

MASTERARBEIT | MASTER'S THESIS

Titel | Title

Erinnerte elterliche Fürsorge und Kontrolle im Zusammenhang
mit Emotionsregulationsstrategien im Alltag: Eine Elektronische
Tagebuchstudie

verfasst von | submitted by
Lara Kainrath BSc

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

Wien | Vienna, 2025

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

UA 066 840

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

Masterstudium Psychologie

Betreut von | Supervisor:

Univ.-Prof. Dr. Martina Zemp

Erinnerte elterliche Fürsorge und Kontrolle im Zusammenhang mit Emotionsregulationsstrategien im Alltag: Eine Elektronische Tagebuchstudie	3
Emotionsregulation.....	4
Kognitive Umbewertung.....	6
Expressive Unterdrückung.....	7
Emotionsregulation und Alter	8
Elternverhalten.....	9
Elterliche Fürsorge	10
Elterliche Kontrolle.....	11
Emotionsregulation und Elternverhalten	12
Geschlechtsspezifische Einflüsse der Eltern.....	14
Zielsetzung der Studie	16
Fragestellungen und Hypothesen	16
Methode.....	18
Stichprobe	18
Studiendesign.....	20
Studiendurchführung	20
Erhebungsinstrumente	21
Erinnertes Elternverhalten.....	21
Emotionsregulation	22
Statistische Analyse	22
Datenbereinigung	22
Hypothesenprüfung	22
Voraussetzungsprüfung	24
Ergebnisse	24
Deskriptive Auswertung	24
Fragestellung 1	26
Fragestellung 2	28

Diskussion	30
Stärken	39
Limitationen.....	40
Forschungsausblick und praktische Implikationen.....	41
Fazit	46
Literaturverzeichnis.....	48
Tabellenverzeichnis	64
Abbildungsverzeichnis	65
Abkürzungsverzeichnis	66
Anhang	67
Zusammenfassung	67
Abstract.....	68
Anhang A.....	69
Anhang B.....	73
Anhang C.....	74
Anhang D.....	78
Anhang E	82
Anhang F	85

Erinnerte elterliche Fürsorge und Kontrolle im Zusammenhang mit Emotionsregulationsstrategien im Alltag: Eine Elektronische Tagebuchstudie

Wie Menschen Emotionen erleben und verarbeiten wird durch die Regulation der Emotionen bestimmt. Dabei können Strategien angewendet werden, die unterschiedliche Ressourcen benötigen und zu vielfältigen Konsequenzen führen. Welche spezifische Strategie angewendet wird, hängt dabei von einer Vielzahl an Determinanten ab (Gross, 2015). Ein möglicher Einfluss könnten die Eltern einer Person sein. Die Art und Weise wie Eltern ihre Kinder großziehen und in welchem emotionalen Klima sie heranwachsen, wirkt sich nachweislich auf deren Verhalten, Temperament und psychische Gesundheit aus (Morris et al., 2007). Elterliche Fürsorge und Wärme ist demnach mit positiven Folgen assoziiert und spiegelt sich in adaptiver Regulierung von Emotionen wider. Üben Eltern jedoch erhöhte Kontrolle über ihre Kinder aus, resultiert dies vermehrt in maladaptiver Anpassung von Emotionen (Jaffe et al., 2010). Mütter gelten dabei als wegweisend, weil sie häufig als primäre Bezugsperson von Kindern dienen und im Vergleich zu Vätern zumeist für emotionale Belangen zur Verfügung stehen (Morris et al., 2007; Rhoads & Rhoads, 2012). Aber auch Väter tragen maßgeblich zur Emotionslage ihrer Kinder bei (Cherry & Gerstein, 2021) und die Forschungslage bezüglich Geschlechterunterschiede im Einfluss der Eltern ist heterogen (Burniston et al., 2023; Gerhardt et al., 2020).

Diese Studie nahm sich der Aufgabe an, die Wirkung der Eltern auf die Emotionsregulation im Erwachsenenalter festzustellen und Unterschiede zwischen mütterlichem und väterlichem Verhalten zu untersuchen. Mittels einem Tagebuchdesign basierend auf *Ecological Momentary Assessment* (EMA) wurde die tägliche Anwendung von zwei Emotionsregulationsstrategien – kognitive Umbewertung und expressive Unterdrückung – erfasst und in Zusammenhang mit erinnertem Elternverhalten untersucht. Das erinnerte Elternverhalten wurde einmalig zu Beginn der Erhebung getrennt für mütterliches und väterliches Verhalten in den ersten 16 Lebensjahren erhoben. Da sich die Emotionsregulationsfähigkeit mit dem Alter zu verändern scheint (John & Gross, 2004) wurde für das Alter kontrolliert. Im Zuge dessen sollten Erkenntnisse, die im Kindes- und Jugendalter zu Zusammenhängen zwischen elterlichem Verhalten und der Anwendung von ER-Strategien bestehen, durch Ergebnisse im Erwachsenenalter ergänzt werden, wobei der Fokus auf alltäglicher ER lag. Die Differenzierung des mütterlichen und väterlichen Verhaltens machte es möglich den spezifischen Einfluss von Mutter und Vater in Bezug auf ER-Strategien festzustellen.

Emotionsregulation

Emotionen werden als mentale Zustände beschrieben, die durch die Bewertung einer spezifischen Situation in Bezug auf individuelle Ziele entstehen (Gross, 2015). Sie ermöglichen es, sich an wechselnde Umgebungen anzupassen und bereiten uns darauf vor Entscheidungen und Einschätzungen zu treffen. Emotionen variieren in ihrer Intensität, zeitlichen Dauer und ihrem kognitiven Wert und lösen subjektive Veränderungen sowie Verhaltensänderungen aus (Gross et al., 2011). Sie entscheiden, wie Personen sich fühlen, wie sie sich ausdrücken und welche physiologischen Reaktionen in ihrem Körper verursacht werden (Urry & Gross, 2010).

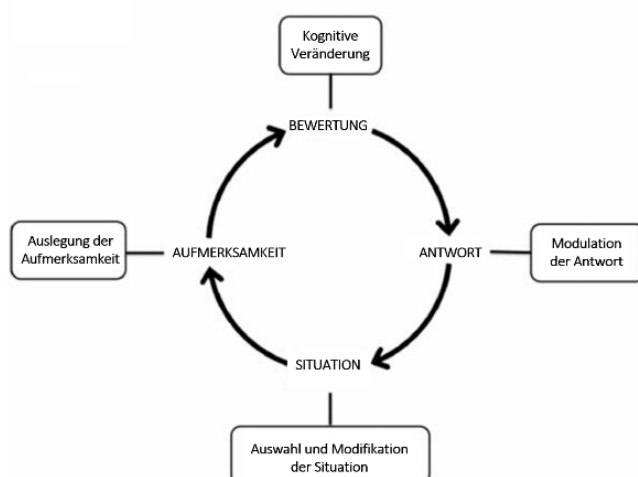
Als einer der Pioniere der Emotionsregulationsforschung, definiert J. J. Gross im Jahr 1998 Emotionsregulation (ER) erstmals als den Prozess, durch den eine Person kontrolliert, welche Emotionen sie empfindet, wann diese auftreten und in welcher Weise sie wahrgenommen oder nach außen gezeigt werden. Dabei finden laufend Emotionsregulationsprozesse statt, deren Relevanz seit den 1990-Jahren vermehrt erforscht wird. Diese emotionalen Regulationsprozesse können unterschiedlich ablaufen und kategorisiert werden und es wird angenommen, dass Personen dazu motiviert sind negative Emotionen herunter- und positive Emotionen heraufzuregulieren. Andererseits können Emotionen auch entgegen des hedonischen Prinzips reguliert werden, indem negative Emotionen verstärkt oder positive Emotionen abgeschwächt werden, wenn dies instrumentellen Zielen dient oder durch kulturelle Normen beeinflusst ist (Gross, 2015). Emotionen können bewusst oder unbewusst stattfinden. Außerdem kann zwischen der Regulation der eigenen Emotionen (intrinsisch) oder der Regulation von Emotionen anderer unterschieden werden (extrinsisch). Das soziale Umfeld spielt eine Rolle, wobei differenziert werden kann, ob man Emotionen intrapersonal oder interpersonal, also unterstützt durch andere, steuert (Gross, 1998).

Die Regulationsprozesse wirken an unterschiedlichen Zeitpunkten in der Entstehung einer Emotion, beginnend bevor eine Emotion entsteht und laufend während und nachdem eine Emotion entstanden ist. Gross beschreibt einige Modelle, die den zeitlichen Verlauf der ER abbilden. Eines der bekanntesten ist das Prozessmodell der ER (Abbildung 1). Die Darstellung als Kreislauf veranschaulicht, dass bei der Regulierung einer Emotion kein klarer Anfang und eindeutiges Ende besteht, sondern der Prozess kontinuierlich ist und an verschiedenen Punkten verändert werden kann. Daraus werden fünf verschiedene ER-Strategiefamilien abgeleitet, die zwischen antezedenter und reaktionsfokussierter Regulation unterscheiden. Antezedente Regulation findet statt, bevor die Emotion entstanden ist und beinhaltet die *Auswahl der Situation*, die *Modifikation der Situation*, die *Auslegung der Aufmerksamkeit* und die *kognitive*

Veränderung. Die reaktionsfokussierte Regulation bezieht sich auf die *Modulation der Antwort*, die stattfindet, nachdem eine Emotion ausgelöst wurde (Gross, 1998, 2015). Während dieser Prozesse werden spezifische Strategien angewendet. Findet die Auswahl und Modifikation der Situation statt, können die emotionalen Auswirkungen, abhängig von der Komplexität der Situation, verändert werden. Die Aufmerksamkeit kann auf unterschiedliche Aspekte ausgelegt werden und Personen ruminieren zum Beispiel oder lenken sich ab. Zudem kann es zu kognitiver Veränderung kommen. Eine Strategie, die zur kognitiven Veränderung beiträgt, ist die antezedente Strategie kognitive Umbewertung. Bei der Modulation der emotionalen Antwort wird häufig die Strategie der Unterdrückung angewendet und gilt somit als reaktionsfokussierte ER-Strategie (Gross, 1998; Webb et al., 2012). Spezifische Strategien interagieren untereinander, können gleichzeitig ablaufen und werden möglichst variabel an unterschiedliche Bedingungen angepasst (Aldao & Nolen-Hoeksema, 2012; Gross, 2015). Welche ER-Strategien angewendet werden und in welchem Ausmaß davon profitiert wird, kann auch von individuellen Unterschieden zwischen den Personen abhängen. Außerdem spielt die Intensität der Emotion eine Rolle und welche Informationen über die emotionsauslösende Situation bekannt sind. Verschiedene ER-Strategien werden zudem in unterschiedlichen Kulturen angewendet. Die Auswahl einer ER-Strategie folgt im Allgemeinen aus einer Abwägung des zu erwartenden Erfolgs und den aufzubringenden kognitiven Kosten (McRae & Gross, 2020).

Abbildung 1

Prozessmodell der ER



Anmerkung. Deutsche Übersetzung in Anlehnung an Gross, 2015, S.6.

Im Gegensatz zur Annahme eines fixen Zeitablaufs des Prozessmodell nach Gross, gibt es auch Annahmen, die hinweisen, dass ER zeitlich flexibel ablaufen kann und die Auslegung der Aufmerksamkeit oder kognitive Veränderungen auch früher oder später im Prozess der Entstehung einer Emotion stattfinden können. Häufig wird eine Situation demnach zweimal emotional bewertet, wobei in der primären Reaktion eine Sensitivität für die Emotion hervorgerufen wird und in der sekundären Reaktion die ER stattfindet (Koole, 2009).

Anderwärtig kann ER aus biopsychosozialer Sicht betrachtet werden. Im Zuge dessen wird sie als Lernprozess angesehen, der von genetischer Disposition und neuronalen Regulationsprozessen abhängt. Unterstrichen wird dabei die Rolle der Amygdala und präfrontaler Regionen in der Regulierung von Emotionen (Goldsmith & Davidson, 2004). Dieser Ansatz spiegelt wider, dass die Entwicklung von ER-Kompetenz in der frühen Kindheit langfristige Folgen auf die spätere Fähigkeit zu ER haben könnte, besonders weil sich das neuronale System über die Jugend stark verändert und sensibel auf äußere Einflüsse ist (Goldsmith et al., 2008; Goldsmith & Davidson, 2004).

Die Bedeutung der Strategien kognitive Umbewertung und expressive Unterdrückung wird in der Forschung besonders betont und sie sind unter den am häufigsten untersuchten ER-Strategien, weswegen sie auch im Mittelpunkt dieser Studie stehen (Cutuli, 2014; Gross, 2015; Zhou et al., 2023).

Kognitive Umbewertung

Kognitive Umbewertung bezeichnet den Prozess, bei dem Überzeugungen oder Sichtweisen, die emotionale Reaktionen bestimmen, neu betrachtet und anders interpretiert werden (Brockbank & Feldon, 2024; Gross, 2015). Die bestehende Denkweise wird angepasst, um Emotionen zu verändern (McRae et al., 2012a) und es kann dabei entweder die Bedeutung oder die Selbstrelevanz der emotionalen Situation anders bewertet werden (Gross, 2015). Als antezedente ER-Strategie entscheidet kognitive Umbewertung über den gesamten restlichen Verlauf des emotionalen Prozesses. Außerdem erhöht sie die Erinnerungsleistung, möglicherweise weil das emotionsauslösende Ereignis tiefer kognitiv analysiert und somit ausführlicher verarbeitet wurde (Cutuli, 2014). Kognitive Umbewertung kann nachweislich negative Emotionen reduzieren (Ray et al., 2010) und ist mit positiven Emotionen und erhöhtem Selbstbewusstsein assoziiert (Nezlek & Kuppens, 2008). Außerdem ist eine erhöhte Nutzung mit verbesserten sozialen Beziehungen verbunden und erhöhter Bereitschaft die eigenen Gefühle mit dem sozialen Umfeld zu teilen (Gross & John, 2003). Personen, die emotionale Inhalte häufig kognitiv umbewerten, scheinen zufriedener und optimistischer zu sein und

weisen erhöhte Selbstakzeptanz, Gefühle der Autonomie und erhöhte Bewältigungsfähigkeiten auf (Cutuli, 2014). Die positiven Konsequenzen der Anwendung von kognitiver Umbewertung bestehen kurzfristig wie langfristig, was Längsschnittstudien und kurzzeitige Laborstudien bestätigen (Troy et al., 2018). Bei der Umsetzung von kognitiver Umbewertung können unterschiedliche Taktiken angewendet werden. Solche Strategien beinhalten beispielsweise sich explizit auf das Positive der Situation zu konzentrieren oder die tatsächliche Realität zu hinterfragen. Es können sich außerdem Gedanken gemacht werden, inwieweit die momentane Situation verändert werden kann oder wie zukünftige Konsequenzen beeinflusst werden können (McRae et al., 2012a). Eine weitere Taktik bildet das aktive Schaffen von Distanz, wobei entweder physisch oder psychologisch Abstand von der emotionalen Situation genommen wird. Eine andere Art Distanz zu schaffen, ist es sich in die Perspektive einer außenstehenden Person zu versetzen. Die Reinterpretation ist ein zusätzlicher Ansatz, wodurch die Bedeutung der Situation und dessen Auswirkungen neu betrachtet und verändert werden. Taktiken wie diese, können zudem trainiert werden und verringern negativen Affekt (Denny & Ochsner, 2014). Kognitive Umbewertung bildet demnach einen erfolgsversprechenden Therapieansatz in der Psychotherapie, insbesondere der kognitiven Verhaltenstherapie (Clark, 2022).

Expressive Unterdrückung

Expressive Unterdrückung bezieht sich auf das gezielte Hemmen von Gefühlsäußerungen und emotionalem Ausdrucksverhalten, während eine innerliche emotionale Stimulation besteht (Gross & Levenson, 1993). Unterdrückung findet eher spät im Prozess der Generierung einer Emotion statt. Gefühle werden gehemmt und es wird versucht, sie zu reduzieren, während die Emotion entsteht. Weil die emotionale Antwort noch nicht vollständig stattgefunden hat, geht Unterdrückung oft mit mehr Anstrengung einher, da Emotionen sowie Verhalten und Reaktionen auf Basis dieser Emotionen gleichzeitig bewältigt werden müssen (Cutuli, 2014). Unterdrückung ist mit weniger positiven Gefühlen, wie Selbstbewusstsein (Nezlek & Kuppens, 2008), und mehr negativen Gefühlen im Alltag assoziiert (Brockman et al., 2017). Zudem steht sie mit schlechterer Gesundheit, Angststörungen und Depressionen in Zusammenhang (Brockbank & Feldon, 2024). Personen, die häufig Emotionen unterdrücken, sind unzufriedener, haben schlechtere Bewältigungsstrategien und blicken pessimistischer in die Zukunft (Cutuli, 2014). Es kann zwischen der Unterdrückung von positiven Emotionen und der Unterdrückung von negativen Emotionen unterschieden werden, wobei die Annahme besteht, dass beides negative Konsequenzen mit sich bringt (Nezlek & Kuppens, 2008). Es hängt demnach von der Valenz der unterdrückten Emotion ab, in welchem Ausmaß die

Unterdrückung wirkt. Werden negative Emotionen unterdrückt, werden diese intensiver; die Unterdrückung positiver Emotionen führt zu einer Hemmung dieser (Campbell-Sills et al., 2006a; Li et al., 2020; Nezlek & Kuppens, 2008). Obwohl Personen erfolgreich den offenen Gefühlsausdruck von negativen Emotionen nach außen inhibieren können, kann der innere Gefühlszustand nicht ebenso effektiv unterdrückt werden. Die expressive Unterdrückung resultiert deswegen eher darin, dass sich die negative Emotion verstärkt und verlängert. Menschen, die häufig negative Emotionen unterdrücken, tun dies auch mit positiven Gefühlen. Das beeinflusst stark wie andere Personen sie wahrnehmen. Dadurch, dass positive Gesichtsausdrücke, wie lächeln, unterdrückt werden, werden Personen als unfreundlicher und weniger authentisch oder kompetent empfunden (Chervonsky & Hunt, 2017a). Soziale Beziehungen werden demnach durch Unterdrückung belastet, da Emotionen nicht ausgetauscht werden und angemessene Reaktionen auf Emotionen nicht stattfinden (John & Gross, 2004). Soziale Bindungen entwickeln sich erschwert, weil wichtige Kommunikationssignale, wie verbaler Ausdruck, Gesichtsausdrücke und Gestik ausbleiben (Chervonsky & Hunt, 2017a). Zudem kann Unterdrückung die Erinnerungsfunktion beeinträchtigen, womöglich aufgrund der erhöhten kognitiven Anstrengung während der Regulierung (Richards & Gross, 2000).

Je nach Kontext und spezifischer Situation können ER-Strategien günstige oder ungünstige Konsequenzen haben und das scheint mit der flexiblen Anwendung der Strategien zusammenzuhängen (Aldao et al., 2014). Häufig wird jedoch eine klare Einteilung in adaptive und maladaptive ER-Strategien vorgenommen und basierend auf Forschungsergebnissen wird im Rahmen dessen, kognitive Umbewertung als adaptive und expressive Unterdrückung als maladaptive Strategien angesehen (Brockbank & Feldon, 2024; Gross, 2015).

Emotionsregulation und Alter

Die Entwicklung der ER ist ein lebenslanger Prozess und es gibt Erkenntnisse dazu, dass sich die Fähigkeit zur ER mit dem Alter verändert (John & Gross, 2004; Willner et al., 2022). Es wird angenommen, dass ältere Personen besser Emotionen regulieren und effektiver in der Auswahl und Optimierung von emotionalen Reaktionen sind als jüngere Menschen (De France & Hollenstein, 2019; Isaacowitz, 2022). Häufig berichten ältere Menschen mehr positive Emotionen zu verspüren als jüngere Personen, was auch an einer verbesserten ER liegen könnte. Gründe dafür könnten in der Umsetzung der ER-Strategien liegen, weil ältere Personen ihre Aufmerksamkeit eher auf positive Informationen legen und ihre Emotionen besser vorhersagen können (Urry & Gross, 2010). Die emotionale Stabilität ist besonders im frühen Jugendalter oft gering und nimmt mit dem Alter zu, wobei sich zeigt, dass im mittleren

Erwachsenenalter erhöhte Stabilität und Selbstkontrolle vorhanden ist. Mit dem Alter steigt auch das Verständnis und das Erkennen der eigenen Emotionen und der Emotionen anderer. Zudem werden Ziele langfristiger betrachtet und ER-Strategien flexibler und selektiver ausgewählt und angewendet (Zimmermann & Iwanski, 2014). In Anbetracht der spezifischen ER-Strategien, gibt es Hinweise darauf, dass die Nutzung kognitiver Umbewertung mit dem Alter zunimmt und die Unterdrückung abnimmt (John & Gross, 2004).

Elternverhalten

Elternverhalten ist ein breiter Begriff, der unterschiedlich konzeptualisiert werden kann. Es steht fest, dass die Art und Weise, wie Eltern sich ihren Kindern gegenüber verhalten, einen maßgeblichen Einfluss auf die Entwicklung der Kinder hat (Kuppens & Ceulemans, 2019). Eltern greifen zumeist auf bestimmte Erziehungsmethoden zurück, die definiert werden können als spezifisches Verhalten, welches im Rahmen der elterlichen Pflichten angewendet wird und den Kindern verhelfen soll ihre Vorhaben erfolgreich umzusetzen. Dabei wird eine emotionale Atmosphäre geschaffen, in der Eltern mithilfe von zielgerichteten Erziehungsmethoden und nicht-zielgerichtetem Verhalten, wie das Verwenden eines bestimmten Tonfalls oder Formen der Gestik, mit den Kindern kommunizieren (Darling & Steinberg, 1993). Erziehungsmethoden sind beispielsweise charakterisiert durch das Zeigen positiver Bestärkung, Disziplin und das Ausmaß der Beteiligung am Leben der Kinder. Häufig werden Erziehungsmethoden als Ausdruck verschiedener Erziehungsstile betrachtet (Kuppens & Ceulemans, 2019). Diana Baumrind liefert dabei bereits in den 1960-Jahren eine Einteilung in drei Kategorien an Erziehungsstilen, die Unterschiede im Elternverhalten erklären sollen. Sie kategorisierte Elternverhalten nach dem autoritären, dem autoritativen und dem permissiven Erziehungsstil. Autoritäre Eltern legen viel Wert auf Kontrolle, Gehorsam und Disziplin und zeigen hingegen weniger Wärme und Verständnis als permissive Eltern. Der permissive Stil ist gekennzeichnet durch Nachgiebigkeit, wenig Kontrolle und Regeln und bietet den Kindern viel Freiheit. Der autoritative Erziehungsstil befindet sich in der Mitte der anderen beiden Stile und legt Wert auf Eigenständigkeit der Kinder, die mit begründeten Regeln und limitierter Kontrolle unterstützt wird (Baumrind, 1971). Einige Jahre später ergänzte Baumrind den vernachlässigenden Erziehungsstil als viertes Muster der Erziehungsstile. Darauf aufbauend wurde viel geforscht, inwiefern das Erziehungsverhalten auf die Entwicklung der Kinder Einfluss nimmt. Ergebnisse zeigen, dass insbesondere der autoritative Stil zu positiven Auswirkungen, wie der Entwicklung erhöhter psychosozialer Kompetenzen, führt. Eine autoritäre oder permissive Erziehung ist hingegen in ähnlicher Weise mit externalisiertem und internalisiertem Problemverhalten

assoziiert, während der vernachlässigende Stil mit den negativsten Konsequenzen für Kinder einhergeht (Kuppens & Ceulemans, 2019). Die Erziehungsstile bestimmen in welchem emotionalen Umfeld Kinder aufwachsen und wurden vermehrt mit der Entwicklung von ER in Zusammenhang gebracht, wobei sich zeigt, dass der autoritäre und permissive Stil eher mit maladaptiver ER verbunden ist und der autoritative Stil mit adaptiver ER zusammenhängt (Jabeen & Anis-ul-Haque, 2013; Karim et al., 2014).

Besonders wie Eltern Fürsorge zeigen und Kontrolle über ihre Kinder ausüben, trägt dazu bei, wie Kinder ihre Emotionen ausdrücken und regulieren (Morris et al., 2007).

Elterliche Fürsorge

Elterliche Fürsorge kann unterschiedlich definiert werden, beispielsweise aus evolutionärer oder aus psychosozialer Perspektive. Evolutionär gesehen, gilt elterliche Fürsorge als Verhalten, dass Lebewesen aufweisen, um für eine höhere Überlebenschance und besseren Entwicklung ihrer Nachkommen zu sorgen (Klug & Bonsall, 2014). In der Psychologie wird unter elterlicher Fürsorge verstanden, wie sich Eltern um ihre Kinder kümmern, wie fürsorglich und warm ihre Beziehung ist und welcher Erziehungsstil angewendet wird (Benz et al., 2021; Ricker et al., 2024). Dabei ist die Bindung zwischen Eltern und Kindern entscheidend. Basierend auf der Bowlby-Ainsworth Attachment Theorie (Ainsworth, 1978) konnte gezeigt werden, dass Kinder mit einer sicheren Bindung effektiver ihren Bedürfnissen nachgehen und eher ihre Umgebung erkunden. Haben Kinder einen unsicheren Bindungsstil besagt die Theorie hingegen, dass Emotionen dysreguliert sein können und häufiger von Strategien wie Unterdrückung der Gefühle geprägt sind (Ainsworth, 1978; Deneault et al., 2023). Eltern können dabei eine sichere Grundlage schaffen, die sich durch Bestätigung und Ermutigung als Reaktion auf unterschiedliche Emotionen von Kindern kennzeichnet. Reagieren Eltern unterstützend auf Gefühlsäußerungen, lernen Kinder, dass ihr Ausdruck von Emotionen keinen negativen Einfluss auf die Beziehung zu ihren Eltern hat, sondern ihnen Raum gibt, die Emotionen zu regulieren und auch mit den physiologischen Veränderungen im Körper umzugehen. Dies ermöglicht den Kindern Erwartungen bezüglich Emotionen zu erschaffen, um Strategien zu entwickeln und sich auf zukünftige emotionale Situationen vorzubereiten (Paley & Hajal, 2022). Bilden Eltern ein familiäres Klima, in dem sie ansprechbar und einfühlsam sind, regulieren Kinder ihre Emotionen erfolgreicher und weisen erhöhte Emotionskompetenz auf. Vor allem wenn Kinder intensive Gefühle, wie Wut oder Angst fühlen, oder oft mit risikoreichen Umgebungen konfrontiert sind, ist es wichtig, dass sie sich auf elterliche Fürsorge

verlassen können, um ihre Emotionen effektiv zu verarbeiten (Houlberg et al., 2012; Morris et al., 2007).

Elterliche Kontrolle

Elterliche Kontrolle wird bereits tiefgehend erforscht und besonders in den letzten Jahren durch Digitalisierung und dadurch entstehenden Herausforderungen mit Kindern noch mehr Teil der aktuellen Forschung (Ali et al., 2020). Elterliche Kontrolle kann definiert werden als Reihe von Erziehungsmaßnahmen, die gezielt das Verhalten der Kinder beeinflussen, um es in eine gewünschte Richtung zu lenken und alltägliches Verhalten bis hin zu Problemverhalten oder ER zu beeinflussen (Bacikova-Sleskova et al., 2024). Elterliche Kontrolle kann in Verhaltenskontrolle und psychologische Kontrolle unterteilt werden. Dabei ist Verhaltenskontrolle in einem gewissen Maß wichtig für Kinder und verhilft ihnen zu erhöhter Anpassungsfähigkeit und geringerem antisozialen Verhalten (Barber et al., 2005). Psychologische Kontrolle, gekennzeichnet durch manipulative Taktiken, wie Schuldzuweisungen, bedingte Zuneigung oder Gefühlsabwertung, ist hingegen mit negativen Auswirkungen für Kinder und Jugendliche und deren psychischen Entwicklung assoziiert (Barber et al., 2005; Romm et al., 2020). Psychologische Kontrolle verhindert, dass Kinder eine gesunde Selbstwahrnehmung entwickeln und wirkt sich auf das Selbstbewusstsein und soziale Interaktionen aus. Werden Gefühle nicht wertfrei anerkannt und akzeptiert, weisen Kinder auch ein geringeres Bewusstsein ihrer Emotionen auf (Lambie & Lindberg, 2016). Kinder unterscheiden sich in ihrer Prädisposition zur emotionalen Reaktivität und inwieweit dadurch Schwierigkeiten in der ER entstehen, hängt auch vom Ausmaß der Validierung der Eltern ab. Reagieren Eltern abwertend oder inkonsistent auf Gefühle oder minimieren ihre Bedeutung, haben Kinder, besonders bei erhöhter emotionalen Reaktivität, Probleme ihre Gefühle anzupassen und reagieren häufig mit eskalierenden Emotionen, um ernster genommen zu werden (Adrian et al., 2018). Zudem erwidern Kinder und Jugendliche bei erhöhter psychologischer Kontrolle und weniger Vertrauen der Eltern häufig aggressives Verhalten und erschwerte Wutbewältigung (Cui et al., 2014; Nelson et al., 2013). Andererseits kann die Abwertung der Emotionen dazu führen unsicher und ängstlich auf Gefühle zu reagieren und den Gefühlsausdruck eher zu unterdrücken (Brandão et al., 2023). Durch die Eltern ausgelöste Schuld- oder Schamgefühle resultieren in einem negativeren Selbstbild und Gefühlen der Wertlosigkeit (Bennett et al., 2005). Dass Kinder durch erhöhte psychologische Kontrolle keine gesunde Selbstwahrnehmung entwickeln, wirkt sich auf das soziale Umfeld und interpersonale Interaktionen aus. Dadurch das elterliche Zuneigung als bedingt und unauthentisch erlebt wird

und häufig mit Konflikten verbunden ist, haben Kinder Probleme Gefühle der Nähe und Verbundenheit mit anderen aufzubauen. Zudem haben sie starke Unsicherheiten was ihre eigenen Kompetenzen angeht, da das Gefühl besteht den Erwartungen der Eltern nicht zu entsprechen, sondern vielmals auf Kritik zu stoßen (Soenens & Vansteenkiste, 2010). Förderung der Autonomie scheint für Kinder besonders wichtig, um ihnen die Möglichkeit zu bieten, zu lernen ihre Emotionen selbst zu regulieren, ohne dabei von ihren Eltern abzuhängen (Morris et al., 2007). Ist das durch erhöhte psychologische Kontrolle nicht gegeben, steigt die Wahrscheinlichkeit für Problemverhalten (Yan et al., 2020) und psychische Erkrankungen (Young et al., 2011) und wird vermehrt mit Essstörungen in Zusammenhang gebracht (Berge et al., 2014; Erriu et al., 2020; Khosravi et al., 2023; Romm et al., 2020).

