



universität
wien

MASTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Masterarbeit / Title of the Master's Thesis

„Die Bedeutung romantischer Beziehungen für das Wohlbefinden beim Erleben des Erwachsenwerdens“

verfasst von / submitted by

Julia Elisabeth Lang, BSc

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

Wien, 2019 / Vienna 2019

Studienkennzahl lt. Studienblatt /
degree programme code as it appears on
the student record sheet:

A 066 840

Studienrichtung lt. Studienblatt /
degree programme as it appears on
the student record sheet:

Masterstudium Psychologie UG2002

Betreut von / Supervisor:

Ass.-Prof. Mag. rer. nat. Dr.phil. Harald Werneck

Danksagung

Mein aufrichtiger Dank gilt Herrn Ass.-Prof. Mag. Dr. Werneck für die Betreuung meiner Masterarbeit. Die Flexibilität hinsichtlich der Themenwahl, die Unterstützung durch die schnelle Beantwortung aufkommender Fragen und hilfreiche Anregungen, wie auch das Verständnis, die Zuversicht und die motivierenden Worte in dieser stressigen Zeit weiß ich sehr zu schätzen.

Vorab möchte ich mich auch bei denjenigen bedanken, die mir immer wieder Anregungen für mein Thema gegeben und ihr Interesse daran vermittelt haben, wodurch ein Gefühl der Bestätigung für mein Vorgehen entstand. Bedanken möchte ich mich an dieser Stelle auch besonders bei meinem Papa, Daniel, Bianca und Elisabeth für das Korrekturlesen meiner Arbeit und das hilfreiche Feedback.

Ein großes Dankeschön geht auch an meine Familie, meinen Freund und meine Freunde und Freundinnen, die mich auf die verschiedensten Arten auf meinem Weg durch das Studium und besonders in der Abschlussphase begleitet und unterstützt haben, sei es finanziell, emotional oder einfach durch diverse erforderliche Ablenkungen, die mir Kraft gegeben haben. Ich danke meinen Eltern dafür, dass sie mir das Studium ermöglichten und mir ihr Verständnis in stressigen Zeiten entgegenbrachten. Ein besonderer Dank geht an meinen Freund, Daniel, der die Abschlussphase auch sehr intensiv miterlebte, mich aber stets dazu motiviert hat, weiterzumachen, und mir dabei immer sowohl mental als auch tatkräftig bei Problemen im Schreibprozess zur Seite stand. An Bianca, die mich immer unterstützte, aber auch ablenkte und darin trotz aller Umstände viel Geduld bewies. An Alina, dass sie mir eine treue Kollegin und Freundin im Studium und vor allem im Masterstudium war und ist, immer ein offenes Ohr hat, und sämtliche Bibliotheksstunden gemeinsam mit mir abgesehen hat. Und zuletzt an Astrid, Christina und Katharina, die einfach immer als sehr gute Freundinnen für mich da sind, und sich besonders in der Abschlussphase meine Sorgen anhörten und sich stets nach meinem Befinden erkundet haben.

Ein Dankeschön möchte ich an dieser Stelle auch den 1001 Teilnehmer/innen meiner Umfrage aussprechen, wie auch denjenigen, die ihr Bestes gegeben haben, meinen Fragebogen möglichst weit zu verbreiten.

Inhaltsverzeichnis

Danksagung	3
Inhaltsverzeichnis	5
1 Einleitung und theoretischer Hintergrund	7
1.1 Emerging Adulthood	8
1.2 Entwicklungsaufgaben und Erwartungen in der Emerging Adulthood	10
1.3 Wohlbefinden in der Emerging Adulthood	11
1.4 Romantische Beziehungen in der Emerging Adulthood	12
1.5 Instabilität und Beziehungen	24
1.6 Zusammenfassung und Fragestellungen	26
2 Methoden	28
2.1 Rekrutierung	28
2.2 Einschlusskriterien	28
2.3 Ausschlusskriterien	28
2.4 Beschreibung der Stichprobe	28
2.5 Operationalisierung	31
2.6 Statistische Analyse	34
3 Ergebnisse	36
3.1 Voranalyse	36
3.2 Fragestellung 1	37
3.3 Fragestellung 2	41
3.4 Fragestellung 3	44
3.5 Zusatzanalyse zur sexuellen Orientierung	45
4 Diskussion	47
4.1 Bedeutung und Limitationen der Studie	52
5 Literaturverzeichnis	55
6 Abbildungsverzeichnis	65
7 Tabellenverzeichnis	66
8 Anhang A – Zusammenfassung	67
9 Anhang B – Abstract	69
10 Anhang C – Zusätzliche Abbildung	70
11 Anhang D – Zusätzliche Tabellen	71
12 Anhang E – Fragebogen	76

1 Einleitung und theoretischer Hintergrund

Es ist allgemein bekannt, dass sich die Lebensumstände von der einen Generation zur nächsten hin unterscheiden. Dass aber jeder und jede einzelne an einem gewissen Punkt erwachsen werden und Verantwortung übernehmen muss, bleibt bestehen. In der Vergangenheit haben soziale Normen und die eigenen Eltern die Richtung im Leben der jüngeren Generation vorgegeben (Shulman & Connolly, 2013). Die heutigen jungen Erwachsenen hingegen haben dabei im Vergleich zur früheren Zeit deutlich mehr Spielraum und Freiheiten, da sie in einer Kultur aufwachsen, in der Unabhängigkeit, Individualismus und Selbstentfaltung gefördert werden. Während beispielsweise früher klar war, dass Kinder viele Aufgaben der Eltern zu übernehmen hatten, während diese arbeiteten, ist es heutzutage eher der Fall, dass sie deutlich mehr und länger von den Eltern unterstützt werden, auch wenn sie bereits berufstätig sind (vgl. Settersten & Ray, 2010). So positiv dies im ersten Moment klingen mag, und so bereitwillig diese Freiheiten ausgelebt werden, haben viele junge Menschen genauso ihre Probleme mit dieser Übergangszeit und nehmen diese als Herausforderung wahr. Denn die vielen neuen Freiheiten gehen gleichzeitig mit Unsicherheiten und unvorhersehbaren Ereignissen einher – insgesamt einem Gefühl von Instabilität (Arnett, 2015). Dieses Gefühl steht bei vielen im Zusammenhang mit Beeinträchtigungen des Wohlbefindens und der psychischen Gesundheit (Baggio, Studer, Iglesias, Daepfen, & Gmel, 2017). Da romantische Partner/innen in dieser Zeit eine bedeutende Position im sozialen Netzwerk einnehmen (Guarnieri, Smorti, & Tani, 2015), stellt sich die Frage, ob eine verbindliche romantische Beziehung mitsamt ihren Qualitäten, die sie einem bieten kann, hier eine protektive Ressource darstellt. Denn romantische Beziehungen sind mit den verschiedensten Facetten des Wohlbefindens verbunden (Gala & Kapadia, 2013). Diesen positiven Wechselwirkungen soll in der vorliegenden Studie nachgegangen werden, wobei der Fokus auf der Lebenszufriedenheit und der wahrgenommenen Instabilität junger Erwachsener liegt. Beziehungsrelevante Faktoren, die dabei näher betrachtet werden, sind der Beziehungsstatus an sich sowie die Beziehungszufriedenheit, das Beziehungscommitment, die Partnerunterstützung und die empfundene Stabilität des/r Partners/in.

1.1 Emerging Adulthood

Im letzten halben Jahrhundert entstand durch einen sozialen und demografischen Wandel in den industrialisierten Ländern eine neue Entwicklungsphase junger Erwachsener, die eine Ausdehnung des Erwachsenwerdens bis in die späten Zwanzigerjahre ermöglicht und fordert (Arnett, 2000; Lanctot & Poulin, 2018; Seiffge-Krenke, 2015). Diese Entwicklungsphase bezeichnet man als Emerging Adulthood (Arnett, 2000). Sie findet zwischen 18 und 25 beziehungsweise 29 Jahren statt und ist dadurch gekennzeichnet, dass junge Erwachsene beginnen, verschiedene Lebenswege zu explorieren und Verpflichtungen einzugehen, die das Erwachsenenleben strukturieren (Arnett, 2015). Diese Verpflichtungen werden in der heutigen Zeit von jungen Erwachsenen im Vergleich zu jungen Erwachsenen in der Vergangenheit tendenziell später eingegangen. Dazu gehören beispielsweise die Eheschließung, die Elternschaft sowie der Übergang zu einem stabilen Arbeitsleben. Ein ausschlaggebender Grund dafür ist die Tatsache, dass jungen Erwachsenen heute durch die Gesellschaft ein anderes Maß an Freiheit und Flexibilität gewährt wird, ohne die Erwartungen, die Verantwortungen eines Erwachsenen so früh wie möglich zu übernehmen (Arnett, 2015; Settersten & Ray, 2010). Dazu hat unter anderem die Verbreitung individualistischer Wertesysteme, wie beispielsweise die Bedeutung von Selbstverwirklichung, enorm beigetragen (Seiffge-Krenke, 2015).

Insgesamt ist das Leben in den modernen westlichen Industriegesellschaften im Vergleich zu früheren Epochen nicht mehr nach streng kontrollierten sozialen Vorgaben geregelt, zugleich aber auch unübersichtlich geworden (Hurrelmann, 2003). Junge Erwachsene werden in einer Kultur erzogen, welche Unabhängigkeit, Individualismus und Selbstentfaltung fördert (Shulman & Connolly, 2013), weshalb die Erwartung besteht, in diesem Sinne einen ganz persönlichen und einmaligen Weg zu finden (Hurrelmann, 2003).

Aufgrund dieser neuen Freiheiten zeichnet sich laut Arnett (2015) die Phase der Emerging Adulthood durch folgende fünf Dimensionen aus, die zwar nicht ausschließlich in dieser Lebensphase von Bedeutung sind, aber sehr charakteristisch für diese sind: das Erleben der Identitätsexploration, das Empfinden von Instabilität, der erhöhte Selbstfokus, das Gefühl des Dazwischenseins sowie das Alter der Möglichkeiten.

Der Begriff *Identitätsexploration* beschreibt das Explorieren verschiedener Optionen der Lebensgestaltung, besonders in den Bereichen Liebe und Arbeit. Es geht darum, herauszufinden, wer man ist und was man im Leben will. Im Bereich der Liebe betrifft das die Suche nach der Person, die am besten zu einem selbst ein Leben lang passen würde. Im Bereich

der Arbeit betrifft dies das Explorieren eigener Qualitäten und Interessen sowie die Suche nach dem langfristig perfekten Job.

Mit *Instabilität* sind die negativen Aspekte des Übergangs zum Erwachsensein gemeint, etwa die wahrgenommene Unbeständigkeit oder Überforderung sowie das Erleben stressreicher, verwirrender oder sorgenreicher Inhalte. Die häufigen Veränderungen in den Leben junger Erwachsener, die sich auf Liebe, Wohnort, Jobs, sowie Ausbildung beziehen, leisten dazu einen erheblichen Beitrag zu haben (Arnett, 2005). Ab einem gewissen Zeitpunkt besteht die gesellschaftliche Erwartung, einen ausgereiften Lebensplan betreffend Ausbildung, Jobsuche, Beziehungen und Wohnsituation (Arnett, 2015). Exploration und Instabilität gehen hier Hand in Hand. Denn dieser Lebensplan unterliegt aufgrund des hohen Ausmaßes an Exploration etlichen Überprüfungen und Änderungen während der Emerging Adulthood. Folglich wird zwar die Frage der Zukunftsaussichten immer weiter geklärt, aber ebenso wird eine stetige Anpassungsleistung erfordert. Dementsprechend wird diese Phase oft nicht nur als Chance, die neuen Freiheiten auszuleben, sondern aufgrund des Überflusses an Entscheidungen und der Abwesenheit von Struktur auch als Belastung wahrgenommen, die Gefühle von Überforderung, Angst und Verwirrung auslösen kann (vgl. Lanctot & Poulin, 2018).

Ein *erhöhter Selbstfokus* entsteht durch die geringen täglichen Verbindlichkeiten und Verpflichtungen anderen gegenüber. Er drückt sich aus durch eine größere Unabhängigkeit, beachtliche persönliche Freiheiten sowie die Möglichkeit, sich auf sich selbst zu konzentrieren und dementsprechend auch durch eine höhere Verantwortung für sich selbst. Indem sich Emerging Adults auf sich selbst fokussieren, entwickeln sie mehr Verständnis dafür, wer sie sind und was sie vom Leben wollen und beginnen eine Basis für ihr Leben als Erwachsene aufzubauen.

Das Gefühl des *Dazwischenseins* bezeichnet das Zwischenstadium, in dem sich die Mehrheit der jungen Erwachsenen nicht mehr jugendlich, aber auch noch nicht vollständig erwachsen fühlt. Es ist die Phase zwischen den Einschränkungen der Jugend und den Verantwortungen des Erwachsenseins. Der Punkt, an dem Verantwortung akzeptiert, eigenständige Entscheidungen getroffen und finanzielle Unabhängigkeit erlangt werden, wird in dieser Zwischenphase noch nicht erreicht.

Die Phase der Emerging Adulthood gilt auch als das Alter der *Möglichkeiten*. Dies ist die Zeit, in der viele verschiedene Zukunftswege möglich sind und wenig über die eigene Lebensrichtung entschieden ist. Aufgrund der wahrgenommenen Vielfalt an potenziellen

Partner/innen, sozialen Angelegenheiten sowie Jobmöglichkeiten ist es eine optimistische Lebenszeit, in der große Hoffnungen und Erwartungen gehegt werden und das Erfüllen aller Hoffnungen möglich zu sein scheint. Emerging Adults haben einen großen Spielraum bezüglich eigener Entscheidungen und somit die Möglichkeit, sich selbst nach den eigenen Vorstellungen – wie man leben und wer man sein möchte – zu gestalten.

1.2 Entwicklungsaufgaben und Erwartungen in der Emerging Adulthood

Anzumerken ist, dass trotz der gesellschaftlichen Akzeptanz der neuen Freiheiten junger Erwachsener, normative Setzungen, was erreicht werden sollte, dennoch sehr bedeutsam für diese zu sein scheinen (Seiffge-Krenke & Gelhaar, 2008). Schon Erikson (1988) zufolge gibt es gewisse Krisen im Leben zu bewältigen und gewisse Aufgaben zu erfüllen. So lassen sich dessen postulierte Entwicklungsaufgaben des Festigens der Identität bezüglich neuer sozialer Rollen, wie im Beruf oder der Gesellschaft, sowie das Eingehen einer festen Partnerschaft und Intimität in die Emerging Adulthood einordnen. Laut Robinson (2016) könnte man die Aufgabe der Intimität heutzutage als Commitment bezeichnen. Dieses bezieht sich darauf, sich einem System zu verpflichten und Teil von etwas zu sein, sei es eine romantische Beziehung, ein Job, oder anderes. Die meisten Entwicklungsaufgaben werden von den jungen Erwachsenen immer noch als zentrale Ziele beschrieben (Seiffge-Krenke & Gelhaar, 2008). Dazu gehören das Eingehen einer Partnerschaft, eine abgeschlossene Ausbildung, eine erreichte Berufstätigkeit, der Auszug aus dem Elternhaus sowie die Elternschaft (z.B. Cohen, Kasen, Chen, Hartmark, & Gordon, 2003; Havighurst, 1948; Settersten, 2007). Ein Erreichen dieser Entwicklungsaufgaben steht in positiver Verbindung mit emotionalem Wohlbefinden (Seiffge-Krenke & Gelhaar, 2008). Bei großen Diskrepanzen zwischen dem Entwicklungsstand und den Zielen, entsteht ein sehr starker Entwicklungsdruck, der sich unter anderem in psychischen Symptomen, wie internalisierenden Störungen äußern kann (vgl. Seiffge-Krenke, 2015). Sollten die Aufgaben nicht adäquat bewältigt werden, könnten außerdem Einschränkungen entstehen, die nur schwer zu überwinden sind (Eccles, Templeton, Barber, & Stone, 2003). Ein mangelndes Verständnis der Unterschiede zwischen den Generationen kann Probleme wie diese noch verstärken (Atwood & Scholtz, 2008).

1.3 Wohlbefinden in der Emerging Adulthood

Wie bereits erwähnt, stehen den Emerging Adults vielfache Optionen und mögliche Lebenswege zur Verfügung. Da diese neue Freiheit von vielen wertgeschätzt wird, kann die Emerging Adulthood eine Zeit von steigendem Wohlbefinden sein. In einer groß angelegten Langzeitstudie beispielsweise konnte gezeigt werden, dass das Wohlbefinden über die Zeit der Emerging Adulthood steigt (Galambos, Barker, & Krahn, 2006). Auch Rossi und Mebert (2011) bestätigten, dass sich Personen während der Emerging Adulthood mit steigendem Alter wohler fühlen.

Diese Phase scheint jedoch sehr heterogen zu sein. Denn viele Menschen fühlen sich durch die neuen Freiheiten hinsichtlich Unabhängigkeit, Individualismus und Selbstentfaltung (Shulman & Connolly, 2013) unter einem schwer zu bewältigenden Originalitätsanspruch (Hurrelmann, 2003). Sie nehmen eher die negativen Aspekte wahr und verfügen über weniger gute Fähigkeiten, mit den externen Stressoren in der Phase des Erwachsenwerdens umzugehen (Arnett, 2015). Allein die höheren Prävalenzen von psychischen Erkrankungen im Alter von 18 bis 34 im Vergleich zu älteren Personen (Jacobi et al., 2014) unterstreichen, dass die Belastungen dieser Entwicklungsphase nicht ganz spurlos an den jungen Leuten vorbeigehen (Seiffge-Krenke, 2015). Die vielen bedeutenden Veränderungen im Leben können zu einer Krise führen, wenn sich die Betroffenen überfordert fühlen und nicht fähig sind, mit den Veränderungen zurechtzukommen (Slaikau, 1990, zitiert nach Robinson, 2018, S. 2). Während sich die einen also ausleben oder gut angepasst sind, mühen sich die anderen mit den Herausforderungen ab (Nelson & Padilla-Walker, 2013; Samuolis & Griffin, 2014; Schulenberg, Bryant, & O'Malley, 2004). Dies zeigt sich in unterschiedlichen Ausprägungen von depressiven Symptomen (Baggio et al., 2017; Nelson & Padilla-Walker, 2013; Samuolis & Griffin, 2014), Überforderungsgefühlen (Lanctot & Poulin, 2018; Samuolis & Griffin, 2014), Erschöpfung, Traurigkeit, Einsamkeit und Hoffnungslosigkeit (Samuolis & Griffin, 2014).

Wie sich nun sehen lässt, bestehen verschiedene Umgangsweisen mit den Herausforderungen des Erwachsenwerdens. Manche kommen besser und manche schlechter damit zurecht. Ein bedeutender Faktor, der dabei eine Rolle zu spielen scheint, ist das Empfinden von Instabilität. Die Emerging Adulthood ist vermutlich die instabilste Phase im gesamten Verlauf des Lebens (Arnett, 2005). Instabilität bezieht sich auf Gefühle von Unsicherheit (Reifman, Arnett, & Colwell, 2007) sowie Überforderung und Ungewissheit (Baggio et al., 2017). Entsprechend geht ein höheres Empfinden von Instabilität mit einem

geringen Ausmaß an Kontrolle über das Leben einher (Reifman et al., 2007). Daher ist es naheliegend, dass sich bei denjenigen, die dieses Gefühl eher empfinden, auch gewisse psychische Auswirkungen bemerkbar machen. Betroffene Personen zeigen beispielsweise ein geringeres Wohlbefinden, was sich in Form von vermehrten depressiven Symptomen (Baggio et al., 2017; Luyckx, De Witte, & Goossens, 2011), internalisierenden Problemen und Alkoholabhängigkeit (Lanctot & Poulin, 2018) sowie einem schwächeren Selbstwert (Luyckx et al., 2011) und geringerer Lebenszufriedenheit (Baggio et al., 2017; Reifman et al., 2007) äußert.

In diesem Zusammenhang wird auch von der sogenannten Quarter-life Crisis gesprochen (z.B. Atwood & Scholtz, 2008; Robinson, 2018), die enge Verbindungen zu der Emerging Adulthood aufweist. Diese Phase zwischen der Jugend und dem Erwachsensein manifestiert sich typischerweise, wenn eine Person Schwierigkeiten damit hat, in einen Lebensstil überzugehen, der sich mehr durch festgelegte Rollen, Verpflichtungen und Vorhersagbarkeit definiert (Robinson, 2018). Instabilität und Selbsterforschung prägen daher auch diesen Lebensabschnitt. Vor allem Schwierigkeiten bezüglich der romantischen Beziehung, Finanzen, Jobs, und schmerzliche Verluste werden dabei genannt (Robinson & Wright, 2013). Aufgrund der verwirrenden Vielfalt an Möglichkeiten, einer unsicheren Zukunft, und fehlender normativer Richtlinien für eindeutig richtige Entscheidungen, zeigen sich auch hier verschiedene Arten, mit dieser Phase umzugehen (Atwood & Scholtz, 2008).

Insgesamt ist also die Emerging Adulthood neben der Jugend für den weiteren Lebensverlauf von großer Bedeutung, da Menschen in dieser Zeit wichtige Entscheidungen bezüglich Ausbildung, Job, Wohnsituation, Partnerwahl und Familiengründung treffen und Aktivitäten betreiben, die Einfluss auf das restliche Leben haben können (Eccles et al., 2003). Da offensichtlich viele junge Erwachsene Probleme im Umgang mit all den genannten Herausforderungen und Veränderungen haben, ist es wichtig, Faktoren näher zu betrachten, die die negativen Gefühle in dieser Phase mildern könnten. Dazu können beispielsweise eine romantische Beziehung und ihre verschiedenen Qualitäten gehören. Im Folgenden sollen daher potenzielle protektive Einflüsse einer Beziehung auf die Lebenszufriedenheit und das Gefühl der Instabilität erläutert werden.

1.4 Romantische Beziehungen in der Emerging Adulthood

In der Zeit vieler Unsicherheiten kann eine romantische Beziehung als stabiler Faktor eine wichtige Rolle spielen. In heutigen westlichen Gesellschaften wird das junge

Erwachsenenalter als kritische Periode betrachtet, in der das Eingehen einer stabilen und intimen Beziehung als wichtiger Meilenstein gilt, der mit Konsequenzen für das psychische Wohlbefinden verbunden ist (Meeus, Branje, van der Valk, & de Wied, 2007). Auch mehrere Theoretiker halten fest, dass die Entwicklung enger und inniger romantischer Beziehungen eine kritische Aufgabe beim Übergang von der Adoleszenz zum Erwachsenenalter ist (Arnett 2000; Erikson 1988). Während der Emerging Adulthood – der Zeit, in der junge Erwachsene eine gefestigte Identität entwickeln und unabhängig werden – streben es die meisten jungen Erwachsenen an, eine romantische Beziehung einzugehen und diese aufrechtzuerhalten (Arnett, 2000; Berk, 2011; Meeus et al., 2007).

