



universität
wien

MASTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Masterarbeit / Title of the Master's Thesis

„Interpersonelle Emotionsregulation und verwandte
Konzepte. Erarbeitung und Überprüfung eines
empirischen Modells.“

verfasst von / submitted by

Johanna Kropfreiter, BA BSc

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

Wien, 2020 / Vienna 2020

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 UG2002

Betreut von / Supervisor:

Univ.-Prof. Dr. Anton-Rupert Laireiter

Zusammenfassung

Die Erforschung interpersoneller Emotionsregulation (IER) erfährt zunehmend an Bedeutung. Definitorische und konzeptuelle Abgrenzungen der IER sind erforderlich, um zukünftige Forschungsergebnisse vergleichbar zu machen. In dieser Studie wurde der aktuelle Forschungsstand zu IER aufbereitet und eine Unterteilung in die Subkonstrukte intrinsische und extrinsische IER vorgenommen. Intrinsische IER bezeichnet Situationen, in denen sozialer Kontakt initiiert wird, um eigene Emotionen mit Hilfe anderer zu regulieren. Werden gezielt die Emotionen anderer Personen reguliert, spricht man von extrinsischer IER. Verbindungen zu verwandten Konzepten wie Coping, Empathie, emotionaler Intelligenz, wahrgenommener sozialer Unterstützung, erhaltener sozialer Unterstützung und dem Unterstützungsnetzwerk (Größe, Zufriedenheit) wurden erarbeitet.

Ziel der Studie war die Untersuchung der Beziehung zwischen den Subkonstrukten der IER. Außerdem wurden die Zusammenhänge zwischen intrinsischer und extrinsischer IER und den verwandten Konzepten erforscht. Basierend auf den erarbeiteten Hypothesen erfolgte die grafische Entwicklung eines umfassenden Modells.

Die im Zuge einer Online-Befragung einmalig erhobenen Daten stammten aus der deutschsprachigen erwachsenen Allgemeinbevölkerung. Die Stichprobe umfasste 227 Personen (75.8% weiblich, 24.2% männlich). Es konnte keine signifikante Korrelation zwischen den Subkonstrukten der IER festgestellt werden. Intrinsische IER wies positive Zusammenhänge mit Empathie, emotionaler Intelligenz, wahrgenommener und erhaltener sozialer Unterstützung sowie der Größe des Unterstützungsnetzwerks auf. Extrinsische IER korrelierte positiv mit erhaltener sozialer Unterstützung, Coping und Empathie. Die empirische Überprüfung des Modells mittels Pfadanalysen resultierte in keiner guten Realitätsanpassung an die erhobenen Daten.

Die Ergebnisse sprechen für eine Unterteilung in intrinsische und extrinsische IER. Die Resultate legen nahe, dass die IER zukünftig als eigenständiges Konzept betrachtet werden sollte.

Schlagwörter: interpersonelle Emotionsregulation, intrinsisch, extrinsisch, verwandte Konzepte, Pfadanalyse

Abstract

Research on interpersonal emotion regulation (IER) is becoming increasingly important. Definitional and conceptual boundaries of IER are required to make future research findings comparable. In this study the current IER state of the art was processed and a subdivision into the intrinsic and extrinsic IER subconstructs was made. Intrinsic IER refers to situations in which social contact is initiated in order to regulate one's own emotions with the help of others. The mechanism of specifically regulating other people's emotions refers to extrinsic IER. Links to related concepts such as coping, empathy, emotional intelligence, perceived social support, enacted social support and the social support network (number, satisfaction) were developed.

Aim of the study was to examine the relationship between the subconstructs of IER. The relationships between intrinsic and extrinsic IER and the related concepts were also explored. Based on the hypotheses, a comprehensive model was developed.

The cross-sectional data was collected in the course of an online survey. The sample included 227 people (75.8% female, 24.2% male) from the German-speaking adult population. There was no significant correlation between the subconstructs of IER. Intrinsic IER showed positive correlations with empathy, emotional intelligence, perceived and enacted social support and the amount of the social support network. Extrinsic IER was positively correlated with enacted social support, coping and empathy. The empirical examination of the hypothesized model by means of path analysis did not result in good model-fit for the data collected.

The results suggest a division into intrinsic and extrinsic IER. The results indicate that IER should be considered an independent concept in future research.

Keywords: interpersonal emotion regulation, intrinsic, extrinsic, related concepts, path analysis

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	9
Theoretischer Hintergrund	10
Klärung des Emotionsbegriffs	10
Emotionsregulation	11
Intrapersonelle Emotionsregulation.....	11
Interpersonelle Emotionsregulation.....	12
Verwandte Konzepte interpersoneller Emotionsregulation	14
Coping	14
Empathie	15
Emotionale Intelligenz.....	16
Soziale Unterstützung.....	17
Zusammenhänge zwischen den verschiedenen Konzepten	19
Empathie, emotionale Intelligenz und soziale Unterstützung	19
Coping, soziale Unterstützung und Empathie	20
Coping und emotionale Intelligenz.....	20
Zielsetzung der Studie.....	20
Fragestellungen und Hypothesen	21
Hypothetisches Modell	25
Methode.....	25
Untersuchungsdesign und Durchführung	25
Stichprobe	27
Kriterien.....	27
Rücklauf.....	27
Beschreibung der Stichprobe.....	28
Messinstrumente	28
Demographischer Fragebogen.....	28

Intrinsische interpersonelle Emotionsregulation	28
Extrinsische interpersonelle Emotionsregulation	30
Coping	31
Empathie	31
Emotionale Intelligenz.....	32
Wahrgenommene soziale Unterstützung	34
Erhaltene soziale Unterstützung	35
Unterstützungsnetzwerk	36
Geplante statistische Auswertung	37
Ergebnisse	38
Analyse fehlender Werte.....	38
Deskriptive Statistik.....	39
Reliabilitätsanalyse	39
Anwendungsvoraussetzungen Pearson-Korrelation	41
Inferenzstatistik.....	41
Intrinsische und extrinsische interpersonelle Emotionsregulation	41
Intrinsische interpersonelle Emotionsregulation und verwandte Konzepte	43
Extrinsische interpersonelle Emotionsregulation und verwandte Konzepte	43
Verwandte Konzepte	44
Strukturgleichungsmodellierung.....	45
Voraussetzungsprüfungen	45
Überprüfung des hypothetischen Modells	46
Modellanpassungen	49
Zusätzliche Analyse	51
Analyse des SSQ-6	51
Diskussion	53
Interpretation der Ergebnisse	53
Intrinsische und extrinsische interpersonelle Emotionsregulation	53

Interpersonelle Emotionsregulation und verwandte Konzepte.....	54
Interkorrelationen der verwandten Konzepte	58
Gesamtbeurteilung des hypothetischen Modells.....	59
Zusammenfassende Beurteilung.....	60
Limitationen	62
Implikationen für zukünftige Forschung.....	63
Fazit.....	65
Literaturverzeichnis.....	66
Abkürzungsverzeichnis	77
Anhang A	78
Anhang B.....	93

Interpersonelle Emotionsregulation und verwandte Konzepte

Die Forschung zu *interpersoneller Emotionsregulation* (IER) steckt noch in ihren Kinderschuhen und vergleichsweise wenig ist zum momentanen Zeitpunkt über dieses alltägliche Phänomen bekannt. Während die *intrapersonelle Emotionsregulation*, welche die Veränderung von affektiven Zuständen innerhalb eines Individuums ohne die Hilfe anderer Personen beschreibt (Gross, 1998), bereits seit den 1990er Jahren großes wissenschaftliches Interesse erfährt, erlangte die IER erst innerhalb der vergangenen 15 Jahre zunehmende Beachtung (Butler, 2015; Hofmann, 2014; Tamir, 2011; Zaki & Williams, 2013). Das entscheidende Kriterium, welches die IER von intrapersoneller Regulation unterscheidet, ist das Vorhandensein eines sozialen Kontexts (Zaki & Williams, 2013). Personen, die einen emotionalen Zustand erleben, entscheiden sich gewöhnlich nicht dazu, diesen alleine zu erleben, sondern sie wenden sich eher an andere Personen, um ihre Emotionen zu teilen, zu verstehen und zu regeln (Zaki & Williams, 2013). Diese zwischenmenschlichen Regulationen werden als wichtiger Bestandteil unseres sozialen Lebens erachtet (Zaki & Williams, 2013). So greifen Personen auf die Unterstützung anderer zurück, um unter anderem Stress zu mildern (Lazarus & Folkman, 1984) und oftmals profitieren sie in schwierigen Zeiten von der alleinigen Präsenz anderer Menschen (Schachter, 1959). Ergänzend dazu versuchen Individuen häufig, die Emotionen anderer durch empathisches oder unterstützendes Verhalten zu regulieren (Thoits, 1996). Wie die genannten Beispiele zeigen, kann der Schluss gezogen werden, dass zwischenmenschliche Prozesse für die Regulation von Emotionen essenziell zu sein scheinen.

Aufgrund des relativ jungen Konzepts der IER ist die Forderung nach einer einheitlichen Definition, welche bislang noch aussteht, wenig überraschend. Einen ersten wichtigen Ansatz diesbezüglich liefern Zaki und Williams (2013). Sie postulieren eine Unterteilung in die Subkonstrukte *intrinsische* und *extrinsische* IER und haben im Zuge ihrer theoretischen Arbeit konkrete Rahmenbedingungen formuliert. Allerdings wurden bislang kaum Studien publiziert, die den Zusammenhang der Subkonstrukte einer empirischen Überprüfung unterzogen haben. Hofmann, Carpenter und Curtiss (2016) stellten einen schwachen positiven Zusammenhang zwischen intrinsischer und extrinsischer IER fest. Nach ausgiebiger Literaturrecherche, unter anderem in einschlägigen Fachzeitschriften, finden sich keine weiteren empirischen Befunde.

Zusätzlich zur definitorischen Problematik besteht ein Mangel an konzeptueller Abgrenzung der IER von verwandten Konstrukten (Dixon-Gordon, Bernecker, & Christensen, 2015). In der Literatur zu IER werden Bezüge zu zahlreichen Konzepten hergestellt, wie *sozialer*

Unterstützung (Dixon-Gordon et al., 2015; Marroquín, 2011; Williams, Morelli, Ong, & Zaki, 2018; Zaki & Williams, 2013), *Coping* (Butler, Hollenstein, Shoham, & Rohrbaugh, 2014; Dixon-Gordon et al., 2015), *Empathie* (Hallam et al., 2014; Levy-Gigi & Shamay-Tsoory, 2017; Zaki, 2020) oder *emotionaler Intelligenz* (Hofmann et al., 2016). Jedoch liegen empirische Befunde bislang lediglich ansatzweise vor.

Ziel dieser Arbeit besteht daher darin, die Subkonstrukte der IER sowie ihren Zusammenhang mit einigen verwandten Konzepten, nämlich Coping, Empathie, emotionaler Intelligenz sowie verschiedenen Aspekten der sozialen Unterstützung, zu untersuchen. Diese Konzepte wurden ausgewählt, da sie im Kontext aktueller Literatur zu IER häufig vorkommen. Die vorliegende unzureichende empirische Erkenntnislage erschwert bislang eine konkrete Abgrenzung zwischen IER und den Konzepten. Zusätzlich werden die verwandten Konstrukte untereinander in Beziehung gesetzt. Basierend auf den daraus resultierenden Hypothesen wird ein umfassendes Modell erarbeitet und dessen Güte evaluiert.

Theoretischer Hintergrund

Klärung des Emotionsbegriffs

Es existieren zahlreiche unterschiedliche Begriffe, die sich auf Emotionen oder verwandte Prozesse der Emotionsregulation beziehen (Gross, 2015). Aus diesem Grund erfolgt an dieser Stelle eine Abgrenzung und Klärung von in der Literatur oft synonym verwendeten Bezeichnungen.

Gross (2015) bezeichnet den Begriff „Affekt“ als übergeordnetes Konzept, welches unterteilt wird in:

1. *Stressreaktionen* (Stress responses): sind eher unspezifische negative affektive Zustände, die vor allem bei sehr strapazierenden, die persönlichen Ressourcen übersteigenden Umständen auftreten.
2. *Emotionen* (Emotions): sind spezifische positive oder negative affektive Zustände, die innerhalb weniger Sekunden oder Minuten entstehen (z.B. Ärger, Traurigkeit, Freude) und Veränderungen im subjektiven Erleben, physiologische Veränderungen und Verhaltenstendenzen mit sich bringen.
3. *Stimmungen* (Moods): bezeichnen Zustände, die in der Regel länger andauern als Emotionen, diffuser sind und eher die Informationsverarbeitung als das Verhalten beeinflussen (z.B. sich niedergeschlagen/großartig fühlen).

Steht ein affektiver Zustand der Erreichung eines Ziels im Weg, kann dies zur „Affektregulation“ führen. Damit werden Prozesse bezeichnet, durch die zielgerichtet eine gewisse Kontrolle auf die affektiven Zustände ausgeübt werden kann (Gross, 2015). Der Begriff kann

folgendermaßen spezifiziert werden, wobei gewisse Überlappungen zwischen den Regulationsprozessen auftreten (Gross, 2015):

1. *Stressbewältigung* (Coping): bezeichnet die Regulation von Stress und kann relativ lange andauern (z.B. über Monate trauern).
2. *Stimmungsregulation* (Mood regulation): der Fokus liegt darauf, länger andauernde subjektive Gefühlszustände zu verändern; Überschneidungen mit Emotionsregulation sind vorhanden.
3. *Emotionsregulation* (Emotion regulation): überlappt teilweise mit Stressbewältigung und Stimmungsregulation, bezieht sich jedoch spezifischer auf die Dauer und Intensität der zu regulierenden Emotionen.

Der Begriff der Emotionsregulation als zentrales Konzept dieser Arbeit wird im folgenden Abschnitt ausführlicher erklärt.

Emotionsregulation

Erste Arbeiten zum Thema Emotionsregulation als eigenständiges Forschungsgebiet entstanden in den 1990er Jahren (Campos, Campos, & Barrett, 1989; Gross, 1999, 2014; Gross & Muñoz, 1995; Izard, 1990; Thompson, 1994). Seitdem steigt die Zahl veröffentlichter Arbeiten rapide an (Tamir, 2011). Der Begriff Emotionsregulation beschreibt den Versuch, Emotionen zu beeinflussen bzw. zu verändern. Er wird definiert durch zeitliche Begrenztheit, Situationsgebundenheit und positive oder negative affektive Zustände (McRae & Gross, 2020). Primär beschreibt der Prozess der Emotionsregulation, welche Emotionen man hat, wann man diese hat und wie man sie erlebt bzw. ausdrückt (Gross, 1998). Man kann also auf Dauer, Intensität und Qualität der Emotionen einwirken (Gross, 2015). Ein weiteres Schlüsselcharakteristikum ist die Zielgerichtetheit der Regulation, wobei die Verfolgung des Ziels bewusst und kontrolliert (explizit) oder unbewusst und automatisch (implizit) vonstattengehen kann (Gross, 1998, 1999; Gross, Sheppes, & Urry, 2011; Koole, 2009).

Emotionsregulation kann grob in zwei Bereiche unterteilt werden: 1) die Regulation eigener Emotionen (intrinsische Regulation) und 2) die Regulation der Emotionen anderer Personen (extrinsische Regulation; Gross, 1999; Gross et al., 2011; Koole, 2009).

Intrapersonelle Emotionsregulation. Prozesse der Emotionsregulation, die innerhalb eines Individuums und ohne Hilfe anderer Personen stattfinden, werden als intrapersonelle Emotionsregulation bezeichnet (Aldao, Nolen-Hoeksema, & Schweizer, 2010; Tamir, 2011). Ein detaillierter Überblick über dieses Prozessmodell findet sich bei Gross (1998) und McRae und Gross (2020).

Ziel der Regulationsstrategien ist die selbstständige Adaptation der eigenen Emotionen. Die Strategien können dabei adaptiven oder maladaptiven Charakter haben (Aldao et al., 2010). Zu den am besten untersuchten adaptiven Regulationsmechanismen zählen die kognitive Neubewertung (Gross & John, 2003), Akzeptanz emotionalen Erlebens und Problemlösen (Aldao et al., 2010). Strategien dieses Typs stehen in Zusammenhang mit psychischer Gesundheit und Wohlbefinden (Aldao et al., 2010). Expressive Unterdrückung (Gross & John, 2003), Vermeidung und Rumination zählen zu oft verwendeten maladaptiven Strategien und hängen mit der Ausprägung psychopathologischer Symptome zusammen (Aldao et al., 2010).

Kritik an Forschung zu intrapersoneller Emotionsregulation. Lange Zeit hat sich die Forschung ausschließlich auf den Bereich der intrapersonellen Emotionsregulation beschränkt (Campos, Walle, Dahl, & Main, 2011; Levy-Gigi & Shamay-Tsoory, 2017; Zaki & Williams, 2013). Der soziale Kontext, innerhalb dessen Emotionsregulation häufig stattfindet, wurde dabei außer Acht gelassen (Butler, 2015; Hofmann, 2014; Tamir, 2011; Zaki & Williams, 2013). Allerdings können manche Emotionen, wie beispielsweise Neid oder Scham, nicht außerhalb eines sozialen Kontexts auftreten (Hofmann, 2014). Zudem gibt es Hinweise darauf, dass intrapersonelle Prozesse der Emotionsregulation erst ab der Adoleszenz auftreten und in der Zeit davor hauptsächlich Regulation innerhalb sozialer Interaktionen die Regel ist, wobei die zuletzt genannte Regulation auch später nicht komplett verschwindet (Rimé, 2009). Anhand des aktuellen Forschungsstandes kann also kritisiert werden, dass Forschung zur Emotionsregulation über viele Jahre hinweg eine eher einseitige Sichtweise auf das Themengebiet geworfen und einen wichtigen Aspekt außen vorgelassen hat.

Interpersonelle Emotionsregulation. Ab dem Jahr 2007 entstanden erste Arbeiten, welche den sozialen Kontext bei der Regulation von Emotionen mitberücksichtigten und gezielt hervorhoben (Butler, 2015; Dixon-Gordon et al., 2015; Hofmann, 2014; Hofmann et al., 2016; Rimé, 2007, 2009; Zaki & Williams, 2013). Individuen versuchen demnach nicht nur, ihre Emotionen aus eigener Anstrengung heraus zu regulieren, sondern sie wenden sich auch an andere Personen, um ihre Emotionen zu kommunizieren, zu verstehen und zu regeln. Allerdings hat die Forschung zu diesem alltäglichen Phänomen mit inkonsistenten Terminologien zu kämpfen und die Notwendigkeit einer einheitlichen Begriffsverwendung und -definition macht sich breit (Dixon-Gordon et al., 2015). Begriffe wie „social emotion regulation“ (Kappas, 2013; Rimé, 2007, 2009), „extrinsic emotion regulation“ (Niven, Totterdell, & Holman, 2009; Niven, Totterdell, Stride, & Holman, 2011) oder „interpersonal emotion regulation“ (Hofmann, 2014; Zaki & Williams, 2013) werden verwendet, um verwandte aber

dennoch distinkte Sachverhalte zu beschreiben. Diesem Problem wirken Zaki und Williams (2013) entgegen, indem sie einen konzeptuellen Rahmen für die Untersuchung der IER bei Erwachsenen vorschlagen.

Die Autoren sehen intra- und interpersonelle Emotionsregulation auf einem Kontinuum. Deshalb postulieren sie zwei essenzielle Bedingungen für IER: 1) sie findet im Kontext sozialer Interaktionen statt und 2) sie hat, analog zur intrapersonellen Emotionsregulation, zum Ziel, einen emotionalen Zustand zu beeinflussen (Zaki & Williams, 2013). IER unterscheidet sich durch diesen Aspekt der Zielgerichtetheit von anderen zwischenmenschlichen Situationen, die einen Einfluss auf emotionale Erfahrungen haben können (Zaki & Williams, 2013). Prozesse der IER können unterteilt werden in antwort-abhängig und antwort-unabhängig. Für erstere ist das Feedback einer anderen Person relevant, für zweitere sind die Eigenschaften der Reaktion einer anderen Person nicht relevant. Außerdem ist zu unterscheiden, ob Individuen interpersonelle Situationen dazu verwenden, die eigenen Emotionen oder die Emotionen von anderen Personen zu regulieren (Zaki & Williams, 2013). Mit intrinsischer IER werden Situationen beschrieben, in denen eine Person sozialen Kontakt mit dem Ziel initiiert, die eigenen Emotionen zu regulieren. Der Begriff extrinsische IER bezieht sich auf Begebenheiten, in denen ein Individuum zum Ziel hat, die Emotionen einer anderen Person zu regulieren (Dixon-Gordon et al., 2015; Zaki & Williams, 2013). Diese spezifische Begriffsdefinition ist für das Verständnis dieser Arbeit von besonderer Relevanz.

Es sind einige Forschungsarbeiten vorhanden, die sich auf den Zusammenhang zwischen IER und der Ausprägung verschiedener Psychopathologien beziehen. Insbesondere die Verbindung zu Depressivität und Angststörungen wurde eingehend untersucht (Dixon-Gordon, Haliczzer, Conkey, & Whalen, 2018; Hofmann, 2014; Marroquín, 2011). Auch gibt es Studien zu IER und Substanzabhängigkeit (Dingle, da Costa Neves, Alhadad, & Hides, 2018) oder Borderline-Persönlichkeitsstörung (Dixon-Gordon et al., 2018). Zusammengefasst weisen diese Untersuchungen darauf hin, dass Schwierigkeiten in der IER bzw. geringere Anwendung von IER mit tendenziell mehr psychopathologischen Symptomen einhergehen. Studien aus diesem Bereich stellen einen essenziellen Beitrag zur Entwicklung praktischer Interventionen für Personen mit psychischen Störungen dar und sollten auch in Zukunft einen hohen Stellenwert bei Forscher*innen haben. Jedoch ist nicht nur für Forschungen im klinischen Kontext, sondern generell für sämtliche Arbeiten, welche IER inkludieren, eine einheitliche Definition sowie eine konzeptuelle Abgrenzung von ähnlichen Konstrukten notwendig, um Studienergebnisse vergleichbar zu machen.

Kritik an Forschung zu interpersoneller Emotionsregulation. Trotz der klar definierten Rahmenbedingungen der IER von Zaki und Williams (2013) ist der Begriff konzeptuell noch unzureichend etabliert (Dixon-Gordon et al., 2015). Dies wird auch durch die nach wie vor uneinheitliche Begriffsverwendung in der Literatur deutlich. Bislang hat sich ein großer Teil der Arbeiten zu IER auf den extrinsischen Aspekt fokussiert und es besteht ein Mangel an Forschung zu intrinsischer IER (Dixon-Gordon et al., 2015). Außerdem sind kaum Forschungsarbeiten vorhanden, welche die Beziehung zwischen extrinsischer und intrinsischer IER empirisch eingehend untersuchen. Es gibt erste Hinweise darauf, dass die beiden Aspekte positiv miteinander korrelieren (Hofmann et al., 2016), allerdings sind weitere Studien dazu erforderlich.

Ein weiterer Kritikpunkt besteht darin, dass eine klare Abgrenzung der IER von verwandten Konzepten fehlt (Kappas, 2013; Niven, 2017; Williams et al., 2018). Einige dieser verwandten Konzepte werden im nächsten Abschnitt vorgestellt und ihr Zusammenhang mit IER diskutiert.

Verwandte Konzepte interpersoneller Emotionsregulation

Coping. Lazarus und Folkman (1984) definieren Coping als „[...] constantly changing cognitive and behavioral efforts to manage specific external and/or internal demands that are appraised as taxing or exceeding the resources of the person“ (S. 141). Der Begriff beschreibt also kognitive oder verhaltensbezogene Anstrengungen, Situationen zu bewältigen, die die eigenen Ressourcen beanspruchen bzw. überschreiten. In einer primären Bewertung erfolgt die Erkennung einer potenziellen Bedrohung oder Stressquelle und die Einschätzung möglicher negativer Folgen (Blum, Brow, & Silver, 2012; Lazarus & Folkman, 1984). Im Zuge der sekundären Bewertung werden jene zur Verfügung stehenden Ressourcen evaluiert, mit deren Hilfe die Stresssituation beseitigt oder zumindest abgeschwächt werden kann (Blum et al., 2012; Lazarus & Folkman, 1984). Unterschieden wird dabei zwischen emotions- und problembezogenen Strategien (Lazarus & Folkman, 1984). Beim emotionsfokussierten Coping sollen mit dem Stressor verbundene negative Emotionen beispielsweise durch Ablenkung, positives Denken oder Neubewertung der Situation reduziert werden (Lazarus & Folkman, 1984). Aktive Bemühungen, die direkt auf die Beseitigung der Stressursache abzielen, gehören zum problemfokussierten Coping (Lazarus, 1991; Lazarus & Folkman, 1984). Das Problem definieren, alternative Lösungsstrategien kreieren, Kosten-Nutzen-Abwägungen vornehmen oder das Erlernen neuer Fähigkeiten und Handlungsweisen können als Beispiele für problemfokussiertes Coping genannt werden (Lazarus & Folkman, 1984).

Lazarus (2006) sieht die beiden Strategien nicht als distinkte Arten von Coping, sondern er bezeichnet sie als zusammenhängende Copingfunktionen.

Coping und interpersonelle Emotionsregulation. Obwohl Strategien der IER oft in der Literatur zu Coping vorkommen, können sie von dem breiter gefassten Coping-Konzept abgegrenzt werden (Dixon-Gordon et al., 2015). Coping dient der längerfristigen Reduktion von Stress, wohingegen Prozesse der IER von kurzfristigerer Dauer sind (Dixon-Gordon et al., 2015). Zudem werden beim Coping neben emotionalen auch nicht-emotionale Ziele verfolgt, bei IER steht jedoch ausschließlich die Regulierung von Emotionen im Fokus (Marroquín, Tennen, & Stanton, 2017). Ein weiterer wichtiger Unterschied zwischen den Konzepten besteht darin, dass Coping sich auf die Reduktion negativer Emotionen bezieht, während bei IER nicht nur negative Emotionen aufrechterhalten oder verstärkt werden können, sondern auch positive Emotionen intensiviert oder reduziert werden können (Dixon-Gordon et al., 2015). Andere Personen aufzusuchen, damit diese die negativen Emotionen, welche mit einer gerade vorhandenen Stresssituation verbunden sind, lindern, gilt als Copingstrategie (Dubow & Rubinlicht, 2011). Dieses Verhalten bezeichnet gleichzeitig intrinsische IER. Im Einklang mit Dixon-Gordon et al. (2015) kann deshalb angenommen werden, dass ein positiver Zusammenhang zwischen intrinsischer IER und Coping besteht. Diese Annahme wird durch empirische Befunde unterstützt (Hofmann et al., 2016; Koç et al., 2019). Extrinsische IER hängt laut den Autor*innen hingegen nur sehr gering mit Coping zusammen (Dixon-Gordon et al., 2015). Aufgrund dieser zum Teil rein theoretischen Annahmen wird der Bedarf an empirischen Untersuchungen zum Zusammenhang zwischen Coping und intrinsischer wie extrinsischer IER deutlich.

Empathie. Unter Empathie versteht man im weitesten Sinne die Reaktionen einer Person auf die beobachteten Erlebnisse anderer Personen (Davis, 1983). Genauer versteht man darunter einen „psychischen Prozess, bei dem eine Person versucht, die Aussagen, Verhaltensweisen oder Empfindungen einer anderen Person zu erkennen, zu verstehen, nachzuvollziehen, und zwar aus der Perspektive bzw. aus den Voraussetzungen dieser Person heraus“ (Sachse, 2011, S. 121). Der Begriff kann unterteilt werden in einen kognitiven Bereich, bei dem Annahmen darüber getroffen werden, wie es einer anderen Person gerade ergeht („Perspektivenübernahme“) und einen emotionalen Bereich, der sich auf die affektive Reaktion auf einen beobachteten Gefühlszustand bezieht („empathisches Verstehen“; Ekman, 2004; Sachse, 2011).

Empathie und interpersonelle Emotionsregulation. Ein entscheidender Punkt, der Empathie insbesondere von extrinsischer IER abgrenzt, ist die Motivationskomponente

(Nozaki & Mikolajczak, 2020). Bei der Regulation von Emotionen anderer Personen steckt das Ziel dahinter, eine Veränderung im Affekt des Gegenübers hervorzurufen. Bei der Definition von Empathie ist die Motivationskomponente hingegen nicht enthalten.

Zaki (2020) gibt einen ausführlichen Überblick über Empathie und IER und versucht, diese beiden Konstrukte auf theoretischer Basis miteinander zu vereinen. Es wird eine enge Verknüpfung zum extrinsischen Aspekt der Emotionsregulation deutlich (Zaki, 2020). Diese Verbindung ist auch in anderen Studien zu finden. Empathisches Paraphrasieren wird beispielsweise als Strategie extrinsischer IER deklariert und es wird angenommen, dass durch Empathie negative Emotionen anderer kurzfristig reguliert werden können (Seehausen, Kazzer, Bajbouj, & Prehn, 2012). In einer bildgebenden Studie resultierte IER in einer erhöhten Aktivierung jener Hirnareale, die mit Empathie in Verbindung stehen (Hallam et al., 2014). Aus den Studienergebnissen kann geschlossen werden, dass Personen mit Defiziten in der Empathiefähigkeit Schwierigkeiten in der Regulierung der Emotionen anderer Personen haben (Hallam et al., 2014). Zudem gibt es Hinweise darauf, dass höhere Empathiewerte mit mehr extrinsischer IER einhergehen (Levy-Gigi & Shamay-Tsoory, 2017) bzw. letztere durch Empathie gefördert wird (Nozaki & Mikolajczak, 2020).

Eine stärkere Tendenz, andere aufzusuchen, um die eigenen Emotionen zu regulieren, wurde mit stärker ausgeprägter Empathie verknüpft (Williams et al., 2018). Auch Zaki (2020) stellt Überlegungen dazu an, dass empathisches Verhalten nicht ausschließlich dazu eingesetzt wird, um die Emotionen anderer zu regulieren, sondern durch die Reaktionen des Gegenübers gleichzeitig die eigenen Emotionen zu verändern.

Ob bzw. inwiefern die Konstrukte miteinander zusammenhängen, gilt es empirisch noch zu untersuchen.

Emotionale Intelligenz. Emotionale Intelligenz ist Teil der sozialen Intelligenz, welche als „[...] ability to understand and manage people“ (Thorndike & Stein, 1937, S. 275) definiert wird. Spezifischer beschreibt emotionale Intelligenz die Fähigkeit, eigene oder fremde Emotionen wahrzunehmen, zwischen ihnen zu unterscheiden und diese Informationen dafür zu verwenden, das eigene Denken und Handeln zu beeinflussen (Salovey & Mayer, 1990; Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, & Palfai, 1995). Das Konzept beinhaltet verbalen und nonverbalen Emotionsausdruck, die Regulation von eigenen und fremden Emotionen sowie die Nutzung des Emotionsinhalts beim Problemlösen (Mayer & Salovey, 1993). Emotional intelligente Personen sind sich ihrer eigenen Emotionen und denen anderer bewusster, begegnen positiven und negativen internalen Erfahrungen offener und können diese Erfahrungen besser benennen und kommunizieren (Mayer & Salovey, 1993).