Generell besteht die Annahme, dass besonders die Kombination aus geringer Fürsorge und hoher psychologischer Kontrolle schädlich auf Kinder und Jugendliche wirkt und mit psychologischem Stress und depressiver Symptomatik zusammenhängt (Barber et al., 2005; Jaffe et al., 2010; Thorberg et al., 2011).

Emotionsregulation und Elternverhalten

ER beginnt sich bereits im Säuglingsalter zu entwickeln und verändert sich stetig, über das Kleinkindalter, bis hin zur Pubertät und über das junge Erwachsenenalter hinweg. Während sich in der frühen Kindheit die Fähigkeit entwickelt Emotionen zu differenzieren und auszudrücken, orientieren sich die Kinder dabei an ihren Eltern und suchen emotionale Nähe und Informationen zu ihren Emotionen (Crowell, 2021). Eltern sind dabei die erste Quelle, auf die Kinder bezüglich unterschiedlicher emotionaler Erfahrungen zugreifen können. Kinder beobachten zuerst, wie sich die Eltern selbst verhalten, was auch im Einklang mit der sozialen Lerntheorie steht (Hajal & Paley, 2020). Diese besagt, dass Menschen durch Beobachtung lernen, das Verhalten imitieren und aufgrund von äußerer Verstärkung dieses nachhaltig umsetzen (Bandura & Walters, 1977). Das Lernen durch Beobachtung findet bereits in den ersten Lebensjahren der Kinder statt. Emotionale Ausdrucksformen aus der sozialen Umwelt werden schon von Säuglingen genutzt, um in unsicheren Situationen ihr Verhalten zu bestimmen. Einjährige vermeiden beispielsweise Situationen eher dann, wenn eine andere Person negative Emotionen ausdrückt, als wenn sie positive oder neutrale Emotionen äußert (Wu et al., 2021). Die Art und Weise wie Eltern selbst mit Gefühlen umgehen, hat deswegen einen großen Einfluss auf die ER ihrer Nachkommen. Wenn sie selbst erhöhte Fähigkeit zur ER aufweisen, treten sie ihren Kindern wärmer entgegen und wirken positiv auf ihre ER-Kompetenz (Zimmer-Gembeck et al., 2022). Weisen Eltern erhöhten emotionalen Ausdruck

auf, kann auch bei ihren Nachkommen ein erhöhtes emotionales Verständnis nachgewiesen werden (Morris et al., 2007; Ogren & Johnson, 2021).

Eltern dienen als wegweisend im „Emotion-Coaching“, indem sie den Kindern und Jugendlichen beibringen, wie mit Emotionen umgegangen werden soll. Im Zuge dessen erkennen und benennen sie die Emotionen, geben ihnen Wert und sehen die Auseinandersetzung als Möglichkeit zu lernen Probleme zu lösen, Empathie zu zeigen und den Kindern näher zu kommen (Gottman et al., 1996; Morris et al., 2007). Die Emotionssozialisierung ist dabei ein wichtiger Begriff, der definiert werden kann als die Lehre der Art und Weise, wie Emotionen identifiziert, verstanden, reguliert und ausgedrückt werden. Dies sollte in einer sozial und kulturell angepassten Form passieren (Eisenberg et al., 1998). Die Methoden, die zur Emotionssozialisierung angewendet werden, wie der Ausdruck von positiven Emotionen und Bestärkung oder bestrafenden und minimierende Reaktionen, stehen im direkten Zusammenhang mit der ER von Kindern (Hajal & Paley, 2020). So sind nicht-unterstützende Reaktionen auf Emotionen der Kinder, wie Ärger oder Trauer, mit erschwerter Bewältigung dieser assoziiert (Sanders et al., 2015).

Das Ausmaß, indem Eltern in der emotionalen Sozialisierung involviert sind, kann sich im Laufe des Lebens der Kinder verändern. Während Eltern im Kleinkindalter direkt auf die ER wirken und Kinder primär durch ihre Interventionen Emotionen verarbeiten, nimmt die Unabhängigkeit der Kinder mit zunehmendem Alter und erhöhten emotionalen und kognitiven Fähigkeiten zu. Später streben sie nach mehr Autonomie und verlassen sich häufiger auf Gleichaltrige, wodurch der Einfluss der Eltern bei steigendem Alter sinken könnte (Morris et al., 2007). Es konnte gezeigt werden, dass Unterstützung der Eltern zwar die Stressreaktion von Kindern verringern konnte, aber keinen Effekt auf die Cortisolantwort von Jugendlichen hat (Hostinar et al., 2015). Andererseits können Studien zeigen, dass die elterliche Fürsorge in der Kindheit sich langfristig auf die psychosoziale Entwicklung und die ER im Erwachsenenalter auswirken kann (Gee, 2016; Martinez-Escudero et al., 2020) und dass die Bindung die Kinder zu ihren Eltern haben, weiterhin stark mit der gemeinsamen Bindung im Erwachsenenalter assoziiert ist (Kim et al., 2021). Dabei steht das Ausmaß der Bindung nachweislich im Zusammenhang mit ER und dieser Zusammenhang besteht auch langfristig bis ins Erwachsenenalter. So ist eine unsichere Bindung zu den Eltern in der Kindheit mit Unterdrückung 20-35 Jahre später assoziiert (Girme et al., 2021).

In Bezug auf spezifische ER-Strategien können Studien zeigen, dass Kinder mehr adaptive ER-Strategien anwenden, wenn Eltern akzeptierend und unterstützend auf ihre Gefühle und emotionale Reaktionen reagieren (Eisenberg et al., 1996; Jaffe et al., 2010;

Ramsden & Hubbard, 2002). Eine Studie von Jaffe et al. (2010) konnte zeigen, dass mehr wahrgenommene elterliche Fürsorge bei Kindern mit erhöhter Nutzung von kognitiver Umbewertung assoziiert ist und weniger wahrgenommene elterliche Fürsorge mit erhöhter Nutzung von Unterdrückung zusammenhängt. Überbehütendes Verhalten der Eltern hängt hingegen positiv mit Unterdrückung und negativ mit kognitiver Umbewertung bei ihren Kindern zusammen. Befunde bei Erwachsenen bezüglich spezifischer ER-Strategien und erinnertem Elternverhalten sind begrenzt. Eine Metaanalyse von Thorberg et al. (2011) konnte zeigen, dass Alexithymie, was die Schwierigkeit bedeutet Gefühle zu identifizieren und zu beschreiben, negativ mit erinnerter elterlicher Fürsorge und positiv mit erinnerter elterlicher Kontrolle bei Erwachsenen zusammenhängt. Wird also mehr Fürsorge und weniger Kontrolle in der Kindheit erinnert, besteht weniger Schwierigkeit seine Gefühle bewusst zu äußern. Eine Studie von Tani et al. (2018), die ER-Strategien bei Erwachsenen im Zusammenhang mit erinnertem Elternverhalten untersuchte, stellte fest, dass geringe elterliche Fürsorge mit genereller Emotionsdysregulation, wie der Abwesenheit von Akzeptanz oder Bewusstsein von Gefühlen, assoziiert ist. Sowohl erhöhte Verhaltenskontrolle als auch psychologische Kontrolle hängt ebenso mit Nicht-Akzeptanz von Gefühlen zusammen. Mütterliches und väterliches Verhalten hatte teilweise unterschiedliche Auswirkungen. Dabei wurde nur ein negativer Zusammenhang zwischen Unterdrückung und mütterlicher Fürsorge gefunden, nicht jedoch bei väterlicher Fürsorge. Kontrollierendes elterliches Verhalten führt außerdem zur Aktivierung unterschiedlicher Dimensionen der Emotionsdysregulation bei Erwachsenen (Tani et al., 2018). Diese Ergebnisse sind auch relevant bezüglich den ER-Strategien Unterdrückung und kognitive Umbewertung, da angenommen wird, dass Emotionsdysregulation auch aus Defiziten in der Anwendung dieser Strategien entsteht (Liu et al., 2022). Im Zusammenhang mit der Akzeptanz von Gefühlen, wird Unterdrückung oft als Gegensatz angesehen (Campbell-Sills et al., 2006b; Dunn et al., 2009), was in Therapieansätzen genutzt wird, bei dem gezielt die Vermeidung von Emotionen reduziert und die Akzeptanz gefördert wird, um Symptome von Angst oder Panik zu verringern (Eifert, 2003; Kashdan et al., 2006).

Geschlechtsspezifische Einflüsse der Eltern

Die Ergebnisse der Studie von Tani et al. (2018) beleuchten, dass es Hinweise darauf gibt, dass mütterliches und väterliches Verhalten verschieden auf die ER ihrer Nachkommen wirkt. Gründe dafür könnten sein, dass Mütter durchschnittlich mehr Zeit mit ihren Kindern verbringen, egal welcher Elternteil der Hauptverdiener des Haushalts ist (Pakaluk & Price, 2020). Studien zeigen, dass Mütter ihren Kindern oft sensibler gegenüber treten (Haller-

Haalboom et al., 2014) und mehr in ihrem emotionalen Leben involviert sind als Väter (Fingerman et al., 2020; Klimes-Dougan et al., 2007; Updegraff et al., 2009). Zudem konnte mütterliche Wärme und Einfühlungsvermögen eher prosoziales Verhalten und Empathie bei Kindern vorhersagen als väterliche Wärme (Davidov & Grusec, 2006). Mütter sind ebenso in mehr unterstützender emotionaler Sozialisierung involviert (Morris et al., 2007). Auch auf biologischer Ebene können Unterschiede zwischen mütterlichem und väterlichem Verhalten festgestellt werden, insbesondere was die Stressregulation betrifft. Es wurde gezeigt, dass höhere mütterliche emotionale Sozialisierung mit niedrigeren Cortisolwerten bei Kindern zusammenhängt, wohingegen höhere väterliche emotionale Sozialisierung erhöhte Cortisolwerte vorhersagt (Burniston et al., 2023). Die Autorinnen schlossen daraus, dass Väter möglicherweise eine „aktivierende“ Wirkung auf die Kinder haben, im Vergleich zu einer eher beruhigenden Wirkung der Mutter. Andererseits stellte eine Studie von Gerhardt et al. (2020) fest, dass nur emotionale Sozialisierung von Vätern, nicht aber von Müttern mit erhöhter emotionaler Expressivität von Kindern assoziiert ist. Weiters gibt es Hinweise darauf, dass mütterliche und väterliche Fürsorge und Kontrolle mit einem unterschiedlichen Risiko für psychische Erkrankungen bei Kindern verbunden sind. Mütterliche Fürsorge wirkt dabei als protektiver Faktor für Depressionen und Angststörungen und mütterliche Kontrolle als begünstigend dafür, während väterliche Fürsorge protektiv für Phobien und Alkoholabhängigkeit gilt und väterliche Kontrolle das Risiko dafür erhöht (Eun et al., 2018).

Es kann zudem festgestellt werden, dass Mütter und Väter unterschiedlich zur Anwendung von ER-Strategien ihrer Kinder beitragen und es besteht die Annahme, dass die mütterliche Seite mehr Einfluss auf die Entwicklung der Strategien hat (Bariola et al., 2011; Tani et al., 2018). Dabei hängt es auch davon ab, inwiefern Eltern selbst ER-Strategien anwenden. Bei erhöhter Nutzung expressiver Unterdrückung von Müttern, weisen auch Nachkommen erhöhte Nutzung expressiver Unterdrückung auf. Väterlicherseits konnte dies nicht nachgewiesen werden (Bariola et al., 2012). Erkenntnisse zur emotionalen Sozialisierung im Zusammenhang mit Trauer ergaben, dass Väter auf Trauer eher mit Ermutigung zur expressiven Unterdrückung und Mütter eher mit Zuspruch zum Ausdruck der Trauer und einem Ansatz zur Problemlösung reagieren (Cassano et al., 2007). Obwohl bisher nicht nachgewiesen ist, ob die Anwendung von kognitiver Umbewertung mit dem Geschlecht der Eltern assoziiert ist, kann auf Basis der Erkenntnisse zur allgemeinen ER vermutet werden, dass auch hier väterliches und mütterliches Verhalten distinkt wirkt. Beispielsweise auch, weil Problemlösefähigkeit als Taktik der kognitiven Umbewertung gilt (McRae et al., 2012a).

Zielsetzung der Studie

Die Forschung bezüglich ER ist bereits sehr breit. Dabei wird vor allem die ER von Kindern und Jugendlichen (z.B. Morris et al., 2007; Jaffe et al., 2010) oder der Eltern selbst (z.B. Bariola et al., 2011; Rutherford et al., 2015) untersucht. Forschung an Erwachsenen bezüglich ihres erinnerten Elternverhaltens ist aber noch gering. Herauszufinden ob Effekte, die bereits in der ER von Kindern und Jugendlichen gefunden wurden, langfristig bestehen, ist eines der Ziele dieser Studie. Mithilfe einer breiten Altersspanne, soll überprüft werden, ob es Unterschiede in der Anwendung von ER-Strategien in verschiedenen Altersgruppen gibt.

Die wenigen Studien die erinnertes Elternverhalten bei Erwachsenen mit ER in Verbindung gebracht haben (z.B. Tani et al., 2018), arbeiteten dabei mit querschnittlichen Designs. Die vorliegende Studie wird hingegen mit einem Tagebuchdesign arbeiten, in der ER nicht nur einmal, sondern wiederholt im Alltag erfasst wird.

Bezüglich der Unterschiede zwischen mütterlichem und väterlichem Verhalten bestehen derzeit noch Unklarheiten und wenig Konstanz in den Ergebnissen (z.B. Burniston et al., 2023; Gerhardt et al., 2020; Tani et al., 2018). Wie Bariola et al. (2011) feststellen, fokussieren sich viele Studien generell nur auf mütterliches Verhalten und vernachlässigen die väterliche Rolle. Valiquette-Tessier et al. (2019) verdeutlichen, dass die Forschung zu Elternschaft häufig vom Einfluss von Stereotypen bezüglich Geschlechterrollen geprägt ist. Das Ziel ist also auch die väterliche Seite zu beleuchten, mögliche Unterschiede festzustellen und zu einer eindeutigeren Forschungslage beizutragen.

Fragestellungen und Hypothesen

Basierend auf der Literatur wurden zwei Fragestellungen mit mehreren Hypothesen formuliert. Das Alter der Teilnehmenden wurde in den Analysen berücksichtigt.

Fragestellung 1

Besteht ein Zusammenhang zwischen elterlicher Fürsorge (Level 2) und ER-Strategien (Level 1) im Alltag?

Hypothesen dazu lauten:

H1.1: Es besteht ein positiver Zusammenhang zwischen mütterlicher Fürsorge und kognitiver Umbewertung von negativen Emotionen im Alltag.

H1.2: Es besteht ein positiver Zusammenhang zwischen väterlicher Fürsorge und kognitiver Umbewertung von negativen Emotionen im Alltag.

H1.3: Es besteht ein negativer Zusammenhang zwischen mütterlicher Fürsorge und Unterdrückung negativer Emotionen im Alltag.

H1.4: Es besteht ein negativer Zusammenhang zwischen väterlicher Fürsorge und Unterdrückung negativer Emotionen im Alltag.

H1.5: Es besteht ein negativer Zusammenhang zwischen mütterlicher Fürsorge und Unterdrückung positiver Emotionen im Alltag.

H1.6: Es besteht ein negativer Zusammenhang zwischen väterlicher Fürsorge und Unterdrückung positiver Emotionen im Alltag.

H 1.7: Es bestehen differentielle Effekte von mütterlicher und väterlicher Fürsorge auf kognitive Umbewertung von negativen Emotionen und Unterdrückung von negativen und positiven Emotionen.

Fragestellung 2

Besteht ein Zusammenhang zwischen elterlicher Kontrolle (Level 2) und ER-Strategien (Level 1) im Alltag?

H2.1: Es besteht ein negativer Zusammenhang zwischen mütterlicher Kontrolle und kognitiver Umbewertung von negativen Emotionen im Alltag.

H2.2: Es besteht ein negativer Zusammenhang zwischen väterlicher Kontrolle und kognitiver Umbewertung von negativen Emotionen im Alltag.

H2.3: Es besteht ein positiver Zusammenhang zwischen mütterlicher Kontrolle und Unterdrückung negativer Emotionen im Alltag.

H2.4: Es besteht ein positiver Zusammenhang zwischen väterlicher Kontrolle und Unterdrückung negativer Emotionen im Alltag.

H2.5: Es besteht ein positiver Zusammenhang zwischen mütterlicher Kontrolle und Unterdrückung positiver Emotionen im Alltag.

H2.6: Es besteht ein positiver Zusammenhang zwischen väterlicher Kontrolle und Unterdrückung positiver Emotionen im Alltag.

H2.7: Es bestehen differentielle Effekte von mütterlicher und väterlicher Kontrolle auf kognitive Umbewertung von negativen Emotionen und Unterdrückung von negativen und positiven Emotionen.

Methode

Stichprobe

Um inkludiert zu werden, mussten die Teilnehmenden über 18 Jahre sein und ihren Wohnsitz in Deutschland, Österreich oder der Schweiz (DACH-Raum) haben. Zudem mussten ausreichend gute Deutschkenntnisse vorhanden sein und kein Bachelor- oder Masterabschluss in Psychologie sowie keine fortgeschrittene Ausbildung der Psychotherapie vorliegen. Die Anzahl der Teilnehmenden belief sich nach Datenbereinigung auf 103 Personen, im Alter zwischen 18 und 64 Jahren ($M = 32.57$; $SD = 13.21$). Der Median des Alters betrug 25, was verdeutlicht, dass 51,5% der Teilnehmenden ein Alter von 25 oder jünger aufwiesen. In Anhang A ist die Altersverteilung dargestellt. Teil der Studie waren 40 Männer, 60 Frauen und 3 Personen mit nicht-binärer oder anderer Angabe. Eine demographische Beschreibung der Stichprobe ist in Tabelle 1 dargelegt. Insgesamt lag die erwartete Anzahl an ausgefüllten Messzeitpunkten in der Tagebuchphase bei vollständiger Compliance bei 2163. Tatsächlich wurden 1814 Datenpunkte erhoben, was sich auf eine Compliance von 84% beläuft.

Tabelle 1

Demographische Stichprobenbeschreibung

Variable		<i>n</i>	%
<i>Geschlecht</i>			
	männlich	40	38.8
	weiblich	60	58.3
	divers	3	2.9
<i>Wohnhaft in</i>			
	Österreich	91	88.3
	Deutschland	12	11.7

Variable		<i>n</i>	%
<i>Bildungsland</i>			
	Österreich	75	72.8
	Deutschland	23	22.3
	Anderes ¹	5	4.9
<i>Bildungssprache</i>			
	Deutsch	99	96.1
	Andere ²	4	3.9
<i>Bildungsabschluss (AT/DE)</i>			
	Volks- oder Hauptschulabschluss	5	4.9
	Berufsreife / Realabschluss oder mittlere Reife	7	6.8
	Matura / Fachhochschulreife oder Abitur	49	47.6
	(Fach-) Hochschulabschluss	39	37.9
	Promotion oder Habilitation	1	1.0
	Andere ³	2	1.9
<i>Monatliches Nettoeinkommen</i>			
	Weniger als 250€	3	2.9
	250€ bis unter 500€	4	3.9
	500€ bis unter 1000€	28	27.2
	1000€ bis unter 1500€	23	22.3
	1500€ bis unter 2000€	19	18.4
	2000€ bis unter 3000€	19	18.4
	3000€ bis unter 4000€	4	3.9
	Über 5000€	3	2.9
<i>Psychische Störung</i>			
	Ja	17	16.5
	Nein	86	83.5
<i>Körperliche Erkrankung</i>			
	Ja	11	10.7
	Nein	92	89.3
<i>Elternkonstellation</i>			
	Sowohl Mutter als auch Vater	97	94.2
	Nur Mutter	5	4.9
	Andere ⁴	1	1.0

Anmerkung. *N* = 103. Häufigkeiten in absoluten und relativen Zahlen. ¹Bildungsland: Rumänien, Russland, Luxemburg, Niederlande. ²Bildungssprache: Englisch, Russisch, Ungarisch. ³Bildungsabschluss: Kolleg, Dipl. Gesundheits- und Krankenpflege.

⁴Elternkonstellation: Pflegeeltern

Studiendesign

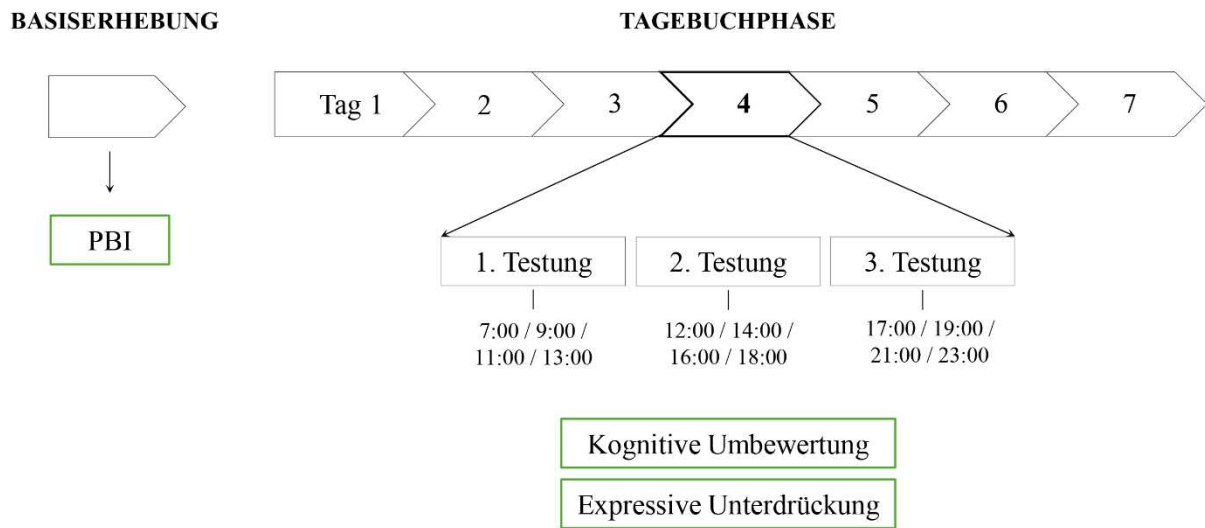
Diese Studie ist Teil eines größeren Projekts aus dem Jahr 2023 der Universität Wien unter der Studienleitung von [REDACTED], MSc und [REDACTED], MSc, dessen Ziel darin bestand, Emotionen und ER im Alltag in Verbindung mit habituellen Merkmalen von Personen zu untersuchen und den Einfluss des familiären Kontextes zu betrachten. Die Studie teilte sich in eine Basiserhebung und eine siebentägige elektronische Tagebucherhebung, die mittels der Untersuchungsmethode EMA durchgeführt wurde. So war es möglich Emotionen und ER im Alltag mehrfach mithilfe von Selbstberichten zu erfassen. Durchgeführt wurden die Erhebungen über die Plattform *SoSci Survey* (Leiner, 2024). Eine positive Genehmigung durch die Ethikkommission erfolgte am 13. Juni 2023 (Bearbeitungsnummer 00980). Die Studienteilnehmenden wurden aus dem persönlichen Umfeld der Studierenden rekrutiert. Die Rekrutierung fand von 19. Juni 2023 bis 13. Oktober 2023 statt. Die Teilnahme erfolgte freiwillig und nach ausführlicher Aufklärung (*Informed Consent*). Die Daten wurden streng anonymisiert und mit zufälligen Codes versehen. Nach Beendigung des Projekts wurden die Kontaktdaten der Teilnehmenden gelöscht.

Studiendurchführung

Zu Beginn erfolgte ein Screening, im Rahmen dessen die Einschlusskriterien geprüft wurden und eine E-Mail-Adresse für den Erhalt von Fragebögen angegeben werden musste. Anschließend erhielten die Teilnehmenden den Link zur Basiserhebung, nach dessen Abschluss der Versand der E-Mails für die Tagebucherhebung programmiert wurde. Bei der Basiserhebung wurden soziodemografische Daten erhoben sowie diverse Konstrukte wie Angst- und depressive Symptomatik. Für die vorliegende Arbeit waren die Daten zum erinnerten Elternverhalten relevant. Die Dauer der Basiserhebung belief sich im Durchschnitt auf 18.91 Minuten ($SD = 5.62$). Darauf folgte die Tagebucherhebung. Über einen Zeitraum von sieben Tagen und immer dreimal täglich wurde der Fragebogen ausgefüllt. Es konnte individuell zwischen vier Startzeitpunkten (7, 9, 11 oder 13 Uhr) ausgewählt werden. Die anderen zwei Testungen erfolgten im Verlauf im Fünf-Stunden-Takt. Die täglichen Befragungen der Tagebucherhebung dauerten durchschnittlich 1.66 Minuten ($SD = .57$). Dabei wurden positive und negative Emotionen seit dem Aufstehen bzw. letzten Messzeitpunkt abgefragt. Für die vorliegende Studie waren die Fragen zu ER-Strategien bei Regulation von positiven sowie negativen Emotionen relevant. Das gesamte Verfahren ist in Abbildung 2 dargestellt. Am Ende der Studiendurchführung war es möglich an der Verlosung eines 50€ Gutscheins teilzunehmen.

Abbildung 2

Grafische Darstellung des Studienablaufs mit Erhebungsinstrumenten (am Beispiel des Tag 4)



Erhebungsinstrumente

Erinnertes Elternverhalten

In der Basiserhebung wurde von jeder Person das erinnerte Elternverhalten, getrennt für mütterliches und väterliches Verhalten, erhoben. Mittels eines Teils der deutschen Übersetzung des *Parental Bonding Instrument* (PBI; Benz et al., 2021; Parker et al., 1979) wurden von 23 Items des gesamten PBIs 19 Items vorgelegt. Zum einen wurde die Skala Fürsorge und zum anderen die Skala Verweigerung psychologischer Autonomie (Kontrolle) analysiert. Die Skala Einschränkung der Verhaltensfreiheit war nicht Teil der vorliegenden Studie und bezieht sich auf die Items, die von dem gesamten PBI ausgeschlossen wurden. Die elterliche Fürsorge wurde anhand von 12 Items (z.B. „War liebevoll zu mir“) und die elterliche Kontrolle wurde anhand von 7 Items (z.B. „Wollte nicht, dass ich erwachsen werde“) auf einer Skala von 0 = *trifft gar nicht zu* bis 4 = *trifft absolut zu* erfasst. Analysen zu psychometrischen Eigenschaften der deutschen Version des PBI ergaben in bisheriger Forschung gute Item- und Reliabilitätskennwerte sowie hohe Konstrukt- und Kriteriumsvalidität (Benz et al., 2021). Um die Analysen durchzuführen, wurden zunächst Items der Fragebögen (Items 2, 4, 14, 16, 18 und 24) zum erinnerten Elternverhalten umgepolt und anschließend Skalen gebildet. Die verwendeten Skalen zum erinnerten Elternverhalten wurden auf Reliabilität getestet und weisen exzellente bis gute und akzeptable Cronbach's α – Werte auf (Mütterliche Fürsorge: .95; Väterliche Fürsorge: .92; Mütterliche Kontrolle: .85; Väterliche Kontrolle: .79).

Emotionsregulation

Um die Anwendung der ER-Strategien kognitive Umbewertung und Unterdrückung zu untersuchen, wurden angelehnt an die Definition der Konstrukte von Gross (1998, 2015) einzelne Items entwickelt und abgefragt. Für die Strategie kognitive Umbewertung wurde das Item „Ich versuchte positiver über meine Situation zu denken.“ beantwortet. Für die Strategie Unterdrückung wurde das Item „Ich versuchte meine Gefühle nicht anmerken zu lassen.“ für positive sowie negative Gefühle vorgelegt. Teilnehmende konnten die Anwendung dieser Strategie auf einem Schieberegler im Wertebereich 1-101 bewerten.

Statistische Analyse

Die statistische Analyse wurde mit IBM SPSS Statistics (Version 29) durchgeführt. Auf Basis der Forschungslage bezüglich altersbedingter Veränderungen im Laufe der Entwicklung von ER-Fähigkeiten, wurde in alle Analysen das Alter als Kovariate aufgenommen, um für mögliche Altersunterschiede zu kontrollieren.

Datenbereinigung

Die vorliegende Studie arbeitete mit einem bereits bereinigten Datensatz. Dabei gab es Kriterien, die erfüllt sein mussten, um in die Analyse miteingeschlossen zu werden. Ausgeschlossen wurden Teilnehmende die weniger als die Hälfte aller Messzeitpunkte ausgefüllt hatten. Außerdem mussten die Messzeitpunkte innerhalb von zwei Stunden nach Erhalt der E-Mail mit dem Fragebogen bearbeitet werden. Messzeitpunkte, die nicht innerhalb dieses Zeitfensters bearbeitet wurden, wurden entfernt. Auch der Zeitraum für die Bearbeitung der Basiserhebung wurde beachtet, und Personen mit zu kurzer Bearbeitungszeit (unter fünf Minuten) exkludiert. Insgesamt wurden 141 Personen rekrutiert und 38 Personen aufgrund der oben genannten Kriterien ausgeschlossen. So belief sich die finale Stichprobengröße auf: $N = 103$.

