und Überprotektion von ihrem Vater als unangenehmer wahrnehmen und das für sie eine größere negative Bedeutung hat als für männliche Emerging Adults.

Die Ergebnisse verdeutlichen die Notwendigkeit, das Geschlecht der Eltern und der Kinder miteinzubeziehen, wenn Forschung zu Eltern-Kind-Beziehungen und elterlichem Erziehungsverhalten betrieben wird. Die Ergebnisse unterstreichen, dass übermäßige Involviertheit, hohe Kontrolle und geringe Autonomiegewährung in der Phase des Emerging Adulthood mit einer schlechteren psychischen Gesundheit, wie erhöhter Ängstlichkeit, in Zusammenhang steht. Außerdem wurde die Rolle der Selbstwirksamkeit als Vermittlung zwischen diesem Zusammenhang, vor allem für weibliche Emerging Adults aufgezeigt. Praktisch ergeben sich Implikationen für präventive pädagogische und therapeutische Interventionen, insbesondere im Hinblick auf die Förderung von Selbstwirksamkeit in Bezug auf Ängstlichkeit sowie auf die Bedeutung der Autonomieförderung innerhalb familiärer Beziehungen.

11. Limitationen und zukünftige Forschungsmöglichkeiten

Im Folgenden sollen nun auf Limitationen der Studie eingegangen sowie Möglichkeiten und Ausblicke auf zukünftige Forschungsmöglichkeiten beleuchtet werden.

Eine der Hauptlimitationen ist, dass die Studie ein Querschnittsdesign zur Grundlage hat. Querschnittsstudien können keine Kausalität feststellen. So kann grundsätzlich nicht davon ausgegangen werden, dass Helicopter Parenting der geringeren Selbstwirksamkeit und

der höheren Ängstlichkeit vorausgeht. Eine Möglichkeit ist auch, dass Eltern, deren Kinder eine geringere Selbstwirksamkeit haben, die Notwendigkeit sehen, Probleme für ihr Kind zu lösen. Eine Längsschnittstudie wäre für diese Art von Forschung das passendere Design. Familienbeziehungen sind nämlich nicht immer gleichbleibend und verändern sich über die Zeit. So bleiben soziale Unterstützung, Autonomieunterstützung und psychische Kontrolle weitgehend stabil. Hingegen nehmen elterliche Wärme, elterliches Engagement und die Verhaltenskontrolle im Laufe der Emerging Adulthood ab (García-Mendoza et al., 2024). Nelson et al. (2007) beschreiben in ihrer Longitudinalstudie beispielsweise auch, dass Helicopter Parenting im Laufe des Emerging Adulthood abnimmt.

Eine weitere Limitation ist die Repräsentativität der Stichprobe. So wurde ein Großteil der Stichprobe aus universitären Kontexten gezogen. Zudem waren Frauen in der Stichprobe überpräsentiert. So sollte zukünftige Forschung zu diesem Thema versuchen, eine repräsentative Stichprobe für die Gesamtpopulation junger Menschen zu erheben. Zudem wäre es sinnvoll, eine größere Stichprobe heranzuziehen, um Helicopter Parenting in unterschiedlichen Facetten (HP lediglich von einer Bezugsperson, HP von beiden Bezugspersonen) ausreichend abbilden zu können. Es handelt sich hierbei glücklicherweise um ein eher seltenes Erziehungsverhalten.

Die Subjektivität der Messinstrumente stellt eine weitere Limitation dar. Selbsteinschätzungen sind anfällig für Verzerrungen, dabei geht es um Ehrlichkeit, introspektive Fähigkeiten, sowie kognitive Bias (Vigdal & Brønnick, 2022).

Weitere Möglichkeiten, die man in zukünftige Forschungen einbauen könnte, wäre beispielsweise die Erhebung von elterlicher Wärme und psychologischer Kontrolle. Padilla-Walker et al. (2021) beschreiben nämlich unterschiedliche Zusammenhänge zwischen Helicopter Parenting und verschiedenen Outcomes, je nachdem, ob hohe elterliche Wärme versus hohe psychische Kontrolle vorhanden ist. Man könnte andererseits auch erheben, ob die Personen noch zu Hause wohnen oder schon ausgezogen sind. Die meisten Emerging Adults präferieren es, unabhängig von ihren Eltern zu wohnen. Emerging Adults, die noch zu Hause wohnen, berichten insbesondere von höherer Involviertheit der Eltern (Arnett, 2024).

Literaturverzeichnis

- Altemus, M., Sarvaiya, N., & Neill Epperson, C. (2014). Sex differences in anxiety and depression clinical perspectives. *Frontiers in Neuroendocrinology*, 35(3), 320-330.
<https://doi.org/10.1016/j.yfrne.2014.05.004>
- Arcand, M., Juster, R.-P., Lupien, S. J., & Marin, M.-F. (2020). Gender roles in relation to symptoms of anxiety and depression among students and workers. *Anxiety Stress & Coping*, 33(6), 661-674. <https://doi.org/10.1080/10615806.2020.1774560>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. J. (2001). Conceptions of the transition to adulthood: Perspectives from adolescence through midlife. *Journal of adult development*, 8(2), 133-143.
<https://doi.org/10.1023/A:1026450103225>
- Arnett, J. J. (2005). *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century*. American Psychological Association.
- Arnett, J. J. (2024). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (3. Aufl.). Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/oso/9780197695937.001.0001>
- Arnett, J. J., & Schwab, J. (2012). *2012 poll of emerging adults: Thriving, struggling & hopeful*. Clark University. https://commons.clarku.edu/clarkuni_poll/1
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman and Company.

- Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child Development*, 37(4), 887-907. <https://doi.org/10.2307/1126611>
- Becker, R., Hilf, E., Lien, S., Köhler, K., Meschkutat, B., Reuschke, D., & Tippel, C. (2011). Bleiben oder gehen?: Räumliche Mobilität in verschiedenen Lebensformen und Arbeitswelten. In W. Cornelißen, A. Rusconi, R. Becker (Hrsg.), *Berufliche Karrieren von Frauen* (1. Aufl., S. 21-63). VS Verlag für Sozialwissenschaften. https://doi.org/10.1007/978-3-531-92629-2_2
- Bornstein, M. H. (1995). *Handbook of parenting. 1, Children and parenting*. Lawrence Erlbaum. <https://ubdata.univie.ac.at/AC01567522>
- Brislin, R. W. (1969). Back-translation for cross-cultural research. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 1(3), 185-216. <https://doi.org/10.1177/135910457000100301>
- Buchanan, T., & LeMoyne, T. (2020). Helicopter parenting and the moderating impact of gender and single-parent family structure on self-efficacy and well-being. *The Family Journal*, 28(3), 262–272. <https://doi.org/10.1177/1066480720925829>
- Bradley-Geist, J. C., & Olson-Buchanan, J. B. (2014). Helicopter parents: An examination of the correlates of over-parenting of college students. *Education & Training*, 56(4), 314–328. <https://doi.org/10.1108/ET-10-2012-0096>
- Carney-Hall, K. C. (2008). Understanding current trends in family involvement. *New Directions for Student Services*, 2008(122), 3-14. <https://doi.org/10.1002/ss.271>
- Cattell, R. B., & Scheier, I. H. (1961). *The meaning and measurement of neuroticism and anxiety*. Ronald Press.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2. Aufl.). Erlbaum. <https://doi.org/10.4324/9780203771587>
- Darlow, V., Norvilitis, J. M., & Schuetze, P. (2017). The relationship between helicopter parenting and adjustment to college. *Journal of child and family studies*, 26(8), 2291-2298. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0751-3>

- Deaux, K. (1985). Sex and Gender. *Annual review of psychology*, 36(1), 49-81.
<https://doi.org/10.1146/annurev.ps.36.020185.000405>
- Dick, A., Vanderbilt, S., Jacot, C., Hurni, F., Jäggi, C., & Leiggener, E. (2005). Erinnertes elterliches erziehungsverhalten und aktuelle Bindungsorganisation im Erwachsenenalter: Unterschiede zwischen Personen mit und ohne Angststörungen. *Zeitschrift für klinische Psychologie und Psychotherapie*, 34(1), 35-38.
<https://doi.org/10.1026/1616-3443.34.1.35>
- Dickhäuser, C., & Dickhäuser, O. (2021). Engagierte Eltern – engagierte Kinder? Zum Zusammenhang zwischen Helicopter Parenting und Selbstwirksamkeit, Autonomie und Engagement im Studium. *Perspektiven der empirischen Kinder- und Jugendforschung*, 7(2), 113-134.
- Feldman, J. S., Dolcini-Catania, L. G., Wang, Y., Shaw, D. S., Nordahl, K. B., & Nærde, A. (2023). Compensatory effects of maternal and paternal supportive parenting in early childhood on children's school-age adjustment. *Developmental Psychology*, 59(6), 1074–1086. <https://doi.org/10.1037/dev0001523>
- Fingerman, K. L., Cheng, Y.-P., Wesselmann, E. D., Zarit, S., Furstenberg, F., & Birditt, K. S. (2012). Helicopter parents and landing pad kids: Intense parental support of grown children. *Journal of Marriage and Family*, 74, 880-896.
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2012.00987.x>
- García-Mendoza, M. del C., Parra Jiménez, Á., Freijo, E. B. A., Arnett, J., & Sánchez Queija, I. (2024). Family relationships and family predictors of psychological distress in emerging adult college students: A 3-year study. *International journal of behavioral development*, 48(2), 166-178. <https://doi.org/10.1177/01650254231217456>
- Givertz, M., & Segrin, C. (2014). The association between overinvolved parenting and young adults' self-efficacy, psychological entitlement, and family communication.

- Communication research*, 41(8), 1111-1136.
<https://doi.org/10.1177/0093650212456392>
- Haghshenas, R., Fereidooni-Moghadam, M., & Ghazavi, Z. (2024). The relationship between perceived parenting styles and anxiety in adolescents. *Scientific Reports*, 14(1), 25623-25627. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-77268-y>
- Hwang, W., & Jung, E. (2022). Helicopter parenting versus autonomy supportive parenting? A latent class analysis of parenting among emerging adults and their psychological and relational well-being. *Emerging adulthood (Thousand Oaks, CA)*, 10(3), 731-743.
<https://doi.org/10.1177/21676968211000498>
- Ihle, W., Jahnke, D., Heerwagen, A., & Neuperdt, C. (2005). Depression, Angst und Essstörungssymptomatik und erinnertes elterliches Erziehungsverhalten. *Kindheit und Entwicklung*, 14(1), 30–38. <https://doi.org/10.1026/0942-5403.14.1.30>
- Illich, L. C. (2025). *Associations between helicopter parenting, basic psychological needs and aspects of compassion* [Unveröffentlichte Masterarbeit]. Universität Wien.
- Jerusalem, M., & Schwarzer, R. (1999). Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung (WIRKALL_r). In R., Schwarzer, & M., Jerusalem, M. (Hrsg.). *Skalen zur Erfassung von Lehrer- und Schülermerkmalen: Dokumentation der psychometrischen Verfahren im Rahmen der wissenschaftlichen Begleitung des Modellversuchs Selbstwirksame Schulen* (S. 13-14). Schwarzer.
- Krohne, H. W. (2010). *Psychologie der Angst: Ein Lehrbuch* (1. Aufl.). Kohlhammer.
- Krohne, H. W., & Hock, M. (1994). *Elterliche Erziehung und Angstentwicklung des Kindes: Untersuchungen über die Entwicklungsbedingungen von Ängstlichkeit und Angstbewältigung* (1. Aufl.). Huber.
- Kuckartz, U., Rädiker, S., Ebert, T., & Schehl, J. (2010). *Statistik: Eine verständliche Einführung*. VS Verlag für Sozialwissenschaften / GWV Fachverlage GmbH, Wiesbaden. <http://dx.doi.org/10.1007/978-3-531-92033-7>

- La Rosa, V. L., Ching, B. H.-H., & Commodari, E. (2025). The impact of helicopter parenting on emerging adults in higher education: A scoping review of psychological adjustment in university students. *The Journal of genetic psychology, 186*(2), 162-189.
<https://doi.org/10.1080/00221325.2024.2413490>
- Laux, L. (1981). *Das State-Trait-Angstinventar: STAI*. Beltz.
- LeBlanc, J. E., & Lyons, S. T. (2022). Helicopter parenting during emerging adulthood: Consequences for career identity and adaptability. *Frontiers in Psychology, 13*, 886979. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.886979>
- LeMoyne, T., & Buchanan, T. (2011). Does "hovering" matter? Helicopter parenting and its effect on well-being. *Sociological Spectrum, 31*(4), 399–418.
<https://doi.org/10.1080/02732173.2011.574038>
- Lieb, R., & Knappe, S. (2011). Familiäre Transmission psychischer Störungen. In H.-U. Wittchen & J. Hoyer (Hrsg.), *Klinische Psychologie & Psychotherapie* (S. 91–106). Springer Berlin Heidelberg. https://doi.org/10.1007/978-3-642-13018-2_4
- Lindell, A. K., Campione-Barr, N., & Killoren, S. E. (2017). Implications of parent-child relationships for emerging adults' subjective feelings about adulthood. *Journal of family psychology, 31*(7), 810-820. <https://doi.org/10.1037/fam0000328>
- Lipka, S. (2007). Helicopter parents help students, survey finds. *The Chronicle of Higher Education, 54*(11), A1-A14.
- Love, H., Cui, M., Allen, J. W., Fincham, F. D., & May, R. W. (2020). Helicopter parenting and female university students' anxiety: Does parents' gender matter? *Families, Relationships and Societies, 9*(3), 417–430.
<https://doi.org/10.1332/204674319X15653625640669>
- McKinney, C., Stearns, M., & Rogers, M. M. (2020). Concordance between parents in offspring maltreatment as perceived by emerging adult college students. *Child Abuse & Neglect, 99*, 104258. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2019.104258>

- Morales, F. M., & Pérez-Mármol, J. M. (2019). The role of anxiety, coping strategies, and emotional intelligence on general perceived self-efficacy in university students. *Frontiers in Psychology, 10*(July), 1689. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01689>
- Nelson, L. J., Padilla-Walker, L. M., Carroll, J. S., Madsen, S. D., Barry, C. M., & Badger, S. (2007). „If you want me to treat you like an adult, start acting like one!“ Comparing the criteria that emerging adults and their parents have for adulthood. *Journal of family psychology, 21*(4), 665-674. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.21.4.665>
- Nelson, L. J., Padilla-Walker, L. M., & McLean, R. D. (2021). Longitudinal predictors of helicopter parenting in emerging adulthood. *Emerging adulthood (Thousand Oaks, CA), 9*(3), 240-251. <https://doi.org/10.1177/2167696820931980>
- Noack, P., & Buhl, H. M. (2004). Relations with parents and friends during adolescence and early adulthood. *Marriage & Family Review, 36*(3–4), 31–51. https://doi.org/10.1300/J002v36n03_03
- Odenweller, K. G., Booth-Butterfield, M., & Weber, K. (2014). Investigating helicopter parenting, family environments, and relational outcomes for millennials. *Communication Studies, 65*(4), 407–425. <https://doi.org/10.1080/10510974.2013.811434>
- Padilla-Walker, L. M., & Nelson, L. J. (2012). Black hawk down?: Establishing helicopter parenting as a distinct construct from other forms of parental control during emerging adulthood. *Journal of adolescence, 35*(5), 1177-1190. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.03.007>
- Padilla-Walker, L. M., Nelson, L. J., & Carroll, J. S. (2012). Affording emerging adulthood: Parental financial assistance of their college-aged children. *Journal of adult development, 19*(1), 50-58. <https://doi.org/10.1007/s10804-011-9134-y>

- Padilla-Walker, L. M., Son, D., & Nelson, L. J. (2021). Profiles of helicopter parenting, parental warmth, and psychological control during emerging adulthood. *Emerging Adulthood*, 9(2), 132–144. <https://doi.org/10.1177/2167696818823626>
- Reed, K., Duncan, J. M., Lucier-Greer, M., Fixelle, C., & Ferraro, A. J. (2016). Helicopter parenting and emerging adult self-efficacy: Implications for mental and physical health. *Journal of Child and Family Studies*, 25(10), 3136–3149. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0466-x>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. The Guilford Press.
- Salter Ainsworth, M. D. (1989). Attachments Beyond Infancy. *The American psychologist*, 44(4), 709-716. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.4.709>
- Schiffrrin, H. H., Erchull, M. J., Sendrick, E., Yost, J. C., Power, V., & Saldanha, E. R. (2019). The effects of maternal and paternal helicopter parenting on the self-determination and well-being of emerging adults. *Journal of Child and Family Studies*, 28(12), 3346–3359. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01513-6>
- Schiffrrin, H. H., Liss, M., Miles-McLean, H., Geary, K. A., Erchull, M. J., & Tashner, T. (2014). Helping or hovering? The effects of helicopter parenting on college students' well-being. *Journal of Child and Family Studies*, 23(3), 548–557. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9716-3>
- Schiffrrin, H. H., Yost, J. C., Power, V., Saldanha, E. R., & Sendrick, E. (2019). Examining the relationship between helicopter parenting and emerging adults' mindsets using the consolidated helicopter parenting scale. *Journal of child and family studies*, 28(5), 1207-1219. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01360-5>
- Schwarzer, R., Mueller, J., & Greenglass, E. (1999). Assessment of perceived general self-efficacy on the internet: Data collection in cyberspace. *Anxiety, stress, and coping*, 12(2), 145-161. <https://doi.org/10.1080/10615809908248327>

- Segrin, C., Woszidlo, A., Givertz, M., Bauer, A., & Taylor Murphy, M. (2012). The association between overparenting, parent-child communication, and entitlement and adaptive traits in adult children. *Family Relations*, 61(2), 237–252.
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2011.00689.x>
- Spielberger, C. D. (1966). *Anxiety and behavior*. Academic Press.
- Spielberger, C. D. (1972). Anxiety as an emotional state. In C. D., Spielberger (Hrsg.), *Anxiety: Current trends in theory and research* (S. 23–49). Academic Press.
<https://doi.org/10.1016/B978-0-12-657401-2.50009-5>
- Spielberger, C. D., Gorusch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). STAI manual for the state--trait anxiety inventory. *Palo Alto: Consulting Psychologists Press*.
- Statistik Austria. (2024). *Demographisches Jahrbuch 2023*. Verlag Österreich GmbH.
- Statistik Austria. (2025). *Demographie 2024: Strukturen und Trends*. Statistik Austria.
- Turner, L. A., Faulk, R. D., & Garner, T. (2020). Helicopter parenting, authenticity, and depressive symptoms: A mediation model. *The Journal of Genetic Psychology*, 181(6), 500–505. <https://doi.org/10.1080/00221325.2020.1775170>
- Van Ingen, D. J., Freiheit, S. R., Steinfeldt, J. A., Moore, L. L., Wimer, D. J., Knutt, A. D., Scapinello, S., & Roberts, A. (2015). Helicopter parenting: the effect of an overbearing caregiving style on peer attachment and self-efficacy. *Journal of College Counseling*, 18(1), 7–20. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1882.2015.00065.x>
- Vigdal, J. S., & Brønnick, K. K. (2022). A systematic review of “helicopter parenting” and its relationship with anxiety and depression. *Frontiers in Psychology*, 13, 872981.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.872981>
- Wilhelm, D., Esdar, W., & Wild, E. (2014). Helicopter Parents—Begriffsbestimmung, Entwicklung und Validierung eines Fragebogens. *Zeitschrift für Hochschulentwicklung*, 9(1). <https://doi.org/10.3217/zfhe-9-01/08>

Zhang, Q., & Ji, W. (2024). Overparenting and offspring depression, anxiety, and internalizing symptoms: A meta-analysis. *Development and psychopathology*, 36(3), 1307-1322.

<https://doi.org/10.1017/S095457942300055X>

Youniss, J., & Smollar, J. (1985). *Adolescent relations with mothers, fathers and friends*. The University of Chicago Press.