Emotionale Intelligenz und interpersonelle Emotionsregulation. Emotionale Intelligenz und Emotionsregulation werden also häufig miteinander in Verbindung gebracht (Mayer & Salovey, 1993; Peña-Sarrionandia, Mikolajczak, & Gross, 2015; Salovey & Mayer, 1990). Es besteht die Annahme, dass ein größeres Ausmaß an emotionaler Intelligenz mit besserer Emotionsregulation einhergeht (Peña-Sarrionandia et al., 2015). Wie sich die Beziehung zur IER gestaltet, ist noch unzureichend geklärt. Salovey und Mayer (1990) meinen, „[e]motional intelligence includes the ability to regulate and alter the affective reactions of others“ (S. 197). Dies legt eine Verbindung zu extrinsischer IER nahe. Auch erste Befunde sprechen dafür, dass Personen mit höherer emotionaler Intelligenz mehr extrinsische IER anwenden (Nozaki & Koyasu, 2015) bzw. die Emotionen anderer Personen besser regeln (Ciarrochi, Chan, & Bajgar, 2001). In Bezug auf die intrinsische IER gestalten sich Studienergebnisse uneinheitlich. Während positive Korrelationen zwischen emotionaler Intelligenz und intrinsischer IER berichtet wurden (Good, 2019; Hofmann et al., 2016), konnten diese Befunde in einer anderen Untersuchung nicht repliziert werden (Koç et al., 2019).

Der Bedarf an Untersuchungen, die diese beiden Konzepte integrieren, wird aufgrund der wenigen bislang publizierten Studien und der uneinheitlichen Ergebnisse deutlich.

Soziale Unterstützung. Unter sozialer Unterstützung können jegliche psychologische und materielle Ressourcen verstanden werden, die von einem sozialen Netz zur Verfügung gestellt werden und der Fähigkeit eines Individuums, mit Stress umzugehen, zugutekommen sollen (Cohen, 2004). Oftmals erfolgt eine Unterteilung in folgende drei Typen von Ressourcen (Cohen, 2004):

1. Instrumentelle Unterstützung: beinhaltet materielle Hilfen (z.B. Geld, Gegenstände) oder Hilfe bei täglichen Aufgaben.
2. Informationelle Unterstützung: meint die Bereitstellung relevanter Informationen, die einer Person bei der Bewältigung aktueller Schwierigkeiten helfen sollen (z.B. Ratschläge, Anleitung).
3. Emotionale Unterstützung: umfasst das Äußern von Mitgefühl oder Sorge, Beruhigung und Vertrauen schenken; dies soll einer Person die Möglichkeit bieten, ihren Emotionen Ausdruck zu verleihen.

Früher als einheitliches Konstrukt verstanden, kann soziale Unterstützung nach aktuellem Forschungsstand in mehrere Subkonstrukte unterteilt werden (Barrera, 1986; Laireiter, 1996). Alle für diese Arbeit relevanten Unterkategorien werden nachstehend erläutert.

Wahrgenommene soziale Unterstützung. Die subjektive Überzeugung, wenn notwendig Unterstützung aus dem sozialen Umfeld zu erhalten bzw. auf dessen Ressourcen zurück-

greifen zu können, beschreibt *wahrgenommene soziale Unterstützung* (Cobb, 1976; Fydrich, Sommer, Tydecks, & Brähler, 2009).

Erhaltene soziale Unterstützung. Jene Unterstützung, die in zwischenmenschlichen Interaktionen tatsächlich (real und beobachtbar) ausgetauscht wird, definiert den Begriff der *erhaltenen sozialen Unterstützung* (Laireiter, 1993).

Unterstützungsnetzwerk. Das *Unterstützungsnetzwerk* bezeichnet die Menge an Personen, „[...] die einem Individuum bei Alltagsproblemen oder größeren Belastungen als Unterstützer zur Verfügung stehen würde bzw. steht oder gestanden ist“ (Vaux, 1988, zitiert nach Laireiter, 1993, S. 29). Von Interesse sind hier vor allem die Größe des Unterstützungsnetzwerks sowie die individuelle Zufriedenheit damit (I. G. Sarason, Sarason, Shearin, & Pierce, 1987), aber auch die Dichte des Netzwerks oder die Rolle der Unterstützer*innen sind relevante Faktoren (Laireiter, 1993). Häufig setzen sich die unterstützenden Personen aus Verwandten (ersten und zweiten Grades), Arbeitskolleg*innen, Freund*innen oder auch guten Bekannten und Nachbar*innen zusammen (Laireiter & Baumann, 1992; Reisenzein, Baumann, & Reisenzein, 1993).

Zusammenhänge zwischen den Subkonstrukten. Allen drei Kategorien (wahrgenommene soziale Unterstützung, erhaltene soziale Unterstützung, Unterstützungsnetzwerk) ist gemein, dass es sich um das subjektive Erleben des Unterstützungsempfängers handelt. Studienergebnisse zeigen, dass wahrgenommene Unterstützung sowohl mit erhaltener Unterstützung (Barrera, 1986; Haber, Cohen, Lucas, & Baltes, 2007; Laireiter, 1996; B. R. Sarason, Shearin, Pierce, & Sarason, 1987; I. G. Sarason et al., 1987) als auch mit dem Unterstützungsnetzwerk (Laireiter, 1996; B. R. Sarason et al., 1987) in positiver Verbindung steht. Ob zwischen erhaltener Unterstützung und dem Netzwerkaspekt ein Zusammenhang besteht, konnte bislang nicht eindeutig geklärt werden. Während manche Forscher*innen eine Verbindung zwischen den Konstrukten finden (Dunkel-Schetter, Folkman, & Lazarus, 1987; B. R. Sarason et al., 1987), zeigen sich auch gegenteilige Befunde (Laireiter, 1996).

Soziale Unterstützung und interpersonelle Emotionsregulation. In der Literatur herrscht Uneinigkeit darüber, ob IER und soziale Unterstützung voneinander abzugrenzende Konzepte sind. Dies zeichnet sich vor allem dadurch ab, dass in einigen Artikeln IER der sozialen Unterstützung übergeordnet wird (Williams et al., 2018; Zaki & Williams, 2013). Emotionale und instrumentelle Ressourcen von sozialer Unterstützung werden beispielsweise als Emotionsregulationsstrategien deklariert (Williams et al., 2018). Im Gegensatz dazu findet man Arbeiten, in denen IER als ein Mechanismus von sozialer Unterstützung dargestellt wird (Hofmann, 2014; Hofmann et al., 2016; Marroquín, 2011).

Soziale Unterstützung ist, ähnlich wie Coping, vor allem durch den Aspekt der längerfristigen Stressreduktion von IER abzugrenzen (Dixon-Gordon et al., 2015). Zudem sind nicht alle Arten von sozialer Unterstützung darauf ausgerichtet, die Emotionen einer Person zu beeinflussen (vgl. instrumentelle und informationelle Unterstützung). Einige Forscher*innen sehen eine starke Überschneidung zwischen sozialer Unterstützung und extrinsischer Emotionsregulation (Dixon-Gordon et al., 2015; Zaki & Williams, 2013). Nach Durchsicht der aktuellen Literatur steht eine empirische Überprüfung dessen bislang aus.

Nach der Analyse des aktuellen Forschungsstandes bleibt also ungeklärt, ob die Konzepte miteinander in Verbindung stehen. Des Weiteren wurde das Konzept der sozialen Unterstützung in den Arbeiten meist nicht näher spezifiziert, wodurch kaum konkrete Annahmen zu wahrgenommener und erhaltener Unterstützung sowie dem Unterstützungsnetzwerk getroffen werden können. Auch fehlen bislang Forschungsarbeiten, die sich auf den Zusammenhang zwischen intrinsischer IER und sozialer Unterstützung konzentrieren.

Zusammenhänge zwischen den verschiedenen Konzepten

Im vorherigen Abschnitt wurden alle für diese Arbeit relevanten Konzepte definiert und ihre Verbindungen zur IER dargestellt. Nachstehend folgt ein Überblick darüber, welche Verknüpfungen zwischen Coping, Empathie, emotionaler Intelligenz und sozialer Unterstützung in der Literatur postuliert werden.

Empathie, emotionale Intelligenz und soziale Unterstützung. In der Literatur findet man Hinweise auf eine enge Verbindung zwischen Empathie und emotionaler Intelligenz (Furnham, 2012; Mayer & Geher, 1996; Salovey & Mayer, 1990). Genauer gesagt gilt Empathie als charakteristisch für emotional intelligentes Verhalten und es wird angenommen, dass höhere emotionale Intelligenz mit höherer Empathie einhergeht (Salovey & Mayer, 1990). Studien mit studentischen Stichproben bestätigen diese Hypothese und zeigen geringe bis starke positive Korrelationen zwischen Empathie und emotionaler Intelligenz (Abe, Niwa, Fujisaki, & Suzuki, 2018; Hajibabaei, Farahani, Ameri, Salehi, & Hosseini, 2018).

Studienergebnisse deuten zudem auf eine positive Verbindung zwischen Empathie und erhaltener sozialer Unterstützung hin (Laireiter, 1996). Der Zusammenhang zwischen Empathie und dem Unterstützungsnetzwerk wurde bislang kaum untersucht. In einer Studie wurde das soziale Netzwerk und die Empathiefähigkeit von Jugendlichen erforscht, wobei die Größe des sozialen Netzwerks positiv mit Empathie in Verbindung stand (Wölfer, Cortina, & Baumert, 2012). Studienergebnisse, die den Aspekt der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk integrieren, konnten nicht gefunden werden.

Emotionale Intelligenz scheint positive Auswirkungen auf wahrgenommene soziale Unterstützung zu haben (Lopez-Zafra et al., 2019; Montes-Berges & Augusto, 2007). Des Weiteren finden sich positive Zusammenhänge zwischen emotionaler Intelligenz und dem Unterstützungsnetzwerk (Anzahl und Zufriedenheit; Ciarrochi et al., 2001).

Coping, soziale Unterstützung und Empathie. Es besteht die Annahme, dass zwischen Coping und sozialer Unterstützung Überschneidungen existieren (Blum et al., 2012; Dixon-Gordon et al., 2015; Dubow & Rubinlicht, 2011; Greenglass, Fiksenbaum, & Eaton, 2006; Thoits, 1996). Unklar bleibt bislang, ob Coping der sozialen Unterstützung über- oder untergeordnet werden kann, da Studienergebnisse plausible Annahmen für beide Überlegungen liefern (Frazier, Tix, Klein, & Arikian, 2000). Emotionale und instrumentelle soziale Unterstützung werden als Copingressourcen deklariert (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989; Lazarus & Folkman, 1984; Sun, Vuillier, Hui, & Kogan, 2019) und manche Autor*innen gehen davon aus, dass Personen, die ein unterstützendes soziales Netz um sich haben, Stress besser bewältigen können (Blum et al., 2012; Dunkel-Schetter et al., 1987; Greenglass et al., 2006). Im Gegensatz zu diesen Ergebnissen existieren Befunde, die darauf hinweisen, dass Coping und erhaltene soziale Unterstützung in keinem Zusammenhang stehen (Frazier et al., 2000). Die Studienergebnisse sind nicht nur uneindeutig, sondern problematisch ist auch die teilweise fehlende genaue Unterscheidung zwischen wahrgenommener und erhaltener Unterstützung sowie dem Unterstützungsnetzwerk.

Forscher*innen, die sich mit dem Zusammenhang zwischen Coping und Empathie beschäftigt haben, deklarieren eine positive Verbindung der beiden Konstrukte (Carlo et al., 2012; Levesque, Lafontaine, Caron, Flesch, & Bjornson, 2014; Sun et al., 2019). Es wird beispielsweise angenommen, dass Empathie in Copingprozesse involviert ist und insbesondere positive Korrelationen mit adaptivem Coping und dem Aufsuchen emotionaler und instrumenteller sozialer Unterstützung bestehen (Sun et al., 2019).

Coping und emotionale Intelligenz. Bisherige Befunde sprechen für einen positiven Zusammenhang zwischen Coping und emotionaler Intelligenz (Por, Barriball, Fitzpatrick, & Roberts, 2011; Zeidner, Matthews, & Roberts, 2006). Es wurde gezeigt, dass Personen mit höherer emotionaler Intelligenz mehr adaptive und weniger maladaptive Copingstrategien anwenden (Campbell & Ntobedzi, 2007; Noorbakhsh, Besharat, & Zarei, 2010).

Zielsetzung der Studie

Im Zuge dieser Arbeit wird untersucht, wie intrinsische und extrinsische IER in der erwachsenen Allgemeinbevölkerung zusammenhängen und welche Verbindungen mit verwandten Konzepten bestehen. Die Datenerhebung erfolgt mithilfe eines Online-

Fragebogens. Es wird die Verbindung zu Coping, Empathie, emotionaler Intelligenz, wahrgenommener sozialer Unterstützung, erhaltener sozialer Unterstützung sowie dem Unterstützungsnetzwerk (Größe und Zufriedenheit) analysiert. Die in der Literatur gefundenen möglichen Zusammenhänge zwischen den eben genannten Konstrukten werden ebenfalls überprüft bzw. zu replizieren versucht. Auf Basis der existierenden Forschungsergebnisse wird ein umfassendes Modell entwickelt, welches die Beziehungen der verschiedenen Konstrukte zueinander abbildet. Ziel dieser Arbeit ist, die Evidenz dieses Modells mittels statistischer Pfadanalysen zu überprüfen.

Fragestellungen und Hypothesen

Wie die vorangegangene Auseinandersetzung mit den unterschiedlichen theoretischen Modellen zeigt, können folgende Fragestellungen und Hypothesen abgeleitet werden:

1. Besteht ein Zusammenhang zwischen intrinsischer und extrinsischer IER?

H0₁: Es besteht kein signifikanter oder ein negativer Zusammenhang zwischen intrinsischer (IERQ) und extrinsischer (EROS, Subskala) IER.

H1₁: Es besteht ein positiver signifikanter Zusammenhang zwischen intrinsischer (IERQ) und extrinsischer (EROS, Subskala) IER.

2. In welchem Zusammenhang steht intrinsische IER mit Coping, Empathie, emotionaler Intelligenz, wahrgenommener sozialer Unterstützung, erhaltener sozialer Unterstützung und dem Unterstützungsnetzwerk?

H0₂: Es besteht kein signifikanter oder ein negativer Zusammenhang zwischen intrinsischer IER (IERQ) und Coping (BRCS).

H1₂: Es besteht ein positiver signifikanter Zusammenhang zwischen intrinsischer IER (IERQ) und Coping (BRCS).

H0₃: Es besteht kein signifikanter oder ein negativer Zusammenhang zwischen intrinsischer IER (IERQ) und Empathie (SPF-R).

H1₃: Es besteht ein positiver signifikanter Zusammenhang zwischen intrinsischer IER (IERQ) und Empathie (SPF-R).

H0₄: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen intrinsischer IER (IERQ) und emotionaler Intelligenz (TMMS).

H1₄: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen intrinsischer IER (IERQ) und emotionaler Intelligenz (TMMS).

H0₅: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen intrinsischer IER (IERQ) und wahrgenommener sozialer Unterstützung (F-SOZU-K-7).

- H1₅: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen intrinsischer IER (IERQ) und wahrgenommener sozialer Unterstützung (F-SOZU-K-7).
- H0₆: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen intrinsischer IER (IERQ) und erhaltener sozialer Unterstützung (ISSB).
- H1₆: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen intrinsischer IER (IERQ) und erhaltener sozialer Unterstützung (ISSB).
- H0₇: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen intrinsischer IER (IERQ) und der Größe des Unterstützungsnetzwerks (SSQ-6, N).
- H1₇: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen intrinsischer IER (IERQ) und der Größe des Unterstützungsnetzwerks (SSQ-6, N).
- H0₈: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen intrinsischer IER (IERQ) und der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk (SSQ-6, S).
- H1₈: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen intrinsischer IER (IERQ) und der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk (SSQ-6, S).
3. In welchem Zusammenhang steht extrinsische IER mit Coping, Empathie, emotionaler Intelligenz, wahrgenommener sozialer Unterstützung, erhaltener sozialer Unterstützung und dem Unterstützungsnetzwerk?
- H0₉: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen extrinsischer IER (EROS, Subskala) und Coping (BRCS).
- H1₉: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen extrinsischer IER (EROS, Subskala) und Coping (BRCS).
- H0₁₀: Es besteht kein signifikanter oder ein negativer Zusammenhang zwischen extrinsischer IER (EROS, Subskala) und Empathie (SPF-R).
- H1₁₀: Es besteht ein positiver signifikanter Zusammenhang zwischen extrinsischer IER (EROS, Subskala) und Empathie (SPF-R).
- H0₁₁: Es besteht kein signifikanter oder ein negativer Zusammenhang zwischen emotionaler Intelligenz (TMMS) und extrinsischer IER (EROS, Subskala).
- H1₁₁: Es besteht ein positiver signifikanter Zusammenhang zwischen emotionaler Intelligenz (TMMS) und extrinsischer IER (EROS, Subskala).
- H0₁₂: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen extrinsischer IER (EROS, Subskala) und wahrgenommener sozialer Unterstützung (F-SOZU-K-7).
- H1₁₂: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen extrinsischer IER (EROS, Subskala) und wahrgenommener sozialer Unterstützung (F-SOZU-K-7).

H0₁₃: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen extrinsischer IER (EROS, Subskala) und erhaltener sozialer Unterstützung (ISSB).

H1₁₃: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen extrinsischer IER (EROS, Subskala) und erhaltener sozialer Unterstützung (ISSB).

H0₁₄: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen extrinsischer IER (EROS, Subskala) und der Größe des Unterstützungsnetzwerks (SSQ-6, N).

H1₁₄: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen extrinsischer IER (EROS, Subskala) und der Größe des Unterstützungsnetzwerks (SSQ-6, N).

H0₁₅: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen extrinsischer IER (EROS, Subskala) und der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk (SSQ-6, S).

H1₁₅: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen extrinsischer IER (EROS, Subskala) und der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk (SSQ-6, S).

4. Welche Beziehungen bestehen zwischen Coping, Empathie, emotionaler Intelligenz, wahrgenommener sozialer Unterstützung, erhaltener sozialer Unterstützung und dem Unterstützungsnetzwerk?

H0₁₆: Es besteht kein signifikanter oder ein negativer Zusammenhang zwischen wahrgenommener sozialer Unterstützung (F-SOZU-K-7) und erhaltener sozialer Unterstützung (ISSB).

H1₁₆: Es besteht ein positiver signifikanter Zusammenhang zwischen wahrgenommener sozialer Unterstützung (F-SOZU-K-7) und erhaltener sozialer Unterstützung (ISSB).

H0₁₇: Es besteht kein signifikanter oder ein negativer Zusammenhang zwischen wahrgenommener sozialer Unterstützung (F-SOZU-K-7) und der Größe des Unterstützungsnetzwerks (SSQ-6, N).

H1₁₇: Es besteht ein positiver signifikanter Zusammenhang zwischen wahrgenommener sozialer Unterstützung (F-SOZU-K-7) und der Größe des Unterstützungsnetzwerks (SSQ-6, N).

H0₁₈: Es besteht kein signifikanter oder ein negativer Zusammenhang zwischen wahrgenommener sozialer Unterstützung (F-SOZU-K-7) und der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk (SSQ-6, S).

H1₁₈: Es besteht ein positiver signifikanter Zusammenhang zwischen wahrgenommener sozialer Unterstützung (F-SOZU-K-7) und der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk (SSQ-6, S).

H0₁₉: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen erhaltener sozialer Unterstützung (ISSB) und der Größe des Unterstützungsnetzwerks (SSQ-6, N).

H1₁₉: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen erhaltener sozialer Unterstützung (ISSB) und der Größe des Unterstützungsnetzwerks (SSQ-6, N).

H0₂₀: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen erhaltener sozialer Unterstützung (ISSB) und der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk (SSQ-6, S).

H1₂₀: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen erhaltener sozialer Unterstützung (ISSB) und der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk (SSQ-6, S).

H0₂₁: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen Empathie (SPF-R) und erhaltener sozialer Unterstützung (ISSB).

H1₂₁: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen Empathie (SPF-R) und erhaltener sozialer Unterstützung (ISSB).

H0₂₂: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen emotionaler Intelligenz (TMMS) und wahrgenommener sozialer Unterstützung (F-SOZU-K-7).

H1₂₂: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen emotionaler Intelligenz (TMMS) und wahrgenommener sozialer Unterstützung (F-SOZU-K-7).

H0₂₃: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen emotionaler Intelligenz (TMMS) und der Größe des Unterstützungsnetzwerks (SSQ-6, N).

H1₂₃: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen emotionaler Intelligenz (TMMS) und der Größe des Unterstützungsnetzwerks (SSQ-6, N).

H0₂₄: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen emotionaler Intelligenz (TMMS) und der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk (SSQ-6, S).

H1₂₄: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen emotionaler Intelligenz (TMMS) und der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk (SSQ-6, S).

H0₂₅: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen Coping (BRCS) und wahrgenommener sozialer Unterstützung (F-SOZU-K-7).

H1₂₅: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen Coping (BRCS) und wahrgenommener sozialer Unterstützung (F-SOZU-K-7).

H0₂₆: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen Coping (BRCS) und erhaltener sozialer Unterstützung (ISSB).

H1₂₆: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen Coping (BRCS) und erhaltener sozialer Unterstützung (ISSB).

H0₂₇: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen Coping (BRCS) und der Größe des Unterstützungsnetzwerks (SSQ-6, N).

H1₂₇: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen Coping (BRCS) und der Größe des Unterstützungsnetzwerks (SSQ-6, N).

H0₂₈: Es besteht kein signifikanter Zusammenhang zwischen Coping (BRCS) und der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk (SSQ-6, S).

H1₂₈: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen Coping (BRCS) und der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk (SSQ-6, S).

H0₂₉: Es besteht kein signifikanter oder ein negativer Zusammenhang zwischen Coping (BRCS) und Empathie (SPF-R).

H1₂₉: Es besteht ein positiver signifikanter Zusammenhang zwischen Coping (BRCS) und Empathie (SPF-R).

H0₃₀: Es besteht kein signifikanter oder ein negativer Zusammenhang zwischen Coping (BRCS) und emotionaler Intelligenz (TMMS).

H1₃₀: Es besteht ein positiver signifikanter Zusammenhang zwischen Coping (BRCS) und emotionaler Intelligenz (TMMS).

H0₃₁: Es besteht kein signifikanter oder ein negativer Zusammenhang zwischen emotionaler Intelligenz (TMMS) und Empathie (SPF-R).

H1₃₁: Es besteht ein positiver signifikanter Zusammenhang zwischen emotionaler Intelligenz (TMMS) und Empathie (SPF-R).

Hypothetisches Modell

Die aus dem aktuellen Forschungsstand erarbeiteten Annahmen über mögliche Zusammenhänge zwischen den Konstrukten wurden im vorherigen Abschnitt als Null- und Alternativhypothesen formuliert. Daraus wurde ein Modell erarbeitet, welches grafisch die Verbindungen zwischen intrinsischer und extrinsischer IER als abhängige Variablen und emotionaler Intelligenz, Empathie, Coping, wahrgenommener sozialer Unterstützung, erhaltener sozialer Unterstützung und dem Unterstützungsnetzwerk, bestehend aus der Anzahl unterstützender Personen und der Zufriedenheit damit, als unabhängige Variablen veranschaulicht (Abbildung 1). Auch die erarbeiteten Zusammenhänge zwischen den unabhängigen Variablen wurden integriert. Dadurch wurde ein komplexes Modell entwickelt.

Methode

Untersuchungsdesign und Durchführung

Bei der Studie handelte es sich um eine Querschnittsuntersuchung der nicht-klinischen erwachsenen Bevölkerung. Die Datenerhebung erfolgte anhand eines Online-Fragebogens (Anhang A), welcher über das Online-Tool SoSci Survey (Leiner & Leiner, 2019) erstellt wurde. Die Teilnahme war im Zeitraum vom 31.03.2020 bis zum 15.05.2020 unter Abruf des

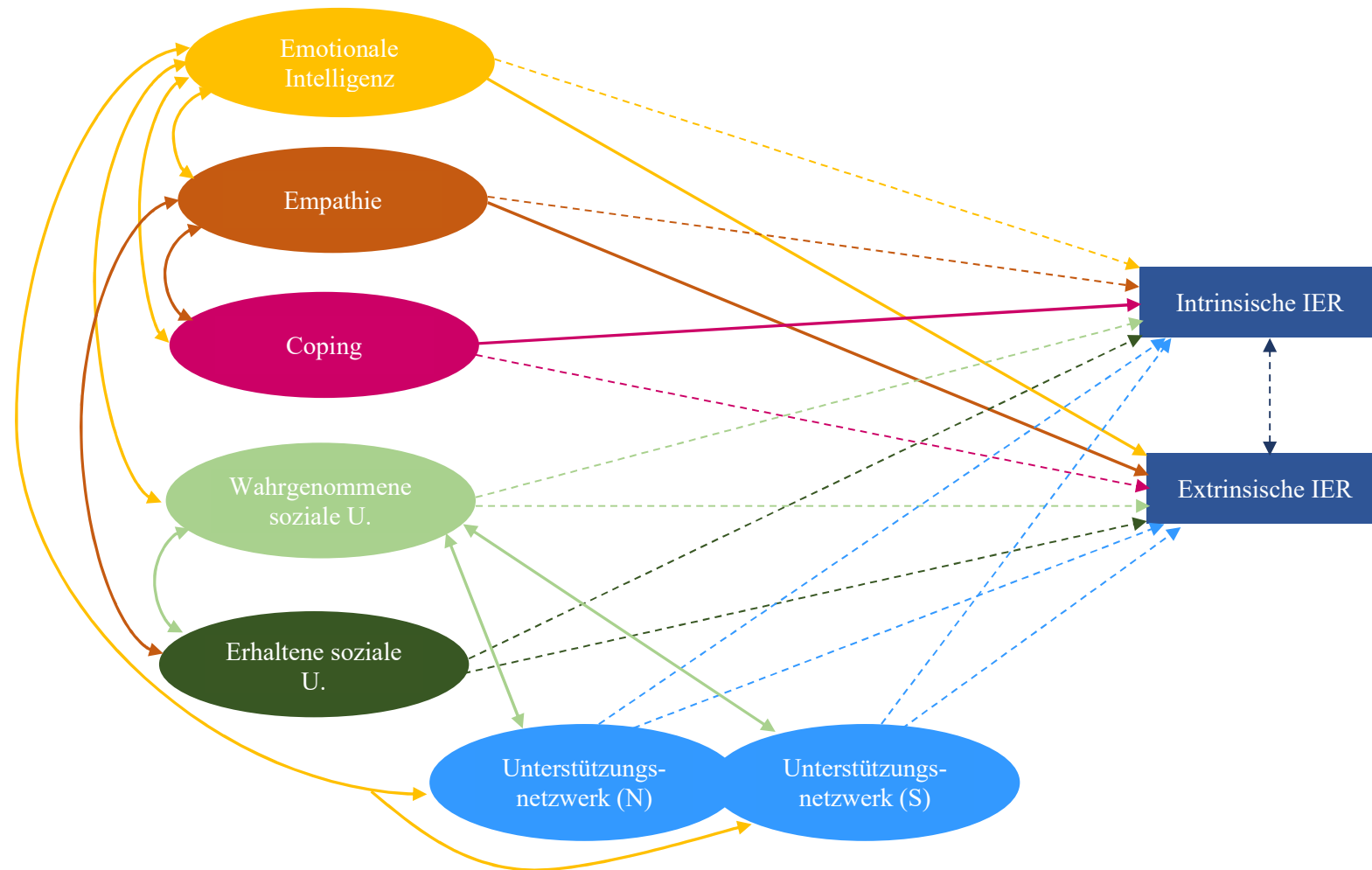


Abbildung 1. Hypothetisches Modell. Die Ellipsen repräsentieren die unabhängigen Variablen, die Rechtecke die abhängigen Variablen. Die Linien stellen angenommene Zusammenhänge zwischen den Konzepten dar. Durchgehende Linien mit Pfeilen bezeichnen gerichtete positive Zusammenhänge; durchgehende Linien ohne Pfeile bezeichnen ungerichtete Zusammenhänge. Strichlierte Linien weisen auf mögliche Zusammenhänge hin, für die bislang in der Literatur keine oder unzureichende empirische Ergebnisse gefunden wurden.

Links <https://www.soscisurvey.de/emotionsregulationJK2020/> möglich. Die Rekrutierung der Teilnehmer*innen erfolgte vorwiegend über Facebook, wo der Link auf dem privaten Profil sowie in diversen Foren (Psychologie Uni Wien, Masterstudium Psychologie Uni Wien, Forum einer ehemaligen Arbeitsstelle und verschiedene Gruppen die den Zweck verfolgen, Studienteilnehmer*innen für wissenschaftliche Arbeiten zu finden) veröffentlicht wurde. Familienmitglieder, Verwandte und Freund*innen wurden persönlich kontaktiert und gebeten, den Link an Bekannte und Arbeitskolleg*innen weiterzuschicken. Ziel des Schneeballverfahrens war, den Stichprobenumfang und die Diversität zu erhöhen.

Da erfahrungsgemäß mit einer erhöhten Teilnahme weiblicher Personen gerechnet wurde und diese Annahme sich drei Wochen nach Erhebungsbeginn bestätigte, wurde ab diesem Zeitpunkt zusätzlich versucht, gezielt männliche Probanden zu rekrutieren. Durch dieses Vorgehen wurde eine nicht-probabilistische Gelegenheitsstichprobe rekrutiert.

Stichprobe

Kriterien. Teilnehmen konnten alle deutschsprachigen Personen, die mindestens 18 Jahre alt waren. Vor der Befragung wurden die Personen über das Thema der Studie, den geschätzten Zeitaufwand, die Freiwilligkeit der Teilnahme, die Anonymität der Daten und deren Verwendung informiert. Des Weiteren wurde über die Möglichkeit, den Fragebogen jederzeit ohne Angabe von Gründen abbrechen zu können, informiert. Dem Informed Consent musste ausdrücklich zugestimmt werden, um mit der Befragung beginnen zu können.

Rücklauf. Die Mindestgröße der Stichprobe wurde im Vorfeld auf 200 Personen festgelegt. Diese Anzahl stellt die Mindestanforderung für die Berechnung von Pfadanalysen, anhand derer unter anderem die Auswertung der Daten erfolgte, dar (Boomsma & Hoogland, 2001; Tomarken & Waller, 2005). Der Link zur Studie wurde insgesamt 959 Mal angeklickt. Den Fragebogen haben 133 Personen teilweise und 235 Personen vollständig ausgefüllt. Von den Abbrecher*innen haben ca. 78 Prozent den Fragebogen spätestens bei der Hälfte (Seite 8 von 16) beendet. Für die Abbruchquote könnte einerseits die Länge des Fragebogens verantwortlich sein (Dauer ca. 20-30 Minuten) und andererseits die teilweise ähnlich anmutenden Fragen der verschiedenen Messinstrumente. Dadurch könnte bei den Teilnehmer*innen das Gefühl entstanden sein, sich wiederholende Fragen zu beantworten, wodurch wiederum die Motivation, den Fragebogen bis zum Ende auszufüllen, gesunken sein könnte.