Hypothesenprüfung

Um die Hypothesen H1 – H2 zu testen, wurde pro ER-Strategie (kognitive Umbewertung negativer Gefühle, Unterdrückung negativer Emotionen, Unterdrückung positiver Emotionen) ein Multilevel-Modell (MLM) berechnet. Diese Modelle erlauben es durch Betrachtung von Kontextvariablen und Zerlegung der Varianz mithilfe der Maximum-Likelihood-Schätzung, die Variabilität zwischen Personen zu analysieren und berücksichtigt so die Abhängigkeit der Messwerte. MLM unterscheiden zwischen Level-2-Variablen, auch

Zwischensubjektfaktoren benannt, und Level-1-Variablen, als Innersubjektfaktoren bekannt. Das einmalig erfasste erinnerte Elternverhalten bildet dabei die unabhängige Variable und einen Prädiktor auf Level 2, der die interindividuellen Unterschiede in der durchschnittlichen Anwendung von ER-Strategien über die Tage hinweg erklären soll. Der Innersubjektfaktor wird durch die wiederholte Erfassung der ER-Strategien gebildet und zeichnet so auch den Unterschied innerhalb der Personen ab und dient als abhängige Variable des Modells. Bei der Erstellung eines Nullmodells ohne Prädiktor, wird ein zufälliger *Intercept* geschätzt, der die Unterschiede in der Emotionsregulation zwischen den Personen erfasst und anhand dessen die Intraklassenkorrelation berechnet wurde. Durch die Aufnahme des Level-2-Prädiktors wurde untersucht, inwiefern sich dieser *Intercept* systematisch durch unterschiedliches erinnertes Elternverhalten erklären lässt. Der Intraklassenkorrelationskoeffizient (ICC) gibt an, welcher Anteil der Gesamtvarianz der abhängigen Variable auf Unterschiede zwischen Personen im Vergleich zu Unterschieden innerhalb Personen zurückzuführen ist und wird herangezogen, um die Notwendigkeit einer Multilevel-Analyse zu beurteilen. Nach der Aufnahme eines Level-2-Prädiktors ist jedoch das *Pseudo-R²* aussagekräftiger, das angibt, wie viel Varianz zwischen den Personen durch den Prädiktor erklärt wird. Bei der Analyse wurde wie folgt vorgegangen: Zunächst wurde ein *Grand Intercept* (γ_{00}) berechnet, der den durchschnittlichen Achsenabschnitt über alle Personen hinweg angibt. Alle Level-2-Variablen wurden einem *Grand Mean Centering* unterzogen, wobei die Differenz des einzelnen Werts der Person und dem Gesamtmittelwert berechnet wurde. In der Gleichung zur Berechnung sind neben dem *Grand Intercept*, die Effekte des mütterlichen Elternverhalten ($\gamma_{01}ME$) und des väterlichen Elternverhalten ($\gamma_{02}VE$) enthalten sowie der zufällige *Intercept* (u_{0j}), also die individuelle Abweichung des Achsenabschnitts vom *Grand Intercept*, das Alter als Kontrollvariable ($\gamma_{03}Alter$) und die Residualvarianz (r_{ij}):

$$\text{Ergebnis} = \gamma_{00} + \gamma_{01}ME + \gamma_{02}VE + \gamma_{03}Alter + u_{0j} + r_{ij}$$

Bei der Berechnung der Pearson-Korrelationen zwischen den Basis-Variablen wurde ein *Person Mean Centering* bei allen Level-1-Variablen durchgeführt. Dabei wurde die Differenz des einzelnen Werts der Person und dem Mittelwert der Person berechnet. Das Alter wurde als Level-2-Variable in alle Modelle inkludiert, um zu überprüfen, ob es im Zusammenhang mit elterlicher Fürsorge und Kontrolle einen Einfluss auf die Anwendung der ER-Strategien hat.

Voraussetzungsprüfung

Im Zuge der Analyse wurde die Verteilung der Basis-Variablen überprüft und Werte der Schiefe und Kurtosis ausgegeben. Die absoluten Häufigkeiten der unabhängigen Variablen scheinen teilweise rechtsschiefe (mütterliche Kontrolle; väterliche Kontrolle) und linksschiefe (mütterliche Fürsorge) Verteilungen zu haben. Die Werte zur Schiefe und Kurtosis befinden sich aber bei allen Variablen innerhalb des akzeptablen Bereichs zwischen +1 und -1 bzw. +2 und -2. Die absoluten Häufigkeitsverteilungen der abhängigen Variablen haben ebenfalls akzeptable Werte der Schiefe und Kurtosis, weisen jedoch starke Boden- und teilweise Deckeneffekte auf, was auf die subklinische Stichprobe zurückzuführen ist und aufgrund der Multilevel-Analyse vernachlässigbar ist. Die Abbildungen der Verteilungen befinden sich in Anhang A. Es wurde auf Multikollinearität der Prädiktoren getestet und akzeptable Toleranz- und VIF-Werte vorgefunden (Toleranz < 0.1 bzw. VIF > 10). Parameter der Multikollinearitätsdiagnostik können in Anhang B nachgelesen werden. Für die MLM wurden die Normalverteilungen und Ausreißer der Residuen auf Level 1 und Level 2 ausgegeben und mittels visueller Überprüfung und Werte der Schiefe und Kurtosis beurteilt. Auf Basis dieser Betrachtung kann die Normalverteilung der Residuen angenommen werden. Ausreißer wurden aufgrund der Robustheit der MLM nicht ausgeschlossen. Parameter sowie Abbildungen der Verteilungen der Residuen können den Anhängen C und D entnommen werden. Um die Homoskedastizität, also die Linearität der Residuen zu testen, wurde eine visuelle Überprüfung mittels Streudiagrammen vorgenommen. Diese weisen keinen Hinweis auf Heteroskedastizität der Residuen auf. Die Streudiagramme sind in Anhang E abgebildet.

Ergebnisse

Deskriptive Auswertung

Die Berechnung der Nullmodelle zeigt, dass die Anwendung von MLM gerechtfertigt ist. Die kognitive Umbewertung stellt einen ICC von .45 dar, was bedeutet, dass 45% der Gesamtvarianz durch Varianz zwischen und 55% durch Varianz innerhalb der Personen erklärt werden kann. Der ICC der Unterdrückung negativer Emotionen beläuft sich auf .38, also wird 38% der Gesamtvarianz durch Unterschiede zwischen und 72% durch Unterschiede innerhalb der Personen erklärt. Die Unterdrückung von positiven Emotionen zeigt einen ICC von .36, was abzeichnet, dass Varianz zwischen 36% und Varianz innerhalb 74% erklärt. Um die Basis-Variablen zu analysieren, wurden paarweise Pearson-Korrelationen mit den Level-2-Variablen und den Personenmittelwerten der Level-1-Variablen berechnet. In Tabelle 2 sind diese Korrelationen, sowie Mittelwerte und Standardabweichungen abgebildet.

Tabelle 2*Korrelationsmatrix der Basis-Variablen*

Variable	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5	6	7
1. Kognitive Umbewertung	49.78	28.86	-						
2. Unterdrückung neg. Emotionen	38.03	31.39	.29**	-					
3. Unterdrückung pos. Emotionen	24.54	26.2	.06	.64**	-				
4. Mütterliche Fürsorge	3.01	.75	-.06	-.15	-.09	-			
5. Väterliche Fürsorge	2.37	.65	-.12	-.07	-.05	.36**	-		
6. Mütterliche Kontrolle	1.84	.66	-.10	.28**	.19	-.39**	-.14	-	
7. Väterliche Kontrolle	1.55	.52	-.01	.17	.15	-.04	-.36**	.43**	-
8. Alter	32.57	13.21	.27**	-.04	.10	-.25*	-.30**	.10	.10

Anmerkung. Pearson-Korrelationen. * $p < .05$, ** $p < .01$.

Fragestellung 1

Um den Zusammenhang zwischen elterlicher Fürsorge und ER-Strategien zu überprüfen wurden drei MLM berechnet, jeweils für kognitive Umbewertung negativer Emotionen, Unterdrückung negativer Emotionen und Unterdrückung positiver Emotionen.

Die Analyse zeigt, dass mütterliche Fürsorge keinen signifikanten Einfluss auf das Ausmaß der Anwendung von kognitiver Umbewertung hat ($b = 1.92$; $t = .68$; $p = .499$). Ebenso wurde kein signifikanter Zusammenhang zwischen väterlicher Fürsorge und kognitiver Umbewertung festgestellt ($b = -2.61$; $t = -.79$; $p = .431$). Weder die mütterliche Fürsorge ($b = -3.77$; $t = -1.26$; $p = .210$) noch die väterliche Fürsorge ($b = -1.50$; $t = -.43$; $p = .668$) hat einen signifikanten Einfluss auf die Unterdrückung negativer Emotionen. Auch das Modell zur Unterdrückung positiver Emotionen weist auf, dass mütterliche Fürsorge diese nicht signifikant vorhersagt ($b = -1.22$; $t = -.50$; $p = .620$). Väterliche Fürsorge hat ebenso keinen signifikanten Einfluss auf Unterdrückung positiver Emotionen ($b = -.04$; $t = -.01$; $p = .990$). Das Alter sagt weder kognitive Umbewertung ($b = .28$; $t = 1.73$; $p = .087$) noch Unterdrückung negativer ($b = -.15$; $t = -.85$; $p = .398$) oder positiver Emotionen ($b = -.12$; $t = -.86$; $p = .391$) vorher. Weitere Parameter sind in Tabelle 3 dargestellt.

Tabelle 3*Parameter des MLM zur Testung der Fragestellung 1 (H1.1 – H1.7)*

Outcome	Feste Effekte	Schätzer	SE	t	p	Pseudo-R ²
<i>Kognitive Umbewertung</i>						.021
	Intercept	49.44	1.94	25.44	<.001	
	Mütterliche Fürsorge	1.92	2.82	0.68	.499	
	Väterliche Fürsorge	-2.61	3.30	-0.79	.431	
	Alter	0.28	0.16	1.73	.087	
<i>Unterdrückung neg. Emotionen</i>						.011
	Intercept	38.58	2.05	18.78	<.001	
	Mütterliche Fürsorge	-3.77	2.99	-1.26	.210	
	Väterliche Fürsorge	-1.50	3.49	-0.43	.668	
	Alter	-0.15	0.17	-0.85	.398	
<i>Unterdrückung pos. Emotionen</i>						.006
	Intercept	25.28	1.69	14.99	<.001	
	Mütterliche Fürsorge	-1.22	2.45	-0.50	.620	
	Väterliche Fürsorge	-0.04	2.87	-0.01	.990	
	Alter	0.12	0.14	0.86	.391	
Outcome	Zufällige Effekte	Schätzer	95% KI			
			UG	OG		
<i>Kognitive Umbewertung</i>						
	Residualvarianz	458.50	427.85	491.34		
	Random Intercept	336.87	248.59	456.50		
<i>Unterdrückung neg. Emotionen</i>						
	Residualvarianz	605.27	564.81	648.63		
	Random Intercept	370.92	272.50	504.88		
<i>Unterdrückung pos. Emotionen</i>						
	Residualvarianz	443.57	413.92	475.34		
	Random Intercept	248.10	181.80	338.58		

Anmerkung. Abhängige Variable = ER-Strategien. SE = Standarderror; KI = Konfidenzintervall; UG = Untergrenze des KI; OG = Obergrenze des KI.

Fragestellung 2

Auch die Analyse der zweiten Fragestellung zum Zusammenhang zwischen elterlicher Kontrolle und ER-Strategien, wurde mittels drei MLM durchgeführt.

Es wird gezeigt, dass mütterliche Kontrolle keinen signifikanten Einfluss auf die Anwendung von kognitiver Umbewertung ($b = -5.80$; $t = -1.77$; $p = .081$) hat, aber einen Trend dahingehend abbildet. Auch väterliche Kontrolle hat keinen signifikanten Einfluss auf kognitive Umbewertung ($b = 1.88$; $t = .46$; $p = .648$). Zudem sagt mütterliche Kontrolle die Anwendung der ER-Strategie Unterdrückung positiver Emotionen nicht signifikant vorher ($b = 4.28$; $t = 1.51$; $p = .134$). Die väterliche Kontrolle hat ebenso keine signifikante Vorhersagekraft ($b = 2.23$; $t = .63$; $p = .529$). Es konnte jedoch herausgefunden werden, dass mütterliche Kontrolle einen signifikant positiven Effekt auf die Anwendung der Unterdrückung negativer Emotionen hat ($b = 9.24$; $t = 2.73$; $p < .01$). Ein signifikanter Einfluss väterlicher Kontrolle konnte nicht festgestellt werden ($b = 1.81$; $t = .43$; $p = .668$). Das Alter hat keinen signifikanten Einfluss auf die Unterdrückung negativer ($b = -.12$; $t = -.75$; $p = .456$) sowie positiver Emotionen ($b = .11$; $t = .85$; $p = .397$). Es konnte jedoch ein signifikanter Einfluss des Alters auf die kognitive Umbewertung in diesem Modell herausgefunden werden ($b = .31$; $t = 2.03$; $p < .05$). Tabelle 4 sind weitere Parameter zu entnehmen.

Um die Effektstärke der Modelle zu überprüfen können *Pseudo-R²* -Werte herangezogen werden. Das marginale *Pseudo-R²* des Modells des signifikanten Zusammenhangs zwischen mütterlicher Kontrolle und Unterdrückung negativer Emotionen beläuft sich auf $R^2 = .04$ und das konditionale auf $R^2 = .39$. Das gesamte Modell erklärt also 39% der Varianz in der abhängigen Variable, während elterliches Verhalten und Alter 4% der Varianz in der Anwendung der Unterdrückung negativer Gefühle erklärt.

Vergleicht man diese Analysen mit MLM, in denen Alter nicht berücksichtigt wurde, ändern sich die Ergebnisse kaum. Ausschließlich bezüglich des signifikanten Alterseffekt bei elterlicher Kontrolle und kognitiver Umbewertung wird gezeigt, dass sich der Effekt der mütterlichen Kontrolle auf kognitive Umbewertung durch den Einschluss des Alters verstärkt. Das Modell ohne Alter als Kovariate zeigt keinen Trend ($b = -5.56$; $t = -1.66$; $p = .100$). Die *Pseudo-R²* -Werte unterstreichen, dass das Modell mit dem Alter mehr Erklärungskraft aufweist. Wohingegen im Modell ohne Alter 1,3% der Varianz durch die elterliche Kontrolle erklärt werden kann, steigt die erklärte Varianz im Modell mit Alter auf 3,2%. Tabellen mit relevanten Parametern zu den MLM ohne Alter als Kovariate sind in Anhang F abgebildet.

Tabelle 4*Parameter des MLM zur Testung der Fragestellung 2 (H2.1 – H2.7)*

Outcome	Feste Effekte	Schätzer	SE	t	p	Pseudo -R ²
<i>Kognitive Umbewertung</i>						.032
	Intercept	49.42	1.92	25.75	<.001	
	Mütterliche Kontrolle	-5.80	3.29	-1.77	.081	
	Väterliche Kontrolle	1.88	4.10	0.46	.648	
	Alter	0.31	0.15	2.03	.045	
<i>Unterdrückung neg. Emotionen</i>						.042
	Intercept	38.61	1.97	19.56	<.001	
	Mütterliche Kontrolle	9.24	3.38	2.73	.007	
	Väterliche Kontrolle	1.81	4.21	0.43	.668	
	Alter	-0.12	0.16	-0.75	.456	
<i>Unterdrückung pos. Emotionen</i>						.021
	Intercept	25.30	1.65	15.31	<.001	
	Mütterliche Kontrolle	4.28	2.83	1.51	.134	
	Väterliche Kontrolle	2.23	3.53	0.63	.529	
	Alter	0.11	0.13	0.85	.397	
Outcome	Zufällige Effekte	Schätzer	95% KI			
			UG	OG		
<i>Kognitive Umbewertung</i>						
	Residualvarianz	458.506	427.86	491.35		
	Random Intercept	328.130	242.00	444.92		
<i>Unterdrückung neg. Emotionen</i>						
	Residualvarianz	605.26	564.80	648.62		
	Random Intercept	339.90	249.10	463.80		
<i>Unterdrückung pos. Emotionen</i>						
	Residualvarianz	443.59	413.94	475.37		
	Random Intercept	237.06	173.47	323.96		

Anmerkung. Abhängige Variable = ER-Strategien. SE = Standarderror; KI = Konfidenzintervall; UG = Untergrenze des KI; OG = Obergrenze des KI.

Diskussion

Diese Studie hatte zum Ziel, den Effekt von elterlichem Verhalten auf die Anwendung von ER-Strategien im Alltag von Erwachsenen zu erforschen. Dabei wurde erinnertes Elternverhalten einmalig erhoben, um zu testen, ob langfristige Zusammenhänge mit der ER bestehen. Die ER wurde in einem Tagebuchverfahren erhoben und zeichnete so den alltäglichen Umgang mit den ER-Strategien kognitive Umbewertung und expressive Unterdrückung ab. Die Differenzierung zwischen mütterlichem und väterlichem Verhalten ermöglichte es Geschlechterunterschiede festzustellen. Alterseinflüsse in der Anwendung von ER-Strategien wurden berücksichtigt. Die auf Basis der Literatur gestellten Fragestellungen und Hypothesen wurden nur vereinzelt bestätigt.

Bezüglich der elterlichen Fürsorge konnte kein signifikanter Zusammenhang mit den ER-Strategien kognitive Umbewertung und expressiver Unterdrückung positiver und negativer Gefühle festgestellt werden. Weder mütterliche noch väterliche Fürsorge kann die Anwendung der ER-Strategien signifikant vorhersagen. Das Alter der Teilnehmenden spielt dabei ebenso keine Rolle. Alle Hypothesen zur Fragestellung 1 (H1.1 – H1.7) konnten demnach nicht bestätigt werden. Einige Studien betonen die Bedeutung elterlicher Fürsorge und weisen darauf hin, dass sie positive Auswirkungen auf die Entwicklung der Kinder hat. Sie zeigen, dass erhöhte Fürsorge dazu führt, dass Kinder ihre Emotionen erfolgreicher regulieren (Jaffe et al., 2010; Morris et al., 2007). Bei Erwachsenen wurde ein Zusammenhang zwischen elterlicher Fürsorge und Dimensionen der Emotionsdysregulation festgestellt, die zwar mit den ER-Strategien Unterdrückung und kognitive Umbewertung in Verbindung gebracht werden können, jedoch nicht den direkten Zusammenhang überprüfen. So stellte die erwähnte Studie von Tani et al. (2018), die erinnertes Elternverhalten als Prädiktor für verschiedene Aspekte der ER untersuchte, keine signifikanten Zusammenhänge zwischen erinnertem Elternverhalten und den ER-Strategien Unterdrückung und kognitive Umbewertung fest. Im Einklang mit den Ergebnissen dieser Studie weist das darauf hin, dass elterliche Fürsorge nicht direkt auf die spezifischen ER-Strategien wirkt und eventuell andere Einflüsse bedeutender für die Entwicklung von erfolgreicher Emotionsregulation sind.

Die durchwegs nicht signifikanten Zusammenhänge zwischen ER-Strategien und elterlicher Fürsorge zeigen, dass trotz der in der Literatur vielseitig geschilderten Vorteile, die Fürsorge mit sich bringt (z.B. Morris et al., 2007), der Effekt der Fürsorge auf die ER nicht bestätigt werden kann. Dies könnte daran liegen, dass negatives elterliches Verhalten schädlicher auf die Entwicklung der ER von Kindern wirken könnte (Seddon et al., 2020), während positive Verhaltensweisen, bei denen man eine schützende Wirkung erwarten würde,

einen milderen Einfluss auf ER-Fähigkeiten haben könnten. Dafür spricht auch eine Studie von Ricker et al. (2024), die einen Zusammenhang zwischen elterlicher Unterstützung und erhöhter ER der Kinder feststellte, der bei erhöhter elterlicher Kontrolle nicht mehr gefunden werden konnte. Ein Vorhandensein negativer Verhaltensweisen könnte also einflussreicher sein als das Bestehen positiver Faktoren und somit ein Erklärungsansatz sein, weswegen elterliche Fürsorge keinen langfristig nachweisbaren Effekt auf die emotionale Regulierung der Nachkommen hat.

Obwohl elterliche Fürsorge essenziell für die gesunde Entwicklung von Kindern und Jugendlichen ist und in der Regel mit positiven Folgen verbunden ist, gibt es Hinweise darauf, dass zu viel Beteiligung der Eltern im Leben ihrer Kinder auch schädlich auf diese wirken kann (Schiffrin et al., 2014). Dieses übertriebene Ausmaß an Fürsorge, bringt nicht nur ein hohes Level an Wärme und Unterstützung mit sich, sondern limitiert auch die Autonomie der Kinder (Padilla-Walker & Nelson, 2012). Eine Studie von Segrin et al. (2012), die Effekte von Überbeteiligung der Eltern von College-Studierenden untersuchte, konnte zeigen, dass elterliche Überbeteiligung mit geringerer Kommunikation zwischen Eltern und Kindern und verminderter Zufriedenheit mit dem Familienleben einhergeht. Eine weitere Studie fand heraus, dass übertriebene Involvierung der Eltern zu verringertem psychologischen Wohlbefinden führt und in positivem Zusammenhang mit dem Gebrauch von Psychopharmaka steht (LeMoyne & Buchanan, 2011). Diese Erkenntnisse weisen darauf hin, dass elterliche Fürsorge in einem extremen Ausmaß vergleichbare negative Konsequenzen hat, wie überkontrollierendes Verhalten der Eltern. Zu beachten ist dabei, dass ein übermäßiges Maß an Fürsorge oder Überbeteiligung sich teilweise schwer von Kontrolle abgrenzen lässt. Dies wird auch durch den Begriff „*helicopter parenting*“ verdeutlicht, der überbehütendes Verhalten beschreibt, dass sich bedeutend von Verhaltens- und psychologischer Kontrolle unterscheidet und dessen Dimensionen unterschiedlich mit elterlicher Fürsorge und Kontrolle assoziiert sind (Padilla-Walker et al., 2019).

Elterliche Kontrolle zeigt in dieser Studie jedoch ebenfalls keine signifikanten Zusammenhänge mit kognitiver Umbewertung, sowie Unterdrückung positiver Gefühle. Die Hypothesen zu Fragestellung 2 H2.1 – H2.4, H2.6 und H2.7 konnten somit nicht bestätigt werden. Ähnlich wie bei elterlicher Fürsorge scheinen andere Faktoren eine größere Rolle in der Anwendung der ER-Strategien von Erwachsenen zu spielen als das Ausmaß an elterlicher Kontrolle in der Kindheit. In der vorliegenden Studie wurde mit einer insgesamt gesunden Stichprobe gearbeitet, die hohe Werte bei elterlicher Fürsorge und niedrige Werte bei elterlicher Kontrolle aufwies. Zusammenhänge könnten sich daher möglicherweise anders zeigen, wenn mehr Varianz in den Variablen vorhanden wäre.

Ein weiterer Grund dafür, dass elterliches Verhalten einige der erhobenen ER-Strategien nicht signifikant vorhersagt, könnte sein, dass elterliches Verhalten im Erwachsenenalter seinen Einfluss verliert. Angefangen in der Kindheit, in der die Abhängigkeit der Eltern sehr hoch ist, werden Jugendliche mit den Jahren immer unabhängiger und erreichen im Laufe des Erwachsenenalters mehr Autonomie (De-Juanas et al., 2020). Dies erklärt auch warum die Zusammenhänge die zwischen elterlichem Verhalten und kognitiver Umbewertung oder expressiver Unterdrückung in der Kindheit (z.B. Jaffe et al., 2010) nicht gleichermaßen im Erwachsenenalter repliziert werden konnten (z.B. Tani et al., 2018).

Genetische Faktoren könnten ebenso eine Rolle spielen, wie Zwillingsstudien zeigen, die Vererbung mithilfe genetischer und umweltbezogener Komponenten untersuchten. Dabei konnte festgestellt werden, dass ein Teil der Anwendung von kognitiver Umbewertung (Milovanović et al., 2018) und expressiver Unterdrückung, durch genetische Faktoren erklärt werden kann (McRae et al., 2017). Auch werden ER-Strategien mit unterschiedlichen Gehirnstrukturen und Volumen in Zusammenhang gebracht, wobei kognitive Umbewertung beispielsweise mit erhöhtem Amygdala-Volumen und erhöhtem Volumen der grauen Substanz im präfrontalen Kortex assoziiert ist (Hermann et al., 2014). Obwohl die umweltbezogenen Einflüsse nicht außer Acht gelassen werden sollten (McRae et al., 2017), geben diese Ergebnisse Hinweise darauf, dass ein gewisser Teil der Fähigkeit zur Emotionsregulation durch Prädisposition verursacht wird. Dies zeigt, dass insbesondere die Gen-Umwelt-Interaktion relevant in der Entwicklung von ER-Fähigkeiten sein könnte und elterliches Verhalten möglicherweise im Zusammenspiel mit der Genetik und weiteren Umweltfaktoren wirkt.

Elterliches Verhalten hat erheblichen Einfluss auf die Persönlichkeit ihrer Nachkommen. Einerseits kann die Persönlichkeit der Eltern selbst, geprägt durch Eigenschaften wie emotionale Stabilität und Gewissenhaftigkeit, positives Erziehungsverhalten vorhersagen, andererseits wirken diese Eigenschaften und eine warme und unterstützende Erziehung ebenso auf die Entwicklung einer emotional stabilen und gewissenhaften Persönlichkeit der Kinder (Schofield et al., 2012). Die Anwendung von ER-Strategien und die Persönlichkeit einer Person beeinflussen sich gegenseitig (Barańczuk, 2019), woraus geschlossen werden könnte, dass elterliches Verhalten nicht direkt auf die ER-Fähigkeit von Erwachsenen wirkt, sondern über Faktoren wie der Persönlichkeit ihren Einfluss nehmen könnte. Möglicherweise besteht der Zusammenhang zwischen elterlichem Verhalten und der Persönlichkeit insbesondere im Kindes- und Jugendalter. Nach zunehmender Unabhängigkeit der Nachkommen mit steigendem Alter (De-Juanas et al., 2020), könnte die elterliche Wirkung auf die Persönlichkeit jedoch abnehmen und potenziell durch andere Faktoren vermittelt werden.

Entgegen den Erwartungen zeigen die paarweisen Pearson-Korrelationen, keinen signifikanten Zusammenhang zwischen elterlichem Verhalten und kognitiver Umbewertung. In der Literatur wird überwiegend von kognitiver Umbewertung als adaptive ER-Strategie berichtet (Brockbank & Feldon, 2024), wohingegen das Ergebnis der vorliegenden Studie eher dafür spricht, dass kognitive Umbewertung verschiedene Auswirkungen haben könnte und nicht als strikt adaptiv gilt. Eine Studie von Brockman et al. (2017) zeigte, dass kognitive Umbewertung in der Hälfte der Stichprobe mit keiner Reduktion des negativen Affekts im Alltag zusammenhing und bei Jugendlichen eine vermehrte Nutzung sogar mit erhöhtem negativem Affekt assoziiert war. Bei älteren Teilnehmenden drehte sich dieser Zusammenhang wieder um, was Kontextabhängigkeit und individuelle Faktoren als entscheidende Einflüsse auf die Konsequenzen von kognitiver Umbewertung hervorhebt. Dabei ist erwähnenswert, dass kognitive Umbewertung und negativer Affekt zum selben Zeitpunkt erhoben wurden und somit keine Aussagen zu Ursache und Wirkung getroffen werden können und womöglich tagesbezogenen Fluktuationen ausschlaggebend waren. Troy et al. (2013) bestätigen die situative Abhängigkeit, mit Befunden zu depressiven Studienteilnehmenden, die nur von erhöhter kognitiver Umbewertung profitierten, wenn sie ihre Situation als unkontrollierbar wahrnahmen, nicht aber wenn sie kontrollierbaren Stress verspürten. Es sollte auch beachtet werden, dass negative Emotionen im Gegensatz zu positiven Emotionen nicht strikt als maladaptiv gesehen werden sollten, denn sie können dazu führen, dass Personen eine Motivation entwickeln ihre Situation zu verändern und aktiv Probleme zu lösen (Troy et al., 2013). So ist die Auswirkung von kognitiver Umbewertung und ER-Strategien im Allgemeinen kein Ausdruck erfolgreicher oder nicht erfolgreicher ER, sondern verändert sich je nachdem welche Person die Strategie nutzt, in welcher Umgebung sie angewendet wird und welche situationalen Faktoren bestehen. Die variable Effektivität der kognitiven Umbewertung könnte demnach einer der Gründe sein, weswegen keine deutlichen Zusammenhänge mit positivem oder negativem Elternverhalten gefunden werden konnte.