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1 Mutter-Tochter Mediationsmodell	40
Abbildung 2 Vater-Tochter Mediationsmodell	40
Abbildung 3 Mutter-Sohn Mediationsmodell	41
Abbildung 4 Vater-Sohn Mediationsmodell	42
Abbildung 5 Screeplot der Faktorenanalyse für die väterliche CHPS mit Item 1 Gesamt	65
Abbildung 6 Screeplot der Faktorenanalyse für die mütterliche CHPS mit Item 1 Gesamt..	65
Abbildung 7 Screeplot der Faktorenanalyse für die väterliche CHPS ohne Item 1 Gesamt..	66
Abbildung 8 Screeplot der Faktorenanalyse für die mütterliche CHPS ohne Item 1 Gesamt..	66
Abbildung 9 Screeplot der Faktorenanalyse für die väterliche CHPS mit Item 1 für weibliche Teilnehmerinnen	67
Abbildung 10 Screeplot der Faktorenanalyse für die väterliche CHPS mit Item 1 für männliche Teilnehmer	67
Abbildung 11 Screeplot der Faktorenanalyse für die väterliche CHPS ohne Item 1 für weibliche Teilnehmerinnen	68
Abbildung 12 Screeplot der Faktorenanalyse für die väterliche CHPS ohne Item 1 für männliche Teilnehmer	68
Abbildung 13 Screeplot der Faktorenanalyse für die mütterliche CHPS mit Item 1 für weibliche Teilnehmerinnen	69
Abbildung 14 Screeplot der Faktorenanalyse für die mütterliche CHPS mit Item 1 für männliche Teilnehmer	69
Abbildung 15 Screeplot der Faktorenanalyse für die mütterliche CHPS ohne Item 1 für weibliche Teilnehmerinnen	70
Abbildung 16 Screeplot der Faktorenanalyse für die mütterliche CHPS ohne Item 1 für männliche Teilnehmer	70
Abbildung 17 Screeplot der Faktorenanalyse für die Trait-Angstskala Gesamt.....	71
Abbildung 18 Screeplot der Faktorenanalyse für die Trait-Angstskala für weibliche Teilnehmerinnen.....	71
Abbildung 19 Screeplot der Faktorenanalyse für die Trait-Angstskala für männliche Teilnehmer.....	72
Abbildung 20 Screeplot der Faktorenanalyse für die Skala der Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung Gesamt	72
Abbildung 21 Screeplot der Faktorenanalyse für die Skala der Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung für weibliche Teilnehmerinnen	73
Abbildung 22 Screeplot der Faktorenanalyse für die Skala der Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung für weibliche Teilnehmerinnen	73
Abbildung 23 Cook-Distanzen für mütterliches HP	74
Abbildung 24 Cook-Distanzen für väterliches HP.....	74
Abbildung 25 Matrixdiagramm mit LOESS-Glättung MHP, SW, TA für weibliche Teilnehmerinnen.....	75
Abbildung 26 Matrixdiagramm mit LOESS-Glättung MHP, SW, TA für männliche Teilnehmer.....	75
Abbildung 27 Matrixdiagramm mit LOESS-Glättung FHP, SW, TA für weibliche Teilnehmerinnen.....	76

Abbildung 28 Matrixdiagramm mit LOESS-Glättung FHP, SW, TA für männliche Teilnehmer.....	76
Abbildung 29 Boxplot Empfinden des väterlichen Erziehungsverhaltens	77
Abbildung 30 Boxplot Empfinden des mütterlichen Erziehungsverhaltens	77
Abbildung 31 Zusammenhang des väterlichen HP und dem Empfinden des väterlichen Erziehungsverhaltens bei weiblichen Teilnehmerinnen	78
Abbildung 32 Zusammenhang des väterlichen HP und dem Empfinden des väterlichen Erziehungsverhaltens bei männlichen Teilnehmern.....	78
Abbildung 33 Boxplot Beziehung zum Vater	79
Abbildung 34 Boxplot Beziehung zur Mutter.....	79

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1 Prüfung auf Mittelwertunterschied des Alters nach Geschlecht (t-Test)	80
Tabelle 2 Prüfung auf Verteilungsunterschiede der Geschlechter nach Vollzeiterwerbstätigkeit.....	80
Tabelle 3 Prüfung auf Verteilungsunterschiede der Geschlechter nach geringfügiger Erwerbstätigkeit	80
Tabelle 4 Prüfung auf Verteilungsunterschiede der Geschlechter nach selbständiger/freiberufliche Erwerbstätigkeit.....	81
Tabelle 5 Übersetzung der der Consolidated Helicopter Parenting Scale nach Schiffrin et al. (2019)	82
Tabelle 6 Erklärte Gesamtvarianz der CHPS.....	83
Tabelle 7 Komponentenmatrix der CHPS Vater	83
Tabelle 8 Komponentenmatrix der CHPS Vater ohne Item 1	84
Tabelle 9 Erklärte Gesamtvarianz der CHPS ohne Item 1.....	84
Tabelle 10 Komponentenmatrix der CHPS Mutter.....	85
Tabelle 11 Komponentenmatrix der CHPS Mutter ohne Item 1	86
Tabelle 12 Interne Konsistenzen der CHPS ohne Item 1.....	86
Tabelle 13 Korrigierte Item-Skala-Korrelation der CHPS Vater ohne Item 1	87
Tabelle 14 Korrigierte Item-Skala-Korrelation der CHPS Mutter ohne Item 1	88
Tabelle 15 Erklärte Gesamtvarianz der Trait-Angstskala	88
Tabelle 16 Komponentenmatrix der Trait-Angstskala.....	89
Tabelle 17 Interne Konsistenzen der Trait-Angstskala	89
Tabelle 18 Korrigierte-Item-Skala-Korrelation der Trait-Angstskala	90
Tabelle 19 Erklärte Gesamtvarianz der Skala zur allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung...	90
Tabelle 20 Komponentenmatrix der Skala zur allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung...	91
Tabelle 21 Interne Konsistenzen der Skala zur allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung..	91
Tabelle 22 Korrigierte-Item-Skala-Korrelation der Skala zur allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung.....	92
Tabelle 23 Prüfung auf Mittelwertunterschied des mütterlichen HP nach Geschlecht (t-Test)	92
Tabelle 24 Prüfung auf Mittelwertunterschied des väterlichen HP nach Geschlecht (t-Test)	92
Tabelle 25 Prüfung auf Mittelwertunterschied des HP nach Geschlecht des Elternteils (t-Test bei gepaarten Stichproben).....	93
Tabelle 26 Prüfung auf Mittelwertunterschied des HP nach Geschlecht des Elternteils bei weiblichen Teilnehmerinnen (t-Test bei gepaarten Stichproben)	93
Tabelle 27 Prüfung auf Mittelwertunterschied des HP nach Geschlecht des Elternteils bei männlichen Teilnehmern (t-Test bei gepaarten Stichproben).....	93
Tabelle 28 Prüfung auf Mittelwertunterschied der Selbstwirksamkeit nach Geschlecht (t- Test).....	93
Tabelle 29 Prüfung auf Mittelwertunterschied der Ängstlichkeit nach Geschlecht (t-Test)...	94
Tabelle 30 Prüfung auf Mittelwertunterschied des elterlichen Erziehungsverhalten nach Geschlecht des Elternteils bei weiblichen Teilnehmerinnen (t-Test bei gepaarten Stichproben)	94
Tabelle 31 Prüfung auf Mittelwertunterschied des elterlichen Erziehungsverhalten nach Geschlecht des Elternteils bei männlichen Teilnehmern (t-Test bei gepaarten Stichproben) ..	94

Tabelle 32 Prüfung auf Mittelwertunterschied der Beziehung zu den Eltern nach Geschlecht des Elternteils bei weiblichen Teilnehmerinnen (t-Test bei gepaarten Stichproben)	94
Tabelle 33 Prüfung auf Mittelwertunterschied der Beziehung zu den Eltern nach Geschlecht des Elternteils bei männlichen Teilnehmern (t-Test bei gepaarten Stichproben)	95
Tabelle 34 Prüfung auf Verteilungsunterschiede der Geschlechter nach HP-Gruppe	95
Tabelle 35 Prüfung auf Mittelwertunterschied der untersuchten Variablen nach Geschlecht in Gruppe 1 (t-Test)	95
Tabelle 36 Prüfung auf Mittelwertunterschied der untersuchten Variablen nach Geschlecht in Gruppe 2 (t-Test)	96
Tabelle 37 Prüfung auf Mittelwertunterschied der untersuchten Variablen nach Geschlecht in Gruppe 3 (t-Test)	96
Tabelle 38 Prüfung auf Mittelwertunterschied der untersuchten Variablen nach Geschlecht in Gruppe 4 (t-Test)	96
Tabelle 39 Korrelationsmatrix zu Helicopter Parenting, dem Empfinden des elterlichen Erziehungsverhalten und der Beziehung zu den Eltern bei weiblichen Teilnehmerinnen	97
Tabelle 40 Korrelationsmatrix zu Helicopter Parenting, dem Empfinden des elterlichen Erziehungsverhalten und der Beziehung zu den Eltern bei männlichen Teilnehmern	97
Tabelle 41 Kruskal-Wallis-Test mit Einbezug der Gruppe 1	97
Tabelle 42 Kruskal-Wallis-Test nach Ausschluss der Gruppe 1	98

Anhang A – Abstract

Abstract - Deutsch

Helicopter Parenting beschreibt ein elterliches Erziehungsverhalten, das durch übermäßige Involviertheit, Kontrolle und eingeschränkte Autonomiegewährung gekennzeichnet ist. Besonders im Entwicklungsabschnitt des Emerging Adulthood ist es mit negativen psychischen Outcomes assoziiert.

Ziel der vorliegenden Studie war es, den Zusammenhang zwischen wahrgenommenem mütterlichem und väterlichem Helicopter Parenting und der Ängstlichkeit von Emerging Adults zu untersuchen sowie eine mögliche medierende Rolle der Selbstwirksamkeit zu prüfen. Zudem wurden geschlechtsspezifische Unterschiede in diesen Zusammenhängen analysiert. Die Stichprobe umfasste 592 Emerging Adults im Alter von 18 bis 29 Jahren, die im Rahmen einer Online-Befragung Fragebögen zu Helicopter Parenting (Mutter und Vater), Selbstwirksamkeit und Ängstlichkeit ausfüllten. Die Analysen wurden größtenteils für weibliche und männliche Emerging Adults getrennt durchgeführt. Helicopter Parenting wird als Erziehungsstil von Emerging Adults negativ empfunden. Auch die Beziehung zu den Eltern steht im negativen Zusammenhang mit Helicopter Parenting. Die Ergebnisse zeigen zudem, dass wahrgenommenes Helicopter Parenting sowohl mütterlicher als auch väterlicherseits positiv mit Ängstlichkeit und negativ mit Selbstwirksamkeit zusammenhängt. Darüber hinaus konnte die Selbstwirksamkeit in mehreren Eltern-Kind-Dyaden als signifikanter Mediator des Zusammenhangs zwischen Helicopter Parenting und Ängstlichkeit bestätigt werden. Puffereffekte durch ein Elternteil, das kein Helicopter Parenting praktiziert konnten nicht gefunden werden.

Die Befunde unterstreichen die Zusammenhänge elterlicher Kontrolle sowie Involviertheit und psychischer Gesundheit von Emerging Adults und liefern differenzierte Erkenntnisse zu geschlechtsspezifischen Wirkmechanismen.

Abstract - English

Helicopter parenting describes a parenting style characterized by excessive parental involvement, control, and limited autonomy granting. Particularly during the developmental period of emerging adulthood, it has been associated with negative mental health outcomes. The aim of the present study was to examine the relationship between perceived maternal and paternal helicopter parenting and anxiety in emerging adults, as well as to test a possible mediating role of self-efficacy. In addition, gender-specific differences in these associations were analyzed. The sample comprised 592 emerging adults aged 18 to 29 years who completed an online survey including questionnaires on helicopter parenting (mother and father), self-efficacy, and anxiety. Analyses were largely conducted separately for female and male emerging adults.

Helicopter parenting was perceived negatively as a parenting style by emerging adults, and higher levels of helicopter parenting were associated with a poorer perceived relationship with parents. Furthermore, perceived helicopter parenting from both mothers and fathers was positively associated with anxiety and negatively associated with self-efficacy. Self-efficacy was confirmed as a significant mediator of the relationship between helicopter parenting and anxiety in several parent–child dyads. No buffering effects were found for having one parent who did not engage in helicopter parenting.

These findings highlight the associations between parental control, overinvolvement and the mental health of emerging adults, and provide differentiated insights into gender-specific mechanisms.

Anhang B – Abbildungen

Abbildung 5

Screepplot der Faktorenanalyse für die väterliche CHPS mit Item 1 Gesamt

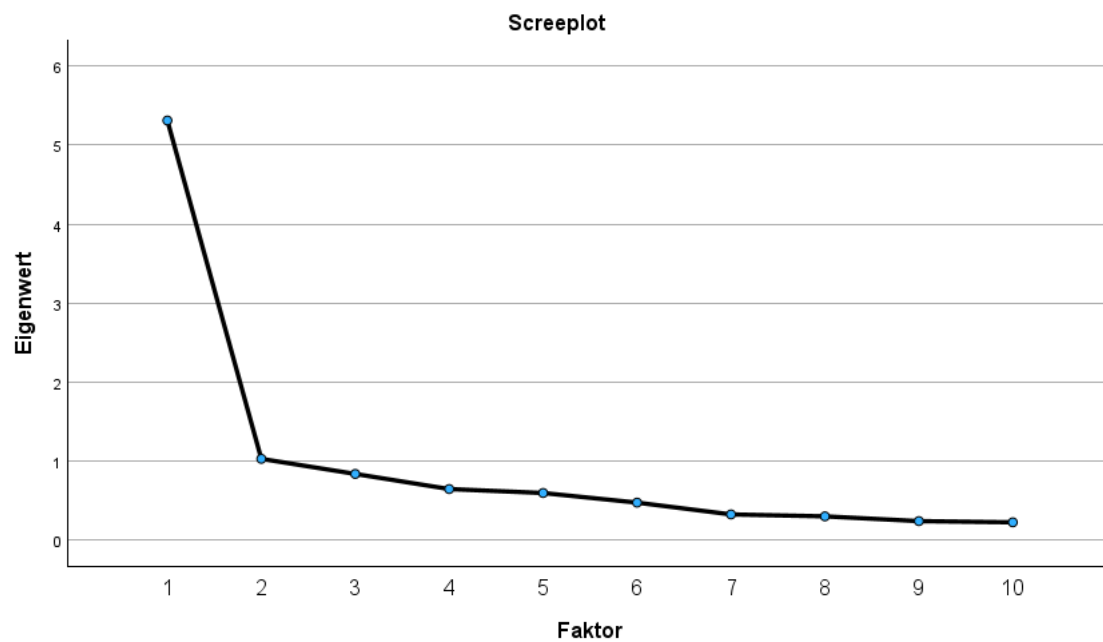


Abbildung 6

Screepplot der Faktorenanalyse für die mütterliche CHPS mit Item 1 Gesamt

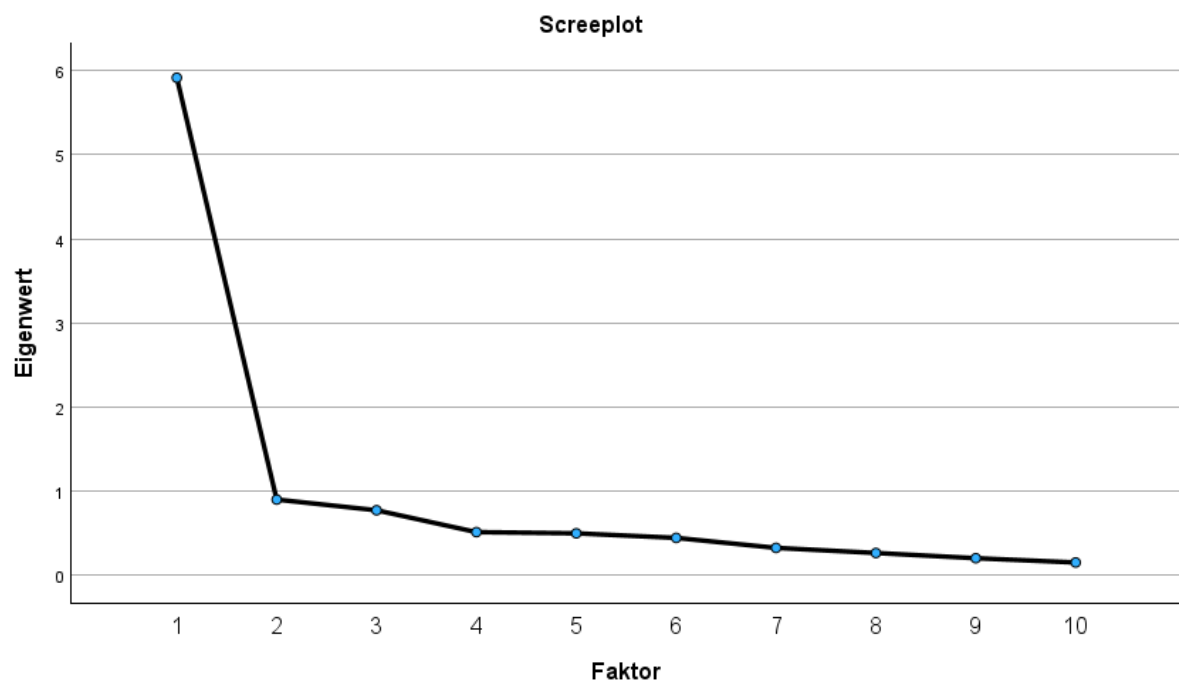


Abbildung 7

Screepplot der Faktorenanalyse für die väterliche CHPS ohne Item 1 Gesamt

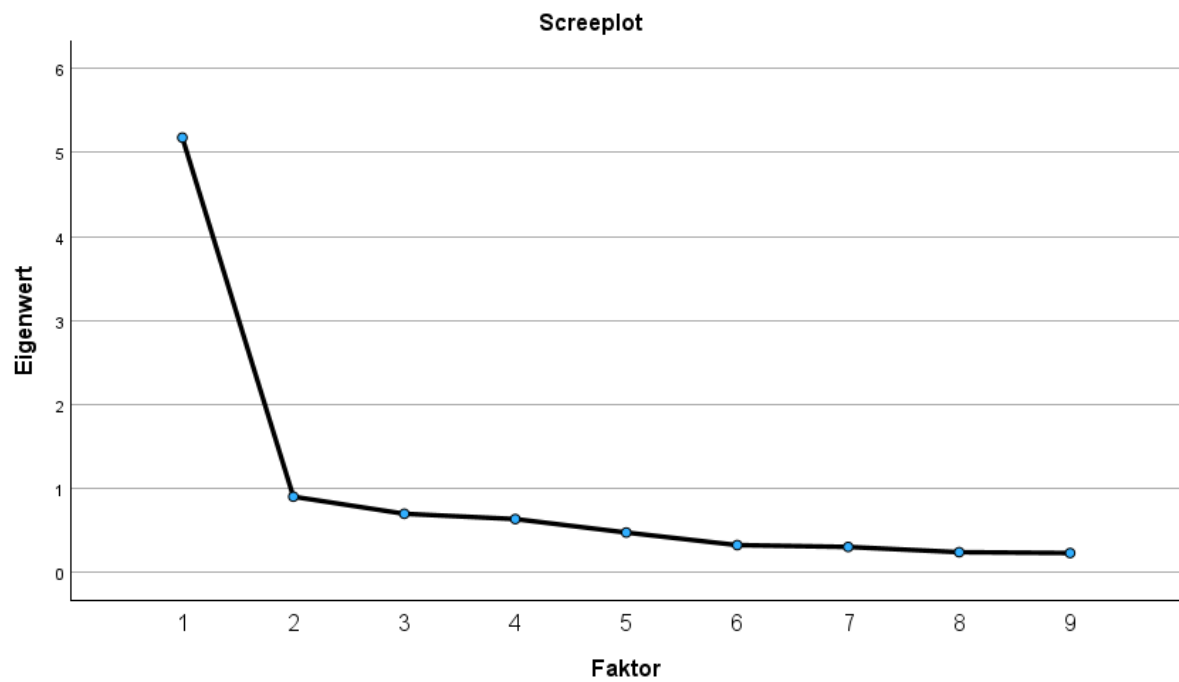


Abbildung 8

Screepplot der Faktorenanalyse für die mütterliche CHPS ohne Item 1 Gesamt

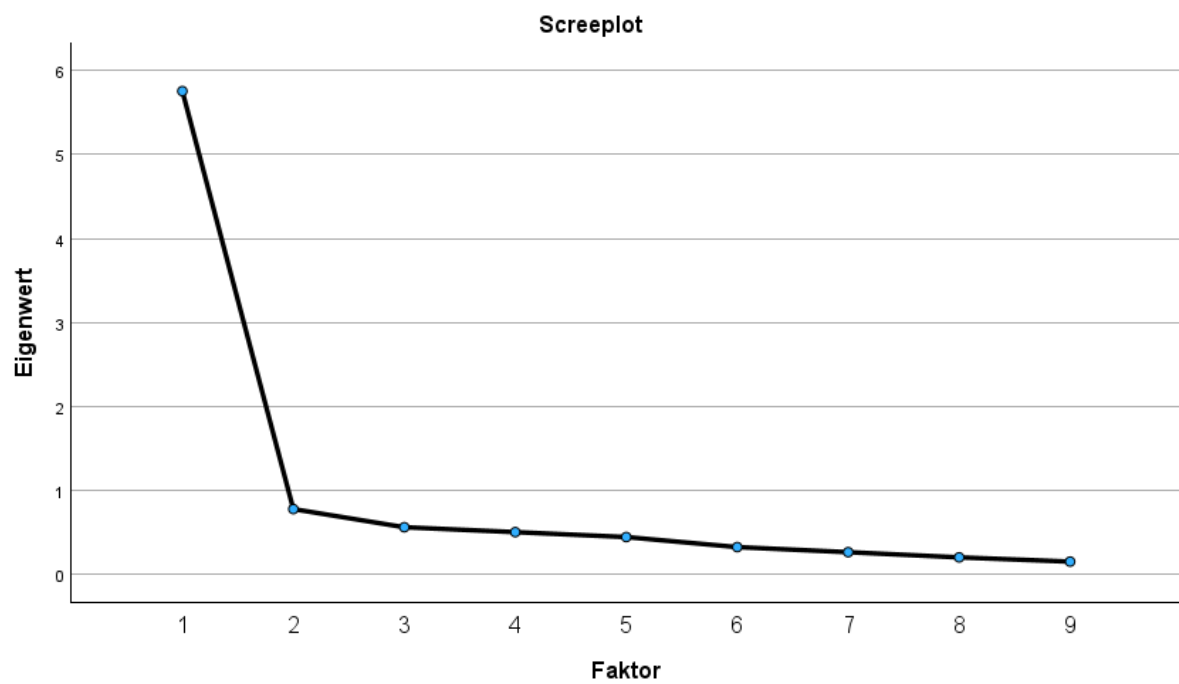


Abbildung 9

Screeplot der Faktorenanalyse für die väterliche CHPS mit Item 1 für weibliche Teilnehmerinnen