Romantische Beziehungen können in der Emerging Adulthood verschiedenste Formen annehmen. Diese reichen von sporadischen, über häufige und intensive, bis hin zu stabileren Formen (Boisvert & Poulin, 2017; Roberson, Norona, Fish, Olmstead, & Fincham, 2017). Selbst jene, die eher in einer festen Beziehung zu finden sind, haben oft Schwierigkeiten, sich festzulegen und gemeinsam Zukunftspläne zu erstellen (Shulman & Connolly, 2013). Auch die Orientierung hin zu einer Eheschließung lässt nach. Junge Erwachsene heiraten später, leben aber schon vor der Ehe zusammen (Atwood & Scholtz, 2008). Trotz dieser romantischen Instabilitäten und Veränderungen scheint ein Trend zum Commitment und zu langfristigen Beziehungen zu bestehen (Roberson, Norona, et al., 2017; Shulman & Connolly, 2013).

Generell übernimmt der romantische Partner in der Emerging Adulthood eine bedeutende Position im individuellen sozialen Netzwerk (Guarnieri et al., 2015; Lanz & Tagliabue, 2007). Besonders im Vergleich zu Beziehungen mit anderen nahen (Bezugs-) Personen nimmt die romantische Beziehung eine sehr wichtige Stellung ein (Demir, 2010). Sie wird als die intensivste aller Beziehungsformen gesehen, deren Einfluss auf den Menschen in etwa vergleichbar ist mit der bedeutenden Mutter-Kind-Beziehung (Gala & Kapadia, 2013).

Weiters haben romantische Beziehungen in der Emerging Adulthood positive Auswirkungen in den verschiedensten Bereichen. Beispielsweise führen diese zu verstärktem Erleben von Sinn und Zielen im Leben, erhöhten sozialen Fähigkeiten, Akzeptanz von mehr Verantwortung in der Arbeit und im Leben sowie folglich insgesamt zu vermehrten positiven Gefühlen von Zufriedenheit und verringerten negativen Zuständen (Gala & Kapadia, 2013). Daher ist es besonders interessant und wichtig, die romantische Beziehung in dieser Lebensphase näher zu betrachten.

Das Eingehen von romantischen Beziehungen könnte als protektiver Faktor für die Lebenszufriedenheit in der stressigen Zeit der Emerging Adulthood wirken (Coccia & Darling,

2016). Die Lebenszufriedenheit wiederum kann die Resilienz eines Menschen erhöhen und somit als protektiver Faktor in stressigen Lebenssituationen wirken und folglich das Wohlbefinden positiv beeinflussen (Suldo & Huebner, 2004).

Beziehungsstatus. In vergangener Forschung wurde der Zusammenhang zwischen dem ehelichen Status und dem Wohlbefinden intensiv untersucht. Weniger Aufmerksamkeit hingegen wurde den potenziellen Vorteilen anderer verbindlicher romantischer Beziehungen gewidmet, wie zum Beispiel vorehelichen romantischen Beziehungen (Braithwaite, Delevi, & Fincham, 2010; Whitton & Kuryluk, 2012). Dabei ist gerade die partnerschaftliche Bindung neben elterlichen und freundschaftlichen Beziehungen der stärkste Prädiktor für die Lebenszufriedenheit in der Emerging Adulthood, die wiederum ein wesentlicher Indikator für subjektives Wohlbefinden ist (Guarnieri et al., 2015).

Diversen Autor/innen zufolge lässt sich eine Art Hierarchie des Beziehungsstatus bezüglich Wohlbefinden feststellen (z.B. Dush & Amato, 2005; Soons & Liefbroer, 2008). Nach den Ergebnissen der sehr häufig zitierten Studie von Dush und Amato (2005) steigt das subjektive Wohlbefinden mit „höherem“ Beziehungsstatus. Die Reihenfolge, die dabei festgelegt wurde, war folgende: Single/seltenes Dating, häufiges Daten, stabile Datingbeziehung, Zusammenwohnen, Ehe. Die Beziehungszufriedenheit war dabei ausschlaggebend, aber auch unabhängig von der Beziehungszufriedenheit blieb die Reihenfolge in Hinsicht auf das allgemeine Wohlbefinden bestehen. So profitiere man auch in unglücklichen Ehen unter anderem von mehr Stabilität, und durch das höhere Commitment und die Langzeitperspektive erhoffen sich Beziehungspartner eine Optimierung der Zukunft.

Auch in anderen Studien wurde dieser Zusammenhang bestätigt. So weisen junge Erwachsene in romantischen Beziehungen weniger mentale Gesundheitsprobleme (Baggio et al., 2017, Braithwaite et al., 2010; Galambos et al., 2006; Simon & Barrett, 2010; Whitton, Weitbrecht, Kuryluk, & Bruner, 2013) und im Gegensatz zu Singles eine höhere Lebenszufriedenheit auf (Adamczyk & Segrin, 2015; Baggio et al., 2017; Chow, 2005; Coccia & Darling, 2016; Fischer et al., 2014). Vor allem Langzeitbeziehungen führen zu mehr Wohlbefinden und Lebenszufriedenheit (Gala & Kapadia, 2013), was auch einen Hinweis auf den Fortschritt im Beziehungsstatus liefert. Nur wenige Studien konnten diesen positiven Effekt einer Beziehung nicht bestätigen. Hinsichtlich depressiver Symptome beispielsweise zeigte sich Domene und Arim (2016) zufolge der Beziehungsstatus nicht als signifikanter Prädiktor. Dabei wurden allerdings junge Erwachsene betrachtet, die gerade erst ins

Arbeitsleben übergegangen sind. Die Autoren meinten hierzu, dass die alleinige romantische Beziehung während des Übergangs in die Arbeitswelt eventuell nicht die gleiche soziale Unterstützungsfunktion bietet, wie später im Leben, nachdem sich der einzelne in seiner Karriere stärker etabliert hat.

Eine Erklärung für den positiven Effekt einer Beziehung könnte die Vollendung einer Aufgabe sein. Denn das Eingehen romantischer Beziehungen zählt, wie bereits erwähnt, zu den Entwicklungsaufgaben der Emerging Adulthood (Arnett, 2000). Auch diversen Autor/innen zufolge zählt die Partnerschaft neben einer abgeschlossenen Ausbildung, Berufstätigkeit, Auszug aus dem Elternhaus sowie der Elternschaft zu den klassischen Merkmalen des Erwachsenseins (z.B. Cohen et al., 2003; Settersten, 2007). Eine Vollendung dieser Aufgaben scheint mit erhöhtem Wohlbefinden assoziiert zu sein (Baggio et al., 2017). Daher lässt sich auch hier ein Zusammenhang der vollendeten Aufgabe einer romantischen Beziehung mit der Lebenszufriedenheit vermuten, da eine romantische Beziehung als bewältigte Aufgabe zum Erlangen eines gewissen Erfolgsgefühls führen kann (Whitton et al., 2013). Kansky (2018) schlägt vor, dass das Misslingen dieser Aufgabe zu einem schlechteren Wohlbefinden führen kann, besonders weil Zufriedenheit mit Erfolg in den verschiedensten entwicklungsbezogenen Lebensbereichen assoziiert wird (Lyubomirsky, King, & Diener, 2005).

Eine weitere Erklärung für die Assoziation des Beziehungsstatus mit dem Wohlbefinden ist die der sozialen Unterstützung und Integration. Dabei wird davon ausgegangen, dass die Ehe und andere tiefergehende Beziehungen den Vorteil der emotionalen Unterstützung in Zeiten von Stress und Krisen mit sich bringen und ein Gefühl von Gemeinschaft und Zugehörigkeit vermitteln (vgl. Dush & Amato, 2005). Die Perspektive der Ressourcen bietet in diesem Zusammenhang ebenfalls eine ähnliche Erklärung für die Unterschiede im Wohlbefinden. So hängen die Art und Höhe der zu Verfügung gestellten Ressourcen vom Beziehungsstatus ab, wobei durch eine Partnerschaft mehr Ressourcen zur Verfügung gestellt werden (vgl. Soons & Liefbroer, 2008).

Auch das psychologische Stigma des Single-Seins könnte eine Rolle für den positiven Effekt bei steigendem Beziehungsstatus spielen. So werden verheirateten Personen oder denjenigen, die sich in einer Beziehung befinden, im Vergleich zu Personen ohne Partnerschaft viel positivere Eigenschaften zugeschrieben, wie beispielsweise mehr Reife, Freundlichkeit oder Fürsorglichkeit (DePaulo & Morris, 2006). Aufgrund dessen könnte der Wunsch, eine Beziehung einzugehen, groß sein. Allerdings könnte es auch sein, dass

romantische Beziehungen in Zeiten, in denen viel Wert auf die Aufrechterhaltung der Unabhängigkeit vor der darauffolgenden Sesshaftigkeit gelegt wird (Arnett, 2015; Robinson, 2016) und es ohnehin eher die Norm ist, später zu heiraten (Arnett, 2015), nicht mehr so wichtig für den Selbstwert sind (Whitton et al., 2013).

Wie ausgeführt, deuten etliche Studienergebnisse auf einen Zusammenhang zwischen Beziehungsstatus und Lebenszufriedenheit beziehungsweise mentaler Gesundheit hin. Es wäre naheliegend, dass sich dieser positive Effekt auch auf die Thematik der Instabilität übertragen lässt. Eine verbindliche Beziehung könnte neben all den anderen Instabilitäten hinsichtlich des Berufs, der Wohnsituation, oder Ähnlichem (Arnett, 2015) einen positiven Beitrag zum Stabilitätsempfinden leisten. Auch ein auf stabilere Lebensumstände hinweisender gemeinsamer Haushalt mit dem/der Partner/in könnte dabei ein potenzieller Wirkfaktor sein. Hinsichtlich der in der Emerging Adulthood zu bewältigenden Entwicklungsaufgaben (Cohen et al., 2003; Havighurst, 1948; Settersten, 2007) wären somit zwei davon abgeschlossen, was einen positiven Einfluss haben könnte.

In den meisten Studien wird der Beziehungsstatus nur in die Kategorien Beziehung vorhanden oder nicht vorhanden geteilt, weshalb von mehreren Autor/innen vorgeschlagen wird, auch andere Typen von Beziehungen zu berücksichtigen, wie beispielsweise stabiles Dating oder uneheliches Zusammenwohnen (z.B. Adamczyk & Segrin, 2015; Baggio et al. 2017; Braithwaite et al., 2010; Galambos et al., 2006; Soons & Liefbroer, 2008). Dem soll in der vorliegenden Studie nachgegangen werden. Außerdem empfehlen Autor/innen, die einen Zusammenhang zwischen Beziehungsstatus und Lebenszufriedenheit belegen, auch weitere Faktoren zu berücksichtigen. So kann die geringere Lebenszufriedenheit unter Singles unter anderem durch die geringere emotionale Unterstützung durch den/die romantische/n Partner/in erklärt werden (Adamczyk & Segrin, 2015). Es ist naheliegend, dass nicht nur der Beziehungsstatus an sich einen Einfluss auf die Lebenszufriedenheit haben kann. Auch diverse Beziehungsqualitäten, die damit zusammenhängen, sollen dabei laut einigen Studien berücksichtigt werden (Adamczyk & Segrin, 2015; Domene & Arim, 2016; Gala & Kapadia, 2013). In der Forschung ist man sich nicht einig darüber, was eine romantische Beziehung ausmacht, besonders für unverheiratete Paare (Kansky, 2018). Dies ist zum Teil auf die sich ändernden Normen zurückzuführen, durch die Menschen ihre eigenen Beziehungen definieren. Dennoch sollen im Folgenden einige als wichtig erachtete Beziehungsqualitäten näher betrachtet werden, die neben dem Beziehungsstatus eine Rolle bezüglich Lebenszufriedenheit spielen. Dazu gehören die Beziehungszufriedenheit, das damit

zusammenhängende Commitment sowie die partnerschaftliche Unterstützung, die besonders in stressigen Lebensphasen nicht zu vernachlässigen ist.

Beziehungszufriedenheit. In der Forschung wird vermehrt festgehalten, dass auch die Zufriedenheit mit der Beziehung und mit dem/r Partner/in die Vorteile für das Wohlbefinden ausmacht (vgl. Kansky, 2018). Viele Studienergebnisse beziehen sich dabei auf verheiratete Paare. So hängt eheliche Zufriedenheit mit einer höheren Lebenszufriedenheit zusammen (z.B. Apt, Pierce, Hurlbert, & White, 1996; Hawkins & Booth, 2005; Williams, 2003). Hawkins und Booth (2005) zufolge führt eine Scheidung sogar zu mehr Lebenszufriedenheit, als auf längere Zeit hin unglücklich verheiratet zu sein. Die Beziehungszufriedenheit scheint daher von besonderer Bedeutung für den positiven Effekt einer Beziehung zu sein. Andere Studien bestätigen denselben Effekt auch bei unverheirateten Paaren. Beziehungen, die sich durch eine hohe allgemeine Beziehungsqualität auszeichnen, stehen in Zusammenhang mit einer erhöhten Lebenszufriedenheit beziehungsweise mehr Wohlbefinden (Demir, 2010; Gala & Kapadia, 2013; Love & Holder, 2016). Die Beziehungsqualität hängt natürlich mit der allgemeinen Beziehungszufriedenheit zusammen, welche einen besonders signifikanten Beitrag zur Lebenszufriedenheit leistet (Love & Holder, 2016). Auch langfristige wechselseitige Effekte konnten aufgezeigt werden, insofern, dass eine geringe Beziehungszufriedenheit über einen längeren Zeitraum hinweg mit einer geringen Lebenszufriedenheit zusammenhängt (Gustavson, Røysamb, Borren, Torvik, & Karevold, 2016; Roberson, Lenger, Norona, & Olmstead, 2017; Roberson, Norona, et al., 2018). Es besteht also ein gegenseitiger gleichwertiger Einfluss über die Zeit hinweg. Einen Schritt weiter gehen Studien, die einen negativen Zusammenhang zwischen der Beziehungszufriedenheit und depressiven Symptomen bei Emerging Adults aufzeigen (z.B. Whitton & Kuryluk, 2012).

Insgesamt weist der bisherige Forschungsstand zum Thema Beziehungszufriedenheit und Wohlbefinden auf sehr übereinstimmende Ergebnisse hin, insofern, dass ein positiver Zusammenhang der beiden Faktoren besteht. Je zufriedener man mit der Beziehung ist, desto zufriedener ist man mit dem Leben und umgekehrt.

Beziehungscommitment. Im Kontext von romantischen Beziehungen und besonders der Beziehungszufriedenheit stellt das Commitment ein wesentliches Merkmal dar. Darunter versteht man die Tendenz, eine Beziehung aufrechtzuerhalten und sich dieser emotional

verbunden zu fühlen (Rusbult, 1980, zitiert nach Grau, Mikula, & Engel, 2001, S. 31). In diesem Zusammenhang wird der deutliche Fokus auf die Langzeitperspektive immer wieder betont (Dush & Amato, 2005; Stanley, Rhoades, & Whitton, 2010). Grau, Mikula, und Engel (2001) konnten den Zusammenhang zwischen dem Beziehungscommitment und der Einschätzung der Zukunftsaussichten eben dieser bestätigen und folglich den langfristigen Charakter des Commitments annehmen. Auch in aktuellen Befragungen von Emerging Adults kommt dieser klar hervor. Eine langfristige Perspektive, eine Orientierung auf die Zukunft hin sowie gemeinsame Zukunftspläne haben eine hohe Bedeutung (Konstam et al., 2019). Daneben spielen gegenseitige Unterstützung, gemeinsame Zeit und Ziele sowie der Gedanke von Monogamie eine wichtige Rolle bezüglich des Commitments.

Aufgrund der zukunftsorientierten Perspektive ist das Commitment ein wichtiges Element der Beziehungsqualität- und -stabilität (Rusbult, Martz, & Agnew, 1998). Wenn sich eine Beziehung weiterentwickelt, wächst auch das Commitment, womit durch die gleichzeitige Hingabe des anderen Partners ein Gefühl von Stabilität und emotionaler Sicherheit entsteht (Stanley et al., 2010) und sich emotionale Probleme verringern (Meeus et al., 2007). Da der langfristige Zeithorizont einer Beziehung mit hohem Commitment den Menschen ein Gefühl von Sicherheit und Stabilität vermittelt (Dush & Amato, 2005), kann dies eine stabilere Wahrnehmung des Lebens fördern.

All diese Faktoren führen außerdem dazu, dass sich Personen mit höherem Commitment für eine Beziehung auch zufriedener mit dieser zeigen (Rusbult et al., 1998). Das Ausmaß des Commitments hängt mit dem Vertrauen in eine Beziehung zusammen. Je mehr man sich auf einen Partner verlässt, desto wahrscheinlicher ist es, dass man mit dieser Person zusammenbleiben möchte, weil man in dieser Beziehung ein hohes Maß an Zufriedenheit verspürt (Rusbult et al., 1998).

Da – wie bereits beschrieben – die Beziehungszufriedenheit mit der allgemeinen Lebenszufriedenheit beziehungsweise dem Wohlbefinden positiv korreliert, ist es nicht überraschend, dass auch das Beziehungscommitment zu einer höheren Lebenszufriedenheit beitragen kann. Dies kann einerseits direkt erfolgen (Gala & Kapadia, 2013), andererseits kann das Commitment auch das Ausmaß beeinflussen, mit dem Beziehungszufriedenheit mit emotionalem Wohlbefinden korreliert (Whitton & Kuryluk, 2012). Roberson, Norona, Lenger und Olmstead (2018) zufolge steht ein häufiger Wechsel des Beziehungsstatus in Zusammenhang mit geringer Lebenszufriedenheit und vermehrten depressiven Symptomen. Folglich kann man schließen, dass eine langfristige Orientierung, also ein höheres

Beziehungscommitment, mit einer höheren Lebenszufriedenheit einhergeht. Gleichzeitig kann es sein, dass junge Erwachsene erst bereit für eine ernsthafte Beziehung mit hohem Commitment sind, wenn sie mit ihren Leistungen im Leben und somit allgemein mit ihrem Leben zufrieden sind (Shulman & Connolly, 2013).

Insgesamt sind die Forschungsergebnisse zum Commitment hinsichtlich Wohlbefinden eher gering, denn viele andere Studien in diesem Bereich vernachlässigen das Commitment an sich und untersuchen stattdessen eher die verschiedenen Formen des Beziehungsstatus (z.B. Braithwaite et al., 2010; Demir, 2010; Dush & Amato, 2005), was sich als Kritikpunkt erweist. Denn es muss nicht zwingend sein, dass der Beziehungsstatus dem Commitment entspricht. Besonders in der Phase der Emerging Adulthood, in der Eheschließungen rar sind (Arnett, 2015), wäre es wichtig, das unterschiedliche Ausmaß an Commitment zu berücksichtigen. In Österreich beispielsweise stieg das mittlere Erstheiratsalter von Anfang der 1990er Jahre bis zum Jahr 2017 sowohl bei Männern als auch bei Frauen auf mittlerweile über 30 Jahre an (Statistik Austria, 2019). Gerade in dieser Zeit, in der eine stabile Beziehung mit langfristiger Perspektive unter all den Unsicherheiten dieser Phase von Bedeutung sein kann, wäre es notwendig, das Commitment als stabilen Faktor zu berücksichtigen. Dem soll in der vorliegenden Studie entgegengewirkt werden.

Unterstützung. In der Emerging Adulthood, der Zeit hohen Drucks, zahlreicher Unsicherheiten und notwendiger Entscheidungen, ist die Bedeutung emotionaler Unterstützung nicht zu unterschätzen. Sich in der Phase der Emerging Adulthood auf die Unterstützung anderer verlassen zu können, hat positive Auswirkungen auf eine erfolgreiche Lebensführung im Erwachsenenalter (Szwedo, Hessel, Loeb, Hafen, & Allen, 2017). Ob Lebensereignisse also Stress verursachen, scheint unter anderem von der Verfügbarkeit sozialer Unterstützung abzuhängen (Moore & Keyes, 2003).

Wie bereits erwähnt, wird oft vermutet, dass die Unterstützung in verschiedenen Beziehungsformen der eigentlich ausschlaggebende Faktor für das Wohlbefinden ist – und nicht der Beziehungsstatus an sich (z.B. Adamczyk & Segrin, 2015). Tatsächlich wechseln unterstützende Funktionen im Laufe der Entwicklung von den elterlichen Bezugspersonen über Freunde bis letztendlich vorrangig zum Partner beziehungsweise zur Partnerin, was hinsichtlich der Aufgabe, Unabhängigkeit von den Eltern zu erlangen, einleuchtend erscheint (Szwedo et al., 2017). Personen in Beziehungen geben auch an, mehr Unterstützung von Lebenspartner/innen zu erhalten (Adamczyk & Segrin, 2015). Es wird zusätzlich vor allem

intensiveren Partnerschaften mehr Unterstützung zugeschrieben im Vergleich zu sporadischen (Seiffge-Krenke, 2003). Lebenspartner sind oft da, wenn eine Person in Not ist und Freuden und Sorgen teilt. Der Mangel an intimen Partnerschaften führt zu offensichtlichen Defiziten in dieser spezifischen Form der sozialen Unterstützung (Adamczyk & Segrin, 2015).

Die partnerschaftliche Unterstützung scheint relevante Auswirkungen zu haben. Beispielsweise führt Autonomie-unterstützendes Verhalten des/r Partners/in bei Emerging Adults zu einem besseren generellen psychologischen Wohlbefinden und mehr Lebenserfüllung (Ducat & Zimmer-Gembeck, 2010; Ratelle, Simard, & Guay, 2013). Auch die emotionale Unterstützung in dieser unsicheren Phase ist nicht zu unterschätzen. Denn einander zuzuhören und füreinander da zu sein ist wichtig für das Wohlbefinden (Ducat & Zimmer-Gembeck, 2010). Generell ist es so, dass die Lebenszufriedenheit höher ist, je mehr emotionale Unterstützung ein Mensch von dem/der Lebenspartner/in erhält (Williams, 2003). Auch umgekehrt scheint zufriedeneren Personen in Beziehungen ein entgegenkommenderes Verhalten von ihren Partner/innen gezeigt zu werden (Dooley et al., 2018). Bei jungen Erwachsenen geht höhere emotionale Unterstützung mit verringerten depressiven Symptomen (Galambos et al., 2006; Rossi & Meber, 2011) und einem höheren Selbstwert einher (Galambos et al., 2006; Lanz & Tagliabue, 2007). Umgekehrt berichten Student/innen, die wenig soziale Unterstützung erhalten, von mehr Mühe mit den Rollenübergängen beim Erwachsenwerden und von weniger Wohlbefinden (Murphy, Blustein, Bohlig, & Platt, 2010). Ergebnisse speziell zur Unterstützung des/r Partners/in stimmen mit diesen überein. So steht die Partnerunterstützung im Zusammenhang mit besserer mentaler Gesundheit, was sich in Form von geringeren depressiven Symptomen und Alkoholproblemen (Simon & Barrett, 2010) sowie mit erhöhter Lebenszufriedenheit und besserer Stimmung äußert (Walen & Lachman, 2000). Auch beeinflusst die Unterstützung durch den/die Partner/in das Gefühl, Kontrolle über das Leben zu haben, sowohl während des Übergangs zum Erwachsenenalter als auch im frühen Erwachsenenalter (Surjadi, Lorenz, Wickrama, & Conger, 2011). Dies ist in der Emerging Adulthood ein nicht zu vernachlässigender Faktor. Dass die emotionale Unterstützung in der Emerging Adulthood generell sehr wichtig ist, konnten Rankin, Paisley, Mull und Tomeny (2018) daran zeigen, dass Student/innen wohl weniger Unterstützung erhalten, als sie eigentlich benötigen würden. Wenn im Vergleich zur erhaltenen Unterstützung die benötigte größer war, waren unter anderem depressive Symptome am stärksten ausgeprägt.