Aufgrund einer auffällig kurzen Bearbeitungszeit wurden fünf Personen aus der Analyse ausgeschlossen. Die Bearbeitungszeit wurde mit der DEG_TIME überprüft, welche von SoSci Survey standardmäßig ausgegeben wird und auf sehr schnelles Ausfüllen hinweist. Drei weitere Personen wurden aus der Stichprobe ausgeschlossen, da sie beim letzten Fragebogen

(SSQ-6) keine Angaben machten und diesen lediglich übersprungen haben. Die bereinigte Stichprobe umfasst somit 227 Personen.

Beschreibung der Stichprobe. Die Stichprobe beinhaltet 172 weibliche Probandinnen (75.8%) und 55 männliche Probanden (24.2%) aus dem deutschsprachigen Raum. Die Teilnehmer*innen waren zwischen 18 und 78 Jahre alt ($M = 33.41$, $SD = 14.19$). Das Bildungsniveau der Stichprobe zeichnet sich durch die Beteiligung von höher gebildeten Gruppen aus (34.4% Matura/Abitur bzw. Hochschulreife, 53.7% Fachhochschul-/Hochschulabschluss). Bei der Frage nach dem Beschäftigungsstatus war eine Mehrfachauswahl der Antwortoptionen möglich. 189 Personen (83.3%) wählten eine Option, 37 Personen (16.3%) wählten zwei Optionen und eine Person (0.4%) wählte drei Antwortoptionen aus. Insgesamt gaben 109 Teilnehmer*innen (48.0%) an, Student*in zu sein und 100 Personen (44.1%) waren (auch) in einem Angestelltenverhältnis. Von den Proband*innen lebten 73.1% zum Zeitpunkt der Befragung in einer Partnerschaft und 77.1% waren kinderlos. Auch bei der Frage nach der momentanen Wohnsituation war eine Mehrfachauswahl der Antwortmöglichkeiten gestattet. Von den Personen wählten 188 (82.8%) eine Möglichkeit, 36 (15.9%) wählten zwei Möglichkeiten und 3 (1.3%) wählten drei Antwortmöglichkeiten aus. Die Mehrheit der Personen (56.8%) gab an, zum Befragungszeitpunkt zumindest mit der Partnerin oder dem Partner zusammenzuleben und 17.6% waren alleinlebend. Eine detaillierte soziodemographische Beschreibung der Stichprobe, getrennt nach Geschlechtern, ist Tabelle 1 (Anhang B) zu entnehmen.

Messinstrumente

Demographischer Fragebogen. Zu Beginn der Befragung wurden einige demographische Variablen erhoben. Neben Geschlecht und Alter der Proband*innen wurden das Bildungsniveau und die Berufstätigkeit erfasst. Außerdem wurden Fragen zu Beziehungsstatus, Wohnsituation und Anzahl der Kinder gestellt.

Intrinsische interpersonelle Emotionsregulation. Zur Erfassung der intrinsischen IER wurde der Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire (IERQ; Hofmann, Carpenter, & Curtiss, 2016) herangezogen. Es ist das erste Instrument, welches diesen Aspekt der IER erfasst und wurde von Good (2019) im Zuge seiner Masterarbeit ins Deutsche übersetzt. Diese Version wurde für diese Studie verwendet. Kürzlich wurde eine weitere deutschsprachige Version des IERQ von Pruessner et al. (2020) veröffentlicht.

Der Fragebogen umfasst 20 Items mit fünfstufigem Antwortformat (*trifft nicht zu* bis *trifft zu*). Höhere Werte weisen auf eine stärker ausgeprägte Tendenz hin, andere Personen in die

Regulierung der eigenen Emotionen einzubinden. Folgende vier Subskalen werden mit je fünf Items erhoben (Hofmann et al., 2016):

1. Positiven Affekt Verstärken (Enhancing Positive Affect): beschreibt die Tendenz, andere Personen aufzusuchen, um positive Gefühle wie Glück oder Freude zu verstärken.
2. Andere Perspektiven Einnehmen (Perspective Taking): bezeichnet die Verwendung anderer Personen, um darauf hingewiesen zu werden, dass es auch schlimmer sein könnte und man sich keine Sorgen machen soll.
3. Beruhigung (Soothing): andere Personen werden aufgesucht mit dem Ziel, Trost und Mitgefühl von ihnen zu erhalten.
4. Soziales Nachahmen (Social Modeling): beinhaltet die Tendenz, von anderen Personen in Erfahrung zu bringen, wie diese eine bestimmte Situation handhaben würden.

Folgende Beispiele sind im Fragebogen enthalten: „Ich suche andere auf, um mich von ihnen trösten zu lassen, wenn ich traurig bin“, „Wenn ich mir Sorgen mache, hilft es mir, die Überlegungen anderer zu hören, wie man mit Dingen umgehen kann“. In der Originalversion wird pro Subskala ein Gesamtwert errechnet und keine Information bezüglich eines globalen Gesamtwerts gegeben (Hofmann et al., 2016). Im Zuge dieser Studie wurde in Anlehnung an Good (2019) ein IERQ Gesamtwert berechnet, da explizit nichts gegen diese Möglichkeit spricht.

Das Vier-Faktoren-Modell wird durch eine exploratorische und konfirmatorische Faktorenanalyse unterstützt (Hofmann et al., 2016). Die gleiche Struktur findet sich auch in den deutschen Versionen des Fragebogens wieder (Good, 2019; Pruessner et al., 2020). Die Subskalen weisen sowohl bei der englischen als auch bei den deutschen Fassungen eine gute bis sehr gute interne Konsistenz auf ($.89 \leq \alpha \leq .94$ bei Hofmann et al., 2016; $.80 \leq \alpha \leq .93$ bei Good, 2019; $.81 \leq \alpha \leq .91$ bei Pruessner et al., 2020). Die zufriedenstellenden Retest-Reliabilitäten der deutschen Version von Pruessner et al. (2020) deuten darauf hin, dass die erhobenen Konstrukte eine zeitliche Stabilität aufweisen ($r_{tt} = .72$ und $.74$ nach 56-69 Tagen).

Bezüglich der Konstruktvalidität des englisch- und deutschsprachigen IERQ liegen Überprüfungen vor. Es zeigt sich ein moderater positiver Zusammenhang mit extrinsischer IER sowie emotionaler Intelligenz (Hofmann et al., 2016) und Coping (Hofmann et al., 2016; Pruessner et al., 2020). Zwischen Alter und intrinsischer IER zeichnet sich ein schwacher negativer Zusammenhang ab (Hofmann et al., 2016; Pruessner et al., 2020). Bezüglich Depressivität zeigen sich in der englisch- und deutschsprachigen Version unterschiedliche

Zusammenhänge. Während beim Einsatz der Originalversion höhere IERQ-Werte mit mehr depressiven Symptomen einhergehen (Hofmann et al., 2016), zeigt sich in den deutschen Stichproben eine umgekehrte Verbindung, wonach geringere IERQ-Werte mit mehr depressiven Symptomen korrelieren (Good, 2019; Pruessner et al., 2020). Diese widersprüchlichen Ergebnisse erklären Pruessner et al. (2020) dadurch, dass die deutsche Stichprobe durchschnittlich geringere Depressivität aufwies als die englischsprachige und deshalb auch weniger depressive Symptome reguliert werden mussten. Ein verminderter Einsatz von IER-Strategien könnte demnach erhöhte Depressivität zur Folge haben (Pruessner et al., 2020).

Extrinsische interpersonelle Emotionsregulation. Mithilfe von Emotion Regulation of Others and Self (EROS; Niven, Totterdell, Stride, & Holman, 2011) wurde die extrinsische IER erhoben. Das gesamte Instrument besteht aus 19 Items und gliedert sich in vier Subskalen: extrinsic affect-improving, extrinsic affect-worsening, intrinsic affect-improving, intrinsic affect-worsening. Diese Unterteilung konnte durch eine konfirmatorische Faktorenanalyse bestätigt werden (Niven et al., 2011).

Im Zuge dieser Studie wurde die Subskala extrinsic affect-improving, bestehend aus sechs Items, verwendet. EROS ist das erste Instrument, welches diesen spezifischen Aspekt der IER misst. Eine veröffentlichte deutsche Version ist nicht vorhanden, weswegen die eingesetzte Subskala aus dem Englischen übersetzt wurde. Dies erfolgte in Zusammenarbeit mit einer Englisch-Studentin. Die Items wurden dabei von der Autorin dieser Arbeit übersetzt und von der unterstützenden Studierenden ins Englische rückübersetzt. Im Anschluss wurde die deutsche Übersetzung gemeinsam diskutiert und einige Formulierungen modifiziert. Das Vorgehen wurde im Rahmen dieser Studie als ausreichend präzise angenommen.

Die verwendeten Items messen die bewusste Verbesserung der Affekte anderer Personen (Niven et al., 2011). Auf einer fünfstufigen Skala (*nie, selten, manchmal, oft, sehr oft*) können die Proband*innen einschätzen, wie häufig sie das jeweilige Verhalten innerhalb der letzten zwei Wochen zeigten. Beurteilt werden beispielsweise folgende Aussagen: „Ich habe jemandem einen hilfreichen Ratschlag gegeben, damit er/sie sich besser fühlt“, „Ich habe jemanden zum Lachen gebracht, damit er/sie sich besser fühlt“. Der Gesamtwert berechnet sich aus dem Mittelwert aller Items.

Die interne Konsistenz der Originalskala ist als sehr gut einzustufen und liegt, je nach Stichprobe, bei $.89 \leq \alpha \leq .93$ (Niven et al., 2011) bzw. bei $\alpha = .80$ bei einer spanischen Version des EROS (López-Pérez, Ambrona, & Gummerum, 2017). Die extrinsic affect-improving Skala weist geringe positive Korrelationen mit der wahrgenommenen Fähigkeit, die Emotionen anderer regulieren zu können, wie auch mit interpersoneller Kontrolle auf

(Niven et al., 2011). Außerdem zeigt sich ein moderat positiver Zusammenhang mit der Wahrnehmung der Partner*innen der Befragten, Strategien zur Regulierung der Emotionen anderer anzuwenden sowie mit dem Alter der Befragten (Niven et al., 2011).

Coping. Um Coping zu erfassen, wurde die von Sinclair und Wallston (2004) entwickelte und von Kocalevent, Mierke, Brähler und Klapp (2014) ins Deutsche übersetzte Brief Resilient Coping Scale (BRCS) verwendet. Diese Kurzskala erfasst eindimensional anhand von vier Items die individuelle Tendenz, bei Stress und Belastungen hoch adaptive Copingstrategien einzusetzen (Kocalevent et al., 2014). Der Fragebogen erfasst die Themen Hartnäckigkeit, Optimismus, Kreativität und aktives Problemlösen (Sinclair & Wallston, 2004) beispielsweise mit folgendem Item: „Ich versuche mir etwas einfallen zu lassen, wie ich schwierige Situationen verändern kann“. Auf einer fünfstufigen Skala von 1 = *trifft überhaupt nicht zu* bis 5 = *trifft voll und ganz zu* können die Befragten den Grad ihrer Zustimmung angeben. Der Gesamtwert hat eine Range von 4 bis 20, wobei gilt, je höher der Gesamtwert, desto handlungsorientierter und aktiver sind die Copingstrategien der Person (Sinclair & Wallston, 2004). Eine exploratorische und konfirmatorische Faktorenanalyse konnte die einfaktorielle Lösung bestätigen (Kocalevent, Zenger, Hinz, Klapp, & Brähler, 2017).

Die deutschsprachige Version hat eine zufriedenstellende interne Konsistenz von $\alpha = .78$ (Kocalevent et al., 2017) und damit bessere Werte als das englischsprachige Original ($.64 \leq \alpha \leq .76$, Gesamtstichprobe $\alpha = .69$; Sinclair & Wallston, 2004). Für die deutsche Übersetzung liegen noch keine weiteren Daten zur psychometrischen Güte vor, weswegen Befunde der englischsprachigen Version berichtet werden. Auf eine gewisse zeitliche Stabilität des Konstrukts weisen Test-Retest-Korrelationen von $r_{tt} = .71$ nach fünf bis sechs Wochen und $r_{tt} = .68$ nach drei Monaten hin (Sinclair & Wallston, 2004).

Bei der Überprüfung der Konstruktvalidität zeigen sich moderate bis starke positive Zusammenhänge des BRCS-Summenscores mit persönlichen Copingressourcen (z.B. Optimismus, Selbstwirksamkeit), Wohlbefinden und aktiven Bewältigungsstrategien wie Neubewertung oder Problemlösen (Sinclair & Wallston, 2004). Des Weiteren findet sich eine positive Korrelation zwischen BRCS und Bildungsniveau (Sinclair & Wallston, 2004). Höhere BRCS-Werte stehen in negativer Verbindung zu maladaptiven Bewältigungsstrategien (z.B. Hilflosigkeit, Katastrophisierung), negativem Affekt sowie Depressivität (Sinclair & Wallston, 2004).

Empathie. Zur Erfassung von Empathie wurde eine revidierte Version des Saarbrücker Persönlichkeitsfragebogens (SPF-R; Paulus, 2019) eingesetzt. Der Fragebogen basiert auf dem Interpersonal Reactivity Index (IRI; Davis, 1980, 1983), welches eines der am häufigsten

verwendeten Verfahren zur Empathiemessung ist (Paulus, 2009). Der SPF-R besteht aus 12 Items und gliedert sich in drei Subskalen:

1. Perspektivenübernahme (Perspective Taking): erfasst, wie sehr man einen Sachverhalt aus der Sicht einer anderen Person sehen kann.
2. Fantasie (Fantasy): misst, inwieweit man sich in die Gefühlswelt von Roman- und Filmfiguren hineinversetzen kann.
3. Empathische Anteilnahme (Empathic Concern): erhebt das Ausmaß an Interesse gegenüber Personen, die Hilfe benötigen (Mitleid, Sorge).

Die faktorielle Validität der Subskalen erweist sich als bestätigt (Paulus, 2009). Auf einer fünfstufigen Skala (1 = *nie*, 2 = *selten*, 3 = *manchmal*, 4 = *häufig*, 5 = *immer*) können die befragten Personen selbst einschätzen, in welchem Ausmaß sie den Aussagen zustimmen. Der Fragebogen enthält zum Beispiel folgende Items: „Mich berühren Dinge sehr, auch wenn ich sie nur beobachte“, „Bevor ich jemanden kritisiere, versuche ich mir vorzustellen, wie ich mich an seiner Stelle fühlen würde“. Höhere Werte auf jeder Subskala weisen auf ein stärker ausgeprägtes Maß an Empathiefähigkeit hin. Der Autor des Fragebogens erachtet die Bildung eines Empathiescores, berechnet über alle drei Subskalen, für sinnvoll (Paulus, 2012), weswegen diese Vorgehensweise für die vorliegende Studie herangezogen wurde.

Die revidierte Version ist eine Weiterentwicklung des SPF-IRI (Paulus, 2009), wobei beim SPF-R die Subskala Empathischer Distress aufgrund unzureichender psychometrischer Testkennwerte ausgeschlossen wurde. Angaben zur psychometrischen Güte des SPF-R sind aktuell nicht vorhanden, weswegen auf Daten des SPF-IRI zurückgegriffen werden muss. Die interne Konsistenz liegt bei den drei Subskalen ebenso im akzeptablen Bereich ($.71 \leq \alpha \leq .74$) wie die Retest-Reliabilität ($r_{tt} = .80$; Paulus, 2009). Die externe Validität des Fragebogens wurde anhand zweier valider Empathie-Fragebögen überprüft. Jene drei genannten Subskalen, welche im SPF-R inkludiert sind, weisen signifikant positive Korrelationen mit den Vergleichsfragebögen auf und die Effektstärken sind als stark einzustufen ($r > .58$; Paulus, 2009).

Emotionale Intelligenz. Mit der deutschsprachigen Version der Trait Meta-Mood Scale (TMMS) von Otto, Döring-Seipel, Greben und Lantermann (2001; entwickelt von Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, & Palfai, 1995) wurde die wahrgenommene emotionale Intelligenz gemessen. Folgende drei Bereiche können mit der TMMS erfasst werden (Otto et al., 2001; Salovey, Stroud, Woolery, & Epel, 2002):

1. Aufmerksamkeit (Attention): wahrgenommene Fähigkeit, eigene Stimmungen und Emotionen beachten zu können.

Beispielitem: „Ich denke es ist nutzlos, den eigenen Gefühlen und Stimmungen Aufmerksamkeit zu schenken.“

2. Klarheit (Clarity): wahrgenommene Fähigkeit, eigene Emotionen differenziert repräsentieren zu können.

Beispielitem: „Manchmal kann ich gar nicht sagen, was meine Gefühle sind.“

3. Beeinflussbarkeit (Repair): wahrgenommene Fähigkeit, eigene negative Emotionen verändern zu können und positive Emotionen wiederherstellen zu können.

Beispielitem: „Egal wie schlecht ich mich fühle, ich versuche, an angenehme Dinge zu denken.“

Diese Meta-Mood-Konzepte bezeichnen die Integration von emotionalen und kognitiven Prozessen (Otto et al., 2001). Die dreifaktorielle Lösung konnte faktorenanalytisch bestätigt werden (Otto et al., 2001). Der Fragebogen besteht aus 30 Items und die Beantwortung erfolgt durch Selbsteinschätzung auf einer fünfstufigen Skala (1 = *starker Widerspruch* bis 5 = *starke Zustimmung*). 14 Items müssen für die Berechnung der Scores umgepolt werden. Höhere Werte auf den Subskalen bedeuten, dass man in größerem Ausmaß kognitiv auf eigene emotionale Inhalte zugreifen bzw. diese verändern kann.

Die internen Konsistenzen der Subskalen sind als zufriedenstellend einzustufen und liegen, je nach Stichprobe, bei $.74 \leq \alpha \leq .91$ (Otto et al., 2001). Cronbach's α des englischsprachigen Originals liegen zwischen .82 und .88 (Salovey et al., 1995). Im Zuge dieser Studie wurde in Anlehnung an Good (2019) ein Gesamtscore aus den Werten der drei Subskalen berechnet und somit ein Indikator für das Ausmaß der wahrgenommenen emotionalen Intelligenz geschaffen. Die interne Konsistenz der Gesamtskala ist mit $\alpha = .93$ (Good, 2019) als sehr gut einzustufen.

Die Validität wurde in mehreren Studien mit verschiedenen Persönlichkeitsfragebögen untersucht. Die Subskala Aufmerksamkeit weist geringe bis moderate positive Korrelationen mit Offenheit für Erfahrungen (Extremera & Fernández-Berrocal, 2005; Otto et al., 2001) und Selbstaufmerksamkeit auf (Otto et al., 2001; Salovey et al., 1995). Die Subskala Klarheit korreliert moderat negativ mit Depressionsneigung (Extremera & Fernández-Berrocal, 2005; Otto et al., 2001; Salovey et al., 1995), Neurotizismus (Extremera & Fernández-Berrocal, 2005; Otto et al., 2001) und Emotionsambivalenz (Otto et al., 2001; Salovey et al., 1995). Personen, die ihre Emotionen klar erleben, tendieren also dazu, weniger depressiv und neurotisch zu sein und nehmen weniger Ambivalenz in der Menge und Qualität der Emotionen, die sie anderen gegenüber zeigen, wahr. Die Beeinflussbarkeit ist moderat bis stark negativ mit Depressionsneigung (Extremera & Fernández-Berrocal, 2005; Otto et al., 2001;

Salovey et al., 1995) und Neurotizismus (Extremera & Fernández-Berrocal, 2005; Otto et al., 2001), hingegen positiv mit Optimismus (Extremera & Fernández-Berrocal, 2005; Otto et al., 2001; Salovey et al., 1995) und Extraversion (Extremera & Fernández-Berrocal, 2005; Otto et al., 2001) verbunden. Das bedeutet, Individuen, die negative Emotionen besser verändern können, neigen zu weniger Depressivität und Neurotizismus, tendieren jedoch zu einem optimistischeren und extravertierteren Lebensstil.

Wahrgenommene soziale Unterstützung. Der Aspekt der wahrgenommenen sozialen Unterstützung wurde mit der 7-Item-Version des Fragebogens zur Sozialen Unterstützung (F-SOZU-K-7; Dunkel, Antretter, Fröhlich-Walser, & Haring, 2005) erhoben. Diese Version stellt eine Kurzfassung des Fragebogens zur Sozialen Unterstützung (F-SOZU-K-22; Sommer & Fydrich, 1989) dar. Erfasst werden drei Dimensionen der wahrgenommenen sozialen Unterstützung (Dunkel et al., 2005): praktische Unterstützung (PU), emotionale Unterstützung (EU) und soziale Integration (SI). Folgende Items sind beispielsweise im Fragebogen enthalten: „Wenn ich mal tief bedrückt bin, weiß ich, zu wem ich gehen kann“, „Wenn ich krank bin, kann ich ohne Zögern Freunde/Angehörige bitten, wichtige Dinge (z.B. Einkaufen) für mich zu erledigen“. Auf einer fünfstufigen Antwortskala können die Proband*innen angeben, wie sehr sie den Aussagen zustimmen (1 = *trifft nicht zu* bis 5 = *trifft genau zu*). Die Auswertung erfolgt auf Gesamtskalenebene, wobei höhere Werte für eine stärkere subjektive Überzeugung sprechen, bei Bedarf auf die Unterstützung von Personen aus dem sozialen Netz zurückgreifen zu können (Dunkel et al., 2005).

Die interne Konsistenz des Fragebogens liegt, je nach Stichprobe, im befriedigenden bis sehr guten Bereich ($.75 < \alpha < .93$ bei Dunkel et al., 2005; $\alpha > .89$ bei Bünemann et al., 2020). Befunde anderer Versionen des F-SOZU zeigen Retest-Übereinstimmungen von $r_{tt} = .96$ nach einer Woche, gemessen mit dem F-SOZU-K-14 bzw. von $r_{tt} = .65$ nach zwei Monaten, gemessen mit dem F-SOZU-K-22 (Fydrich et al., 2009).

Überprüfungen der Validität weisen darauf hin, dass wahrgenommene soziale Unterstützung, gemessen mit dem F-SOZU-K-7, in geringem bis moderatem Ausmaß positiv mit Selbstwert und Kohärenzsinn zusammenhängt (Dunkel et al., 2005). Eine geringe negative Korrelation zeigt sich mit Depressivität (Dunkel et al., 2005). Betrachtet man zusätzlich die Validität der Langversion, so zeigen sich moderate bis starke positive Korrelationen in den drei relevanten Dimensionen PU, EU und SI des F-SOZU-K-22 mit sozialer Kompetenz (Sommer & Fydrich, 1989). Eine hohe negative Korrelation besteht hingegen mit Kontaktangst (soziale Unsicherheit), welche Schwierigkeiten im Äußern von Gefühlen sowie Angst

davor, von anderen abhängig zu sein oder ihnen zur Last zu fallen, bezeichnet (Sommer & Fydrich, 1989).

Erhaltene soziale Unterstützung. Mithilfe des Inventars Sozial Unterstützender Verhaltensweisen (ISSB; Barrera, Sandler, & Ramsay, 1981; dt. Laireiter, 1996) wurde die real erhaltene soziale Unterstützung gemessen. Das Verfahren wird am häufigsten zur Erfassung dieses Teilkonstrukts der sozialen Unterstützung eingesetzt (Laireiter, 1996). Im Zuge dieser Arbeit wurde eine Kurzform des Fragebogens mit 19 Items (Barrera & Baca, 1990) verwendet. Die Kurzversion wurde noch nicht ins Deutsche übersetzt, konnte aber aus der deutschen Langversion erarbeitet werden.

Gemessen wird, wie häufig den Proband*innen in den letzten vier Wochen vor dem Befragungszeitpunkt alltägliches hilfreiches Verhalten aus dem sozialen Umfeld zu Teil wurde (Laireiter, 1996). Folgende Items sind zum Beispiel in der Kurzversion enthalten: „Wie oft ist es in den letzten vier Wochen vorgekommen, dass...

- Ihnen jemand dabei geholfen hat, zu verstehen, warum etwas nicht so gut lief wie es sollte?“
- Ihnen jemand Interesse oder Sorge über Ihr Wohlbefinden ausgedrückt hat?“
- Ihnen jemand etwas außer Geld, das Sie benötigten, geliehen oder gegeben hat (z.B. Werkzeug, Lebensmittel)?“

Das eindimensionale Verfahren erhebt lediglich die Art der Unterstützung und nicht deren Herkunft. Allerdings kann mit hoher Wahrscheinlichkeit angenommen werden, dass auch die Tendenz, Hilfe von anderen aktiv aufzusuchen bzw. in Anspruch zu nehmen, gemessen wird (Laireiter, 1996). Die Selbstbeurteilung erfolgt auf einer fünfstufigen Skala (0 = *gar nie*, 1 = *ein- bis zweimal*, 2 = *etwa einmal pro Woche*, 3 = *mehrmals pro Woche*, 4 = *fast jeden Tag*). Durch Aufsummieren wird ein Gesamtwert über alle Items errechnet. Dieser kann zwischen 0 und 76 liegen, wobei höhere Werte auf ein größeres Ausmaß an tatsächlich erhaltener Unterstützung hinweisen. Eine Unterteilung in die drei Subskalen Emotionale Unterstützung, Kognitive Unterstützung sowie Instrumentelle Unterstützung (Laireiter, 2008) ist grundsätzlich möglich, erfolgte im Zuge dieser Arbeit jedoch nicht.

Die interne Konsistenz der Gesamtskala der englischsprachigen Kurzversion liegt bei $\alpha = .84$ (Barrera & Baca, 1990) und ist als gut einzuordnen. Zur Kurzversion stehen keine weiteren Belege zur psychometrischen Güte vor, weswegen im Weiteren Daten der Langversion berichtet werden. Es wird eine sehr gute Retest-Reliabilität von $r_{tt} = .89$ nach zweitägigem Messabstand berichtet (Barrera et al., 1981).

Untersuchungen zur konvergenten Validität zeigen, dass das Instrument gering bis mäßig mit wahrgenommener Unterstützung und dem Unterstützungsnetzwerk verknüpft ist (Laireiter, 1996). Keine Verbindung gibt es mit der Größe des Unterstützungsnetzwerks sowie der Zufriedenheit damit (Laireiter, 1996). Die Überprüfung der diskriminanten Validität zeigt, dass Personen, die viel soziale Unterstützung erhalten, sich als relativ empathisch, sozial intelligent und einfühlsam beschreiben (Laireiter, 1996).

Unterstützungsnetzwerk. Mit dem Social Support Questionnaire-6-Item-Version (SSQ-6; I. G. Sarason et al., 1987; dt. Muhr & Beham, 1992) wurde die Verfügbarkeit von und Zufriedenheit mit sozialer Unterstützung erhoben. Das Instrument zählt zu den etabliertesten Verfahren zur Erfassung des unterstützungsorientierten Netzwerks (Lischka, Popien, & Linden, 2005). Die sechs Items beziehen sich größtenteils auf die Messung emotionaler Unterstützung. Beispielsweise wird die Verlässlichkeit von Beziehungen in schwierigen Situationen („Auf wen können Sie sich wirklich verlassen, wenn Sie Hilfe brauchen?“) oder die Anerkennung von anderen („Wer akzeptiert Sie voll und ganz, einschließlich Ihrer schlechtesten und besten Seiten?“) erfasst. Bei jeder Frage können bis zu neun Personen angegeben werden, die als unterstützend wahrgenommen werden. Für diese Arbeit wurde nicht, wie im Original vorgesehen, der Vorname und Anfangsbuchstabe des Nachnamens jeder unterstützenden Person erfragt, sondern lediglich die Initialen des Vor- und Nachnamens. Dadurch konnte die Anonymität der Befragten zusätzlich gesichert werden. Außerdem werden im Fragebogen das Geschlecht und die Beziehung, in der man zur genannten Person steht, angegeben. Sollte keine Person als unterstützend wahrgenommen werden, kann bei jeder Frage die Antwortalternative „Keine*r“ bzw. „Auf keine*n“ gewählt werden. Auf evaluativer Ebene wird für jedes Item die Zufriedenheit mit der subjektiv wahrgenommenen Unterstützung („Wie zufrieden sind Sie damit?“) auf einer sechsstufigen Likertskala (0 = *sehr unzufrieden* bis 5 = *sehr zufrieden*) gemessen.

Zwei Maße können für die Auswertung errechnet werden: Number (N; Anzahl unterstützender Personen) und Satisfaction (S; Grad der Zufriedenheit mit der Unterstützung). Die Gesamtwerte für N und S werden erreicht, indem die Summe der N- und S-Werte aller Items durch 6 (Gesamtzahl der Items) dividiert wird (I. G. Sarason, Levine, Basham, & Sarason, 1983). Somit können für N Werte zwischen 0 und 9 und für S Werte zwischen 0 und 5 erreicht werden. Höhere Werte sprechen für einen größeren Rückhalt bzw. für ein größeres Maß an Zufriedenheit mit der Unterstützung.

Die interne Konsistenz der deutschen Version des SSQ-6 kann als sehr gut bezeichnet werden. Für N liegen die Werte je nach Stichprobe bei $.86 \leq \alpha \leq .89$ und für S bei $.91 \leq \alpha$

$\geq .92$ (Muhr, 1992). Die interne Konsistenz der englischsprachigen Version liegt bei $\alpha = .86$ bzw. $.90$ für N (Burns, Feaster, Mitrani, Ow, & Szapocznik, 2008; I. G. Sarason et al., 1987) und bei $\alpha = .93$ für S (I. G. Sarason et al., 1987). Auch die Test-Retest-Reliabilität wird als sehr zufriedenstellend bezeichnet (I. G. Sarason et al., 1987).

Im Zuge der Überprüfung der Validität mithilfe einer Faktorenanalyse konnte eine Zwei-Faktoren-Struktur ermittelt werden, die mit dem theoretischen Konzept übereinstimmt. Die Faktoren N und S erklärten 68% der Varianz, was als hoch eingeschätzt werden kann (Muhr, 1992). Weitere Überprüfungen der Validität der deutschen Version weisen auf positive Korrelationen zwischen den N-Werten und emotionaler und praktischer Unterstützung sowie negative Korrelationen mit sozialer Belastung hin (Muhr, 1992). Die S-Werte korrelieren hingegen negativ mit emotionaler und praktischer Unterstützung und positiv mit sozialer Belastung und weisen positive Zusammenhänge mit der allgemeinen Stimmungslage auf (Muhr, 1992). Die inhaltliche Validität kann also als gut eingestuft werden. Bei der englischsprachigen Version finden sich zudem geringe bis moderate negative Zusammenhänge zwischen den N- und S-Werten und Ängstlichkeit, Depressivität und Einsamkeit sowie eine geringe positive Korrelation mit dem ISSB-Gesamtwert (I. G. Sarason et al., 1987).