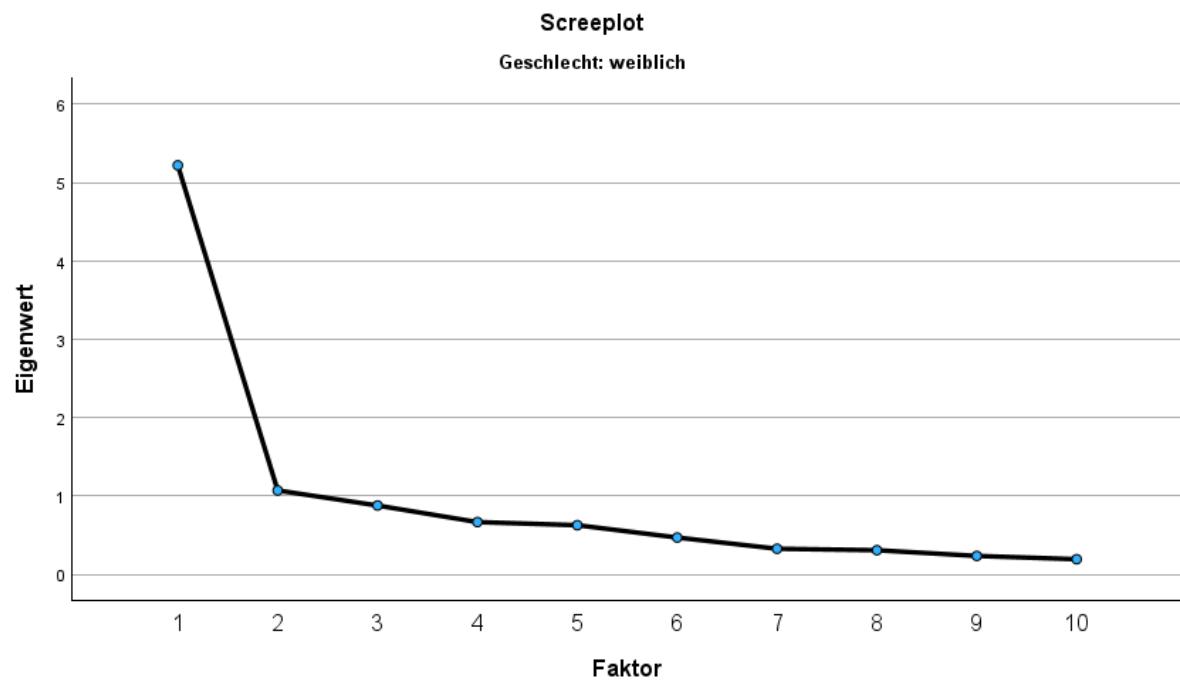


Abbildung 10

Screeplot der Faktorenanalyse für die väterliche CHPS mit Item 1 für männliche Teilnehmer

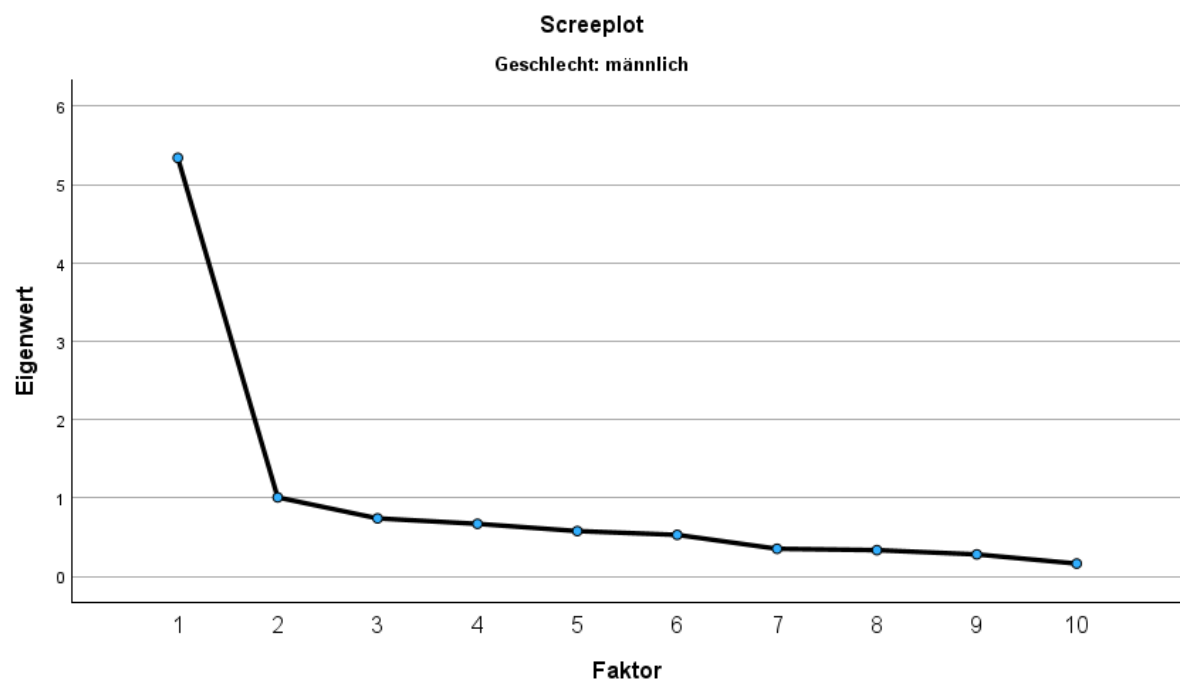


Abbildung 11

Screeplot der Faktorenanalyse für die väterliche CHPS ohne Item 1 für weibliche Teilnehmerinnen

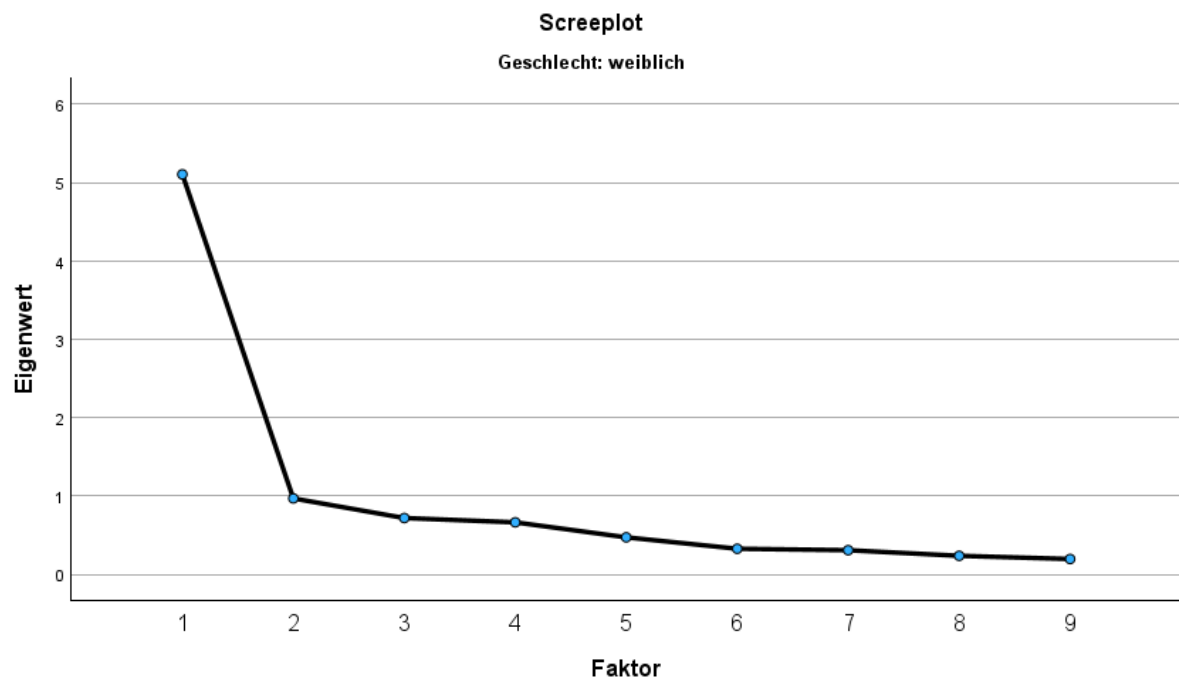


Abbildung 12

Screeplot der Faktorenanalyse für die väterliche CHPS ohne Item 1 für männliche Teilnehmer

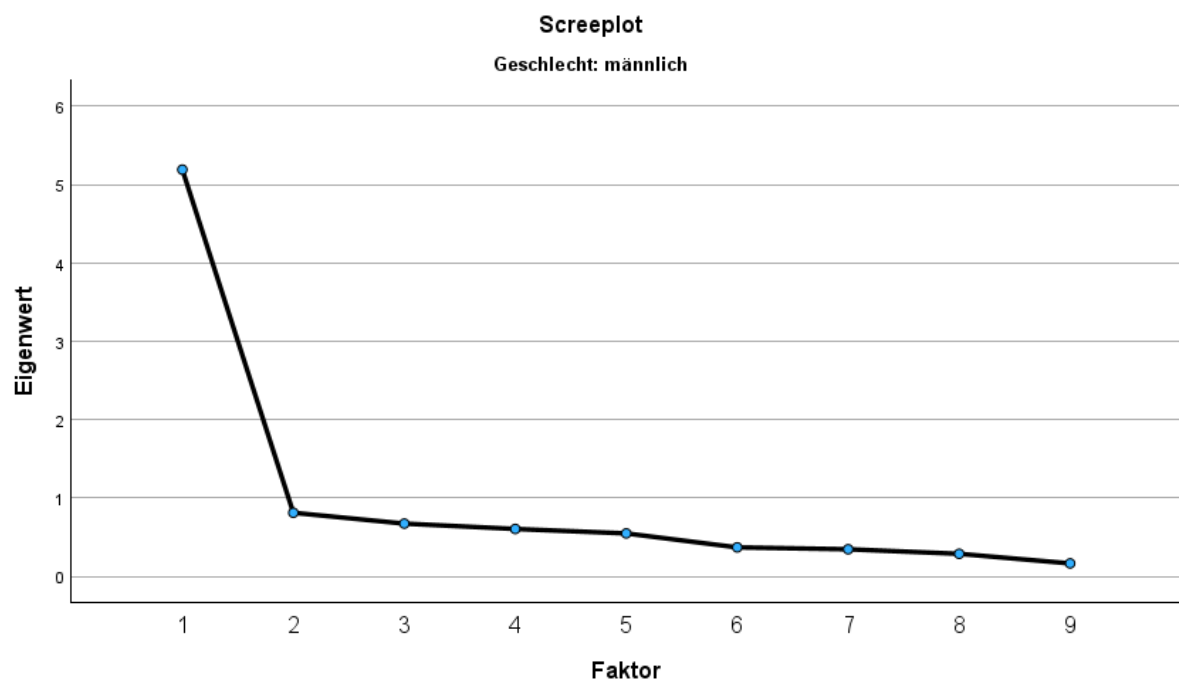


Abbildung 13

Screeplot der Faktorenanalyse für die mütterliche CHPS mit Item 1 für weibliche Teilnehmerinnen

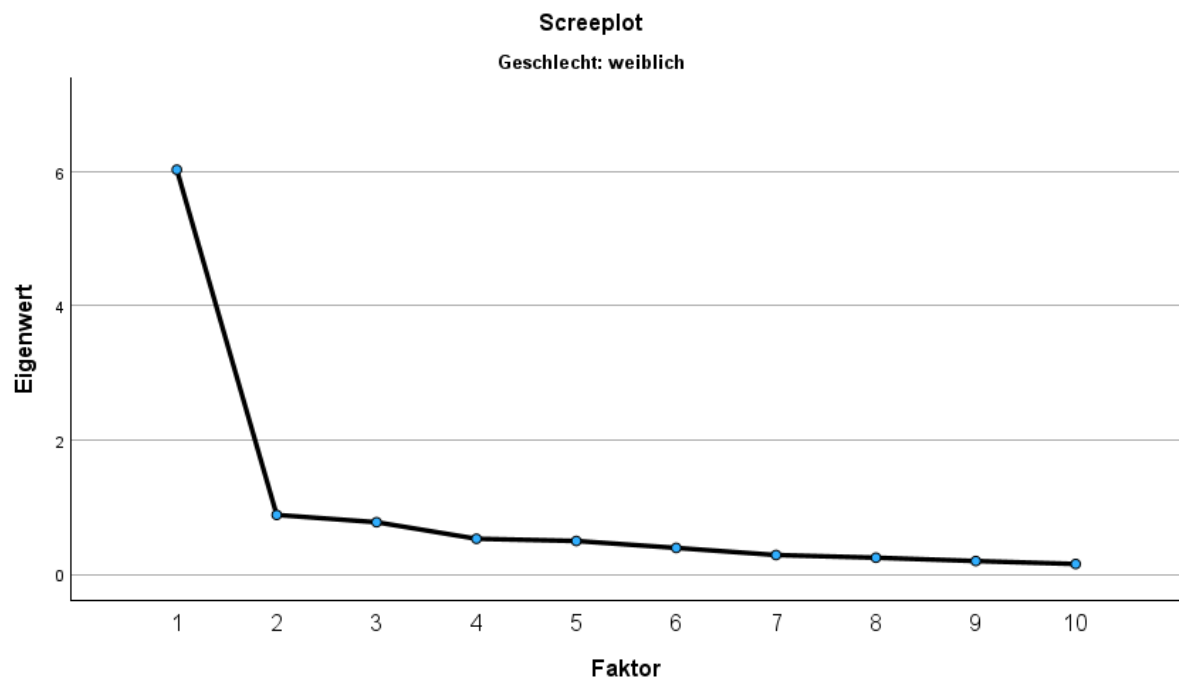


Abbildung 14

Screeplot der Faktorenanalyse für die mütterliche CHPS mit Item 1 für männliche Teilnehmer

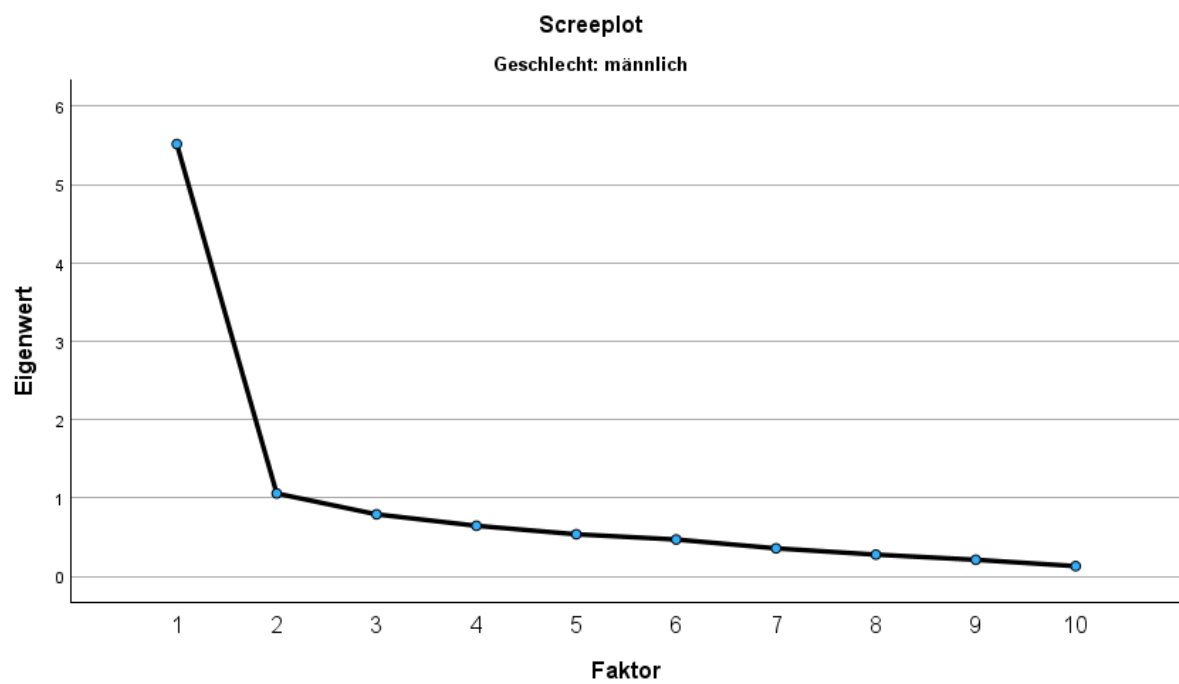


Abbildung 15

Screeplot der Faktorenanalyse für die mütterliche CHPS ohne Item 1 für weibliche Teilnehmerinnen

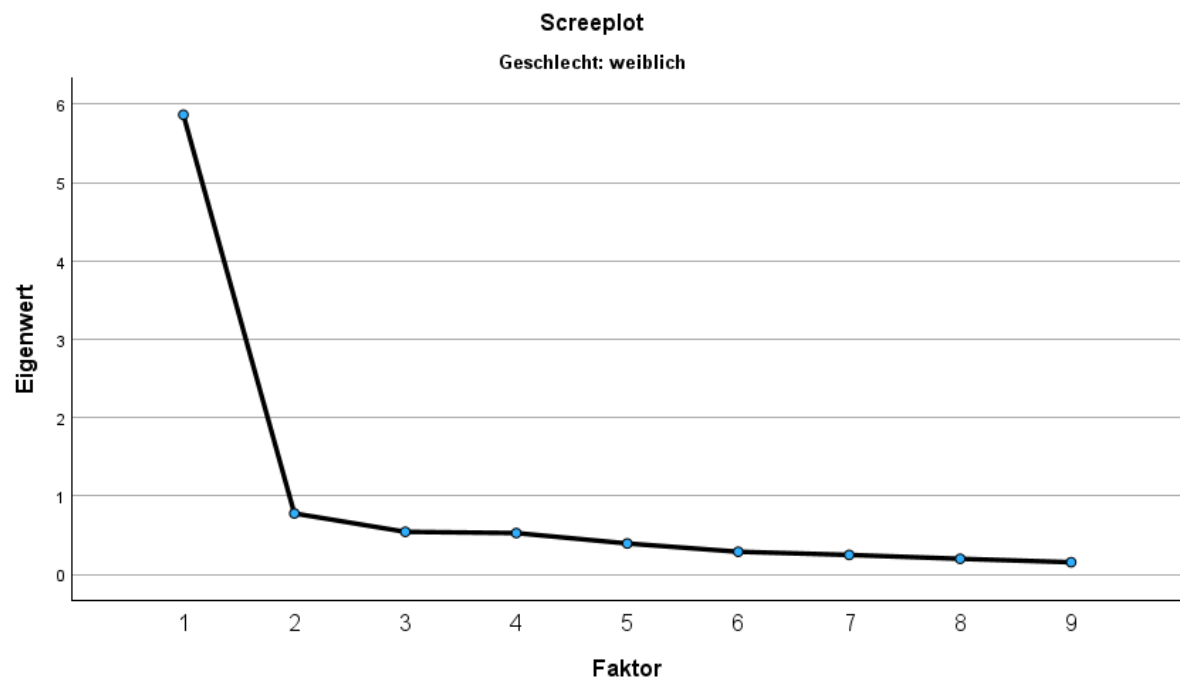


Abbildung 16

Screeplot der Faktorenanalyse für die mütterliche CHPS ohne Item 1 für männliche Teilnehmer