Das entsprechende Entgegenkommen und Verständnis des/r Partners/in scheinen sich insgesamt positiv auf die Emotionen und die Bewältigungsstrategien in stressreichen und unsicheren Zeiten auszuwirken (Dooley, Sweeny, Howell, Reynolds, & Chandra, 2018). Dennoch sprechen auch einzelne Funde gegen diesen positiven Effekt. So haben den Ergebnissen von Newcomb-Anjo, Barker, und Howard (2017) zufolge Emerging Adults mit geringerer sozialer Unterstützung ein ähnliches Wohlbefinden, gemessen anhand depressiver Symptome, Lebenszufriedenheit, und Ähnlichem, als jene mit hoher Unterstützung. Die Autor/innen erklären sich diese Ergebnisse damit, dass der positive Effekt der Unterstützung möglicherweise nur eintritt, wenn andere Risikofaktoren die Person belasten, wie beispielsweise akute Lebensereignisse oder finanzielle Schwierigkeiten. Auch Lanz und Tagliabue (2007) fanden keinen Einfluss der partnerschaftlichen Unterstützung auf depressive Symptome. Besonders in der instabilen Phase des Erwachsenwerdens kann es sein, dass der Partner nicht in der Lage ist, Informationen zur Verfügung zu stellen, die die Unsicherheit verringern oder eine bessere Kontrolle ermöglichen. Die Unterstützungsbemühungen könnten sich dann als wirkungslos bezüglich des Wohlbefindens erweisen (Dooley et al., 2018). Generell scheint es auch nicht immer einfach und effektiv zu sein, Unterstützung bei negativen Ereignissen zu bieten, vor allem wenn diese den Bedürfnissen des/r Rezipienten/in nicht entspricht (Gable, Gosnell, & Maisel, 2012). Dies könnte insbesondere beim Empfinden von Instabilität der Fall sein, da die Partnerunterstützung deren Ursachen vermutlich nicht immer beseitigen kann.

Stabilität des/r Partners/in. Wie nun ersichtlich ist, spielt die romantische Beziehung beim Erleben des Erwachsenwerdens eine große Rolle. Auch die Ansichten und Meinungen des/r Partners/in beeinflussen eigene Entscheidungen maßgeblich (Shulman & Connolly, 2013), und ganz generell beeinflussen die Ansichten anderer die eigenen Vorstellungen im Sinne des sozialen Einflusses (Martin, Villanueva, Stephano, Franz, & Ochsner, 2018). Vor allem der/die Partner/in mit seiner/ihrer besonderen Position im sozialen Netzwerk (Guarnieri et al., 2015) kann diesbezüglich eine bedeutende Rolle spielen. Folglich wäre denkbar, dass auch der selbst empfundene Stabilitätsstatus des/r Partners/in – nämlich wie gefestigt der/die Partner/in im Leben ist – das eigene Empfinden beeinflussen kann. Im Folgenden soll daher erläutert werden, wie dieser im Zusammenhang mit dem eigenen Stabilitätsempfinden stehen könnte.

Ein Zusammenhang wäre hier in beide Richtungen denkbar. Einerseits könnte sich ein/e stabile/r Partner/in positiv auf das eigene Stabilitätsempfinden auswirken, da sich Emotionen beider Partner/innen gegenseitig beeinflussen können. Beispielsweise bestehen einigen Autor/innen zufolge gegenseitige oder langfristige Wechselwirkungen beider Partner/innen bezüglich verschiedener Dimensionen des Wohlbefindens (Gustavson et al., 2016; Orth, Erol, Ledermann, & Grob, 2018). Wenn der/die eine Partner/in negative Zustände durchlebte, wirkte sich das automatisch auf den/die andere/n Partner/in aus. Dies passiert unter anderem, weil man den Zustand des/der Partners/in als Grundlage für die eigene Bewertung des Lebens heranzieht (Gustavson, et al., 2016). Dies könnte sich auch auf die Instabilität übertragen lassen, insofern, dass wenn der/die eine Partner/in die aktuelle Lebensphase als besonders instabil wahrnimmt, der/die andere Partner/in diese ähnlich betrachten könnte.

In diesem Zusammenhang könnte auch die Unterstützungsfunktion eine Rolle spielen. Wenn ein Mensch stabil im Leben steht und weniger um sein eigenes Leben besorgt ist, stehen ihm eventuell mehr Ressourcen zur Verfügung, um als Anker für den/die eigene/n Partner/in zu dienen und diese/n mehr zu unterstützen. Diese Unterstützung kann, wie im vorherigen Kapitel beschrieben, positive Auswirkungen auf den/die Partner/in haben.

Weiters zeigen Ergebnisse verschiedener Autoren (Figueredo, Sefcek, & Jones, 2006; Watson, Beer, & McDade-Montez, 2014), dass Personen dazu tendieren, Partner/innen zu bevorzugen, welche Ähnlichkeiten in gewissen Charaktereigenschaften und Einstellungen aufweisen. Dies könnte man auch auf das Instabilitätsempfinden umlegen. Folglich wäre eine positive Korrelation zwischen der eigenen Stabilität und der empfundenen Stabilität des/r Partners/in erklärbar. Auch kann es vorkommen, dass der/die Partner/in bezüglich diverser Erwachsenenmerkmale fortgeschrittener ist als man selbst, oder letztendlich verschiedenste Unsicherheiten und Instabilitäten im Leben akzeptiert und diese nicht als stressig und belastend wahrnimmt. Dadurch kann der/die eigene Partner/in eine Art Vorbildfunktion einnehmen und als Bewunderungsobjekt dienen, denn er bewältigt Aufgaben, die für einen selbst relevant sind, auf eine Art und Weise, die man selbst auch nachahmen könnte (Lockwood & Kunda, 1997). Schließlich könnte diese vorbildliche Bewältigung dem/r Partner/in Zuversicht und Halt geben und somit zu einem erhöhten Stabilitätsempfinden führen.

Andererseits wäre es diesbezüglich möglich, dass der Stabilitätsstatus des/der Partners/in ungewollt Druckgefühle auslöst, vor allem, wenn man sich selbst als nicht derartig stabil wahrnimmt, wie den/die Partner/in. Da es in der Emerging Adulthood als Aufgabe gilt,

die verschiedenen Lebenspläne beider Partner zu koordinieren (Shulman & Connolly, 2013), könnte es als Belastung erlebt werden, dass der/die Partner/in fest im Leben steht, während man das selbst vielleicht nicht tut. Hier kann auch die Theorie der sozialen Uhr (Neugarten, 1968) zum Tragen kommen. Zwar haben sich gewisse Normen in der Emerging Adulthood gelockert (Arnett, 2015; Shulman & Connolly, 2013), dennoch hat die soziale Uhr, also altersabhängige Erwartungen wichtiger Lebensereignisse, einen Einfluss auf die Entwicklung des Erwachsenen. In Gesellschaften wird ein entsprechender Zeitplan gepflegt, und diesem voraus- oder nachzueilen kann sich auf das Wohlbefinden auswirken, da soziale Vergleiche angestellt und eigene Fortschritte mit denen von Freunden, Geschwistern und Kolleg/innen verglichen werden (Berk, 2011). Viele Erwachsene fühlen sich psychisch belastet, wenn sie erheblich hinter dem Zeitplan für ihre Lebensereignisse zurückgefallen sind, was auf den sozialen Vergleich mit anderen zurückgeführt werden kann (z.B. Rook, Catalano, & Dooley, 1989). Da der/die Partner/in in der Phase des Erwachsenwerdens eine sehr wichtige Position einnimmt, ist es naheliegend, dass diese/r die primäre Quelle des sozialen Vergleichs ist. Ein Beispiel für den negativen Einfluss dieses sozialen Vergleichs mit dem Partner liefern beispielsweise Luhmann, Weiss, Hosoya, und Eid (2014), die aufzeigen konnten, dass der eigene Jobverlust besser verkraftet wird, wenn der/die Partner/in nach diesem auch keinen Job hatte. Sollte der/die Partner/in also beispielsweise eine maßgeblich stabilere Position im Leben haben, könnte dies Druck bei dem/r anderen Partner/in auslösen und zu einem intensiveren Gefühl von Instabilität im eigenen Leben führen.

Eine Rolle in diesem Kontext könnte der derzeitige Beschäftigungsstatus des/der Partners/in spielen. Denn junge Erwachsene wissen die edukativen und finanziellen Leistungen eines/r Partners/in aufgrund ihres ökonomischen Werts zu schätzen (Manning, Giordano, Longmore, & Hocevar, 2011). Vor allem materielle Ressourcen scheinen den positiven Effekt einer Beziehung zu beeinflussen (Soons & Liefbroer, 2008). Sollte der/die Partner/in also berufstätig sein, was üblicherweise mit einem höheren finanziellen Status einhergeht als im Studentendasein, kann dies als positiv wahrgenommen werden und den Zusammenhang zwischen den Stabilitäten beider Partner beeinflussen. Daher wäre es auch sinnvoll, den Beschäftigungsstatus, der mit materiellen Ressourcen zusammenhängt, zu berücksichtigen.

Sollten verstärkende Zusammenhänge zwischen der eigenen empfundenen Stabilität und der wahrgenommenen Stabilität des/r Partners/in bestehen, deutet dies auf ein ähnliches Erleben dieser Entwicklungsphase hin. Durch diese Ähnlichkeit kann Verständnis und

gegenseitige Vertrautheit bezüglich der Haltungen des/r anderen Partners/in entstehen, was mit höherer Lebenszufriedenheit und weniger depressiven Symptomen einhergeht (vgl. Moore, Uchino, Baucom, Behrends, & Sanbonmatsu, 2017).

Der wahrgenommene Stabilitätsstatus des/r Partners/in scheint ein neuer Faktor in diesem Forschungskontext zu sein. Daher werden gegenseitige Wechselwirkungen diesbezüglich in der vorliegenden Studie genauer untersucht.

1.5 Instabilität und Beziehungen

Wie zu sehen ist, zeigen sich vielseitige Wechselwirkungen zwischen beziehungsrelevanten Faktoren und dem allgemeinen Wohlbefinden beziehungsweise der Lebenszufriedenheit. Bezüglich der beziehungsrelevanten Faktoren sind Ergebnisse oder Vermutungen, welche die Instabilität betreffen, eher rar. Daher sollen im Folgenden Überlegungen angestellt werden, welche Position die Instabilität dabei einnehmen könnte.

Es finden sich in der Literatur nur wenige Nachweise einer Korrelation zwischen der Instabilität und der Lebenszufriedenheit. Ein diesbezüglicher Zusammenhang liegt jedoch nahe, da ein erwiesenes wechselseitiges Zusammenspiel zwischen einerseits der Lebenszufriedenheit und psychischen Beeinträchtigungen (Fergusson, McLeod, Horwood, Swain, Chapple, & Poulton, 2015), und andererseits der Instabilität und psychischen Beeinträchtigungen existiert – wie in den Kapiteln zuvor bereits beschrieben wurde. Da die Lebenszufriedenheit wiederum mit den verschiedenen Beziehungsfaktoren korreliert, ist anzunehmen, dass sich die hohe Bedeutung dieser Faktoren auch auf die Instabilität übertragen lässt. Abbildung 1 dient zur vereinfachten Veranschaulichung dieser Zusammenhänge.

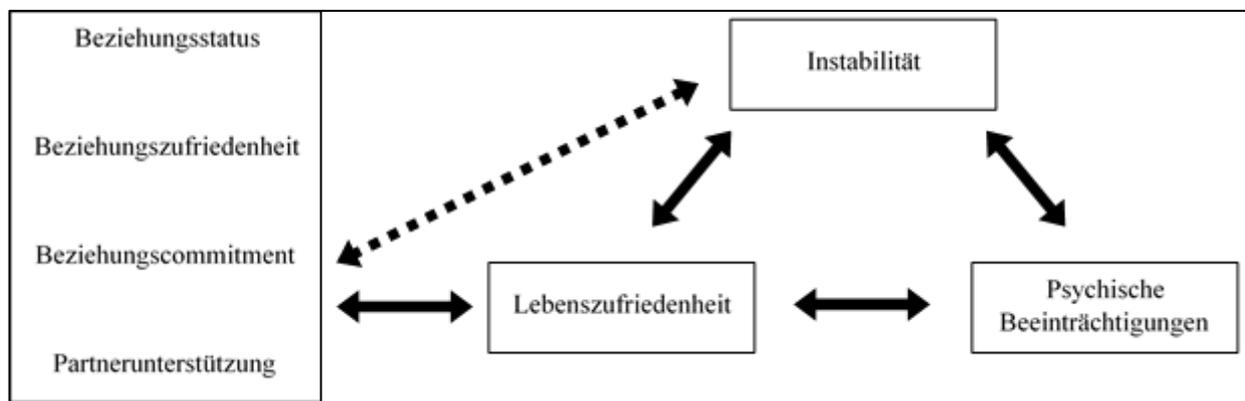


Abbildung 1. Wechselwirkungen von Beziehungsfaktoren mit den Faktoren bezüglich Wohlbefinden

Da sich Instabilität durch Sorgen, Druck und instabile Verhältnisse auszeichnet – Eigenschaften, die man in Zusammenhang mit Stress bringt – kann hier auch das Phänomen des dyadischen Stresses genannt werden. Dieser besteht, wenn das Stresslevel der einen Person derartig hoch ist, dass auch der/die Partner/in davon negativ beeinflusst wird (Bodenmann, 1997). Insgesamt kann dadurch die gesamte Beziehungsqualität beeinträchtigt werden, was Bahun und Huić (2017) beispielsweise anhand der geringeren Beziehungszufriedenheit belasteter Paare bestätigen konnten. Folglich kann ein negativer Zusammenhang zwischen Beziehungsaspekten und wahrgenommener Instabilität vermutet werden.

Hinsichtlich Instabilitätsempfinden sei noch folgende These nach Shulman und Connolly (2013) anzuführen. Sie schreiben der Emerging Adulthood eine eigene romantische Lebensphase zu, in der Lebenspläne und romantisches Commitment koordiniert werden müssen und eine Balance zwischen dem Selbst und den Bedürfnissen anderer gefunden werden muss. Junge Erwachsene würden demnach erst dann verbindliche und dauerhafte Partnerschaften eingehen, wenn sie mit dem Plan für ihr eigenes Leben zufrieden sind. Dabei ist anzunehmen, dass Personen, die stabil im Leben stehen und dementsprechend weniger durch Druck, Sorgen und Unbeständigkeiten belastet sind, insgesamt mit ihrem Lebensplan zufrieden sind. Folglich würden sie somit eher Partnerschaften eingehen, die sich durch Zufriedenheit, gegenseitige Unterstützung und hohes Commitment auszeichnen.

1.6 Zusammenfassung und Fragestellungen

Aus der Darstellung des theoretischen Hintergrunds geht hervor, dass Personen in der Phase der Emerging Adulthood unterschiedlich mit den Herausforderungen und Veränderungen dieser Zeit umgehen. Bei vielen zeigen sich – vor allem aufgrund zahlreicher Instabilitäten und Unsicherheiten – psychische Beeinträchtigungen. Infolgedessen soll untersucht werden, welche Rolle eine romantische Beziehung mitsamt ihren Qualitäten in dieser Phase spielt. Verschiedenste Wechselwirkungen konnten im vorhergehenden Teil erläutert werden. So lassen sich anhand bisheriger Forschungsergebnisse Zusammenhänge zwischen den Beziehungsfaktoren, nämlich dem Beziehungsstatus, der Beziehungszufriedenheit, dem Beziehungscommitment, der Partnerunterstützung, und dem Wohlbefinden feststellen. Die erste Forschungsfrage dieser Arbeit zielt somit hauptsächlich auf eine Bestätigung bisheriger Ergebnisse ab.

Fragestellung 1. Wie hängt die romantische Beziehung mitsamt ihren verschiedenen Facetten in der Emerging Adulthood mit der Lebenszufriedenheit zusammen?

- H1.1. Die Lebenszufriedenheit unterscheidet sich in ihrem Ausmaß je nach Beziehungsstatus.
- H1.2. Es besteht ein positiver Zusammenhang zwischen Beziehungszufriedenheit und Lebenszufriedenheit.
- H1.3. Es besteht ein positiver Zusammenhang zwischen Commitment und Lebenszufriedenheit.
- H1.4. Es besteht ein positiver Zusammenhang zwischen der Partnerunterstützung und Lebenszufriedenheit.
- H1.5. Die Lebenszufriedenheit kann durch die Prädiktoren Beziehungszufriedenheit, Beziehungsunterstützung, Beziehungscommitment, Stabilität des/ Partners/in, Geschlecht und Alter vorhergesagt werden.

Die zweite Forschungsfrage adressiert direkt die in der Emerging Adulthood wahrgenommene Instabilität im Zusammenhang mit romantischen Beziehungen. Aufgrund der verschiedenen Wechselwirkungen von Beziehungsfaktoren, Lebenszufriedenheit und Instabilität orientieren sich die Hypothesen dazu an der ersten Fragestellung.

Fragestellung 2. Wie hängt die romantische Beziehung mitsamt ihren verschiedenen Facetten in der Emerging Adulthood mit dem Empfinden von Instabilität zusammen?

H2.1. Die Instabilität unterscheidet sich in ihrem Ausmaß je nach Beziehungsstatus.

H2.2. Es besteht ein negativer Zusammenhang zwischen Beziehungszufriedenheit und Instabilität.

H2.3. Es besteht ein negativer Zusammenhang zwischen Beziehungscommitment und Instabilität.

H2.4. Es besteht ein negativer Zusammenhang zwischen der Partnerunterstützung und Instabilität.

H2.5. Die Instabilität kann durch die Prädiktoren Beziehungszufriedenheit, Beziehungsunterstützung, Beziehungscommitment, Stabilität des/ Partners/in, Geschlecht und Alter vorhergesagt werden.

Die letzte Forschungsfrage bezieht sich auf die Wahrnehmung des Stabilitätsstatus des/r Partners/in und dessen/deren Einfluss auf das eigene Wohlbefinden. Im Literaturteil wurden verschiedene Mechanismen erläutert, über die der Stabilitätsstatus des/r Partners/in auf die persönliche Instabilität wirken könnte. Da dies ein relativ unerforschter Faktor zu sein scheint und ein Zusammenhang in beide Richtungen möglich ist, ergibt sich die folgende Fragestellung mit explorativen, ungerichteten Hypothesen.

Fragestellung 3. Welche Rolle spielt der Status des/r Partners/in (Stabilität, Beschäftigungsstatus) beim Empfinden von Instabilität?

H3.1. Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem Stabilitätsstatus des/r Partners/in und der wahrgenommenen Instabilität.

H3.2. Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem Stabilitätsstatus des/r Partners/in und der wahrgenommenen Instabilität unter Berücksichtigung der Unterstützung des/r Partners/in.

H3.3. Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem Stabilitätsstatus des/r Partners/in und der wahrgenommenen Instabilität unter Berücksichtigung des Beschäftigungsstatus des/r Partners/in.

2 Methoden

2.1 Rekrutierung

Die Daten für die vorliegende Studie wurden im Zeitraum von 09.02.2019 bis 02.04.2019 mittels Online-Fragebogen erhoben. Dieser wurde über die Plattform SosciSurvey erstellt und war über den Link <https://www.socisurvey.de/EmergingAdulthoodBeziehungen/> abrufbar. Der Link zur Umfrage wurde mit dem Hinweis auf das erforderliche Alter von 18 bis 29 Jahren in den Freundes-, Verwandten- und Bekanntenkreis versandt sowie in verschiedene Foren und soziale Netzwerke gestellt. Den teilnehmenden Personen wurden auf der ersten Seite des Fragebogens sämtliche wichtigen Informationen sowie Instruktionen vorgelegt. Darin wurde unter anderem auf die Anonymität der Umfrage hingewiesen. Für die Bearbeitung des Fragebogens waren in etwa fünf bis zehn Minuten vorgesehen. Für Personen, die sich in jeglicher Art von Beziehung befanden, galt es im Vergleich zu ledigen Personen, zwei weitere Seiten zu den Beziehungsaspekten zu beantworten. Am Ende der Befragung erhielten die Teilnehmer/innen außerdem die Möglichkeit, ihre E-Mail-Adresse bekanntzugeben, um an einem Gewinnspiel teilzunehmen, bei dem drei Amazon-Gutscheine im Wert von 15 Euro verlost wurden.

2.2 Einschlusskriterien

Es wurden alle Personen im Alter von 18 bis 29 Jahren eingeladen, an der Studie teilzunehmen.

2.3 Ausschlusskriterien

Als Ausschlusskriterien galten diagnostizierte psychische Erkrankungen sowie kürzlich aufgetretene gravierende Ereignisse, die die Befragten zum Zeitpunkt der Teilnahme immer noch belasteten. Diese wurden im Verlauf der Umfrage explizit abgefragt. Zudem wurden Personen mit nicht eindeutig zuordenbarem Beziehungsstatus oder Geschlecht ausgeschlossen. Eine entsprechende Rücklaufstatistik ist in Abbildung C 1 (Anhang C) zu sehen.

2.4 Beschreibung der Stichprobe

Von den ursprünglich 1748 Aufrufen ergab sich nach Bereinigung der Daten aufgrund von Ausschlusskriterien und nicht zuordenbarer Werte ein finaler Datensatz von 733 Personen. Die mediane Bearbeitungszeit lag für Personen, die sich in keiner Beziehung

befanden, bei 2:34 Minuten, und für Personen, die sich in einer Beziehung befanden, bei 5:08 Minuten.

Die Stichprobe setzte sich aus 633 Frauen (86%) und 100 Männern (14%) zusammen. Das Durchschnittsalter lag bei $M = 24.26$ Jahren ($SD = 2.91$). Die Teilnehmenden waren fast ausschließlich deutscher (66%) und österreichischer (32%) Herkunft. Knapp drei Prozent gaben eine andere Nationalität an.

Bezüglich des höchsten Bildungsabschlusses lässt sich allgemein ein eher hohes Ausbildungsniveau feststellen, wobei 80% der Befragten die Matura oder einen universitären Abschluss aufzuweisen hatten (siehe Tabelle 1).

Tabelle 1
Häufigkeiten und Anteilswerte zum höchsten Bildungsabschluss

Bildungsabschluss	Häufigkeit	Anteilswert	Prozente kumuliert
PhD/Doktor	1	< 1%	< 1%
Master/Magister/Diplomingenieur	85	12%	12%
Bachelor	203	28%	39%
Matura/Abitur	298	41%	80%
Berufsbildende mittlere Schule	23	3%	83%
Lehre/Berufsschule	91	12%	96%
Pflichtschule	11	2%	97%
Anderer Abschluss:	21	3%	100%
Gesamt	733	100%	

Bezüglich der Beschäftigung zeigt sich ein sehr ausgeglichenes Verhältnis von Studierenden (42%) und Berufstätigen (43%). Die restlichen Anteile verteilen sich auf Schüler/innen (2%), Berufsausbildung (8%), keine Beschäftigung (2%) und sonstige Beschäftigungsmöglichkeiten, wie z.B. Freiwilliges soziales Jahr, Karenz und Selbstständigkeit (4%; siehe Tabelle 2).