Geplante statistische Auswertung

Für die Analyse der Daten werden die Programme IBM SPSS Statistics 26 und IBM SPSS Amos 26 Graphics eingesetzt. In SPSS Statistics werden zuerst die fehlenden Werte analysiert. Sofern diese missing completely at random (MCAR) sind, werden mit der expectation-maximization Funktion Werte imputiert. Die Verteilung der Variablen wird ebenfalls in SPSS Statistics mittels deskriptiver Statistik analysiert. Betrachtet werden Lagemaße (M , Range), Streuungsmaße (SD) und Formmaße (Schiefe, Kurtosis). Zusätzlich sollen in dem Programm durchgeführte grafische Analysen (Histogramme mit Normalverteilungskurven) sowie der Kolmogorov-Smirnov-Test Aufschluss über die Verteilung der Variablen bringen. Auch die internen Konsistenzen der Skalen und Subskalen werden in SPSS Statistics berechnet.

Zur Beantwortung der Fragestellungen werden in einem ersten Schritt die Korrelationen zwischen den Variablen mittels einer Korrelationsmatrix in SPSS Statistics überprüft. Vor der Durchführung werden die Anwendungsvoraussetzungen für die Berechnung von Pearson-Korrelationen in SPSS Statistics kontrolliert. Die Voraussetzungen betreffen das Skalenniveau, den linearen Zusammenhang sowie die multivariate Normalverteilung der Variablen und das Vorhandensein von Ausreißern in den Daten. Die Überprüfung erfolgt teilweise grafisch mithilfe von Streudiagrammen und Boxplots direkt in SPSS Statistics. Die erforder-

liche multivariate Normalverteilung kann in diesem Programm nicht überprüft werden, weswegen auf den zentralen Grenzwertsatz zurückgegriffen wird. Dieser besagt, dass die Mittelwertsverteilung einer Stichprobe normalverteilt ist, sofern die Stichprobengröße ausreichend groß ($n \geq 30$) ist (Döring & Bortz, 2016).

SPSS Amos wird im Weiteren zur Berechnung von Pfadanalysen herangezogen. Diese sind ein Spezialfall der Strukturgleichungsmodellierung, wobei für die jeweiligen Variablen des Modells die Gesamtscores der Fragebögen als Indikatoren eingesetzt werden. Dadurch erhält man ein Strukturgleichungsmodell, in dem das Strukturmodell, nicht aber das Messmodell enthalten ist. Grundsätzlich reicht der Prozess der Modellierung von Strukturgleichungen von der theoretischen Hypothesenbildung über die formale Darstellung eines Hypothesensystems hin zu dessen empirischer Überprüfung anhand einer Strukturgleichungsanalyse (Weiber & Mülhau, 2014). In den Kapiteln zum theoretischen Hintergrund und zu den Fragestellungen und Hypothesen wurden die ersten beiden Aspekte (theoretische Hypothesenbildung und Darstellung eines Hypothesensystems) erarbeitet. Der dritte Aspekt (empirische Überprüfung mittels Strukturgleichungsanalyse) erfolgt im nachfolgenden Kapitel. Die erforderlichen Voraussetzungen für die Berechnung der Pfadanalysen mit dem Maximum-Likelihood-Schätzverfahren (ML-Schätzung) betreffen die univariate und multivariate Normalverteilung der Daten. Erstere kann anhand der Formmaße, welche im Zuge der deskriptiven Statistik in SPSS Statistics analysiert werden, geprüft werden. Zweitere wird in SPSS Amos mithilfe des Mardia's Maß (Mardia, 1970) überprüft, welches üblicherweise zur Beurteilung der multivariaten Wölbung herangezogen wird. Zudem müssen aufgrund der Sensitivität des Analyseverfahrens Fälle mit fehlenden Werten wie auch extreme Ausreißer aus dem Datensatz ausgeschlossen werden. Anschließend sollen das erstellte hypothetische Modell sowie weitere unterschiedlich plausible Modelle berechnet und auf ihre Güte hin verglichen werden.

Ergebnisse

Analyse fehlender Werte

Über alle Fragebögen hinweg (ausgenommen SSQ-6) gab es im Datensatz zwei fehlende Werte. Die Analyse zeigte, dass diese MCAR waren, weswegen Werte imputiert wurden. Fehlende Werte bei den Fragen zur Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk (SSQ-6 S) waren missing at random (MAR), deshalb wurde von einer Datenimputation abgesehen und für die betroffenen fünf Fälle kein Gesamtscore berechnet. Somit resultierte eine Stichprobe von $N = 222$. Bei der Durchsicht der Daten des SSQ-6 fiel auf, dass manche Personen nicht bei allen Fragen Angaben zu den unterstützenden Personen machten, sondern stattdessen „wie

bei der ersten Frage dieser Art“, „wie zuvor“ oder Ähnliches schrieben. Hier wurden die Daten, sofern dies möglich war, manuell entsprechend der Hinweise nachgetragen.

Deskriptive Statistik

Die Skalenanalyse wurde anhand von deskriptiver Statistik vorgenommen (M , SD , Range, Schiefe, Kurtosis). In Tabelle 2 sind die Werte für die Gesamtstichprobe angeführt. Die Skalenanalyse wurde zudem getrennt nach Geschlechtern durchgeführt (Tabelle 3, Anhang B).

Tabelle 2

Deskriptive Statistik der Fragebögen-Gesamtwerte für die Gesamtstichprobe ($N = 227$)

	M	SD	Range	s_s	s_k
IERQ	64.15	12.08	34–98	0.03	-0.39
EROS ^a	21.97	3.97	11–30	-0.29	-0.01
BRCS	15.59	2.25	7–20	-0.59	0.59
SPF-R	43.56	5.65	24–55	-0.22	-0.22
TMMS	113.26	13.96	75–141	-0.48	-0.22
F-SOZU-K-7	29.49	4.81	10–35	-1.18	1.75
ISSB	28.76	10.68	3–63	0.20	-0.03
SSQ-6 N	3.74	2.05	0–9	0.51	-0.32
SSQ-6 S ^b	5.23	1.00	1–6	-2.16	5.67

Anmerkung. M = Mittelwert; SD = Standardabweichung; Range = kleinste und größte Ausprägung der Variable, s_s = Schiefe, s_k = Kurtosis.

IERQ = Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire; EROS = Emotion Regulation of Others and Self; BRCS = Brief Resilient Coping Scale; SPF-R = Saarbrücker Persönlichkeitsfragebogen revidierte Version; TMMS = Trait Meta-Mood Scale; F-SOZU-K-7 = Fragebogen zur Sozialen Unterstützung – Kurzform 7 Items; ISSB = Inventar Sozial Unterstützender Verhaltensweisen; SSQ-6 N = Social Support Questionnaire-6-Item-Version (Number); SSQ-6 S = Social Support Questionnaire-6-Item-Version (Satisfaction).

^a Die Werte gelten für die Subskala extrinsic affect-improving.

^b $N = 222$.

Die Schiefe- und Kurtosiswerte wurden in einem ersten Schritt zur Beurteilung der Verteilung der Variablen herangezogen. Die Werte weisen darauf hin, dass rechtsschiefe, linksschiefe und annähernd symmetrische Verteilungen vorhanden sind. Da einige Werte von Null abwichen, wurde für diese Variablen keine Normalverteilung in der Gesamtstichprobe angenommen. Die grafische Überprüfung mit Histogrammen und Normalverteilungskurven sowie der Kolmogorov-Smirnov-Test bestätigen diese Annahmen. Demnach sind in der Gesamtstichprobe die intrinsische IER (IERQ) und die erhaltene soziale Unterstützung (ISSB) normalverteilt ($p > .05$). Alle anderen Variablen weisen laut dem Test eine signifikante Abweichung von der Normalverteilung auf ($p < .05$). Diese Ergebnisse spiegeln sich auch in der weiblichen Stichprobe exakt wider. In der männlichen Stichprobe sind dem Kolmogorov-

Smirnov-Test folgend mehr Variablen normalverteilt ($p > .05$ bei IERQ, EROS, SPF-R, TMMS, ISSB, SSQ-6 N).

Reliabilitätsanalyse

Die internen Konsistenzen der Skalen wurden mittels Cronbach's Alpha überprüft (Tabelle 4). Für den IERQ, SPF-R und die TMMS wurden die Inter-Item-Korrelationen sowohl für den Gesamtwert als auch für die Subskalen angeführt. Für alle anderen Instrumente wurde Cronbach's α für den Gesamtscore berechnet. Die Reliabilitätswerte der Gesamtscores lagen bei fast allen Skalen im guten bis sehr guten Bereich zwischen $\alpha = .77$ und $.94$. Lediglich der BRCS-Gesamtscore wies eine inakzeptable Reliabilität von $\alpha = .58$ auf. Auch die Subskala Empathische Anteilnahme des SPF-R erreichte den Schwellenwert von $\alpha = .60$ nicht. Da die statistische Auswertung jedoch mit dem Gesamtwert des SPF-R vorgenommen wurde, stellt die unzureichende Reliabilität der Subskala keine Einschränkung für diese Studie dar.

Tabelle 4

Interne Konsistenzen der Fragebögen mit Subskalen

	Itemanzahl	Cronbach's α
IERQ: Gesamtwert	20	.89
Positiven Affekt Verstärken	5	.81
Andere Perspektiven Einnehmen	5	.80
Beruhigung	5	.89
Soziales Nachahmen	5	.78
EROS: extrinsic affect-improving	6	.77
BRCS: Gesamtwert	4	.58
SPF-R: Gesamtwert	12	.79
Perspektivenübernahme	4	.70
Fantasie	4	.76
Empathische Anteilnahme	4	.59
TMMS: Gesamtwert	30	.88
Aufmerksamkeit	13	.85
Klarheit	11	.80
Beeinflussbarkeit	6	.78
F-SOZU-K-7: Gesamtwert	7	.85
ISSB: Gesamtwert	19	.84

Fortsetzung

Fortsetzung Tabelle 4

	Itemanzahl	Cronbach's α
SSQ-6: Anzahl (N)	6	.91
SSQ-6: Zufriedenheit (S)	6	.94

Anmerkung. IERQ = Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire; EROS = Emotion Regulation of Others and Self; BRCS = Brief Resilient Coping Scale; SPF-R = Saarbrücker Persönlichkeitsfragebogen revidierte Version; TMMS = Trait Meta-Mood Scale; F-SOZU-K-7 = Fragebogen zur Sozialen Unterstützung – Kurzform 7 Items; ISSB = Inventar Sozial Unterstützender Verhaltensweisen; SSQ-6 = Social Support Questionnaire-6-Item-Version.

Werte $> .60$ = akzeptabel, $> .70$ = gut, $> .80$ = sehr gut.

Anwendungsvoraussetzungen Pearson-Korrelation

Für die Berechnung von Korrelationskoeffizienten nach Pearson müssen verschiedene Voraussetzungen der Daten gegeben sein. Die erste Voraussetzung betrifft das Skalenniveau der Variablen. Diese müssen metrisch skaliert sein, was auf alle eingesetzten Variablen zutrifft, da die Antworten mithilfe von Likertskalen erhoben wurden. Des Weiteren müssen die korrelierten Variablen in einem linearen Zusammenhang stehen. Dies wurde mithilfe von Streudiagrammen grafisch festgestellt. Dem zentralen Grenzwertsatz (Döring & Bortz, 2016) folgend, sind parametrische Verfahren trotz Abweichungen von der zulässigen Schiefe und Kurtosis erlaubt, sofern die Stichprobe mindestens 30 Personen umfasst. Es kann daher aufgrund der Stichprobengröße von einer multivariaten Normalverteilung der Daten ausgegangen werden. Außerdem dürfen in den Daten keine Ausreißer vorhanden sein. Dies wurde anhand von Boxplots grafisch überprüft. Extreme Ausreißer waren bei der Variable SSQ-6 S vorhanden. Da der Pearson Korrelationskoeffizient für Ausreißer sensitiv ist, wurden diese aus der Berechnung der Korrelationsmatrix ausgeschlossen, wodurch schließlich 218 Fälle in die Berechnungen aufgenommen wurden.

Inferenzstatistik

Für alle Fragestellungen wurden in einem ersten Schritt Pearson-Korrelationen berechnet. Die Korrelationskoeffizienten und Konfidenzintervalle sind der Korrelationsmatrix (Tabelle 5) zu entnehmen. Auf Basis dieser Ergebnisse erfolgt eine vorläufige Einschätzung über Beibehaltung bzw. Verwerfung der Nullhypothesen.

Intrinsische und extrinsische interpersonelle Emotionsregulation. Fragestellung 1: Besteht ein Zusammenhang zwischen intrinsischer und extrinsischer IER?

Es zeigte sich ein positiver insignifikanter Zusammenhang zwischen intrinsischer IER und extrinsischer IER, $r(218) = .11$, $p = .104$, 95% KI für r $[-.03; .23]$. Die Nullhypothese H_{01} wurde aufgrund des insignifikanten Ergebnisses beibehalten.

Tabelle 5

Pearson Korrelationskoeffizienten für den Zusammenhang zwischen den Skalen mit Konfidenzintervallen (n = 218)

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
1. IERQ	–	.11 [-.03; .23]	.04 [-.09; .18]	.34** [.22; .46]	.26** [.12; .40]	.27** [.14; .39]	.29** [.15; .42]	.30** [.16; .43]	.08 [-.05; .19]
2. EROS		–	.20** [.08; .32]	.24** [.19; .37]	.12 [-.01; .24]	.12* [-.01; .25]	.32** [.19; .45]	.17* [.04; .29]	.05 [-.09; .20]
3. BRCS			–	.19** [.03; .35]	.32** [.20; .44]	.26** [.13; .37]	-.02 [-.17; .13]	.12 [-.01; .23]	.15* [.02; .28]
4. SPF-R				–	.29** [.16; .41]	.10 [-.03; .23]	.22** [.10; .34]	.16* [.04; .29]	-.08 [-.21; .04]
5. TMMS					–	.38** [.26; .50]	.09 [-.04; .23]	.25** [.13; .36]	.25** [.13; .38]
6. F-SOZU-K-7						–	.29** [.16; .42]	.47** [.38; .56]	.65** [.53; .74]
7. ISSB							–	.20* [.06; .34]	.20** [.08; .32]
8. SSQ-6 N								–	.38** [.27; .46]
9. SSQ-6 S									–

Anmerkung. IERQ = intrinsische IER; EROS = extrinsische IER; BRCS = Coping; SPF-R = Empathie; TMMS = emotionale Intelligenz; F-SOZU-K-7 = wahrgenommene soziale Unterstützung; ISSB = erhaltene soziale Unterstützung; SSQ-6 N = Unterstützungsnetzwerk, Anzahl; SSQ-6 S = Unterstützungsnetzwerk, Zufriedenheit.

* $p < .05$ (2-seitig), ** $p < .01$ (2-seitig).

Intrinsische interpersonelle Emotionsregulation und verwandte Konzepte. Fragestellung 2: In welchem Zusammenhang steht intrinsische IER mit Coping, Empathie, emotionaler Intelligenz, wahrgenommener sozialer Unterstützung, erhaltener sozialer Unterstützung und dem Unterstützungsnetzwerk?

Der Zusammenhang zwischen intrinsischer IER und Coping war nicht signifikant, $r(218) = .04, p = .523$, 95% KI für r $[-.09; .18]$. Die Nullhypothese $H0_2$ wurde beibehalten. Intrinsische IER korrelierte signifikant positiv mit Empathie, $r(218) = .34, p < .001$, 95% KI für r $[.22; .46]$. Die Nullhypothese wurde verworfen und die Alternativhypothese $H1_3$ angenommen. Zwischen intrinsischer IER und emotionaler Intelligenz zeigte sich ein positiver signifikanter Zusammenhang, $r(218) = .26, p < .001$, 95% KI für r $[.12; .40]$. Daher wurde die Alternativhypothese $H1_4$ angenommen. Die Korrelation zwischen intrinsischer IER und wahrgenommener sozialer Unterstützung war ebenso signifikant positiv, $r(218) = .27, p < .001$, 95% KI für r $[.14; .39]$. Die Alternativhypothese $H1_5$ wurde angenommen. Auch für die erhaltene soziale Unterstützung war das Ergebnis signifikant, $r(218) = .29, p < .001$, 95% KI für r $[.15; .42]$. Die Nullhypothese wurde verworfen und die Alternativhypothese $H1_6$ angenommen. Intrinsische IER und die Größe des Unterstützungsnetzwerks zeigten eine signifikante positive Korrelation, $r(218) = .30, p < .001$, 95% KI für r $[.16; .43]$. Die Alternativhypothese $H1_7$ wurde angenommen. Der Zusammenhang mit der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk war insignifikant, $r(218) = .08, p = .244$, 95% KI für r $[-.05; .19]$. Die Nullhypothese $H0_8$ wurde beibehalten.

Extrinsische interpersonelle Emotionsregulation und verwandte Konzepte. Fragestellung 3: In welchem Zusammenhang steht extrinsische IER mit Coping, Empathie, emotionaler Intelligenz, wahrgenommener sozialer Unterstützung, erhaltener sozialer Unterstützung und dem Unterstützungsnetzwerk?

Es zeigte sich ein positiver signifikanter Zusammenhang zwischen extrinsischer IER und Coping, $r(218) = .20, p = .003$, 95% KI für r $[.08; .32]$. Die Alternativhypothese $H1_9$ wurde angenommen. Die Korrelation mit Empathie war ebenfalls signifikant positiv, $r(218) = .24, p < .001$, 95% KI für r $[.12; .37]$. Die Alternativhypothese $H1_{10}$ wurde angenommen. Zwischen extrinsischer IER und emotionaler Intelligenz konnte kein signifikanter Zusammenhang festgestellt werden, $r(218) = .12, p = .090$, 95% KI für r $[-.01; .24]$. Die Nullhypothese $H0_{11}$ wurde beibehalten. Auch der Zusammenhang mit wahrgenommener sozialer Unterstützung war insignifikant, $r(218) = .12, p = .079$, 95% KI für r $[-.01; .25]$. Die Nullhypothese $H0_{12}$ wurde beibehalten. Extrinsische IER und erhaltene soziale Unterstützung waren signifikant positiv miteinander korreliert, $r(218) = .32, p < .001$, 95% KI für r $[.19; .45]$. Die Alternativ-

hypothese H1₁₃ wurde angenommen. Es zeigte sich ein signifikant positiver Zusammenhang mit der Größe des Unterstützungsnetzwerks, $r(218) = .17, p = .013$, 95% KI für r [.04; .29]. Die Alternativhypothese H1₁₄ wurde angenommen. Keine signifikante Verbindung zeigte sich mit der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk, $r(218) = .05, p = .461$, 95% KI für r [-.09; .20]. Die Nullhypothese H0₁₅ wurde beibehalten.

Verwandte Konzepte. Fragestellung 4: Welche Beziehungen bestehen zwischen Coping, Empathie, emotionaler Intelligenz, wahrgenommener sozialer Unterstützung, erhaltener sozialer Unterstützung und dem Unterstützungsnetzwerk?

Zwischen wahrgenommener und erhaltener sozialer Unterstützung zeigte sich ein positiver signifikanter Zusammenhang, $r(218) = .29, p < .001$, 95% KI für r [.16; .42]. Die Alternativhypothese H1₁₆ wurde angenommen. Wahrgenommene soziale Unterstützung und sowohl die Größe des Unterstützungsnetzwerks ($r(218) = .47, p < .001$, 95% KI für r [.38; .56]) als auch die Zufriedenheit damit ($r(218) = .65, p < .001$, 95% KI für r [.53; .74]) waren signifikant positiv miteinander korreliert. Die Alternativhypothesen H1₁₇ und H1₁₈ wurden angenommen. Auch zwischen erhaltener sozialer Unterstützung und dem Unterstützungsnetzwerk zeigten sich positive signifikante Zusammenhänge. Die Ergebnisse für die Größe des Unterstützungsnetzwerks lagen bei $r(218) = .20, p = .003$, 95% KI für r [.06; .34] und für die Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk bei $r(218) = .20, p = .002$, 95% KI für r [.08; .32]. Die Alternativhypothesen H1₁₉ und H1₂₀ wurden angenommen. Erhaltene soziale Unterstützung und Empathie waren ebenso signifikant positiv korreliert, $r(218) = .22, p = .001$, 95% KI für r [.10; .34]. Die Alternativhypothese H1₂₁ wurde angenommen. Der Zusammenhang zwischen emotionaler Intelligenz und wahrgenommener sozialer Unterstützung war signifikant positiv, $r(218) = .38, p < .001$, 95% KI für r [.26; .50]. Die Alternativhypothese H1₂₂ wurde angenommen. Es zeigte sich außerdem ein signifikanter positiver Zusammenhang zwischen emotionaler Intelligenz und der Größe des Unterstützungsnetzwerks ($r(218) = .25, p < .001$, 95% KI für r [.13; .36]) und der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk ($r(218) = .25, p < .001$, 95% KI für r [.13; .38]). Die Alternativhypothesen H1₂₃ und H1₂₄ wurden angenommen. Zwischen Coping und wahrgenommener sozialer Unterstützung zeigte sich eine signifikant positive Verknüpfung, $r(218) = .26, p < .001$, 95% KI für r [.06; .13]. Die Alternativhypothese H1₂₅ wurde angenommen. Coping stand hingegen mit erhaltener sozialer Unterstützung in keinem signifikanten Zusammenhang, $r(218) = -.02, p = .820$, 95% KI für r [-.17; .13]. Die Nullhypothese H0₂₆ wurde beibehalten. Coping und die Größe des Unterstützungsnetzwerks korrelierten ebenfalls nicht signifikant, $r(218) = .12, p = .078$, 95% KI für r [-.01; .23]. Auch hier wurde die Nullhypothese H0₂₇ beibehalten. Signifikant gestal-

tete sich der Zusammenhang jedoch mit der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk, $r(218) = .15, p = .030$, 95% KI für r [.02; .28]. Die Alternativhypothese H1₂₈ wurde angenommen. Zwischen Coping und Empathie zeigte sich eine signifikant positive Korrelation, $r(218) = .19, p = .004$, 95% KI für r [.03; .35]. Die Alternativhypothese H1₂₉ wurde angenommen. Auch zwischen Coping und emotionaler Intelligenz zeichnete sich ein signifikant positiver Zusammenhang ab, $r(218) = .32, p < .001$, 95% KI für r [.20; .44]. Die Alternativhypothese H1₃₀ wurde angenommen. Empathie und emotionale Intelligenz standen in einer signifikant positiven Beziehung, $r(218) = .29, p < .001$, 95% KI für r [.16; .41]. Die Alternativhypothese H1₃₁ wurde angenommen.

Strukturgleichungsmodellierung

Im Zuge dieser Studie wurde für alle erhobenen Konstrukte der Gesamtwert errechnet. Es handelt sich daher um manifeste Variablen mit metrischem Skalenniveau, weshalb zur Berechnung eine Pfadanalyse herangezogen werden kann (Backhaus, Erichson, & Weiber, 2015). Zur Überprüfung der Passung des Modells an die erhobenen Daten werden inferenzstatistische, deskriptive und inkrementelle Gütekriterien herangezogen (Weiber & Mülhhaus, 2014). Für alle Kennwerte gibt es Cut-Off-Werte, die erreicht werden sollen, damit ein Modell angenommen werden kann.

Voraussetzungsprüfungen. Um die Analyse mit der ML-Schätzung durchzuführen, müssen die Daten annähernd univariat und multivariat normalverteilt sein. Werte ab > 2 bei der Schiefe und ab > 7 bei der Wölbung deuten auf eine stärkere Abweichung von der univariaten Normalverteilung hin (West, Finch, & Curran, 1995, zitiert nach Weiber & Mülhhaus, 2014, S. 180). Eine Abweichung > 2 für den Schiefekoeffizienten fand sich in den erhobenen Daten beim SSQ-6 S ($s_s = -2.16$, siehe Tabelle 2). In Tabelle 6 sind die Werte zu Schiefe, Kurtosis und die zugehörigen Critical Ratios (C.R.) zur Überprüfung der multivariaten Normalverteilung zu finden. Das Mardia's Maß (Mardia, 1970) wies einen Wert von 6.79 mit einer C.R. von 3.56 auf. Der Wert sollte < 5.00 sein (Byrne, 2016), d.h. es lag mit dem Wert von 6.79 nur eine geringe Verletzung der multivariaten Normalverteilung der Daten vor. Da also keine nennenswerten Verletzungen der Voraussetzungen gegeben waren, wurde im Weiteren die ML-Schätzmethode eingesetzt. Im verwendeten Datensatz wurden, wie bereits bei der Berechnung der Pearson-Korrelationen, unvollständige Fälle und extreme Ausreißer ausgeschlossen, so dass ein N von 218 resultierte. Die vorgeschlagene Mindestanzahl von 200 Fällen für Strukturanalysen (Boomsma & Hoogland, 2001; Tomarken & Waller, 2005) war somit erfüllt.

Tabelle 6

Überprüfung der Variablen auf multivariate Normalverteilung (N = 218)

Variable	s _s	C.R.	s _k	C.R.
SSQ-6 S	-1.69	-10.18	3.53	10.64
SSQ-6 N	0.54	3.28	-0.33	-1.00
ISSB	0.18	1.06	-0.05	-0.16
F-SOZU-K-7	-1.19	-7.16	1.77	5.33
BRCS	-0.45	-2.20	-0.01	-0.03
SPF-R	-0.22	-1.30	-0.25	-0.76
TMMS	-0.49	-2.97	-0.24	-0.73
EROS	-0.28	-1.66	-0.03	-0.10
IERQ	0.05	0.31	-0.37	-1.13

Anmerkung. s_s = Schiefe; C.R. = Critical Ratio; s_k = Kurtosis.

SSQ-6 S = Unterstützungsnetzwerk, Zufriedenheit; SSQ-6 N = Unterstützungsnetzwerk, Anzahl; ISSB = erhaltene soziale Unterstützung; F-SOZU-K-7 = wahrgenommene soziale Unterstützung; BRCS = Coping; SPF-R = Empathie; TMMS = emotionale Intelligenz; EROS = extrinsische IER; IERQ = intrinsische IER.

Überprüfung des hypothetischen Modells. Das entwickelte hypothetische Modell wurde mittels einer Pfadanalyse in SPSS Amos analysiert. Alle angenommenen Korrelationen zwischen den exogenen (unabhängigen) Variablen waren signifikant ($p < .05$). Die Pfadkoeffizienten zwischen den exogenen und endogenen (abhängigen) Variablen waren teilweise signifikant ($p < .05$). Der Pfadkoeffizient zwischen den endogenen Variablen war insignifikant. Die Pfadkoeffizienten sind wie standardisierte Regressionskoeffizienten einer multiplen Regression zu interpretieren und in Tabelle 7 detailliert dargestellt.

Tabelle 7

Unstandardisierte und standardisierte Regressionskoeffizienten intrinsischer und extrinsischer IER mit Konfidenzintervallen (N = 218)

Prädiktorvariable	Intrinsische IER			Extrinsische IER		
	B ^a	SE B	β ^a	B ^a	SE B	β ^a
EI	0.12	0.06	0.14*	0.00	0.02	0.00
	[-.01; .23]		[-.006; .27]	[-.04; .04]		[-.13; .15]
EM	0.47	0.14	0.23**	0.10	0.05	0.13*
	[.18; .76]		[.09; .36]	[.002; .22]		[.004; .30]
CO	-0.49	0.34	-0.09	0.35	0.12	0.19*
	[-1.12; .22]		[-.20; .04]	[.10; .59]		[.05; .32]

Fortsetzung

Fortsetzung Tabelle 7

Prädiktorvariable	Intrinsische IER			Extrinsische IER		
	B^a	$SE\ B$	β^a	B^a	$SE\ B$	β^a
WSU	0.45	0.21	0.18*	-0.05	0.07	-0.06
	[-.01; .83]		[-.003; .34]	[-.21; .11]		[-.23; .14]
ESU	0.18	0.07	0.17*	0.11	0.02	0.30**
	[.03; .33]		[.03; .30]	[.06; .17]		[.16; .44]
UN-N	1.01	0.40	0.18*	0.21	0.14	0.11
	[.17; 1.83]		[.03; .32]	[-.09; .54]		[-.05; .27]
UN-S	-2.01	1.12	-0.14	-0.13	0.39	-0.03
	[-4.29; .66]		[-.30; .05]	[-1.01; .71]		[-.21; .14]

Anmerkung. B = unstandardisiertes Beta; $SE\ B$ = Standardabweichung für unstandardisiertes Beta; β = standardisiertes Beta.

EI = Emotionale Intelligenz; EM = Empathie; CO = Coping; WSU = Wahrgenommene soziale Unterstützung; ESU = Erhaltene soziale Unterstützung; UN-N = Unterstützungsnetzwerk, Anzahl; UN-S = Unterstützungsnetzwerk, Zufriedenheit.

* $p < .05$; ** $p \leq .001$.

^a Angaben mit 95% Konfidenzintervall.

Abbildung 2 zeigt die grafische Modelldarstellung von SPSS Amos, wobei die signifikanten Pfadkoeffizienten zwischen exogenen und endogenen Variablen und die signifikanten Korrelationen zwischen den exogenen Variablen angegeben sind. Die geschätzte quadrierte multiple Korrelation, welche von SPSS Amos ausgegeben wird, ist vergleichbar mit dem Bestimmtheitsmaß (R^2). Im hypothetischen Modell erklärten die exogenen Variablen insgesamt 20.8% der Varianz der intrinsischen IER und 17.3% der Varianz der extrinsischen IER.

Inferenzstatistische Gütekriterien. Es wurden 45 empirische Varianzen und Kovarianzen gefunden. Diesen standen 35 zu schätzende Parameter gegenüber, wodurch 10 Freiheitsgrade (df) ermittelt wurden. Die durchgeführte ML-Schätzung kam nach 6 Iterationen auf ein Minimum von 0.215. Der Chi-Quadrat-Wert (χ^2) lag somit bei 46.695 ($p \leq .000$). Die Nullhypothese prüft hier auf Gleichheit der modelltheoretischen Varianz-Kovarianzmatrix (Weiber & Mülhhaus, 2014) und sollte verworfen werden. Nach dem χ^2 -Test galt das hypothetische Modell also nicht als gute Realitätsanpassung an die Daten. Dieser Test ist sensitiv für die Stichprobengröße, d.h. mit steigendem N wird p kleiner und somit eine gute Modellpassung unwahrscheinlicher (Weiber & Mülhhaus, 2014). Als weiteres Maß wurde der χ^2 -Wert durch die Anzahl der df dividiert (χ^2/df), was einen Wert von 4.669 ergab. Dieser Wert liegt im akzeptablen Bereich, allerdings würde ein Wert ≤ 3 für einen guten Modell-Fit sprechen (Weiber & Mülhhaus, 2014). Der Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA), welcher weniger streng als der χ^2 -Test ist, ergab einen Wert von .130 (90% KI für RMSEA [.094; .169]). Dieser liegt über den Cut-Off-Werten für einen guten ($< .05$) bzw. akzeptablen

(< .08) Modell-Fit (Byrne, 2016) und entspricht somit einer inakzeptablen Passung des Modells.