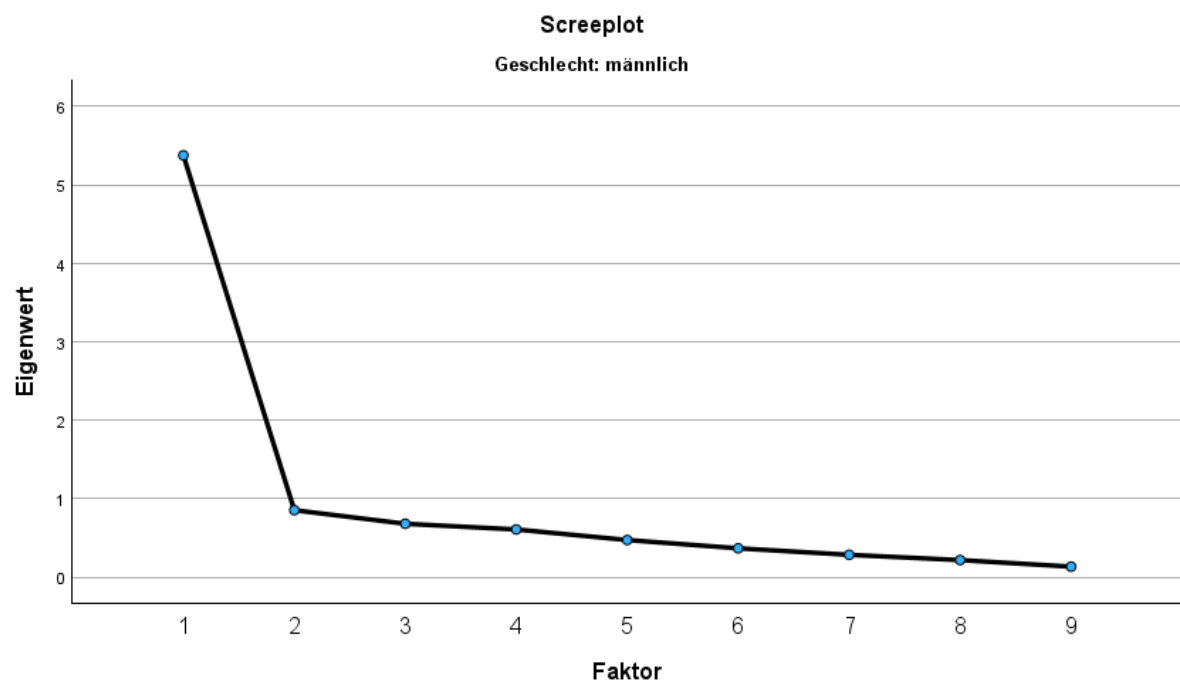


Abbildung 17

Screeplot der Faktorenanalyse für die Trait-Angstskala Gesamt

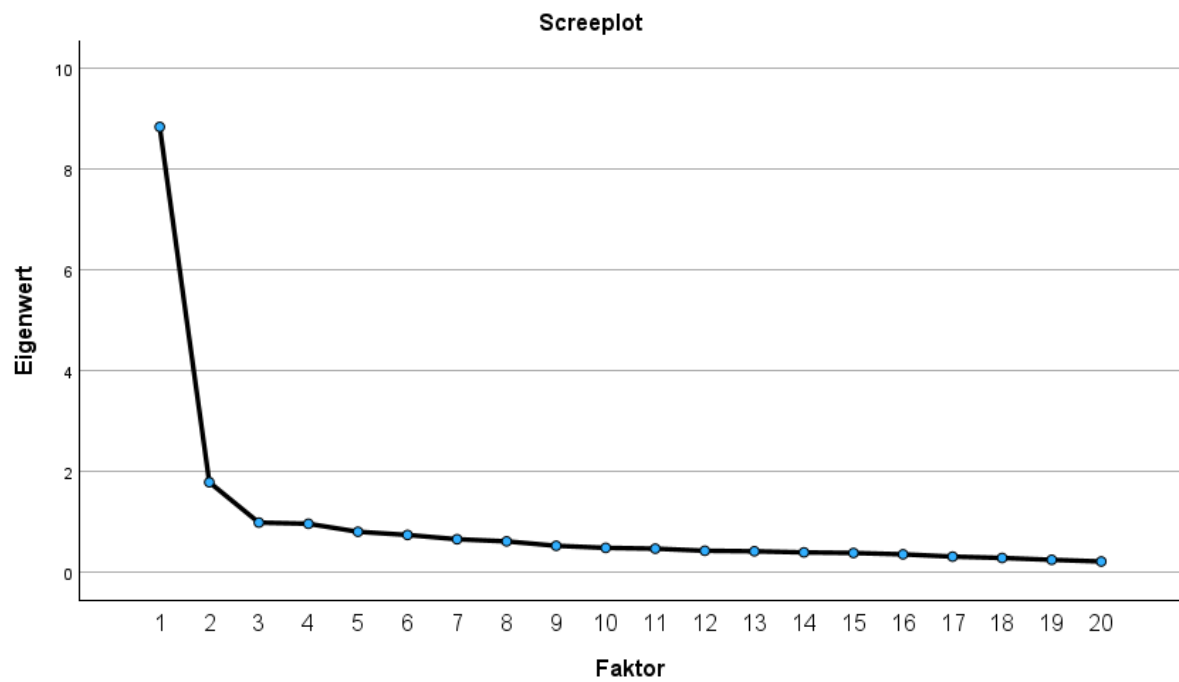


Abbildung 18

Screeplot der Faktorenanalyse für die Trait-Angstskala für weibliche Teilnehmerinnen

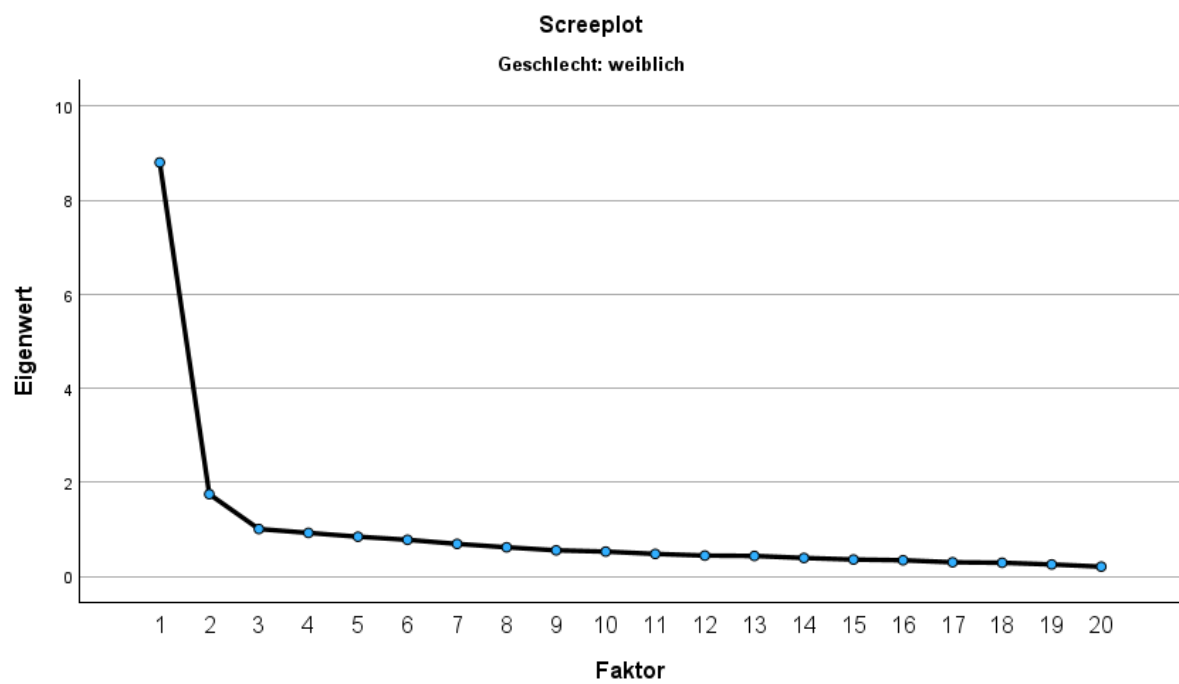


Abbildung 19

Screepplot der Faktorenanalyse für die Trait-Angstskala für männliche Teilnehmer

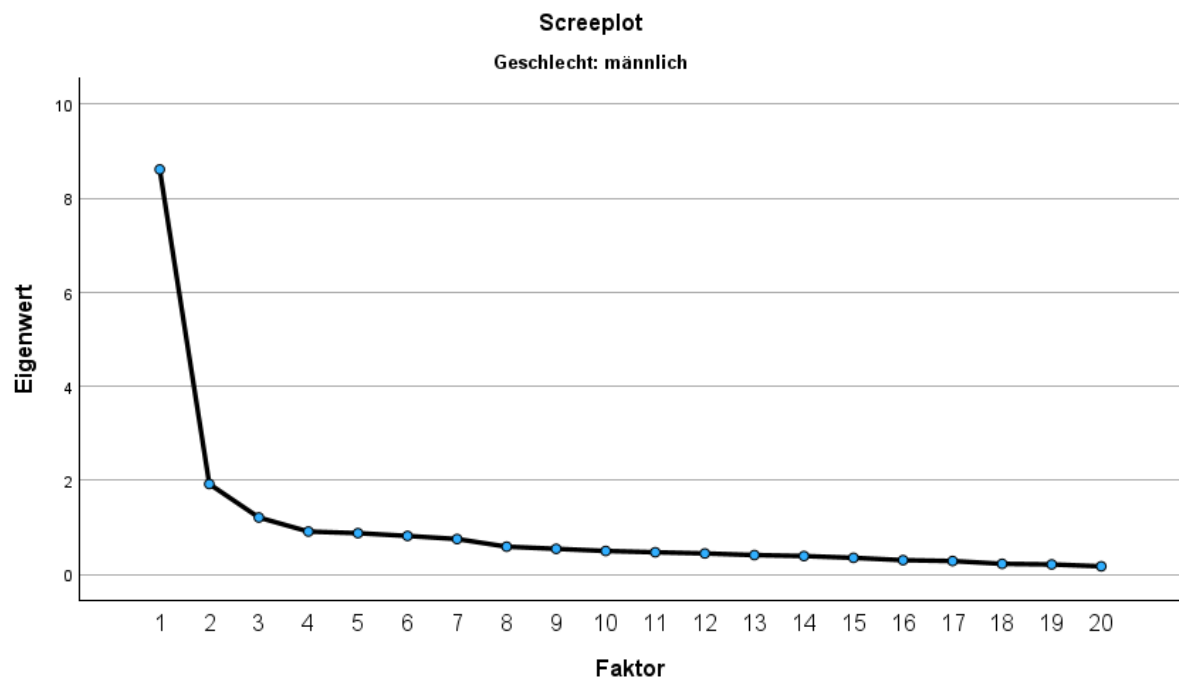


Abbildung 20

Screepplot der Faktorenanalyse für die Skala der Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung Gesamt

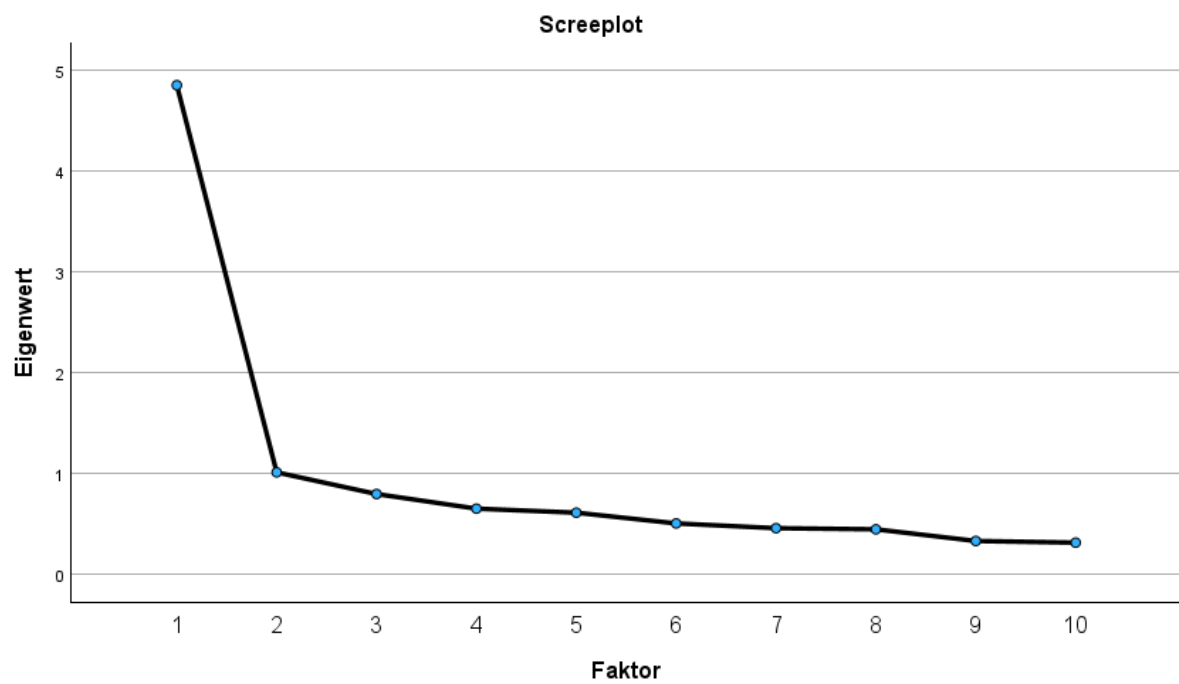


Abbildung 21

Screeplot der Faktorenanalyse für die Skala der Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung für weibliche Teilnehmerinnen

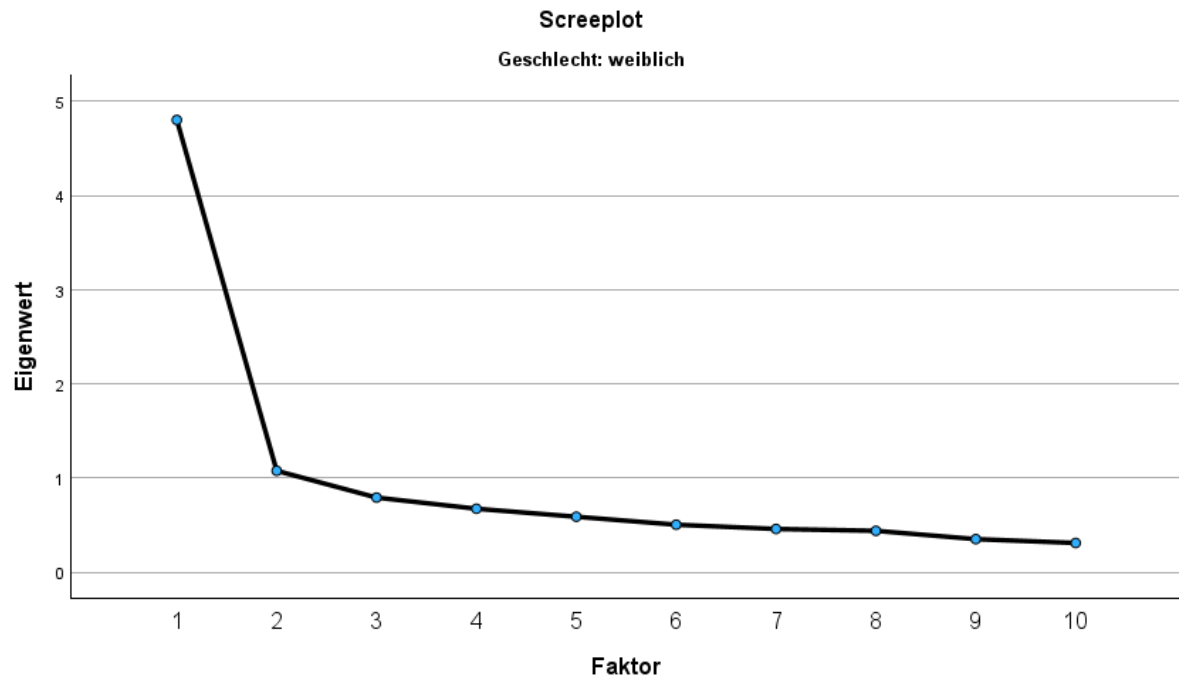


Abbildung 22

Screeplot der Faktorenanalyse für die Skala der Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung für weibliche Teilnehmerinnen