Kognitive Umbewertung könnte zudem durch andere Faktoren stärker beeinflusst werden als durch elterliches Verhalten. Die Persönlichkeit und individuelle Eigenschaften von Personen könnten eine größere Rolle spielen. Um ER-Strategien einzusetzen, werden gewisse Ressourcen benötigt und kognitive Umbewertung basiert auf spezifischen kognitiven Abläufen. Die Kapazität des Arbeitsgedächtnis und die Verarbeitungsgeschwindigkeit beeinflussen die Anwendung der kognitiven Umbewertung und bestimmen, ob diese erfolgreich umgesetzt werden kann. Demzufolge geht eine höhere kognitive Fähigkeit mit erfolgreicher Nutzung von kognitiver Umbewertung einher (McRae et al., 2012b; Opitz et al., 2014). Durch

Emotionssozialisierung lernen Kinder ER-Strategien zu entwickeln und langfristig umzusetzen und dabei verlassen sie sich seit dem Säuglingsalter auf ihre Beobachtungen der Eltern (Wu et al., 2021). Bei der Anwendung kognitiver Umbewertung könnte hingegen ihre Kapazität zu kognitiven Prozessen mehr Einfluss haben, besonders weil dies nicht offen beobachtbar ist. Modellhaftes Lernen scheint sinnvoller bei ER-Strategien zu sein, die mit emotionalen Reaktionen und aktivem Ausdruck zusammenhängen, anstatt mit internen Gedächtnisabläufen. Die Entwicklung der Anwendung von kognitiver Umbewertung könnte weniger von elterlichem Verhalten abhängen als von gezielten Förderungsmaßnahmen der kognitiven Fähigkeiten, wie schulische Programme oder die intellektuelle Unterstützung der Eltern, da auch gezeigt werden kann, dass sich die Nutzung von kognitiver Umbewertung durch gezieltes Gedächtnistraining erhöht (Long et al., 2023).

In ähnlicher Weise wurden (mit Ausnahme der mütterlichen Kontrolle und Unterdrückung negativer Emotionen) keine signifikante Pearson-Korrelationen zwischen elterlichem Verhalten und der Anwendung der ER-Strategie Unterdrückung bei positiven und negativen Gefühlen gefunden. Das spiegelt erneut wider, dass andere Parameter für das Auftreten von Unterdrückung verantwortlich sind. Besonders das soziale Umfeld einer Person scheint erhebliche Auswirkungen darauf zu haben, inwiefern sie bereit ist Emotionen zu zeigen. Emotionaler Ausdruck hängt stark davon ab in welchem Kontext er stattfindet, also in welcher Situation, von welcher Person und in welcher Weise Emotionen ausgedrückt werden. Es wird dabei evaluiert, ob der Emotionsausdruck sozial angemessen ist und welche Ziele und Intentionen dahinterstecken. Unterdrückung könnte demnach stärker von möglichen sozialen Kosten und unpassenden Kontextfaktoren beeinflusst werden als von Elternverhalten (Greenaway & Kalokerinos, 2017). Dafür sprechen auch die Varianzzerlegung und Werte der ICCs, die zeigen, dass vergleichsweise wenig Varianz durch Unterschiede zwischen Personen erklärt werden kann und hingegen ein großer Anteil auf Unterschiede innerhalb Personen zurückzuführen ist. Das impliziert, dass die Anwendung von ER-Strategien eher durch situative Kontextfaktoren bestimmt werden könnte als durch stabile Unterschiede zwischen Personen.

Die vorliegende Arbeit konnte einen signifikant positiven Zusammenhang zwischen mütterlicher Kontrolle und der Unterdrückung negativer Gefühle feststellen. Damit wurde die Hypothese H2.5 der Fragestellung 2 bestätigt. Somit konnte sie Ergebnisse in der Kindheit, die einen Zusammenhang zwischen elterlicher Kontrolle und der Nutzung von expressiver Unterdrückung festgestellt haben (Jaffe et al., 2010; Morris et al., 2007), auch im Erwachsenenalter in Bezug auf erinnertes mütterliches Verhalten feststellen. Wenn mehr mütterliche Kontrolle erinnert wird, werden vermehrt negative Emotionen unterdrückt. Dieses

Ergebnis bestätigt Erkenntnisse, die besagen, dass Elternverhalten in der Kindheit langfristige Folgen auf die Fähigkeit zur Emotionsregulation hat (Girme et al., 2021; Martinez-Escudero et al., 2020).

Erhöhte Kontrolle im Kindesalter könnte dazu führen, dass Kinder und Jugendliche nicht lernen ihre Emotionen eigenständig zu regulieren und so auf Strategien zurückgreifen, die häufig mit negativen Konsequenzen assoziiert werden, wie expressive Unterdrückung (Gross, 2015; Morris et al., 2007). Das könnte daran liegen, dass Kinder die mehr mütterliche Kontrolle erfahren, ihre eigene Leistung schlechter bewerten und mehr Gefühle der Ängstlichkeit verspüren (Thirlwall & Creswell, 2010). Dies führt zu Stress während der Kindheit und Jugend, der möglicherweise mit andauernden negativen Gefühlen, wie Ärger oder Trauer verbunden ist. Um diese negativen Emotionen zu verarbeiten, werden emotionale Ressourcen benötigt, die zu anderen Zeitpunkten nicht mehr für effiziente ER zur Verfügung stehen. Somit wird die ER weniger flexibel und es wird häufiger auf negativere ER-Strategien zurückgegriffen (Balan et al., 2016). Um den emotionalen Stress zu regulieren, sind Kinder dazu verleitet ihren Emotionen zu entfliehen und resultieren darin, sie zu unterdrücken, auch um sich selbst zu beschützen und Abweisung zu vermeiden (Emerson et al., 2019; Gross & Cassidy, 2019). Wie Cui et al. (2014) feststellen wird dadurch, dass psychologisch kontrollierende Eltern in das Leben und die Entwicklung der Unabhängigkeit von Kindern zu stark intervenieren, das Streben nach Autonomie nicht gewährleistet und ein wichtiger Teil der Entwicklung der ER gestört. Demnach wird in solchen Familien eine negative emotionale Umgebung geschaffen, in der Gefühle von Scham oder Schuld ausgelöst werden, indem Emotionen minimiert und die Individualität der Kinder und Jugendlichen nicht respektiert wird. Auch die Emotionssozialisierung, für die Eltern verantwortlich sind, wird bei psychologisch kontrollierenden Eltern nicht ausreichend durchgeführt, sondern ist stattdessen geprägt von manipulativen Taktiken, um mit Emotionen umzugehen (Cui et al., 2014). Die sozialen Konsequenzen, die Kinder beim Ausdruck von Gefühlen erfahren, bestimmen inwiefern sie ER-Strategien anwenden. Fühlen sich Mütter selbst unwohl mit dem Ausdruck von Emotionen oder bestrafen sie sogar dafür, wird den Kindern gelehrt, dass es beschämend ist Gefühle zu zeigen und sie greifen auf Methoden zurück, um ihre Emotionen zu unterdrücken (Lanteigne et al., 2014). Zusätzlich könnte es sein, dass Mütter die häufig psychologische Kontrolle über ihre Kinder ausüben, selbst Schwierigkeiten bei der ER aufweisen. Als Vorbilder ihrer Kinder und im Sinne des Modelllerns übernehmen die Kinder so die Tendenzen ihrer Eltern und adaptieren ebenfalls unpassende ER-Strategien, wie expressive Unterdrückung (Cui et al., 2014). Zudem könnten Kinder die Beziehung zu ihren Müttern schützen wollen, indem aus

Angst vor Abwendung oder negativer Reaktion der Mutter, Emotionen nicht gezeigt werden. Wenn diese sichere Basis der konditionslosen Beziehung nicht gegeben ist, in der es immer möglich scheint Emotionen auszudrücken, fühlen sich Kinder womöglich nicht bereit ihre Gefühle zu teilen (Paley & Hajal, 2022).

Während mütterliche Kontrolle einen signifikanten Einfluss auf die Anwendung von Unterdrückung negativer Gefühle hat, zeigt väterliche Kontrolle keinen signifikanten Zusammenhang. Dies stimmt mit Forschungsergebnisse überein, die auf Unterschiede zwischen mütterlicher und väterlicher Wirkung auf ER-Strategien hindeuten (z.B. Tani et al., 2018). Andererseits bietet es einen Gegensatz zu Forschungsergebnisse, die belegen, dass Väter bei Emotionen ihrer Kinder eher die Unterdrückung fördern, während Mütter oft zu Problemlösestrategien greifen (Cassano et al., 2007). Es weist darauf hin, dass insbesondere mütterliche Kontrolle ein bedeutender Faktor in der Entwicklung von ER-Strategien bildet. Zum einen könnte das daran liegen, dass Mütter durchschnittlich mehr im emotionalen Leben ihrer Kinder involviert sind und mehr an Emotionssozialisierung teilnehmen, was wiederum zur Annahme führt, dass sie mehr Einfluss auf die Anwendung der ER-Strategien haben (Bariola et al., 2011; Morris et al., 2007). Wichtig zu beachten ist dabei besonders die zeitliche Komponente, denn Mütter verbringen mehr Zeit mit ihren Kindern. Auch dann, wenn sie Vollzeit arbeiten, übernehmen sie häufig die Betreuungsarbeit, wenn sie nach Hause kommen. Diese Zeit nutzen Mütter dann durchschnittlich mehr um sich gezielt um ihre Kinder und deren Bedürfnisse zu kümmern, während Väter in der Zeit, die sie mit ihren Kindern verbringen, vermehrt mit ihnen spielen (Pakaluk & Price, 2020). Es konnte festgestellt werden, dass auch Kinder diese Aufteilung präferieren, indem sie lieber mit ihren Vätern spielen und von ihren Müttern getröstet werden. Möglicherweise weil das Verhalten der Mütter oft gefühlsbetonter ist und sie häufig mehr sprechen oder lächeln (Rhoads & Rhoads, 2012). Fivush et al. (2000) erläutern, dass Frauen Emotionen öfter kommunizieren als Männer. Das findet nicht nur in Gesprächen mit Erwachsenen statt, sondern auch in Gesprächen mit ihren Kindern. Mütter sprechen länger und detaillierter mit ihren Kindern über Emotionen und fokussieren sich auf den Ursprung und Auslöser von emotionalem Ausdruck. Dabei legen sie viel Wert darauf die Kinder zu unterstützen ihre Emotionen zu verstehen und sie zu bewältigen. Generell wird angenommen, dass Frauen im Durchschnitt mehr Empathie zeigen als Männer und dieser Unterschied zwischen den Geschlechtern zeigt sich schon sehr früh in der Entwicklung von Kindern (Fivush et al., 2000). Dieser empathische und emotionale Zugang, den Mütter in der Betreuung ihrer Kinder haben, könnte dazu führen, dass Kinder bei der Entwicklung von ER-Strategien eher sensibel auf mütterlichen als auf väterlichen Einfluss sind.

Auch Unterschiede in der Anwendung von Erziehungsmethoden von Müttern und Vätern könnten einen Einfluss auf die Nutzung von Unterdrückung haben. Forschung bezüglich spezifischen Erziehungsstilen zeigt, dass Väter eher den autoritären Stil und Mütter eher den autoritativen Stil anwenden (Yaffe, 2023); ein Blick auf spezifische Erziehungsmethoden weist jedoch unterschiedliche Erkenntnisse auf. So wird gezeigt, dass Mütter teilweise mehr diszipliniertes Erziehungsverhalten aufweisen, ihre Kinder stärker kontrollieren und überwachen (Gámez-Guadix & Almendros, 2015) und häufiger in psychologisch kontrollierendem Verhalten, wie Überbehütung und Abweisung involviert sind (Xu et al., 2017). Das Mütter gleichzeitig auch mehr Wärme in der Erziehung aufweisen als Väter (Xu et al., 2017), könnte ihre erhöhte Involvierung in den diversen emotionalen Zuständen der Kinder widerspiegeln, die unterschiedliche Reaktionen erfordern. Dieses vielseitige Erziehungsprofil von Müttern, das teilweise durch psychologisch kontrollierendes Verhalten geprägt ist, könnte sich mehr auf die Entwicklung von ER-Strategien auswirken als der reine autoritäre Stil der Väter.

Biologische Faktoren sind ebenso relevant, um zu erklären, warum mütterliches Verhalten distinktiv zu väterlichem Verhalten wirkt. Hormonell gesehen, weisen Männer mehr Testosteron auf, was Fürsorglichkeit gegenüber den Nachkommen eher unterdrückt und Frauen weisen mehr Oxytocin auf, was Fürsorglichkeit verstärkt (Rhoads & Rhoads, 2012). Seit der Geburt spielt das Level an Oxytocin eine große Rolle in der Entwicklung der Mutter-Kind-Bindung und beeinflusst mütterliches Erziehungsverhalten, sowie soziale Konstrukte wie Vertrauen und Empathie (Walter et al., 2021). Das könnte ein Grund sein, warum die Mutter-Kind-Bindung manchmal stärker ausgeprägt ist als die Vater-Kind-Bindung (Zimmermann et al., 2022).

Darüber hinaus sind nach Plant et al. (2000) Geschlechterstereotypen einflussreich in der Betrachtung von mütterlichem und väterlichem Erziehungsverhalten, besonders was ihren Ausdruck von Emotionen und der Beteiligung an Emotionssozialisierung anbelangt. Die Autor*innen beschreiben, dass Männer und Frauen Emotionen im gleichen Ausmaß zu erleben scheinen, es gibt jedoch Stereotypen darüber, dass diese unterschiedlich ausgedrückt werden. Oft wird angenommen, dass Frauen ihre Emotionen generell offener zeigen und dabei Emotionen wie Trauer oder Angst vermehrt ausdrücken, während Männer eher Ärger mitteilen (Plant et al., 2000). Stereotypische Geschlechterrollen bestimmen, wie mit Emotionen umgegangen wird und wie Mutterschaft und Vaterschaft kategorisiert wird. Obwohl das Bild der väterlichen Rolle sich verändert, galten Väter in der Vergangenheit als zweitrangige Betreuungsperson und sollten den traditionell maskulinen Normen entsprechen, indem sie als Haupternährer der Familie dienen, während die Mutter die Betreuung der Kinder übernahm

(Cherry & Gerstein, 2021). Von Männern wird laut traditionellen Stereotypen erwartet, dominant zu sein und Führungskraft zu übernehmen, während von Frauen erwartet wird, verständnisvoll und mitfühlend zu sein (Delgado-Herrera et al., 2024). Dass Mütter im Durchschnitt immer noch mehr Zeit mit ihren Kindern verbringen und in mehr Emotionssozialisierung und Erziehungsaufgaben involviert sind (Morris et al., 2007; Pakaluk & Price, 2020) zeigt, dass diese Geschlechterstereotype auch heute noch bestehen. Kinder sind bereits in jungen Jahren sensibel gegenüber Geschlechterstereotypen (King et al., 2021), weswegen Frauen durch ihre traditionelle Rolle als emotionale und einfühlsame Mutter mehr Einfluss auf den Umgang mit Emotionen und der Entwicklung von ER-Strategien bereits in den ersten Jahren der Kinder haben könnten.

Erwähnenswert ist zudem, dass die Unterdrückung positiver Gefühle nicht gleichermaßen signifikant mit mütterlicher Kontrolle zusammenhängt wie die Unterdrückung negativer Emotionen. Das unterstreicht die Annahme, dass die Valenz der unterdrückten Emotion bedeutend ist (Brockbank & Feldon, 2024). Wenn Mütter mit nicht unterstützenden oder bestrafenden Reaktionen auf die negativen Emotionen ihrer Kinder reagieren - wie es bei psychologischer Kontrolle typisch ist - zeigen Kinder intensive Gefühle wie Wut in anderen Kontexten, etwa in der Schule, seltener (Eisenberg & Fabes, 1994). Das wird dadurch erklärt, dass Mütter die Auseinandersetzung mit Emotionen an die Emotionalität der Kinder anpassen und nicht unterstützend reagieren, wenn Kinder oft oder intensiv negative Emotionen zeigen. Auf positive Emotionen wird womöglich auch von Müttern unterstützend und entgegenkommend reagiert, weswegen für Kinder weniger Motivation zur Unterdrückung bestehen könnte. Kontrollierendes Verhalten könnte also häufiger auf negative Emotionen folgen, weswegen insbesondere diese nicht offen gezeigt werden.

Die vorliegende Studie konnte feststellen, dass das Alter keinen Einfluss auf die Anwendung der Unterdrückung von positiven und negativen Gefühlen im Alltag hat. Dieses Ergebnis steht im Gegensatz zu Studien die auf altersbezogene Unterschiede in der ER hinweisen (z.B. John & Gross, 2004) und reiht sich in das eher inkonsistente Bild ein, dass die Forschung bezüglich Alterseffekten in der Anwendung von expressiver Unterdrückung aufweist (Allen & Windsor, 2019). Dass keine Alterseffekte nachgewiesen werden konnten, steht demnach in Einklang mit der Annahme, dass die ER-Fähigkeit mit dem Alter stabil bleibt (Hess et al., 2010). ER ist stark vom sozialen Kontext abhängig und obwohl die Unterdrückung von Gefühlen mit ungünstigen sozialen Folgen und verringerter Beziehungsqualität einhergeht, wird der Ausdruck speziell von negativen Emotionen ebenso mit Nachteilen in sozialen Kontexten assoziiert (Chervonsky & Hunt, 2017b). Dass die Anwendung von Unterdrückung

mit dem Alter stabil bleibt, könnte daran liegen, dass Personen über das ganze Leben hinweg mit verschiedenen sozialen Kontexten konfrontiert sind, in denen der Ausdruck von Emotionen nicht immer angebracht scheint. Im Vergleich mit bestehenden Forschungsergebnissen fällt auf, dass ER häufig mit Querschnittsdesigns und Selbsteinschätzungsfragebögen erhoben wird (z.B. De France & Hollenstein, 2019; Zimmermann & Iwanski, 2014) wobei allgemeine Tendenzen erfasst werden, die den sozialen und situativen Kontext vernachlässigen und somit Alterseffekte gefunden werden könnten, die nach Berücksichtigung individueller oder kontextbezogener Faktoren nicht mehr nachweisbar sind.

Obwohl im Zusammenhang mit elterlicher Fürsorge und kognitiver Umbewertung keine Alterseinflüsse bestehen, konnte im Zusammenhang mit elterlicher Kontrolle festgestellt werden, dass kognitive Umbewertung mit dem Alter zunimmt. Das entspricht bisheriger Forschung (John & Gross, 2004; Willner et al., 2022) und könnte darauf zurückzuführen sein, dass Kinder oder Jugendliche ihre kognitiven Fähigkeiten, die notwendig für erfolgreiche Umbewertung sind, noch stärker entwickeln müssen und dabei noch auf äußere Unterstützung angewiesen sind. Bis ins Erwachsenenalter werden kognitive Prozesse, wie Problemlösen oder Selbstkontrolle, verbessert und optimiert, was die Anwendung der kognitiven Umbewertung erleichtert (De France & Hollenstein, 2022). Im Vergleich zu anderen ER-Strategien, wie beispielsweise der Unterdrückung, scheint die kognitive Umbewertung mit weniger Aufwand in der eigenen Regulation verbunden zu sein und ist mit positiveren Konsequenzen im sozialen und gesundheitlichen Bereich assoziiert (John & Gross, 2004), weswegen Personen mit steigendem Alter eher dazu motiviert sind, diese Strategie vermehrt anzuwenden. Das Alter agiert zudem als verdeckende Variable und macht im Zusammenhang zwischen mütterlicher Kontrolle und kognitiver Umbewertung einen Trend deutlich. Das weist darauf hin, dass möglicherweise kognitive Umbewertung durch mütterliche Kontrolle beeinflusst wird und dabei das Alter eine Rolle spielt.

Stärken

Diese Studie zeichnet sich durch einige Stärken aus. Zum einen fügt sie Erkenntnisse zur unklaren Forschungslage bezüglich Geschlechterunterschiede im Effekt elterlichen Verhaltens auf emotionale Faktoren ihrer Nachkommen hinzu. Der spezifische Einfluss der Mutter konnte erneut belegt werden. Zum anderen schaffen die Ergebnisse bezüglich des altersunabhängigen Zusammenhangs zwischen mütterlicher Kontrolle und Unterdrückung Mehrwert im Diskurs über die Stabilität von ER-Fähigkeiten über die Lebensspanne hinweg. Die Generalisierbarkeit der Studie bietet einen zusätzlichen Nutzen, da mit einer subklinischen

Stichprobe gearbeitet wurde und die Ergebnisse somit auf die Normalbevölkerung übertragen werden können. Auch die Compliance der Teilnehmer kann betont werden, da sie mit 84% eine gute Bereitschaft zur Einhaltung der Erhebungen über sieben Tage hinweg aufweist.

Das Studiendesign im Rahmen der EMA-Durchführung hebt die Studie besonders hervor. Hiermit war es möglich die ER im Alltag in realer Zeit aufzuzeichnen, anstatt sich auf Erinnerungen der Teilnehmenden zu verlassen. Die ökologische Validität wurde maximiert, da Proband*innen die Fragen in ihrer gewohnten Umgebung und während ihres regelmäßigen Alltags beantwortet haben. Die Erhebungen fanden standardisiert zu gleichen Tageszeitpunkten über den gesamten Zeitraum hinweg statt und zeichnen so ein ganzheitliches Bild der ER einer Person ab, dass nicht von einer einzelnen tagesabhängigen Fluktuation abhängig war, sondern umfassend die Schwankungen über mehrere Tage zusammenfasste (Shiffman, 2008). Zusätzlich hat das Design mittels digitaler Fragebögen, die per E-Mail versandt wurden, einen einfachen, unkomplizierten und ressourcenschonenden Zugang für alle Teilnehmenden geboten.

Die Analyse mittels der MLM ermöglichte die konkrete Zerlegung der Varianz in der ER als abhängige Variable, um zwischen erklärter Varianz innerhalb und zwischen Personen zu unterscheiden und somit zu differenzieren ob Unterschiede in der ER auf den Prädiktor, also das erinnerte Elternverhalten, zurückzuführen sind. Die *Pseudo-R²*-Werte erlaubten eine Interpretation dieser erklärten Varianz durch das gesamte Modell und den spezifischen Prädiktor (Hoffman & Walters, 2022).

Limitationen

Einige Limitationen sollen erwähnt werden, die auch als Erklärungsansätze für Widersprüche mit der bisherigen Literatur dienen können. Zum einen basieren die Ergebnisse gänzlich auf Selbstberichten. Die Basis- und Tagebuchehebung wurde von den Teilnehmenden selbst ausgefüllt und ist demnach nicht robust gegenüber Verzerrungen, wie sozialer Erwünschtheit. Das Elternverhalten basierte auf Erinnerungen der Proband*innen und gibt deswegen nicht das tatsächliche Verhalten der Eltern wieder, vor allem, weil es durch verzerrte Erinnerungen verfälscht sein könnte. Mehr als die Hälfte der Teilnehmenden wiesen ein Alter von 25 Jahren oder jünger auf, wodurch die gesamten Ergebnisse eher die jüngere Bevölkerung repräsentieren. Die Kontrolle des Alters wäre demnach auch aussagekräftiger, wenn verschiedene Altersgruppen stärker vertreten wären. Es handelte sich um querschnittliche Vergleiche, weswegen Ergebnisse in Bezug auf das Alter weniger Aussagekraft haben als bei längsschnittlichen Studien. Außerdem wurde das Elternverhalten von jungen Personen

womöglich anders erinnert als von Personen mittleren oder älteren Alters. Die Stichprobe wies zusätzlich eine kulturelle Einseitigkeit auf, da nur Personen aus dem DACH-Raum inkludiert wurden. Ebenso handelte es sich um eine im Durchschnitt höher gebildete Stichprobe, die die Allgemeinbevölkerung eher einseitig abbildet.

Andere Kontextvariablen, die sich auf die ER auswirken könnten, wurden nicht miteinbezogen. So wurde das soziale Umfeld und psychische oder gesundheitliche Faktoren während der Tagebuchphase, wie beispielsweise Stress oder Schlafqualität, nicht berücksichtigt. Auch das Elternverhalten wurde in Unabhängigkeit des Kontexts erfasst. Die familiäre Situation und welcher Elternteil mehr Zeit mit dem Kind verbracht hat, wurde nicht erfasst. Insbesondere im Falle getrennter Eltern könnte das einen Einfluss haben.

Da es sich um eine subklinische Stichprobe handelte, ist die Generalisierbarkeit der Ergebnisse zwar besonders gegeben, jedoch stellen die Boden- und Deckeneffekte in der Analyse eine verringerte Variabilität im Antwortverhalten der ER-Strategien dar, wodurch potenzielle Zusammenhänge unterschätzt werden könnten. Zudem ist die Einteilung der ER-Strategien in adaptiv und maladaptiv fraglich und erschwert die Interpretation der Ergebnisse. Möglicherweise sind einzelne Items nicht ausreichend, um die Fähigkeit zur ER getreu abzubilden. Die Items bezogen sich außerdem ausschließlich auf positiven und negativen Affekt, was einerseits eine valenzabhängige Erfassung ermöglichte, andererseits aber nicht zwischen spezifischen Emotionen, wie Ärger oder Trauer, unterscheidet, die unterschiedliche ER hervorrufen könnten.

Forschungsausblick und praktische Implikationen

Angesichts dieser Limitationen könnten zukünftige Forschungsprojekte den Zusammenhang zwischen erinnertem Elternverhalten und ER-Strategien tiefergehend untersuchen. In Bezug auf die nicht signifikanten Ergebnisse müssen andere Einflussfaktoren auf die ER festgestellt und deren Auswirkungen im Alltag untersucht werden. Im Zusammenhang mit ER-Strategien ist ausführlichere Forschung nötig. Dabei könnte die Anwendung der Strategien detaillierter erhoben und spezifischer kategorisiert werden. So ist beispielsweise eine Einteilung der Unterdrückung in eine stabile, situationsübergreifende „*trait*“ Eigenschaft, sowie eine kurzfristige, situationsspezifische „*state*“ Eigenschaft möglich. Diese beiden Merkmale können als unabhängig voneinander angesehen werden, die teilweise unkorreliert stattfinden. Es kann also nicht angenommen werden, dass eine Person generell dazu geneigt ist Unterdrückung zu zeigen, wenn sie in gewissen Situationen vereinzelt Emotionen unterdrückt (Gross & Cassidy, 2019). Diese Erhebung der Unterdrückung oder

anderer ER-Strategien als Teil der Persönlichkeit einer Person könnte zu unterschiedlichen Zusammenhängen mit elterlichem Verhalten führen. Weiters wäre ein längsschnittliches Design notwendig, um Altersunterschiede klarer festzustellen und auszuschließen, dass Unterschiede zwischen Personen verschiedenen Alters nicht auf deren Ausgangspositionen zurückzuführen sind, sondern tatsächlich durch das Alter bestimmt sind. Insbesondere weist der festgestellte Trend des positiven Zusammenhangs zwischen kognitiver Umbewertung und Alter im Zusammenhang mit mütterlicher Kontrolle daraufhin, dass das Alter als Moderator in gewissen Assoziationen zwischen Elternverhalten und ER-Strategien agieren könnte. Methoden, die über Selbstberichte hinausgehen, wie Fremdbeurteilungen oder Interviews könnten zukünftige Projekte aufwerten.

Es ist nachgewiesen, dass ER mit einer Vielzahl an psychischen Problemen und Erkrankungen assoziiert ist (Lincoln et al., 2022) und auch elterliches Verhalten wirkt sich auf die mentale Gesundheit aus (Alon et al., 2024). Somit könnte das Heranziehen einer klinischen Stichprobe mehr Variabilität in der Anwendung der ER-Strategien zeigen und Zusammenhänge mit problematischen Tendenzen der Eltern deutlicher in Verbindung gebracht werden. Weitere Kontextfaktoren wären relevant und können nicht außer Acht gelassen werden, um den tatsächlichen Einfluss von elterlichem Verhalten auf ER-Strategien festzustellen. Speziell kulturelle Einflüsse sollten beachtet werden, da in unterschiedlichen Kulturen Emotionssozialisierung durch die Eltern verschieden abläuft. Wie Louie et al. (2013) beschreiben, stehen in individualistischen Kulturen innere Gefühlszustände und der Wert der eigenen Gefühle und Wünsche im Vordergrund und so wird beispielsweise der Ausdruck von Emotionen als angemessene Mitteilung der eigenen Person gefördert. In kollektivistischen Kulturen wird ein starker Gefühlsausdruck häufig vermieden, da er zu Konflikten führen kann und eher Wert darauf gelegt wird, interpersonale Harmonie zu wahren. Eltern in kollektivistischen Kulturen bringen Kindern früh bei, ihre Emotionen zu kontrollieren und weisen deswegen häufiger psychologische sowie Verhaltenskontrolle auf als Eltern individualistischer Kulturen. Psychologische Kontrolle könnte demnach in anderen Kulturen auch unterschiedlich definiert werden und somit andere Auswirkungen auf die Kinder haben (Louie et al., 2013). Dass elterliches Verhalten und Emotionssozialisierung vielfältige Bedeutungen in verschiedenen Kulturen haben können, führt möglicherweise zu veränderten Ergebnissen bezüglich des Zusammenhangs zwischen Elternverhalten und ER als die Ergebnisse dieser Studie, die ausschließlich mit Teilnehmenden aus dem DACH-Raum gearbeitet hat.