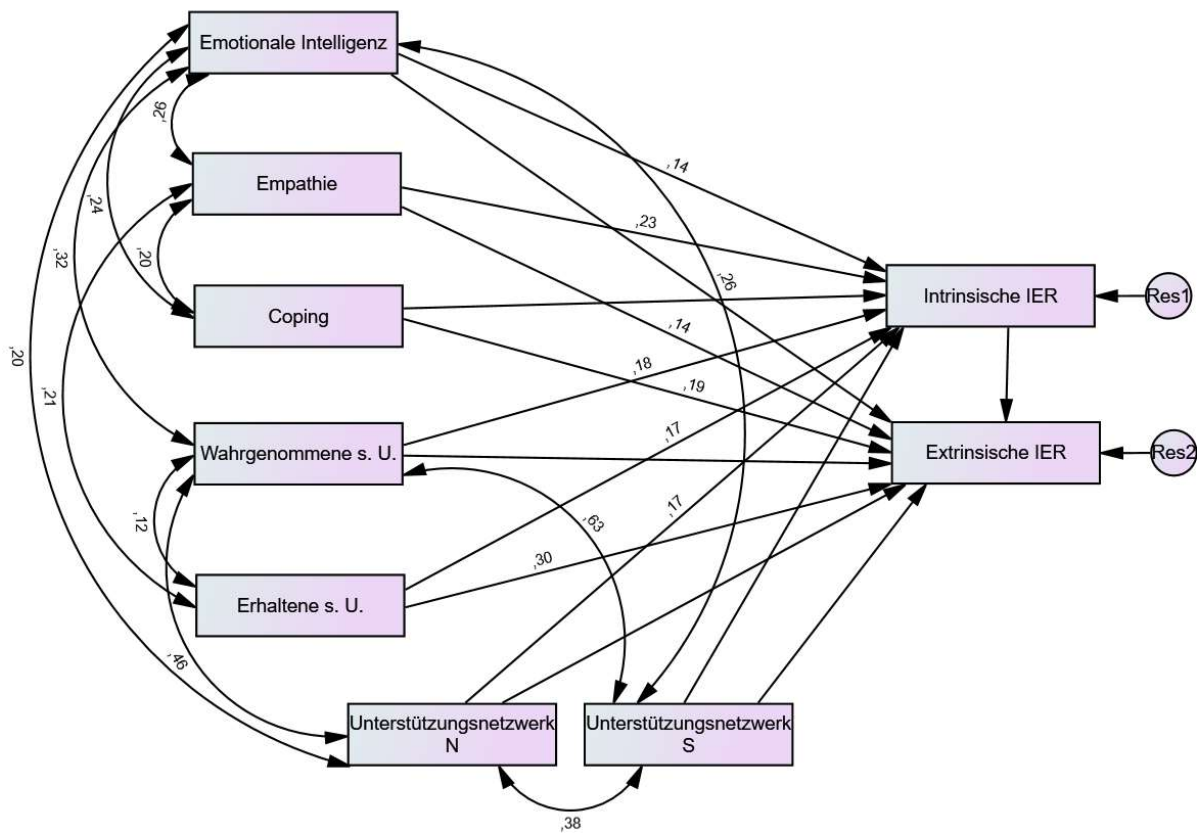


Abbildung 2. Berechnung des hypothetischen Modells in SPSS Amos. Alle eingezeichneten Werte repräsentieren signifikante Pfad- und Korrelationskoeffizienten zwischen den exogenen und endogenen Variablen. Res1 und Res2 stellen latente Residualvariablen der endogenen Variablen dar.

Deskriptive Gütekriterien. Standardized Root Mean Square Residuals (SRMR) ist ein Maß für den absoluten Fit des Modells. Ein SRMR von Null bezeichnet einen perfekten Fit, Werte bis .05 einen guten Fit und Werte bis .10 einen akzeptablen Fit (Weiber & Mühlhaus, 2014). Der Wert des hypothetischen Modells lag bei .086, was für einen akzeptablen Modell-Fit spricht. Der Goodness-of-Fit-Index (GFI) und der Adjusted-Goodness-of-Fit-Index (AGFI) zählen zu den herkömmlichen Goodness-of-Fit-Maßen. Im Gegensatz zum χ^2 -Test ist der GFI unabhängig von der Stichprobengröße (Weiber & Mühlhaus, 2014). Der AGFI ist zusätzlich ein Maß zur Überprüfung der Modellsparsamkeit, d.h. ob das Modell hohe Erklärungskraft bei möglichst niedriger Komplexität besitzt (Weiber & Mühlhaus, 2014). Die Kennwerte beider Maße liegen zwischen 0 und 1, wobei Werte $\geq .90$ für einen guten Modell-Fit sprechen (Byrne, 2016; Weiber & Mühlhaus, 2014). Die Analyse des Modells ergab einen GFI von .957 und einen AGFI von .805. Beim AGFI wurde demnach der Schwellenwert nicht erreicht, was auf eine mangelnde Sparsamkeit des Modells hinweist.

Inkrementelle Gütekriterien. Die vergleichende Überprüfung alternativer Modelle erfolgt anhand der inkrementellen Kennwerte. Dabei werden Modelle mit den gleichen Konstrukten aber unterschiedlichen Pfaden gegeneinander getestet und beurteilt (Weiber & Mülhhaus, 2014). Um das formulierte Modell mit dem Basismodell (Independence Model) und dem gesättigten Modell (Saturated Model; Weiber & Mülhhaus, 2014) zu vergleichen, wurden der Comparative Fit Index (CFI), der Normed Fit Index (NFI) und der Tucker-Lewis-Index (TLI) herangezogen. Die Schwellenwerte für einen guten Modell-Fit liegen bei $\geq .90$ (Weiber & Mülhhaus, 2014). Teilweise wird in der Literatur ein strengerer Schwellenwert von $\geq .95$ angegeben (Byrne, 2016). Das hypothetische Modell wies folgende Werte auf: CFI = .902, NFI = .886, TLI = .647. Lediglich der Wert des CFI lag über dem erforderlichen Grenzwert und entsprach somit einem guten Modell-Fit. Die NFI- und TLI-Werte lagen unter dem Schwellenwert und sprachen für keine gute Modellpassung.

Modellanpassungen. Um eventuelle Verbesserungen im Modell-Fit zu erzielen, wurden einige Änderungen am Modell vorgenommen. Zuerst wurde der Pfad zwischen intrinsischer und extrinsischer IER exkludiert, da die Verbindung bei der Pfadanalyse insignifikant war und auch das Ergebnis der Pearson-Korrelation auf keine signifikante Beziehung hinwies. Die weiteren Anpassungen basierten auf dem theoretisch erarbeiteten aktuellen Forschungsstand. Da aufgrund der relativen Neuheit des IER-Konstrukts bislang vergleichsweise wenig konkrete Forschungsergebnisse mit verwandten Konzepten publiziert wurden, war ein teilweise exploratives Vorgehen notwendig.

Modellanpassung 1. Aufgrund der mangelhaften bisherigen Befundlage zum Zusammenhang zwischen IER und Coping wurden die Pfadkoeffizienten zwischen diesen Variablen aus dem Modell herausgenommen. Eine Überprüfung der unterschiedlichen Kennwerte resultierte in folgenden Werten: $\chi^2 = 57.104$, $p < .001$, $\chi^2/df = 4.393$, RMSEA = .125 mit 90% KI [.093; .159], SRMR = .087, GFI = .948, AGFI = .818, CFI = .882, NFI = .861, TLI = .674. Im Vergleich zum hypothetischen Modell zeigten sich Verschlechterungen bei den Werten von SRMR, GFI, CFI und NFI. Geringfügige Verbesserungen ergaben sich bei der Schätzung von χ^2 , χ^2/df , RMSEA und AGFI, allerdings wurden auch hier die erforderlichen Grenzwerte für einen akzeptablen bzw. guten Modell-Fit nicht erreicht. Der TLI-Wert war gleich hoch wie beim hypothetischen Modell und lag daher ebenfalls unter dem erforderlichen Schwellenwert von 0.90. Der Anteil erklärter Varianz durch die exogenen Variablen sank auf 19.7% bei der intrinsischen IER und auf 12.9% bei der extrinsischen IER. Aufgrund der überwiegenden Verschlechterungen im Modell-Fit wurde die Modellanpassung verworfen.

Modellanpassung 2. Die theoriebasierte Eliminierung des Pfades von emotionaler Intelligenz auf intrinsische IER führte zu folgenden Kennwerten: $\chi^2 = 51.178$, $p < .001$, $\chi^2/df = 4.265$, RMSEA = .123 mit 90% KI [.089; .158], SRMR = .088, GFI = .953, AGFI = .822, CFI = .895, NFI = .875, TLI = .686. Vergleicht man diese Werte mit jenen des hypothetischen Modells, zeigten sich Verschlechterungen bei SRMR, GFI, CFI und NFI. Die Werte von χ^2 , χ^2/df , RMSEA, AGFI und TLI fielen zwar etwas besser aus als beim hypothetischen Modell, jedoch konnten die notwendigen Kriterien für einen guten Modell-Fit nicht erreicht werden. Der durch die exogenen Variablen erklärte Anteil der Varianz sank zudem auf 19.5% für intrinsische und auf 17.1% für extrinsische IER. Somit wurde auch diese Modellanpassung verworfen.

Modellanpassung 3. Basierend auf der theoretischen Annahme, dass zwischen extrinsischer IER und sozialer Unterstützung Verbindungen bestehen (Dixon-Gordon et al., 2015; Zaki & Williams, 2013), jedoch zum Zusammenhang zwischen intrinsischer IER und sozialer Unterstützung in der Literatur keine konkreten Aussagen gefunden werden konnten, wurden die Pfade aller Subkonstrukte der sozialen Unterstützung zur intrinsischen IER herausgenommen. Die Analyse der Kennwerte zeigte Folgendes: $\chi^2 = 45.337$, $p < .001$, $\chi^2/df = 4.122$, RMSEA = .120 mit 90% KI [.085; .157], SRMR = .076, GFI = .958, AGFI = .830, CFI = .908, NFI = .889, TLI = .700. Verglichen mit dem hypothetischen Modell ergaben sich durch die Modifikation Verbesserungen in allen Schätzwerten. Die Verbesserungen fielen jedoch so gering aus, dass im Vergleich zum hypothetischen Modell keine weiteren erforderlichen Cut-Off-Werte für einen akzeptablen bzw. guten Modell-Fit erreicht wurden. Es lag also lediglich der Wert von χ^2/df im akzeptablen Bereich und der GFI- sowie CFI-Wert im guten Bereich. Die exogenen Variablen erklärten außerdem nur 14.5% der Varianz der intrinsischen IER und 16.6% der Varianz der extrinsischen IER, weswegen die Modellanpassung verworfen wurde.

Modellanpassung 4. Im nächsten Schritt wurden zusätzliche Kovarianzen zwischen den exogenen Variablen angenommen, für die es in der wissenschaftlichen Literatur bislang keine oder unzureichende Befunde gibt. Dementsprechend wurden Kovarianzen zwischen erhaltener sozialer Unterstützung und den beiden Aspekten des Unterstützungsnetzwerks angenommen. Außerdem wurden Kovarianzen zwischen Coping und wahrgenommener sozialer Unterstützung sowie zwischen Coping und den beiden Aspekten des Unterstützungsnetzwerks angenommen. Des Weiteren wurden Kovarianzen zwischen Empathie und dem Unterstützungsnetzwerk hinzugefügt. Abbildung 3 zeigt das Modell mit den Anpassungen, welche in blau eingezeichnet sind. Aufgrund der Modellanpassung erklärten die exogenen Variablen 21.9% der Varianz der intrinsischen IER (Vergleich hypothetisches Modell: 20.8%) und

17.2% der Varianz der extrinsischen IER (Vergleich hypothetisches Modell: 17.3%). Den 45 empirischen Varianzen und Kovarianzen standen 41 zu schätzende Parameter gegenüber und es resultierten 4 *df*. Nach 7 Iterationen kam die ML-Schätzung auf ein Minimum von 0.021.

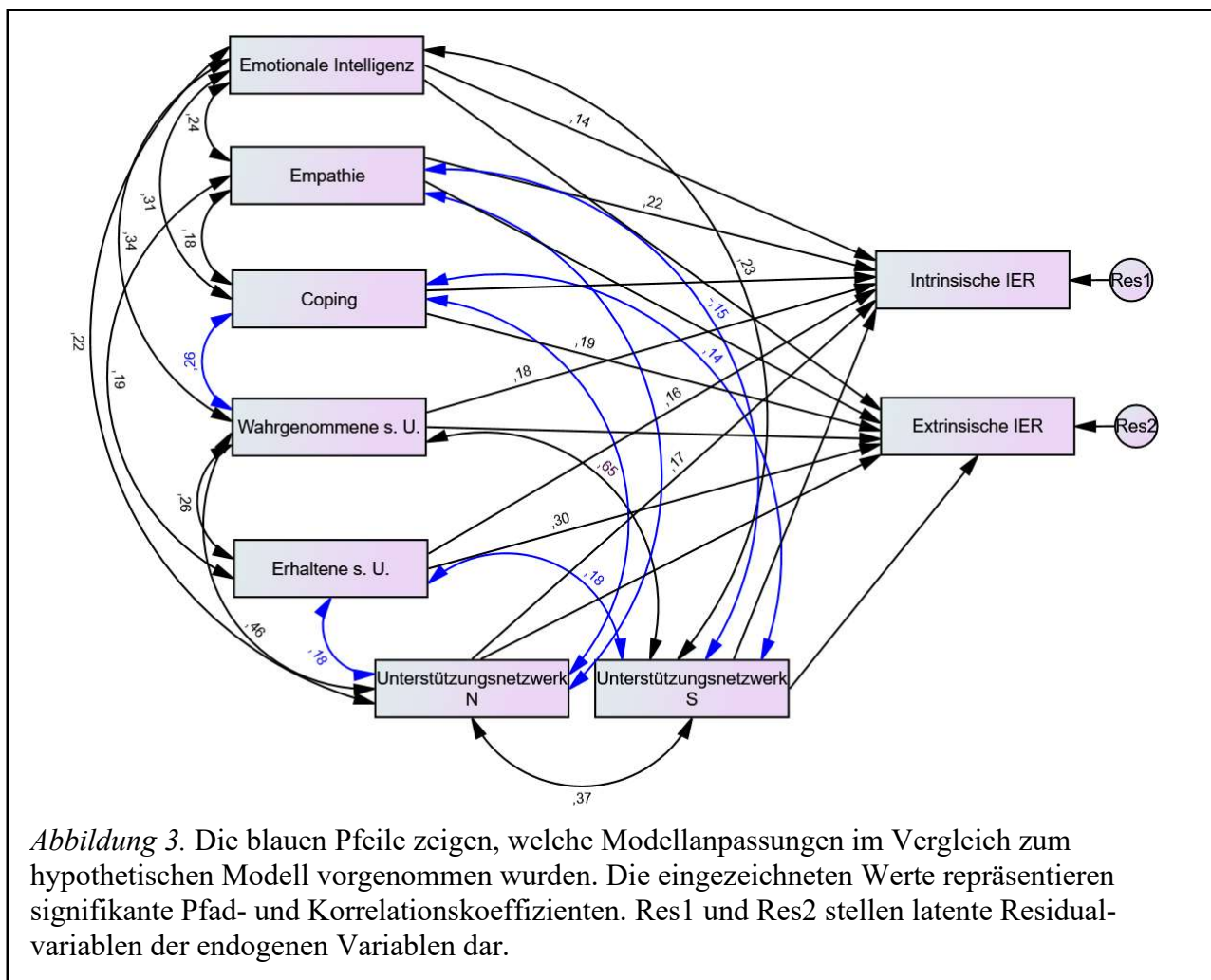


Abbildung 3. Die blauen Pfeile zeigen, welche Modellanpassungen im Vergleich zum hypothetischen Modell vorgenommen wurden. Die eingezeichneten Werte repräsentieren signifikante Pfad- und Korrelationskoeffizienten. Res1 und Res2 stellen latente Residualvariablen der endogenen Variablen dar.

Tabelle 8 zeigt den Vergleich der Gütekriterien für die Modellanpassung an die Daten zwischen dem hypothetischen und dem angepassten Modell. Das angepasste Modell wies im Gegensatz zu allen anderen überprüften Modellen einen χ^2 -Test mit einem $p > .05$ auf und war ein erster Indikator für einen guten Modell-Fit. Auch alle weiteren Indikatoren entsprachen den Anforderungen und erreichten die angeführten Cut-Off-Werte. Das modifizierte Modell erwies sich demnach, im Gegensatz zum hypothetischen Modell, als gute Realitätsanpassung an die Daten.

Zusätzliche Analyse

Analyse des SSQ-6. Der SSQ-6 wurde einer genaueren Analyse unterzogen, da neben den beiden Faktoren N und S einige weitere Informationen aus den Daten gewonnen werden können, wie beispielsweise das Geschlecht der unterstützenden Personen und die Beziehung, in der sie zu den Befragten stehen. Die statistische Auswertung zeigte, dass insgesamt 57 Mal

Tabelle 8

Vergleich der Gütekriterien des hypothetischen und des angepassten Modells 4 ($N = 218$)

	$\chi^2 (p)$	χ^2/df	RMSEA	SRMR	GFI	AGFI	CFI	NFI	TLI
Hypothetisches Modell	46.695 ($\leq .000$)	4.669	.130 [.094; .169] ^a	.086	.957	.805	.902	.886	.647
Angepasstes Modell	4.544 (.337)	1.136	.025 [.000; .106] ^a	.030	.995	.948	.999	.989	.987

Anmerkung. χ^2 = Chi-Quadrat-Wert; χ^2/df = Chi-Quadrat-Wert/Freiheitsgrade; RMSEA = Root Mean Square Error of Approximation; SRMR = Standardized Root Mean Square Residuals; GFI = Goodness-of-Fit-Index; AGFI = Adjusted-Goodness-of-Fit-Index; CFI = Comparative Fit Index; NFI = Normed Fit Index; TLI = Tucker-Lewis-Index.

Grenzwerte der Gütekriterien: $\chi^2 (p > .05)$; $\chi^2/df \leq 3$ (gut); RMSEA $< .05$ (gut), $< .08$ (akzeptabel); SRMR $\leq .05$ (gut), $\leq .10$ (akzeptabel); GFI $\geq .90$; AGFI $\geq .90$; CFI $\geq .90$; NFI $\geq .90$; TLI $\geq .90$.

^a 90% KI für RMSEA.

(25.1%) die Antwortoption „Auf keine*n“ oder „Keine*r“ ausgewählt wurde ($N = 227$, $M = 2.21$, $SD = 1.50$, Range 1–6). In der Gesamtstichprobe wählten zwei Personen bei allen sechs Fragen diese Antwortoption. Die Auswertung der Geschlechterverteilung der angeführten unterstützenden Personen ergab interessante Ergebnisse. Von allen unterstützenden Personen waren im Mittel 12.25 ($SD = 8.07$) Personen weiblichen, 8.74 ($SD = 5.92$) Personen männlichen und .04 ($SD = .31$) Personen diversen Geschlechts. Im Vergleich zu den männlichen Probanden zeigte sich bei den Frauen eine vermehrte Nennung von Unterstützerinnen. Die Überprüfung des Unterschieds auf Signifikanz erfolgte aufgrund der fehlenden Normalverteilung der Daten mithilfe eines Mann-Whitney-U-Tests für zwei unabhängige Stichproben. Der Unterschied war signifikant und der Effekt als klein einzustufen, $U(172, 55) = 3830.50$, $p = .034$, $r = .14$.

Schließlich wurden noch die unterschiedlichen Rollen der unterstützenden Personen analysiert. Am häufigsten von den Teilnehmer*innen als unterstützend wahrgenommen wurden Freund*innen (38.04%), gefolgt von dem/der Partner*in (16.36%) und der Mutter (12.68%). Oft genannte Unterstützer*innen fanden sich zudem unter den engen Familienangehörigen (Vater, Schwester, Bruder, Kinder) und in der Verwandtschaft (z.B. Großeltern, Tante, Onkel). Außerdem wurden Kolleg*innen, Nachbar*innen und Mitbewohner*innen genannt. Vereinzelt fanden sich unter den unterstützenden Personen Therapeut*innen, Mentor*innen und Expartner*innen und eine Person gab Gott als unterstützend an. Eine detaillierte Übersicht über alle genannten Rollen mit Häufigkeiten und prozentualen Anteilen findet sich in Tabelle 9 (Anhang B). Da die Beantwortung der Fragen in offenem Format erfolgte, war eine eindeutige Zuordnung nicht bei allen Antworten möglich (z.B. Fr, P, S). Diese wurden daher in der Analyse nicht berücksichtigt.

Diskussion

Vorherrschendes Ziel dieser Studie war die konzeptuelle Untersuchung des noch in den Kinderschuhen steckenden Konstrukts der IER. Diese wurde Zaki und Williams (2013) folgend in die Teilaspekte intrinsische und extrinsische IER unterteilt und das Zusammenspiel dieser Aspekte wurde untersucht. In dieser Studie großteils erstmalig empirisch erforscht wurden Zusammenhänge zu unterschiedlichen verwandten Konstrukten der IER, wie Coping, Empathie, emotionaler Intelligenz, wahrgenommener sozialer Unterstützung, erhaltener sozialer Unterstützung und dem Unterstützungsnetzwerk. Die Beziehungen wurden getrennt für die intrinsische und extrinsische IER analysiert. Theoriebasiert wurde des Weiteren ein umfassendes Modell entwickelt, welches die angenommenen Verbindungen zwischen den Variablen abbildet. Mithilfe einer Pfadanalyse wurde die Modellgüte überprüft.

In der Stichprobe konnte kein signifikanter Zusammenhang zwischen intrinsischer und extrinsischer IER gefunden werden. Intrinsische IER stand in moderater positiver Beziehung mit Empathie und der Größe des Unterstützungsnetzwerks. Etwas schwächere positive Korrelationen zeigten sich mit emotionaler Intelligenz, wahrgenommener und erhaltener sozialer Unterstützung. Eine moderat positive Verbindung konnte zwischen extrinsischer IER und erhaltener sozialer Unterstützung festgestellt werden. Schwächere positive Korrelationen fanden sich mit Coping und Empathie. Alle Effektstärken fielen bei der multivariaten Schätzung des hypothetischen Modells schwächer aus als bei den Berechnungen der Korrelationskoeffizienten nach Pearson.

Zusätzlich fand sich in den Daten ein starker positiver Zusammenhang zwischen wahrgenommener sozialer Unterstützung und der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk sowie ein moderater positiver Zusammenhang mit der Größe des Unterstützungsnetzwerks. Moderate positive Beziehungen zeigte emotionale Intelligenz mit wahrgenommener sozialer Unterstützung, Coping und Empathie und eine schwache positive Verbindung mit beiden Aspekten des Unterstützungsnetzwerks. Schwache positive Korrelationen wies erhaltene soziale Unterstützung mit wahrgenommener sozialer Unterstützung, beiden Aspekten des Unterstützungsnetzwerks und Empathie auf. Coping stand mit Empathie und der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk in schwacher positiver Beziehung.

Die Überprüfung des hypothetischen Modells ergab gesamt gesehen keine ausreichend gute Modellanpassung an die erhobenen Daten. Die enthaltenen unabhängigen Variablen waren insgesamt wenig geeignet, um intrinsische und extrinsische IER vorherzusagen.

Interpretation der Ergebnisse

Intrinsische und extrinsische interpersonelle Emotionsregulation. In der Stichprobe

konnte kein Zusammenhang zwischen intrinsischer und extrinsischer IER gefunden werden. Es kann daraus also nicht geschlossen werden, dass Personen, die vermehrt andere Personen zur Regulation ihrer Emotionen aufsuchen, gleichzeitig auch selbst vermehrt die Emotionen anderer Personen regulieren. Dieser fehlende Zusammenhang widerspricht grundsätzlich keiner Alltagsüberlegung. Es wäre sogar plausibel, anzunehmen, dass Menschen, die häufig andere Personen zur Regulation ihrer Emotionen benötigen, weniger dazu tendieren bzw. gewillt sind, andere Personen in ihrer Emotionsregulation zu unterstützen. Über mögliche zugrundeliegende Motive können nur Vermutungen angestellt werden. Möglicherweise haben Egoismus, Mitgefühl oder mangelnde Fähigkeit zur Regulation von Emotionen eine tragende Rolle. Auch andere Charaktereigenschaften oder Skills könnten einen Einfluss haben. Das Ergebnis der Studie steht im Widerspruch zu der berichteten signifikant positiven Korrelation zwischen den Konstrukten von Hofmann et al. (2016), in deren Untersuchung dieselben Messinstrumente eingesetzt wurden. Obwohl der dort gefundene Zusammenhang lediglich schwach war, unterstreichen die uneinheitlichen Befunde die Wichtigkeit weiterer empirischer Untersuchungen. Zudem verdeutlicht das Ergebnis, wie essenziell der von Zaki und Williams (2013) deklarierte konzeptuelle Rahmen für die Definition von IER und deren Unterteilung in den intrinsischen und extrinsischen Aspekt zu sein scheint.

Interpersonelle Emotionsregulation und verwandte Konzepte. Der positive Zusammenhang zwischen intrinsischer IER und Empathie ist konform mit in der Literatur gefundenen Ergebnissen und Überlegungen (Williams et al., 2018; Zaki, 2020). Demnach hat Empathie einen Einfluss darauf, wie häufig anhand der Reaktionen anderer Personen die eigenen Emotionen verändert werden (Zaki, 2020). Ebenso unterstützt der gefundene positive Zusammenhang zwischen extrinsischer IER und Empathie die bisherigen theoretischen und empirischen Befunde (Hallam et al., 2014; Levy-Gigi & Shamay-Tsoory, 2017; Nozaki & Mikolajczak, 2020; Seehausen et al., 2012; Zaki, 2020). Es kann also angenommen werden, dass Personen mit höherer Empathie einerseits vermehrt andere Personen aufsuchen, um ihre eigenen Emotionen regulieren zu lassen, andererseits aber auch verstärkt aus eigener Motivation heraus die Emotionen anderer Personen regulieren. Interessant ist allerdings, dass Empathie mit intrinsischer IER einen stärkeren Zusammenhang aufweist als mit extrinsischer IER, da aufgrund der Definitionen der Konstrukte eher von einem gegensätzlichen Ergebnis, also einer stärkeren Korrelation mit dem extrinsischen Aspekt, ausgegangen werden kann. Das Ergebnis könnte durch den Erfassungszeitraum des EROS erklärt werden. Dieser bezieht sich konkret auf die der Befragung vorangehenden zwei Wochen und kollidierte mit Ausgangs- und Kontaktbeschränkungen der Corona-Krise, welche im Erhebungszeitraum der Studie ihre

Anläufe im deutschsprachigen Raum fand. Geht man davon aus, dass sich ein Großteil der Befragten an die Anweisungen im Fragebogen hielt, kann basierend auf den Untersuchungen von Blom et al. (2020) und Lehrer et al. (2020) angenommen werden, dass sich in dem Zeitraum weniger Möglichkeiten zur Regulation fremder Emotionen ergaben, da weniger Personen persönlich angetroffen wurden als in „regulären Zeiten“. Zusätzlich war es vermutlich notwendig, mehr Energie in die Regulierung vermehrt auftretender eigener Sorgen bzw. Unsicherheiten aufgrund der veränderten Umstände zu investieren. Extrinsische IER hat demnach einen variablen Charakter inne, wohingegen Empathie eher als stabile Eigenschaft gesehen werden kann, welche durch äußere Umstände weniger beeinflussbar ist. Weitere Untersuchungen könnten Aufschluss darüber bringen, ob das Ergebnis dieser Studie eine Ausnahme darstellt und auf die gesonderten Umstände des Erhebungszeitraums zurückgeführt werden kann.

Forscher*innen nehmen Zusammenhänge zwischen IER und sozialer Unterstützung an (Hofmann, 2014; Hofmann et al., 2016; Marroquín, 2011; Williams et al., 2018; Zaki & Williams, 2013), was durch die Ergebnisse dieser Studie unterstützt wird. Insbesondere wurden Verbindungen zwischen extrinsischer IER und sozialer Unterstützung deklariert (Dixon-Gordon et al., 2015; Zaki & Williams, 2013). Die empirische Überprüfung dieser Annahme lässt vermuten, dass Personen, die mehr real beobachtbare soziale Unterstützung erhalten, dazu tendieren, Emotionen anderer Personen in größerem Ausmaß zu regulieren. Welcher Zusammenhang mit der wahrgenommenen sozialen Unterstützung und dem Unterstützungsnetzwerk besteht, kann basierend auf den Ergebnissen dieser Studie nicht eindeutig festgestellt werden. Die Ergebnisse waren insignifikant und die Breite der Konfidenzintervalle lässt keine Schlussfolgerungen über die Richtung möglicher Zusammenhänge zu. Die Studienergebnisse deuten hingegen auf positive Verbindungen zwischen intrinsischer IER und den unterschiedlichen Aspekten sozialer Unterstützung hin. Davon ausgenommen ist die Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk. Das Ergebnis passt zu der Überlegung von Marroquín (2011), wonach sowohl intra- als auch interpersonelle Emotionsregulationssysteme von sozialen Faktoren und zwischenmenschlichen Beziehungen beeinflusst werden. Bisherige Überlegungen zur Beziehung der Konstrukte sind allerdings rein theoretischer Natur und in den meisten Fällen findet keine spezifische Unterteilung in die Subkonstrukte der sozialen Unterstützung statt. Es besteht daher eindeutig Bedarf an weiteren Studien zu diesem Thema, um die hier gefundenen Zusammenhänge analysieren zu können.