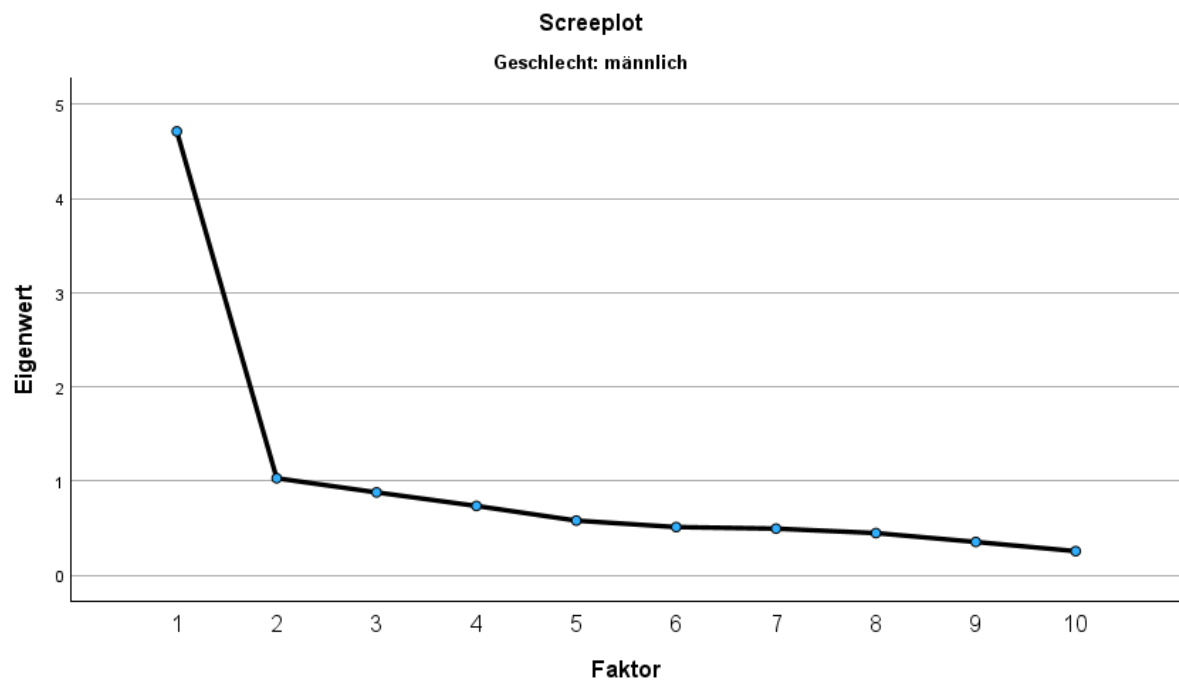


Abbildung 23

Cook-Distanzen für mütterliches HP

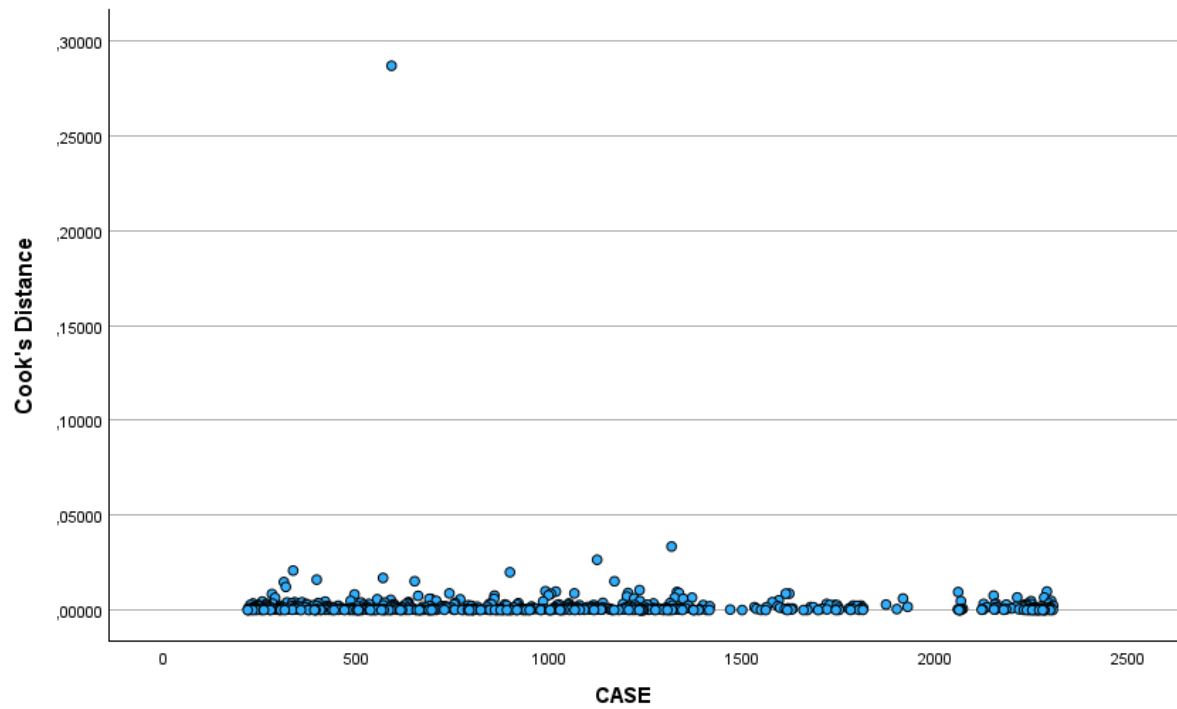


Abbildung 24

Cook-Distanzen für väterliches HP

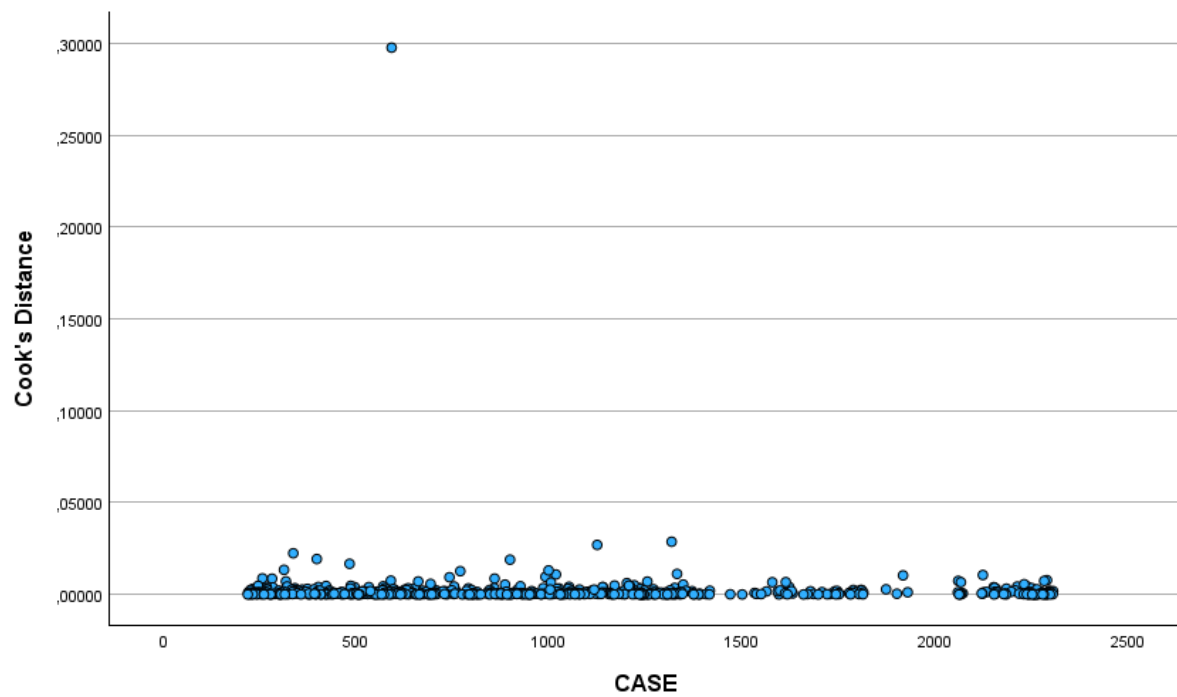


Abbildung 25

Matrixdiagramm mit LOESS-Glättung MHP, SW, TA für weibliche Teilnehmerinnen

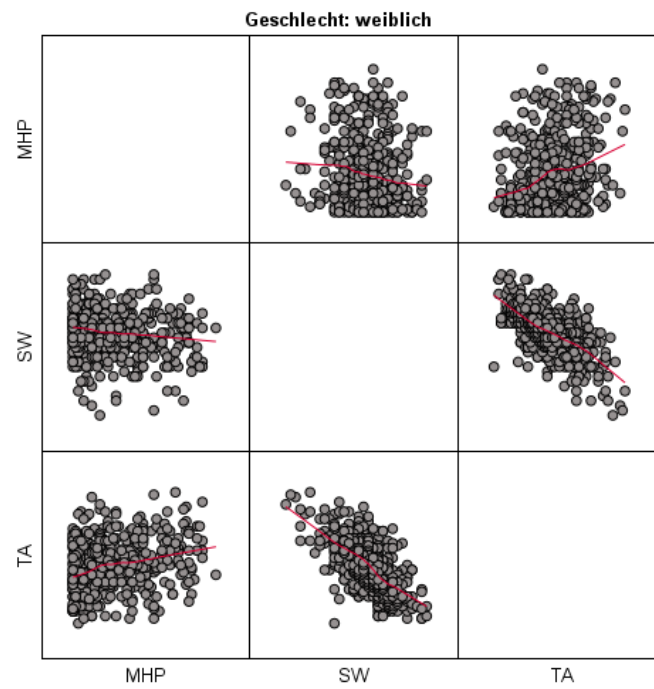


Abbildung 26

Matrixdiagramm mit LOESS-Glättung MHP, SW, TA für männliche Teilnehmer

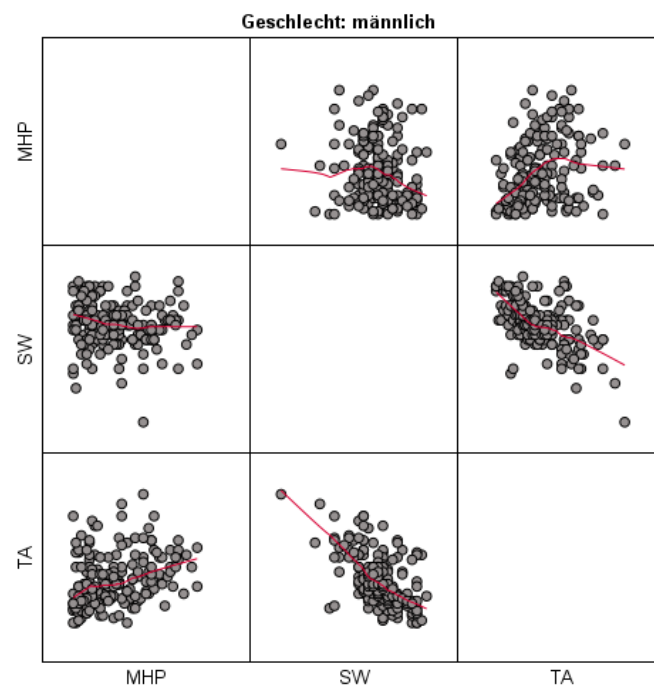


Abbildung 27

Matrixdiagramm mit LOESS-Glättung FHP, SW, TA für weibliche Teilnehmerinnen

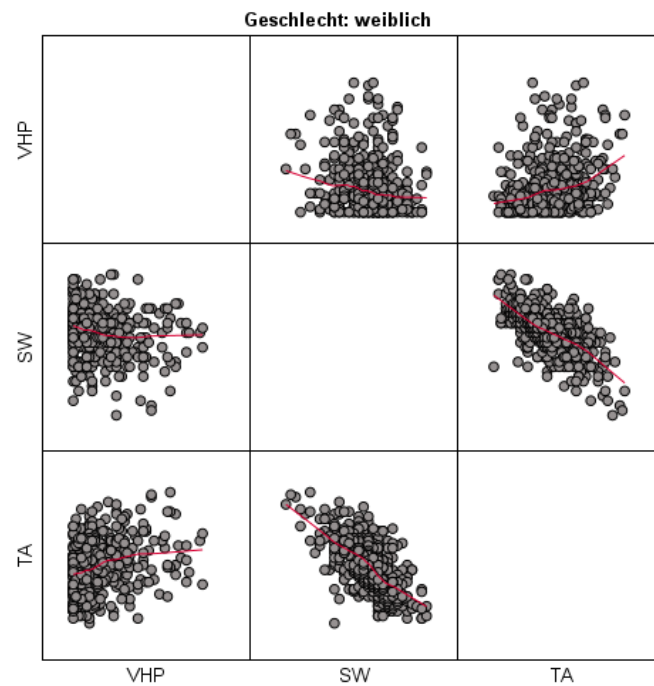


Abbildung 28

Matrixdiagramm mit LOESS-Glättung FHP, SW, TA für männliche Teilnehmer

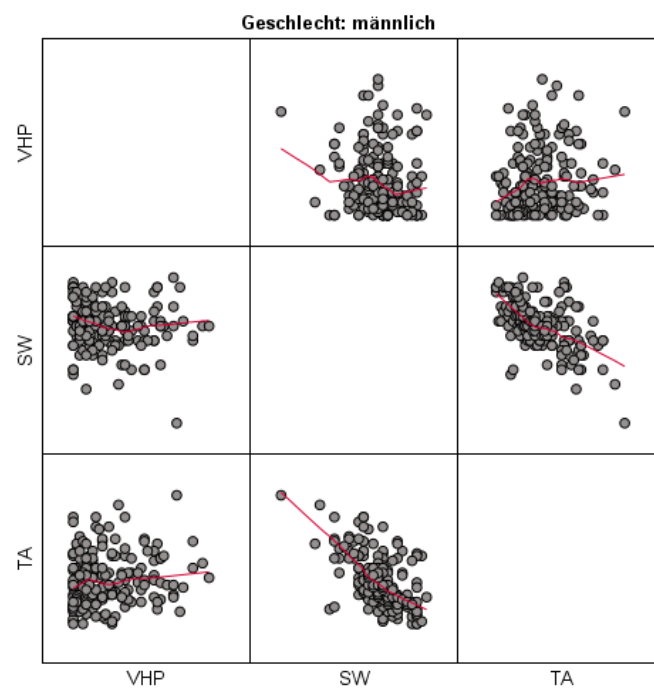


Abbildung 29

Boxplot Empfinden des väterlichen Erziehungsverhaltens

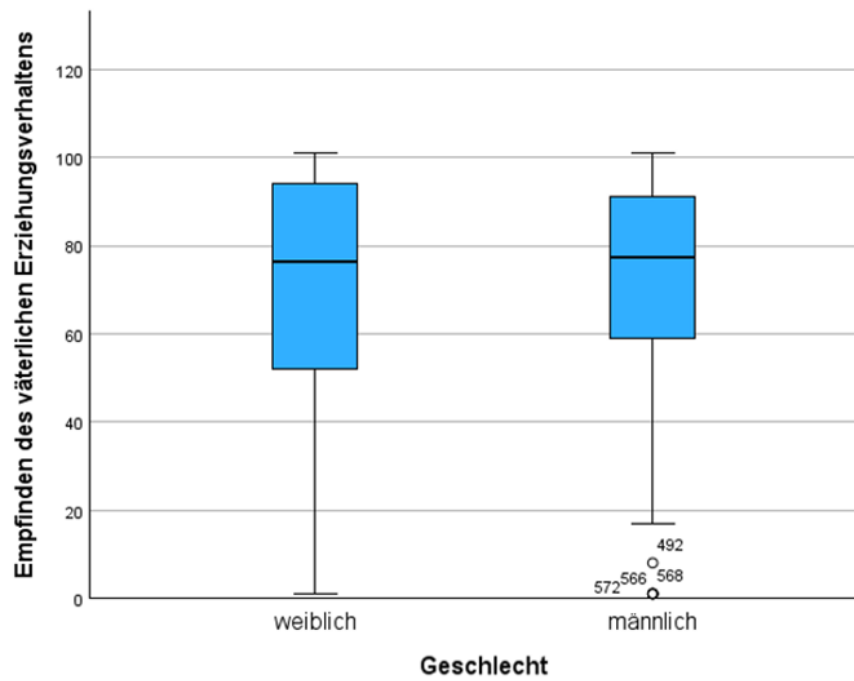


Abbildung 30

Boxplot Empfinden des mütterlichen Erziehungsverhaltens

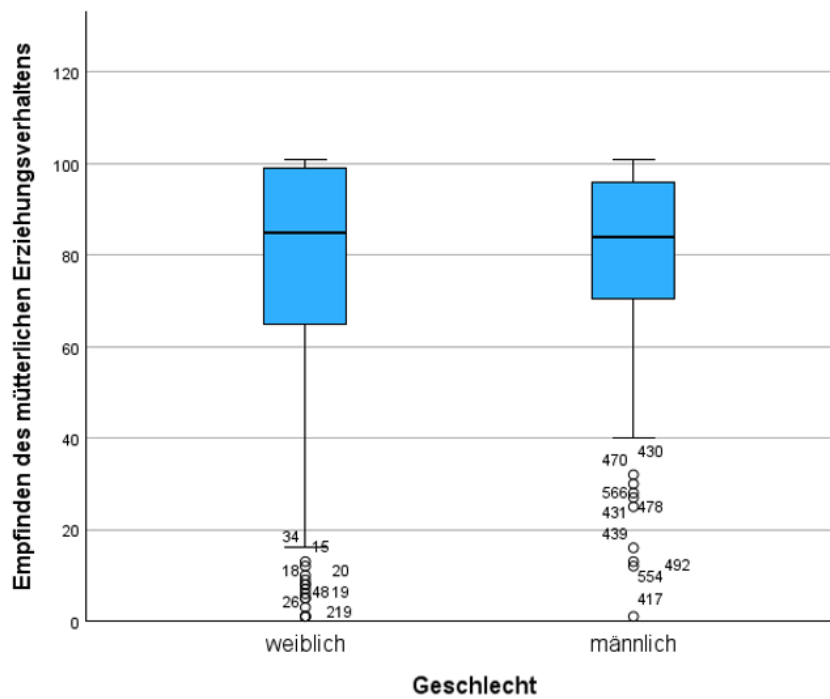


Abbildung 31

Zusammenhang des väterlichen HP und dem Empfinden des väterlichen Erziehungsverhaltens bei weiblichen Teilnehmerinnen

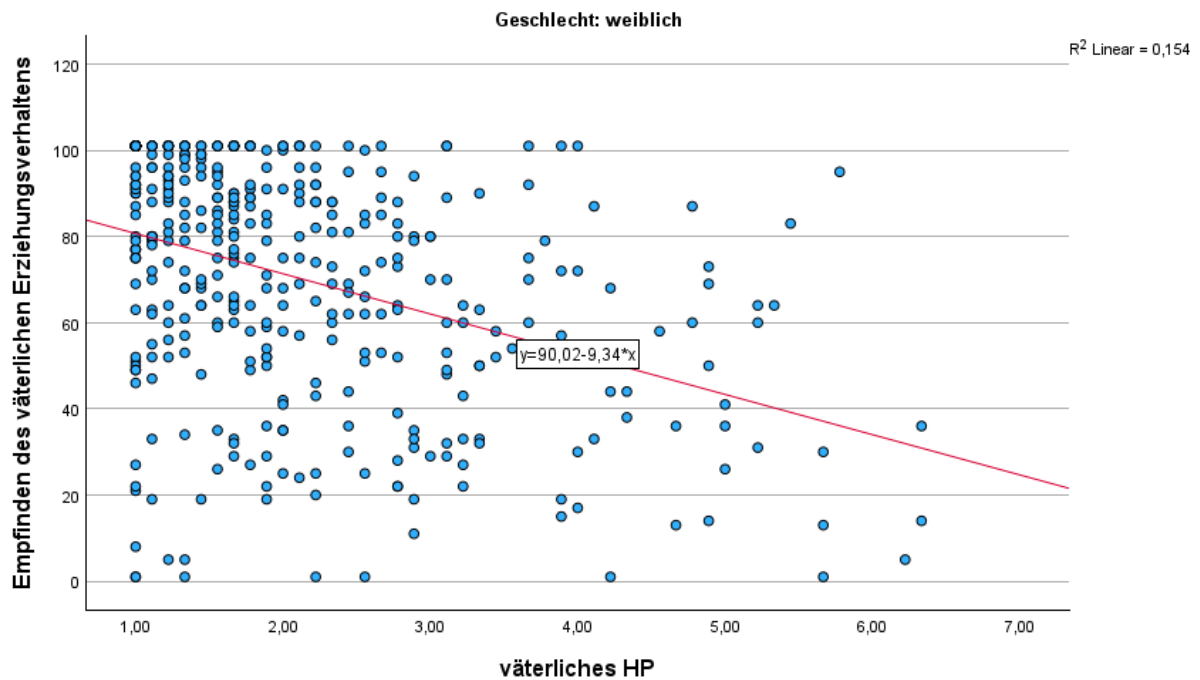


Abbildung 32

Zusammenhang des väterlichen HP und dem Empfinden des väterlichen Erziehungsverhaltens bei männlichen Teilnehmern

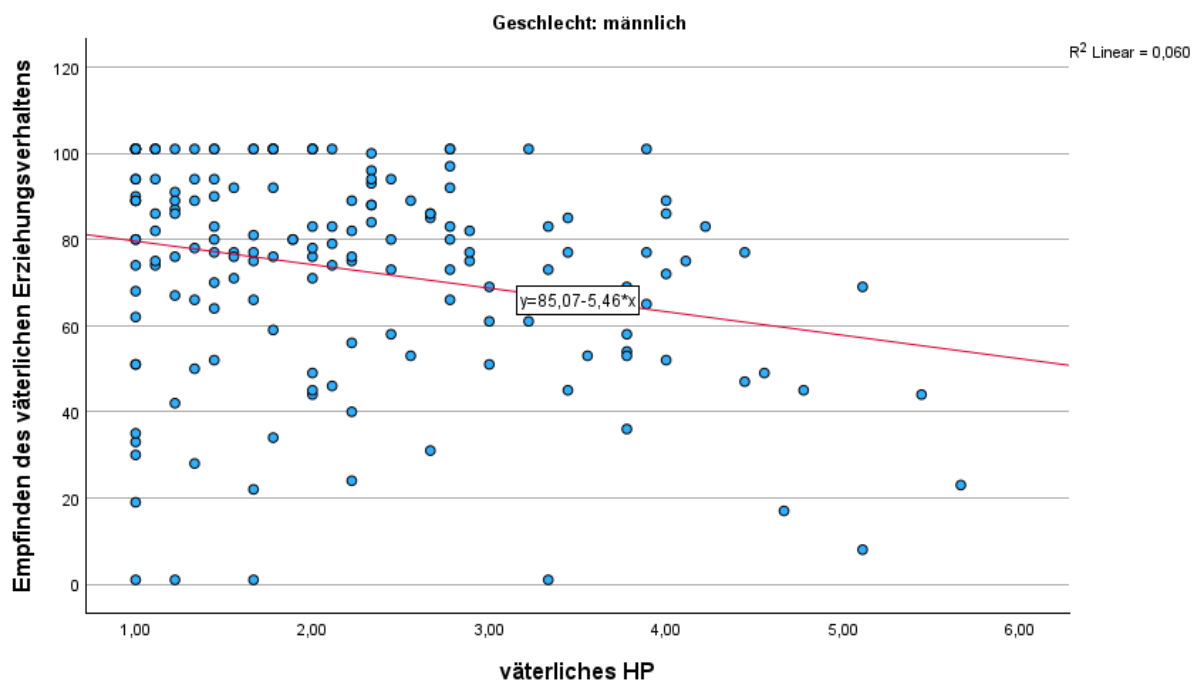


Abbildung 33
Boxplot Beziehung zum Vater

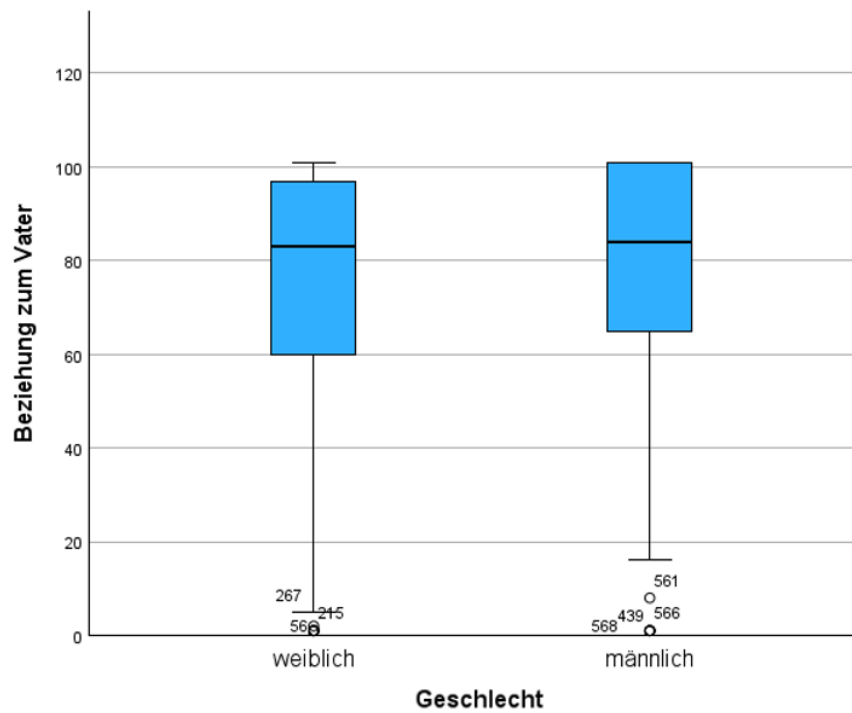
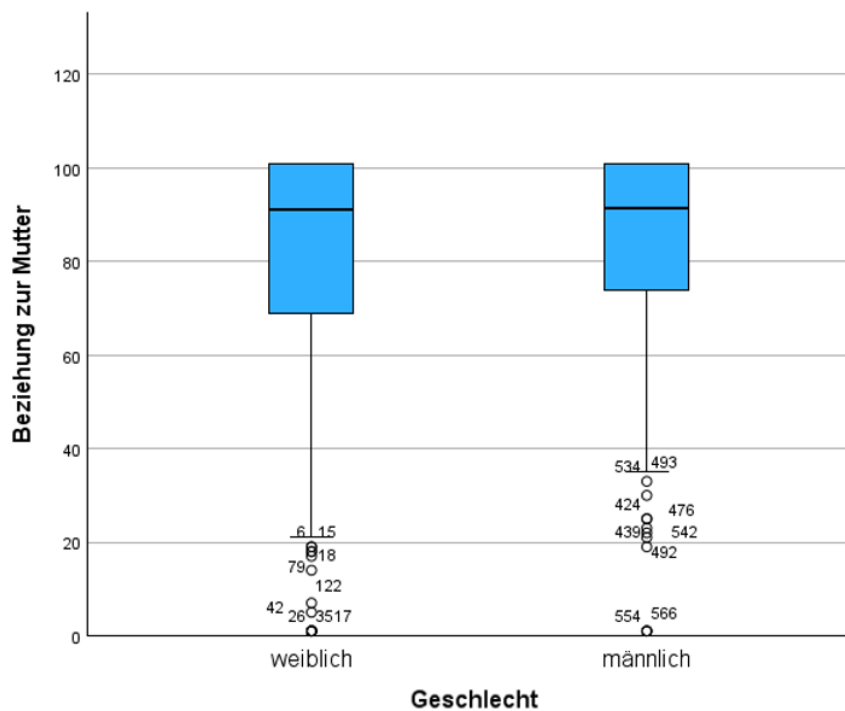


Abbildung 34
Boxplot Beziehung zur Mutter



Anhang C – Tabellen

Tabelle 1

Prüfung auf Mittelwertunterschied des Alters nach Geschlecht (t-Test)

Variable	Männlich <i>M (SD)</i>	Weiblich <i>M (SD)</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
Alter	23.93 (2.99)	23.31 (3.21)	-2.17	.03*	-0.197

Anmerkung. Gesamt $N = 587$, Männlich $n = 172$, Weiblich $n = 415$, $df = 585$, Cohen's d .