Ein weiterer Kontextfaktor, der relevant sein könnte, ist das Geschlecht der Teilnehmenden selbst in Verbindung mit ihrer ER-Fähigkeit. Nicht nur elterliches Verhalten findet von Frau zu Mann anders statt; es wurde auch nachgewiesen, dass Männer und Frauen teilweise unterschiedliche Neigungen zur ER haben. Studien zeigen, dass Frauen generell mehr ER anwenden. Zudem wird von Männern häufiger expressive Unterdrückung angewendet, während Frauen vermehrt mit kognitiver Umbewertung auf Emotionen antworten (Preston et al., 2022). Eltern reagieren auch unterschiedlich auf Töchter und Söhne und verändern ihre Emotionssozialisierung, je nachdem, mit welchem Geschlecht sie konfrontiert sind. Generell werden dabei Emotionen von Müttern und Vätern mehr mit Töchtern als mit Söhnen besprochen (Fivush et al., 2000). In zunehmendem Maße sollte sich die Forschung deswegen den verschiedenen Eltern-Kind-Dyaden widmen, die unterschiedliche Kombinationen der Geschlechter zwischen Eltern und Kindern und deren verändertes Verhalten in diesen Paaren darstellen. Es wird häufig angenommen, dass gleichgeschlechtliche Dyaden in der ER besonderen Einfluss ausüben (Bariola et al., 2011). Das zeigt sich auch in Studien, die belegen, dass Töchter die Bindung zu Müttern enger wahrnehmen als Söhne und deren Selbstbewusstsein stärker durch mütterliche Erwartungen bestimmt wird als durch väterliche (Song et al., 2009). Auch wenn eine positive Beziehung zum Vater besteht, wird die Beziehung zur Mutter von Töchtern oft als kommunikativer und emotional intimer empfunden (Nielsen, 2007). Eltern nehmen auch einen bedeutenden Einfluss auf ihre Kinder des gleichen Geschlechts. Beispielsweise zeigt eine Studie von Loureiro et al. (2010) zu Rauchgewohnheiten, dass Söhne eher dem Beispiel ihrer Väter folgen und Töchter ihre Mutter als Vorbild nehmen, was die Entscheidung zu rauchen anbelangt. Aber es gibt auch Evidenzen, die das Gegenteil belegen und zeigen, dass väterliches Verhalten spezifisch auf Töchter und mütterliches Verhalten auf Söhne wirkt. Eine Studie von Ge et al. (2023) konnte feststellen, dass bei Frauen Perfektionismus positiv mit väterlicher Überbehütung und negativ mit väterlicher Fürsorge zusammenhängt, nicht aber mit mütterlichem Verhalten. Bei Männern war dieser Effekt genau umgekehrt, so hängt nur mütterliches Verhalten mit dem Ausmaß an Perfektionismus zusammen. Diese heterogene Forschungslage zeigt, dass die Notwendigkeit besteht, Geschlechterdyaden genauer unter die Lupe zu nehmen und sich dabei auf emotionale Verhaltensweisen und ER zu fokussieren, die in diesem Zusammenhang noch sehr wenig erforscht wurden.

Weitere Kontextvariablen, die in zukünftiger Forschung erhoben werden sollten, beziehen sich auf die Familiensituation und wahrgenommene Beziehungsqualität mit Müttern und Vätern, um unterschiedliches Elternverhalten klarer in Verbindung mit emotionalem

Verhalten von Nachkommen zu bringen. Beispielsweise sollte ermittelt werden, ob die Eltern getrennt leben und mit einem Elternteil deutlich mehr Zeit verbracht wurde. Dies könnte determinieren, inwiefern der Elternteil auf die emotionale Entwicklung einer Person Einfluss nimmt. Bei einer Scheidung gilt die Mutter immer noch als primäre Betreuungsperson und Kinder wohnen öfters dauerhaft bei der Mutter als beim Vater. Das kann dazu führen, dass Väter weniger Kontakt zu ihren Kindern nach einer Trennung haben als Mütter (Andreasson & Johansson, 2019). Eine Scheidung der Eltern in der Kindheit oder Jugend kann starke emotionale Auswirkungen haben, die bis ins Erwachsenenalter wirken können (Dilla & Wado, 2024), was die Relevanz der Familiensituation im Zusammenhang mit ER verdeutlicht.

Um Unterschiede zwischen mütterlichem und väterlichem Verhalten eindeutiger festzustellen, könnten Personen untersucht werden, die von alleinerziehenden Müttern und Vätern großgezogen wurden oder in Familien mit gleichgeschlechtlichen Eltern leben. Forschung zu gleichgeschlechtlichen Paaren und deren Kinder zeigt, dass sich das Wohlbefinden der Kinder, was ihre psychische Gesundheit, kognitiven Fähigkeiten und sozioemotionale Entwicklung anbelangt, nicht danach unterscheidet, ob sie von zwei Geschlechtern oder einem Geschlecht großgezogen werden (Manning et al., 2014; Muñoz-Martínez, 2016). Dies weist daraufhin, dass das Geschlecht der Eltern nicht unbedingt ausschlaggebend in der psychologischen und emotionalen Entwicklung der Nachkommen ist und andere Aspekte, wie die Beziehungsqualität zwischen Eltern und Kindern oder elterlicher Stress, bedeutender sein könnten (Muñoz-Martínez, 2016).

Andererseits reiht sich diese Studie bezüglich des unterschiedlichen Einflusses mütterlicher und väterlicher Kontrolle auf die ER ihrer Kinder in die inkonsistente Datenlage zu Geschlechterunterschieden im elterlichen Verhalten ein. Das Ergebnis unterstreicht, dass Mütter, trotz Veränderung in der Gesellschaft hinsichtlich traditioneller Geschlechterrollen, mehr Einfluss auf die ER der Kinder haben als Väter. Besonders sollte Wert auf den Beitrag von Vätern in der Erziehung von Kindern gelegt werden, weil sie möglicherweise auf eigene Art und Weise auf die Kinder wirken. Väter könnten eine andere Perspektive auf Emotionen und deren Regulierung bieten. Beispielsweise wird durch spielerische und waghalsigere Aktivitäten, die oft von Vätern initiiert werden, eine neue Gelegenheit geboten, in der Kinder Gefühle und Gedanken anders reflektieren, testen und ausdrücken könnten (Gambin et al., 2021). Um gegen immer noch bestehende Stereotype anzukämpfen, die die Mutter als primäre Bezugsperson kategorisieren, sind strukturelle Veränderungen und institutionelle Richtlinien notwendig, die Mütter unterstützen und Vätern ermöglichen mehr Zeit mit ihren Kindern zu verbringen. Beispielsweise müsste sowohl Müttern als auch Vätern gleichermaßen die

Möglichkeit auf Mutterschafts- und Vaterschaftsurlaub nach der Geburt sowie Elternteilzeit im Beruf gegeben werden. Aber auch persönliche Einstellungen von Männern und Frauen sollten geändert werden um gegen stereotypische Geschlechterrollen anzukämpfen (Rhoads & Rhoads, 2012).

Aus den Ergebnissen dieser Studie lässt sich insbesondere die Bedeutung der mütterlichen Kontrolle ableiten, die langfristig negative Auswirkung auf die ER-Fähigkeit der Kinder haben kann. Inwiefern Kontrolle über Kinder ausgeübt wird, hängt von zahlreichen Kontextfaktoren, wie dem Verhalten der Kinder und sozialem Umfeld der Familie ab. Die eigene Frustration der Eltern, die durch geringe Kompetenz, vermindertes Selbstwertgefühl oder ein hohes Maß an Sorge über die Kinder entsteht, kann sich in psychologisch kontrollierendes Verhalten ausdrücken (Scharf & Goldner, 2018). Eltern könnten deswegen von Psychoedukation profitieren, bei der die Kompetenzen der Eltern gestärkt werden, indem Informationen zu verbesserter Eltern-Kind-Kommunikation, der Setzung von Grenzen, positiver Verstärkung und Problemlösestrategien vermittelt werden (Barlow et al., 2002). Dies kann sich nachweislich positiv auf die psychosoziale Gesundheit von Müttern und deren Selbstwirksamkeit auswirken (Ong et al., 2023) und könnte so auch auf das kontrollierende Verhalten wirken und dieses verringern. Ein Beispiel eines Elternprogramms, das vom Säuglingsalter bis zur Jugend begleitet, ist das „*Triple P*“ – *Positive Parenting Program*, das sich auf die Selbstständigkeit der Kinder und Eltern selbst fokussiert (Sanders, 2008). Die Effektivität des „*Triple P*“-Programms konnte bereits nachgewiesen werden und zeigt, dass nach der Teilnahme die Zufriedenheit der Eltern steigt und sich ihr Gefühl der Selbstwirksamkeit erhöht (De Graaf et al., 2008). Eine weitere Intervention für Eltern, die sich spezifisch auf die Emotionssozialisierung der Kinder bezieht, ist das „*Tuning in to Kids*“ – Programm (Havighurst & Kehoe, 2021). Angebote wie diese können dazu beitragen, dass Eltern ihr kontrollierendes Verhalten hinterfragen und sich ihrem Einfluss auf die Emotionen ihrer Kinder bewusstwerden.

Unterdrückung negativer Emotionen scheint ein bedeutsamer Coping-Mechanismus zu sein, wenn kontrollierendes Verhalten der Mutter in der Kindheit und Jugend vorhanden war. Es gibt eine hohe Anzahl an Therapieansätzen, die darauf abzielen ER-Fähigkeiten zu verbessern und individuelle Schwächen in der Anwendung von ER-Strategien zu identifizieren. Vor allem, weil diese Schwächen oft mit psychopathologischen Symptomen verbunden sind. Teil der kognitiven Verhaltenstherapie ist beispielsweise ein gezieltes Training emotionaler Regulationsfähigkeiten (Gratz et al., 2015). Ein vielversprechender Ansatz, um gegen die vermehrte Nutzung der Unterdrückung negativer Gefühle zu arbeiten, ist die *Acceptance and*

Commitment Therapy (ACT). Diese Therapie hat zum Ziel negative Emotionen in ganzem Ausmaß zu erleben und somit zu verarbeiten, anstatt sie zu vermeiden und zu unterdrücken. Sie basiert auf der Annahme, dass umso mehr versucht wird negative Gefühle oder Ereignisse zu verdrängen, desto häufiger und intensiver kommen sie erneut zum Vorschein. Während ACT sich darauf fokussiert negative Emotionen zu akzeptieren, positive Strategien der ER zu stärken und wertvolle Ziele der Person in den Vordergrund zu stellen, nehmen negative Emotionen und deren Unterdrückung ab (Blackledge & Hayes, 2001). Ein weiterer Ansatz ist die *Dialectical Behavior Therapy* (DBT), die gezielt mit ER arbeitet, um Verhalten, Gedanken und Gefühle zu akzeptieren und zu ändern. Dabei findet eine Psychoedukation statt, um das Verständnis der ER zu stärken. Die Vermeidung bestimmter Emotionen soll durchbrochen werden und stattdessen Achtsamkeit, Problemlösung und positive ER-Fähigkeiten gefördert werden (Fassbinder et al., 2016).

Fazit

Zusammenfassend kann aus den Ergebnissen dieser Studie abgeleitet werden, dass erinnertes Elternverhalten kaum Einfluss auf die Anwendung von ER-Strategien im Alltag von Erwachsenen hat. Einzig die mütterliche Kontrolle kann die Unterdrückung negativer Gefühle vorhersagen. Das unterstreicht mütterliche Kontrolle als besonders bedeutender Faktor in der emotionalen Entwicklung der Kinder und dessen langfristige Wirkung auf die Emotionsbewältigung bis ins Erwachsenenalter. Wenn Mütter psychologische Kontrolle ausüben, indem sie Gefühle invalidieren oder übermäßig Kritik ausüben, scheint das nachhaltig dazu zu führen, dass ihre Nachkommen nicht bereit sind ihre negativen Gefühle offen auszudrücken und stattdessen eher dazu neigen, diese zu unterdrücken.

Der Großteil der Ergebnisse weist darauf hin, dass Elternverhalten womöglich eher über andere Faktoren als direkt auf die ER-Strategien ihrer Kinder wirken. Möglicherweise könnten sie stärkeren Einfluss auf die Persönlichkeit der Kinder oder deren mentale Gesundheit nehmen. Inwiefern hier Zusammenhänge bestehen, sollte Teil zukünftiger Forschung sein. Auch Unterschiede zwischen mütterlichem und väterlichem Verhalten müssen weiterhin überprüft werden. Diese Studie reiht sich in das inkonsistente und stereotypische Bild ein, das über die mütterliche und väterliche Rolle in der emotionalen Erziehung von Kindern besteht. Die Ergebnisse zeigen zwar keine Unterschiede zwischen mütterlicher und väterlicher Fürsorge, jedoch verdeutlichen die Auswirkungen der mütterlichen Kontrolle auf die Anwendung von Unterdrückung bei Kindern – ein Zusammenhang, der bei väterlicher Kontrolle nicht festgestellt wurde –, dass Mütter eine spezielle Relevanz in der Entwicklung von ER-

Fähigkeiten bei ihren Kindern haben. Das könnte eine tiefergehende Auseinandersetzung mit bestehenden traditionellen Geschlechterrollen in der Erziehung von Kindern initiieren und implizieren, die väterliche Beteiligung weiterhin zu fördern, um den Beitrag von Vätern in der emotionalen Entwicklung von Kindern zu verstärken.

Werden die Limitationen in zukünftiger Forschung berücksichtigt und weitere Aspekte wie kulturelle Einflüsse oder Geschlechter-Dyaden von Eltern und Kindern untersucht, könnte auf dieser Studie aufgebaut werden, um die Bedeutung elterlichen Verhaltens für die ER im Erwachsenenalter in unterschiedlichen Kontexten zu verdeutlichen.

Literaturverzeichnis

- Adrian, M., Berk, M. S., Korslund, K., Whitlock, K., McCauley, E., & Linehan, M. (2018). Parental validation and invalidation predict adolescent self-harm. *Professional Psychology: Research and Practice*, 49(4), 274–281.
<https://doi.org/10.1037/pro0000200>
- Ainsworth, M. D. S. (1978). The Bowlby-Ainsworth attachment theory. *Behavioral and Brain Sciences*, 1(3), 436–438. <https://doi.org/10.1017/s0140525x00075828>
- Aldao, A. & Nolen-Hoeksema, S. (2012). One versus many: Capturing the use of multiple emotion regulation strategies in response to an emotion-eliciting stimulus. *Cognition & Emotion*, 27(4), 753–760. <https://doi.org/10.1080/02699931.2012.739998>
- Aldao, A., Sheppes, G. & Gross, J. J. (2014). Emotion regulation flexibility. *Cognitive Therapy And Research*, 39(3), 263–278. <https://doi.org/10.1007/s10608-014-9662-4>
- Ali, S., Elgharabawy, M., Duchaussoy, Q., Mannan, M., & Youssef, A. (2020). Betrayed by the guardian: security and privacy risks of parental control solutions. *Proceedings of the 36th Annual Computer Security Applications Conference*, 69–83.
<https://doi.org/10.1145/3427228.3427287>
- Allen, V. C., & Windsor, T. D. (2019). Age differences in the use of emotion regulation strategies derived from the process model of emotion regulation: A systematic review. *Aging & Mental Health*, 23(1), 1–14. <https://doi.org/10.1080/13607863.2017.1396575>
- Alon, N., Macrynika, N., Jester, D. J., Keshavan, M., Reynolds, C. F., Saxena, S., Thomas, M. L., Torous, J., & Jeste, D. V. (2024). Social determinants of mental health in major depressive disorder: Umbrella review of 26 meta-analyses and systematic reviews. *Psychiatry Research*, 335, 115854. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.115854>
- Andreasson, J., & Johansson, T. (2019). Becoming a half-time parent: Fatherhood after divorce. *Journal of Family Studies*, 25(1), 2–17.
<https://doi.org/10.1080/13229400.2016.1195277>
- Bacikova-Sleskova, M., Barbierik, L., & Orosová, O. (2024). Perceived parental control, parent-adolescent relationship and adolescents' psychological adjustment. Does gender matter? *Journal of Child and Family Studies*, 33(5), 1632–1646.
<https://doi.org/10.1007/s10826-023-02643-8>
- Balan, R., Doborean, A., Roman, G. D. & Balazsi, R. (2016). Indirect effects of parenting practices on internalizing problems among adolescents: The role of expressive suppression. *Journal Of Child And Family Studies*, 26(1), 40–47. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0532-4>

- Bandura, A., & Walters, R. H. (1977). Social learning theory (Vol. 1, pp. 141-154). Prentice hall.
- Barańczuk, U. (2019). The five factor model of personality and emotion regulation: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 139, 217–227.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.11.025>
- Barber, B. K., Stolz, H. E., Olsen, J. A., Collins, W. A., & Burchinal, M. (2005). Parental support, psychological control, and behavioral control: Assessing relevance across time, culture, and method. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 70(4), i–147. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.2005.00365.x>
- Bariola, E., Gullone, E., & Hughes, E. K. (2011). Child and adolescent emotion regulation: The role of parental emotion regulation and expression. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 14(2), 198–212. <https://doi.org/10.1007/s10567-011-0092-5>
- Bariola, E., Hughes, E. K., & Gullone, E. (2012). Relationships between parent and child emotion regulation strategy use: A brief report. *Journal of Child and Family Studies*, 21(3), 443–448. <https://doi.org/10.1007/s10826-011-9497-5>
- Barlow, J., Coren, E., & Stewart-Brown, S. (2002). Meta-analysis of the effectiveness of parenting programmes in improving maternal psychosocial health. *British Journal of General Practice*, 52(476), 223–233.
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology*, 4(1, Pt.2), 1–103. <https://doi.org/10.1037/h0030372>
- Bennett, D. S., Sullivan, M. W., & Lewis, M. (2005). Young children's adjustment as a function of maltreatment, shame, and anger. *Child Maltreatment*, 10(4), 311–323.
<https://doi.org/10.1177/1077559505278619>
- Benz, A. B. E., Kloker, L. V., Kuhlmann, T., Meier, M., Unternaehrer, E., Bentele, U. U., Dimitroff, S. J., Denk, B. F., Reips, U., & Pruessner, J. C. (2021). Psychometrische Kennwerte einer deutschen Übersetzung des Parental Bonding Instrument. *PPmP - Psychotherapie · Psychosomatik · Medizinische Psychologie*, 72(01), 34–44.
<https://doi.org/10.1055/a-15035328>
- Berge, J. M., Wall, M., Larson, N., Eisenberg, M. E., Loth, K. A., & Neumark-Sztainer, D. (2014). The unique and additive associations of family functioning and parenting practices with disordered eating behaviors in diverse adolescents. *Journal of Behavioral Medicine*, 37(2), 205–217. <https://doi.org/10.1007/s10865-012-9478-1>

- Blackledge, J. T., & Hayes, S. C. (2001). Emotion regulation in acceptance and commitment therapy. *Journal of Clinical Psychology*, 57(2), 243-255. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(200102\)57:2](https://doi.org/10.1002/1097-4679(200102)57:2)
- Brandão, T., Brites, R., Hipólito, J., & Nunes, O. (2023). Perceived emotional invalidation, emotion regulation, depression, and attachment in adults: A moderated-mediation analysis. *Current Psychology*, 42(18), 15773–15781. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02809-5>
- Brockbank, R. B., & Feldon, D. F. (2024). Cognitive reappraisal: The bridge between cognitive load and emotion. *Education Sciences*, 14(8), Article 8. <https://doi.org/10.3390/educsci14080870>
- Brockman, R., Ciarrochi, J., Parker, P., & Kashdan, T. (2017). Emotion regulation strategies in daily life: Mindfulness, cognitive reappraisal and emotion suppression. *Cognitive Behaviour Therapy*, 46(2), 91–113. <https://doi.org/10.1080/16506073.2016.1218926>
- Burniston, A. B., Chan, C. P., Vicman, J. M., Smiley, P. A., & Doan, S. N. (2023). Maternal and paternal emotion socialization and children's physiological stress regulation. *Journal of Child and Family Studies*, 32(7), 2099–2112. <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02491-y>
- Campbell-Sills, L., Barlow, D. H., Brown, T. A., & Hofmann, S. G. (2006a). Acceptability and suppression of negative emotion in anxiety and mood disorders. *Emotion*, 6(4), 587–595. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.6.4.587>
- Campbell-Sills, L., Barlow, D. H., Brown, T. A., & Hofmann, S. G. (2006b). Effects of suppression and acceptance on emotional responses of individuals with anxiety and mood disorders. *Behaviour Research and Therapy*, 44(9), 1251–1263. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.10.001>
- Cassano, M., Perry-Parrish, C., & Zeman, J. (2007). Influence of gender on parental socialization of children's sadness regulation. *Social Development*, 16(2), 210–231. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00381.x>
- Cherry, K. E., & Gerstein, E. D. (2021). Fathering and masculine norms: Implications for the socialization of children's emotion regulation. *Journal of Family Theory & Review*, 13(2), 149–163. <https://doi.org/10.1111/jftr.12411>
- Chervonsky, E., & Hunt, C. (2017a). Suppression and expression of emotion in social and interpersonal outcomes: A meta-analysis. *Emotion*, 17(4), 669–683. <https://doi.org/10.1037/emo0000270>

- Chervonsky, E., & Hunt, C. (2017b). Suppression and expression of emotion in social and interpersonal outcomes: A meta-analysis. *Emotion*, 17(4), 669–683.
<https://doi.org/10.1037/emo0000270>
- Clark, D. A. (2022). Cognitive reappraisal. *Cognitive and Behavioral Practice*, 29(3), 564–566. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2022.02.018>
- Crowell, J. A. (2021). Development of emotion regulation in typically developing children. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 30(3), 467–474.
<https://doi.org/10.1016/j.chc.2021.04.001>
- Cui, L., Morris, A. S., Criss, M. M., Houlberg, B. J., & Silk, J. S. (2014). Parental psychological control and adolescent adjustment: The role of adolescent emotion regulation. *Parenting*, 14(1), 47–67. <https://doi.org/10.1080/15295192.2014.880018>
- Cutuli, D. (2014). Cognitive reappraisal and expressive suppression strategies role in the emotion regulation: An overview on their modulatory effects and neural correlates. *Frontiers in Systems Neuroscience*, 8. <https://doi.org/10.3389/fnsys.2014.00175>
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487–496. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>
- Davidov, M., & Grusec, J. E. (2006). Untangling the links of parental responsiveness to distress and warmth to child outcomes. *Child Development*, 77(1), 44–58.
<https://doi.org/10.1111/j.14678624.2006.00855.x>
- De France, K., & Hollenstein, T. (2019). Emotion regulation and relations to well-being across the lifespan. *Developmental Psychology*, 55(8), 1768–1774.
<https://doi.org/10.1037/dev0000744>
- De France, K. & Hollenstein, T. (2022). The development of cognitive reappraisal for regulating emotions. In *Oxford University Press eBooks* (S. 110–126). <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780198855903.013.5>
- De Graaf, I., Speetjens, P., Smit, F., De Wolff, M., & Tavecchio, L. (2008). Effectiveness of the triple P Positive Parenting Program on parenting: A meta-analysis. *Family Relations*, 57(5), 553–566. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2008.00522.x>
- De-Juanas, Á., Bernal Romero, T., & Goig, R. (2020). The relationship between psychological well-being and autonomy in young people according to age. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.559976>
- Delgado-Herrera, M., Aceves-Gómez, A. C., & Reyes-Aguilar, A. (2024). Relationship between gender roles, motherhood beliefs and mental health. *PLOS ONE*, 19(3), e0298750. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0298750>

- Deneault, A. A., Hammond, S. I., & Madigan, S. (2023). A meta-analysis of child–parent attachment in early childhood and prosociality. *Developmental Psychology*, 59(2), 236–255. <https://doi.org/10.1037/dev0001484>
- Denny, B. T., & Ochsner, K. N. (2014). Behavioral effects of longitudinal training in cognitive reappraisal. *Emotion*, 14(2), 425–433. <https://doi.org/10.1037/a0035276>
- Dilla, Y. R. & Wado, R. D. (2024). Understanding the impact of parental divorce on emotional development in early adolescents: A mixed-methods exploration. *Acta Psychologica*, 3(2), 81–88. <https://doi.org/10.35335/psychologia.v3i2.61>
- Dunn, B. D., Billotti, D., Murphy, V., & Dalgleish, T. (2009). The consequences of effortful emotion regulation when processing distressing material: A comparison of suppression and acceptance. *Behaviour Research and Therapy*, 47(9), 761–773. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2009.05.007>
- Eifert, G. H. (2003). The effects of acceptance versus control contexts on avoidance of panic-related symptoms. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 34(3), 293–312. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2003.11.001>
- Eisenberg, N., Cumberland, A., & Spinrad, T. L. (1998). Parental socialization of emotion. *Psychological Inquiry*, 9(4), 241–273. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0904_1
- Eisenberg, N., & Fabes, R. A. (1994). Mothers’ reactions to children’s negative emotions: Relations to children’s temperament and anger behavior. *Merrill-Palmer Quarterly*, 40(1), 138–156.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., & Murphy, B. C. (1996). Parents’ reactions to children’s negative emotions: Relations to children’s social competence and comforting behavior. *Child Development*, 67(5), 2227–2247. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1996.tb01854.x>
- Emerson, L.-M., Ogielka, C., & Rowse, G. (2019). The role of experiential avoidance and parental control in the association between parent and child anxiety. *Frontiers in Psychology*, 10, 262. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00262>
- Erriu, M., Cimino, S., & Cerniglia, L. (2020). The role of family relationships in eating disorders in adolescents: A narrative review. *Behavioral Sciences*, 10(4), Article 4. <https://doi.org/10.3390/bs10040071>
- Eun, J. D., Paksarian, D., He, J.-P., & Merikangas, K. R. (2018). Parenting style and mental disorders in a nationally representative sample of US adolescents. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 53(1), 11–20. <https://doi.org/10.1007/s00127-017-1435-4>

- Fassbinder, E., Schweiger, U., Martius, D., Brand-de Wilde, O., & Arntz, A. (2016). Emotion regulation in schema therapy and dialectical behavior therapy. *Frontiers in Psychology*, 7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01373>
- Fingerman, K. L., Huo, M. & Birditt, K. S. (2020). Mothers, fathers, daughters, and sons: Gender differences in adults' intergenerational ties. *Journal Of Family Issues*, 41(9), 1597–1625. <https://doi.org/10.1177/0192513x19894369>
- Fivush, R., Brotman, M. A., Buckner, J. P. & Goodman, S. H. (2000). Gender differences in parent–child emotion narratives. *Sex Roles*, 42(3/4), 233–253. <https://doi.org/10.1023/a:1007091207068>
- Gambin, M., Woźniak-Prus, M., Konecka, A., & Sharp, C. (2021). Relations between attachment to mother and father, mentalizing abilities and emotion regulation in adolescents. *European Journal of Developmental Psychology*, 18(1), 18–37. <https://doi.org/10.1080/17405629.2020.1736030>
- Gámez-Guadix, M. & Almendros, C. (2015). Parental discipline in Spain and in the United States: Differences by country, parent-child gender and education level / Disciplina parental en España y en Estados Unidos: Diferencias en función del país, del sexo de padres e hijos y del nivel educativo. *Journal For The Study Of Education And Development Infancia Y Aprendizaje*, 38(3), 569-599. <https://doi.org/10.1080/02103702.2015.1054665>
- Ge, S., Chen, C., Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (2023). Father-daughter and mother-son relationships: Parental bonding behaviours and socially prescribed perfectionism in young adults. *Personality and Individual Differences*, 203, 112007. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.112007>
- Gee, D. G. (2016). Sensitive periods of emotion regulation: Influences of parental care on frontoamygdala circuitry and plasticity: Sensitive periods of emotion regulation. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2016(153), 87–110. <https://doi.org/10.1002/cad.20166>
- Gerhardt, M., Feng, X., Wu, Q., Hooper, E. G., Ku, S., & Chan, M. H. (2020). A naturalistic study of parental emotion socialization: Unique contributions of fathers. *Journal of Family Psychology*, 34(2), 204–214. <https://doi.org/10.1037/fam0000602>
- Girme, Y. U., Jones, R. E., Fleck, C., Simpson, J. A., & Overall, N. C. (2021). Infants' attachment insecurity predicts attachment-relevant emotion regulation strategies in adulthood. *Emotion*, 21(2), 260–272. <https://doi.org/10.1037/emo0000721>

- Goldsmith, H. H., & Davidson, R. J. (2004). Disambiguating the components of emotion regulation. *Child Development*, 75(2), 361–365. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00678.x>
- Goldsmith, H. H., Pollak, S. D., & Davidson, R. J. (2008). Developmental neuroscience perspectives on emotion regulation. *Child Development Perspectives*, 2(3), 132–140. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2008.00055.x>
- Gottman, J. M., Katz, L. F., & Hooven, C. (1996). Parental meta-emotion philosophy and the emotional life of families: Theoretical models and preliminary data. *Journal of Family Psychology*, 10(3), 243–268. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.10.3.243>
- Gratz, K. L., Weiss, N. H., & Tull, M. T. (2015). Examining emotion regulation as an outcome, mechanism, or target of psychological treatments. *Current Opinion in Psychology*, 3, 85–90. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.02.010>
- Greenaway, K. H., & Kalokerinos, E. K. (2017). Suppress for success? Exploring the contexts in which expressing positive emotion can have social costs. *European Review of Social Psychology*, 28(1), 134–174. <https://doi.org/10.1080/10463283.2017.1331874>
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3>
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. <https://doi.org/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(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. J., & Levenson, R. W. (1993). Emotional suppression: Physiology, self-report, and expressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(6), 970–986. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.6.970>
- Gross, J. J., Sheppes, G., & Urry, H. L. (2011). Cognition and emotion lecture at the 2010 SPSP emotion preconference: Emotion generation and emotion regulation: A distinction we should make (carefully). *Cognition & Emotion*, 25(5), 765–781. <https://doi.org/10.1080/02699931.2011.555753>
- Gross, J. T., & Cassidy, J. (2019). Expressive suppression of negative emotions in children and adolescents: Theory, data, and a guide for future research. *Developmental Psychology*, 55(9), 1938–1950. <https://doi.org/10.1037/dev0000722>

- Hajal, N. J., & Paley, B. (2020). Parental emotion and emotion regulation: A critical target of study for research and intervention to promote child emotion socialization. *Developmental Psychology*, 56(3), 403–417. <https://doi.org/10.1037/dev0000864>
- Hallers-Haalboom, E. T., Mesman, J., Groeneveld, M. G., Endendijk, J. J., van Berkel, S. R., van der Pol, L. D., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2014). Mothers, fathers, sons and daughters: Parental sensitivity in families with two children. *Journal of Family Psychology*, 28(2), 138–147. <https://doi.org/10.1037/a0036004>
- Havighurst, S. S. & Kehoe, C. E. (2021). Tuning in to kids: An emotion coaching approach to working with parents. In *Cambridge University Press eBooks* (S. 269–283). <https://doi.org/10.1017/9781108682053.021>
- Hermann, A., Bieber, A., Keck, T., Vaitl, D., & Stark, R. (2014). Brain structural basis of cognitive reappraisal and expressive suppression. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 9(9), 1435–1442. <https://doi.org/10.1093/scan/nst130>
- Hess, T. M., Beale, K. S., & Miles, A. (2010). The impact of experienced emotion on evaluative judgments: The effects of age and emotion regulation style. *Aging, Neuropsychology, and Cognition*, 17(6), 648–672. <https://doi.org/10.1080/13825585.2010.493207>
- Hoffman, L. & Walters, R. W. (2022). Catching up on multilevel modeling. *Annual Review Of Psychology*, 73(1), 659–689. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-020821-103525>
- Hostinar, C. E., Johnson, A. E., & Gunnar, M. R. (2015). Parent support is less effective in buffering cortisol stress reactivity for adolescents compared to children. *Developmental Science*, 18(2), 281–297. <https://doi.org/10.1111/desc.12195>
- Houlberg, B. J., Henry, C. S., & Morris, A. S. (2012). Family interactions, exposure to violence, and emotion regulation: Perceptions of children and early adolescents at risk. *Family Relations*, 61(2), 283–296. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2011.00699.x>
- Isaacowitz, D. M. (2022). What do we know about aging and emotion regulation? *Perspectives On Psychological Science*, 17(6), 1541-1555. <https://doi.org/10.1177/17456916211059819>
- Jabeen, F., Anis-Ul-Haque, M. & Riaz, M. N. (2013). Parenting styles as predictors of emotion regulation among adolescents. *Pakistan Journal Of Psychological Research*, 28(1), 85–105.