In der Literatur wurde eine positive Verbindung zwischen intrinsischer IER und Coping gefunden (Hofmann et al., 2016; Koç et al., 2019), welche jedoch in dieser Stichprobe nicht

signifikant nachgewiesen werden konnte. Somit können die bisherigen Befunde durch das Untersuchungsergebnis weder gestützt noch widerlegt werden. Weitere Studien sind notwendig. Für das Forschungsergebnis könnte das gewählte Messinstrument zur Erfassung von Coping (BRCS) verantwortlich sein, welches aus nur vier Items besteht und in der Stichprobe keine zufriedenstellende Reliabilität erreichte. In den beiden Studien, die den Zusammenhang bisher untersuchten, wurde zur Erfassung von Coping der Brief COPE (Carver, 1997) eingesetzt, welcher aus 28 Items besteht und das Konstrukt vermutlich reliabler bzw. umfassender abbildet als die BRCS. Letztere erhebt lediglich eine sehr spezifische Form des Copings, nämlich das resiliente Coping, welches sich aus den Aspekten Hartnäckigkeit, Optimismus, Kreativität und aktivem Problemlösen zusammensetzt (Sinclair & Wallston, 2004). Resilientes Coping ist dadurch gekennzeichnet, sich von subjektiv belastenden Stressoren erholen zu können und bezieht sich auf ein aktives und handlungsorientiertes Verhalten zur Bewältigung von Belastungen (Kocalevent et al., 2014). Dabei sollten kognitive Fertigkeiten zur Bewertung von Situationen flexibel eingesetzt werden können (Polk, 1997). Im Gegensatz dazu misst der Brief COPE etliche andere Mechanismen von Coping, wie beispielsweise Planung (Planning), positive Umbewertung (Positive Reframing), Akzeptanz (Acceptance) oder insbesondere auch das Aufsuchen emotionaler Unterstützung (Using Emotional Support; Carver, 1997). Dieser spezielle Aspekt wird durch die BRCS nicht erhoben und könnte somit eine Rolle spielen für die in früheren Untersuchungen gefundene positive Verbindung zu intrinsischer IER.

Der gefundene schwache positive Zusammenhang zwischen extrinsischer IER und Coping steht mit der theoretischen Annahme einer geringen Korrelation zwischen den Konstrukten (Dixon-Gordon et al., 2015) in Einklang. Als gemeinsame zugrundeliegende Komponente der beiden Konstrukte sehen die Autor*innen die Motivation, affektive Zustände zu beeinflussen. Die empirische Überprüfung dieser Annahme muss allerdings aufgrund der nicht einwandfrei gelungenen Erfassung von Coping mit Vorsicht interpretiert werden. Trotzdem kann vorerst angenommen werden, dass Personen, die vermehrt die Emotionen anderer Menschen regulieren, tendenziell besser mit stressreichen Situationen umgehen können. Weitere Untersuchungen des Zusammenhangs sind notwendig, um die Annahme festigen zu können.

Der in der Literatur deklarierte positive Zusammenhang zwischen Coping und intrinsischer IER (Dixon-Gordon et al., 2015; Hofmann et al., 2016; Koç et al., 2019) konnte in der Stichprobe nicht nachgewiesen werden. Die Ergebnisse deuten eine negative Korrelation zwischen den Konstrukten an, die jedoch nicht signifikant war. Das würde bedeuten, dass

Personen, die stressreiche Situationen eigenständig besser bewältigen können, tendenziell weniger häufig andere Personen aufsuchen, um durch deren Hilfe Emotionsregulation zu erfahren. Eine solche Verbindung erscheint aus logischer Sicht sinnvoll. Diese Hypothese würde aber gegen die Überlegung von Dubow und Rubinlicht (2011) sprechen, die Emotionsregulation durch andere Personen als Copingstrategie bezeichnen. Allerdings wird in dieser Überlegung lediglich die Regulation negativer Emotionen berücksichtigt, während intrinsische IER auch die Regulation positiver Emotionen umfasst. Weitere Untersuchungen des Zusammenhangs zwischen den Konstrukten und mit einem reliablen und validen Instrument zur Erfassung von Coping könnten Aufschluss dazu bringen.

In der Literatur wird diskutiert, dass emotionale Intelligenz wichtig für eine gelungene Emotionsregulation sei (Mayer & Salovey, 1993; Peña-Sarrionandia et al., 2015; Salovey & Mayer, 1990), jedoch existieren bislang wenige konkreten Annahmen darüber, ob dies auch auf IER zutreffend ist. Emotionale Intelligenz umfasst die Fähigkeit, eigene Emotionen wahrzunehmen, zwischen ihnen zu unterscheiden und dadurch Denken und Handeln zu beeinflussen (Salovey & Mayer, 1990; Salovey et al., 1995). Demnach scheint die Annahme schlüssig, dass diese Fähigkeit dazu geeignet ist, vorherzusagen, ob Menschen andere Personen aufsuchen, um eine Regulation der eigenen Emotionen zu erfahren. Die gefundene signifikante positive Korrelation zwischen intrinsischer IER und emotionaler Intelligenz steht in Einklang mit den Ergebnissen bisheriger Studien (Good, 2019; Hofmann et al., 2016). Diese fanden moderate bis starke Korrelationen, während in der vorliegenden Studie ein höchstens moderater Effekt gezeigt werden konnte. In einer weiteren Studie (Koç et al., 2019) wurde kein Zusammenhang zwischen den Konstrukten gefunden. Basierend auf den theoretischen Überlegungen und empirischen Ergebnissen kann jedoch die Annahme getroffen werden, dass emotional intelligentere Personen tendenziell häufiger andere Personen aufsuchen mit dem Ziel, eine Regulation der eigenen Emotionen zu erhalten.

Interessanterweise stellte sich entgegen der getroffenen Annahme kein signifikanter Zusammenhang zwischen emotionaler Intelligenz und extrinsischer IER heraus. Da emotionale Intelligenz nicht auf die Wahrnehmung eigener Emotionen beschränkt ist, sondern auch die Fähigkeit umfasst, affektive Reaktionen anderer Menschen zu verändern (Salovey & Mayer, 1990), wäre eine positive Verbindung der gezielten Regulation von Emotionen anderer Personen und emotionaler Intelligenz schlüssig gewesen. Positive Korrelationen zwischen den Konstrukten wurden in anderen Studien bereits gefunden (Ciarrochi et al., 2001; Nozaki & Koyasu, 2015). Möglicherweise kann auch dieses widersprüchliche Ergebnis durch die Auswirkungen des Lockdowns aufgrund der Corona-Krise erklärt werden. Wie

bereits erwähnt, könnten die Kontaktbeschränkungen Einfluss auf die Beantwortung des EROS gehabt haben. Emotionale Intelligenz hingegen könnte ähnlich wie Empathie als relativ stabile Fähigkeit von vorübergehenden äußeren Einflüssen unabhängig sein. Weitere Untersuchungen sind erforderlich, um das Studienergebnis, das sowohl wissenschaftlichen Überlegungen als auch der Alltagserfahrung widerspricht, eingehender zu beleuchten.

Interkorrelationen der verwandten Konzepte. Die moderaten bis starken positiven Korrelationen zwischen wahrgenommener sozialer Unterstützung und dem Unterstützungsnetzwerk spiegeln die in der Literatur gefundenen Ergebnisse wider (Laireiter, 1996; I. G. Sarason et al., 1987). Die Hypothese, dass erhöhte wahrgenommene soziale Unterstützung einhergeht mit einem größeren Netzwerk an Unterstützer*innen und einer höheren Zufriedenheit damit, wird durch die Befunde gestützt. Die bereits gut erforschte positive Verbindung von wahrgenommener und erhaltener sozialer Unterstützung (Barrera, 1986; Haber et al., 2007; Laireiter, 1996; B. R. Sarason et al., 1987; I. G. Sarason et al., 1987) konnte auch im Zuge dieser Studie gezeigt werden und stützt die These, dass eine höhere Wahrnehmung sozialer Unterstützung mit mehr tatsächlich verabreichter sozialer Unterstützung einhergeht. Uneindeutige Befunde gab es bezüglich des Zusammenhangs zwischen erhaltener sozialer Unterstützung und der Größe des Unterstützungsnetzwerks. In der Stichprobe fanden sich schwache positive Korrelationen zwischen den Konstrukten. In Einklang mit früheren Forschungsergebnissen (Dunkel-Schetter et al., 1987; B. R. Sarason et al., 1987) kann deshalb angenommen werden, dass Personen, die mehr soziale Unterstützung erhalten, tendenziell ein größeres Netzwerk unterstützender Personen haben und mit diesem auch zufriedener sind.

Die in der Literatur deklarierte enge Verbindung zwischen emotionaler Intelligenz und Empathie (Abe et al., 2018; Furnham, 2012; Hajibabaei et al., 2018; Mayer & Geher, 1996; Salovey & Mayer, 1990) wurde durch das Untersuchungsergebnis gestützt. Ebenso werden bisherige Ergebnisse zum Zusammenhang zwischen emotionaler Intelligenz und Coping (Por et al., 2011; Zeidner et al., 2006) durch die gefundene moderate positive Korrelation unterstützt. Die Ergebnisse sprechen zudem für eine positive Verbindung zwischen emotionaler Intelligenz und wahrgenommener sozialer Unterstützung (Lopez-Zafra et al., 2019; Montes-Berges & Augusto, 2007) sowie den bisher wenig beforschten Aspekten des Unterstützungsnetzwerks (Ciarrochi et al., 2001). Zusammengefasst kann angenommen werden, dass emotional intelligentere Personen dazu neigen, ein größeres Empathievermögen zu besitzen, mehr Copingstrategien anzuwenden, soziale Unterstützung vermehrt wahrzunehmen und ein zahlenmäßig größeres Unterstützungsnetzwerk zu besitzen, mit dem sie tendenziell zufriedener sind als Personen mit geringerer emotionaler Intelligenz.

Die Absenz eines signifikanten Zusammenhangs zwischen Coping und erhaltener sozialer Unterstützung steht in Einklang mit Befunden von Frazier et al. (2000). Hingegen kann die Annahme, dass die vermehrte Anwendung von Copingstrategien mit einem unterstützenden sozialen Netzwerk einhergeht (Blum et al., 2012; Dunkel-Schetter et al., 1987; Greenglass et al., 2006) durch die Ergebnisse dieser Studie nicht unterstützt werden. Zwischen Coping und der Größe des Unterstützungsnetzwerks wurde kein Zusammenhang gefunden und die Korrelation mit der Zufriedenheit mit dem Unterstützungsnetzwerk war zwar signifikant, aber äußerst schwach. Konform mit früheren Studienergebnissen (Carlo et al., 2012; Levesque et al., 2014; Sun et al., 2019) ist außerdem die in der Stichprobe vorhandene positive Beziehung von Coping und Empathie. Dadurch wird die These gestützt, dass Empathie bei Copingprozessen eine Rolle spielt (Sun et al., 2019). Allerdings sollten die Ergebnisse aufgrund der Erfassung von Coping mit der BRCS und den damit einhergehenden, bereits erwähnten Einschränkungen mit Vorsicht interpretiert werden. Es sind weitere empirische Überprüfungen notwendig, um das Wissen über die angenommenen Zusammenhänge zwischen Coping und den erwähnten Konstrukten zu vertiefen.

Gesamtbeurteilung des hypothetischen Modells

Die unterschiedlichen Kennwerte zur Überprüfung des Modell-Fit wurden mit den gängigen Cut-Off-Werten in Beziehung gesetzt und analysiert. Das Ergebnis des χ^2 -Tests war signifikant und galt somit als erstes Indiz für keine gute Realitätsanpassung an die Daten. Hingegen lag der Wert χ^2/df im akzeptablen Bereich. Allerdings erreichte der RMSEA-Wert den Grenzwert für einen guten bzw. akzeptablen Modell-Fit nicht. Das weite Konfidenzintervall des RMSEA sprach ebenfalls gegen eine akzeptable Modellpassung, wobei es bei komplexen Modellen relativ schwierig ist, ein enges Konfidenzintervall zu erhalten (Byrne, 2016). Die inferenzstatistischen Gütekriterien wiesen zusammengefasst also auf keine gute Modellanpassung an die erhobenen Daten hin.

Anders gestaltet sich das Ergebnis nach Analyse der deskriptiven Gütekriterien. Entsprechend der Berechnung des SRMR-Wertes konnte das hypothetische Modell als akzeptabel eingeschätzt werden. Auch der GFI sprach für einen guten Modell-Fit. Lediglich der AGFI-Wert wies darauf hin, dass das Modell nicht sparsam war. Basierend auf den deskriptiven Kennwerten konnte demnach nicht per se von einem schlechten Modell-Fit gesprochen werden.

Bei den analysierten inkrementellen Gütekriterien lag der CFI knapp über der entscheidenden Grenze für einen guten Modell-Fit, wohingegen der NFI und der TLI den Grenzwert

nicht erreichten. Aufgrund dieser Schätzungen konnte von keiner guten Realitätsanpassung des Modells an die erhobenen Daten ausgegangen werden.

Zusammenfassende Beurteilung. Der χ^2 - sowie der RMSEA-Wert des Modells wiesen auf keinen akzeptablen Fit hin. Die GFI- und CFI-Werte wiesen hingegen auf einen guten Modell-Fit hin. Demgegenüber deuteten die Werte von AGFI, NFI und TLI keinen ausreichend guten Fit des Modells an. Insgesamt betrachtet sprachen die Werte also gegen eine gute Modellanpassung an die erhobenen Daten.

Wichtig zu beachten bei dieser Einschätzung ist, dass das hypothetische Modell lediglich keine gute Realitätsanpassung an die Daten dieser Studie aufwies. Da das Modell aus bisherigen Forschungsergebnissen und theoretischen Annahmen abgeleitet wurde, kann trotz des schlechten Modell-Fit nicht von einer generellen Unplausibilität des Modells ausgegangen werden. Es benötigt eine neuerliche Überprüfung mit einer unabhängigen, möglichst ähnlichen Stichprobe, um die Güte des Modells besser beurteilen zu können.

Zieht man noch den Anteil erklärter Varianz in den abhängigen Variablen durch die unabhängigen Variablen zur Analyse heran, so erwies sich dieser als gering. Aus den Werten geht hervor, dass es das Zusammenspiel der Variablen benötigt, um zumindest einen kleinen Anteil der Varianz in den abhängigen Variablen vorhersagen zu können. Es gab keinen Faktor, der für sich allein gesehen einen großen Anteil der Varianz in den abhängigen Variablen erklären konnte.

Adaptierung des Modells. Die durchgeführten Modellanpassungen 1 bis 3 führten gesamt gesehen zu keiner Verbesserung der Kennwerte des Modell-Fit, sondern resultierten eher in deren Verschlechterung, weswegen diese Anpassungen verworfen wurden. Die Analyse der Kennwerte nach Modellanpassung 4 zeigte eine eindeutige Verbesserung in allen herangezogenen Gütemaßen. Da die Anpassungen durch exploratives Vorgehen erfolgten, kann jedoch nicht automatisch von einem plausibleren resultierenden Modell ausgegangen werden. Die Werte sind lediglich ein Hinweis darauf, dass das angepasste Modell einen besseren Modell-Fit für die erhobenen Daten aufwies. Diese Interpretation wird außerdem gestärkt durch den äußerst geringen Anstieg des Anteils der erklärten Varianz intrinsischer IER und die Verschlechterung des Anteils erklärter Varianz extrinsischer IER durch die unabhängigen Variablen. Die zusätzlichen Verbindungen zwischen den exogenen Variablen aus Modellanpassung 4 wurden aufgrund fehlender theoretischer Basis also nicht in das finale adaptierte Modell integriert.

Abbildung 4 zeigt das basierend auf den empirischen Ergebnissen dieser Studie adaptierte Modell. Durchgehende Linien bezeichnen signifikante Korrelations- und Kovarianzkoef-

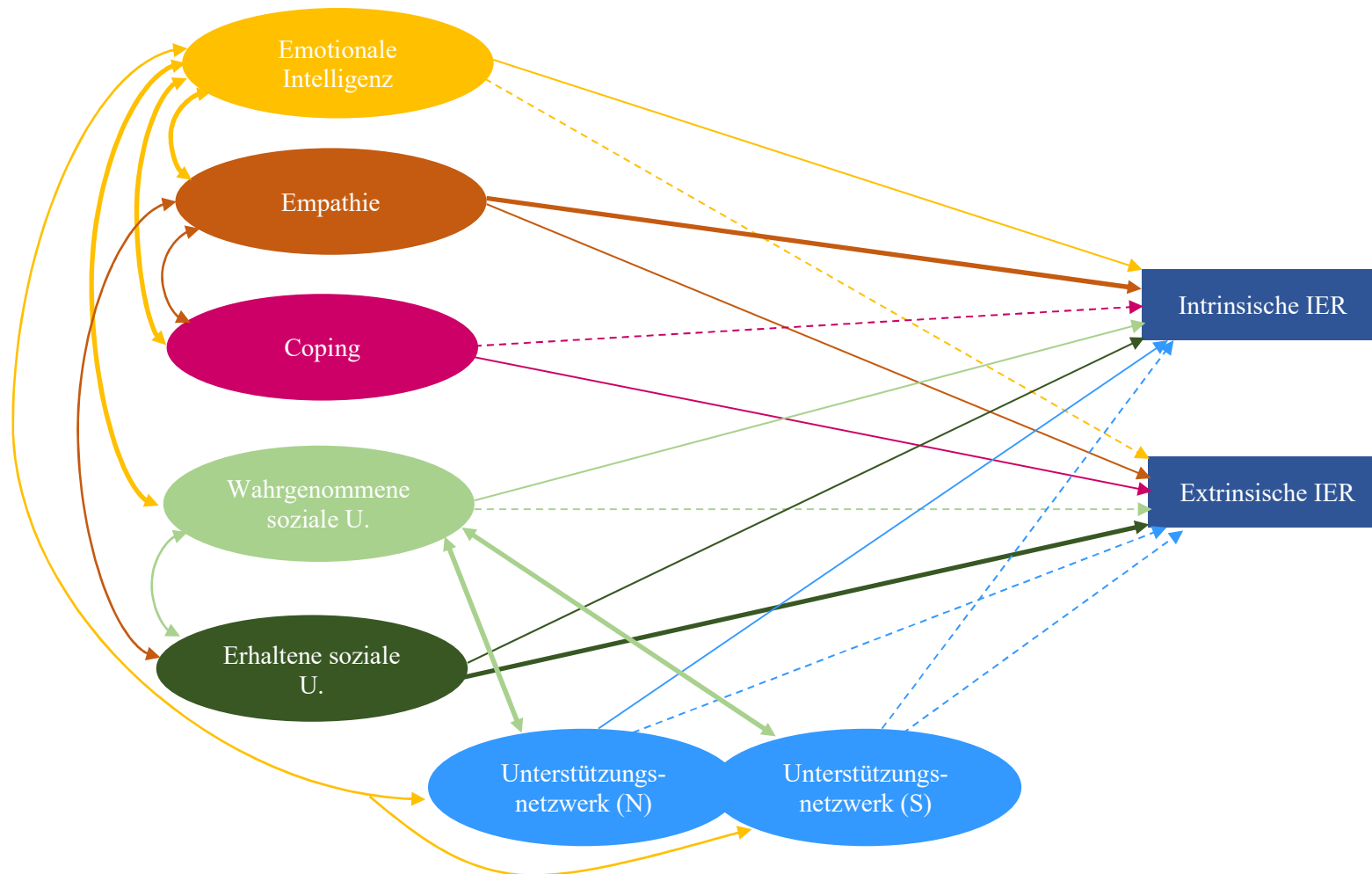


Abbildung 4. Adaptiertes Modell. Die Ellipsen repräsentieren die unabhängigen Variablen, die Rechtecke die abhängigen Variablen. Durchgehende Linien mit 2 Pfeilenden zeigen signifikante Zusammenhänge zwischen den unabhängigen Variablen, wobei dickere Linien zumindest auf einen moderaten Effekt hinweisen. Durchgehende gerichtete Pfadkoeffizienten weisen auf signifikante Prädiktorvariablen hin, wobei die dickeren Linien jeweils den stärksten Prädiktor darstellen. Insignifikante Pfadkoeffizienten werden durch strichlierte Linien angezeigt.

fizienten. Der jeweils bedeutsamste Prädiktor für intrinsische und extrinsische IER wird durch einen dickeren Pfad veranschaulicht. Die dünneren durchgehenden Linien bezeichnen signifikante aber weniger bedeutsame Prädiktoren. Strichlierte Linien weisen auf insignifikante und deshalb weniger gut geeignete Prädiktorvariablen hin. Die dickeren Linien zwischen den unabhängigen Variablen bezeichnen mindestens moderat ausgeprägte wechselseitige Zusammenhänge. Die dünneren Linien zeigen schwächere Beziehungen zwischen den unabhängigen Variablen. Eine empirische Überprüfung des adaptierten Modells mit einer unabhängigen Stichprobe ist erforderlich, um Aussagen über dessen allgemeine Güte ziehen zu können.

Limitationen

Eine Einschränkung der Studie betrifft die Repräsentativität der Stichprobe. Eine Generalisierbarkeit der Ergebnisse ist aufgrund der nicht-probabilistischen Stichprobenziehung und der ungleichen Geschlechterverteilung (75.8% weiblich) nicht gewährleistet. Durch die vorwiegende Rekrutierung im Internet kann eine Verzerrung der Stichprobe aufgrund mangelnder Kontrolle möglicher systematischer Unterschiede zwischen teilnehmenden und nicht teilnehmenden Personen nicht ausgeschlossen werden. In der Stichprobe ist des Weiteren ein hoher Anteil an Student*innen mit sehr hohem Bildungsniveau inkludiert, was vermutlich auf die Auswahl der Internetforen zurückgeführt werden kann. Durch die Erhebung der Daten mithilfe von Selbsteinschätzungsverfahren können sozial erwünschte Antworttendenzen bzw. Antwortverfälschungen nicht ausgeschlossen werden.

Der Fragebogen zur Erfassung von Coping (BRCS) wurde für die Studie ausgewählt, da die deutschsprachige Version trotz der Kürze von nur vier Items bisher eine gute Reliabilität von $\alpha = .78$ (Kocalevent et al., 2017) aufwies. Durch den Einsatz dieses Verfahrens wurde eine sehr ökonomische und gleichzeitig reliable Erfassung von Coping erwartet. In der vorliegenden Stichprobe lag die interne Konsistenz hingegen bei $\alpha = .58$ und war nicht zufriedenstellend. Deshalb sind die Ergebnisse in Hinblick auf das Konstrukt Coping mit Vorsicht zu interpretieren. Eine neuerliche Überprüfung der Zusammenhänge zwischen IER und Coping sollte mit einem Messinstrument erfolgen, welches bessere psychometrische Eigenschaften aufweist. Zudem wird mit der BRCS, wie bereits erwähnt, lediglich das sehr spezifische resiliente Coping erfasst und andere relevante Copingmechanismen außer Acht gelassen. Wichtige Faktoren von Coping, wie beispielsweise die Verwendung instrumenteller und emotionaler Unterstützung in stressreichen Situationen, stellen für die vorliegende Studie bedeutsame Mechanismen dar. Diese können unter anderem mit dem Brief COPE (Carver, 1997) erhoben werden, beispielsweise mit den Items „Ich habe versucht, von anderen Menschen Rat oder Hilfe einzuholen“, „Ich habe aufmunternde Unterstützung von anderen

erhalten“ (Knoll, Rieckmann, & Schwarzer, 2005). Besonders die Zusammenhänge mit wahrgenommener bzw. erhaltener sozialer Unterstützung sowie intrinsischer und extrinsischer IER wären hier von Interesse. Deshalb wäre dieses Messinstrument vermutlich die bessere Wahl zur Erfassung von Coping im Zuge dieser Studie gewesen. Eine weitere Limitation der Arbeit besteht darin, dass aufgrund des nicht-experimentellen Querschnittsdesigns keine Schlussfolgerungen über die Ursache-Wirkungsbeziehungen zwischen den Variablen getroffen werden können.

Die erhaltenen Rückmeldungen von Studienteilnehmer*innen führen zu der Annahme, dass aufgrund der langen Bearbeitungsdauer des gesamten Fragebogens die Motivation, den SSQ-6 gewissenhaft auszufüllen, gegen Ende gesunken und somit zu Antwortverfälschungen geführt haben könnte. Da der SSQ-6 mit ca. 10 Minuten eine etwas längere Bearbeitungszeit aufweist, ist er in Verbindung mit zahlreichen weiteren Fragebögen schwierig einzusetzen. Es wäre also interessant, bei einer neuerlichen Erhebung den SSQ-6 an einer anderen Stelle als am Ende des Fragebogens zu platzieren und die Ergebnisse zu vergleichen.

Erwähnt werden muss zudem ein möglicher Einfluss der Corona-Pandemie auf die erhobenen Daten. Die Datenerhebung fand während des Lockdowns und der strengen Ausgangs- und Kontaktbeschränkungen statt. Von diesen Beschränkungen als stark betroffen wahrgenommen wurden auch soziale Beziehungen und Interaktionen (Singh & Singh, 2020). Die Inhalte der Fragebögen beschäftigten sich vorwiegend mit der Regulation von Emotionen sowie mit unterschiedlichen Aspekten der sozialen Unterstützung. Aufgrund der vorübergehenden veränderten Lebensbedingungen und der möglicherweise damit einhergehenden psychischen Belastungen, wie Stress oder Angstzustände (Singh & Singh, 2020), könnten die erhobenen Daten einer gewissen Verzerrung unterliegen. Diese Vermutung wird unterstützt durch diverse Rückmeldungen von Teilnehmer*innen dieser Studie. Es wurde beispielsweise gefragt, ob diese Erhebung speziell aufgrund der Corona-Maßnahmen stattgefunden hat. Ebenso war manchen Proband*innen unklar, ob die Fragen gemäß der aktuellen Situation beantwortet werden sollen, oder ob man sich in die Situation vor dem Lockdown versetzen und demnach die Fragen beantworten soll. Außerdem wurde rückgemeldet, dass insbesondere die Beantwortung der Fragen, die sich auf die letzten zwei (EROS) bzw. vier (ISSB) Wochen beziehen, zum Zeitpunkt der Erhebung anders beantwortet wurden als zu einem Zeitpunkt ohne globale Pandemie.

Implikationen für zukünftige Forschung

Im Zuge dieser Arbeit wurde lediglich ein kleiner Ausschnitt von mit IER verwandten Konzepten untersucht. Zusätzliche Studien sind notwendig, welche den Zusammenhang mit

weiteren ähnlichen Konzepten, wie prosozialem Verhalten, Altruismus, emotionaler Koregulation (emotional coregulation), Gefühlsansteckung (emotional contagion), emotionaler Offenlegung (emotional disclosure) oder Social Sharing untersuchen.

Wie bei den Limitationen der Studie bereits erwähnt wurde, ist eine mögliche Verzerrung der Daten aufgrund der Corona-Krise nicht auszuschließen. Um herauszufinden, ob diese Umstände einen signifikanten Einfluss auf die Daten hatten, sollte zu einem Zeitpunkt ohne „social distancing“ eine erneute Erhebung mit denselben Messinstrumenten und an einer ähnlichen Stichprobe durchgeführt werden. So könnten die Ergebnisse verglichen werden und eine erneute Überprüfung des Modells auf seine Güte hin erfolgen.

Zwar gibt es bereits einige Selbsteinschätzungsinstrumente zur Erfassung von IER, allerdings sollten diese noch expliziter zwischen intrinsischen und extrinsischen Aspekten unterscheiden. Besonderes Augenmerk sollte dabei auf die Entwicklung von Instrumenten zur Erfassung extrinsischer IER gelegt werden, da zum momentanen Zeitpunkt kein Fragebogen existiert, der ausschließlich diesen Aspekt erfasst. Zudem fehlt es an Messinstrumenten, mit denen der kontextabhängige Charakter der IER (Dixon-Gordon et al., 2015) sowie konkrete IER-Strategien untersucht werden können. Beispielsweise könnte eine extrinsische IER-Strategie passend sein, um die Emotionen eines Kindes zu verändern, hingegen in der Interaktion mit einem älteren Menschen ein vollkommen anderes Ergebnis hervorrufen.

Zum Thema IER und Psychopathologie sind bereits einige Studien vorhanden. Jedoch beschäftigen sich viele davon nur auf theoretischer Ebene mit diesem wichtigen Forschungsgebiet und es fehlt an Studien, die zusätzlich empirische Erkenntnisse liefern. Bisherige Studien weisen vor allem darauf hin, dass Menschen mit depressiven und Angststörungen Probleme in der interpersonellen Regulation von Emotionen aufweisen (Dixon-Gordon et al., 2018; Hofmann, 2014; Marroquín, 2011). Auch wurden erste Studien zur Substanzabhängigkeit (Dingle et al., 2018) und Borderline-Persönlichkeitsstörung (Dixon-Gordon et al., 2018) publiziert. Viele andere psychische Störungen sind im Hinblick darauf noch relativ unerforscht. Die bisherigen Ergebnisse deuten an, dass Schwierigkeiten in IER mit einer tendenziell höheren Ausprägung psychologischer Symptome einhergehen. Allerdings fehlt bei den meisten dieser Studien eine klare Differenzierung zwischen intrinsischer und extrinsischer IER. Weitere Arbeiten in diese Richtung sind daher notwendig, um praktische Interventionen für einen effektiveren Einsatz sowohl intrinsischer als auch extrinsischer IER-Strategien entwickeln zu können.

Schließlich soll noch auf einen Aspekt eingegangen werden, welcher nicht zuletzt wegen der Corona-Krise zunehmende Bedeutung erfuhr. So finden soziale Interaktionen immer

häufiger über soziale Medien und neue Technologien statt. Dadurch könnten sich auch neue bzw. alternative Wege für intrinsische und extrinsische IER-Strategien eröffnen. Es wäre interessant zu erforschen, inwiefern sich über neue Technologien vermittelte IER von jener IER unterscheidet, bei denen die regulierenden Personen physisch anwesend sind. Bei letzterer kann beispielsweise Berührung als IER-Strategie eingesetzt werden, was wiederum bei „digitaler“ IER nicht möglich ist. Hingegen gibt es verbale IER-Strategien, welche universell angewendet werden können. Es wäre spannend, etwaige Unterschiede in der Wirksamkeit der universellen Strategien zu erforschen. Auch wäre es interessant zu untersuchen, welche Vor- und Nachteile die unterschiedlichen Voraussetzungen mit sich bringen und welche Auswirkungen die neuen Entwicklungen auf das individuelle Wohlbefinden und die psychische Gesundheit haben. Zukünftige Studien sollten sich also mit diesem bedeutsamer werdenden Bereich auseinandersetzen und mögliche Neuentwicklungen oder Veränderungen von IER-Strategien verfolgen.

Fazit

Eine Unterteilung der IER in den intrinsischen und extrinsischen Aspekt erscheint relevant, da die Studienergebnisse jene von Zaki und Williams (2013) theoretisch vorgeschlagene Disparität der Subkonstrukte unterstreichen. Zusammenfassend sprechen die Befunde dafür, dass emotionale Intelligenz, Empathie, Coping, wahrgenommene soziale Unterstützung, erhaltene soziale Unterstützung und das Unterstützungsnetzwerk in ihrer Kombination zwar in geringem Ausmaß intrinsische und extrinsische IER vorhersagen können. Für sich allein gesehen sind sie jedoch keine sehr gut geeigneten Prädiktoren für die IER. Die Ergebnisse der Studie zeigen demnach, dass zwischen IER und einigen der verwandten Konstrukte positive Zusammenhänge bestehen. Allerdings ist die IER von diesen Konstrukten konzeptuell abzugrenzen und sollte als eigenständiges Konstrukt, welches sich aus dem intrinsischen und extrinsischen Aspekt zusammensetzt, angesehen werden.