* $p < .05$.

Tabelle 2

Prüfung auf Verteilungsunterschiede der Geschlechter nach Vollzeitwerbstätigkeit

Vollzeiterwerbstätigkeit	Männlich	Weiblich	Gesamt
Ja	57 (14.6 %)	79 (20.3 %)	136 (34.9 %)
Erwartete Anzahl	41.1	94.9	
Stand. Res.	2.5	-1.6	
Nein	61 (15.6 %)	193 (49.5 %)	254 (65.1 %)
Erwartete Anzahl	76.9	177.1	
Stand. Res.	-1.8	1.2	
Gesamt	118 (30.3 %)	272 (69.7 %)	390 (100 %)

Anmerkung. Prüfung auf Verteilungsunterschiede mittels Chi²-Test ($\chi^2 = 13.44$, $df = 1$, $p < .001$).

Tabelle 3

Prüfung auf Verteilungsunterschiede der Geschlechter nach geringfügiger Erwerbstätigkeit

geringfügiger Erwerbstätigkeit	Männlich	Weiblich	Gesamt
Ja	19 (4.9 %)	83 (21.3 %)	102 (26.2 %)
Erwartete Anzahl	30.9	71.1	
Stand. Res.	-2.1	1.4	
Nein	99 (25.4 %)	189 (48.5 %)	288 (73.8 %)
Erwartete Anzahl	87.1	200.9	
Stand. Res.	1.3	-0.8	
Gesamt	118 (30.3 %)	272 (69.7 %)	390 (100 %)

Anmerkung. Prüfung auf Verteilungsunterschiede mittels Chi²-Test ($\chi^2 = 8.85$, $df = 1$, $p = .003$).

Tabelle 4

Prüfung auf Verteilungsunterschiede der Geschlechter nach selbständiger/freiberufliche Erwerbstätigkeit

selbständiger/freiberufliche Erwerbstätigkeit	Männlich	Weiblich	Gesamt
Ja	11 (2.8 %)	11 (2.8 %)	22 (5.6 %)
Erwartete Anzahl	6.7	15.3	
Stand. Res.	1.7	-1.1	
Nein	107 (27.4 %)	261 (66.9 %)	368 (94.4 %)
Erwartete Anzahl	111.3	256.7	
Stand. Res.	-0.4	0.3	
Gesamt	118 (30.3 %)	272 (69.7 %)	390 (100 %)

Anmerkung. Prüfung auf Verteilungsunterschiede mittels Chi²-Test ($\chi^2 = 4.31$, $df = 1$, $p = .038$).

Tabelle 5*Übersetzung der der Consolidated Helicopter Parenting Scale nach Schiffrin et al. (2019)*

Skala	Nr.	Originalversion	Deutsche Übersetzung
Consolidated Helicopter Parenting Scale	1	My parent supervised my every move growing up.	Meine Mutter / mein Vater beaufsichtigte jeden meiner Schritte, während ich aufgewachsen bin.
	2	Growing up, I sometimes felt like I was my parent's project.	Beim Aufwachsen fühlte ich mich manchmal so, als wäre ich das Projekt meiner Mutter / meines Vaters.
	3	I feel like my parent sometimes smothers me with his / her attention.	Ich habe manchmal das Gefühl, dass meine Mutter / mein Vater mich mit ihrer / seiner Aufmerksamkeit erdrückt.
	4	My parent overreacts when I encounter a negative experience.	Meine Mutter / mein Vater überreagiert, wenn ich eine negative Erfahrung mache.
	5	I think my parent is too overly involved in my life.	Ich glaube, dass sich meine Mutter / mein Vater zu sehr in mein Leben einmischt.
	6	My parent has interfered in my life when I wish he/she wouldn't have.	Meine Mutter / mein Vater hat sich in mein Leben eingemischt, obwohl ich mir wünschte, sie / er hätte es nicht getan.
	7	I sometimes wish my parent would "back off" and stay out of my business.	Manchmal wünsche ich mir, meine Mutter / mein Vater würde sich „zurückhalten“ und sich aus meinen Angelegenheiten heraushalten.
	8	I sometimes felt that my parent didn't feel I could make my own decisions.	Ich fühlte mich manchmal so, als hätte meine Mutter / mein Vater nicht das Gefühl gehabt, dass ich eigene Entscheidungen treffen kann.
	9	My parent discourages me from making decisions that he/she disagrees with.	Meine Mutter / mein Vater entmutigt mich, Entscheidungen zu treffen, denen sie / er nicht zustimmt.
	10	My parent is too controlling of me and my life.	Meine Mutter / mein Vater ist zu kontrollierend in Bezug auf mich und mein Leben.

Tabelle 6*Erklärte Gesamtvarianz der CHPS*

Faktor	Mutter			Vater		
	Eigenwert	% Varianz	% Kumuliert	Eigenwert	% Varianz	% Kumuliert
Gesamt						
Faktor 1	5.92	59.17	59.17	5.31	53.13	53.13
Faktor 2				1.03	10.30	63.43
Männlich						
Faktor 1	5.52	55.17	55.17	5.34	53.41	53.41
Faktor 2	1.06	10.58	65.75	1.01	10.08	63.49
Weiblich						
Faktor 1	6.03	60.25	60.25	5.22	52.20	52.20
Faktor 2				1.07	10.71	62.91

Tabelle 7*Komponentenmatrix der CHPS Vater*

Item	Gesamt		Männlich		Weiblich	
	1	2	1	2	1	2
1) Mein Vater beaufsichtigte jeden meiner Schritte, während ich aufgewachsen bin.	.40	.72	.42	.78	.37	.66
2) Beim Aufwachsen fühlte ich mich manchmal so, als wäre ich das Projekt meines Vaters.	.70		.69	.30	.69	
3) Ich habe manchmal das Gefühl, dass mein Vater mich mit ihrer Aufmerksamkeit erdrückt.	.66	.41	.70		.62	.48
4) Mein Vater überreagiert, wenn ich eine negative Erfahrung mache.	.73		.75		.72	
5) Ich glaube, dass sich mein Vater zu sehr in mein Leben einmischt.	.87		.86		.86	
6) Mein Vater hat sich in mein Leben eingemischt, obwohl ich mir wünschte, er hätte es nicht getan.	.85		.84		.85	
7) Manchmal wünsche ich mir, mein Vater würde sich „zurückhalten“ und sich aus meinen Angelegenheiten heraushalten.	.85		.80		.86	
8) Ich fühlte mich manchmal so, als hätte mein Vater nicht das Gefühl gehabt, dass ich eigene Entscheidungen treffen kann.	.79		.76		.80	
9) Mein Vater entmutigt mich, Entscheidungen zu treffen, denen er nicht zustimmt.	.43	-.42	.52	-.40	.38	-.50
10) Mein Vater ist zu kontrollierend in Bezug auf mich und mein Leben.	.84		.83		.84	

Anmerkung. Gesamt $N = 577$, Männlich $n = 168$, Weiblich $n = 404$, Hauptkomponentenanalyse, erklärte Gesamtvarianz = 63.43 % (gesamt) 63.49 % (männlich) 62.91 % (weiblich), Werte < .30 wurden unterdrückt.

Tabelle 8*Komponentenmatrix der CHPS Vater ohne Item 1*

Item	Gesamt	Männlich	Weiblich
	1	1	1
2) Beim Aufwachsen fühlte ich mich manchmal so, als wäre ich das Projekt meines Vaters.	.69	.68	.69
3) Ich habe manchmal das Gefühl, dass mein Vater mich mit ihrer Aufmerksamkeit erdrückt.	.65	.69	.61
4) Mein Vater überreagiert, wenn ich eine negative Erfahrung mache.	.73	.76	.72
5) Ich glaube, dass sich mein Vater zu sehr in mein Leben einmischt.	.87	.86	.86
6) Mein Vater hat sich in mein Leben eingemischt, obwohl ich mir wünschte, er hätte es nicht getan.	.86	.85	.86
7) Manchmal wünsche ich mir, mein Vater würde sich „zurückhalten“ und sich aus meinen Angelegenheiten heraushalten.	.86	.81	.87
8) Ich fühlte mich manchmal so, als hätte mein Vater nicht das Gefühl gehabt, dass ich eigene Entscheidungen treffen kann.	.80	.77	.81
9) Mein Vater entmutigt mich, Entscheidungen zu treffen, denen er nicht zustimmt.	.43	.53	.38
10) Mein Vater ist zu kontrollierend in Bezug auf mich und mein Leben.	.84	.83	.84

Anmerkung. Gesamt $N = 577$, Männlich $n = 168$, Weiblich $n = 404$, Hauptkomponentenanalyse, erklärte Gesamtvarianz = 57.55 % (gesamt) 57.67 % (männlich) 56.72 % (weiblich), Werte < .30 wurden unterdrückt.

Tabelle 9*Erklärte Gesamtvarianz der CHPS ohne Item 1*

Faktor	Mutter			Vater		
	Eigenwert	% Varianz	% Kumuliert	Eigenwert	% Varianz	% Kumuliert
Gesamt						
Faktor 1	5.76	63.96	63.96	5.18	57.55	57.55
Männlich						
Faktor 1	5.38	59.73	59.73	5.19	57.67	57.67
Weiblich						
Faktor 1	5.87	65.17	65.17	5.11	56.72	56.72

Tabelle 10*Komponentenmatrix der CHPS Mutter*

Item	Gesamt	Männlich		Weiblich
	1	1	2	1
1) Meine Mutter beaufsichtigte jeden meiner Schritte, während ich aufgewachsen bin.	.43	.41	.77	.43
2) Beim Aufwachsen fühlte ich mich manchmal so, als wäre ich das Projekt meiner Mutter.	.74	.74	.33	.74
3) Ich habe manchmal das Gefühl, dass meine Mutter mich mit ihrer Aufmerksamkeit erdrückt.	.73	.74		.72
4) Meine Mutter überreagiert, wenn ich eine negative Erfahrung mache.	.77	.67		.80
5) Ich glaube, dass sich meine Mutter zu sehr in mein Leben einmischt.	.89	.89		.89
6) Meine Mutter hat sich in mein Leben eingemischt, obwohl ich mir wünschte, sie hätte es nicht getan.	.89	.87		.90
7) Manchmal wünsche ich mir, meine Mutter würde sich „zurückhalten“ und sich aus meinen Angelegenheiten heraushalten.	.86	.80		.88
8) Ich fühlte mich manchmal so, als hätte meine Mutter nicht das Gefühl gehabt, dass ich eigene Entscheidungen treffen kann.	.84	.80		.85
9) Meine Mutter entmutigt mich, Entscheidungen zu treffen, denen sie nicht zustimmt.	.52	.48	-.36	.52
10) Meine Mutter ist zu kontrollierend in Bezug auf mich und mein Leben.	.88	.87		.88

Anmerkung. Gesamt $N = 592$, Männlich $n = 172$, Weiblich $n = 415$, Hauptkomponentenanalyse, erklärte Gesamtvarianz = 59.17 % (gesamt) 65.75 % (männlich) 60.25 % (weiblich), Werte < .30 wurden unterdrückt.

Tabelle 11*Komponentenmatrix der CHPS Mutter ohne Item 1*

Item	Gesamt	Männlich	Weiblich
	1	1	1
2) Beim Aufwachsen fühlte ich mich manchmal so, als wäre ich das Projekt meiner Mutter.	.74	.73	.74
3) Ich habe manchmal das Gefühl, dass meine Mutter mich mit ihrer Aufmerksamkeit erdrückt.	.72	.73	.72
4) Meine Mutter überreagiert, wenn ich eine negative Erfahrung mache.	.77	.67	.79
5) Ich glaube, dass sich meine Mutter zu sehr in mein Leben einmischt.	.90	.90	.90
6) Meine Mutter hat sich in mein Leben eingemischt, obwohl ich mir wünschte, sie hätte es nicht getan.	.90	.88	.90
7) Manchmal wünsche ich mir, meine Mutter würde sich „zurückhalten“ und sich aus meinen Angelegenheiten heraushalten.	.86	.81	.88
8) Ich fühlte mich manchmal so, als hätte meine Mutter nicht das Gefühl gehabt, dass ich eigene Entscheidungen treffen kann.	.84	.80	.85
9) Meine Mutter entmutigt mich, Entscheidungen zu treffen, denen sie nicht zustimmt.	.52	.49	.52
10) Meine Mutter ist zu kontrollierend in Bezug auf mich und mein Leben.	.88	.87	.88

Anmerkung. Gesamt $N = 592$, Männlich $n = 172$, Weiblich $n = 415$, Hauptkomponentenanalyse, erklärte Gesamtvarianz = 63.96 % (gesamt) 59.73 % (männlich) 65.17 % (weiblich), Werte < .30 wurden unterdrückt.

Tabelle 12*Interne Konsistenzen der CHPS ohne Item 1*

Stichprobe	Mutter	Vater
Gesamt	.93	.90
Männlich	.91	.89
Weiblich	.93	.89

Anmerkung. Gesamt $N = 587$, Männlich $n = 172$, Weiblich $n = 415$, Cronbachs Alpha.

Tabelle 13*Korrigierte Item-Skala-Korrelation der CHPS Vater ohne Item 1*

Item	Gesamt	Männlich	Weiblich
2) Beim Aufwachsen fühlte ich mich manchmal so, als wäre ich das Projekt meines Vaters.	.60	.59	.60
3) Ich habe manchmal das Gefühl, dass mein Vater mich mit ihrer Aufmerksamkeit erdrückt.	.55	.59	.51
4) Mein Vater überreagiert, wenn ich eine negative Erfahrung mache.	.66	.68	.65
5) Ich glaube, dass sich mein Vater zu sehr in mein Leben einmischt.	.79	.79	.79
6) Mein Vater hat sich in mein Leben eingemischt, obwohl ich mir wünschte, er hätte es nicht getan.	.78	.78	.78
7) Manchmal wünsche ich mir, mein Vater würde sich „zurückhalten“ und sich aus meinen Angelegenheiten heraushalten.	.78	.73	.80
8) Ich fühlte mich manchmal so, als hätte mein Vater nicht das Gefühl gehabt, dass ich eigene Entscheidungen treffen kann.	.73	.70	.74
9) Mein Vater entmutigt mich, Entscheidungen zu treffen, denen er nicht zustimmt.	.37	.45	.32
10) Mein Vater ist zu kontrollierend in Bezug auf mich und mein Leben.	.78	.76	.78

Anmerkung. Gesamt $N = 577$, Männlich $n = 168$, Weiblich $n = 404$.

Tabelle 14*Korrigierte Item-Skala-Korrelation der CHPS Mutter ohne Item 1*

Item	Gesamt	Männlich	Weiblich
2) Beim Aufwachsen fühlte ich mich manchmal so, als wäre ich das Projekt meiner Mutter.	.67	.64	.68
3) Ich habe manchmal das Gefühl, dass meine Mutter mich mit ihrer Aufmerksamkeit erdrückt.	.65	.65	.65
4) Meine Mutter überreagiert, wenn ich eine negative Erfahrung mache.	.70	.59	.73
5) Ich glaube, dass sich meine Mutter zu sehr in mein Leben einmischt.	.85	.84	.85
6) Meine Mutter hat sich in mein Leben eingemischt, obwohl ich mir wünschte, sie hätte es nicht getan.	.85	.83	.86
7) Manchmal wünsche ich mir, meine Mutter würde sich „zurückhalten“ und sich aus meinen Angelegenheiten heraushalten.	.81	.74	.83
8) Ich fühlte mich manchmal so, als hätte meine Mutter nicht das Gefühl gehabt, dass ich eigene Entscheidungen treffen kann.	.78	.74	.80
9) Meine Mutter entmutigt mich, Entscheidungen zu treffen, denen sie nicht zustimmt.	.45	.41	.45
10) Meine Mutter ist zu kontrollierend in Bezug auf mich und mein Leben.	.83	.82	.84

Anmerkung. Gesamt $N = 592$, Männlich $n = 172$, Weiblich $n = 415$.**Tabelle 15***Erklärte Gesamtvarianz der Trait-Angstskala*

Faktor	Eigenwert	% Varianz	% Kumuliert
Gesamt			
Faktor 1	8.84	44.22	44.22
Faktor 2	1.79	8.96	53.18
Männlich			
Faktor 1	8.61	43.06	43.06
Faktor 2	1.92	9.61	52.68
Faktor 3	1.21	6.05	58.73
Weiblich			
Faktor 1	8.80	44.02	44.02
Faktor 2	1.75	8.75	52.76
Faktor 3	1.01	5.04	57.80

Tabelle 16*Komponentenmatrix der Trait-Angstskala*

Item	Gesamt		Männlich			Weiblich		
	1	2	1	2	3	1	2	3
1) Ich bin vergnügt.	.63	-.41	.66	-.35		.64	-.39	
2) Ich werde schnell müde.	.59		.61		-.34	.55		.67
3) Mir ist zum Weinen zumute.	.63		.63			.61		
4) Ich glaube, mir geht es schlechter als anderen Leuten.	.67		.70			.67		
5) Ich verpasse günstige Gelegenheiten, weil ich mich nicht schnell genug entscheiden kann.	.41	.32	.35	.41	-.36	.42		.41
6) Ich fühle mich ausgeruht.	.64		.60	-.39		.64		.43
7) Ich bin ruhig und gelassen.	.60		.39		.70	.66		
8) Ich glaube, dass mir meine Schwierigkeiten über den Kopf wachsen.	.72		.75			.69		
9) Ich mache mir zu viele Gedanken über unwichtige Dinge.	.61	.52	.61	.45		.58	.55	
10) Ich bin glücklich.	.61	-.40	.63			.62	-.39	
11) Ich neige dazu, alles schwer zu nehmen.	.75		.68	.33		.77		
12) Mir fehlt es an Selbstvertrauen.	.63		.60	.39		.63		
13) Ich fühle mich geborgen.	.75	-.38	.80			.75	-.38	
14) Ich mache mir Sorgen über mögliches Missgeschick.	.64	.44	.65	.44		.62	.45	
15) Ich fühle mich niedergeschlagen.	.78		.77			.78		
16) Ich bin zufrieden.	.73		.73	-.31	.36	.72		
17) Unwichtige Gedanken gehen mir durch den Kopf und bedrücken mich.	.68	.43	.71	.32		.65	.48	
18) Enttäuschungen nehme ich so schwer, dass ich sie nicht vergessen kann.	.69	.33	.65	.47		.69		
19) Ich bin ausgeglichen.	.76	-.41	.76	-.37		.79	-.35	
20) Ich werde nervös und unruhig, wenn ich an meine derzeitigen Angelegenheiten denke.	.69		.68			.68		

Anmerkung. Gesamt $N = 592$, Männlich $n = 172$, Weiblich $n = 415$, Hauptkomponentenanalyse, erklärte Gesamtvarianz = 53.14 % (gesamt) 58.73 % (männlich) 57.80 % (weiblich), Werte < .30 wurden unterdrückt.

Tabelle 17*Interne Konsistenzen der Trait-Angstskala*

Stichprobe	
Gesamt	.93
Männlich	.93
Weiblich	.93

Anmerkung. Gesamt $N = 587$, Männlich $n = 172$, Weiblich $n = 415$, Cronbachs Alpha.