- Jaffe, M., Gullone, E., & Hughes, E. K. (2010). The roles of temperamental dispositions and perceived parenting behaviours in the use of two emotion regulation strategies in late childhood. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 31(1), 47–59.
<https://doi.org/10.1016/j.appdev.2009.07.008>
- John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of Personality*, 72(6), 1301–1334. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2004.00298.x>
- Karim, A. R., Sharafat, T. & Mahmud, A. Y. (2014). Cognitive emotion regulation in children as related to their parenting style, family type and gender. *Journal Of The Asiatic Society Of Bangladesh Science*, 39(2), 211-220.
<https://doi.org/10.3329/jasbs.v39i2.17860>
- Kashdan, T. B., Barrios, V., Forsyth, J. P., & Steger, M. F. (2006). Experiential avoidance as a generalized psychological vulnerability: Comparisons with coping and emotion regulation strategies. *Behaviour Research and Therapy*, 44(9), 1301–1320.
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.10.003>
- Khosravi, M., Asl, S. T. S., Anamag, A. N., Langeroudi, M. S., Moharami, J., Ahmadi, S., Ganjali, A., Ghiasi, Z., Nafeli, M., & Kasaeiyan, R. (2023). Parenting styles, maladaptive coping styles, and disturbed eating attitudes and behaviors: A multiple mediation analysis in patients with feeding and eating disorders. *PeerJ*, 11, e14880.
<https://doi.org/10.7717/peerj.14880>
- Kim, S.-H., Baek, M., & Park, S. (2021). Association of parent–child experiences with insecure attachment in adulthood: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Family Theory & Review*, 13(1), 58–76. <https://doi.org/10.1111/jftr.12402>
- King, T. L., Scovelle, A. J., Meehl, A., Milner, A. J., & Priest, N. (2021). Gender stereotypes and biases in early childhood: A systematic review. *Australasian Journal of Early Childhood*, 46(2), 112–125. <https://doi.org/10.1177/1836939121999849>
- Klimes-Dougan, B., Brand, A. E., Zahn-Waxler, C., Usher, B., Hastings, P. D., Kendziora, K., & Garside, R. B. (2007). Parental emotion socialization in adolescence: Differences in sex, age and problem status. *Social Development*, 16(2), 326–342.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00387.x>
- Klug, H., & Bonsall, M. B. (2014). What are the benefits of parental care? The importance of parental effects on developmental rate. *Ecology and Evolution*, 4(12), 2330–2351.
<https://doi.org/10.1002/ece3.1083>

- Koole, S. L. (2009). The psychology of emotion regulation: An integrative review. *Cognition & Emotion*, 23(1), 4–41. <https://doi.org/10.1080/02699930802619031>
- Kuppens, S., & Ceulemans, E. (2019). Parenting styles: A closer look at a well-known concept. *Journal of Child and Family Studies*, 28(1), 168–181. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1242-x>
- Lambie, J. A., & Lindberg, A. (2016). The role of maternal emotional validation and invalidation on children's emotional awareness. *Merrill-Palmer Quarterly*, 62(2), 129–157. <https://doi.org/10.13110/merrpalmquar1982.62.2.0129>
- Lanteigne, D. M., Flynn, J. J., Eastabrook, J. M., & Hollenstein, T. (2014). Discordant patterns among emotional experience, arousal, and expression in adolescence: Relations with emotion regulation and internalizing problems. *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue Canadienne Des Sciences Du Comportement*, 46(1), 29–39. <https://doi.org/10.1037/a0029968>
- Leiner, D. J. (2024). SoSci Survey (Version 3.5.01) [Computer software]. Available at <https://www.soscisurvey.de>
- LeMoyné, T., & Buchanan, T. (2011). Does "hovering" matter? Helicopter parenting and its effect on well-being. *Sociological Spectrum*, 31(4), 399–418. <https://doi.org/10.1080/02732173.2011.574038>
- Li, P., Zhu, C., Leng, Y., & Luo, W. (2020). Distraction and expressive suppression strategies in down-regulation of high- and low-intensity positive emotions. *International Journal of Psychophysiology*, 158, 56–61. <https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2020.09.010>
- Lincoln, T. M., Schulze, L., & Renneberg, B. (2022). The role of emotion regulation in the characterization, development and treatment of psychopathology. *Nature Reviews Psychology*, 1(5), 272–286. <https://doi.org/10.1038/s44159-022-00040-4>
- Liu, Q., Chen, W., Preece, D. A., Xu, D., Li, H., Liu, N., Fu, G., Wang, Y., Qian, Q., Gross, J. J., & Liu, L. (2022). Emotion dysregulation in adults with ADHD: The role of cognitive reappraisal and expressive suppression. *Journal of Affective Disorders*, 319, 267–276. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.09.058>
- Louie, J. Y., Oh, B. J., & Lau, A. S. (2013). Cultural differences in the links between parental control and children's emotional expressivity. *Cultural Diversity & Ethnic Minority Psychology*, 19(4), 424–434. <https://doi.org/10.1037/a0032820>
- Long, F., Zhou, W., Zhang, T., Zhang, Z., & Zhou, R. (2023). Effects of working memory training on different goals of cognitive reappraisal. *Emotion*, 24(1), 150–163. <https://doi.org/10.1037/emo0001253>

- Loureiro, M. L., Sanz-de-Galdeano, A., & Vuri, D. (2010). Smoking habits: Like father, like son, like mother, like daughter? *Oxford Bulletin of Economics and Statistics*, 72(6), 717–743. <https://doi.org/10.1111/j.1468-0084.2010.00603.x>
- Manning, W. D., Fetto, M. N., & Lamidi, E. (2014). Child well-being in same-sex parent families: Review of research prepared for American sociological association amicus brief. *Population Research and Policy Review*, 33(4), 485–502. <https://doi.org/10.1007/s11113-014-9329-6>
- Martinez-Escudero, J. A., Villarejo, S., Garcia, O. F., & Garcia, F. (2020). Parental socialization and its impact across the lifespan. *Behavioral Sciences*, 10(6), 101. <https://doi.org/10.3390/bs10060101>
- McRae, K., Ciesielski, B., & Gross, J. J. (2012a). Unpacking cognitive reappraisal: Goals, tactics, and outcomes. *Emotion*, 12(2), 250–255. <https://doi.org/10.1037/a0026351>
- McRae, K., & Gross, J. J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, 20(1), 1–9. <https://doi.org/10.1037/emo0000703>
- McRae, K., Jacobs, S. E., Ray, R. D., John, O. P., & Gross, J. J. (2012b). Individual differences in reappraisal ability: Links to reappraisal frequency, well-being, and cognitive control. *Journal of Research in Personality*, 46(1), 2–7. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2011.10.003>
- McRae, K., Rhee, S. H., Gatt, J. M., Godinez, D., Williams, L. M., & Gross, J. J. (2017). Genetic and environmental influences on emotion regulation: A twin study of cognitive reappraisal and expressive suppression. *Emotion*, 17(5), 772–777. <https://doi.org/10.1037/emo0000300>
- Milovanović, I., Sadiković, S. & Kodžopeljić, J. (2018). Genetic and environmental factors in emotion regulation and life satisfaction: A twin study. *Primenjena Psihologija*, 11(4), 399–417. <https://doi.org/10.19090/pp.2018.4.399-417>
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development*, 16(2), 361–388. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x>
- Muñoz-Martínez, A. M. (2016). Socio-emotional development of children of same-sex parents: Achievements and future lines of research. *Diversitas: Perspectivas En Psicología*, 12(2), 295–300. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2016.0002.09>

- Nelson, D. A., Yang, C., Coyne, S. M., Olsen, J. A., & Hart, C. H. (2013). Parental psychological control dimensions: Connections with Russian preschoolers' physical and relational aggression. *Journal of Applied Developmental Psychology, 34*(1), 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2012.07.003>
- Nezlek, J. B., & Kuppens, P. (2008). Regulating positive and negative emotions in daily life. *Journal of Personality, 76*(3), 561–580. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2008.00496.x>
- Nielsen, L. (2007). College daughters' relationships with their fathers: A 15 year study. *College Student Journal, 41*(1), 112–122.
- Ogren, M., & Johnson, S. P. (2021). Primary caregiver emotional expressiveness relates to toddler emotion understanding. *Infant Behavior and Development, 62*, 101508. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2020.101508>
- Ong, Q.-E. O., Ong, J. W., Ang, M. Q., Vehviläinen-Julkunen, K., & He, H.-G. (2023). Systematic review and meta-analysis of psychoeducation on the psychological and social impact among first-time mothers. *Patient Education and Counseling, 111*, 107678. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2023.107678>
- Opitz, P. C., Lee, I. A., Gross, J. J., & Urry, H. L. (2014). Fluid cognitive ability is a resource for successful emotion regulation in older and younger adults. *Frontiers in Psychology, 5*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00609>
- Padilla-Walker, L. M., & Nelson, L. J. (2012). Black hawk down?: Establishing helicopter parenting as a distinct construct from other forms of parental control during emerging adulthood. *Journal of Adolescence, 35*(5), 1177–1190. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.03.007>
- Padilla-Walker, L. M., Son, D. & Nelson, L. J. (2019). Profiles of helicopter parenting, parental warmth, and psychological control during emerging adulthood. *Emerging Adulthood, 9*(2), 132–144. <https://doi.org/10.1177/2167696818823626>
- Pakaluk, C. R., & Price, J. (2020). Are mothers and fathers interchangeable caregivers? *Marriage & Family Review, 56*(8), 784–793. <https://doi.org/10.1080/01494929.2020.1778318>
- Paley, B., & Hajal, N. J. (2022). Conceptualizing emotion regulation and coregulation as family-level phenomena. *Clinical Child and Family Psychology Review, 25*(1), 19–43. <https://doi.org/10.1007/s10567-022-00378-4>
- Parker, G., Tupling, H. & Brown, L. B. (1979). Parental bonding instrument [Datensatz]. In *PsycTESTS Dataset*. <https://doi.org/10.1037/t06510-000>

- Plant, E. A., Hyde, J. S., Keltner, D., & Devine, P. G. (2000). The gender stereotyping of emotions. *Psychology of Women Quarterly*, 24(1), 81–92.
<https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2000.tb01024.x>
- Preston, T., Carr, D. C., Hajcak, G., Sheffler, J., & Sachs-Ericsson, N. (2022). Cognitive reappraisal, emotional suppression, and depressive and anxiety symptoms in later life: The moderating role of gender. *Aging & Mental Health*, 26(12), 2390–2398.
<https://doi.org/10.1080/13607863.2021.1998350>
- Ramsden, S. R., & Hubbard, J. A. (2002). Family expressiveness and parental emotion coaching: Their role in children’s emotion regulation and aggression. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 30(6), 657–667.
<https://doi.org/10.1023/A:1020819915881>
- Ray, R. D., McRae, K., Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2010). Cognitive reappraisal of negative affect: Converging evidence from EMG and self-report. *Emotion*, 10(4), 587–592. <https://doi.org/10.1037/a0019015>
- Rhoads, S. E., & Rhoads, C. H. (2012). Gender roles and infant/toddler care: Male and female professors on the tenure track. *Journal of Social, Evolutionary, and Cultural Psychology*, 6(1), 13–31. <https://doi.org/10.1037/h0099227>
- Richards, J. M. & Gross, J. J. (2000). Emotion regulation and memory: The cognitive costs of keeping one’s cool. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 79(3), 410–424. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.3.410>
- Ricker, B. T., Sanchez, C. R., Cooley, J. L., Barnett, J. E., & Gunder, E. M. (2024). Interactive effects of parental support and psychological control on children’s emotion regulation. *Journal of Family Psychology*, 38(6), 956–965. <https://doi.org/10.1037/fam0001235>
- Romm, K. F., Metzger, A., & Alvis, L. M. (2020). Parental psychological control and adolescent problematic outcomes: A multidimensional approach. *Journal of Child and Family Studies*, 29(1), 195–207. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01545-y>
- Rutherford, H. J. V., Wallace, N. S., Laurent, H. K., & Mayes, L. C. (2015). Emotion regulation in parenthood. *Developmental Review*, 36, 1–14.
<https://doi.org/10.1016/j.dr.2014.12.008>
- Sanders, M. R. (2008). Triple P-Positive Parenting Program as a public health approach to strengthening parenting. *Journal of Family Psychology*, 22(4), 506–517.
<https://doi.org/10.1037/0893-3200.22.3.506>

- Sanders, W., Zeman, J., Poon, J., & Miller, R. (2015). Child regulation of negative emotions and depressive symptoms: The moderating role of parental emotion socialization. *Journal of Child and Family Studies*, 24(2), 402–415. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9850-y>
- Scharf, M., & Goldner, L. (2018). “If you really love me, you will do/be...”: Parental psychological control and its implications for children’s adjustment. *Developmental Review*, 49, 16–30. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2018.07.002>
- Schiffrrin, H. H., Liss, M., Miles-McLean, H., Geary, K. A., Erchull, M. J., & Tashner, T. (2014). Helping or hovering? The effects of helicopter parenting on college students’ well-being. *Journal of Child and Family Studies*, 23(3), 548–557. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9716-3>
- Schofield, T. J., Conger, R. D., Donnellan, M. B., Jochem, R., Widaman, K. F., & Conger, K. J. (2012). Parent personality and positive parenting as predictors of positive adolescent personality development over time. *Merrill-Palmer Quarterly*, 58(2), 255–283. <https://doi.org/10.1353/mpq.2012.0008>
- Seddon, J. A., Abdel-Baki, R., Feige, S. & Thomassin, K. (2020). The cascade effect of parent dysfunction: An emotion socialization transmission framework. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.579519>
- Segrin, C., Wosidlo, A., Givertz, M., Bauer, A., & Taylor Murphy, M. (2012). The association between overparenting, parent-child communication, and entitlement and adaptive traits in adult children. *Family Relations*, 61(2), 237–252. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2011.00689.x>
- Shiffman, S. (2008). Ecological momentary assessment. *Annual review of clinical psychology*, 4(1), 1–32. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.3.022806.091415>
- Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2010). A theoretical upgrade of the concept of parental psychological control: Proposing new insights on the basis of self-determination theory. *Developmental Review*, 30(1), 74–99. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2009.11.001>
- Song, H., Thompson, R. A., & Ferrer, E. (2009). Attachment and self-evaluation in Chinese adolescents: Age and gender differences. *Journal of Adolescence*, 32(5), 1267–1286. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.01.001>
- Tani, F., Pascuzzi, D., & Raffagnino, R. (2018). The relationship between perceived parenting style and emotion regulation abilities in adulthood. *Journal of Adult Development*, 25(1), 1–12. <https://doi.org/10.1007/s10804-017-9269-6>

- Thirlwall, K., & Creswell, C. (2010). The impact of maternal control on children's anxious cognitions, behaviours and affect: An experimental study. *Behaviour Research and Therapy*, 48(10), 1041–1046. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2010.05.030>
- Thorberg, F. A., Young, R. McD., Sullivan, K. A., & Lyvers, M. (2011). Parental bonding and alexithymia: A meta-analysis. *European Psychiatry*, 26(3), 187–193. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2010.09.010>
- Troy, A. S., Shallcross, A. J., Brunner, A., Friedman, R., & Jones, M. C. (2018). Cognitive reappraisal and acceptance: Effects on emotion, physiology, and perceived cognitive costs. *Emotion*, 18(1), 58–74. <https://doi.org/10.1037/emo0000371>
- Troy, A. S., Shallcross, A. J., & Mauss, I. B. (2013). A person-by-situation approach to emotion regulation: Cognitive reappraisal can either help or hurt, depending on the context. *Psychological Science*, 24(12), 2505–2514. <https://doi.org/10.1177/0956797613496434>
- Updegraff, K. A., Delgado, M. Y., & Wheeler, L. A. (2009). Exploring mothers' and fathers' relationships with sons versus daughters: Links to adolescent adjustment in Mexican immigrant families. *Sex Roles*, 60(7), 559–574. <https://doi.org/10.1007/s11199-008-9527-y>
- Urry, H. L., & Gross, J. J. (2010). Emotion regulation in older age. *Current Directions in Psychological Science*, 19(6), 352–357. <https://doi.org/10.1177/0963721410388395>
- Valiquette-Tessier, S.-C., Gosselin, J., Young, M., & Thomassin, K. (2019). A literature review of cultural stereotypes associated with motherhood and fatherhood. *Marriage & Family Review*, 55(4), 299–329. <https://doi.org/10.1080/01494929.2018.1469567>
- Walter, M. H., Abele, H., & Plappert, C. F. (2021). The role of oxytocin and the effect of stress during childbirth: Neurobiological basics and implications for mother and child. *Frontiers in Endocrinology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fendo.2021.742236>
- Webb, T. L., Miles, E., & Sheeran, P. (2012). Dealing with feeling: A meta-analysis of the effectiveness of strategies derived from the process model of emotion regulation. *Psychological Bulletin*, 138(4), 775–808. <https://doi.org/10.1037/a0027600>
- Willner, C. J., Hoffmann, J. D., Bailey, C. S., Harrison, A. P., Garcia, B., Ng, Z. J., Cipriano, C., & Brackett, M. A. (2022). The development of cognitive reappraisal from early childhood through adolescence: A systematic review and methodological recommendations. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.875964>

- Wu, Y., Schulz, L. E., Frank, M. C., & Gweon, H. (2021). Emotion as information in early social learning. *Current Directions in Psychological Science*, 30(6), 468–475. <https://doi.org/10.1177/09637214211040779>
- Xu, J., Ni, S., Ran, M., & Zhang, C. (2017). The relationship between parenting styles and adolescents' social anxiety in migrant families: A study in Guangdong, China. *Frontiers in Psychology*, 8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00626>
- Yaffe, Y. (2023). Systematic review of the differences between mothers and fathers in parenting styles and practices. *Current Psychology*, 42(19), 16011–16024. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01014-6>
- Yan, F., Zhang, Q., Ran, G., Li, S., & Niu, X. (2020). Relationship between parental psychological control and problem behaviours in youths: A three-level meta-analysis. *Children and Youth Services Review*, 112, 104900. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.104900>
- Young, R., Lennie, S., & Minnis, H. (2011). Children's perceptions of parental emotional neglect and control and psychopathology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 52(8), 889–897. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2011.02390.x>
- Zhou, S., Wu, Y., & Xu, X. (2023). Linking cognitive reappraisal and expressive suppression to mindfulness: A three-level meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(2), 1241. <https://doi.org/10.3390/ijerph20021241>
- Zimmer-Gembeck, M. J., Rudolph, J., Kerin, J., & Bohadana-Brown, G. (2022). Parent emotional regulation: A meta-analytic review of its association with parenting and child adjustment. *International Journal of Behavioral Development*, 46(1), 63–82. <https://doi.org/10.1177/01650254211051086>
- Zimmermann, P., & Iwanski, A. (2014). Emotion regulation from early adolescence to emerging adulthood and middle adulthood: Age differences, gender differences, and emotion-specific developmental variations. *International Journal of Behavioral Development*, 38(2), 182–194. <https://doi.org/10.1177/0165025413515405>
- Zimmermann, P., Mühling, L. E., Lichtenstein, L., & Iwanski, A. (2022). Still mother after all these years: Infants still prefer mothers over fathers (if they have the choice). *Social Sciences*, 11(2), Article 2. <https://doi.org/10.3390/socsci11020051>

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Demographische Stichprobenbeschreibung.	18
Tabelle 2: Korrelationsmatrix der Basis-Variablen.	25
Tabelle 3: Parameter des MLM zur Testung der Fragestellung 1 (H1.1 – H1.7).....	27
Tabelle 4: Parameter des MLM zur Testung der Fragestellung 2 (H2.1 – H2.7).....	29

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Prozessmodell der ER.....	5
Abbildung 2: Grafische Darstellung des Studienablaufs mit Erhebungsinstrumenten	21

Abkürzungsverzeichnis

ACT.....	<i>Acceptance and Commitment Therapy</i>
DBT.....	<i>Dialectical Behavior Therapy</i>
EMA.....	<i>Ecological Momentary Assessment</i>
ER.....	Emotionsregulation
MLM.....	Multilevel-Modell
PBI.....	<i>Parental Bonding Instrument</i>

Anhang

Zusammenfassung

Theoretischer Hintergrund: Emotionsregulation (ER) ist der Prozess durch den beeinflusst wird, wie wir Emotionen wahrnehmen und verarbeiten. ER-Strategien werden je nach Person und Situation unterschiedlich eingesetzt, wobei elterlicher Einfluss eine wichtige Rolle spielen kann. Es wird angenommen, dass Fürsorge positive und psychologische Kontrolle negative Auswirkungen auf die ER von Kindern und Jugendlichen hat. Zudem bestehen Erkenntnisse, dass mütterliches und väterliches Verhalten unterschiedliche Effekte haben. Ziel dieser Studie war es die gefundenen Effekte im Kindes- und Jugendalter auch im Erwachsenenalter festzustellen sowie differenzielle Einflüsse von Mutter und Vater zu berücksichtigen. Es wird untersucht, wie erinnerte elterliche Fürsorge und psychologische Kontrolle mit dem ER-Verhalten von Erwachsenen im Alltag zusammenhängt.

Methode: 103 Teilnehmende nahmen an einer Basiserhebung teil, in der das erinnerte Elternverhalten erfasst wurde. Zusätzlich wurde eine siebentägige Tagebucherhebung mittels *Ecological Momentary Assessment* (EMA) durchgeführt, um den Einsatz der ER-Strategien kognitive Umbewertung und expressive Unterdrückung dreimal täglich zu messen.

Ergebnisse: Unter Einbezug des Alters der Teilnehmenden wurde mittels Multilevel-Analysen kein signifikanter Zusammenhang zwischen elterlicher Fürsorge und ER-Strategien festgestellt. Jedoch zeigte sich, dass mütterliche Kontrolle die Anwendung von Unterdrückung negativer Gefühle positiv vorhersagt, während dieser Zusammenhang bei väterlicher Kontrolle nicht beobachtet wurde.

Implikationen: Erinnertes Elternverhalten scheint wenig Einfluss auf die ER im Alltag von Erwachsenen zu haben. Nur mütterliche Kontrolle steht im positiven Zusammenhang mit der Unterdrückung negativer Gefühle. Geschlechterunterschiede zeigen, dass Mütter möglicherweise besonders prägend in der Emotionssozialisierung sind. Zukünftige Forschung sollte sich der Untersuchung anderer Einflussfaktoren und deren langfristigen Auswirkungen auf die ER widmen.

Schlagwörter: Emotionsregulation, kognitive Umbewertung, expressive Unterdrückung, erinnertes Elternverhalten

Abstract

Theoretical Background: Emotion regulation (ER) influences how we perceive and process emotions. ER strategies are used differently depending on the person and the situation, with parental influence potentially playing a key role. It is assumed that parental care has a positive impact, while psychological control has negative effects on the ER of children and adolescents. Moreover, research suggests that maternal and paternal behaviour may have distinct effects. The aim of this study was to examine whether the effects found in childhood and adolescence can also be observed in adulthood, while considering differential influences of mothers and fathers. It examines how recalled parental care and psychological control is connected to adults' ER in daily life.

Method: A total of 103 participants took part in a baseline survey assessing recalled parental behaviour. Additionally, a seven-day diary study using *Ecological Momentary Assessment* (EMA) was conducted to measure the use of the ER strategies cognitive reappraisal and expressive suppression three times per day.

Results: Multilevel analyses revealed no significant association between parental care and ER strategies, while accounting for participants' age. However, maternal control positively predicted the use of suppression of negative emotions, whereas this association was not observed for paternal control.

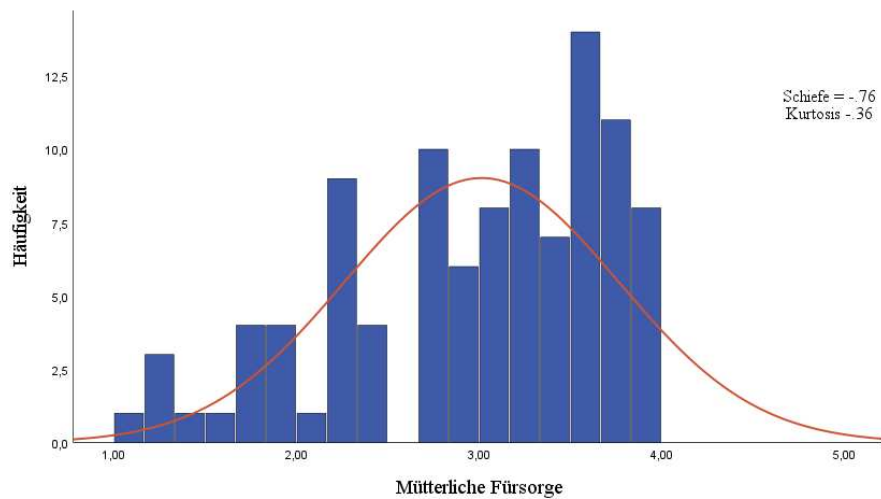
Implications: Recalled parental behaviour appears to have little influence on ER in adulthood. Only maternal control was found to have a positive association with the suppression of negative emotions. Gender differences suggest that mothers may play a particularly formative role in emotion socialization. Future research should focus on examining additional influencing factors and their long-term effects on ER.

Keywords: emotion regulation, cognitive reappraisal, expressive suppression, recalled parental behaviour

Anhang A: Verteilungen der Basis-Variablen

Abbildung A1

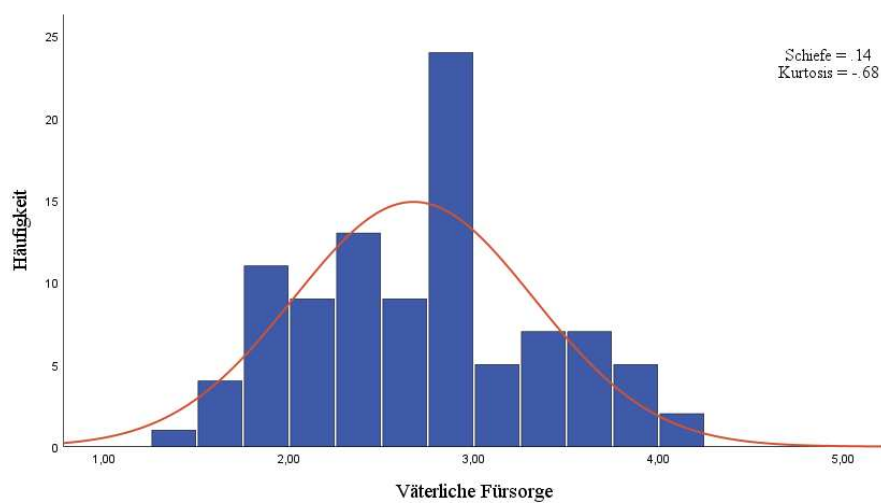
Häufigkeitsverteilung der mütterlichen Fürsorge



Anmerkung. Absolute Häufigkeiten. $N = 103$.

Abbildung A2

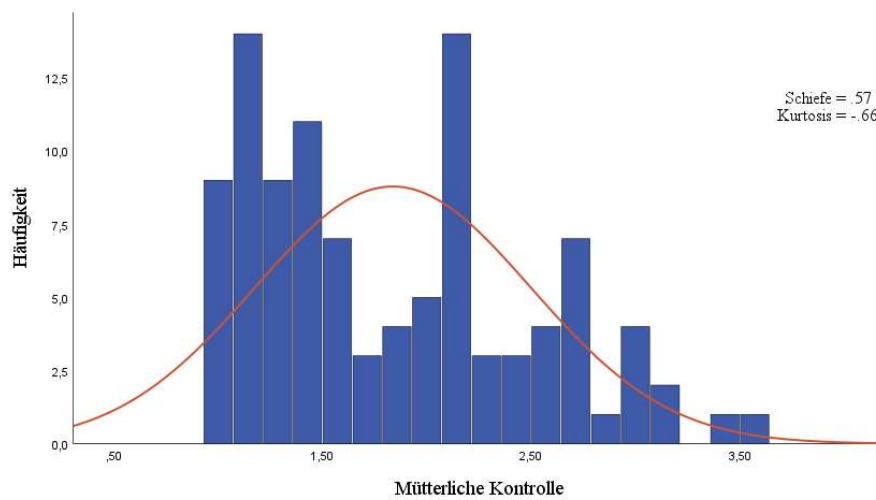
Häufigkeitsverteilung der väterlichen Fürsorge



Anmerkung. Absolute Häufigkeiten. $N = 103$.