Literaturverzeichnis

- Abe, K., Niwa, M., Fujisaki, K., & Suzuki, Y. (2018). Associations between emotional intelligence, empathy and personality in Japanese medical students. *BMC Medical Education*, 18, 1–9. doi:10.1186/s12909-018-1165-7
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30, 217–237. doi:10.1016/j.cpr.2009.11.004
- Backhaus, K., Erichson, B., & Weiber, R. (2015). *Fortgeschrittene multivariate Analysemethoden. Eine anwendungsorientierte Einführung* (3. Auflage). Heidelberg: Springer.
- Barrera, M. (1986). Distinctions between social support concepts, measures, and models. *American Journal of Community Psychology*, 14, 413–445. doi:10.1007/BF00922627
- Barrera, M., & Baca, L. M. (1990). Recipient reactions to social support: Contributions of enacted support, conflicted support and network orientation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 541–551. doi:10.1177/0265407590074010
- Barrera, M., Sandler, I. N., & Ramsay, T. B. (1981). Preliminary development of a scale of social support: Studies on college students. *American Journal of Community Psychology*, 9, 435–447. doi:10.1007/BF00918174
- Blom, A. G., Wenz, A., Rettig, T., Reifenscheid, M., Naumann, E., Möhring, K., ... Cornesse, C. (2020). *Die Mannheimer Corona-Studie: Das Leben in Deutschland im Ausnahmezustand. Bericht zur Lage vom 20. März bis 29. Juni 2020*. Arbeitspapier. Mannheim: Universität Mannheim. Zugriff am 04.09.2020. Verfügbar unter <https://madoc.bib.uni-mannheim.de/55482>
- Blum, S., Brow, M., & Silver, R. C. (2012). Coping. In V. S. Ramachandran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior: Second Edition* (pp. 596–601). San Diego, CA: Elsevier Inc. doi:10.1016/B978-0-12-375000-6.00110-5
- Boomsma, A., & Hoogland, J. J. (2001). The robustness of LISREL modeling revisited. In R. Cudeck, S. du Toit, & D. Sörbom (Eds.), *Structural equation models: Present and future. A Festschrift in honor of Karl Jöreskog* (pp. 139–168). Lincolnwood, IL: Scientific Software International.
- Bünemann, M., Bauer-Hohmann, M., Klewitz, F., Kyaw Tha Tun, E. M., Tegtbur, U., Pape, L., ... Nöhre, M. (2020). Beliefs about immunosuppressant medication and correlates in a German kidney transplant population. *Journal of Psychosomatic Research*, 132, 109989. doi:10.1016/j.jpsychores.2020.109989

- Burns, M. J., Feaster, D. J., Mitrani, V. B., Ow, C., & Szapocznik, J. (2008). Stress processes in HIV-positive African American mothers: Moderating effects of drug abuse history. *Anxiety, Stress, and Coping, 21*, 95–116. doi:10.1080/10615800701695131
- Butler, E. A. (2015). Interpersonal affect dynamics: It takes two (and time) to tango. *Emotion Review, 7*, 336–341. doi:10.1177/1754073915590622
- Butler, E. A., Hollenstein, T., Shoham, V., & Rohrbaugh, M. J. (2014). A dynamic state-space analysis of interpersonal emotion regulation in couples who smoke. *Journal of Social and Personal Relationships, 31*, 907–927. doi:10.1177/0265407513508732
- Byrne, B. M. (2016). *Structural equation modeling with Amos: Basic concepts, applications, and programming* (3rd ed.). New York: Routledge.
- Campbell, A., & Ntobedzi, A. (2007). Emotional intelligence, coping and psychological distress: A partial least squares approach to developing a predictive model. *E-Journal of Applied Psychology, 3*, 39–54. doi:10.7790/ejap.v3i2.91
- Campos, J. J., Campos, R. G., & Barrett, K. C. (1989). Emergent themes in the study of emotional development and emotion regulation. *Developmental Psychology, 25*, 394–402. doi:10.1037/0012-1649.25.3.394
- Campos, J. J., Walle, E. A., Dahl, A., & Main, A. (2011). Reconceptualizing emotion regulation. *Emotion Review, 3*, 26–35. doi:10.1177/1754073910380975
- Carlo, G., Mestre, M. V., McGinley, M. M., Samper, P., Tur, A., & Sandman, D. (2012). The interplay of emotional instability, empathy, and coping on prosocial and aggressive behaviors. *Personality and Individual Differences, 53*, 675–680. doi:10.1016/j.paid.2012.05.022
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine, 4*, 92–100. doi:10.1207/s15327558ijbm0401_6
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology, 56*, 267–283. doi:10.1037/0022-3514.56.2.267
- Ciarrochi, J., Chan, A. Y. C., & Bajgar, J. (2001). Measuring emotional intelligence in adolescents. *Personality and Individual Differences, 31*, 1105–1119. doi:10.1016/S0191-8869(00)00207-5
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine, 38*, 300–314. doi:10.1097/00006842-197609000-00003
- Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *American Psychologist, 59*, 676–684.

doi:10.1037/0003-066X.59.8.676

Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10, 85.

Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 113–126. doi:10.1037/0022-3514.44.1.113

Dingle, G. A., da Costa Neves, D., Alhadad, S. S. J., & Hides, L. (2018). Individual and interpersonal emotion regulation among adults with substance use disorders and matched controls. *British Journal of Clinical Psychology*, 57, 186–202. doi:10.1111/bjc.12168

Dixon-Gordon, K. L., Bernecker, S. L., & Christensen, K. (2015). Recent innovations in the field of interpersonal emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*, 3, 36–42. doi:10.1016/j.copsyc.2015.02.001

Dixon-Gordon, K. L., Haliczzer, L. A., Conkey, L. C., & Whalen, D. J. (2018). Difficulties in interpersonal emotion regulation: Initial development and validation of a self-report measure. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 40, 528–549. doi:10.1007/s10862-018-9647-9

Döring, N., & Bortz, J. (2016). *Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften*. Heidelberg: Springer.

Dubow, E. F., & Rubinlicht, M. (2011). Coping. In B. Bradford Brown & M. J. Prinstein (Eds.), *Encyclopedia of Adolescence* (Vol. 3, pp. 109–118). doi:10.1016/B978-0-12-373915-5.00107-8

Dunkel-Schetter, C., Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1987). Correlates of social support receipt. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 71–80. doi:10.1037/0022-3514.53.1.71

Dunkel, D., Antretter, E., Fröhlich-Walser, S., & Haring, C. (2005). Evaluation der Kurzform des Fragebogens zur Sozialen Unterstützung (SOZU-K-22) in klinischen und nichtklinischen Stichproben. *Psychotherapie Psychosomatik Medizinische Psychologie*, 55, 266–277. doi:10.1055/s-2004-834746

Ekman, P. (2004). *Gefühle lesen. Wie Sie Emotionen erkennen und richtig interpretieren*. Heidelberg: Elsevier.

Extremiera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2005). Perceived emotional intelligence and life satisfaction: Predictive and incremental validity using the Trait Meta-Mood Scale. *Personality and Individual Differences*, 39, 937–948. doi:10.1016/j.paid.2005.03.012

Frazier, P. A., Tix, A. P., Klein, C. D., & Arikian, N. J. (2000). Testing theoretical models of

- the relations between social support, coping, and adjustment to stressful life events. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19, 314–335. doi:10.1521/jscp.2000.19.3.314
- Furnham, A. (2012). Emotional intelligence. In A. Di Fabio (Ed.), *Emotional intelligence – New perspectives and applications* (pp. 3–28). doi:10.5772/1188
- Fydrich, T., Sommer, G., Tydecks, S., & Brähler, E. (2009). Fragebogen zur sozialen Unterstützung (F-SozU): Normierung der Kurzform (K-14). *Zeitschrift Für Medizinische Psychologie*, 18, 43–48.
- Good, M. J. (2019). *Die Rolle von Mitgefühl im Zusammenhang von interpersoneller Emotionsregulation und Depressionsneigung*. Masterarbeit. Universität Wien.
- Greenglass, E., Fiksenbaum, L., & Eaton, J. (2006). The relationship between coping, social support, functional disability and depression in the elderly. *Anxiety, Stress, and Coping*, 19, 15–31. doi:10.1080/14659890500436430
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271–299. doi:10.1037/1089-2680.2.3.271
- Gross, J. J. (1999). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition and Emotion*, 13, 551–573. doi:10.1080/026999399379186
- Gross, J. J. (2014). *Handbook of emotion regulation* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26, 1–26. doi:10.1080/1047840X.2014.940781
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348–362. doi:10.1037/0022-3514.85.2.348
- Gross, J. J., & Muñoz, R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2, 151–164. doi:10.1111/j.1468-2850.1995.tb00036.x
- Gross, J. J., Sheppes, G., & Urry, H. L. (2011). Emotion generation and emotion regulation: A distinction we should make (carefully). *Cognition and Emotion*, 25, 765–781. doi:10.1080/02699931.2011.555753
- Haber, M. G., Cohen, J. L., Lucas, T., & Baltes, B. B. (2007). The relationship between self-reported received and perceived social support: A meta-analytic review. *American Journal of Community Psychology*, 39, 133–144. doi:10.1007/s10464-007-9100-9
- Hajibabae, F., Farahani, M. A., Ameri, Z., Salehi, T., & Hosseini, A. F. (2018). The relationship between empathy and emotional intelligence among Iranian nursing students. *International Journal of Medical Education*, 9, 239–243. doi:10.5116/ijme.5b83.e2a5

- Hallam, G. P., Webb, T. L., Sheeran, P., Miles, E., Niven, K., Wilkinson, I. D., ... Farrow, T. F. D. (2014). The neural correlates of regulating another person's emotions: An exploratory fMRI study. *Frontiers in Human Neuroscience*, 8, 1–12. doi:10.3389/fnhum.2014.00376
- Hofmann, S. G. (2014). Interpersonal emotion regulation model of mood and anxiety disorders. *Cognitive Therapy and Research*, 38, 483–492. doi:10.1007/s10608-014-9620-1
- Hofmann, S. G., Carpenter, J. K., & Curtiss, J. (2016). Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire (IERQ): Scale development and psychometric characteristics. *Cognitive Therapy and Research*, 40, 341–356. doi:10.1007/s10608-016-9756-2
- Izard, C. E. (1990). Facial expressions and the regulation of emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 487–498. doi:10.1037/0022-3514.58.3.487
- Kappas, A. (2013). Social regulation of emotion: Messy layers. *Frontiers in Psychology*, 4, 1–11. doi:10.3389/fpsyg.2013.00051
- Knoll, N., Rieckmann, N., & Schwarzer, R. (2005). Coping as a mediator between personality and stress outcomes: A longitudinal study with cataract surgery patients. *European Journal of Personality*, 19, 229–247. doi:10.1002/per.546
- Koç, M. S., Aka, B. T., Doğruyol, B., Curtiss, J., Carpenter, J. K., & Hofmann, S. G. (2019). Psychometric properties of the Turkish version of the Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire (IERQ). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 41, 294–303. doi:10.1007/s10862-019-09732-3
- Kocalevent, R.-D., Mierke, A., Brähler, E., & Klapp, B. F. (2014). BRCS – Brief Resilient Coping Scale. In C. J. Kemper, E. Brähler, & M. Zenger (Hrsg.), *Psychologische und sozialwissenschaftliche Kurzskalen. Standardisierte Erhebungsinstrumente für Wissenschaft und Praxis* (S. 43–45). Berlin: Medizinisch Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft.
- Kocalevent, R.-D., Zenger, M., Hinz, A., Klapp, B., & Brähler, E. (2017). Resilient coping in the general population: Standardization of the Brief Resilient Coping Scale (BRCS). *Health and Quality of Life Outcomes*, 15(251), 1–8. doi:10.1186/s12955-017-0822-6
- Koole, S. L. (2009). The psychology of emotion regulation: An integrative review. *Cognition and Emotion*, 23, 4–41. doi:10.1080/02699930802619031
- Laireiter, A.-R. (1993). Begriffe und Methoden der Netzwerk- und Unterstützungsforschung. In A.-R. Laireiter (Hrsg.), *Soziales Netzwerk und soziale Unterstützung. Konzepte, Methoden und Befunde* (S. 15–44). Bern: Verlag Hans Huber.

- Laireiter, A.-R. (1996). *Skalen Soziale Unterstützung (SSU). Manual*. Mödling b. Wien: Dr. Schuhfried.
- Laireiter, A.-R. (2008). ISSB – Inventar sozial unterstützenden Verhaltens. In J. Bengel, M. Wirtz, & C. Zwingmann (Hrsg.), *Diagnostische Verfahren in der Rehabilitation* (S. 158–162). Göttingen: Hogrefe.
- Laireiter, A.-R., & Baumann, U. (1992). Network structures and support functions: Theoretical and empirical analyses. In H. O. F. Veiel & U. Baumann (Eds.), *The meaning and measurement of social support* (pp. 33–56). Washington: Hemisphere.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Lazarus, R. S. (2006). Emotions and interpersonal relationships: Toward a person-centered conceptualization of emotions and coping. *Journal of Personality*, 74, 9–46. doi:10.1111/j.1467-6494.2005.00368.x
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Lehrer, R., Juhl, S., Blom, A. G., Wenz, A., Rettig, T., Reifenscheid, M., ... Cornesse, C. (2020). *Die Mannheimer Corona-Studie: Die vier Phasen des Social Distancing in Deutschland*. Bericht. Mannheim: Universität Mannheim. Zugriff am 04.09.2020. Verfügbar unter https://www.uni-mannheim.de/media/Einrichtungen/gip/Corona_Studie/Social_Distancing_Schwerpunktbericht_update.pdf
- Leiner, D., & Leiner, S. (2019). SoSci Survey (Version 3.1.06) [Computer software]. Retrieved from <https://www.soscisurvey.de>
- Levesque, C., Lafontaine, M. F., Caron, A., Flesch, J. L., & Bjornson, S. (2014). Dyadic empathy, dyadic coping, and relationship satisfaction: A dyadic model. *Europe's Journal of Psychology*, 10, 118–134. doi:10.5964/ejop.v10i1.697
- Levy-Gigi, E., & Shamay-Tsoory, S. G. (2017). Help me if you can: Evaluating the effectiveness of interpersonal compared to intrapersonal emotion regulation in reducing distress. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 55, 33–40. doi:10.1016/j.jbtep.2016.11.008
- Lischka, A.-M., Popien, C., & Linden, M. (2005). Messinstrumente zur Erfassung des sozialen Netzes. *Psychotherapie Psychosomatik Medizinische Psychologie*, 55, 358–364. doi:10.1055/s-2004-834752
- López-Pérez, B., Ambrona, T., & Gummerum, M. (2017). Interpersonal emotion regulation in Asperger's syndrome and borderline personality disorder. *British Journal of Clinical Psychology*, 56, 103–113. doi:10.1111/bjc.12124

- Lopez-Zafra, E., Ramos-Álvarez, M. M., El Ghoudani, K., Luque-Reca, O., Augusto-Landa, J. M., Zarhbouch, B., ... Pulido-Martos, M. (2019). Social support and emotional intelligence as protective resources for well-being in Moroccan adolescents. *Frontiers in Psychology, 10*, 1–15. doi:10.3389/fpsyg.2019.01529
- Mardia, K. V. (1970). Measures of multivariate skewness and kurtosis with applications. *Biometrika, 57*, 519–530. doi:10.2307/2334770
- Marroquín, B. (2011). Interpersonal emotion regulation as a mechanism of social support in depression. *Clinical Psychology Review, 31*, 1276–1290. doi:10.1016/j.cpr.2011.09.005
- Marroquín, B., Tennen, H., & Stanton, A. L. (2017). Coping, emotion regulation, and well-being: Intrapersonal and interpersonal processes. In M. D. Robinson & M. Eid (Eds.), *The happy mind: Cognitive contributions to well-being* (pp. 253–274). New York: Springer International Publishing.
- Mayer, J. D., & Geher, G. (1996). Emotional intelligence and the identification of emotion. *Intelligence, 22*, 89–113. doi:10.1016/S0160-2896(96)90011-2
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence, 17*, 433–442. doi:10.1016/0160-2896(93)90010-3
- McRae, K., & Gross, J. J. (2020). Emotion regulation. *Emotion, 20*, 1–9. doi:10.1037/emo0000703
- Montes-Berges, B., & Augusto, J.-M. (2007). Exploring the relationship between perceived emotional intelligence, coping, social support and mental health in nursing students. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing, 14*, 163–171. doi:10.1111/j.1365-2850.2007.01059.x
- Muhr, R., & Beham, M. (1992). Der SSQ-6-Items. In H. Schattovits (Hrsg.), *Beratung – Soziales Netzwerk. Evaluierung des sozialen Umfeldes von Ratsuchenden in Beratungsstellen* (S. 121–132). Wien: Institut für Ehe und Familie.
- Muhr, R. (1992). Unterstützungsressourcen sowie wahrgenommene Unterstützung und Belastung von BeratungsklientInnen. In H. Schattovits (Hrsg.), *Beratung – Soziale Netzwerke, Evaluierung des sozialen Umfeldes von ratsuchenden Personen in Beratungsstellen* (S. 41–102). Wien: Institut für Ehe und Familie.
- Niven, K. (2017). The four key characteristics of interpersonal emotion regulation. *Current Opinion in Psychology, 17*, 89–93. doi:10.1016/j.copsyc.2017.06.015
- Niven, K., Totterdell, P., & Holman, D. (2009). A classification of controlled interpersonal affect regulation strategies. *Emotion, 9*, 498–509. doi:10.1037/a0015962
- Niven, K., Totterdell, P., Stride, C. B., & Holman, D. (2011). Emotion Regulation of Others

- and Self (EROS): The development and validation of a new individual difference measure. *Current Psychology*, 30, 53–73. doi:10.1007/s12144-011-9099-9
- Noorbakhsh, S. N., Besharat, M. A., & Zarei, J. (2010). Emotional intelligence and coping styles with stress. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 5, 818–822. doi:10.1016/j.sbspro.2010.07.191
- Nozaki, Y., & Koyasu, M. (2015). Interpersonal emotional intelligence reduces the gap in anger regulation confidence caused by self-other dissimilarity. *Psychologia*, 58, 49–60. doi:10.2117/psysoc.2015.49
- Nozaki, Y., & Mikolajczak, M. (2020). Extrinsic emotion regulation. *Emotion*, 20, 10–15. doi:10.1037/emo0000636
- Otto, J. H., Döring-Seipel, E., Greben, M., & Lantermann, E.-D. (2001). Entwicklung eines Fragebogens zur Erfassung der wahrgenommenen emotionalen Intelligenz. *Diagnostica*, 47, 178–187. doi:10.1026//0012-1924.47.4.178
- Paulus, C. (2009). *Der Saarbrücker Persönlichkeitsfragebogen SPF (IRI) zur Messung von Empathie: Psychometrische Evaluation der deutschen Version des Interpersonal Reactivity Index*. Saarbrücken: Universität des Saarlandes.
- Paulus, C. (2012). *Ist die Bildung eines Empathiescores in der deutschen Fassung des IRI sinnvoll?* Saarbrücken: Universität des Saarlandes.
- Paulus, C. (2019). Saarbrücker Persönlichkeitsfragebogen (SPF-R). Zugriff am 02.12.2019. Verfügbar unter <https://www.coursehero.com/file/42436915/SPF-R-V10pdf/>
- Peña-Sarrionandia, A., Mikolajczak, M., & Gross, J. J. (2015). Integrating emotion regulation and emotional intelligence traditions: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 6, 1–27. doi:10.3389/fpsyg.2015.00160
- Polk, L. V. (1997). Toward a middle-range theory of resilience. *Advances in Nursing Science*, 19(3), 1–13. doi:10.1097/00012272-199703000-00002
- Por, J., Barriball, L., Fitzpatrick, J., & Roberts, J. (2011). Emotional intelligence: Its relationship to stress, coping, well-being and professional performance in nursing students. *Nurse Education Today*, 31, 855–860. doi:10.1016/j.nedt.2010.12.023
- Pruessner, L., Holt, D. V., Götz, R., Sevcenko, N., Hofmann, S. G., & Backenstrass, M. (2020). Psychometrische Eigenschaften der deutschsprachigen Version des Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire. *Diagnostica*, 66, 62–73. doi:10.1026/0012-1924/a000239
- Reisenzein, E., Baumann, U., & Reisenzein, R. (1993). Unterschiedliche Zugänge zum Sozialen Netzwerk. In A.-R. Laireiter (Hrsg.), *Soziales Netzwerk und soziale*

- Unterstützung. Konzepte, Methoden und Befunde* (S. 67–77). Bern: Verlag Hans Huber.
- Rimé, B. (2007). Interpersonal emotion regulation. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 466–485). New York: Guilford Press.
- Rimé, B. (2009). Emotion elicits the social sharing of emotion: Theory and empirical review. *Emotion Review*, 1(1), 60–85. doi:10.1177/1754073908097189
- Sachse, R. (2011). Empathie. In M. Linden & M. Hautzinger (Hrsg.), *Verhaltenstherapiemanual* (7. Auflage, S. 121–126). Heidelberg: Springer.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185–211. doi:10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, & health* (pp. 125–154). Washinton: American Psychological Association.
- Salovey, P., Stroud, L. R., Woolery, A., & Epel, E. S. (2002). Perceived emotional intelligence, stress reactivity, and symptom reports: Further explorations using the Trait Meta-Mood Scale. *Psychology and Health*, 17, 611–627. doi:10.1080/08870440290025812
- Sarason, B. R., Shearin, E. N., Pierce, G. R., & Sarason, I. G. (1987). Interrelations of social support measures: Theoretical and practical implications. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 813–832. doi:10.1037/0022-3514.52.4.813
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 127–139. doi:10.1037//0022-3514.44.1.127
- Sarason, I. G., Sarason, B. R., Shearin, E. N., & Pierce, G. R. (1987). A brief measure of social support: Practical and theoretical implications. *Journal of Social and Personal Relationships*, 4, 497–510. doi:10.1177/0265407587044007
- Schachter, S. (1959). *The psychology of affiliation: Experimental studies of the sources of gregariousness* (Vol. 1). Stanford: Stanford University Press.
- Seehausen, M., Kazzer, P., Bajbouj, M., & Prehn, K. (2012). Effects of empathic paraphrasing – extrinsic emotion regulation in social conflict. *Frontiers in Psychology*, 3, 1–11. doi:10.3389/fpsyg.2012.00482
- Sinclair, V. G., & Wallston, K. A. (2004). The development and psychometric evaluation of the Brief Resilient Coping Scale. *Assessment*, 11, 94–101. doi:10.1177/1073191103258144

- Singh, J., & Singh, J. (2020). COVID-19 and its impact on society. *Electronic Research Journal of Social Sciences and Humanities*, 2, 168–172.
- Sommer, G., & Fydrich, T. (1989). *Soziale Unterstützung. Diagnostik, Konzepte, F-SOZU. DGVt-Materialie 22*. Tübingen: Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie.
- Sun, R., Vuillier, L., Hui, B. P. H., & Kogan, A. (2019). Caring helps: Trait empathy is related to better coping strategies and differs in the poor versus the rich. *PLoS ONE*, 14(3), 1–29. doi:10.1371/journal.pone.0213142
- Tamir, M. (2011). The maturing field of emotion regulation. *Emotion Review*, 3, 3–7. doi:10.1177/1754073910388685
- Thoits, P. A. (1996). Managing the emotions of others. *Symbolic Interaction*, 19, 85–109. doi:10.1525/si.1996.19.2.85
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2/3), 25–52. doi:10.1111/j.1540-5834.1994.tb01276.x
- Thorndike, R. L., & Stein, S. (1937). An evaluation of the attempts to measure social intelligence. *Psychological Bulletin*, 34, 275–285. doi:10.1037/h0053850
- Tomarken, A. J., & Waller, N. G. (2005). Structural equation modeling: Strengths, limitations, and misconceptions. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1, 31–65. doi:10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.144239
- Weiber, R., & Mülhhaus, D. (2014). *Strukturgleichungsmodellierung. Eine anwendungsorientierte Einführung in die Kausalanalyse mit Hilfe von AMOS, SmartPLS und SPSS* (2. Auflage). Heidelberg: Springer.
- Williams, W. C., Morelli, S. A., Ong, D. C., & Zaki, J. (2018). Interpersonal emotion regulation: Implications for affiliation, perceived support, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 115, 224–254. doi:10.1037/pspi0000132
- Wölfer, R., Cortina, K. S., & Baumert, J. (2012). Embeddedness and empathy: How the social network shapes adolescents' social understanding. *Journal of Adolescence*, 35, 1295–1305. doi:10.1016/j.adolescence.2012.04.015
- Zaki, J. (2020). Integrating empathy and interpersonal emotion regulation. *Annual Review of Psychology*, 71, 517–540. doi:10.1146/annurev-psych-010419-050830
- Zaki, J., & Williams, W. C. (2013). Interpersonal emotion regulation. *Emotion*, 13, 803–810. doi:10.1037/a0033839
- Zeidner, M., Matthews, G., & Roberts, R. D. (2006). Emotional intelligence, coping with stress, and adaptation. In J. Ciarrochi, J. P. Forgas, & J. D. Mayer (Eds.), *Emotional*

intelligence in everyday life (2nd ed., pp. 100–127). New York: Psychology Press.

Abkürzungsverzeichnis

AGFI – Adjusted-Goodness-of-Fit-Index

BRCS – Brief Resilient Coping Scale

CFI – Comparative Fit Index

EROS – Emotion Regulation of Others and Self

F-SOZU-K-7 – Fragebogen zur Sozialen Unterstützung – Kurzform 7 Items

GFI – Goodness-of-Fit-Index

IER – Interpersonelle Emotionsregulation

IERQ – Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire

ISSB – Inventar Sozial Unterstützender Verhaltensweisen

NFI – Normed Fit Index

RMSEA – Root Mean Square Error of Approximation

SPF-R – Saarbrücker Persönlichkeitsfragebogen revidierte Version

SRMR – Standardized Root Mean Square Residuals

SSQ-6 – Social Support Questionnaire-6-Item-Version

TLI – Tucker-Lewis-Index

TMMS – Trait Meta-Mood Scale

Anhang A

Online-Fragebogen

0% ausgefüllt

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer!

Im Rahmen meiner Masterarbeit des Psychologiestudiums an der Universität Wien untersuche ich Aspekte der zwischenmenschlichen Regulation von Emotionen. Diese Art der Emotionsregulation ist ein alltägliches Phänomen und wird von vielen Menschen mehrmals täglich verwendet - bewusst oder unbewusst. Aus psychologischer Sicht ist dieses Phänomen bislang relativ unerforscht. Somit leisten Sie mit Ihrer Teilnahme an der Studie einen wichtigen Beitrag für die Wissenschaft.

Um an der Befragung teilzunehmen, müssen Sie mindestens 18 Jahre alt sein.

Bitte lesen Sie sich die Fragen genau durch und beantworten Sie diese wahrheitsgetreu. Da es bei der Befragung um Ihre persönlichen Meinungen, Empfindungen und Erfahrungen geht, gibt es keine richtigen oder falschen Antworten.

Die Befragung dauert ca. 20 Minuten und ist anonym. Ihre Daten werden streng vertraulich behandelt und nur für diese Masterarbeit verwendet.

Ihre Teilnahme an der Studie ist freiwillig. Sie können die Befragung jederzeit ohne Angabe von Gründen abbrechen.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!
Johanna Kropfreiter, BA BSc

☐ Ich habe die Einverständniserklärung gelesen und akzeptiert.

Weiter

Abbildung A1. Seite 1 mit Informed Consent.

6% ausgefüllt

Bitte beantworten Sie folgende Fragen zu Ihrer Person.

Welches Geschlecht haben Sie?

Wie alt sind Sie?
 Ich bin Jahre

Welcher ist Ihr höchster Bildungsabschluss?

Was machen Sie beruflich? (Mehrfachauswahl möglich)

☐ Schüler/in	☐ Beamte/r
☐ In Ausbildung	☐ Selbstständig
☐ Student/in	☐ Arbeitslos/Arbeit suchend
☐ Angestellte/r	☐ Sonstiges:

Wie sieht Ihr aktueller Beziehungsstatus aus?

Wie gestaltet sich Ihre aktuelle Wohnsituation? (Mehrfachauswahl möglich)

☐ alleinlebend	☐ mit Partner/Partnerin
☐ mit Eltern/Elternteil	☐ mit Freunden/Bekannten
☐ mit Kind/Kindern	☐ mit sonstigen Personen

Wie viele Kinder haben Sie?

Abbildung A2. Seite 2 mit demographischem Fragebogen.

13% ausgefüllt

Bitte geben Sie an, wie gut die folgenden Aussagen auf einer Skala von 1 bis 5 Ihre Handlungen und Verhaltensweisen beschreiben.

1 = trifft überhaupt nicht zu

2 = trifft etwas zu

3 = trifft ein wenig zu

4 = trifft ziemlich zu

5 = trifft voll und ganz zu

	trifft überhaupt nicht zu	1	2	3	4	trifft voll und ganz zu	5
Ich versuche mir etwas einfallen zu lassen, wie ich schwierige Situationen verändern kann.	☐		☐	☐	☐		☐
Egal was mir passiert, ich glaube, ich habe meine Reaktionen unter Kontrolle.	☐		☐	☐	☐		☐
Ich glaube, ich kann mich weiterentwickeln, wenn ich mich mit schwierigen Situationen auseinandersetze.	☐		☐	☐	☐		☐
Ich suche aktiv nach Wegen, um die Verluste auszugleichen, die mir in meinem Leben widerfahren sind.	☐		☐	☐	☐		☐

Abbildung A3. Seite 3 mit der BRCS (Kocalevent et al., 2014) zur Erfassung von Coping.

19% ausgefüllt

Es gibt Situationen, in denen Menschen versuchen, andere dazu zu bringen, sich besser zu fühlen (z.B. glücklicher, ruhiger, weniger ängstlich, weniger wütend).

Inwieweit haben Sie **in den letzten zwei Wochen** die folgenden Strategien angewendet, um zu beeinflussen, wie sich jemand fühlt?

Es spielt keine Rolle, ob die Strategien erfolgreich waren oder nicht; nur in welchem Umfang Sie sie angewendet haben.

Die folgenden Fragen beziehen sich auf die letzten zwei Wochen

Ich habe jemandem einen hilfreichen Ratschlag gegeben, damit er/sie sich besser fühlt.	nie	selten	manchmal	oft	sehr oft
Ich habe mit jemandem etwas Nettes gemacht, damit er/sie sich besser fühlt.	nie	selten	manchmal	oft	sehr oft
Ich habe mit jemandem seine/ihre positiven Eigenschaften diskutiert, damit er/sie sich besser fühlt.	nie	selten	manchmal	oft	sehr oft
Ich habe jemanden zum Lachen gebracht, damit er/sie sich besser fühlt.	nie	selten	manchmal	oft	sehr oft
Ich habe mir die Probleme von jemandem angehört, damit er/sie sich besser fühlt.	nie	selten	manchmal	oft	sehr oft
Ich habe mit jemandem Zeit verbracht, damit er/sie sich besser fühlt.	nie	selten	manchmal	oft	sehr oft

Abbildung A4. Seite 4 mit der EROS-Subskala extrinsic affect-improving (Niven et al., 2011) zur Erfassung extrinsischer IER.