Tabelle 2
Häufigkeiten und Anteilswerte zur Beschäftigung

Beschäftigung	Häufigkeit	Anteilswert
Keine	11	2%
Schüler/in	11	2%
Berufsausbildung/ Lehre	56	8%
Student/in	170	23%
Student/in mit Nebenjob	136	19%
Berufstätige/r	282	39%
Berufstätige/r mit Nebenstudium	36	5%
Sonstiges	31	4%
Gesamt	733	100 %

Der Großteil der Befragten (77%) befand sich in jeglicher Art von Beziehung: 9% waren verheiratet, 64% in einer festen Partnerschaft, und 4% in einer Dating-Beziehung. Die Beziehungsdauer lag zwischen unter einem Monat und 18 Jahren ($Md = 3,12$). Der Rest (23%) gab an, Single zu sein. In Tabelle 3 ist der jeweilige Geschlechteranteil und Beziehungsstatus angeführt. Die Gruppen unterschieden sich hinsichtlich des Geschlechts signifikant voneinander ($\chi^2(3) = 11.44, p = .010$).

Tabelle 3
Häufigkeiten und Anteilswerte (Zeilenprozente) des Beziehungsstatus bezüglich des Geschlechts

Geschlecht	Beziehungsstatus				Gesamt
	keine Partnerschaft	Dating-Beziehung	feste Partnerschaft	verheiratet	
weiblich	132 (21%)	29 (5%)	418 (66%)	54 (9%)	633 (100%)
männlich	35 (35%)	2 (2%)	53 (53%)	10 (10%)	100 (100%)
Gesamt	167 (23%)	31 (4%)	471 (64%)	64 (9%)	733 (100%)

Zur sexuellen Orientierung gab die deutliche Mehrheit an, heterosexuell orientiert zu sein (92%), 5% waren bisexuell, 2% homosexuell und der Rest (< 1%) gab eine andere Form von sexueller Orientierung an. Lediglich 5% der Teilnehmenden gaben an, Kinder zu haben; die Kinderanzahl variierte dabei von einem bis drei Kindern.

Hinsichtlich Wohnsituation gab knapp die Hälfte der Befragten an, bereits mit dem/r Partner/in zusammenzuwohnen (45%), wobei 21% eine gemeinsame Wohndauer von unter einem Jahr, und 79% eine gemeinsame Wohndauer von einem Jahr bis elf Jahre ($M = 3.51, SD = 2.18$) angaben. Darauf gefolgt lebten 24% der Personen im Elternhaus, 15% in einem

Einpersonenhaushalt, 15% in einer Wohngemeinschaft oder einem Studentenheim und weniger als 1% in anderen Wohnsituationen.

2.5 Operationalisierung

In dem folgenden Abschnitt erfolgt die Beschreibung der für die Forschungsfragen relevanten Messinstrumente. Für die Beurteilung der Messinstrumente erfolgt die Angabe des Reliabilitätswerts Cronbach α und der einzelnen Item-Trennschärfen. Ein Cronbach α deutet ab einem Wert von .80 auf eine gute Reliabilität hin; Trennschärfen von .30 bis .50 sind als mittelmäßig, ab .50 als hoch zu sehen (Bortz & Döring, 2006). In der Umfrage erfolgte die Erhebung von *soziodemografischen Daten*, *Lebenszufriedenheit*, *Instabilität* sowie den beziehungsrelevanten Facetten *Beziehungszufriedenheit*, *Commitment*, *Partnerunterstützung*, und *Stabilität des/r Partners/in*. Die soziodemografischen Daten bezogen sich im ersten Teil auf die teilnehmende Person selbst und umfassten die Variablen Geschlecht, Alter, Ausbildung, Beschäftigung, Wohnsituation, finanzielle Situation, sexuelle Orientierung, Beziehungsstatus sowie Kinder. Weiters wurden psychische Erkrankungen und beeinträchtigende Lebensereignisse erfragt. Bei Vorhandensein eines/r Partners/in wurden im zweiten Teil partner- und beziehungsrelevante Daten erhoben. Dabei ging es um das Alter, die Ausbildung und die Beschäftigung des/r Partners/in und die Dauer der Beziehung und des Zusammenlebens. Für die genaue Einsicht der Beschreibung der Erhebungsmethode der soziodemografischen, personen- und partnerbezogenen Daten wird auf den gesamten Fragebogen im Anhang verwiesen (Anhang E – Fragebogen). Die Erläuterung der anderen Messinstrumente befindet sich in diesem Abschnitt.

Instabilität. Um das Ausmaß der wahrgenommenen Instabilität beziehungsweise Negativität zu erfassen, wurde die deutsche Übersetzung (Sirsch, Bruckner, Adamek, Mayr, & Dreher, 2007) des Inventars IDEA (Inventory of the Dimensions of Emerging Adulthood) von Reifman et al. (2007) herangezogen. Dieses Inventar erfragt anhand von sechs Skalen die von Arnett (2015) postulierten Dimensionen der Emerging Adulthood (siehe Kapitel 1.1), sowie mit einer zusätzlichen Skala die Verantwortung für andere. Für die vorliegende Studie wurde die Skala Negativität/Instabilität verwendet, die aus sieben Items besteht (z.B. “Dieser Lebensabschnitt ist eine Zeit der Unbeständigkeit.”). Für diese konnte anhand österreichischer Daten eine gute Reliabilität von Cronbach $\alpha = .71$ festgestellt werden (Sirsch, Dreher, Mayr,

& Willinger, 2009). Die Fragen sind anhand einer vierstufigen Skala (*stimme gar nicht zu bis stimme völlig zu*) einzustufen. Sie werden mit einem kurzen Text eingeleitet, der folgendermaßen lautet: „Zuletzt denken Sie nun bitte an den jetzigen Abschnitt in Ihrem Leben. Mit „Abschnitt in Ihrem Leben“ ist die Gegenwart plus einiger vergangener Jahre und einiger zukünftiger Jahre gemeint. Das heißt, Sie sollten in etwa an eine Fünfjahresperiode denken, mit dem „Jetzt“ in der Mitte.“

Für die Daten in der vorliegenden Arbeit wurde ebenfalls eine Reliabilitätsanalyse durchgeführt. Mit einem Cronbach α von .80 zeigt sich eine vergleichbare interne Reliabilität im Vergleich zu der Originaluntersuchung. Die Trennschärfen für die einzelnen Items der Skala bewegen sich zwischen .39 und .67 (siehe Tabelle D 1, Anhang D).

Lebenszufriedenheit. Manche Autoren halten fest, dass die Lebenszufriedenheit ein besseres Maß bei der Erhebung von Wohlbefinden ist als die Erfragung spezifischer Komponenten des Wohlbefindens, da die Personen selbst entscheiden dürfen, welche Kriterien zur Beurteilung ihres Lebens herangezogen werden sollen (z.B. Gustavson et al., 2016). Um die allgemeine Lebenszufriedenheit zu erfassen, wurde die Happiness and Satisfaction Scale von Breyer und Voss (2016) herangezogen. Sie besteht aus drei Items, die auf einer siebenstufigen Skala (*Sehr unglücklich bis Sehr glücklich beziehungsweise Sehr unzufrieden bis Sehr zufrieden*) zu beantworten sind. Da laut den Autoren jedes Item eigenständig verwendet werden kann, wurde das Item “Wenn Sie Ihr Leben betrachten, was würden Sie sagen, wie glücklich oder unglücklich sind Sie alles in allem?” zur Erfassung der Lebenszufriedenheit verwendet. Um potenzielle Kontrollvariablen hinsichtlich der Arbeits- oder Studienzufriedenheit abzufragen, wurde das ursprüngliche Item zur Berufszufriedenheit (“Wie zufrieden sind Sie alles in allem mit Ihrem Beruf?”) vorgelegt und auf das Studium erweitert (“Wie zufrieden sind Sie alles in allem mit Ihrem Studium bzw. Ihrer Berufsausbildung?”). Die Reliabilität des Skalenwertes, die anhand einer österreichischen Stichprobe geprüft wurde, liegt den Autoren zufolge bei einem Cronbach α von .79 (Breyer & Voss, 2016).

Beziehungsfaktoren. Im Folgenden sollen die Messinstrumente für die partnerschaftsbezogenen Variablen näher erläutert werden. Diese wurden nur von Personen beantwortet, die zuvor angaben, sich in jeglicher Form einer Beziehung zu befinden ($n = 566$).

Beziehungszufriedenheit. Die Partnerschaftszufriedenheit wurde mit einem Single-Item erfasst, das aus dem Fragebogen zur Partnerschaftsdiagnostik (FPD) (Hahlweg, 1996) stammt und unabhängig verwendet werden kann. Es handelt sich dabei um das Item zur globalen Glückseinschätzung bezüglich der Partnerschaft und lautet “Wie glücklich würden Sie Ihre Partnerschaft im Augenblick einschätzen?”). Dieses war auf einer sechs-stufigen Skala mit den Endpunkten *Sehr glücklich* und *Sehr unglücklich* einzuschätzen. Diese Rating-Skala kann als gut geeignetes, globales Glückskriterium mit einer befriedigenden diskriminativen Validität beurteilt werden (Hahlweg, 1979).

Beziehungscommitment. Zur Erfassung des Commitments wurden die Skalen zum Investitionsmodell von Rusbult (Grau, Mikula, & Engel, 2001) herangezogen. Sie setzen sich aus den vier Skalen Commitment, Zufriedenheit, Investitionen und Qualität der Alternativen zusammen. Mit Reliabilitätswerten zwischen Cronbach $\alpha = .82$ und $\alpha = .93$ liegen die vier Skalen in einem guten Bereich (Grau et al., 2001). Für die vorliegende Studie wurde die Skala Commitment verwendet. Diese Subskala ist dafür geeignet, als eigenständige Variable verwendet zu werden, da dies als tagtägliches Konstrukt erlebt und somit leicht erfassbar wird (Rusbult, Martz, & Agnew, 1998). Sie besteht aus sieben Items (z.B. “Ich orientiere mich an einer langfristigen Zukunft unserer Beziehung), die auf einer fünf-stufigen Skala mit den Endpunkten *stimmt nicht* bis *stimmt völlig* einzuschätzen sind. In der vorliegenden Stichprobe weist das Cronbach α von .92 eine sehr gute interne Reliabilität auf. Die Trennschärfen der Items liegen mit .67 bis .83 im hohen Bereich (siehe Tabelle D 2, Anhang D).

Partnerunterstützung. Das Quality of Relationship Inventar (QRI; Pierce, Sarason, & Sarason, 1991) ist ein Fragebogen zur Erhebung der erlebten Beziehungsqualität von nahen Beziehungen. Es besteht aus den drei Dimensionen *Unterstützung*, *Konflikt* und *Tiefe*. Für die vorliegende Studie wurde die Skala Unterstützung aus der deutschen Übersetzung des Fragebogens (Reiner, Beutel, Skaletz, Brähler, & Stoebel-Richter, 2012) herangezogen. Das berichtete Cronbach α von .84 für diese weist auf eine gute interne Konsistenz hin. Die Skala besteht aus sieben Items (z.B. “In welchem Ausmaß können Sie darauf zählen, dass diese Person Sie von eigenen Sorgen ablenkt, wenn Sie sich gestresst fühlen”) und ist auf einer vierfach abgestuften Skala (*Überhaupt nicht* bis *Sehr*) zu bewerten. Die Reliabilität der Skala in der vorliegenden Studie liegt mit einem Cronbach α von .78 im guten Bereich. Die einzelnen korrigierten Trennschärfen der Items liegen zwischen .22 und .65 (siehe Tabelle D 3, Anhang D). Da sich die Reliabilität der Skala nicht deutlich verbessern würde, wurde von einer Entfernung des Items mit der geringsten Trennschärfe abgesehen.

Stabilitätsstatus des/r Partners/in. Zur Erhebung der selbst wahrgenommenen Stabilität des Partners wurden vier Items erstellt, die jeweils auf einer fünfstufigen Skala (*Stimmt nicht bis Stimmt völlig*) zu bewerten waren. Eingeleitet wurde mit dem Satz “Ich habe das Gefühl, mein/e Partner/in ...”. Dabei wurden die Teilnehmenden aufgefordert, die vier Aussagen (z.B. “...steht mit beiden Beinen fest im Leben.”) nach ihrem eigenen Empfinden in Bezug auf Ihre/n Partner/in einzuschätzen. Um die Qualität dieser Variable zu überprüfen, wurde vorab mithilfe von zehn Personen ein Pretest durchgeführt und deren Anmerkungen vor der finalen Erhebung berücksichtigt. Da zwei Personen aufgrund ihres Beziehungsstatus (*Single*) die partnerbezogenen Items nicht erhielten, erfolgte die Reliabilitätsanalyse anhand von acht Personen. Mit einem Cronbach α von .91 erwies sich die Skala als reliabel. Die einzelnen Trennschärfen lagen zwischen .66 und .91 (siehe Tabelle D 4, Anhang D). Daher wurden für die eigentliche Umfrage alle vier Items in der Skala belassen.

Im finalen Datensatz weist ein Cronbach α von .84 weiterhin auf eine hohe Reliabilität der Skala hin. Die einzelnen Item-Trennschärfen, die sich in dem Bereich .61 bis .74 bewegen (siehe Tabelle D 5, Anhang D), weisen darauf hin, dass die Items gute Indikatoren des dahinterliegenden Konstrukts sind.

Aus der Theorie wird ersichtlich, dass die eigene Wahrnehmung des sozialen Umfelds ausschlaggebend für das persönliche Wohlbefinden ist. Aus diesem Grund wurde bei der Entwicklung des Fragebogens bewusst entschieden, die Studienteilnehmenden direkt zur eigenen Bewertung und Wahrnehmung des Stabilitätsstatus des/r Partners/in zu befragen, anstatt diese/n auch miteinzubeziehen.

2.6 Statistische Analyse

Die Analysen in der vorliegenden Arbeit wurden mit dem Statistik Programm SPSS (Version 25) durchgeführt. Dafür wurde der über Sosci-Survey generierte Datensatz nach Beendigung der Erhebung in eine SPSS-kompatible Datei transformiert. Für die Analysen wurden die Mittelwerte der einzelnen Skalen herangezogen. Das Signifikanzniveau wurde für alle Verfahren auf $p = .050$ festgelegt. Entsprechend wird bei Hypothesentests ein Ergebnis von $p < .050$ als statistisch signifikant angesehen. Bei multiplen Gruppenvergleichen hingegen wurde die Bonferroni-Korrektur angewandt, um den kumulativen Typ 1 Fehler gering zu halten (Field, 2013). Dies ist bei entsprechenden Verfahren nochmals angemerkt. Als Effektstärkenmaß wurde, wenn möglich, der Korrelationskoeffizient r angegeben, der nach

Cohen (1988) ab .10 auf einen kleinen, ab .30 auf einen mittleren und ab .50 auf einen großen Effekt deutet.

Voraussetzungsprüfungen. Auf Grundlage der Gültigkeit des zentralen Grenzwerttheorems konnte die Normalverteilung der Testwerte bei einer Stichprobe von mindestens 566 Personen – je nach Bedingung – grundsätzlich angenommen werden (Bortz & Döring, 2006). Das Intervallskalenniveau ermöglichte das Heranziehen der Mittelwerte der Skalen. Bei Skalen, die anhand von Single-Items gemessen wurden, wird auf Bortz und Döring (2006) verwiesen. Den Autor/innen zufolge ist laut einer pragmatischen Herangehensweise die Verletzung der Intervallskalaeigenschaften bei Ratingskalen, wie beispielsweise in der vorliegenden Studie der Lebens- und Beziehungszufriedenheit, nicht derartig gravierend, um auf parametrische Verfahren verzichten zu müssen.

3 Ergebnisse

Im Folgenden sollen die Ergebnisse der statistischen Analysen für die Beantwortung der einzelnen Forschungsfragen präsentiert werden. Zunächst sollen hier die deskriptiven Statistiken für die einzelnen in den Berechnungen verwendeten Variablen angeführt werden. Dabei handelt es sich um die Mittelwerte, Standardabweichungen, erreichten Minimum- und Maximum-Werte der Skalen sowie die Stichprobengröße (siehe Tabelle 4). Hier sei angemerkt, dass bei Analysen mit beziehungsrelevanten Variablen Personen in sämtlichen Beziehungsformen ($n = 566$) herangezogen und Personen ohne Partnerschaft entsprechend ausgeschlossen wurden.

Tabelle 4
Deskriptive Statistiken der einzelnen Variablen

Variable	<i>M</i>	<i>SD</i>	Wertebereich		<i>n</i>
			Möglich	Gemessen	
Commitment	4.57	.69	1 - 5	1.29 - 5.00	566
Unterstützung	3.54	.42	1 - 4	1.57 - 4.00	566
Partnerstabilität	4.09	.81	1 - 5	1.25 - 5.00	566
Beziehungszufriedenheit ¹	5.18	1.03	1 - 6	1 - 6	566
Lebenszufriedenheit ¹	5.38	1.12	1 - 7	1 - 7	733
Instabilität	2.61	.58	1 - 4	1.00 - 4.00	733

¹Single-Items

3.1 Voranalyse

Um den aus der Literatur hervorgehenden und für die Fragestellungen relevanten Zusammenhang zwischen Instabilität und Lebenszufriedenheit auch mit den vorliegenden Daten zu prüfen, wurde vor den eigentlichen hypothesenprüfenden Verfahren eine Spearman-Korrelation dieser beiden Variablen durchgeführt. Das Ergebnis wies auf eine mittelstarke Korrelation hin ($r = .43, p < .001$) und konnte somit die bestehenden Literaturfunde bestätigen.

3.2 Fragestellung 1

Hypothese 1.1. In dieser wurde geprüft, inwieweit die Lebenszufriedenheit in Abhängigkeit vom Beziehungsstatus variiert. Dabei wurde zusätzlich zum eigentlichen Beziehungsstatus auch nach Zusammenwohnen unterschieden, wodurch die Gruppe der festen Beziehungen in zusammenlebend und nicht zusammenlebend aufgeteilt wurde. Die verheirateten Befragten waren bis auf eine Person, welche aus der Analyse der ersten Hypothese ausgeschlossen wurde, alle zusammenlebend. Die Personen ohne Beziehung und in einer Dating-Beziehung befanden sich in anderen Wohnformen. Dadurch ergaben sich folgende Gruppierungen: *Single*, *Dating*, *Feste Beziehung ohne Zusammenleben*, *Feste Beziehung mit Zusammenleben* und *Verheiratet*.

Für den Gruppenvergleich wurde auf den nicht-parametrischen Kruskal-Wallis Test zurückgegriffen, da gemäß Levene-Test die Voraussetzung der Homogenität der Varianzen unter den verschiedenen Gruppen nicht gegeben war ($p < .050$). Das Ergebnis des Tests zeigte, dass sich die entsprechenden Gruppen hinsichtlich der Lebenszufriedenheit mit $\chi^2(4) = 55.11$, $p < .001$ signifikant voneinander unterscheiden. Um die Unterschiede zwischen den einzelnen Gruppen nachzuweisen, wurden anhand von Mann-Whitney-Tests Post-Hoc-Analysen durchgeführt. Aufgrund der vielfachen Gruppenvergleiche wurde die Bonferroni-Korrektur angewandt, wodurch sich beim Durchführen von zehn Vergleichen ein neues Signifikanzniveau von $\alpha^* = .005$ ergab. Die statistischen Kennwerte finden sich in Tabelle 5. Personen in keiner Partnerschaft unterschieden sich signifikant von Personen in festen Partnerschaften, ohne ($U = 13342.00$, $p < .001$) und mit gemeinsamem Wohnsitz ($U = 14300.50$, $p < .001$) sowie von verheirateten Personen ($U = 3012.50$, $p < .001$). Dabei zeigte sich im Vergleich zur Gruppe der Personen in festen Beziehungen ohne gemeinsamen Haushalt ein schwacher Effekt und im Vergleich zu den anderen beiden Gruppen ein mittlerer Effekt. Eine ähnliche Tendenz war bei der Gruppe der Personen in einer Dating-Beziehung zu beobachten: Diese unterschieden sich signifikant von verheirateten Personen ($U = 582.50$, $p < .001$) und von Personen in einer festen Beziehung mit gemeinsamem Haushalt ($U = 2756.00$, $p < .005$), nicht jedoch von Personen in einer festen Beziehung ohne gemeinsamen Haushalt ($U = 2533.00$, *ns.*). Auch hier stieg der kleine Effekt von der Gruppe der Personen in einer festen Beziehung, die zusammenleben, zu einem starken Effekt bei den verheirateten Personen an. Für eine grafische Darstellung siehe Abbildung 2.

Tabelle 5

Gruppenvergleiche bzgl. Lebenszufriedenheit durch Mann-Whitney Tests mit Teststatistik U (p -Wert) und Effektmaß r

Gruppe 1	Gruppe 2	U (p)	r
Single	Dating	2548.00 (.987)	.00
Single	Feste Bez. (kein ZL)	13342.00 (< .001*)	.20
Single	Feste Bez. (ZL)	14300.50 (< .001*)	.31
Single	Verheiratet	3012.50 (< .001*)	.34
Dating	Feste Bez. (kein ZL)	2533.00 (.047)	.13
Dating	Feste Bez. (ZL)	2756.00 (.002*)	.18
Dating	Verheiratet	582.50 (< .001*)	.35
Feste Bez. (kein ZL)	Feste Bez. (ZL)	23851.50 (.012)	.12
Feste Bez. (kein ZL)	Verheiratet	5152.00 (.008)	.16
Feste Bez. (ZL)	Verheiratet	7601.50 (.259)	.06

Anmerkung. ZL = Zusammenleben

* $p \leq \alpha$ gemäß Bonferroni-Korrektur

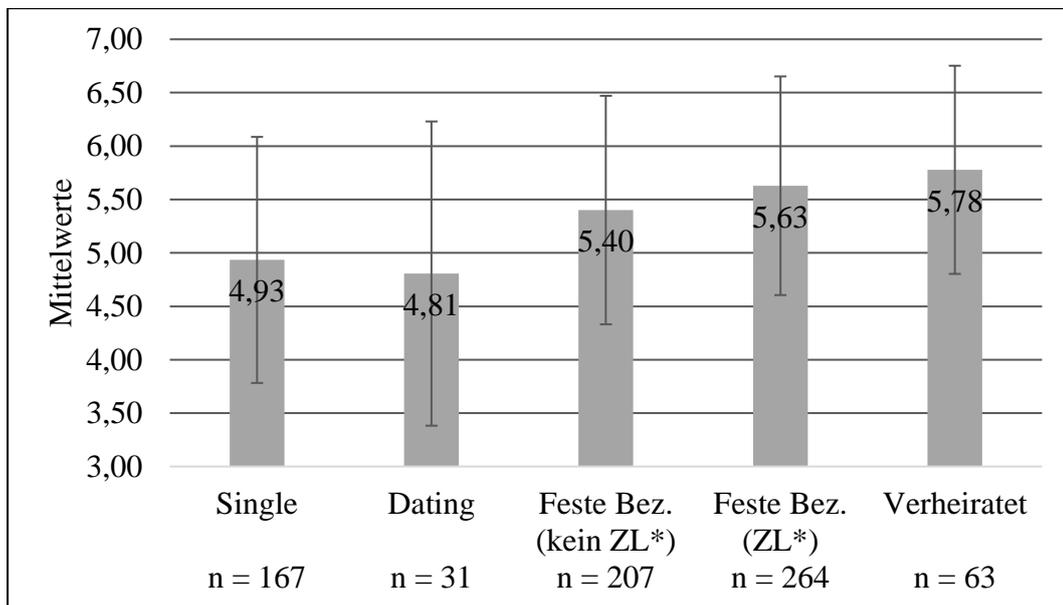


Abbildung 2. Mittelwerte und Standardabweichungen (dargestellt als Fehlerbalken) der Lebenszufriedenheit in Abhängigkeit vom Beziehungsstatus; *ZL = Zusammenleben

Hypothese 1.2. bis 1.4. Für die Berechnung der Korrelationen zwischen den verschiedenen Beziehungsfaktoren und der Lebenszufriedenheit wurden für Skalen mit mehreren Items die Produkt-Moment-Korrelation nach Pearson und für Variablen mit Single-

Items die Spearman-Rangkorrelation angewandt. Dies begründet sich darin, dass für die Variablen, die anhand von Single-Items gemessen wurden, zwar Intervallskala-Eigenschaften angenommen werden können (Bortz & Döring, 2006), um jedoch auf der sicheren Seite zu sein, wurde für diese Variablen das Verfahren nach Spearman verwendet. Die Koeffizienten wiesen mit Werten zwischen $r = -.22$ ($R^2 = .05$) und $r = .56$ ($R^2 = .31$) auf schwache bis mittelhohe Zusammenhänge zwischen den Skalen hin (siehe Tabelle 6). Folglich konnten die Hypothesen 1.2. bis 1.4. bestätigt werden. Es bestand ein positiver Zusammenhang zwischen der Beziehungszufriedenheit und der Lebenszufriedenheit ($r = .48$), dem Beziehungscommitment und der Lebenszufriedenheit ($r = .41$) sowie zwischen der Partnerunterstützung und der Lebenszufriedenheit ($r = .47$; alle $p < .001$).