Abbildung A3

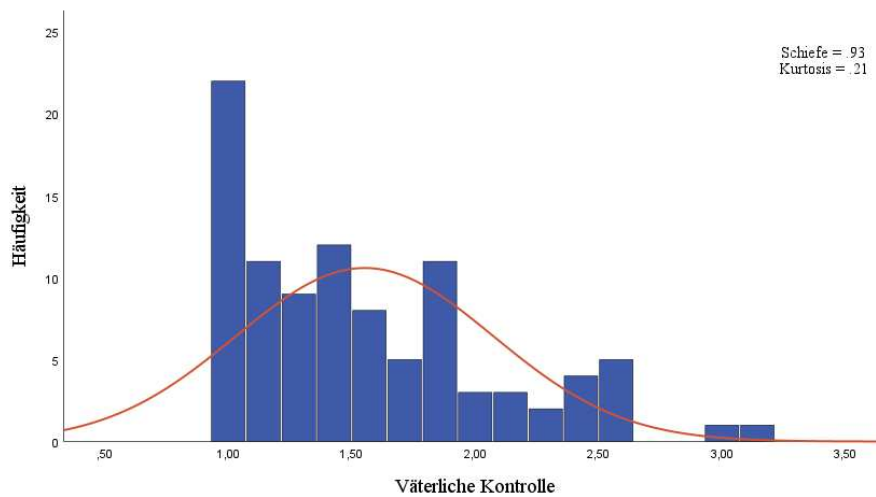
Häufigkeitsverteilung der mütterlichen Kontrolle



Anmerkung. Absolute Häufigkeiten. $N = 103$.

Abbildung A4

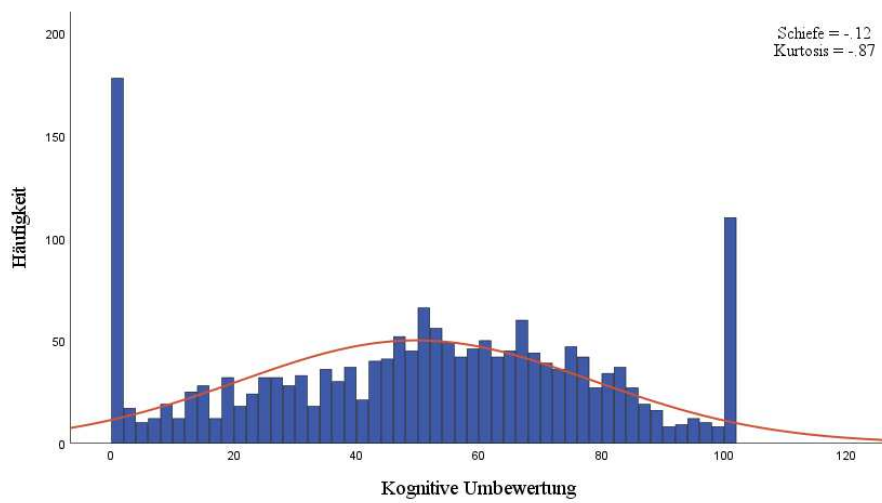
Häufigkeitsverteilung der väterlichen Kontrolle



Anmerkung. Absolute Häufigkeiten. $N = 103$.

Abbildung A5

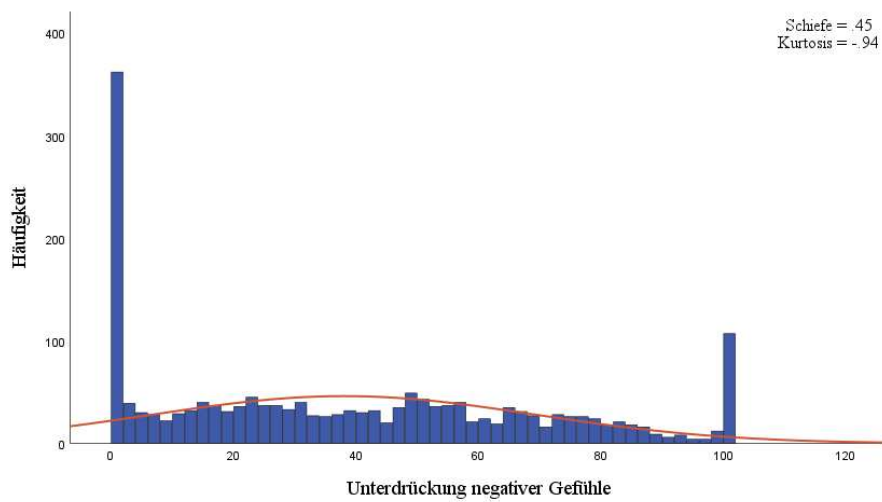
Häufigkeitsverteilung der kognitiven Umbewertung



Anmerkung. Absolute Häufigkeiten. $N = 103$.

Abbildung A6

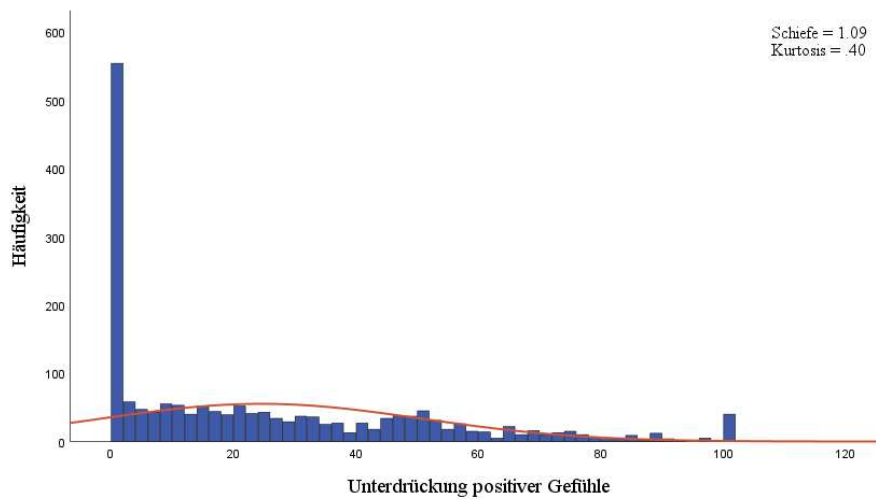
Häufigkeitsverteilung der Unterdrückung negativer Gefühle



Anmerkung. Absolute Häufigkeiten. $N = 103$.

Abbildung A7

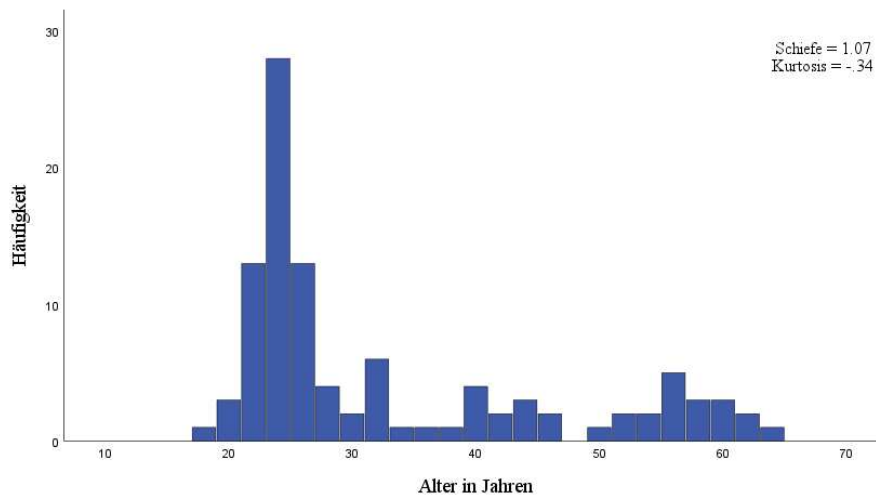
Häufigkeitsverteilung der Unterdrückung positiver Gefühle



Anmerkung. Absolute Häufigkeiten. $N = 103$.

Abbildung A8

Häufigkeitsverteilung des Alters



Anmerkung. Absolute Häufigkeiten. $N = 103$.

Anhang B: Multikollinearitätsprüfung

Tabelle B

Multikollinearitätsstatistik der Prädiktoren (Erinnertes Elternverhalten)

Variablen	Toleranz	VIF
UV: Mütterliche und väterliche Fürsorge	.87	1.15
UV: Mütterliche und väterliche Kontrolle	.81	1.23

Anmerkung. VIF = Varianzinflationsfaktor, UV = unabhängige Variable, Multikollinearität bei Toleranz < 0.1 bzw. VIF > 10.

Anhang C: Verteilungen der Level-1-Residuen der MLM

Tabelle C

Verteilungsparameter der Level-1-Residuen der MLM

Variablen	Schiefe	Kurtosis
UV: Elterliche Fürsorge; AV: Kognitive Umbewertung	-.06	.71
UV: Elterliche Fürsorge; AV: Unterdrückung neg. Emotionen	.34	.46
UV: Elterliche Fürsorge; AV: Unterdrückung pos. Emotionen	1.01	1.94
UV: Elterliche Kontrolle; AV: Kognitive Umbewertung	-.06	.71
UV: Elterliche Kontrolle; AV: Unterdrückung neg. Emotionen	.34	.46
UV: Elterliche Kontrolle; AV: Unterdrückung pos. Emotionen	1.01	1.94

Anmerkung. UV = unabhängige Variable, AV = abhängige Variable. Unproblematische Werte: ± 1 ; Akzeptable Werte: ± 2 .

Abbildung C1

Verteilung und Ausreißer der Level-1-Residuen des MLM elterliche Fürsorge & kognitive Umbewertung

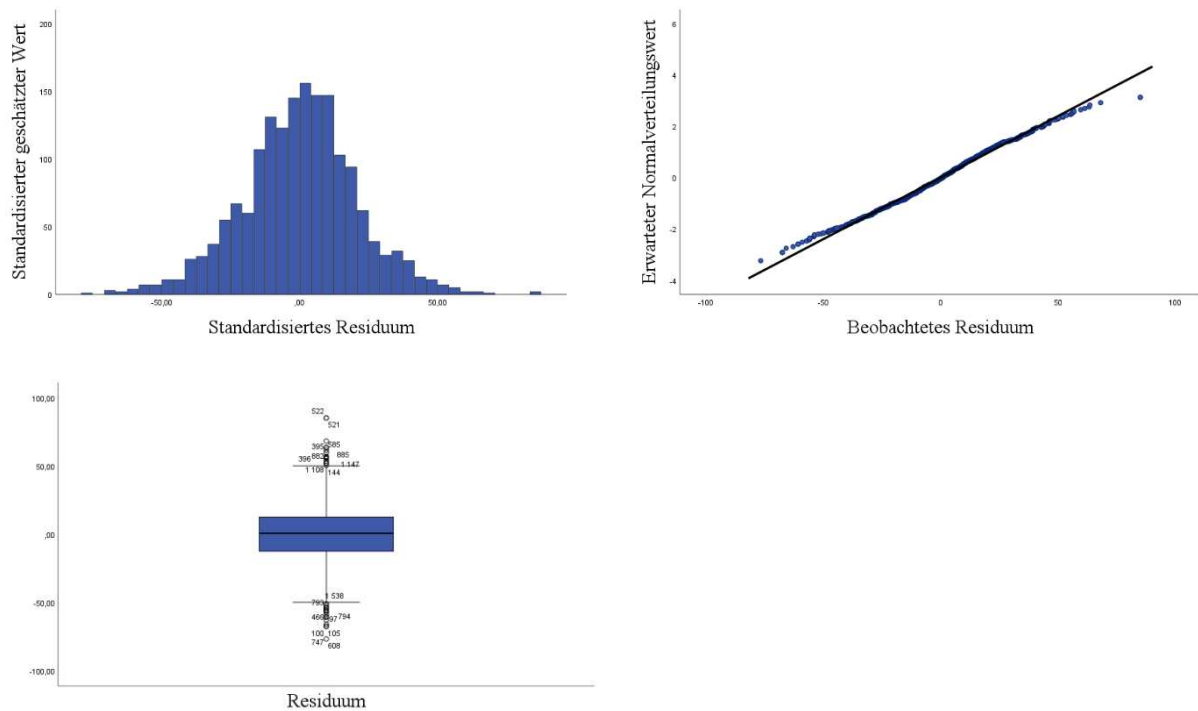


Abbildung C2

Verteilung und Ausreißer der Level-1-Residuen des MLM elterliche Fürsorge & Unterdrückung negativer Emotionen

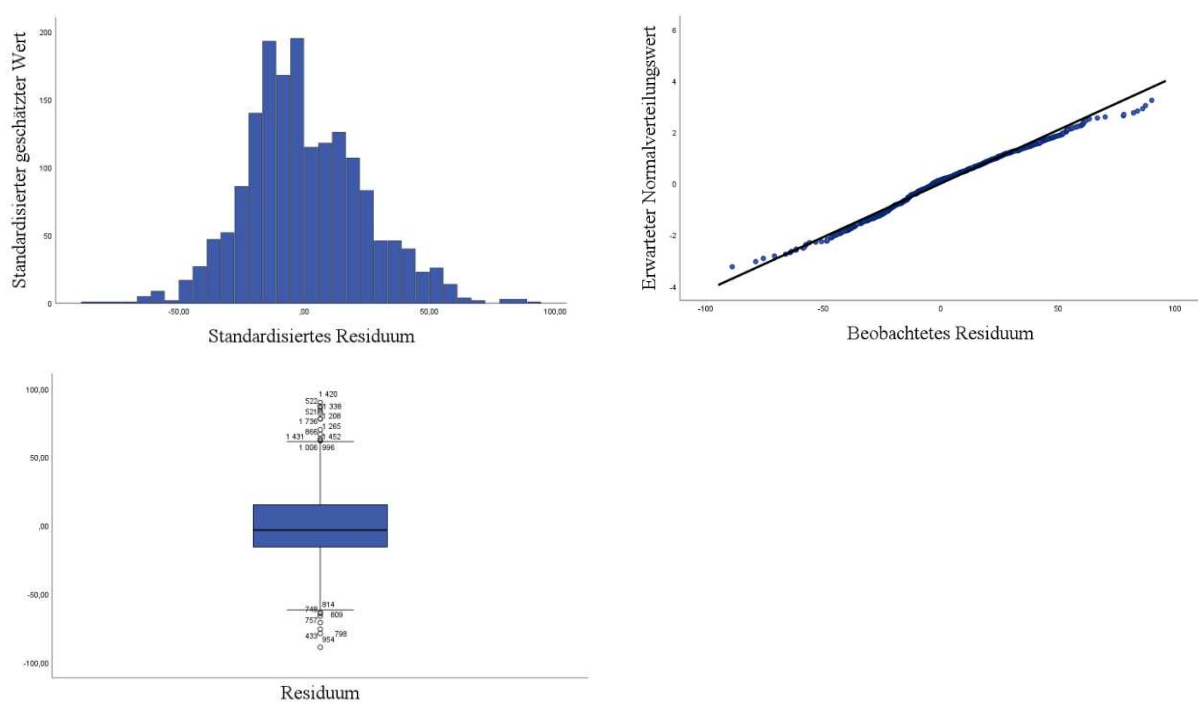


Abbildung C3

Verteilung und Ausreißer der Level-1-Residuen des MLM elterliche Fürsorge & Unterdrückung positiver Emotionen

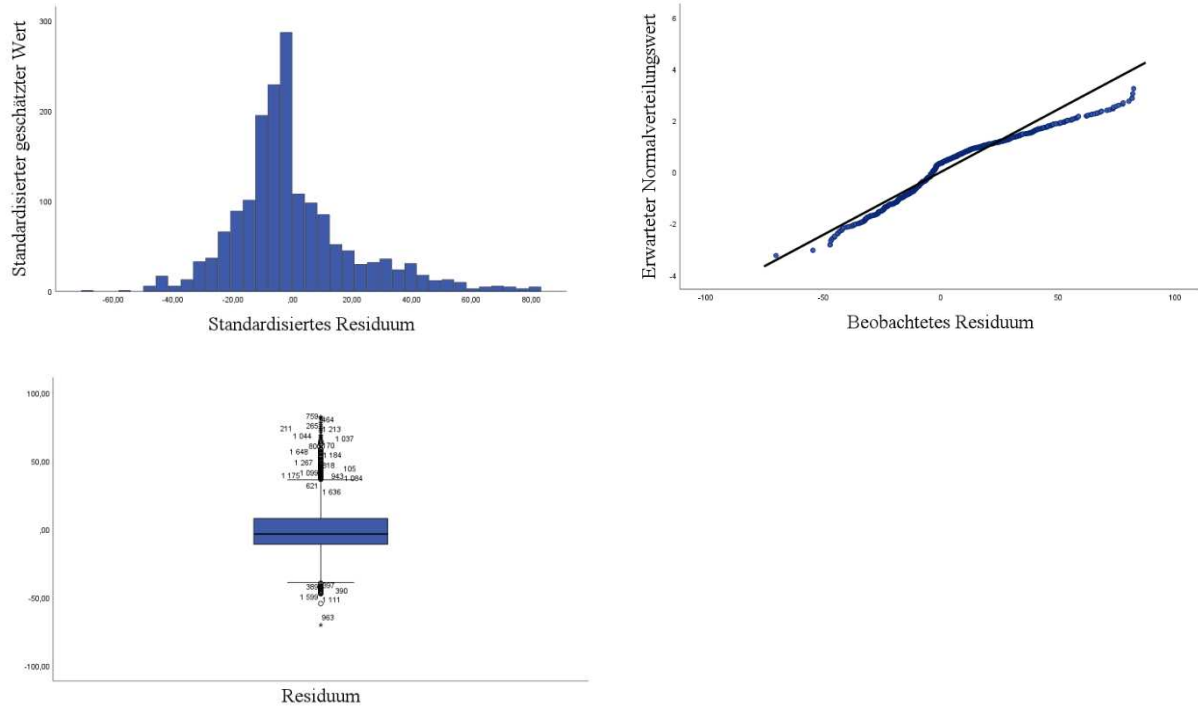


Abbildung C4

Verteilung und Ausreißer der Level-1-Residuen des MLM elterliche Kontrolle & kognitive Umbewertung

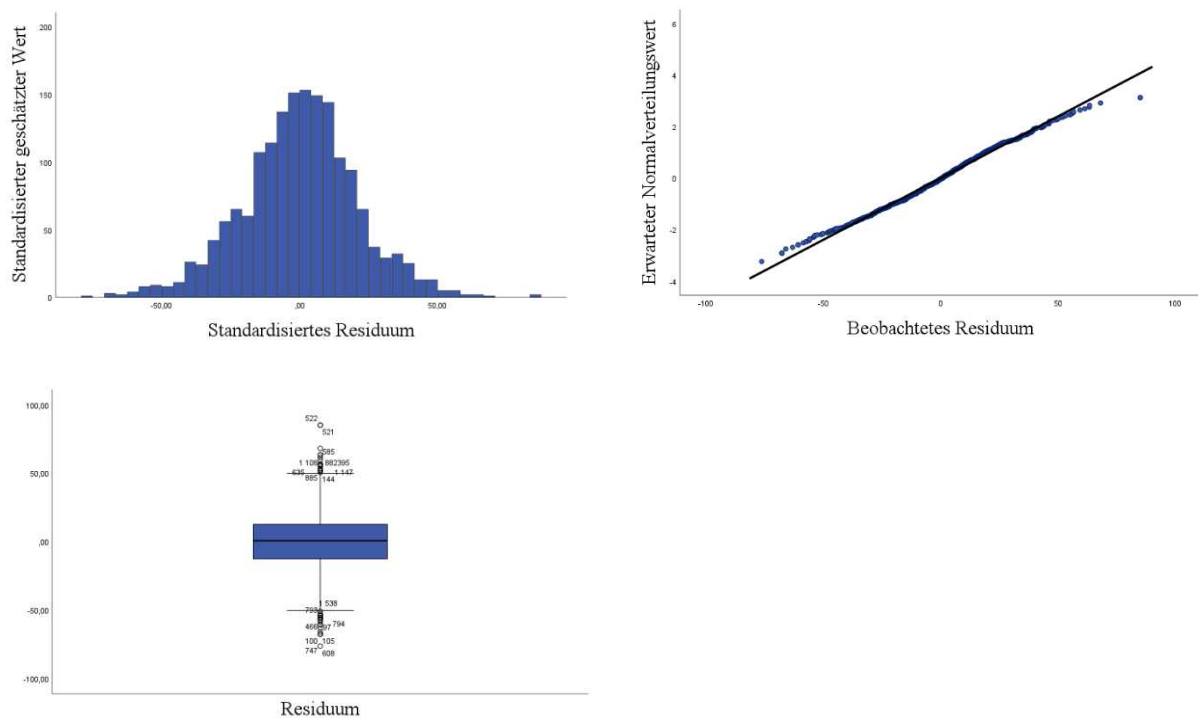


Abbildung C5

Verteilung und Ausreißer der Level-1-Residuen des MLM elterliche Kontrolle & Unterdrückung negativer Emotionen

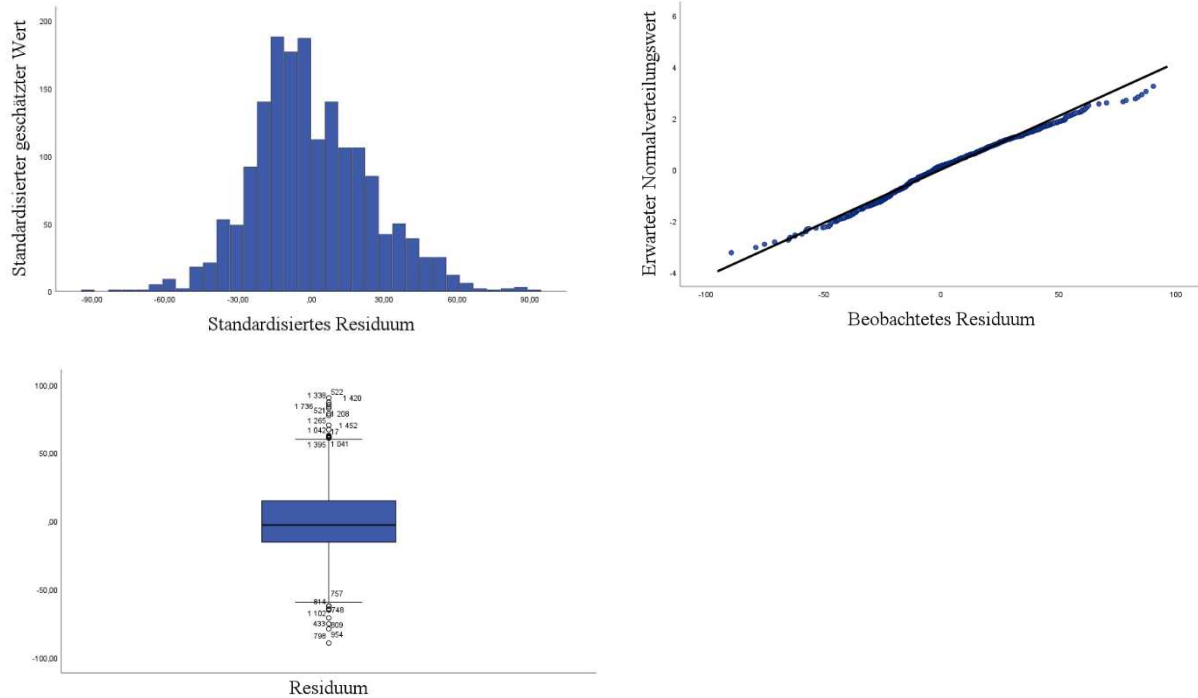
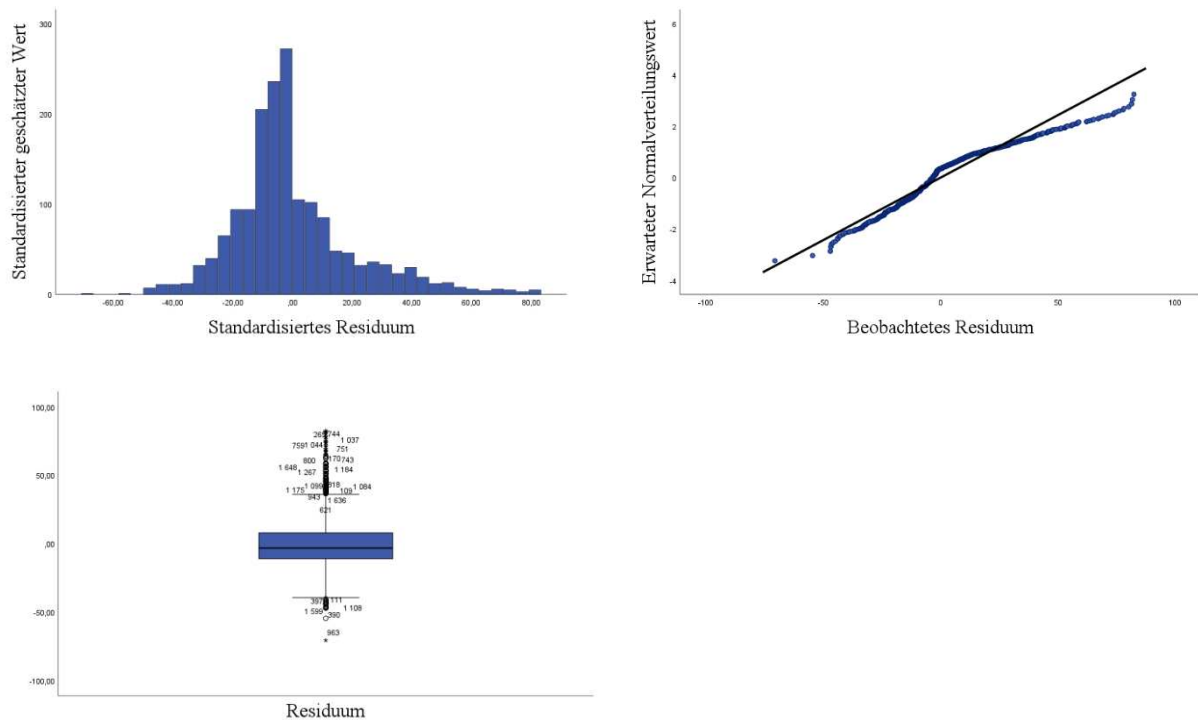


Abbildung C6

Verteilung und Ausreißer der Level-1-Residuen des MLM elterliche Kontrolle & Unterdrückung positiver Emotionen



Anhang D: Verteilungen der Level-2-Residuen der MLM

Tabelle D

Verteilungsparameter der Level-2-Residuen der MLM

Variablen	Schiefe	Kurtosis
UV: Elterliche Fürsorge; AV: Kognitive Umbewertung	-.41	-.15
UV: Elterliche Fürsorge; AV: Unterdrückung neg. Emotionen	.42	.06
UV: Elterliche Fürsorge; AV: Unterdrückung pos. Emotionen	.34	-.53
UV: Elterliche Kontrolle; AV: Kognitive Umbewertung	-.40	-.34
UV: Elterliche Kontrolle; AV: Unterdrückung neg. Emotionen	.36	.17
UV: Elterliche Kontrolle; AV: Unterdrückung pos. Emotionen	.23	-.95

Anmerkung. UV = unabhängige Variable, AV = abhängige Variable. Unproblematische Werte: ± 1 ; Akzeptable Werte: ± 2 .