25% ausgefüllt

Nachfolgend finden Sie Aussagen, die beschreiben, wie Menschen andere Menschen nutzen, um ihre eigenen Emotionen zu regulieren.

Bitte lesen Sie jede Aussage und wählen sie aus, inwieweit dies für Sie zutreffend ist. Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten.

Ich fühle mich besser, wenn ich sehe, wie andere mit ihren Emotionen umgehen.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft eher zu	trifft zu
Es hilft mir, mit meiner depressiven Stimmung umzugehen, wenn andere mich darauf hinweisen, dass die Dinge nicht so schlimm sind, wie sie scheinen.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft eher zu	trifft zu
Ich mag es, andere um mich herum zu haben, wenn ich meine Freude teilen möchte.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft eher zu	trifft zu
Ich suche andere Menschen auf, um mir ihr Mitgefühl zukommen zu lassen, wenn es mir schlecht geht.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft eher zu	trifft zu
Wenn ich mir Sorgen mache, hilft es mir, die Überlegungen anderer zu hören, wie man mit Dingen umgehen kann.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft eher zu	trifft zu
Wenn ich gut gelaunt bin, tut die Anwesenheit bestimmter Personen gut.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft eher zu	trifft zu
Wenn ich traurig bin, hilft es mir, wenn man mich daran erinnert, dass es anderen schlechter geht als mir.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft eher zu	trifft zu
Ich mag die Gegenwart von anderen, wenn ich positiv gestimmt bin, weil es die gute Stimmung verstärkt.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft eher zu	trifft zu
Wenn ich mich schlecht fühle, suche ich andere Menschen auf die ihr Mitgefühl ausdrücken werden.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft eher zu	trifft zu
Dass andere mir bewusst machen, dass alles auch viel schlimmer sein könnte, hilft mir, wenn ich traurig bin.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft eher zu	trifft zu
Zu sehen, wie andere mit der gleichen Situation umgehen würden, hilft mir, wenn ich frustriert bin.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft eher zu	trifft zu
Ich suche andere auf, um mich von ihnen trösten zu lassen, wenn ich traurig bin.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft eher zu	trifft zu
Weil Freude ansteckend ist, suche ich andere Menschen auf, wenn ich mich glücklich fühle.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft eher zu	trifft zu

Abbildung A5. Teil 1/2 von Seite 5 mit Items 1–13 des IERQ (Good, 2019) zur Erfassung intrinsischer IER.

	Wenn ich verärgert bin, können andere mich beruhigen, indem sie mir sagen, dass ich mir keine Sorgen zu machen brauche.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils- teils	trifft eher zu	trifft zu
	Wenn ich traurig bin, hilft es mir zu hören, wie andere mit ähnlichen Gefühlen umgegangen sind.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils- teils	trifft eher zu	trifft zu
	Ich suche andere Leute auf, wenn ich mich deprimiert fühle, nur um zu wissen, dass ich geliebt werde.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils- teils	trifft eher zu	trifft zu
	Dass Leute mir sagen, ich solle mir keine Sorgen machen, kann helfen mich zu beruhigen, wenn ich ängstlich bin.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils- teils	trifft eher zu	trifft zu
	Wenn ich mich fröhlich fühle, suche ich andere Leute auf um sie glücklich zu machen.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils- teils	trifft eher zu	trifft zu
	Wenn ich traurig bin, suche ich andere auf, die mir Trost spenden.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils- teils	trifft eher zu	trifft zu
	Wenn es mir schlecht geht, mag ich es zu wissen, was andere tun würden, wenn sie sich in meiner Situation befänden.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils- teils	trifft eher zu	trifft zu

Abbildung A6. Teil 2/2 von Seite 5 mit Items 14–20 des IERQ (Good, 2019) zur Erfassung intrinsischer IER.

31% ausgefüllt

Sie werden jetzt eine Reihe von Aussagen lesen, die jeweils bestimmte (verallgemeinerte) menschliche Eigenschaften oder Reaktionen beschreiben, die alle etwas mit Gefühlen zu tun haben.

Bitte kennzeichnen Sie auf der Antwortskala, inwieweit die jeweilige Aussage auf Sie zutrifft. Es gibt dabei keine richtigen oder falschen Antworten.

Ich empfinde warmherzige Gefühle für Leute, denen es weniger gut geht als mir.	nie	selten	manchmal	häufig	immer
Die Gefühle einer Person in einem Roman kann ich mir sehr gut vorstellen.	nie	selten	manchmal	häufig	immer
Ich versuche, bei einem Streit zuerst beide Seiten zu verstehen, bevor ich eine Entscheidung treffe.	nie	selten	manchmal	häufig	immer
Wenn ich sehe, wie jemand ausgenutzt wird, glaube ich, ihn schützen zu müssen.	nie	selten	manchmal	häufig	immer
Nachdem ich einen Film gesehen habe, fühle ich mich so, als ob ich eine der Personen aus diesem Film sei.	nie	selten	manchmal	häufig	immer
Mich berühren Dinge sehr, auch wenn ich sie nur beobachte.	nie	selten	manchmal	häufig	immer
Ich glaube, jedes Problem hat zwei Seiten und versuche deshalb beide zu berücksichtigen.	nie	selten	manchmal	häufig	immer
Ich würde mich selbst als eine ziemlich weichherzige Person bezeichnen.	nie	selten	manchmal	häufig	immer
Wenn ich einen guten Film sehe, kann ich mich sehr leicht in die Hauptperson hineinversetzen.	nie	selten	manchmal	häufig	immer
Wenn mir das Verhalten eines anderen komisch vorkommt, versuche ich mich für eine Weile in seine Lage zu versetzen.	nie	selten	manchmal	häufig	immer
Wenn ich eine interessante Geschichte oder ein gutes Buch lese, versuche ich mir vorzustellen, wie ich mich fühlen würde, wenn mir die Ereignisse passieren würden.	nie	selten	manchmal	häufig	immer
Bevor ich jemanden kritisiere, versuche ich mir vorzustellen, wie ich mich an seiner Stelle fühlen würde.	nie	selten	manchmal	häufig	immer

Abbildung A7. Seite 6 mit dem SPF-R (Paulus, 2019) zur Erfassung von Empathie.

Im Folgenden finden Sie eine Reihe von Aussagen zu Meinungen und Erlebensweisen.

Bitte lesen Sie jede Aussage durch und geben Sie an, ob Sie ihr widersprechen oder zustimmen.

Es gibt keine falschen oder richtigen Antworten; überlegen Sie bitte deshalb nicht lange, sondern kreuzen Sie diejenige Antwortalternative an, die den Grad Ihrer Zustimmung am besten ausdrückt.

Folgende Antwortmöglichkeiten stehen Ihnen zur Verfügung:

- starker Widerspruch
- etwas Widerspruch
- weder Zustimmung noch Widerspruch
- etwas Zustimmung
- starke Zustimmung

	starker Widerspruch				starke Zustimmung
Ich versuche, gute Gedanken zu verfolgen, egal wie schlecht ich mich fühle.	☐	☐	☐	☐	☐
Die Menschen wären besser dran, wenn sie weniger fühlen und mehr denken würden.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich denke es ist nutzlos, den eigenen Gefühlen und Stimmungen Aufmerksamkeit zu schenken.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kümmere mich gewöhnlich wenig darum, was ich gerade fühle.	☐	☐	☐	☐	☐
Manchmal kann ich gar nicht sagen, was meine Gefühle sind.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich bin selten darüber im Unklaren, wie ich mich fühle.	☐	☐	☐	☐	☐
Gefühle geben dem Leben eine Richtung.	☐	☐	☐	☐	☐
Obwohl ich manchmal traurig bin, schaue ich meistens optimistisch in die Zukunft.	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn ich emotional aufgewühlt bin, wird mir klar, dass die „guten Dinge im Leben“ Illusionen sind.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich glaube daran, beim Handeln das Herz sprechen zu lassen.	☐	☐	☐	☐	☐

	starker Widerspruch				starke Zustimmung
Ich kann nie sagen, wie ich mich fühle.	☐	☐	☐	☐	☐
Für mich ist die beste Art, mit Gefühlen umzugehen, sie voll und ganz zu erleben.	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn ich aus der Fassung gerate, rufe ich mir all die angenehmen Seiten des Lebens ins Gedächtnis.	☐	☐	☐	☐	☐
Meine Ansichten und Meinungen scheinen sich immer zu verändern, je nachdem, wie ich mich fühle.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich bin mir gewöhnlich meiner Gefühle über einen Sachverhalt bewusst.	☐	☐	☐	☐	☐
Gewöhnlich bin ich im Unklaren darüber, wie ich mich fühle.	☐	☐	☐	☐	☐
Man sollte sich niemals von seinen Gefühlen leiten lassen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich gebe meinen Gefühlen nie nach.	☐	☐	☐	☐	☐
Wenn ich auch manchmal glücklich bin, schaue ich meistens pessimistisch in die Zukunft.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich fühle mich mit meinen Gefühlen wohl.	☐	☐	☐	☐	☐

Abbildung A8. Teil 1/2 von Seite 7 mit Items 1–20 der TMMS (Otto et al., 2001) zur Erfassung emotionaler Intelligenz.

	starker Widerspruch				starke Zustimmung
Ich achte sehr darauf, wie ich mich fühle.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kann mir keinen Reim auf meine Gefühle machen.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich widme meinen Gefühlen nicht viel Aufmerksamkeit.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich denke oft über meine Gefühle nach.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich bin mir gewöhnlich über meine Gefühle sehr im Klaren.	☐	☐	☐	☐	☐
Egal wie schlecht ich mich fühle, ich versuche, an angenehme Dinge zu denken.	☐	☐	☐	☐	☐
Gefühle sind eine Schwäche, die Menschen haben.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich kenne gewöhnlich meine Gefühle gegenüber einem Sachverhalt.	☐	☐	☐	☐	☐
Gewöhnlich ist es Zeitverschwendung, über seine Gefühle nachzudenken.	☐	☐	☐	☐	☐
Ich weiß fast immer genau, wie ich mich fühle.	☐	☐	☐	☐	☐

Abbildung A9. Teil 2/2 von Seite 7 mit Items 21–30 der TMMS (Otto et al., 2001) zur Erfassung emotionaler Intelligenz.

44% ausgefüllt

Die untenstehenden Aussagen befassen sich mit Ihrer Einschätzung, im Bedarfsfall Unterstützung von anderen zu erhalten bzw. auf Ressourcen Ihres sozialen Umfeldes zurückgreifen zu können.

Bitte wählen Sie aus, inwiefern jede Aussage auf Sie zutrifft.

Wenn ich krank bin, kann ich ohne Zögern Freunde/Angehörige bitten, wichtige Dinge (z.B. Einkaufen) für mich zu erledigen.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft zu	trifft genau zu
Wenn ich mal tief bedrückt bin, weiß ich, zu wem ich gehen kann.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft zu	trifft genau zu
Es gibt Menschen, die Leid und Freude mit mir teilen.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft zu	trifft genau zu
Ich habe genug Menschen, die mir wirklich helfen, wenn ich mal nicht weiter weiß.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft zu	trifft genau zu
Es gibt genug Menschen, zu denen ich ein wirklich gutes Verhältnis habe.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft zu	trifft genau zu
Es gibt eine Gemeinschaft von Menschen (Freundeskreis, Clique), zu der ich mich zugehörig fühle.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft zu	trifft genau zu
Es gibt Menschen, denen ich alle meine Gefühle zeigen kann, ohne dass es peinlich wird.	trifft nicht zu	trifft eher nicht zu	teils-teils	trifft zu	trifft genau zu

Abbildung A10. Seite 8 mit dem F-SOZU-K-7 (Dunkel et al., 2005) zur Erfassung wahrgenommener sozialer Unterstützung.

50% ausgefüllt

Im Folgenden wird erfasst, wie Menschen andere Menschen unterstützen und ihnen so dabei helfen können, das Leben einfacher zu gestalten.

Bitte gehen Sie die folgende Liste durch und wählen Sie aus, wie oft Ihnen **in den letzten vier Wochen** die jeweilige Handlung zu Teil wurde. Dabei ist es unerheblich, wer dies getan hat. Zur Beantwortung stehen fünf Kategorien zur Verfügung: nie, ein oder zwei Mal, etwa einmal die Woche, mehrmals pro Woche, fast jeden Tag.

Bearbeiten Sie jede Aussage! Sie können nichts richtig oder falsch machen; Sie sagen, was auf Sie zutrifft!

Wie oft ist es in den letzten 4 Wochen vorgekommen, dass...					
Ihnen jemand Informationen darüber gegeben hat, wie Sie etwas machen/tun könnten.	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag
Ihnen jemand dabei geholfen hat, zu verstehen, warum etwas nicht so gut lief wie es sollte.	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag
Ihnen jemand eine Tätigkeit oder Handlung angeraten hat, die Sie machen/tun sollten.	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag
Ihnen jemand über eine bestimmte Handlung, die Sie gemacht haben, Feedback gegeben hat, ohne Sie dabei zu werten (kritisieren oder loben).	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag
Ihnen jemand klar gemacht hat, was von Ihnen erwartet wird.	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag
Ihnen jemand gesagt hat, was er/sie in einer ähnlichen Situation, die Ihnen passiert ist, getan hat.	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag
Ihnen jemand gesagt hat, dass er/sie sich Ihnen sehr nahe und verbunden fühlt.	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag
Ihnen jemand gesagt hat, dass er/sie immer für Sie da sein werde, wann immer Sie Hilfe brauchten.	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag
Ihnen jemand gesagt hat, „So wie Sie sind, sind Sie gerade richtig!“ (ganz okay).	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag
Ihnen jemand Interesse oder Sorge über Ihr Wohlbefinden ausgedrückt hat.	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag

Abbildung A11. Teil 1/2 von Seite 9 mit Items 1–10 des ISSB (Laireiter, 1990) zur Erfassung erhaltener sozialer Unterstützung.

Ihnen jemand dadurch ein angenehmes Gefühl beschert hat, dass er/sie Sie in den Arm genommen hat.	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag
Ihnen jemand gesagt hat, dass er/sie Dinge, über die Sie gerade gesprochen haben, für sich behalten und niemandem weiter sagen wird.	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag
jemand dem zustimmte, was Sie zu tun beabsichtigten.	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag
jemand mit Ihnen etwas unternommen hat, um Sie ein wenig abzulenken.	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag
Ihnen jemand mehr als 50,- € geliehen hat.	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag
Ihnen jemand einen Ort zur Verfügung gestellt hat, an dem Sie eine Zeit lang bleiben konnten.	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag
Ihnen jemand etwas außer Geld, das Sie benötigten, geliehen oder gegeben hat (z.B. Werkzeug, Lebensmittel).	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag
jemand eingesprungen ist, um Ihnen bei etwas zu helfen, was unbedingt zu erledigen war.	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag
jemand mit Ihnen zu jemand anderem gegangen ist, der/die Ihnen helfen konnte.	gar nie	ein- bis zweimal	etwa einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	fast jeden Tag

Abbildung A12. Teil 2/2 von Seite 9 mit Items 11–19 des ISSB (Laireiter, 1990) zur Erfassung erhaltener sozialer Unterstützung.

56% ausgefüllt

Bei den folgenden Fragen geht es um Ihre Beziehung zu Menschen in Ihrer Umgebung, von denen Sie Hilfe und Unterstützung bekommen können.
Jede Frage hat zwei Teile:

- Geben Sie bitte all jene Menschen an, von denen Sie in besonderen Situationen Hilfe erhalten können. Geben Sie dabei die **Initialen des Vor- und Nachnamens** dieser Person an sowie ihr **Geschlecht** und die **Rolle oder Beziehung**, in der Sie zu dieser Person stehen (untenstehend finden Sie ein Beispiel).

Bitte gebrauchen Sie bei Ihren Antworten:

- für Ihre/n Ehe-/Partner/in das Wort "Partner"/"Partnerin"
- für Familienangehörige die Verwandtschaftsbezeichnung ("Sohn", "Bruder", "Mutter"...)
- für alle anderen Personen die Bezeichnung, die Ihnen geeignet erscheint ("Freund", "Kollegin", "Nachbar"...)

Nennen Sie pro Kästchen immer nur eine Person und nennen Sie pro Frage nicht mehr als 9 Personen. Kreuzen Sie bitte "Keine/r" oder "auf keine/n" an, wenn Ihnen bei einer Frage niemand einfällt.

- Geben Sie bitte bei jeder Frage auch an, ob Sie mit der Hilfe *im Allgemeinen* in dieser Situation **zufrieden** sind.
Wenn Sie bei einer Frage glauben, von niemandem Unterstützung erhalten zu können, kreuzen Sie trotzdem an, ob Sie damit zufrieden sind oder nicht.

Initialen Vor- und Nachname	Geschlecht (m = männlich, w = weiblich, d = divers)	Rolle oder Beziehung, in der Sie zu dieser Person stehen
1. TM	m/w/d ☐ m	Rolle Vater
2. LC	m/w/d ☐ w	Rolle Freundin
3.	m/w/d ☐	Rolle

Abbildung A13. Seite 10 mit der Anleitung des SSQ-6 (Muhr & Beham, 1990) zur Erfassung des Unterstützungsnetzwerks.

63% ausgefüllt

Auf wen können Sie sich wirklich verlassen, wenn Sie Hilfe brauchen?

☐ Auf keine/n

Initialen Vor- und Nachname	Geschlecht (m = männlich, w = weiblich, d = divers)	Rolle oder Beziehung, in der Sie zu dieser Person stehen
1.	m/w/d ☐	Rolle
2.	m/w/d ☐	Rolle
3.	m/w/d ☐	Rolle
4.	m/w/d ☐	Rolle
5.	m/w/d ☐	Rolle
6.	m/w/d ☐	Rolle
7.	m/w/d ☐	Rolle
8.	m/w/d ☐	Rolle
9.	m/w/d ☐	Rolle

Wie zufrieden sind Sie damit?

sehr unzufrieden

●

●

●

●

●

sehr zufrieden

Abbildung A14. Seite 11 mit Item 1 des SSQ-6 (Muhr & Beham, 1990) zur Erfassung des Unterstützungsnetzwerks.

69% ausgefüllt

Wer hilft Ihnen, damit Sie sich unter Stress und Druck weniger belastet fühlen?

☐ Keine/r

Initialen Vor- und Nachname	Geschlecht (m = männlich, w = weiblich, d = divers)	Rolle oder Beziehung, in der Sie zu dieser Person stehen
1.	m/w/d	Rolle
2.	m/w/d	Rolle
3.	m/w/d	Rolle
4.	m/w/d	Rolle
5.	m/w/d	Rolle
6.	m/w/d	Rolle
7.	m/w/d	Rolle
8.	m/w/d	Rolle
9.	m/w/d	Rolle

Wie zufrieden sind Sie damit?

sehr unzufrieden

●

●

●

●

●

●

sehr zufrieden

Abbildung A15. Seite 12 mit Item 2 des SSQ-6 (Muhr & Beham, 1990) zur Erfassung des Unterstützungsnetzwerks.

75% ausgefüllt

Wer akzeptiert Sie voll und ganz, einschließlich Ihrer schlechtesten und besten Seiten?

☐ Keine/r

Initialen Vor- und Nachname	Geschlecht (m = männlich, w = weiblich, d = divers)	Rolle oder Beziehung, in der Sie zu dieser Person stehen
1.	m/w/d	Rolle
2.	m/w/d	Rolle
3.	m/w/d	Rolle
4.	m/w/d	Rolle
5.	m/w/d	Rolle
6.	m/w/d	Rolle
7.	m/w/d	Rolle
8.	m/w/d	Rolle
9.	m/w/d	Rolle

Wie zufrieden sind Sie damit?

sehr unzufrieden

●

●

●

●

●

●

sehr zufrieden

Abbildung A16. Seite 13 mit Item 3 des SSQ-6 (Muhr & Beham, 1990) zur Erfassung des Unterstützungsnetzwerks.

81% ausgefüllt

Auf wen können Sie sich wirklich verlassen, dass er/sie sich um Sie sorgt, ganz gleich was auch passiert?

☐ Auf keine/n

Initialen Vor- und Nachname	Geschlecht (m = männlich, w = weiblich, d = divers)	Rolle oder Beziehung, in der Sie zu dieser Person stehen
1.	m/w/d	Rolle
2.	m/w/d	Rolle
3.	m/w/d	Rolle
4.	m/w/d	Rolle
5.	m/w/d	Rolle
6.	m/w/d	Rolle
7.	m/w/d	Rolle
8.	m/w/d	Rolle
9.	m/w/d	Rolle

Wie zufrieden sind Sie damit?

sehr unzufrieden

☐
☐
☐
☐
☐
☐

sehr zufrieden

Abbildung A17. Seite 14 mit Item 4 des SSQ-6 (Muhr & Beham, 1990) zur Erfassung des Unterstützungsnetzwerks.

88% ausgefüllt

Auf wessen Hilfe können Sie sich wirklich verlassen, wenn Sie ganz deprimiert oder „fertig“ sind?

☐ Auf keines

Initialen Vor- und Nachname	Geschlecht (m = männlich, w = weiblich, d = divers)	Rolle oder Beziehung, in der Sie zu dieser Person stehen
1.	m/w/d	Rolle
2.	m/w/d	Rolle
3.	m/w/d	Rolle
4.	m/w/d	Rolle
5.	m/w/d	Rolle
6.	m/w/d	Rolle
7.	m/w/d	Rolle
8.	m/w/d	Rolle
9.	m/w/d	Rolle

Wie zufrieden sind Sie damit?

sehr unzufrieden

☐
☐
☐
☐
☐
☐

sehr zufrieden

Abbildung A18. Seite 15 mit Item 5 des SSQ-6 (Muhr & Beham, 1990) zur Erfassung des Unterstützungsnetzwerks.

94% ausgefüllt

Wer kann Sie wirklich trösten, wenn Sie sehr bestürzt oder betrübt sind?

☐ Keine/r

Initialen Vor- und Nachname	Geschlecht (m = männlich, w = weiblich, d = divers)	Rolle oder Beziehung, in der Sie zu dieser Person stehen
1.	m/w/d	Rolle
2.	m/w/d	Rolle
3.	m/w/d	Rolle
4.	m/w/d	Rolle
5.	m/w/d	Rolle
6.	m/w/d	Rolle
7.	m/w/d	Rolle
8.	m/w/d	Rolle
9.	m/w/d	Rolle

Wie zufrieden sind Sie damit?

sehr unzufrieden

☐
☐
☐
☐
☐
☐

sehr zufrieden

Abbildung A19. Seite 16 mit Item 6 des SSQ-6 (Muhr & Beham, 1990) zur Erfassung des Unterstützungsnetzwerks.

Herzlichen Dank für Ihre Teilnahme an dieser Studie!

Wenn Sie noch Fragen oder Anmerkungen haben, so wenden Sie sich bitte an folgenden Kontakt:
a01107887@univie.ac.at

Ihre Antworten wurden gespeichert, Sie können das Browser-Fenster nun schließen.

Johanna Kropfreiter BA BSc, Universität Wien – 2020

Abbildung A20. Abschlusseite des Fragebogens.

Anhang B

Tabellen

Tabelle 1

Beschreibung der Stichprobe mit Aufteilung nach Geschlechtern

	Gesamt (<i>N</i> = 227)	Weiblich (<i>n</i> = 172)	Männlich (<i>n</i> = 55)
Alter			
<i>M</i> (<i>SD</i>)	33.41 (14.19)	31.76 (12.95)	38.56 (16.60)
Range	18–78	18–76	21–78
Bildungsniveau			
Schule beendet ohne Abschluss	–	–	–
Volks-, Hauptschulabschluss	2 (0.9%)	1 (0.6%)	1 (1.8%)
Mittlere Reife, Realschul- oder gleichwertiger Abschluss	2 (0.9%)	2 (1.2%)	–
Abgeschlossene Lehre	10 (4.4%)	8 (4.7%)	2 (3.6%)
Fachmatura/-abitur, Fachhoch- schulreife	8 (3.5%)	5 (2.9%)	3 (5.5%)
Matura/Abitur, Hochschulreife	78 (34.4%)	61 (35.5%)	17 (30.9%)
Fachhochschul-/ Hochschul- abschluss	122 (53.7%)	91 (52.9%)	31 (56.4%)
Anderer Abschluss	5 (2.2%)	4 (2.3%)	1 (1.8%)
Beschäftigung ^a			
Schüler*in	1 (0.4%)	–	1 (1.8%)
In Ausbildung	2 (0.9%)	2 (1.2%)	–
Student*in	109 (48.0%)	91 (52.9%)	18 (32.7%)
Angestellte*r	100 (44.1%)	74 (43.0%)	26 (47.3%)
Beamte*r	8 (3.5%)	6 (3.5%)	2 (3.6%)
Selbstständig	21 (9.3%)	15 (8.7%)	6 (10.9%)
Arbeitslos/Arbeit suchend	3 (1.3%)	2 (1.2%)	1 (1.8%)
Sonstiges	22 (9.7%)	14 (8.1%)	8 (14.5%)
Partnerbeziehung			
In Partnerschaft	166 (73.1%)	123 (71.5%)	43 (78.2%)
Alleinstehend	58 (25.6%)	46 (26.7%)	12 (21.8%)
Keine Angabe	3 (1.3%)	3 (1.7%)	–

Fortsetzung

Fortsetzung Tabelle 1

	Gesamt (<i>N</i> = 227)	Weiblich (<i>n</i> = 172)	Männlich (<i>n</i> = 55)
Kinder			
Keine	175 (77.1%)	140 (81.4%)	35 (63.6%)
1 Kind	13 (5.7%)	9 (5.2%)	4 (7.3%)
2 Kinder	27 (11.9%)	16 (9.3%)	11 (20.0%)
3 Kinder	10 (4.4%)	5 (2.9%)	5 (9.1%)
Mehr als 3 Kinder	2 (0.9%)	2 (1.2%)	–
Wohnsituation ^a			
Alleinlebend	40 (17.6%)	27 (15.7%)	13 (23.6%)
Mit Eltern/Elternteil	40 (17.6%)	31 (18%)	9 (16.4%)
Mit Kind/Kindern	25 (11.0%)	17 (9.9%)	8 (14.5%)
Mit Partner*in	129 (56.8%)	96 (55.8%)	33 (60.0%)
Mit Freund*innen/Bekannten	27 (11.9%)	23 (13.4%)	4 (7.3%)
Mit sonstigen Personen	8 (3.5%)	7 (4.1%)	1 (1.8%)

Anmerkung. *M* = Mittelwert; *SD* = Standardabweichung; Range = kleinste und größte Ausprägung der Variable; – = kam in der Stichprobe nicht vor.

^a bei diesen Fragen war eine Mehrfachauswahl möglich, wodurch die kumulierten Prozent > 100 sind.

Tabelle 3

Deskriptive Statistik der Fragebögen-Gesamtwerte getrennt nach Geschlechtern

Weibliche Stichprobe (<i>n</i> = 172)					
	<i>M</i>	<i>SD</i>	Range	<i>S_s</i>	<i>S_k</i>
IERQ	65.52	11.97	36–98	0.02	-0.36
EROS ^a	22.23	4.04	11–30	-0.38	0.07
BRCS	15.43	2.16	9–20	-0.28	-0.17
SPF-R	44.30	5.40	30–55	-0.18	-0.71
TMMS	114.51	13.44	77–141	-0.61	0.03
F-SOZU-K-7	29.59	4.79	10–35	-1.22	1.94
ISSB	29.01	10.65	3–63	0.24	0.24
SSQ-6 N	3.82	2.04	0–9	0.47	-0.37
SSQ-6 S ^b	5.24	0.99	1–6	-2.28	6.29

Fortsetzung

Fortsetzung Tabelle 3

Männliche Stichprobe ($n = 55$)					
	M	SD	Range	s_s	s_k
IERQ	59.87	11.50	34–85	0.04	-0.54
EROS ^a	21.16	3.69	12–29	-0.08	0.09
BRCS	16.11	2.47	7–20	-1.46	3.23
SPF-R	41.25	5.81	24–54	-0.16	0.88
TMMS	109.33	14.92	75–140	-0.07	-0.41
F-SOZU-K-7	29.16	4.88	12–35	-1.09	1.50
ISSB	28.00	10.82	8–50	0.11	-0.84
SSQ-6 N	3.49	2.06	0–9	0.67	0.04
SSQ-6 S ^c	5.17	1.03	1–6	-1.88	4.51

Anmerkung. M = Mittelwert; SD = Standardabweichung; Range = kleinste und größte Ausprägung der Variable, s_s = Schiefe, s_k = Kurtosis.

IERQ = Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire; EROS = Emotion Regulation of Others and Self; BRCS = Brief Resilient Coping Scale; SPF-R = Saarbrücker Persönlichkeitsfragebogen revidierte Version; TMMS = Trait Meta-Mood Scale; F-SOZU-K-7 = Fragebogen zur Sozialen Unterstützung – Kurzform 7 Items; ISSB = Inventar Sozial Unterstützender Verhaltensweisen; SSQ-6 N = Social Support Questionnaire-6-Item-Version (Number); SSQ-6 S = Social Support Questionnaire-6-Item-Version (Satisfaction).

^a Die Werte gelten für die Subskala extrinsic affect-improving.

^b $n = 170$.

^c $n = 52$.

Tabelle 9

Rollen mit Häufigkeiten der als unterstützend wahrgenommenen

Personen aus dem SSQ-6 ($N = 227$)

Rolle/Beziehung	Häufigkeit	Prozent
Freund*in	1809	38.04
Partner*in	778	16.36
Mutter	603	12.68
Vater	414	8.70
Schwester	265	5.57
Bruder	228	4.79
Tochter	136	2.86
Sohn	84	1.77
Kolleg*in	69	1.45

Fortsetzung

Fortsetzung Tabelle 9

Rolle/Beziehung	Häufigkeit	Prozent
Familie	68	1.43
Großmutter	42	0.88
Tante	40	0.84
Cousin*e	24	0.50
Schwager	23	0.48
Verwandte*r	20	0.42
Nachbar*in	20	0.42
Mitbewohner*in	18	0.38
Schwägerin	18	0.38
Schwiegermutter	16	0.34
Großvater	13	0.27
Schwiegersohn	8	0.17
Stiefvater	8	0.17
Onkel	8	0.17
Elternteil	6	0.13
Therapeut*in	6	0.13
Schwiegervater	5	0.11
Enkel*in	4	0.08
Nichte	4	0.08
Mentor*in	3	0.06
Eltern	2	0.04
Expartner*in	2	0.04
Chef*in	2	0.04
Trauzeugin Eltern	2	0.04
Beste Freundin der Mutter	2	0.04
Neffe	2	0.04
Psycholog*in	1	0.02
Analytiker*in	1	0.02
Gott	1	0.02
Ich	1	0.02

Anmerkung. Anzahl der Nennungen gesamt 4756.