Tabelle 6

Interkorrelationsmatrix: Koeffizient der Produkt-Moment-Korrelation für den Zusammenhang der Skalen

Skala	1	2	3	4	5	6
1 Lebenszufriedenheit ¹	-	.48**	.34**	-.43** ²	.41**	.47**
2 Beziehungszufriedenheit ¹		-	.39**	-.25**	.54**	.54**
3 Partnerstabilität			-	-.25**	.36**	.37**
4 Instabilität				-	-.22**	-.23**
5 Commitment					-	.56**
6 Unterstützung						-

Anmerkung. ¹ Rangkorrelation nach Spearman; $n = 566$, ² $n = 733$

** $p \leq .001$

Hypothese 1.5. Zur Prognose der Lebenszufriedenheit wurde eine multiple lineare Regressionsanalyse durchgeführt, um die Erklärungswerte von potenziellen Prädiktor-Variablen zu untersuchen. Es wurde geprüft, ob und inwieweit die Lebenszufriedenheit durch die verschiedenen partnerbezogenen Variablen Beziehungszufriedenheit, Unterstützung, Commitment sowie die Stabilität des/ Partners/in beeinflusst wird. Außerdem wurden Alter und Geschlecht als weitere Variablen in die Analyse miteinbezogen. Im Rahmen der Berechnung wurden die Prädiktoren mit der schrittweisen Rückwärts-Methode sukzessive ausgeschlossen.

Vor der eigentlichen Analyse wurden die Voraussetzungen zur Durchführung der Regressionsanalyse überprüft. Anhand grafischer Überprüfungen konnten die Homoskedastizität sowie die Normalverteilung der Residuen festgestellt werden. Aus den

Toleranzwerten $\geq .57$ war zu schließen, dass keine Multikollinearität der Variablen vorliegt (Field, 2013). Weiters wies der Durbin-Watson Koeffizient von 1.87 (und somit mit einem Wert nahe 2) auf keine Autokorrelation hin (Field, 2013). Das Gesamtmodell erwies sich als signifikant ($F(5, 560) = 68.99, p < .001$). In dem Modell lieferte die nahezu perfekte Übereinstimmung von R^2 und R^2_{kor} einen Hinweis darauf, dass die Prädiktorenauswahl angemessen war. Wie in Tabelle 7 zu sehen ist, lieferten die vier partnerbezogenen Prädiktoren sowie das Geschlecht einen signifikanten Erklärungswert für das Kriterium der Lebenszufriedenheit. Aufgrund der Codierung des Geschlechts, ließ sich darauf schließen, dass Männer eine höhere Lebenszufriedenheit berichteten als Frauen. Die Gewichtung der Variablen Unterstützung und Beziehungszufriedenheit war im Vergleich zu den anderen Variablen höher. Das Alter hingegen fiel aus dem Modell heraus und lieferte somit keinen signifikanten Vorhersagewert. Der erklärte Varianzanteil lag bei 38%.

Tabelle 7

Zusammenfassung der Modellprüfungen für das Kriterium Lebenszufriedenheit mit Regressionskoeffizienten B (Standardfehler) und standardisiertem Regressionskoeffizienten β (p -Wert), R^2 - und korrigierte R^2 - Werte und Durbin-Watson Statistik

Prädiktor	B (SE)	β (p)
(Konstante)	-.07 (.44)	
Geschlecht	.26 (.11)	.08 (.023*)
Alter	.00 (.01)	.00 (.933)
Partnerstabilität	.15 (.05)	.11 (.004**)
Commitment	.15 (.07)	.10 (.028*)
Unterstützung	.72 (.11)	.28 (< .001**)
Beziehungszufriedenheit	.29 (.04)	.28 (< .001**)
(Konstante)	-.10 (.34)	
Geschlecht	.26 (.11)	.08 (.023*)
Partnerstabilität	.14 (.05)	.11 (.004**)
Commitment	.15 (.07)	.10 (.028*)
Unterstützung	.72 (.11)	.28 (< .001**)
Beziehungszufriedenheit	.29 (.04)	.28 (< .001**)
Erklärter Varianzanteil durch R^2 (R^2_{kor})	38% (38%)	
Durbin-Watson-Koeffizient	1.87	

** $p \leq .010$, * $p \leq .050$, $n = 566$; Anmerkung: Geschlecht: 1 (weiblich) bzw. 2 (männlich)

3.3 Fragestellung 2

Hypothese 2.1. Um zu überprüfen, inwieweit sich die erlebte Instabilität in Abhängigkeit vom Beziehungsstatus unterscheidet, wurde analog zu der Überprüfung der H1.1. vorgegangen. Es wurde ebenso aufgrund der Voraussetzungsverletzung der Homogenität der Varianzen (Levene-Test mit $p < .010$) der Kruskal-Wallis-Test für mehrere Gruppen angewandt. Dabei unterschieden sich die entsprechenden Gruppen mit $\chi^2(4) = 42.07$ ($p < .001$) signifikant voneinander. Für eine grafische Übersicht siehe Abbildung 3. Für die Analyse der spezifischen Gruppenunterschiede im Rahmen von Post-Hoc-Analysen wurden zehn Mann-Whitney Tests durchgeführt. Dabei ergab sich nach der Bonferroni-Korrektur wiederum ein neues Signifikanzniveau von $\alpha = .005$. Die statistischen Kennwerte zu den Berechnungen finden sich in Tabelle 8. Den Ergebnissen zufolge unterschieden sich Personen, die sich in keiner Partnerschaft befanden, von Personen in festen Beziehungen mit gemeinsamem Haushalt ($U = 16710.00$, $p < .001$) und verheirateten Personen ($U = 2972.50$, $p < .001$) signifikant. Personen in Dating-Beziehungen unterschieden sich signifikant von verheirateten Personen ($U = 532.00$, $p < .001$). Der Vergleich von Personen in Dating-Beziehungen mit Personen in festen Beziehungen und gemeinsamem Wohnsitz fiel knapp nicht signifikant aus und ist als Trend zu werten ($U = 2901.00$, $p = .008$). Weiters signifikant unterschieden sich Personen in festen Beziehungen ohne gemeinsamen Wohnsitz von denjenigen mit gemeinsamem Wohnsitz ($U = 22216.50$, $p < .001$) und von verheirateten Personen ($U = 4091.00$, $p < .001$). Auch hier waren die Effekte bei den signifikanten Gruppenunterschieden mit verheirateten Personen wiederum als mittel einzustufen, während die übrigen als kleine Effekte bezeichnet wurden.

Tabelle 8
 Gruppenvergleiche bzgl. Instabilität durch Mann-Whitney Tests mit Teststatistik U (p -Wert) und Effektmaß r

Gruppe 1	Gruppe 2	U (p)	r
Single	Dating	2363.50 (.440)	.05
Single	Feste Bez. (kein ZL)	16424.50 (.406)	.04
Single	Feste Bez. (ZL)	16710.00 (< .001*)	.20
Single	Verheiratet	2972.50 (< .001*)	.34
Dating	Feste Bez. (kein ZL)	2796.50 (.247)	.07
Dating	Feste Bez. (ZL)	2901.00 (.008°)	.15
Dating	Verheiratet	532.00 (< .001*)	.37
Feste Bez. (kein ZL)	Feste Bez. (ZL)	22216.50 (< .001*)	.16
Feste Bez. (kein ZL)	Verheiratet	4091.00 (< .001*)	.27
Feste Bez. (ZL)	Verheiratet	6731.00 (.018)	.13

Anmerkung. ZL = Zusammenleben

* $p \leq \alpha$ gemäß Bonferroni-Korrektur; °als Trend hervorgehoben

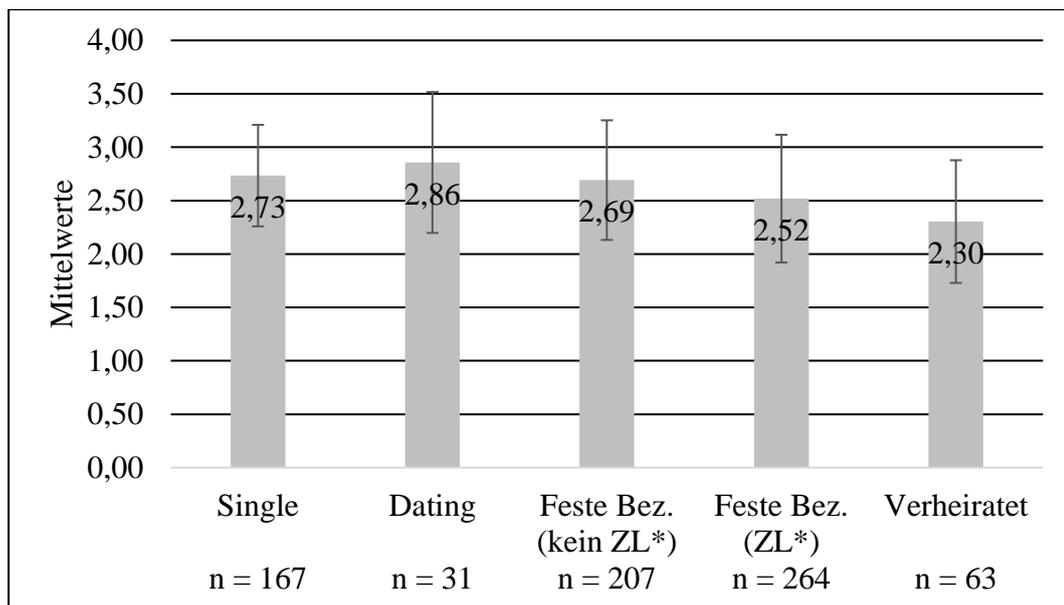


Abbildung 3. Mittelwerte und Standardabweichungen (dargestellt als Fehlerbalken) der Instabilität in Abhängigkeit vom Beziehungsstatus;

*ZL = Zusammenleben

Hypothese 2.2. bis 2.4. Auch zur Testung der Korrelationen zwischen Instabilität und den einzelnen Beziehungsfaktoren wurde analog zur Herangehensweise der Überprüfung der Hypothesen 1.2. bis 1.4. gearbeitet. Anhand der Ergebnisse der Produkt-Moment-Korrelation

nach Pearson und der Spearman-Rangkorrelation erwiesen sich die vermuteten negativen Korrelationen als signifikant (alle $p < .001$; siehe Tabelle 6). Es bestand ein negativer Zusammenhang zwischen der Beziehungszufriedenheit und der Instabilität ($r = -.25$), dem Beziehungscommitment und der Instabilität ($r = -.22$) sowie zwischen der Partnerunterstützung und der Instabilität ($r = -.23$). In diesem Fall handelte es sich bei allen Korrelationen um kleine Effekte.

Hypothese 2.5. Zur Bestimmung der einzelnen Beiträge der Prädiktoren in Bezug auf Instabilität wurde auch hier analog zur Hypothese 1.5. eine multiple Regression angewandt. Bei den Prädiktoren handelte es sich um die verschiedenen partnerbezogenen Variablen Beziehungszufriedenheit, Unterstützung, Commitment sowie Stabilität des/ Partners/in. Alter und Geschlecht wurden wiederum als weitere Variablen in die Analyse miteinbezogen. Die Prädiktoren wurden im Rahmen der Berechnung mit der schrittweisen Rückwärts-Methode sukzessive ausgeschlossen.

Die Durchführungsvoraussetzungen für die eigentliche Analyse konnten angenommen werden. Die Homoskedastizität sowie die Normalverteilung der Residuen konnten anhand grafischer Überprüfungen bestätigt werden. Den Toleranzwerten $\geq .57$ zufolge liegt keine Multikollinearität der Variablen vor (Field, 2013). Aus dem Durbin-Watson Koeffizienten von 1.90 (und somit mit einem Wert nahe 2) konnte man schließen, dass keine Autokorrelation der Daten besteht (Field, 2013). Das Gesamtmodell erwies sich als signifikant ($F(5, 560) = 16.40$, $p < .001$). Da sich die berechneten Werte von R^2 und R^2_{korrr} kaum unterschieden, ist anzunehmen, dass die Auswahl der Prädiktoren angemessen war. Anhand der Werte in Tabelle 9 ist zu sehen, dass Alter und Geschlecht einen signifikanten Beitrag zur Vorhersage des Kriteriums Instabilität leisteten. Bezüglich des Geschlechts ließ sich feststellen, dass Frauen sich als instabiler beschrieben als Männer. Von den beziehungsrelevanten Variablen lieferten die Prädiktoren Stabilität des/r Partners/in, die Beziehungszufriedenheit und die Partnerunterstützung einen signifikanten Erklärungswert für die Instabilität. Die Unterstützung wies mit einem $p = .053$ einen noch knapp signifikanten Beitrag auf und wurde im Modell beibehalten. Das Commitment hingegen fiel aus dem Modell heraus und lieferte somit keinen signifikanten Vorhersagewert. Insgesamt konnten die in dem Modell beinhalteten Prädiktoren 12% der Varianz der Instabilität erklären.

Tabelle 9

Zusammenfassung der Modellprüfungen für das Kriterium Instabilität mit Regressionskoeffizienten B (Standardfehler) und standardisiertem Regressionskoeffizienten β (p -Wert), R^2 - und korrigierte R^2 - Werte und Durbin-Watson Statistik

Prädiktor	B (SE)	β (p)
(Konstante)	4.89 (.29)	
Geschlecht	-.16 (.08)	-.08 (.036*)
Alter	-.03 (.01)	-.14 (< .001**)
Partnerstabilität	-.12 (.03)	-.16 (< .001**)
Commitment	-.04 (.05)	-.05 (.372)
Unterstützung	-.11 (.07)	-.08 (.133)
Beziehungszufriedenheit	-.07 (.03)	-.12 (.019*)
(Konstante)	4.85 (.29)	
Geschlecht	-.16 (.08)	-.08 (.039*)
Alter	-.03 (.01)	-.14 (< .001**)
Partnerstabilität	-.12 (.03)	-.16 (< .001**)
Unterstützung	-.13 (.07)	-.09 (.053*)
Beziehungszufriedenheit	-.08 (.03)	-.14 (.005**)
Erklärter Varianzanteil durch R^2 (R^2_{korr})	13% (12%)	
Durbin-Watson-Koeffizient	1.90	

Anmerkung. Geschlecht: 1 (weiblich) bzw. 2 (männlich)

** $p \leq .010$, * $p \leq .05$, $n = 566$

3.4 Fragestellung 3

Hypothese 3.1. Zur Überprüfung des Zusammenhangs zwischen wahrgenommener Instabilität und der Stabilität des/r Partners/in wurde eine Produkt-Moment-Korrelation nach Pearson gerechnet. Dabei zeigte sich mit $r = -.25$ ($R^2 = .06$, $p < .001$) ein negativer Zusammenhang der beiden Variablen mit einem kleinen Effekt.

Hypothese 3.2. Um die Korrelation zwischen Instabilität und der Stabilität des/r Partners/in unter Berücksichtigung der Partnerunterstützung zu überprüfen, wurde eine partielle Korrelation durchgeführt. Dafür wurde die Partnerunterstützung als Kontrollvariable herangezogen und konstant gehalten. Die Ergebnisse zeigten, dass sich der Zusammenhang der beiden Variablen Instabilität und Stabilität des/r Partners/in aufgrund des schwächeren

Bestimmtheitsmaßes teilweise durch die Partnerunterstützung erklären ließ ($r = -.14$; $R^2 = .02$, $p = .001$).

Hypothese 3.3. Analog zur vorherigen Hypothese wurde auch hier eine partielle Korrelation unter Berücksichtigung der Beschäftigung des/r Partners/in gerechnet. Für die Drittvariable der Beschäftigung des/r Partners/in wurde anhand der verschiedenen Beschäftigungsangaben eine dummmycodierte Variable mit den Kategorien *hauptsächlich berufstätig* ($n = 362$) und *hauptsächlich in Ausbildung* ($n = 196$) erstellt. Diese wurde in dieser Analyse konstant gehalten. Die Ergebnisse zeigten, dass sich der Zusammenhang der beiden Variablen Instabilität und Stabilität des/r Partners/in durch Berücksichtigung der Beschäftigung mit einem $r = -.21$ ($R^2 = .04$, $p < .001$) kaum veränderte.

3.5 Zusatzanalyse zur sexuellen Orientierung

Da in bisherigen Studien eher sehr homogene Stichproben bezüglich der sexuellen Orientierung, im Sinne von hauptsächlich heterosexuellen Personen, untersucht wurden, soll hier anhand einer Zusatzanalyse der potenzielle Einfluss dieser analysiert werden. In der vorliegenden Studie wurde nämlich kein Ausschlusskriterium hinsichtlich der sexuellen Orientierung gesetzt. Daher wurde auf entsprechende Gruppenunterschiede zwischen den Gruppen der Heterosexuellen und der übrigen sexuellen Orientierungen (homosexuell, bisexuell, andere Sexualität) geprüft. Im ersten Schritt sollte auf Unterschiede der Verteilung des Beziehungsstatus hinsichtlich der sexuellen Orientierung getestet werden. Da eine der Voraussetzungen für den Chi-Quadrat-Test verletzt war – die erwarteten Häufigkeiten waren kleiner als 5 (Field, 2013) – wurde auf den exakten Fisher-Test zurückgegriffen. Es zeigten sich signifikante Verteilungsunterschiede ($p = .007$, exakter Fisher-Test). Für eine grafische Darstellung der Verteilung siehe Abbildung 4 .

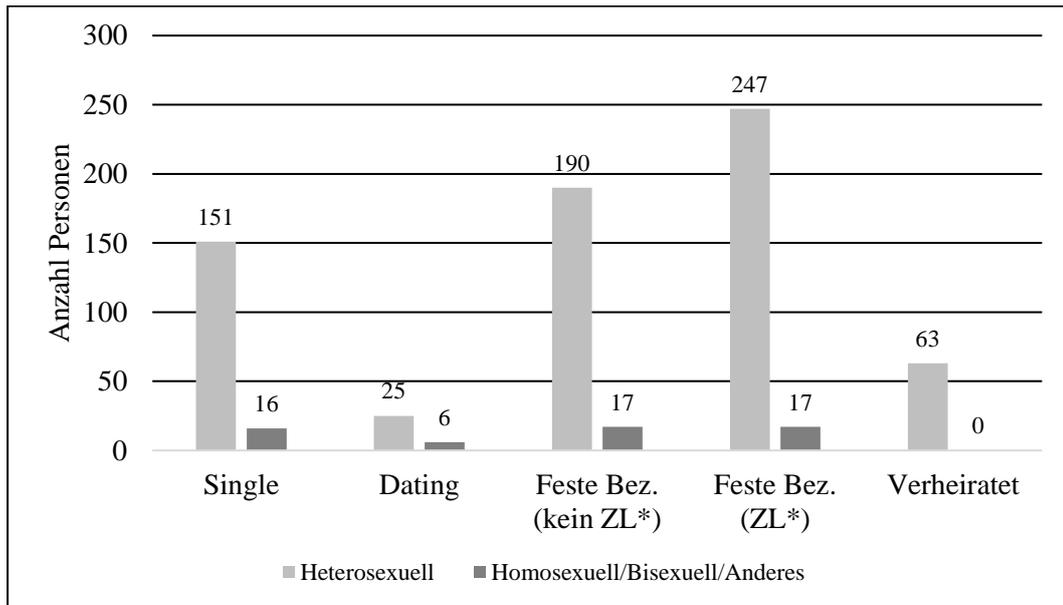


Abbildung 4. Beziehungstatus in Abhängigkeit der sexuellen Orientierung; ZL* = Zusammenleben

Im zweiten Schritt wurden für die Variablen Instabilität, Partnerstabilität, Commitment, Beziehungszufriedenheit und Lebenszufriedenheit t-Tests für unabhängige Stichproben durchgeführt. Lediglich für die Variable Unterstützung wurde die Voraussetzung der Homogenität der Varianzen verletzt (geprüft mittels Levene-Test, $p < .050$) und daher der Mann-Whitney-Test herangezogen. Da in keiner der Variablen signifikante Gruppenunterschiede aufgezeigt werden konnten (siehe Tabelle 10), wurde von weiteren Analysen abgesehen.

Tabelle 10

Gruppenunterschiede bzgl. sexueller Orientierung: Ergebnisse der t-Tests für unabhängige Stichproben und des Mann-Whitney-Tests für die jeweiligen Skalen

Skala	$t(df)$	p	r	$U(p)$	r
Instabilität ¹	-.68 (731)	.499	.03	-	-
Lebenszufriedenheit ¹	0.935 (731)	.350	.03	-	-
Partnerstabilität	1.20 (564)	.230	.05	-	-
Commitment	1.13 (564)	.258	.05	-	-
Beziehungszufriedenheit	.21 (564)	.831	.01	-	-
Unterstützung	-	-		10474.00 (.963)	.00

$n = 566$, ¹ $n = 733$

4 Diskussion

Das Ziel der vorliegenden Studie war es, die Rolle der romantischen Beziehung mitsamt ihren Facetten hinsichtlich des Wohlbefindens im Rahmen der Emerging Adulthood zu untersuchen. Die hier näher betrachteten Facetten des Wohlbefindens sind die Lebenszufriedenheit und die wahrgenommene Instabilität. Diesbezüglich wurden einerseits Unterschiede in Abhängigkeit vom Beziehungsstatus, andererseits Zusammenhänge mit den Beziehungsfaktoren und zuletzt die einzelnen Beiträge der Beziehungsfaktoren untersucht. Zwecks besserer Übersicht und Vergleichbarkeit der beiden Konstrukte werden diese hier teilweise parallel zueinander betrachtet, um Unterschiede und Gemeinsamkeiten herauszuarbeiten.