Tabelle 18*Korrigierte-Item-Skala-Korrelation der Trait-Angstskala*

Item	Gesamt	Männlich	Weiblich
1) Ich bin vergnügt.	.57	.60	.58
2) Ich werde schnell müde.	.54	.55	.50
3) Mir ist zum Weinen zumute.	.58	.57	.56
4) Ich glaube, mir geht es schlechter als anderen Leuten.	.61	.65	.61
5) Ich verpasse günstige Gelegenheiten, weil ich mich nicht schnell genug entscheiden kann.	.37	.32	.40
6) Ich fühle mich ausgeruht.	.60	.54	.60
7) Ich bin ruhig und gelassen.	.55	.34	.60
8) Ich glaube, dass mir meine Schwierigkeiten über den Kopf wachsen.	.67	.70	.65
9) Ich mache mir zu viele Gedanken über unwichtige Dinge.	.58	.58	.55
10) Ich bin glücklich.	.54	.57	.55
11) Ich neige dazu, alles schwer zu nehmen.	.71	.64	.74
12) Mir fehlt es an Selbstvertrauen.	.60	.56	.59
13) Ich fühle mich geborgen.	.69	.75	.69
14) Ich mache mir Sorgen über mögliches Missgeschick.	.61	.62	.59
15) Ich fühle mich niedergeschlagen.	.74	.72	.73
16) Ich bin zufrieden.	.68	.68	.61
17) Unwichtige Gedanken gehen mir durch den Kopf und bedrücken mich.	.65	.68	.62
18) Enttäuschungen nehme ich so schwer, dass ich sie nicht vergessen kann.	.66	.61	.66
19) Ich bin ausgeglichen.	.70	.70	.74
20) Ich werde nervös und unruhig, wenn ich an meine derzeitigen Angelegenheiten denke.	.64	.63	.63

Anmerkung. Gesamt $N = 591$, Männlich $n = 172$, Weiblich $n = 414$.**Tabelle 19***Erklärte Gesamtvarianz der Skala zur allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung*

Faktor	Eigenwert	% Varianz	% Kumuliert
Gesamt			
Faktor 1	4.86	48.56	48.56
Faktor 2	1.01	10.14	58.70
Männlich			
Faktor 1	4.71	47.13	47.13
Faktor 2	1.03	10.30	57.43
Weiblich			
Faktor 1	4.80	48.02	48.02
Faktor 2	1.08	10.77	58.80

Tabelle 20*Komponentenmatrix der Skala zur allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung*

Item	Gesamt		Männlich		Weiblich	
	1	2	1	2	1	2
1) Wenn sich Widerstände auftun, finde ich Mittel und Wege, mich durchzusetzen.	.60		.61		.58	.44
2) Die Lösung schwieriger Probleme gelingt mir immer, wenn ich mich darum bemühe.	.65	.47	.64		.63	.51
3) Es bereitet mir keine Schwierigkeiten, meine Absichten und Ziele zu verwirklichen.	.63		.69		.61	
4) In unerwarteten Situationen weiß ich immer, wie ich mich verhalten soll.	.68	-.52	.63	.57	.70	-.48
5) Auch bei überraschenden Ereignissen glaube ich, dass ich gut mit ihnen zurechtkommen kann.	.74	-.45	.75		.73	-.45
6) Schwierigkeiten sehe ich gelassen entgegen, weil ich meinen Fähigkeiten immer vertrauen kann.	.76		.74		.75	
7) Was auch immer passiert, ich werde schon klarkommen.	.72		.73	-.49	.72	
8) Für jedes Problem kann ich eine Lösung finden.	.75	.30	.72	-.49	.76	
9) Wenn eine neue Sache auf mich zukommt, weiß ich, wie ich damit umgehen kann.	.76		.73		.76	
10) Wenn ein Problem auftaucht, kann ich es aus eigener Kraft meistern.	.67		.61		.68	

Anmerkung. Gesamt $N = 592$, Männlich $n = 172$, Weiblich $n = 415$,

Hauptkomponentenanalyse, erklärte Gesamtvarianz = 58.70 % (gesamt) 57.43 % (männlich) 58.80 % (weiblich), Werte < .30 wurden unterdrückt.

Tabelle 21*Interne Konsistenzen der Skala zur allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung*

Stichprobe	
Gesamt	.88
Männlich	.87
Weiblich	.88

Anmerkung. Gesamt $N = 587$, Männlich $n = 172$, Weiblich $n = 415$, Cronbachs Alpha.

Tabelle 22*Korrigierte-Item-Skala-Korrelation der Skala zur allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung*

Item	Gesamt	Männlich	Weiblich
1) Wenn sich Widerstände auftun, finde ich Mittel und Wege, mich durchzusetzen.	.51	.53	.49
2) Die Lösung schwieriger Probleme gelingt mir immer, wenn ich mich darum bemühe.	.56	.55	.54
3) Es bereitet mir keine Schwierigkeiten, meine Absichten und Ziele zu verwirklichen.	.54	.60	.52
4) In unerwarteten Situationen weiß ich immer, wie ich mich verhalten soll.	.60	.53	.60
5) Auch bei überraschenden Ereignissen glaube ich, dass ich gut mit ihnen zurechtkommen kann.	.66	.67	.65
6) Schwierigkeiten sehe ich gelassen entgegen, weil ich meinen Fähigkeiten immer vertrauen kann.	.68	.65	.67
7) Was auch immer passiert, ich werde schon klarkommen.	.63	.64	.62
8) Für jedes Problem kann ich eine Lösung finden.	.66	.64	.67
9) Wenn eine neue Sache auf mich zukommt, weiß ich, wie ich damit umgehen kann.	.69	.64	.68
10) Wenn ein Problem auftaucht, kann ich es aus eigener Kraft meistern.	.58	.52	.59

Anmerkung. Gesamt $N = 592$, Männlich $n = 172$, Weiblich $n = 415$.**Tabelle 23***Prüfung auf Mittelwertunterschied des mütterlichen HP nach Geschlecht (t-Test)*

Variable	Männlich $M (SD)$	Weiblich $M (SD)$	t	p	d
HP Mutter	2.76 (1.34)	2.68 (1.47)	-0.62	.54	-0.06

Anmerkung. Männlich $n = 172$, Weiblich $n = 415$, $df = 585$, Cohen's d .* $p < .05$.**Tabelle 24***Prüfung auf Mittelwertunterschied des väterlichen HP nach Geschlecht (t-Test)*

Variable	Männlich $M (SD)$	Weiblich $M (SD)$	t	p	d
HP Vater	2.21 (1.11)	2.12 (1.15)	-0.87	.39	-0.08

Anmerkung. Männlich $n = 168$, Weiblich $n = 404$, $df = 570$, Cohen's d .* $p < .05$.

Tabelle 25

Prüfung auf Mittelwertunterschied des HP nach Geschlecht des Elternteils (t-Test bei gepaarten Stichproben)

Variable	Vater <i>M (SD)</i>	Mutter <i>M (SD)</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
Helicopter Parenting	2.16 (1.15)	2.71 (1.44)	-8.49	< .001*	-0.35

Anmerkung. $N = 577$, $df = 576$, Cohen's d .

* $p < .05$.

Tabelle 26

Prüfung auf Mittelwertunterschied des HP nach Geschlecht des Elternteils bei weiblichen Teilnehmerinnen (t-Test bei gepaarten Stichproben)

Variable	Vater <i>M (SD)</i>	Mutter <i>M (SD)</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
Helicopter Parenting	2.12 (1.15)	2.68 (1.46)	-6.77	< .001*	-0.34

Anmerkung. $N = 404$, $df = 403$, Cohen's d .

* $p < .05$.

Tabelle 27

Prüfung auf Mittelwertunterschied des HP nach Geschlecht des Elternteils bei männlichen Teilnehmern (t-Test bei gepaarten Stichproben)

Variable	Vater <i>M (SD)</i>	Mutter <i>M (SD)</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
Helicopter Parenting	2.21 (1.11)	2.75 (1.33)	-5.25	< .001*	-0.41

Anmerkung. $N = 168$, $df = 167$, Cohen's d .

* $p < .05$.

Tabelle 28

Prüfung auf Mittelwertunterschied der Selbstwirksamkeit nach Geschlecht (t-Test)

Variable	Männlich <i>M (SD)</i>	Weiblich <i>M (SD)</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
Selbstwirksamkeit	3.02 (0.48)	2.78 (0.50)	-5.21	< .001*	-0.47

Anmerkung. Männlich $n = 172$, Weiblich $n = 415$, $df = 585$, Cohen's d .

* $p < .05$.

Tabelle 29*Prüfung auf Mittelwertunterschied der Ängstlichkeit nach Geschlecht (t-Test)*

Variable	Männlich <i>M (SD)</i>	Weiblich <i>M (SD)</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
Ängstlichkeit	2.06 (0.54)	2.29 (0.56)	4.53	< .001*	0.41

Anmerkung. Männlich *n* =172, Weiblich *n* =415, *df* = 585, Cohen's *d*.**p* < .05.**Tabelle 30***Prüfung auf Mittelwertunterschied des elterlichen Erziehungsverhalten nach Geschlecht des Elternteils bei weiblichen Teilnehmerinnen (t-Test bei gepaarten Stichproben)*

Variable	Vater <i>M (SD)</i>	Mutter <i>M (SD)</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
Empfinden des elterlichen Erziehungsverhalten	70.21 (27.34)	77.28 (24.79)	-4.83	< .001*	-0.24

Anmerkung. *N* = 402, *df* = 401, Cohen's *d*.**p* < .05.**Tabelle 31***Prüfung auf Mittelwertunterschied des elterlichen Erziehungsverhalten nach Geschlecht des Elternteils bei männlichen Teilnehmern (t-Test bei gepaarten Stichproben)*

Variable	Vater <i>M (SD)</i>	Mutter <i>M (SD)</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
Empfinden des elterlichen Erziehungsverhalten	73.04 (24.49)	80.39 (20.68)	-4.33	< .001*	-0.34

Anmerkung. *N* = 166, *df* = 165, Cohen's *d*.**p* < .05.**Tabelle 32***Prüfung auf Mittelwertunterschied der Beziehung zu den Eltern nach Geschlecht des Elternteils bei weiblichen Teilnehmerinnen (t-Test bei gepaarten Stichproben)*

Variable	Vater <i>M (SD)</i>	Mutter <i>M (SD)</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
Beziehung zu den Eltern	75.20 (26.39)	81.57 (23.93)	-4.40	< .001*	-0.22

Anmerkung. *N* = 400, *df* = 399, Cohen's *d*.**p* < .05.

Tabelle 33

Prüfung auf Mittelwertunterschied der Beziehung zu den Eltern nach Geschlecht des Elternteils bei männlichen Teilnehmern (t-Test bei gepaarten Stichproben)

Variable	Vater <i>M (SD)</i>	Mutter <i>M (SD)</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
Beziehung zu den Eltern	77.37 (24.74)	83.06 (22.79)	-3.04	.003*	-0.24

Anmerkung. $N = 165$, $df = 164$, Cohen's d .

* $p < .05$.

Tabelle 34

Prüfung auf Verteilungsunterschiede der Geschlechter nach HP-Gruppe

HP-Gruppe	Männlich	Weiblich	Gesamt
Gruppe 1			
Anzahl	109 (19.1 %)	262 (45.8 %)	371 (64.9 %)
Erwartete Anzahl	109	262	
Stand. Res.	0.0	0.0	
Gruppe 2			
Anzahl	34 (5.9 %)	93 (16.3 %)	127 (22.2 %)
Erwartete Anzahl	37.3	89.7	
Stand. Res.	0.3	-0.5	
Gruppe 3			
Anzahl	10 (1.7 %)	33 (5.8 %)	43 (7.5 %)
Erwartete Anzahl	12.6	30.4	
Stand. Res.	0.5	-0.7	
Gruppe 4			
Anzahl	15 (2.6 %)	16 (2.8 %)	31 (5.4 %)
Erwartete Anzahl	9.1	21.9	
Stand. Res.	-1.3	2.0	
Gesamt	168 (29.4 %)	404 (70.6 %)	572 (100 %)

Anmerkung. Prüfung auf Verteilungsunterschiede mittels Chi²-Test ($\chi^2 = 6.59$, $df = 3$, $p = .086$).

Tabelle 35

Prüfung auf Mittelwertunterschied der untersuchten Variablen nach Geschlecht in Gruppe 1 (t-Test)

Variable	Männlich <i>M (SD)</i>	Weiblich <i>M (SD)</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
Selbstwirksamkeit	3.05 (0.47)	2.85 (0.49)	-3.64	< .001*	-0.42
Ängstlichkeit	1.97 (0.55)	2.17 (0.53)	3.31	.001*	0.38
HP Mutter	1.97 (0.69)	1.92 (0.74)	-0.69	.490	-0.08
HP Vater	1.77 (0.72)	1.69 (0.66)	-0.97	.332	-0.11

Anmerkung. Männlich $n = 109$, Weiblich $n = 262$, $df = 369$, Cohen's d .

* $p < .05$.

Tabelle 36

Prüfung auf Mittelwertunterschied der untersuchten Variablen nach Geschlecht in Gruppe 2 (t-Test)

Variable	Männlich <i>M (SD)</i>	Weiblich <i>M (SD)</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
Selbstwirksamkeit	2.90 (0.40)	2.71 (0.45)	-2.14	.035*	-0.43
Ängstlichkeit	2.29 (0.45)	2.45 (0.52)	1.62	.108	0.33
HP Mutter	4.50 (0.68)	4.71 (0.88)	1.25	.212	0.25
HP Vater	2.12 (0.65)	2.04 (0.69)	-0.59	.557	-0.12

Anmerkung. Männlich $n = 34$, Weiblich $n = 93$, $df = 125$, Cohen's d .

* $p < .05$.

Tabelle 37

Prüfung auf Mittelwertunterschied der untersuchten Variablen nach Geschlecht in Gruppe 3 (t-Test)

Variable	Männlich <i>M (SD)</i>	Weiblich <i>M (SD)</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
Selbstwirksamkeit	3.19 (0.38)	2.69 (0.50)	-2.92	.006*	-1.05
Ängstlichkeit	1.91 (0.38)	2.51 (0.53)	3.30	.002*	1.19
HP Mutter	2.57 (0.75)	2.00 (0.73)	-2.14	.038*	-0.77
HP Vater	4.31 (0.60)	4.77 (0.82)	1.63	.112	0.59

Anmerkung. Männlich $n = 10$, Weiblich $n = 33$, $df = 41$, Cohen's d .

* $p < .05$.

Tabelle 38

Prüfung auf Mittelwertunterschied der untersuchten Variablen nach Geschlecht in Gruppe 4 (t-Test)

Variable	Männlich <i>M (SD)</i>	Weiblich <i>M (SD)</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
Selbstwirksamkeit	2.95 (0.72)	2.54 (0.72)	-1.56	.130	-0.56
Ängstlichkeit	2.38 (0.56)	2.72 (0.69)	1.49	.147	0.54
HP Mutter	4.50 (0.79)	4.85 (0.51)	1.51	.142	0.54
HP Vater	4.27 (0.57)	4.19 (0.51)	-0.37	.713	-0.13

Anmerkung. Männlich $n = 15$, Weiblich $n = 16$, $df = 29$, Cohen's d .

* $p < .05$.

Tabelle 39

Korrelationsmatrix zu Helicopter Parenting, dem Empfinden des elterlichen Erziehungsverhalten und der Beziehung zu den Eltern bei weiblichen Teilnehmerinnen

Variable	HP Mutter	Empfinden Mutter	Beziehung Mutter	HP Vater	Empfinden Vater	Beziehung Vater
HP Mutter	1.00	-.47**	-.51**	.36**	-.17**	-.20**
Empfinden Mutter	-.47**	1.00	.71**	-.24**	.48**	.41**
Beziehung Mutter	-.51**	.71**	1.00	-.27**	.38**	.43**
HP Vater	.36**	-.24**	-.27**	1.00	-.40**	-.36**
Empfinden Vater	-.17**	.48**	.38**	-.40**	1.00	.69**
Beziehung Vater	-.20**	.41**	.43**	-.36**	.69**	1.00

Anmerkung. Spearman-Rho-Korrelationen.

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

Tabelle 40

Korrelationsmatrix zu Helicopter Parenting, dem Empfinden des elterlichen Erziehungsverhalten und der Beziehung zu den Eltern bei männlichen Teilnehmern

Variable	HP Mutter	Empfinden Mutter	Beziehung Mutter	HP Vater	Empfinden Vater	Beziehung Vater
HP Mutter	1.00	-.51**	-.52**	.51**	-.30**	-.37**
Empfinden Mutter	-.51**	1.00	.66**	-.26**	.55**	.50**
Beziehung Mutter	-.52**	.66**	1.00	-.21**	.42**	.60**
HP Vater	.51**	-.26**	-.21**	1.00	-.23**	-.25**
Empfinden Vater	-.30**	.55**	.42**	-.23**	1.00	.75**
Beziehung Vater	-.37**	.50**	.60**	-.25**	.75**	1.00

Anmerkung. Spearman-Rho-Korrelationen.

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

Tabelle 41

Kruskall-Wallis-Test mit Einbezug der Gruppe 1

Variable	<i>H</i>			<i>df</i>	<i>p</i>		
	Gesamt	Männlich	Weiblich		Gesamt	Männlich	Weiblich
Selbstwirksamkeit	10.89	4.54	10.75	3	.012*	.209	.013*
Ängstlichkeit	43.19	18.38	31.72	3	< .001*	< .001*	< .001*

Anmerkung. Gesamt $N = 577$, Männlich $n = 168$, Weiblich $n = 404$

* $p < .05$.

Tabelle 42*Kruskall-Wallis-Test nach Ausschluss der Gruppe 1*

Variable	<i>H</i>			<i>df</i>	<i>p</i>		
	Gesamt	Männlich	Weiblich		Gesamt	Männlich	Weiblich
Selbstwirksamkeit	0.59	3.20	0.46	2	.745	.202	.796
Ängstlichkeit	2.88	7.32	2.96	2	.237	.026*	.228

Anmerkung. Gesamt $N = 204$, Männlich $n = 59$, Weiblich $n = 142$ * $p < .05$.

Anhang D – Fragebogen

31.12.25, 17:35

Korrekturfahne base (parenting) 31.12.2025, 17:33



parenting → base

31.12.2025, 17:33

Seite 01

Liebe*r Teilnehmer*in,

ET01

herzlichen Dank für Ihr Interesse. Diese Studie untersucht elterliches Erziehungsverhalten und dessen Auswirkungen auf emotionale und kognitive Persönlichkeitsaspekte. Diese Erhebung findet im Rahmen unserer Masterarbeiten an der Fakultät für Psychologie der Universität Wien statt und richtet sich ausschließlich an Personen im Alter von **18 bis 29 Jahren**.

Da es um Ihre persönliche Einschätzung geht, gibt es **keine richtigen oder falschen Antworten**. Wir bitten Sie die Antwortmöglichkeit auszuwählen, die am ehesten für Sie passt.

Die Studie dient ausschließlich wissenschaftlichen Zwecken. Ihre Angaben werden streng **vertraulich** behandelt und ausschließlich in **anonymisierter Form** erfasst, sie können daher keiner spezifischen Person zugeordnet werden.

Die Bearbeitungsdauer dieser Studie beträgt in etwa **15 Minuten**. Wir bitten Sie möglichst alle Fragen zu beantworten, da nur **vollständig ausgefüllte Fragebögen** in die Auswertung mit einbezogen werden können.

Durch das Klicken des "Weiter"-Buttons erklären Sie sich mit den Teilnahmebedingungen einverstanden.

PS: Nutzer*innen von SurveyCircle.com erhalten für ihre Teilnahme Punkte, mit denen sie kostenlos Studienteilnehmer*innen rekrutieren können.

PHP-Code

```
pageCSS('
  input.number { text-align: left; }
');
```

Wie alt sind Sie?

SD02 

Geben Sie bitte Ihr Alter in Jahren ein.

Welchem Geschlecht würden Sie sich zuordnen?

SD01 

- ☐ weiblich
- ☐ männlich
- ☐ divers

Welchen höchsten Bildungsabschluss haben Sie?

SD04 

- ☐ Keinen Schulabschluss
- ☐ Pflichtschulabschluss
- ☐ Abschluss einer fach- oder berufsbildenden Schule ohne Abitur/Matura
- ☐ Allgemeine oder fachgebundene Hochschulreife/Abitur/Matura (AHS, BHS, ...)
- ☐ Universitätsabschluss oder Fachhochschulabschluss (Bachelor, Master oder Vergleichbares)
- ☐ Doktorat
- ☐ Anderer Abschluss:

Befinden Sie sich in Ausbildung?

SD11 

- ☐ ja
- ☐ nein

1 aktive(r) Filter

Filter SD11/F1

Wenn eine der folgenden Antwortoption(en) ausgewählt wurde: 1
Dann Frage/Text SD12 später im Fragebogen anzeigen (sonst ausblenden)

Sind Sie erwerbstätig?

SD09 

- ☐ ja
- ☐ nein

1 aktive(r) Filter

Filter SD09/F1

Wenn eine der folgenden Antwortoption(en) ausgewählt wurde: 1

Dann Frage/Text SD10 später im Fragebogen anzeigen (sonst ausblenden)

Seite 03

In welcher Ausbildung befinden Sie sich?