Abbildung D1

Verteilung und Ausreißer der Level-2-Residuen des MLM elterliche Fürsorge & kognitive Umbewertung

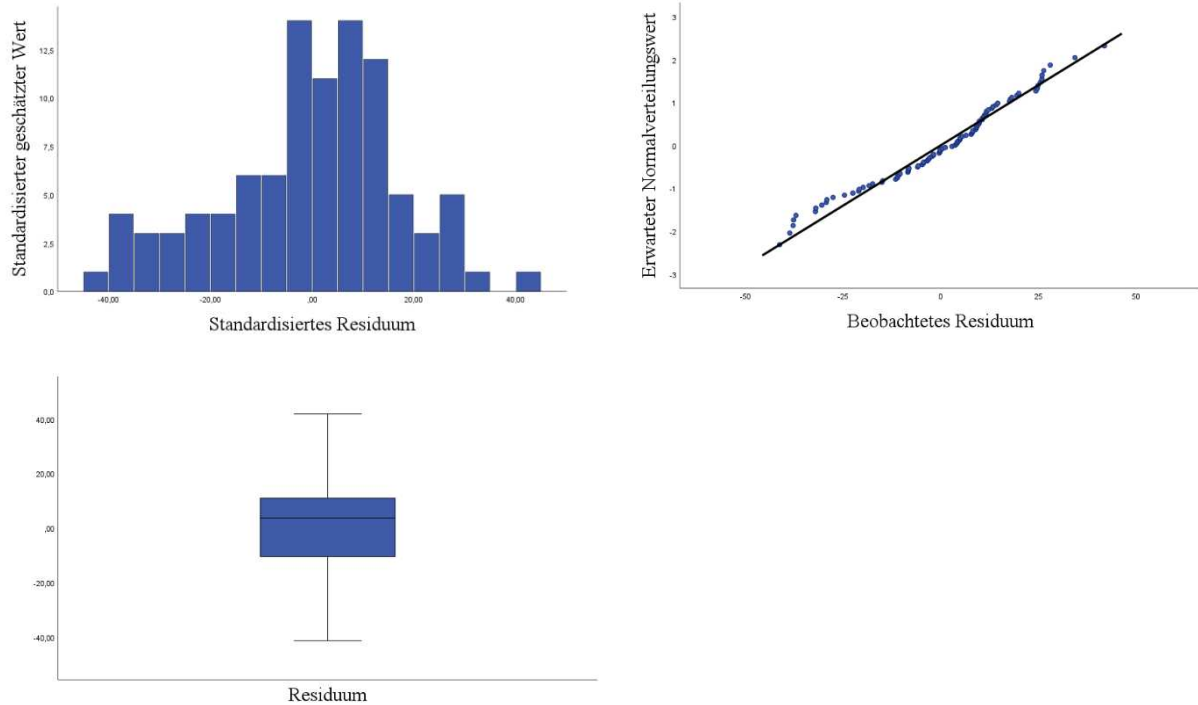


Abbildung D2

Verteilung und Ausreißer der Level-2-Residuen des MLM elterliche Fürsorge & Unterdrückung negativer Emotionen

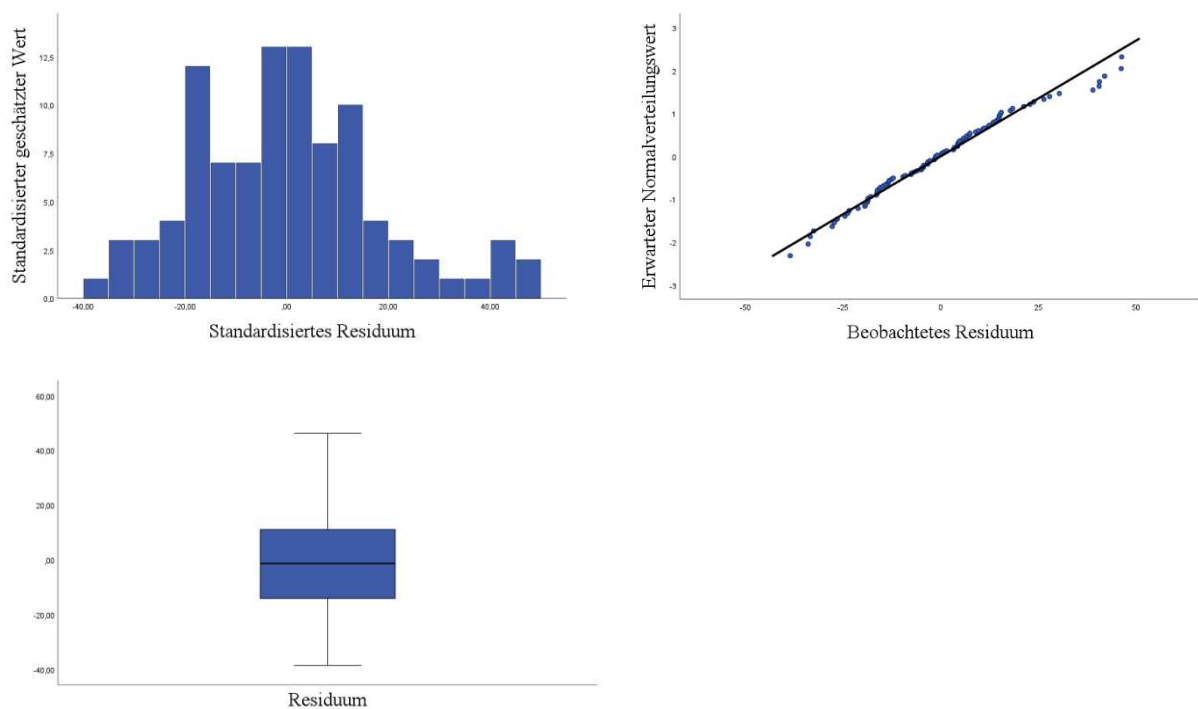


Abbildung D3

Verteilung und Ausreißer der Level-2-Residuen des MLM elterliche Fürsorge & Unterdrückung positiver Emotionen

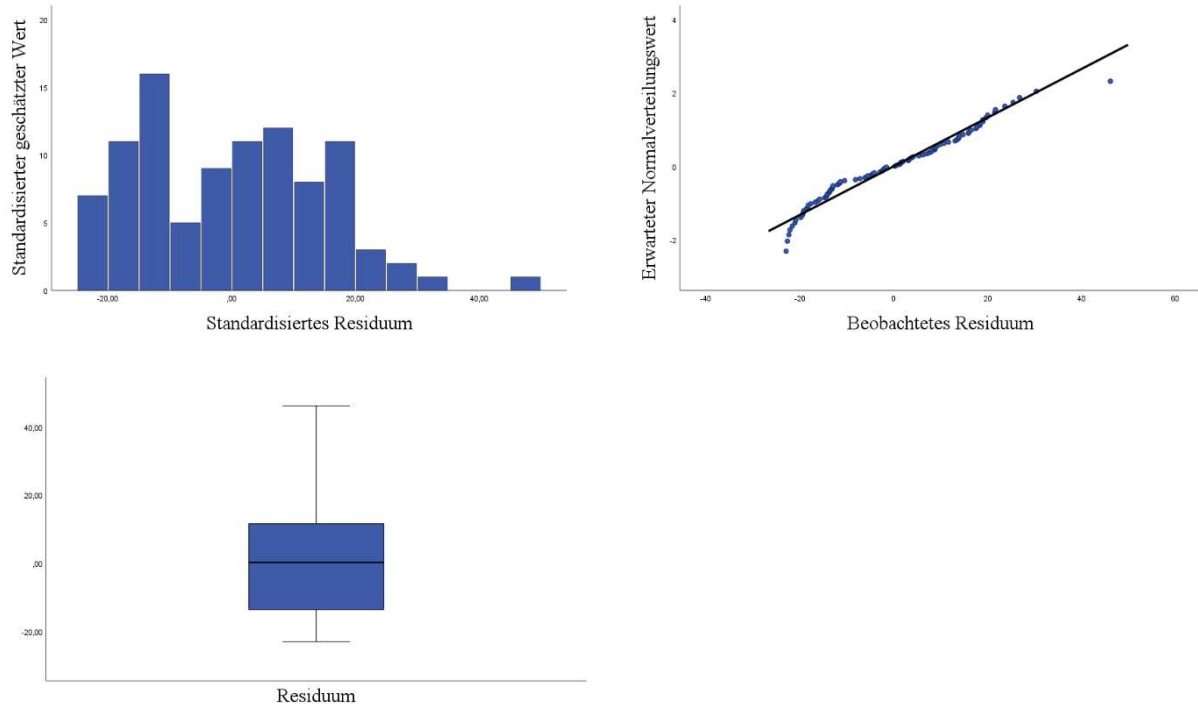


Abbildung D4

Verteilung und Ausreißer der Level-2-Residuen des MLM elterliche Kontrolle & kognitive Umbewertung

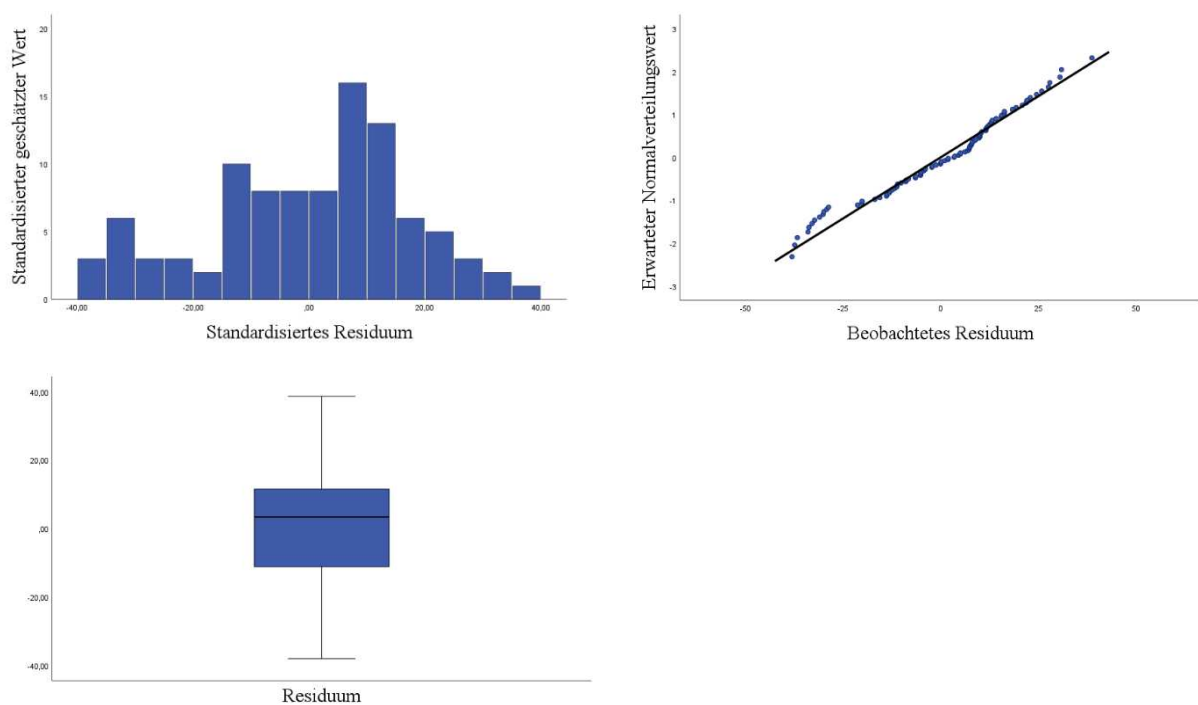


Abbildung D5

Verteilung und Ausreißer der Level-2-Residuen des MLM elterliche Kontrolle & Unterdrückung negativer Emotionen

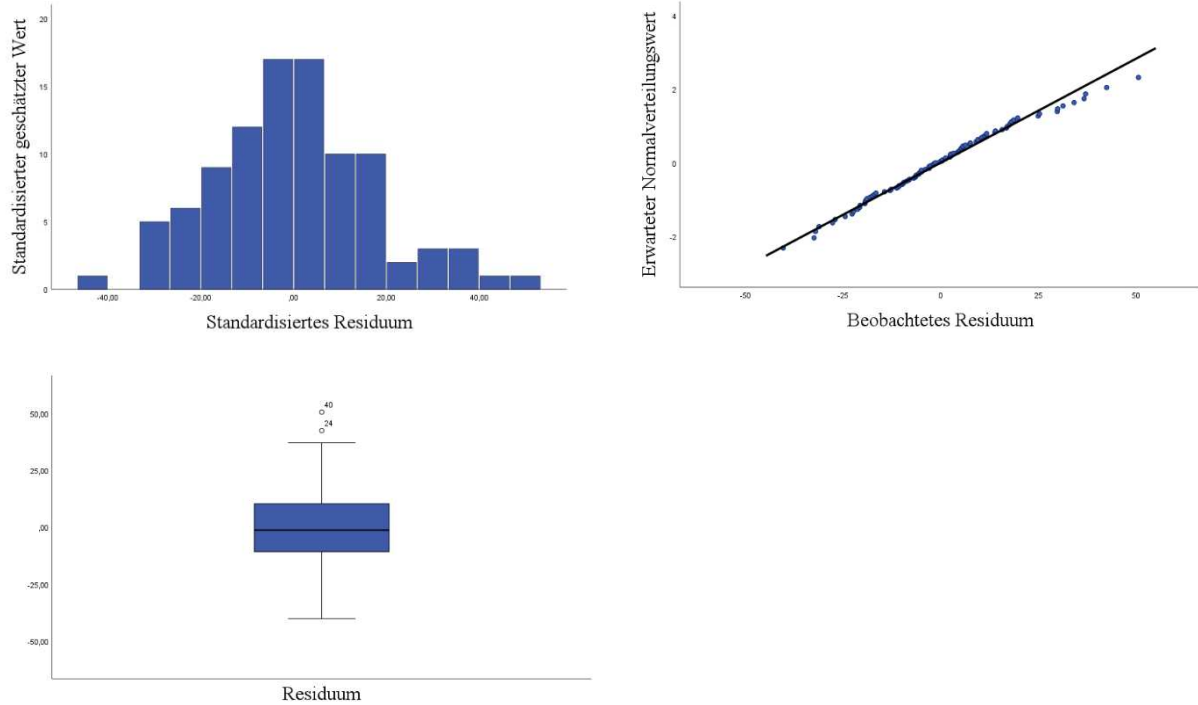
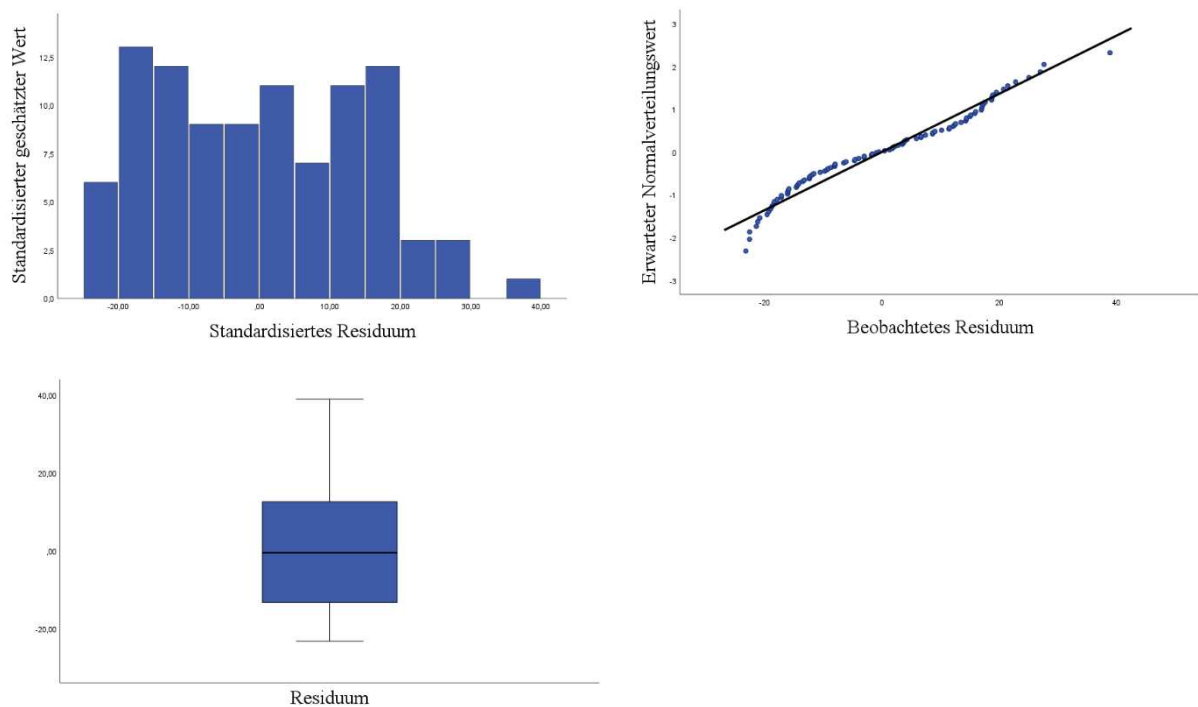


Abbildung D6

Verteilung und Ausreißer der Level-2-Residuen des MLM elterliche Kontrolle & Unterdrückung positiver Emotionen



Anhang E: Homoskedastizität / Linearität der Residuen der MLM

Abbildung E1

Verteilung der Residuen des MLM elterliche Fürsorge & kognitive Umbewertung zur Überprüfung der Homoskedastizität

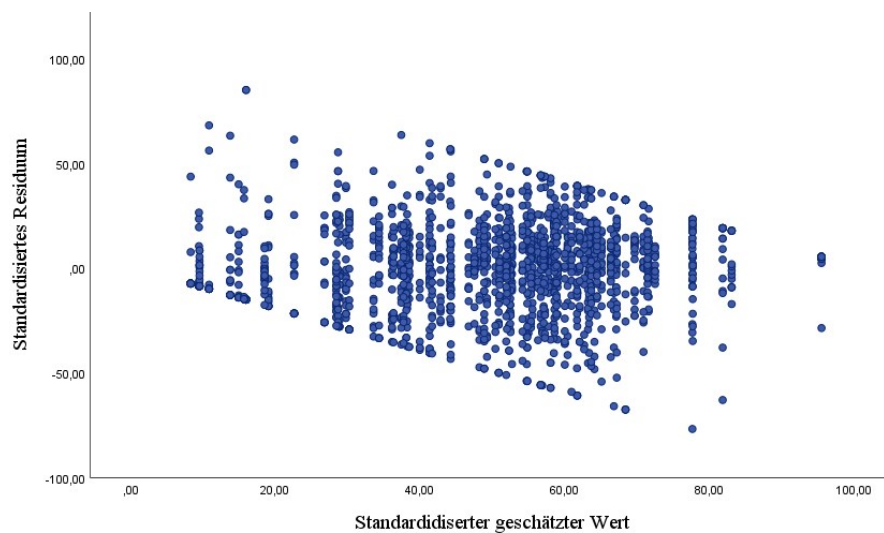


Abbildung E2

Verteilung der Residuen des MLM elterliche Fürsorge & Unterdrückung negativer Emotionen zur Überprüfung der Homoskedastizität

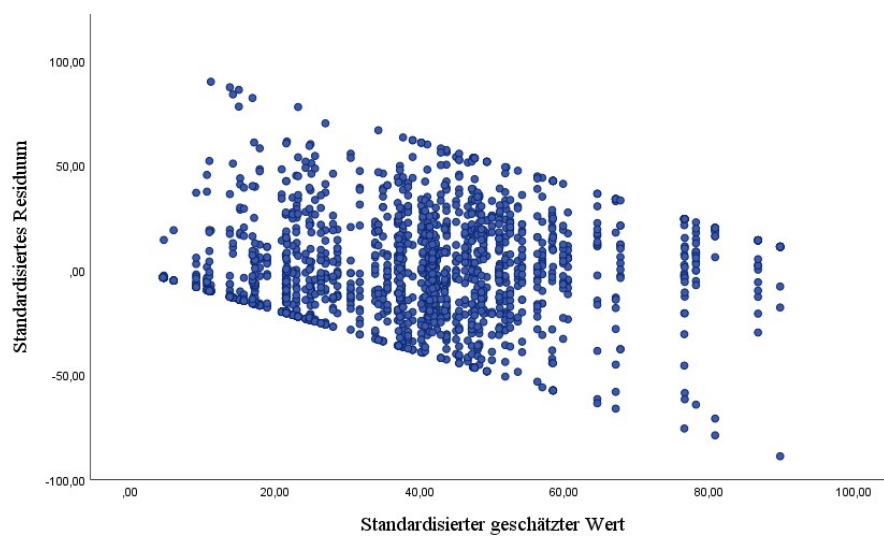


Abbildung E3

Verteilung der Residuen des MLM elterliche Fürsorge & Unterdrückung positiver Emotionen zur Überprüfung der Homoskedastizität

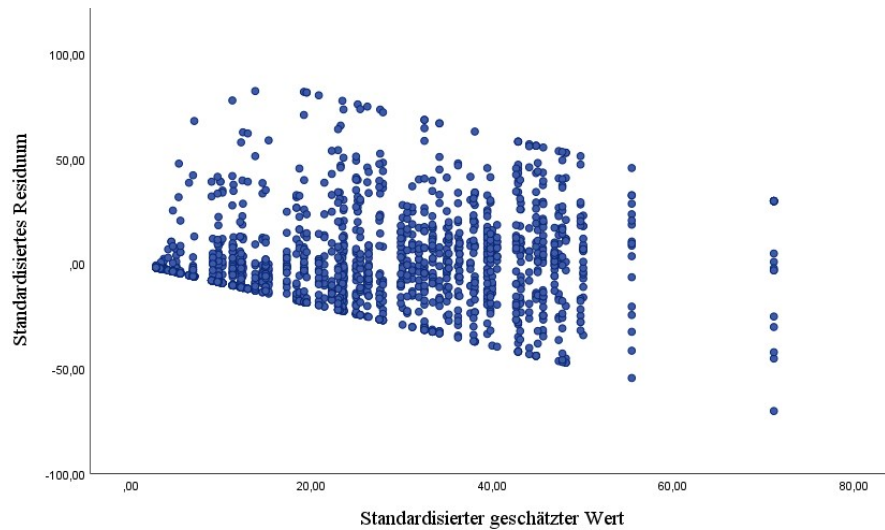


Abbildung E4

Verteilung der Residuen des MLM elterliche Kontrolle & kognitive Umbewertung zur Überprüfung der Homoskedastizität

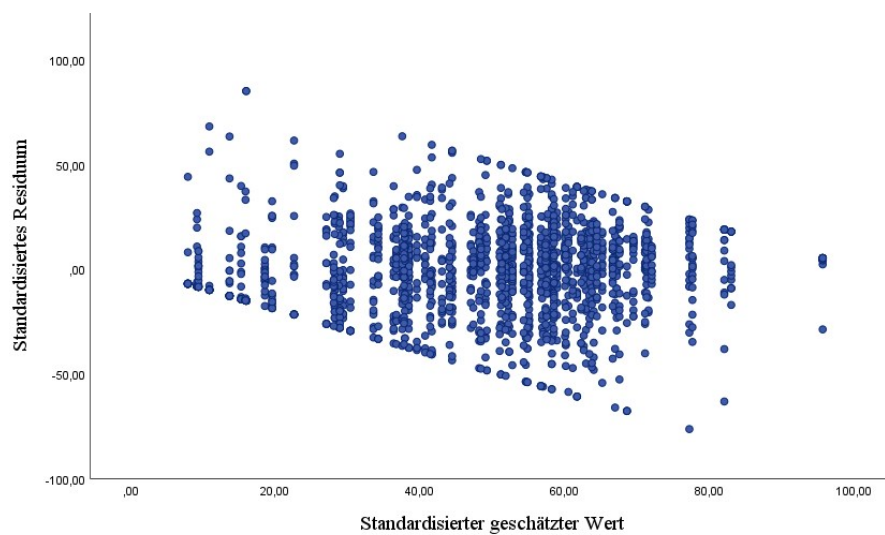


Abbildung E5

Verteilung der Residuen des MLM elterliche Kontrolle & Unterdrückung negativer Emotionen zur Überprüfung der Homoskedastizität

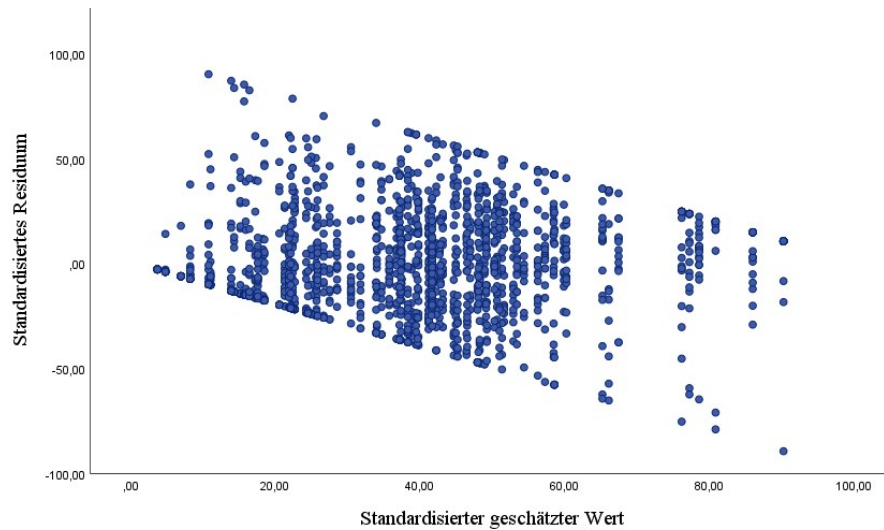
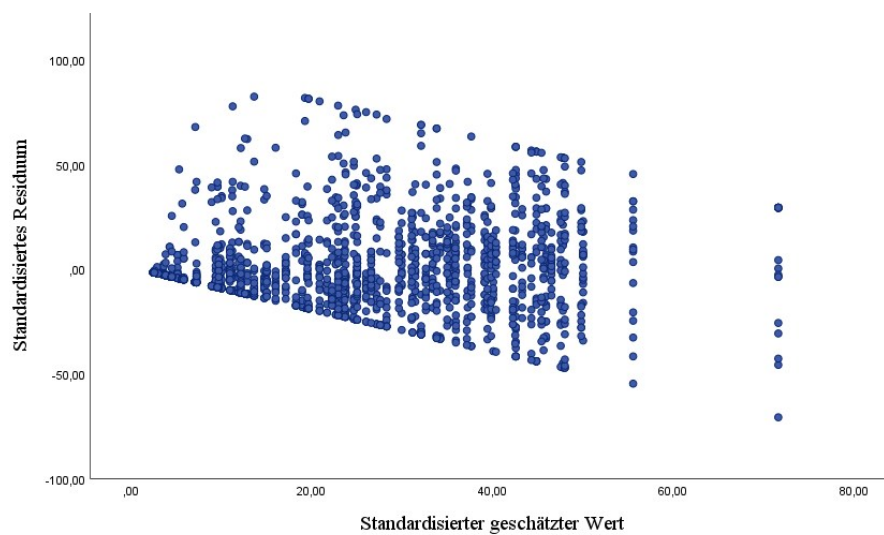


Abbildung E6

Verteilung der Residuen des MLM elterliche Kontrolle & Unterdrückung positiver Emotionen zur Überprüfung der Homoskedastizität



Anhang F: MLM ohne Berücksichtigung des Alters

Tabelle F1

Parameter des MLM zur Testung der Hypothesen H1.1, H1.2, H1.7 (Kognitive Umbewertung)

Feste Effekte	Schätzer	SE	t	p	Pseudo- R ²
					.007
Intercept	49.19	1.97	24.99	<.001	
Mütterliche Fürsorge	1.29	2.84	.45	.652	
Väterliche Fürsorge	-3.98	3.26	-1.22	.224	
Zufällige Effekte	Schätzer	95% KI			
		UG	OG		
Residualvarianz	458.50	427.85	491.34		
Random Intercept	348.13	257.08	471.42		

Anmerkung. Abhängige Variable = Kognitive Umbewertung. SE = Standarderror; KI = Konfidenzintervall; UG = Untergrenze des KI; OG = Obergrenze des KI.

Tabelle F2

Parameter des MLM zur Testung der Hypothesen H1.3, H1.4, H1.7 (Unterdrückung neg. Emotionen)

Feste Effekte	Schätzer	SE	t	p	Pseudo- R ²
					.008
Intercept	38.71	2.06	18.82	<.001	
Mütterliche Fürsorge	-3.44	2.97	-1.16	.250	
Väterliche Fürsorge	-.79	3.40	-.23	.817	
Zufällige Effekte	Schätzer	95% KI			
		UG	OG		
Residualvarianz	605.27	564.81	648.63		
Random Intercept	373.95	274.78	508.90		

Anmerkung. Abhängige Variable = Unterdrückung negativer Emotionen. SE = Standarderror; KI = Konfidenzintervall; UG = Untergrenze des KI; OG = Obergrenze des KI.

Tabelle F3*Parameter des MLM zur Testung der Hypothesen H1.5, H1.6, H1.7 (Unterdrückung pos. Emotionen)*

Feste Effekte	Schätzer	SE	t	p	Pseudo-R ²
					.002
Intercept	25.17	1.69	14.91	<.001	
Mütterliche Fürsorge	-1.49	2.44	-.61	.542	
Väterliche Fürsorge	-.63	2.79	-.23	.822	
Zufällige Effekte	Schätzer	95% KI			
		UG	OG		
Residualvarianz	443.57	413.92	475.35		
Random Intercept	250.16	183.35	341.30		

Anmerkung. Abhängige Variable = Unterdrückung positiver Emotionen. SE = Standarderror; KI = Konfidenzintervall; UG = Untergrenze des KI; OG = Obergrenze des KI.

Tabelle F4*Parameter des MLM zur Testung der Hypothesen H2.1, H2.2, H2.7 (Kognitive Umbewertung)*

Feste Effekte	Schätzer	SE	t	p	Pseudo-R ²
					.013
Intercept	49.11	1.95	25.13	<.001	
Mütterliche Kontrolle	-5.56	3.36	-1.66	.100	
Väterliche Kontrolle	2.53	4.17	.61	.545	
Zufällige Effekte	Schätzer	95% KI			
		UG	OG		
Residualvarianz	458.50	427.85	491.35		
Random Intercept	343.28	253.42	464.99		

Anmerkung. Abhängige Variable = Kognitive Umbewertung. SE = Standarderror; KI = Konfidenzintervall; UG = Untergrenze des KI; OG = Obergrenze des KI.

Tabelle F5*Parameter des MLM zur Testung der Hypothesen H2.3, H2.4, H2.7 (Unterdrückung neg. Emotionen)*

Feste Effekte	Schätzer	SE	t	p	Pseudo- R ²
					.040
Intercept	38.73	1.97	19.63	<.001	
Mütterliche Kontrolle	9.15	3.39	2.70	.008	
Väterliche Kontrolle	1.57	4.21	.37	.711	
Zufällige Effekte	Schätzer	95% KI			
		UG	OG		
Residualvarianz	605.26	564.80	648.62		
Random Intercept	342.09	250.75	466.70		

Anmerkung. Abhängige Variable = Unterdrückung negativer Emotionen. SE = Standarderror; KI = Konfidenzintervall; UG = Untergrenze des KI; OG = Obergrenze des KI.

Tabelle F6*Parameter des MLM zur Testung der Hypothesen H2.5, H2.6, H2.7 (Unterdrückung pos. Emotionen)*

Feste Effekte	Schätzer	SE	t	p	Pseudo- R ²
					.018
Intercept	25.19	1.65	15.24	<.001	
Mütterliche Kontrolle	4.36	2.84	1.54	.128	
Väterliche Kontrolle	2.47	3.53	.70	.487	
Zufällige Effekte	Schätzer	95% KI			
		UG	OG		
Residualvarianz	443.59	413.94	475.37		
Random Intercept	239.01	174.95	326.54		

Anmerkung. Abhängige Variable = Unterdrückung positiver Emotionen. SE = Standarderror; KI = Konfidenzintervall; UG = Untergrenze des KI; OG = Obergrenze des KI.