Aus den Ergebnissen der Lebenszufriedenheit bei unterschiedlichen Beziehungsformen lässt sich schließen, dass Personen, die sich in keiner beziehungsweise keiner verbindlichen Partnerschaft befinden, im Vergleich zu jenen, die sich in einer verbindlichen Beziehung befinden, eine geringere Lebenszufriedenheit angeben. Unter verbindliche Beziehung fallen hier die festen Partnerschaften (gemeinsam oder getrennt lebend) sowie die ehelichen Partnerschaften. Dies steht in Übereinstimmung mit bisherigen Ergebnissen zu Unterschieden im Wohlbefinden zwischen Singles und Personen in einer Beziehung (Adamczyk & Segrin, 2015; Baggio et al., 2017, Braithwaite et al., 2010; Chow, 2005; Coccia & Darling, 2016; Fischer et al., 2014; Galambos et al., 2006; Simon & Barrett, 2010; Whitton et al., 2013). Die Effekte hierbei waren beim Vergleich mit den verheirateten Personen am größten, was das unterschiedliche Niveau keiner oder unverbindlicher Partnerschaften gegenüber einer Ehe verdeutlicht. Betrachtet man die Lebenszufriedenheit von Personen in einer festen Beziehung, lassen sich keine signifikanten Unterschiede hinsichtlich deren Wohnsituation feststellen. Sie zeigen sich auch im Vergleich zu verheirateten Personen nicht zufriedener. Dies kann darauf hindeuten, dass Emerging Adults, die sich einer festen Beziehung zuordnen, unabhängig davon, ob sie zusammenwohnen, verheiratet sind oder nicht, ohnehin bereits den Schritt in Richtung Verbindlichkeit gewagt haben und sich daher auf einem entsprechend ähnlichen Niveau befinden. Interessanterweise zeigen Singles im Vergleich zu Personen in einer Dating-Beziehung keinen Unterschied hinsichtlich der Lebenszufriedenheit. Dies könnte daran liegen, dass Personen in einer Dating-Beziehung sich eher unter die Singles einordnen, da sie noch nicht bereit sind, sich in eine feste Beziehung zu begeben.

Hinsichtlich der wahrgenommenen Instabilität konnten ebenfalls signifikante Unterschiede festgestellt werden. Hier scheint allerdings das Zusammenleben mit dem/r Partner/in eine Rolle zu spielen. So unterscheiden sich immer diejenigen Gruppen signifikant voneinander, die sich auch bezüglich der Wohnsituation unterscheiden. Nur Personen in einer Dating-Beziehung zeigen keinen signifikanten Unterschied hinsichtlich der Instabilität verglichen mit jenen in einer festen Beziehung mit gemeinsamem Wohnsitz. Es ist jedoch ein Trend in Richtung eines Unterschiedes zu erkennen. In diesem Kontext könnte das häufige gegenseitige Beobachtungsverhalten beider Partner/innen zum Tragen kommen, welches vor allem bei zusammenlebenden Paaren stattfindet und das Wohlbefinden des/r Partners/in fördert (vgl. Whitton et al., 2013). Dass das Zusammenleben eher für die Instabilität als für die Lebenszufriedenheit eine Rolle spielt, könnte man darauf zurückführen, dass die romantische Beziehung an sich und das Zusammenleben als zwei vollendete Entwicklungsaufgaben gesehen werden können (Cohen et al., 2003; Havighurst, 1948; Settersten, 2007), die zu mehr Stabilität im Leben führen. Eine alternative Erklärung wäre, dass sich die Instabilität eher auf Ungewissheit und zukunftsbezogene Sorgen, und die Lebenszufriedenheit eher auf den aktuellen Zustand bezieht. Durch die feste Wohnsituation, die bereits auf eine Zukunftsorientierung mit Familienplanung deuten könnte, wäre eine Reduktion der Ungewissheit denkbar.

In Übereinstimmung mit bisherigen Forschungsergebnissen zeigen sich positive Zusammenhänge zwischen den Beziehungsfaktoren und der Lebenszufriedenheit. So geben auch die in der vorliegenden Studie befragten Personen an, zufriedener mit ihrem Leben zu sein, wenn sie eine höhere Beziehungszufriedenheit (Apt et al., 1996; Demir, 2010; Gala & Kapadia, 2013; Hawkins & Booth, 2005; Love & Holder, 2016; Whitton & Kuryluk, 2012; Williams, 2003), höheres Beziehungscommitment (Gala & Kapadia, 2013) sowie eine höhere Partnerunterstützung (Galambos et al., 2006; Lanz & Tagliabue, 2007; Murphy et al., 2010; Rossi & Meber, 2011; Simon & Barrett, 2010; Walen & Lachman, 2000; Williams, 2003) aufweisen. All diese Zusammenhänge lassen sich den Ergebnissen zufolge – ganz wie vermutet – in negativer Richtung auf die empfundene Instabilität übertragen. Personen in einer zufriedenstellenden Beziehung zeigen sich stabiler im Leben. Ebenso zeigen sich Personen stabiler im Leben, wenn sie höheres Beziehungscommitment aufweisen. Dies könnte durch den langfristigen Fokus des Commitments erklärt werden (Dush & Amato, 2005; Stanley et al., 2010), weshalb man sich zwecks Zukunft der Beziehung - einer Facette der vielen potenziellen Unsicherheiten im Leben - weniger sorgen muss. Auch der positive Effekt der

Unterstützung lässt sich auf die Instabilität umlegen. Dies geht einher mit der Beobachtung von Surjadi et al. (2011), dass die Unterstützung durch den/die Partner/in das Gefühl, Kontrolle über das Leben zu haben, positiv beeinflusst. Das Entgegenkommen des/der Partners/in wirkt sich auch in dieser Stichprobe auf die Bewältigung stressreicher und unsicherer Zeiten aus (Dooley et al., 2018).

Die Ergebnisse der Zusammenhangsüberprüfungen verdeutlichen also insgesamt die positiven Wechselwirkungen der verschiedenen Beziehungsqualitäten sowohl mit der Lebenszufriedenheit als auch mit der Instabilität. Insgesamt ist zu beachten, dass die Effekte bezüglich der Instabilität schwächer sind als diejenigen für die Lebenszufriedenheit. Dies deutet darauf hin, dass für die Instabilität noch andere Faktoren entscheidend sein könnten, als verschiedene Beziehungsqualitäten. Selbstverständlich sind diese Zusammenhänge auch bidirektional zu betrachten. So können Beziehungen mit höherer Qualität dem Wohlbefinden zugutekommen, während höheres Wohlbefinden Qualitäten fördert, die die Zufriedenheit und das Funktionieren von Beziehungen verbessern können (Kansky, 2018).

Bezüglich der Relevanz der einzelnen Beiträge der Beziehungsqualitäten zur Lebenszufriedenheit und Instabilität sollen hier zur besseren Übersicht zuerst die Gemeinsamkeiten erläutert werden. In beiden Modellen ist ein Geschlechtereffekt zu erkennen. Frauen berichten im Vergleich zu Männern sowohl über eine geringere Lebenszufriedenheit als auch über eine höhere Instabilität. Dies stimmt mit den Ergebnissen von Robinson und Wright (2013) überein, wonach Frauen eher zugeben, eine Krise zu erleben als Männer. Außerdem kann es eine Rolle spielen, dass Frauen eher dazu sozialisiert wurden, über ihre Gefühle zu berichten (Pinquart, 2011). Weiters kommt die Bedeutung der Beziehungszufriedenheit in beiden Modellen klar hervor, da diese in beiden Fällen zu den Faktoren mit dem höchsten Erklärungswert gehört. Auch die Relevanz des weitgehend unerforschten wahrgenommenen Stabilitätsstatus des/r Partners/in wird hier unterstrichen, da dieser unter Berücksichtigung der anderen Variablen in beiden Modellen als bedeutender Prädiktor bestehen blieb. Nähere Erläuterungen dazu finden sich in den weiteren Abschnitten.

Nach Darlegung der Gemeinsamkeiten beider Modelle sollen nun die übrigen Faktoren einzeln betrachtet werden. Hinsichtlich Lebenszufriedenheit galt neben der Beziehungszufriedenheit die Partnerunterstützung als ebenso bedeutender Prädiktor. Ein bedeutender Teil der Lebenszufriedenheit wird also durch die Beziehungszufriedenheit und die Partnerunterstützung erklärt. Auch das Commitment wurde in dem Modell beibehalten, allerdings mit einer geringeren Bedeutung. Daraus könnte man schließen, dass zwar alle

herangezogenen Beziehungsfaktoren einen bedeutenden Einfluss auf die Lebenszufriedenheit haben, jedoch diejenigen Beziehungsqualitäten, die mehr über die aktuelle Situation aussagen, eine höhere Bedeutung haben. So könnten Personen zwar aktuell sehr zufrieden sein und weitere positive Qualitäten der Beziehung schätzen, aber nicht zwingenderweise eine gemeinsame Zukunft mit dem/r Partner/in sehen.

Hinsichtlich der Instabilität zeigt sich, dass das Alter ein relevanter Faktor ist. Dies ist auch dadurch zu erklären, dass sich in der Stichprobe einige Personen befinden, die vermutlich schon in der Endphase der Emerging Adulthood sind und somit eventuell schon stabiler im Leben stehen und ihren Platz im Leben schon gefunden haben – im Vergleich zu jüngeren Personen. Dies geht mit bisherigen Funden einher, dass sich Personen während der Emerging Adulthood mit steigendem Alter wohler fühlen (Galambos et al., 2006; Rossi & Mebert, 2011). Neben der Beziehungszufriedenheit leistet auch die Partnerunterstützung einen wesentlichen Beitrag zur Instabilität. Interessant ist jedoch, dass die Unterstützung nur knapp signifikant war. Dies könnte daran liegen, dass die Instabilität eine Situation ist, die durch Unterstützung vermutlich nicht bedeutend geändert werden kann, da der/die Partner/in nicht in der Lage ist, Informationen zur Verfügung zu stellen, die die Unsicherheit verringern oder eine bessere Kontrolle ermöglichen (Dooley et al., 2018). Wenn man selbst keine Kontrolle über das eigene Leben hat (Reifman, 2007), wird die Unterstützung des/r Partners/in möglicherweise nur eingeschränkt dabei helfen. Es besteht außerdem kein akuter Risikofaktor oder ein bestimmtes negatives Lebensereignis, sondern die Gesamtsituation wird als instabil bewertet, weshalb sich die Unterstützung nicht auf einen spezifischen Faktor richten kann (vgl. Newcomb-Anjo et al., 2017). Auch könnte es eine Rolle spielen, dass man als instabile Person möglicherweise nicht ausreichend in der Lage ist, Unterstützung zurückzugeben. Ein gleiches Ausmaß an gegenseitiger Unterstützung bewirkt nämlich positive Effekte für die Stimmung (Gleason, Iida, Bolger, & Shrout, 2003). Dabei könnten Schuldgefühle dem/r Partner/in gegenüber zum Tragen kommen und zur wahrgenommenen Instabilität beitragen. Ein überraschendes Ergebnis ist, dass das Beziehungscommitment im Vergleich zu den anderen Faktoren keinen signifikanten Beitrag zur Instabilität leistet. Dies scheint auf dem ersten Blick sehr verwunderlich, so war doch die Vermutung, dass der langfristige Fokus und die Stabilität einer Beziehung, die mit dem Commitment einhergehen, den Beziehungspartnern einen gewissen Halt im Leben geben können. Es könnte ausschlaggebend sein, dass beim Commitment vor allem auf die Erfragung des eigenen Willens zur Aufrechterhaltung der Beziehung abzielt; das Commitment des/der Partners/in hingegen wurde nicht erfragt. So können sich in der

Stichprobe auch Personen befinden, die zwar selbst ein hohes Commitment aufweisen, jedoch an der Gegenseitigkeit zweifeln. Die Tatsache, dass manche Befragte eventuell wissen, dass der/die Partner/in anders zu der Aufrechterhaltung der Beziehung steht, kann den Einfluss des Commitments auf die wahrgenommene Instabilität schwächen. Es ist einleuchtend, dass dieser Effekt bei der Lebenszufriedenheit weniger zutrifft, da diese sich eher auf den momentanen Zustand bezieht. Dies könnte eine mögliche Erklärung für die Eliminierung dieses Prädiktors aus dem Regressionsmodell sein. Daher wäre es in künftigen Studien interessant, auch das Commitment des/r Partners/in zu erheben.

Abschließend ist zu bemerken, dass das Modell zur Instabilität mit 12% allgemein einen geringeren Erklärungswert hat als das Modell für die Lebenszufriedenheit mit 38%. Das deutet darauf hin, dass Beziehungsfaktoren für die Lebenszufriedenheit wichtiger sind als für das Gefühl der Instabilität. Für letzteres sind vermutlich andere Aspekte von Bedeutung, wie beispielsweise feststehende Lebensumstände bezüglich Finanzen, Job, etc., die zu mehr Stabilität führen.

Die dritte Forschungsfrage hatte einen sehr explorativen Charakter und liefert wichtige Ergebnisse hinsichtlich des Stabilitätsstatus des/r Partners/in. Es zeigen sich erstens signifikante Zusammenhänge zwischen Instabilität und Stabilität des/r Partners/in. Zweitens ist die Richtung dieses Zusammenhangs negativ. Je gefestigter also der/die Partner/in wahrgenommen wird, desto stabiler ist auch der/die andere Partner/in und umgekehrt. Dies könnte die Theorie bestätigen, dass man eher mit einer Person zusammen ist, die einem ähnlich ist (Figueredo et al., 2006; Watson et al., 2014) und die der wechselwirkenden Einflüsse beider Beziehungspartner/innen aufeinander (Gustavson et al., 2016; Orth et al., 2018). Außerdem kann es folglich zutreffen, dass ein/e stabile/r Partner/in einem gewissermaßen Halt gibt und als Vorbild dient (Lockwood & Kunda, 1997). Umgekehrt aber ist es natürlich genauso zu sehen, dass die wahrgenommene Instabilität des/r Partners/in mit einer höheren eigens empfundenen Instabilität einhergeht. Folglich ist es wichtig, dass zumindest einer der Partner/innen stabil im Leben steht, damit sich positive Einflüsse auf den/die andere/n Partner/in ergeben. Durch die Berücksichtigung der beiden anderen Variablen, Partnerunterstützung und Beschäftigung des/der Partners/in, können tiefere Einblicke in diese Thematik gegeben werden. Der Zusammenhang scheint durch die Beschäftigung des/r Partners/in nur in geringem Ausmaß beeinflusst zu sein. Der ökonomische Wert (Manning et al., 2011) und die materiellen Ressourcen (Soons & Liefbroer, 2008) scheinen für die Erklärung dieses Zusammenhangs weniger wichtig zu sein. Entsprechend müssten andere

Faktoren eher von Bedeutung sein, wie eben beispielsweise die Partnerunterstützung. Diese erklärt einen größeren Beitrag des Zusammenhangs zwischen dem Stabilitätsstatus des/der Partners/in und der eigenen Instabilität.

Alles in Allem konnten alle aufgestellten Hypothesen bestätigt werden. Die positive Rolle einer romantischen Beziehung für das Erleben der Emerging Adulthood kommt klar hervor. Die entsprechenden Zusammenhänge der verschiedenen Beziehungsqualitäten und dem Wohlbefinden in Form von Lebenszufriedenheit und Stabilität deuten darauf hin, dass ein Bildungsprogramm für Emerging Adults hinsichtlich Beziehungen wichtig sein kann (vgl. Whitton & Kuryluk, 2012), um die Bedeutung der Aufrechterhaltung romantischer Beziehung zu betonen.

4.1 Bedeutung und Limitationen der Studie

In der vorliegenden Studie wurden die verschiedenen Zusammenhänge zwischen dem Beziehungsstatus beziehungsweise diverser Beziehungskomponenten und der Lebenszufriedenheit sowie der Instabilität untersucht. Damit konnte die Rolle einer romantischen Beziehung hinsichtlich einer möglichen protektiven Ressource überprüft werden. Die Ergebnisse der vorliegenden Studien müssen in Anbetracht gewisser Limitationen interpretiert werden. Erstens sind bei der Stichprobe einige Einschränkungen festzuhalten. Die Erhebung fand ausschließlich online statt, sodass Personen ohne Zugang zum Internet nicht erreicht wurden. Dies kann zu einer Verzerrung der Ergebnisse führen. Weiters ist das Geschlechterverhältnis unausgeglichen, da eine deutliche Mehrheit an Frauen an der Umfrage teilgenommen hat. Zweitens erlaubt das Querschnitt-Design keine Schlüsse bezüglich der Richtung der Effekte; es sind also keine Kausalbeziehungen anzunehmen. Entsprechend kann nicht gesagt werden, ob die romantische Beziehung und ihre Qualitäten die Lebenszufriedenheit steigern beziehungsweise die Instabilität reduzieren, oder, ob sich die Lebenszufriedenheit oder Instabilität der Emerging Adults auf das Eingehen einer Beziehung auswirkt. Durch Längsschnittuntersuchungen könnte man diesen Limitationen entgegenwirken. Drittens ist festzuhalten, dass eine Beziehung natürlich aus einer Vielzahl von Komponenten besteht, die in der vorliegenden Studie nicht alle berücksichtigt werden konnten. Weiters problematisch ist die fehlende Definition des Begriffs Dating. In der Studie wurde dieser bewusst nicht explizit definiert, damit sich jegliche Personen, die sich weder in einer Beziehung noch als Singles sehen, diesem zuordnen können. Jedoch könnten genau die feinen Unterschiede in dieser Zuordnung als weitere Wirkvariable für die Unterschiede in den

Beziehungsfaktoren dienen. Bezüglich Beziehungsstatus ist außerdem zu erwähnen, dass dieser im Vergleich zu früheren Generationen weniger wichtig sein könnte als die Eigenschaften der Beziehung. Ein Grund dafür könnte die Tatsache sein, dass Unabhängigkeit zu etwas wurde, das junge Erwachsene hochpreisen und versuchen, lange aufrechtzuerhalten, bevor diese sesshaft werden (Robinson, 2016). Die Erhebung der Zufriedenheit mit dem Beziehungsstatus wäre hier folglich wichtig gewesen. So konnte beispielsweise in einer aktuellen Studie von Adamczyk (2017) gezeigt werden, dass der direkte Effekt des Beziehungsstatus auf das Wohlbefinden nicht mehr besteht, wenn man die Zufriedenheit mit dem Beziehungsstatus berücksichtigt.

In weiterführenden Studien wäre es interessant, die verschiedenen Beziehungskomponenten aus dem Effekt des Beziehungsstatus auf die Lebenszufriedenheit herauszupartialisieren, um zu überprüfen, ob der Effekt weiterhin bestehen bleibt. Dies konnte aufgrund der Tatsache, dass nur Personen in Beziehungen zu diesen Faktoren befragt wurden, statistisch nicht durchgeführt werden. Alternative Methoden konnten aufgrund von Voraussetzungsverletzungen nicht angewandt werden. Hier könnte ein weiterführendes Pfadmodell in künftigen Untersuchungen zu einem besseren Verständnis der Zusammenhänge dienen.

Weiters lieferte diese Studie erste grobe Erkenntnisse über den selbst wahrgenommenen Stabilitätsstatus des/r Partners/in. Da sich sowohl anhand der Korrelationsrechnungen als auch der Modelle ein bedeutender Beitrag dieser Variable verdeutlichte, ist eine Erweiterung in diesem Kontext zu empfehlen. Beispielsweise wäre es interessant, den Mechanismus des dyadischen Copings in diesem Zusammenhang zu berücksichtigen. Nach Bodenmann (1997) versteht man darunter die Stressmanagement-Ressourcen beider Partner/innen, die gemeinsam aktiviert werden, um eine Homöostase zwischen den beiden Partnern/innen zu schaffen. Dieser Mechanismus könnte einen Erklärungswert für die bestehenden Zusammenhänge liefern.

Außerdem sollte man es in weiterführenden Studien erwägen, das Alter der Stichprobe zu erweitern, da auch in höherem Alter noch eine Art Krise bestehen kann (Robinson & Wright, 2013).

Insgesamt liefert die vorliegende Studie einige neue Erkenntnisse für das Forschungsgebiet der Emerging Adulthood. Sie konnte Ergebnisse für den deutschsprachigen Raum erweitern, der bisher nur wenig untersucht wurde. Außerdem konnte durch die explizite Erfragung belastender Lebensereignisse und psychischer Erkrankungen die

Lebenszufriedenheit als unbeeinflusst von diesen Faktoren erfasst werden. Weiters kann die Erhebung diverser Variablen, die in anderen Studien vernachlässigt wurden, als klare Stärke dieser Studie hervorgehoben werden. Dazu gehört beispielsweise das direkte Erfassen des Commitment-Levels sowie das Einschließen sowohl von Studenten/innen als auch von Berufstätigen. In den meisten vorherigen Studien wurde der Fokus auf den universitären Kontext gelegt (z.B. Demir, 2010; Fischer et al., 2014; Johnson, Kent, & Yale; Lanz & Tagliabue, 2007; Love & Holder, 2016; Whitton & Kuryluk, 2012). Ebenso geht das Berücksichtigen des Faktors des Zusammenlebens mit dem/r Partner/in als Stärke hervor, da auch dies in anderen Studien vernachlässigt und als Forschungsanliegen forciert wird (z.B. Braithwaite et al., 2010). Weiters liefern die Ergebnisse zu den Zusammenhängen zwischen Beziehungskomponenten und der empfundenen Instabilität sowie zu Informationen über den Einfluss des wahrgenommenen Stabilitätsstatus des/r Partners/in neue Erkenntnisse.