SD12

- ☐ Schulische Ausbildung
- ☐ Berufsausbildung
- ☐ Studium
- ☐ Weiterbildung/Umschulung
- ☐ Promotion/Doktorat
- ☐ Sonstiges:

Wie würden Sie ihre aktuelle Erwerbstätigkeit beschreiben?

SD10

- ☐ Vollzeit erwerbstätig
- ☐ Teilzeit erwerbstätig
- ☐ Geringfügig erwerbstätig
- ☐ Selbstständig/freiberuflich tätig
- ☐ Sonstiges:

Haben Sie Geschwister?

SD03

- ☐ Ja
☐ Nein

1 aktive(r) Filter

Filter SD03/F1

Wenn eine der folgenden Antwortoption(en) ausgewählt wurde: 1
Dann Frage/Text SD08 später im Fragebogen anzeigen (sonst ausblenden)

Mit welchen Personen sind Sie zusammen in einem Haushalt aufgewachsen?

SD07

- ☐ Mutter
☐ Vater
☐ Geschwister
☐ Großmutter
☐ Großvater
☐ Andere primäre Bezugsperson(en):

PHP-Code

```
pageCSS('
    input.number { text-align: left; }
');
```

Wie viele Geschwister haben Sie?

SD08

Bitte geben Sie die Antwort mittels Zahlen an.

PHP-Code

```
question('ZG01');
$pages = value('ZG01', 'label');
setPageOrder($pages, 'BPNSFS');
```

```
question('ZG01')
```

PHP-Code

```
if (value('SD02_01') < 18 || value('SD02_01') > 29) {  
    text('AW01');  
    buttonHide();  
    pageStop();  
}
```

text('AW01')

Sie können aufgrund Ihrer Antwort leider nicht an dieser Studie teilnehmen. Vielen Dank für Ihre Zeit!

Sie können das Browserfenster nun schließen.

MH02

Im Folgenden finden Sie eine Reihe von Aussagen über **Ihre Mutter**. Bitte geben Sie an, inwieweit jede Aussage auf Sie zutrifft. Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten. Wählen Sie bitte die Antwort, die Ihre persönliche Einschätzung am besten widerspiegelt.

MH03

Ich beantworte folgende Aussagen in Bezug auf:

- ☐ Meine leibliche Mutter
- ☐ Meine Stiefmutter
- ☐ Meine Adoptivmutter
- ☐ Eine andere weibliche Bezugsperson:
- ☐ Ich habe keine weibliche Bezugsperson in meinem Leben.

1 aktive(r) Filter

Filter MH03/F1

Wenn eine der folgenden Antwortoption(en) ausgewählt wurde: 4
Dann Seite(n) CHPSM, EM des Fragebogens ausblenden

Wählen Sie bitte die Antwort, die Ihre persönliche Einschätzung am besten widerspiegelt.

MH01

	stimme überhaupt nicht zu					stimme vollkommen zu	
	1	2	3	4	5	6	7
1. Meine Mutter beaufsichtigte jeden meiner Schritte, während ich aufgewachsen bin.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2. Beim Aufwachsen fühlte ich mich manchmal so, als wäre ich das Projekt meiner Mutter.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3. Ich habe manchmal das Gefühl, dass meine Mutter mich mit ihrer Aufmerksamkeit erdrückt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4. Meine Mutter überreagiert, wenn ich eine negative Erfahrung mache.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5. Ich glaube, dass sich meine Mutter zu sehr in mein Leben einmischt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6. Meine Mutter hat sich in mein Leben eingemischt, obwohl ich mir wünschte sie hätte es nicht getan.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7. Manchmal wünsche ich mir, meine Mutter würde sich „zurückhalten“ und sich aus meinen Angelegenheiten heraushalten.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8. Ich fühlte mich manchmal so, als hätte meine Mutter nicht das Gefühl gehabt, dass ich eigene Entscheidungen treffen kann.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
9. Meine Mutter entmutigt mich Entscheidungen zu treffen, denen sie nicht zustimmt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
10. Meine Mutter ist zu kontrollierend in Bezug auf mich und mein Leben.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Schätzen Sie bitte das elterliche Verhalten Ihrer Mutter Ihnen gegenüber ein. Wie empfanden Sie dies während des Aufwachsens?

MH04

Falls Sie eine andere Person gewählt haben, schätzen Sie bitte das Verhalten dieser Person ein.

negativ

positiv

Wie empfinden Sie die derzeitige Beziehung zu Ihrer Mutter?

MH05

Falls Sie eine andere Person gewählt haben, schätzen Sie bitte die Beziehung zu dieser Person ein.

negativ

positiv

Im Folgenden finden Sie eine Reihe von Aussagen über **Ihren Vater**. Bitte geben Sie an, inwieweit jede Aussage auf Sie zutrifft. Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten. Wählen Sie bitte die Antwort, die Ihre persönliche Einschätzung am besten widerspiegelt.

FH02

Ich beantworte folgende Aussagen in Bezug auf:

FH03

- ☐ Meinen leiblichen Vater
- ☐ Meinen Stiefvater
- ☐ Meinen Adoptivvater
- ☐ Eine andere männliche Bezugsperson:
- ☐ Ich habe keine männliche Bezugsperson in meinem Leben.

1 aktive(r) Filter

Filter FH03/F1

Wenn eine der folgenden Antwortoption(en) ausgewählt wurde: 4

Dann Seite(n) CHPSF, EF des Fragebogens ausblenden

Wählen Sie bitte die Antwort, die Ihre persönliche Einschätzung am besten widerspiegelt.

FH01

	stimme überhaupt nicht zu					stimme vollkommen zu	
	1	2	3	4	5	6	7
1. Mein Vater beaufsichtigte jeden meiner Schritte während ich aufgewachsen bin.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2. Beim Aufwachsen fühlte ich mich manchmal so, als wäre ich das Projekt meines Vaters.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3. Ich habe manchmal das Gefühl, dass mein Vater mich mit seiner Aufmerksamkeit erdrückt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4. Mein Vater überreagiert, wenn ich eine negative Erfahrung mache.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5. Ich glaube, dass sich mein Vater zu sehr in mein Leben einmischt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6. Mein Vater hat sich in mein Leben eingemischt, obwohl ich mir wünschte er hätte es nicht getan.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7. Manchmal wünsche ich mir, mein Vater würde sich „zurückhalten“ und sich aus meinen Angelegenheiten heraushalten.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8. Ich fühlte mich manchmal so, als hätte mein Vater nicht das Gefühl gehabt, dass ich eigene Entscheidungen treffen kann.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
9. Mein Vater entmutigt mich Entscheidungen zu treffen, denen er nicht zustimmt.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
10. Mein Vater ist zu kontrollierend in Bezug auf mich und mein Leben.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Schätzen Sie bitte das elterliche Verhalten Ihres Vaters Ihnen gegenüber ein. Wie empfanden Sie dies während des Aufwachsens?

FH04

Falls Sie eine andere Person gewählt haben, schätzen Sie bitte das Verhalten dieser Person ein.

negativ

positiv

Wie empfinden Sie die derzeitige Beziehung zu Ihrem Vater?

FH06

Falls Sie eine andere Person gewählt haben, schätzen Sie bitte die Beziehung zu dieser Person ein.

negativ

positiv

Im Folgenden befragen wir Sie zu Ihren aktuellen Erfahrungen im Leben. Bitte lesen Sie jede der folgenden Aussagen genau durch. Auf einer Skala von 1 bis 5 können Sie den Grad der Zustimmung für die jeweilige Aussage wählen.

BN01

	trifft überhaupt nicht zu			trifft voll und ganz zu	
	1	2	3	4	5
1. Ich habe die Wahl und fühle mich frei in dem was ich tue.	☐	☐	☐	☐	☐
2. Ich spüre, dass ich den Menschen, die mir etwas bedeuten, auch wichtig bin.	☐	☐	☐	☐	☐
3. Ich bin davon überzeugt, dass ich Dinge gut kann.	☐	☐	☐	☐	☐
4. Ich habe das Gefühl, dass meine Entscheidungen widerspiegeln, was ich wirklich will.	☐	☐	☐	☐	☐
5. Ich fühle mich mit Menschen verbunden, die sich um mich kümmern und um die ich mich kümmere.	☐	☐	☐	☐	☐
6. Ich fühle mich kompetent in dem was ich tue.	☐	☐	☐	☐	☐
7. Ich habe das Gefühl, dass meine Entscheidungen ausdrücken, wer ich wirklich bin.	☐	☐	☐	☐	☐
8. Mit Personen, die mir wichtig sind, fühle ich mich nah und verbunden.	☐	☐	☐	☐	☐
9. Ich fühle mich kompetent meine Ziele erreichen zu können.	☐	☐	☐	☐	☐
10. Mein Gefühl sagt mir, dass ich immer tat was mich wirklich interessiert.	☐	☐	☐	☐	☐
11. Ich empfinde ein warmes Gefühl für die Menschen, mit denen ich Zeit verbringe.	☐	☐	☐	☐	☐
12. Ich habe das Gefühl schwierige Aufgaben erfolgreich meistern zu können.	☐	☐	☐	☐	☐

Im folgenden Fragebogen finden Sie eine Reihe von Feststellungen, mit denen man sich selbst beschreiben kann. Bitte lesen Sie jede Feststellung durch und wählen Sie aus den vier Antworten diejenige aus, die angibt, wie Sie sich im Allgemeinen fühlen. Überlegen Sie bitte nicht lange und denken Sie daran, diejenige Antwort auszuwählen, die Sie am besten beschreibt.

TA01

	fast nie	manchmal	oft	fast immer
1. Ich bin vergnügt.	☐	☐	☐	☐
2. Ich werde schnell müde.	☐	☐	☐	☐
3. Mir ist zum Weinen zumute.	☐	☐	☐	☐
4. Ich glaube, mir geht es schlechter als anderen Leuten.	☐	☐	☐	☐
5. Ich verpasse günstige Gelegenheiten, weil ich mich nicht schnell genug entscheiden kann.	☐	☐	☐	☐
6. Ich fühle mich ausgeruht.	☐	☐	☐	☐
7. Ich bin ruhig und gelassen.	☐	☐	☐	☐
8. Ich glaube, dass mir meine Schwierigkeiten über den Kopf wachsen.	☐	☐	☐	☐
9. Ich mache mir zu viele Gedanken über unwichtige Dinge.	☐	☐	☐	☐
10. Ich bin glücklich.	☐	☐	☐	☐
11. Ich neige dazu, alles schwer zu nehmen.	☐	☐	☐	☐
12. Mir fehlt es an Selbstvertrauen.	☐	☐	☐	☐
13. Ich fühle mich geborgen.	☐	☐	☐	☐
14. Ich mache mir Sorgen über mögliches Missgeschick.	☐	☐	☐	☐
15. Ich fühle mich niedergeschlagen.	☐	☐	☐	☐
16. Ich bin zufrieden.	☐	☐	☐	☐
17. Unwichtige Gedanken gehen mir durch den Kopf und bedrücken mich.	☐	☐	☐	☐
18. Enttäuschungen nehme ich so schwer, dass ich sie nicht vergessen kann.	☐	☐	☐	☐
19. Ich bin ausgeglichen.	☐	☐	☐	☐
20. Ich werde nervös und unruhig, wenn ich an meine derzeitigen Angelegenheiten denke.	☐	☐	☐	☐

Bitte lesen Sie jede Aussage sorgfältig durch, bevor Sie antworten. Kreuzen Sie bei jeder Aussage an, wie oft Sie sich in der beschriebenen Art und Weise verhalten.

	sehr selten	selten	gelegentlich	oft	sehr oft
1. Ich missbillige und verurteile meine eigenen Fehler und Schwächen.	☐	☐	☐	☐	☐
2. Wenn ich mich niedergeschlagen fühle, neige ich dazu nur noch auf das zu achten, was nicht in Ordnung ist.	☐	☐	☐	☐	☐
3. Wenn die Dinge bei mir schlecht laufen, sehe ich diese Schwierigkeiten als Teil des Lebens, den jeder einmal durchlebt.	☐	☐	☐	☐	☐
4. Wenn ich über meine Fehler und Mängel nachdenke, neige ich dazu mich vom Rest der Welt getrennt und abgeschnitten zu fühlen.	☐	☐	☐	☐	☐
5. Ich versuche mit mir selbst liebevoll umzugehen, wenn es mir emotional schlecht geht.	☐	☐	☐	☐	☐
6. Wenn ich bei etwas versage, was mir wichtig ist, werde ich von Gefühlen der Unzulänglichkeit aufgezehrt.	☐	☐	☐	☐	☐
7. Wenn ich völlig am Ende bin, rufe ich mir in Erinnerung, dass es vielen anderen Menschen auf der Welt genauso geht.	☐	☐	☐	☐	☐
8. In wirklich schwierigen Zeiten neige ich dazu, streng mit mir selbst zu sein.	☐	☐	☐	☐	☐
9. Wenn ich mich auf irgendeine Art unzulänglich fühle, versuche ich mich daran zu erinnern, dass die meisten Leute solche Gefühle der Unzulänglichkeit haben.	☐	☐	☐	☐	☐
10. Ich bin intolerant und unduldsam gegenüber denjenigen Seiten meiner Persönlichkeit, die ich nicht mag.	☐	☐	☐	☐	☐
11. Wenn ich eine sehr schwere Zeit durchmache, schenke ich mir selbst die Zuwendung und Einfühlsamkeit, die ich brauche.	☐	☐	☐	☐	☐
12. Wenn es mir schlecht geht, neige ich dazu zu glauben, dass die meisten anderen Menschen wahrscheinlich glücklicher sind als ich.	☐	☐	☐	☐	☐
13. Ich versuche, meine Fehler als Teil der menschlichen Natur zu sehen.	☐	☐	☐	☐	☐
14. Wenn ich Eigenschaften bei mir feststelle, die ich nicht mag, dann deprimiert mich das.	☐	☐	☐	☐	☐
15. Wenn ich wirklich zu kämpfen habe, neige ich zur Ansicht, dass andere es sicherlich einfacher haben.	☐	☐	☐	☐	☐
16. Ich gehe freundlich mit mir um, wenn ich Kummer und Leid erfahre.	☐	☐	☐	☐	☐
17. Wenn mich etwas aufregt, werde ich von meinen Gefühlen förmlich mitgerissen.	☐	☐	☐	☐	☐
18. Wenn ich Leid erfahre, kann ich mir gegenüber ein wenig kaltherzig sein.	☐	☐	☐	☐	☐
19. Ich akzeptiere meine Fehler und Schwächen.	☐	☐	☐	☐	☐
20. Wenn etwas Unangenehmes passiert, neige ich dazu, den Vorfall völlig zu übertreiben.	☐	☐	☐	☐	☐

21. Wenn mir etwas für mich Wichtiges misslingt, glaube ich oft, dass nur ich allein versage. ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
22. Ich versuche verständnisvoll und geduldig gegenüber jenen Zügen meiner Persönlichkeit zu sein, die ich nicht mag. ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Seite 16

MF

In diesem Fragebogen finden Sie Feststellungen zu alltäglichen Erlebnissen. Bitte geben Sie mittels der 6-stufigen Skala an, wie häufig oder selten Sie derzeit jedes dieser Erlebnisse haben. Bitte antworten Sie so, wie Sie diese Dinge derzeit wirklich erleben und nicht wie Sie denken, dass Sie die Dinge erleben sollten. Bitte behandeln Sie jede Feststellung unabhängig von den anderen Feststellungen.

MF01

	fast immer	sehr häufig	eher häufig	eher selten	sehr selten	fast nie
	1	2	3	4	5	6
1. Ich neige dazu, schnell zu gehen, um dorthin zu kommen, wo ich hingehere, ohne darauf zu achten, was ich unterwegs erlebe.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2. Ich neige dazu, Gefühle körperlicher Anspannung oder Unwohlsein nicht wahrzunehmen, bis sie meine Aufmerksamkeit vollständig in Anspruch nehmen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3. Es sieht so aus, als würde ich „automatisch funktionieren“, ohne viel Bewusstsein für das, was ich tue.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4. Ich hetze durch Aktivitäten, ohne wirklich aufmerksam für sie zu sein.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5. Ich bemerke, wie ich jemandem nur mit einem Ohr zuhöre, während ich gleichzeitig etwas anderes tue.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6. Ich bemerke, dass ich gedankenverloren der Zukunft oder der Vergangenheit nachhänge.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7. Ich merke, wie ich Dinge tue, ohne auf sie zu achten.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8. Ich esse eine Kleinigkeit, ohne mir bewusst zu sein, dass ich esse.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Im Folgenden finden Sie eine Reihe von Aussagen. Bitte geben Sie an, inwieweit jede Aussage auf Sie zutrifft.
Wählen Sie bitte die Antwort, die Ihre persönliche Einschätzung am besten widerspiegelt.

SW01

	stimmt nicht	stimmt kaum	stimmt eher	stimmt genau
1. Wenn sich Widerstände auftun, finde ich Mittel und Wege, mich durchzusetzen.	☐	☐	☐	☐
2. Die Lösung schwieriger Probleme gelingt mir immer, wenn ich mich darum bemühe.	☐	☐	☐	☐
3. Es bereitet mir keine Schwierigkeiten, meine Absichten und Ziele zu verwirklichen.	☐	☐	☐	☐
4. In unerwarteten Situationen weiß ich immer, wie ich mich verhalten soll.	☐	☐	☐	☐
5. Auch bei überraschenden Ereignissen glaube ich, dass ich gut mit ihnen zurechtkommen kann.	☐	☐	☐	☐
6. Schwierigkeiten sehe ich gelassen entgegen, weil ich meinen Fähigkeiten immer vertrauen kann.	☐	☐	☐	☐
7. Was auch immer passiert, ich werde schon klarkommen.	☐	☐	☐	☐
8. Für jedes Problem kann ich eine Lösung finden.	☐	☐	☐	☐
9. Wenn eine neue Sache auf mich zukommt, weiß ich, wie ich damit umgehen kann.	☐	☐	☐	☐
10. Wenn ein Problem auftaucht, kann ich es aus eigener Kraft meistern.	☐	☐	☐	☐

Die folgenden Aussagen beziehen sich auf Ihre Gedanken und Gefühle in verschiedenen Situationen. Bitte geben Sie für jedes Item an, wie gut es auf Sie zutrifft. Lesen Sie jedes Item sorgfältig und antworten Sie bitte so ehrlich wie möglich. IR01

	beschreibt mich nicht gut					beschreibt mich sehr gut
	0	1	2	3	4	
1. Ich habe oft liebevolle, besorgte Gefühle für Menschen, die weniger Glück haben als ich.	☐	☐	☐	☐	☐	
2. Ich finde es manchmal schwer, die Dinge aus der Sichtweise der „anderen“ Person zu sehen.	☐	☐	☐	☐	☐	
3. Manchmal habe ich kein Mitleid mit anderen Personen, wenn sie Probleme haben.	☐	☐	☐	☐	☐	
4. Ich versuche, alle Seiten bei einer Meinungsverschiedenheit zu betrachten, bevor ich eine Entscheidung treffe.	☐	☐	☐	☐	☐	
5. Wenn ich sehe, dass jemand ausgenutzt wird, fühle ich mich verpflichtet, die Person zu beschützen.	☐	☐	☐	☐	☐	
6. Ich versuche manchmal, meine Freund*innen besser zu verstehen, indem ich mir vorstelle, wie die Dinge aus ihrer Perspektive aussehen.	☐	☐	☐	☐	☐	
7. Das Unglück anderer Menschen beunruhigt mich normalerweise nicht besonders.	☐	☐	☐	☐	☐	
8. Wenn ich mir sicher bin, dass ich mit etwas Recht habe, verschende ich nicht viel Zeit damit, mir die Argumente anderer Personen anzuhören.	☐	☐	☐	☐	☐	
9. Wenn ich sehe, dass jemand unfair behandelt wird, fühle ich manchmal nicht viel Mitleid für die Person.	☐	☐	☐	☐	☐	
10. Ich bin oft ziemlich berührt von Dingen, die ich geschehen sehe.	☐	☐	☐	☐	☐	
11. Ich glaube, dass es zwei Seiten zu jeder Frage gibt und versuche beide zu betrachten.	☐	☐	☐	☐	☐	
12. Ich würde mich als ziemlich warmherzige Person beschreiben.	☐	☐	☐	☐	☐	
13. Wenn ich über jemanden verärgert bin, versuche ich normalerweise, mich eine Weile in die Lage dieser Person zu versetzen.	☐	☐	☐	☐	☐	
14. Bevor ich jemanden kritisiere, versuche ich mir vorzustellen, wie ich mich an Stelle der Person fühlen würde.	☐	☐	☐	☐	☐	

Haben Sie Anmerkungen zur Studie oder möchten Sie uns noch etwas mitteilen?

AT02

Vielen Dank für Ihre Teilnahme!

Die Studie ist nun beendet, Sie können dieses Fenster nun schließen.

Löse den folgenden Survey Code mit nur einem Klick ein und erhalte durch SurveyCircle kostenlos Teilnehmer für deine Studie: NS2M-EJHJ-ZFEY-JEQX [Survey Circle Homepage](#)

2025