5 Literaturverzeichnis

- Adamczyk, K. (2017). Direct and indirect effects of relationship status through satisfaction with relationship status and fear of being single on Polish young adults' well-being. *Personality and Individual Differences, 111*, 51–57. doi:10.1016/j.paid.2017.01.056
- Adamczyk, K. & Segrin, C. (2015). Direct and indirect effects of young adults' relationship status on life satisfaction through loneliness and perceived social support. *Psychologica Belgica, 55*, 196–211, doi:10.5334/pb.bn
- Apt, C., Pierce, A. P., Hurlbert, D. F., & White, L. C. (1996). Relationship satisfaction, sexual characteristics and the psychosocial well-being of women. *The Canadian Journal of Human Sexuality, 5*(3), 195–210. Abgerufen von <https://psycnet.apa.org/record/1997-02985-005>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist, 55*, 469–480. doi:10.1037//0003-066X.55.5.469
- Arnett, J. J. (2005). The developmental context of substance use in emerging adulthood. *Journal Of Drug Issues, 35*(2), 235–253. doi:10.1177/002204260503500202
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the Twenties*. New York: Oxford University Press.
- Atwood, J. D. & Scholtz, C. (2008). The quarter-life time period: An age of indulgence, crisis or both? *Contemporary Family Therapy, 30*, 233–250. doi:10.1007/s10591-008-9066-2
- Baggio, S., Studer, J., Iglesias, K., Daeppen, J., & Gmel, G. (2017). Emerging adulthood: A time of changes in psychosocial well-being. *Evaluation and the Health Professions, 40*, 383–400. doi:10.1177/0163278716663602
- Bahun, I. & Huić, A. (2017). Intimate relationships in context: Stress spillover, relationship efficacy, and relationship satisfaction. *Primenjena Psihologija, 10*, 5–16. doi:10.19090/pp.2017.1.5-16
- Berk, L. E. (2011). *Entwicklungspsychologie*. München: Pearson.
- Bodenmann, G. (1997). Dyadic coping: A systemic-transactional view of stress and coping among couples: Theory and empirical findings. *European Review of Applied Psychology, 47*, 137–141. Abgerufen von <https://psycnet.apa.org/record/1997-43680-005>
- Boisvert, S. & Poulin, F. (2017). Navigating in and out of romantic relationships from adolescence to emerging adulthood. *Emerging Adulthood, 5*, 216–223. doi:10.1177/2167696816675092

- Bortz, J. & Döring, N. (2006). *Forschungsmethoden und Evaluation für Human- und Sozialwissenschaftler*. Heidelberg: Springer.
- Braithwaite, S. R., Delevi, R., & Fincham, S. D. (2010). Romantic relationships and the physical and mental health of college students. *Personal Relationships*, *17*, 1–12. doi:10.1111/j.1475-6811.2010.01248.x
- Breyer, B. & Voss, C. (2016). *Happiness and satisfaction scale (ISSP)*. Zusammenstellung sozialwissenschaftlicher Items und Skalen. doi:10.6102/zis240
- Chow, H. P. H. (2005). Assessing the determinants of life satisfaction in a Canadian university student sample. *Alberta Journal of educational research*, *51*, 85–91. Abgerufen von <http://connection.ebscohost.com/c/articles/17189121/assessing-determinants-life-satisfaction-canadian-university-student-sample>
- Coccia, C. & Darling C. A. (2016). Having the time of their life: College student stress, dating and satisfaction with life. *Stress and Health*, *32*, 8–35. doi:10.1002/smi.2575
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2. Auflage). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cohen, P., Kasen, S., Chen, H., Hartmark, C., & Gordon, K. (2003). Variations in patterns of developmental transitions in the emerging adulthood period. *Developmental Psychology*, *39*, 657–669. doi:10.1037/0012-1649.39.4.657
- Demir, M. (2010). Close relationships and happiness among emerging adults. *Journal of Happiness Studies*, *11*, 293–313. doi:10.1007/s10902-009-9141-x
- DePaulo, B. M. & Morris, W. L. (2006). The unrecognized stereotyping and discrimination against singles. *Current Directions in Psychological Science*, *15*, 251–254. doi:10.1111/j.1467-8721.2006.00446.x
- Domene, J. F. & Arim, R. G. (2016). Associations between depression, employment, and relationship status during the transition into the workforce: A gendered phenomenon? *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, *50*(1), 35–50. Abgerufen von <http://connection.ebscohost.com/c/articles/17189121/assessing-determinants-life-satisfaction-canadian-university-student-sample>
- Dooley, M. K., Sweeny, K., Howell, J.L., Reynolds, C. A., & Chandra, A. (2018). Perceptions of romantic partners' responsiveness during a period of stressful uncertainty. *Journal of Personality and Social Psychology*, *115*, 677–687. doi:10.1037/pspi0000134

- Ducat, W.H. & Zimmer-Gemback, M.J. (2010). Romantic partner behaviours as social context: Measuring six dimensions of relationship. *Journal of Relationships Research, 1*, 1–16. doi:10.1375/jrr.1.1.1
- Dush, C. M. K. & Amato, P. R. (2005). Consequences of relationship status and quality for subjective well-being. *Journal of Social and Personal Relationships, 22*, 607–627. doi:10.1177/0265407505056438
- Eccles, J., Templeton, J., Barber, B., & Stone, M. (2003). Adolescence and emerging adulthood: The critical passage ways to adulthood. In M. Bornstein, L. Davidson, C. L. M. Keyes & K. Moore (Eds.), *Well-Being: Positive development across the life course* (pp. 274–290). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Erikson, E. H. (1988). *Jugend und Krise: Die Psychodynamik im sozialen Wandel*. München: Deutscher Taschenbuch Verlag.
- Fergusson, D. M., McLeod, G. F. H., Horwood, L. J., Swain, N. R., Chapple, S., & Poulton, R. (2015). Life satisfaction and mental health problems (18 to 35 years). *Psychological Medicine, 45*, 2427–2436, doi:10.1017/S0033291715000422
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics: And sex and drugs and rock'n'roll*. Los Angeles: SAGE Publications Inc.
- Figueredo, A. J., Sefcek, J. A., & Jones, D. N. (2006). The ideal romantic partner personality. *Personality and Individual Differences, 41*, 431–441. doi:10.1016/j.paid.2006.02.004
- Fischer, J. L., Frederick, H. I., Niehuis, S., Sollie, D., Engler Jordan, R., Corwin, M., . . . Schrick, B. H. (2014). Cross-sectional and longitudinal predictors of well-being: Invariance across 25 years. *The Journal of Positive Psychology, 9*, 350–365, doi:10.1080/17439760.2014.902491
- Gable, S. L., Gosnell, C. L., & Maisel, N. C. (2012). Safely testing the alarm: Close others' responses to personal positive events. *Journal of Personality and Social Psychology, 103*, 963–981. doi:10.1037/a0029488
- Gala, J. & Kapadia, S. (2013). Romantic relationships in emerging adulthood: A developmental perspective. *Psychological Studies, 58*, 406–418. doi:10.1007/s12646-013-0219-5
- Galambos, N. L., Barker, E. T., & Krahn, H. J. (2006). Depression, self-esteem, and anger in emerging adulthood: Seven-year trajectories. *Developmental Psychology, 42*, 350–365. doi:10.1037/0012-1649.42.2.350

- Gleason, M. E. J., Iida, M., Bolger, N., & Shrout, P. E. (2003). Daily supportive equity in close relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *29*, 1036–1045. doi:10.1177/0146167203253473
- Grau, I., Mikula, G., & Engel, S. (2001). Skalen zum Investitionsmodell von Rusbult. *Zeitschrift für Sozialpsychologie*, *32*, 29–44. doi:10.1024//0044-3514.32.1.29
- Guarnieri, S., Smorti, M., & Tani, F. (2015). Attachment relationships and life satisfaction during emerging adulthood. *Social Indicators Research*, *121*, 833–847. doi:10.1007/s11205-014-0655-1
- Gustavson, K., Røysamb, E., Borren, I., Torvik, F. A., & Karevold, E. (2016). Life satisfaction in close relationships: Findings from a longitudinal study. *Journal of Happiness Studies*, *17*, 1293–1311. doi:10.1007/s10902-015-9643-7
- Hahlweg, K. (1979). Konstruktion und Validierung des Partnerschaftsfragebogens PFB. *Zeitschrift für Klinische Psychologie*, *8*, 17-40.
- Hahlweg, K. (1996). *Fragebogen zur Partnerschaftsdiagnostik (FPD)* (Testmappe mit Handanweisung, Fragebogen PFB, Fragebogen FLP, Problemlisten I und II). Göttingen: Hogrefe.
- Havighurst, R. J. (1948). *Developmental tasks and education*. New York: McKay.
- Hawkins, D. N. & Booth, A. (2005). Unhappily ever after: Effects of long-term, low-quality marriages on well-being. *Social Forces*, *84*, 446–464. doi:10.1353/sof.2005.0103
- Hurrelmann, K. (2003). Der entstrukturierte Lebenslauf. Die Auswirkungen der Expansion der Jugendphase. *Zeitschrift für Soziologie der Erziehung und Sozialisation*, *23*(2), 115–126. Abgerufen von https://www.pedocs.de/frontdoor.php?source_opus=5752&la=de&nr=3&prev=6532%2C2392&next=7703%2C8930%2C8941%2C1484%2C5667&anker=start&&suchfeld1=0.subject_swd&bool1=and&suchwert1=%22Erwachsenenalter%22#start
- Jacobi, F., Höfler, M., Strehle, J., Mack, S., Gerschler, A., Scholl, L., . . . Wittchen, H. U. (2014). Psychische Störungen in der Allgemeinbevölkerung: Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland und ihr Zusatzmodul Psychische Gesundheit (DEGS1-MH). *Der Nervenarzt*, *85*, 77–87. doi:10.1007/s00115-013-3961-y
- Johnson, H. J., Kent, A., & Yale, E. (2012). Examination of identity and romantic relationship intimacy associations with well-being in emerging adulthood. *Identity*, *12*, 296–319. doi:10.1080/15283488.2012.716381

- Kansky, J. (2018). What's love got to do with it? Romantic relationships and well-being. In E. Diener, S. Oishi, & L. T. Tay (Hrsg.), *Handbook of well-being* (S.1–24). Salt Lake City, UT: DEF Publishers.
- Konstam, V., Curran, T., Celen-Demirtas, S., Karwin, S., Bryant, K., Andrews, B., & Duffy, R. (2019). Commitment among unmarried emerging adults: Meaning, expectations, and formation of relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, *36*, 1317–1342. doi:10.1177/0265407518762322
- Lanctot, J., & Poulin, F. (2018). Emerging adulthood features and adjustment: A person-centered approach. *Emerging Adulthood*, *6*, 91–103. doi:10.1177/2167696817706024
- Lanz, M. & Tagliabue, S. (2007). Do i really need someone in order to become an adult? Romantic relationships during emerging adulthood in Italy. *Journal of Adolescent Research*, *22*, 531–549. doi:10.1177/0743558407306713
- Lockwood, P. & Kunda, Z. (1997). Superstars and me: Predicting the impact of role models on the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, *73*, 91–103. doi:10.1037//0022-3514.73.1.91
- Love, A. B. & Holder, M. D. (2016). Can romantic relationship quality mediate the relation between psychopathy and subjective well-being? *Journal of Happiness Studies*, *17*, 2407–2429. doi:10.1007/s10902-015-9700-2
- Luhmann, M. Weiss, P., Hosoya, G., & Eid, M. (2014). Honey, i got fired! A longitudinal dyadic analysis of the effect of unemployment on life satisfaction in couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, *107*(1), 163–180. doi:10.1037/a0036394
- Luyckx, K., De Witte, H., & Goossens, L. (2011). Perceived instability in emerging adulthood: The protective role of identity capital. *Journal of Applied Developmental Psychology* *32*, 137–145. doi:10.1016/j.appdev.2011.02.002
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, *131*, 803–855. doi:10.1037/0033-2909.131.6.803
- Manning, W. D., Giordano, P. C., Longmore, M. A., & Hocevar, A. (2011). Romantic relationships and academic/career trajectories in emerging adulthood. In F. D. Fincham & M. Cui (Hrsg.), *Romantic relationships in Emerging Adulthood* (S. 317–333). New York: Cambridge University Press.

- Martin, R. E., Villanueva, Y., Stephano, T., Franz, P. J., & Ochsner, K. N. (2018). Social influence shifts valuation of appetitive cues in early adolescence and adulthood. *Journal of Experimental Psychology, 147*, 1521–1530. doi:10.1037/xge0000469
- Meeus, W. H. J., Branje, S. J. T., van der Walk, I., & de Wied, M. (2007). Relationships with intimate partner, best friend, and parents in adolescence and early adulthood: A study of the saliency of the intimate partnership. *International Journal of Behavioral Development, 31*, 569–580. doi:10.1177/0165025407080584
- Moore, K. A. & Keyes, C. L. M. (2003). A brief history of the study of well-being in children and adults. In M. H. Bornstein (Hrsg.), *Well-Being: Positive Development Across the Life Course* (S. 14–21). Mahwah, N.J.: Psychology Press.
- Moore, S. M., Uchino, B. N., Baucom, B. R. W., Behrends, A. A., & Sanbonmatsu, D. (2017). Attitude similarity and familiarity and their links to mental health: An examination of potential interpersonal mediators, *The Journal of Social Psychology, 157*, 77–85. doi:10.1080/00224545.2016.1176551
- Murphy, K. A., Blustein, D. L., Bohlig, A. J., & Platt, M. G. (2010). The college-to-career transition: An exploration of emerging adulthood. *Journal of Counseling and Development, 88*, 174–181. doi:10.1002/j.1556-6678.2010.tb00006.x
- Nelson, L. J. & Padilla-Walker, L. M. (2013). Flourishing and floundering in emerging adult college students. *Emerging Adulthood, 1*, 67–78. doi:10.1177/2167696812470938
- Neugarten, B. L. (1968). Adult personality: Toward a psychology of the life cycle. In B. L. Neugarten (Eds.), *Middle age and aging* (pp. 137–147). Chicago: University of Chicago Press.
- Newcomb-Anjo, S. E., Barker, E. T., & Howard, A. L. (2017). A person-centered analysis of risk factors that compromise wellbeing in emerging adulthood. *Journal of Youth Adolescence, 46*, 867–883. doi:10.1007/s10964-016-0603-2
- Orth, U., Erol, R. Y., Ledermann, T., & Grob, A. (2018). Codevelopment of well-being and self-esteem in romantic partners: Disentangling the effects of mutual influence and shared environment. *Developmental Psychology, 54*, 151–166. doi:10.1037/dev0000400
- Pierce, G. R., Sarason, I. G., & Sarason, B. R. (1991). General and relationship-based perceptions of social support: Are two constructs better than one? *Journal of Personality and Social Psychology, 61*, 1028–1039. doi:10.1037/0022-3514.61.6.1028
- Pinquart, M. (2011). Soziale Bedingungen psychischer Störungen. In H. Wittchen & J. Hoyer (Hrsg.), *Klinische Psychologie und Psychotherapie* (S. 319–335). Heidelberg: Springer.

- Rankin, J. A., Paisley, C. A., Mulla, M. M., & Tomeny, T. S. (2018). Unmet social support needs among college students: Relations between social support discrepancy and depressive and anxiety symptoms. *Journal of Counseling Psychology, 65*, 474–489. doi:10.1037/cou0000269
- Ratelle, C., Simard, K., & Guay, F. (2013). University students' subjective well-being: The role of autonomy support from parents, friends, and the romantic partner. *Journal of Happiness Studies, 14*, 893–910. doi:10.1007/s10902-012-9360-4
- Reifman, A., Arnett, J. J., & Colwell, M. J. (2007). Emerging adulthood: Theory, assessment, and application. *Journal of Youth Development, 2*(1). 38–48. doi:10.5195/JYD.2007.359
- Reiner, I., Beutel, M., Skaletz, C., Brähler, E., & Stöbel-Richter, Y. (2012). Validating the German version of the quality of relationship inventory: Confirming the three-factor structure and report of psychometric properties. *Plos One, 7*, 1–6. doi:10.1371/journal.pone.0037380
- Roberson, P. N. E., Lenger, K. A., Norona, J. C., & Olmstead, S. B. (2017). A longitudinal examination of the directional effects between relationship quality and well-being for a national sample of U.S. men and women. *Sex Roles, 78*, 67–80. doi:10.1007/s11199-017-0777-4
- Roberson, P. N. E., Norona, J. C., Fish, J. N., Olmstead, S. B., & Fincham, F. (2017). Do differences matter? A typology of emerging adult romantic relationship. *Journal of Social and Personal Relationships, 34*, 334–355. doi:10.1177/0265407516661589
- Roberson, P. N. E., Norona, J. C., Lenger, K., & Olmstead, S. B. (2018). How do relationship stability and quality affect wellbeing? Romantic relationship trajectories, depressive symptoms, and life satisfaction across 30 years. *Journal of Child and Family Studies, 27*, 2171–2184. doi:10.1007/s10826-018-1052-1
- Robinson, O. C. (2016). Emerging adulthood, early adulthood and quarter-life-crisis. In R. Sukauskienė (Hrsg.), *Emerging Adulthood in a European Context*, (S. 17–30). London: Routledge.
- Robinson, O. C. (2018). A longitudinal mixed-methods case study of quarter-life crisis during the postuniversity transition: Locked-out and locked-in forms in combination. *Emerging Adulthood, 7*, 1–13. doi:10.1177/2167696818764144
- Robinson, O. C. & Wright, G. R. T. (2013). The prevalence, types and perceived outcomes of crisis episodes in early adulthood and midlife: A structured retrospective-

- autobiographical study. *International Journal of Behavioural Development*, 37, 407–416. doi:10.1177/0165025413492464
- Rook, K. S., Catalano, R., & Dooley, D. (1989). The timing of major life events: Effects of departing from the social clock. *American Journal of Community Psychology*, 17, 233–258. doi:10.1007/BF00931009
- Rossi, N. E. & Mebert, C. J. (2011). Does a quarterlife crisis exist? *The Journal of Genetic Psychology*, 172, 141–161. doi:10.1080/00221325.2010.521784
- Rusbult, C. E., Martz, J. M., & Agnew, C. R. (1998). The investment model scale. Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal Relationships*, 5, 357–391. doi:10.1111/j.1475-6811.1998.tb00177.x
- Samuolis, J. & Griffin, K. W. (2014). Identity distress and negative affect in college students. *Identity*, 14, 246–254, 201. doi:10.1080/15283488.2014.944694
- Schulenberg, J. E., Bryant, A. L., & O'Malley, P. M. (2004). Taking hold of some kind of life: How developmental tasks relate to trajectories of well-being during the transition to adulthood. *Development and Psychopathology*, 16, 1119–40. doi:10.1017/S0954579404040167
- Seiffge-Krenke, I. (2003). Testing theories of romantic development from adolescence to young adulthood: Evidence of a developmental sequence. *International Journal of Behavioral Development*, 27, 519–531. doi:10.1080/01650250344000145
- Seiffge-Krenke, I. (2015). Emerging Adulthood: Forschungsbefunde zu objektiven Markern, Entwicklungsaufgaben und Entwicklungsrisiken. *Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie*, 63, 2015, 165–173. doi:10.1024/1661-4747/a000236
- Seiffge-Krenke, I. & Gelhaar, T. (2008). Does successful attainment of developmental tasks lead to happiness and success in later developmental tasks? A test of Havighurst's (1948) theses. *Journal of Adolescence*, 31, 33–52. doi:10.1016/j.adolescence.2007.04.002
- Settersten, R. A. (2007). The new landscape of adult life: Road maps, signposts, and speed lines. *Research in Human Development*, 4, 239–252. doi:10.1080/15427600701663098
- Settersten, R. A. & Ray, B. (2010). What's Going on with young people today? The long and twisting path to adulthood. *The Future of Children*, 20(1), 19–41. doi:10.1353/foc.0.0044
- Shulman, S. & Connolly, J. (2013). The challenge of romantic relationships in emerging adulthood: Reconceptualization of the field. *Emerging Adulthood*, 1, 27–39. doi:10.1177/2167696812467330

- Simon, R. W. & Barrett, A. E. (2010). Nonmarital romantic relationships and mental health in early adulthood: Does the association differ for women and men? *Journal of Health and Social Behavior*, *51*, 168–182. doi:10.1177/0022146510372343
- Sirsch, U., Bruckner, J., Adamek, M., Mayr, E., & Dreher, E. (2007). *Deutsche Version der Merkmale von Emerging Adulthood – 2. Version (IDEA-G2)* [German version of the Dimensions of Emerging Adulthood - 2nd version]. Unveröffentlichter Fragebogen, Institut für Entwicklungspsychologie und Psychologische Diagnostik, Fakultät für Psychologie, Universität Wien.
- Sirsch, U., Dreher, E., Mayr, E., & Willinger, U. (2009). What does it take to be an adult in Austria? Views of adulthood in Austrian adolescents, emerging adults, and adults. *Journal of Adolescent Research*, *24*, 275–292. doi:10.1177/0743558408331184
- Soons, J. P. & Liefbroer, A. C. (2008). Together is better? Effects of relationship status and resources on young adults' well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, *25*, 603–624. doi:10.1177/0265407508093789
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., & Whitton, S. W. (2010). Commitment: Functions, formation and the securing of romantic attachment. *Journal of Family Theory and Review*, *2*, 243–257. doi:10.1111/j.1756-2589.2010.00060.x
- Statistik Austria. (2019). *Eheschließungen*. Abgerufen am 02.05.2019, von https://www.statistik.at/web_de/statistiken/menschen_und_gesellschaft/bevoelkerung/eheschliessungen/index.html
- Suldo, S. & Huebner, S. (2004). Does life satisfaction moderate the effects of stressful life events on psycho-pathological behavior during adolescence? *School Psychology Quarterly*, *19*, 93–105. doi:10.1521/scpq.19.2.93.33313
- Surjadi, F. F., Lorenz, F. O., Wickrama, K. A. S., & Conger, R. D. (2011). Parental support, partner support, and the trajectories of mastery from adolescence to early adulthood. *Journal of Adolescence* *34*, 619–628. doi:10.1016/j.adolescence.2010.10.001
- Szwedo D. E., Hessel, E. T., Loeb, E. L., Hafen, C. A., & Allen, J. P. (2017). Adolescent support seeking as a path to adult functional independence. *Developmental Psychology*, *53*, 949–961. doi:10.1037/dev0000277
- Walen, H. R. & Lachman, M. E. (2000). Social support and strain from partner, family, and friends: Costs and benefits for men and women in adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, *17*, 5–30. doi:10.1177/0265407500171001

- Watson, D., Beer, A., & McDade-Montez, E. (2014). The role of active assortment in spousal similarity. *Journal of Personality*, *82*, 116–129. doi:10.1111/jopy.12039
- Whitton, S.W. & Kuryluk, A.D. (2012). Relationship satisfaction and depressive symptoms in emerging adults: Cross-sectional associations and moderating effects of relationship characteristics. *Journal of Family Psychology*, *26*, 226–235. doi:10.1037/a0027267
- Whitton, S. W., Weitbrecht, E. M., Kuryluk, A. D., & Bruner, M. R., (2013). Committed dating relationships and mental health among college students. *Journal of American College Health*, *61*, 176–183, doi:10.1080/07448481.2013.773903
- Williams, K. (2003). Has the future of marriage arrived? A contemporary examination of gender, marriage, and psychological well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, *44*, 470–487. doi:10.2307/1519794

6 Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1. Wechselwirkungen von Beziehungsfaktoren mit den Faktoren bezüglich Wohlbefinden.....	24
Abbildung 2. Mittelwerte und Standardabweichungen (dargestellt als Fehlerbalken) der Lebenszufriedenheit in Abhängigkeit vom Beziehungsstatus; *ZL = Zusammenleben	38
Abbildung 3. Mittelwerte und Standardabweichungen (dargestellt als Fehlerbalken) der Instabilität in Abhängigkeit vom Beziehungsstatus; *ZL = Zusammenleben	42
Abbildung 4. Beziehungsstatus in Abhängigkeit der sexuellen Orientierung; ZL* = Zusammenleben	46
 Abbildung C 1. Flussdiagramm zur Rücklaufstatistik der teilnehmenden Personen .	70

7 Tabellenverzeichnis

Tabelle 1 <i>Häufigkeiten und Anteilswerte zum höchsten Bildungsabschluss</i>	29
Tabelle 2 <i>Häufigkeiten und Anteilswerte zur Beschäftigung</i>	30
Tabelle 3 <i>Häufigkeiten und Anteilswerte (Zeilenprozente) des Beziehungsstatus bezüglich des Geschlechts</i>	30
Tabelle 4 <i>Deskriptive Statistiken der einzelnen Variablen</i>	36
Tabelle 5 <i>Gruppenvergleiche bzgl. Lebenszufriedenheit durch Mann-Whitney Tests mit Teststatistik U (p-Wert) und Effektmaß r</i>	38
Tabelle 6 <i>Interkorrelationsmatrix: Koeffizient der Produkt-Moment-Korrelation für den Zusammenhang der Skalen</i>	39
Tabelle 7 <i>Zusammenfassung der Modellprüfungen für das Kriterium Lebenszufriedenheit mit Regressionskoeffizienten B (Standardfehler) und standardisiertem Regressionskoeffizienten β (p-Wert), R^2 - und korrigierte R^2 - Werte und Durbin-Watson Statistik</i>	40
Tabelle 8 <i>Gruppenvergleiche bzgl. Instabilität durch Mann-Whitney Tests mit Teststatistik U (p-Wert) und Effektmaß r</i>	42
Tabelle 9 <i>Zusammenfassung der Modellprüfungen für das Kriterium Instabilität mit Regressionskoeffizienten B (Standardfehler) und standardisiertem Regressionskoeffizienten β (p-Wert), R^2 - und korrigierte R^2 - Werte und Durbin-Watson Statistik</i>	44
Tabelle 10 <i>Gruppenunterschiede bzgl. sexueller Orientierung: Ergebnisse der t-Tests für unabhängige Stichproben und des Mann-Whitney-Tests für die jeweiligen Skalen</i>	46
Tabelle D 1 <i>Teststatistische Kennwerte der Skala Instabilität</i>	71
Tabelle D 2 <i>Teststatistische Kennwerte der Skala Commitment</i>	72
Tabelle D 3 <i>Teststatistische Kennwerte der Skala Partnerunterstützung</i>	73
Tabelle D 4 <i>Teststatistische Kennwerte der Skala Partner-Stabilität (Pretest)</i>	74
Tabelle D 5 <i>Teststatistische Kennwerte der Skala Partner-Stabilität</i>	75

8 Anhang A – Zusammenfassung

Im letzten halben Jahrhundert ist durch soziale und demografische Veränderungen in der Gesellschaft eine neue Entwicklungsphase junger Erwachsener entstanden, die sogenannte Emerging Adulthood. Sie zeichnet sich neben anderen Kennzeichen unter anderem durch eine hohe Instabilität aus, die mit den vielen neuen Freiheiten einhergehen kann. Die wahrgenommene Instabilität steht aufgrund ihres negativen Charakters im Zusammenhang mit diversen psychischen Beeinträchtigungen und folglich auch einer verringerten Lebenszufriedenheit. Während dieser Lebensphase nehmen romantische Beziehungen eine wichtige Position im sozialen Netzwerk ein und haben positive Auswirkungen auf das psychische Wohlbefinden. Ziel dieser Arbeit war es, dem protektiven Einfluss einer romantischen Beziehung auf die Lebenszufriedenheit und die Instabilität nachzugehen. Im Rahmen einer Online-Erhebung wurden 733 Personen zwischen 18 und 29 Jahren ($M = 24.26$; $SD = 2.91$) befragt. Dabei wurde der Fokus auf die Faktoren Beziehungsstatus, Beziehungszufriedenheit, Beziehungscommitment, Partnerunterstützung sowie Stabilitätsstatus des/r Partner/in gelegt. Die Ergebnisse wiesen auf Unterschiede in der Lebenszufriedenheit und der Instabilität in Abhängigkeit vom Beziehungsstatus unter zusätzlicher Berücksichtigung der Wohnsituation hin. Weiters zeigten sich positive Zusammenhänge der Faktoren Beziehungszufriedenheit, Beziehungscommitment und Partnerunterstützung mit der Lebenszufriedenheit. Diese Zusammenhänge ließen sich auf die Instabilität umlegen, wobei höhere Ausprägungen dieser Variablen mit einer geringeren Instabilität einhergingen. Ebenso konnte die Bedeutung der wahrgenommenen Stabilität des/r Partners/in herausgearbeitet werden, die zu einem Teil über die Unterstützung erklärt werden kann. Der Erklärungswert der einzelnen Faktoren konnte analysiert werden. Insgesamt wurde die positive Rolle einer romantischen Beziehung verdeutlicht.

9 Anhang B – Abstract

Over the last half-century social and demographic changes in society have created a new stage of development for young adults, the so-called Emerging Adulthood. Among other things, it is characterized by a high degree of instability, which can go hand in hand with many new liberties. Due to its negative character, instability is related to various mental impairments and consequently to a reduced satisfaction with life. During this stage in life, romantic relationships take up an important role in the social network and have positive effects on mental well-being. The aim of this work was to investigate the protective influence of a romantic relationship on life satisfaction and instability. An online survey was used to interview 733 people who were aged between 18 and 29 ($m = 24.26$, $sd = 2.91$). The focus was on the factors of relationship status, relationship satisfaction, relationship commitment, partner support and stability status of the partner. The results indicated differences in life satisfaction and instability as a function of relationship status, with additional consideration of cohabitation. Furthermore, there were positive correlations between the factors of relationship satisfaction, relationship commitment, and partner support with life satisfaction. These connections could also be attributed to instability, whereby higher levels of those variables are associated with less instability. Also, the importance of the partner's perceived stability was elaborated, which can be partly explained by the partner's support. The explanatory value of the individual factors was analyzed. Overall, the positive role of a romantic relationship has been illustrated.

10 Anhang C – Zusätzliche Abbildung

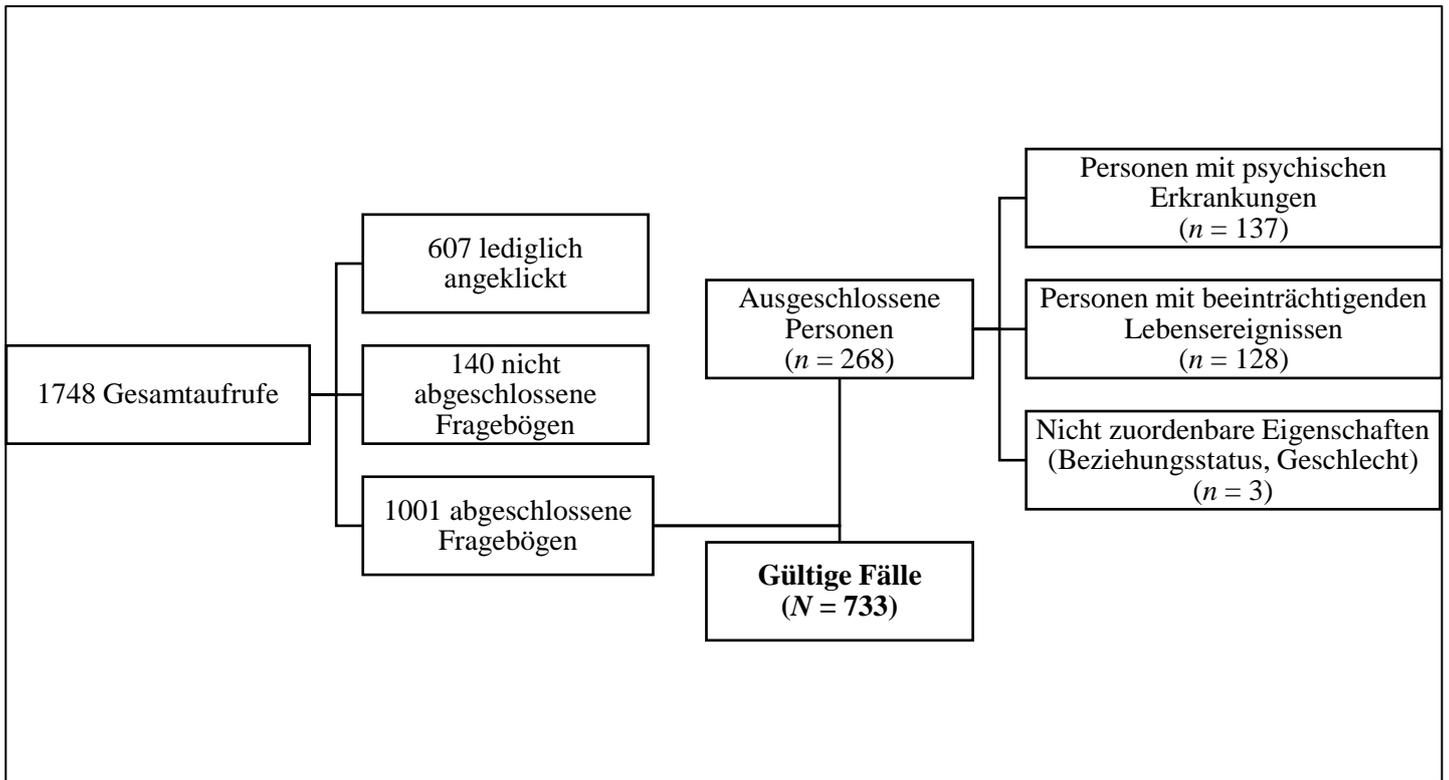


Abbildung C 1. Flussdiagramm zur Rücklaufstatistik der teilnehmenden Personen

11 Anhang D – Zusätzliche Tabellen

Tabelle D 1

Teststatistische Kennwerte der Skala Instabilität

Nr.	Item	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{it}	Cronbach α , wenn Item weggelassen
1	... der Verwirrung.	2.68	.89	.59	.76
2	... des Gefühls der Eingeschränktheit.	2.03	.83	.39	.80
3	... in der man sich im Stress fühlt.	2.95	.80	.58	.77
4	... der Unbeständigkeit.	2.41	.87	.53	.78
5	... hohen Drucks.	2.89	.86	.59	.77
6	... unvorhersehbarer Ereignisse.	2.76	.85	.39	.80
7	... vieler Sorgen.	2.56	.87	.67	.75

$n = 732$, Cronbach $\alpha = .80$

Tabelle D 2
Teststatistische Kennwerte der Skala Commitment

Nr.	Item	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{it}	Cronbach α , wenn Item weggelassen
1	Ich möchte, dass unsere Beziehung noch sehr lange dauert.	4.73	.68	.83	.90
2	Ich habe mich darauf festgelegt, die Beziehung zu meinem/r Partner/in aufrechtzuerhalten.	4.71	.68	.83	.90
3	Es würde mich sehr aus der Fassung bringen, wenn unsere Beziehung in der nächsten Zeit enden würde.	4.52	.90	.73	.91
4	Es ist sehr unwahrscheinlich, dass ich innerhalb der nächsten Jahre mit jemand anderem als meinem/r Partner/in...	4.39	1.04	.67	.92
5	Ich fühle mich an unsere Beziehung und an meine/n Partner/in sehr gebunden.	4.49	.82	.70	.91
6	Ich möchte, dass unsere Beziehung für immer hält.	4.53	.86	.79	.90
7	Ich orientiere mich an einer langfristigen Zukunft unserer Beziehung.	4.62	.83	.82	.90

n = 565, Cronbach α = .92

Tabelle D 3
Teststatistische Kennwerte der Skala Partnerunterstützung

Nr.	Item	<i>M</i>	<i>SD</i>	r_{it}	Cronbach α wenn Item weggelassen
1	Bis zu welchem Ausmaß können Sie sich an Ihre/n Partner/in wenden, wenn Sie Probleme haben und Rat ...	3.69	.55	.65	.73
2	Wie sehr können Sie auf die Hilfe Ihres/r Partner/in zählen, wenn Sie ein Problem haben?	3.69	.55	.62	.73
3	Wie sehr können Sie sich darauf verlassen, dass Ihnen Ihr/e Partner/in ehrlich die Meinung sagt, auch ...	3.50	.64	.22	.81
4	Wie sehr könnten Sie sich auf die Unterstützung Ihres/r Partners/in verlassen, wenn ein naher Angehöriger ...	3.80	.47	.52	.75
5	Wenn Sie heute Abend ausgehen und etwas unternehmen möchten, wie sicher können Sie sich sein, dass Ihr...	3.11	.84	.48	.77
6	Wie sicher sind Sie sich, dass Ihr/e Partner/in Ihnen zuhört, wenn Sie sehr wütend auf jemand anderen ...	3.54	.66	.57	.74
7	Wie sehr können Sie sich darauf verlassen, dass Ihr/e Partner/in Sie ablenkt, wenn Sie Sorgen haben ...	3.42	.73	.60	.73

$n = 566$, Cronbach $\alpha = .78$

Tabelle D 4

Teststatistische Kennwerte der Skala Partner-Stabilität (Pretest)

Nr.	Item	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{it}	Cronbach α , wenn Item weggelassen
1	... steht mit beiden Beinen fest im Leben.	3.63	.92	.66	.93
2	... weiß, was er/sie im Leben will.	3.63	1.19	.77	.90
3	... steht voll und ganz hinter seinen/ihren Lebensentscheidungen.	3.63	1.06	.91	.85
4	... ist mit seinen/ihren Lebensentscheidungen voll und ganz zufrieden.	3.00	1.20	.90	.85

n = 8, Cronbach α = .91

Tabelle D 5
Teststatistische Kennwerte der Skala Partner-Stabilität

Nr.	Item	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{it}	Cronbach α , wenn Item weggelassen
1	... steht mit beiden Beinen fest im Leben.	4.14	.98	.61	.81
2	... weiß, was er/sie im Leben will.	4.06	1.06	.67	.79
3	... steht voll und ganz hinter seinen/ihren Lebensentscheidungen.	4.22	.90	.74	.76
4	... ist mit seinen/ihren Lebensentscheidungen voll und ganz zufrieden.	3.92	1.01	.65	.80

n = 566, Cronbach α = .84

12 Anhang E – Fragebogen



Lieber Teilnehmer, liebe Teilnehmerin!

Herzlich willkommen und vielen Dank für die Bereitschaft zur Studienteilnahme!

Diese Studie wird zum Thema *Die Rolle von Beziehungen beim Erleben des Erwachsenwerdens* im Rahmen meiner Masterarbeit im Fach Psychologie an der Universität Wien durchgeführt. Sie richtet sich an Personen im Alter von **18 bis 29** Jahren.

Die Beantwortung der Fragen dauert circa **10 Minuten**. Die Befragung ist anonym. Ihre Daten werden streng vertraulich behandelt und dienen ausschließlich wissenschaftlichen Zwecken.

Es geht bei diesen Fragen um Ihre persönliche Meinung, daher gibt es keine richtigen oder falschen Antworten. Überlegen Sie bei den einzelnen Aussagen nicht zu lange. Wählen Sie jene Antwort, die am ehesten Ihrer Meinung entspricht.

Bei Fragen können Sie mich gerne unter fragebogen.julialang@gmx.at kontaktieren.

Wenn Sie mit der Teilnahme an der Studie einverstanden sind, klicken Sie bitte auf "weiter".

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!
Julia Lang

Weiter

0% ausgefüllt

[Julia Elisabeth Lang, BSc](#), Fakultät für Psychologie, Universität Wien – 2018



Im Folgenden geben Sie bitte Daten zu Ihrer Person an.

Geschlecht

- Weiblich
 Männlich
 Anderes

Alter (im Bereich von 18 bis 29 Jahren)

Jahre

Nationalität

- Österreich
 Deutschland
 Andere:

Höchste abgeschlossene Ausbildung

- Pflichtschule
 Lehre/Berufsschule
 Berufsbildende mittlere Schule
 Matura/Abitur
 Bachelor
 Master/Magister/Diplomingenieur
 PhD/Doktor
 Anderer Abschluss:

Derzeitige Beschäftigung

- Keine

- Schüler/in
- Berufsausbildung oder Lehre
- Student/in
- Student/in mit Nebenjob
- Berufstätige/r
- Berufstätige/r mit Nebenstudium
- Sonstiges:

Derzeitige Wohnsituation

- Im Elternhaus
- Einpersonenhaushalt
- Gemeinsamer Haushalt mit Partner/in
- Wohngemeinschaft/Studentenwohnheim
- Andere:

Finanzielle Situation

- Ich stehe finanziell völlig auf eigenen Beinen.
- Ich komme größtenteils allein für meinen Lebensunterhalt auf, erhalte aber auch finanzielle Unterstützung.
- Ich erhalte größtenteils finanzielle Unterstützung, verdiene aber auch eigenes Geld dazu.
- Ich bin völlig auf finanzielle Unterstützung angewiesen.
- Sonstiges:

Zurück

Weiter

14% ausgefüllt



Sexuelle Orientierung

- Heterosexuell
- Homosexuell
- Bisexuell
- Andere:

Aktueller Beziehungsstatus

- In keiner Partnerschaft
- In einer Dating-Beziehung
- In einer festen Partnerschaft
- Eingetragene Partnerschaft
- Verheiratet
- Anderes:

Haben Sie Kinder?

- Ja, ich habe Kind(er).
- Nein

Gab es in den letzten Wochen oder Monaten gravierende Ereignisse (Krankheiten, Todesfall, Scheidung, ...), die Sie immer noch maßgeblich belasten?

- Ja
- Nein
- Anmerkung:

Wurde bei Ihnen je eine psychische Störung diagnostiziert, von der Sie immer noch maßgeblich beeinträchtigt sind?

- Ja

Nein

Anmerkung:

Zurück

Weiter

Julia Elisabeth Lang, BSc, Fakultät für Psychologie, Universität Wien – 2018



Im Folgenden bitte ich Sie um einige Angaben zu

Ihrem/r Partner/in.

Alter

Jahre

Höchste abgeschlossene Ausbildung

- Pflichtschule
- Lehre/Berufsschule
- Berufsbildende mittlere Schule
- Matura/Abitur
- Bachelor
- Master/Magister/Diplomingenieur
- PhD/Doktor
- Anderer Abschluss:
- Keine Angabe

Derzeitige Beschäftigung

- Keine
- Schüler/in
- Berufsausbildung oder Lehre
- Student/in
- Student/in mit Nebenjob
- Berufstätige/r
- Berufstätige/r mit Nebenstudium
- Sonstiges:
- Keine Angabe

Bitte schätzen Sie die folgenden Fragen nach Ihrem Empfinden in Bezug auf Ihre/n Partner/in ein.

	Stimmt nicht				Stimmt völlig
Ich habe das Gefühl, mein/e Partner/in ...					
... steht mit beiden Beinen fest im Leben.	<input type="radio"/>				
... weiß, was er/sie im Leben will.	<input type="radio"/>				
... steht voll und ganz hinter seinen/ihren Lebensentscheidungen.	<input type="radio"/>				
... ist mit seinen/ihren Lebensentscheidungen voll und ganz zufrieden.	<input type="radio"/>				

Zurück

Weiter

43% ausgefüllt

Julia Elisabeth Lang, BSc, Fakultät für Psychologie, Universität Wien – 2018



Die folgenden Fragen beziehen sich auf Ihre Beziehung mit Ihrem/r Partner/in.

Beziehungsdauer

Jahr(e) und Monat(e)

Bitte beide Felder ausfüllen, „0“ ist auch erlaubt. Sollten Ihnen die genauen Monate nicht bekannt sein, runden Sie gerne auf volle Jahre.

Wie glücklich würden Sie Ihre Partnerschaft im Augenblick einschätzen?

Sehr
unglücklich

Sehr
glücklich

Bitte kreuzen Sie an, in welchem Ausmaß folgende Aussagen auf Ihre/n Partner/in zutreffen.

	Überhaupt nicht	Ein wenig	Ziemlich	Sehr
Bis zu welchem Ausmaß können Sie sich an Ihre/n Partner/in wenden, wenn Sie Probleme haben und Rat brauchen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Wie sehr können Sie auf die Hilfe Ihres/r Partner/in zählen, wenn Sie ein Problem haben?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Wie sehr können Sie sich darauf verlassen, dass Ihnen Ihr/e Partner/in ehrlich die Meinung sagt, auch wenn Sie es vielleicht nicht gerne hören?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Wie sehr könnten Sie sich auf die Unterstützung Ihres/r Partners/in verlassen, wenn ein naher Angehöriger sterben würde?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Wenn Sie heute Abend ausgehen und etwas unternehmen möchten, wie sicher können Sie sich sein, dass Ihr/e Partner/in mit Ihnen etwas unternehmen möchte?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Wie sicher sind Sie sich, dass Ihr/e Partner/in Ihnen zuhört, wenn Sie sehr wütend auf jemand anderen sind?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Wie sehr können Sie sich darauf verlassen, dass Ihr/e Partner/in Sie ablenkt, wenn Sie Sorgen haben und sich gestresst fühlen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Stimmt nicht			Stimmt völlig
Ich möchte, dass unsere Beziehung noch sehr lange dauert.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich habe mich darauf festgelegt, die Beziehung zu meinem/r Partner/in aufrechtzuerhalten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Es würde mich sehr aus der Fassung bringen, wenn unsere Beziehung in der nächsten Zeit enden würde.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Es ist sehr unwahrscheinlich, dass ich innerhalb der nächsten Jahre mit jemand anderem als meinem/r Partner/in zusammen sein werde.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich fühle mich an unsere Beziehung und an meine/n Partner/in sehr gebunden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich möchte, dass unsere Beziehung für immer hält.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich orientiere mich an einer langfristigen Zukunft unserer Beziehung (z. B. stelle ich mir das Zusammensein mit meinem/r Partner/in in einigen Jahren vor).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

[Zurück](#)
[Weiter](#)

57% ausgefüllt



Wenn Sie nun Ihr Leben betrachten...

	Völlig unglücklich	Völlig glücklich
... was würden Sie sagen, wie glücklich oder unglücklich sind Sie alles in allem?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Zuletzt denken Sie nun bitte an den jetzigen Abschnitt in Ihrem Leben.

Mit „Abschnitt in Ihrem Leben“ ist die Gegenwart plus einiger vergangener Jahre und einiger zukünftiger Jahre gemeint. Das heißt, Sie sollten in etwa an eine Fünfjahresperiode denken, mit dem „Jetzt“ in der Mitte.

Dieser Lebensabschnitt ist eine Zeit ...	Stimme gar nicht zu	Stimme eher nicht zu	Stimme eher zu	Stimme völlig zu
... vieler Möglichkeiten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... der Verwirrung.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... des Gefühls der Eingeschränktheit.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... der Suche.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... in der man sich im Stress fühlt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... der Unbeständigkeit.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... des Experimentierens.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... hohen Drucks.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... unvorhersehbarer Ereignisse.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... der Wahlmöglichkeiten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... zum Ausprobieren neuer Dinge.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... vieler Sorgen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

[Zurück](#)[Weiter](#)

71% ausgefüllt

Julia Elisabeth Lang, BSc, Fakultät für Psychologie, Universität Wien – 2018



Im Rahmen dieser Umfrage werden drei Amazon-Gutscheine im Wert von 15 € verlost. Hierfür geben Sie bitte nach Zustimmung an der Teilnahme Ihre E-Mail-Adresse an.

- Ich will am **Gewinnspiel** teilnehmen. Ich willige ein, dass meine E-Mail-Adresse bis zur Ziehung der Gewinner gespeichert wird. Diese Einwilligung kann ich jederzeit widerrufen. Meine Angaben in dieser Befragung bleiben weiterhin anonym, meine E-Mail-Adresse wird nicht an Dritte weitergegeben.

[Zurück](#)[Weiter](#)

86% ausgefüllt

Julia Elisabeth Lang, BSc, Fakultät für Psychologie, Universität Wien – 2018



Vielen Dank für Ihre Teilnahme!

Julia Elisabeth Lang, BSc, Fakultät für Psychologie, Universität Wien –
2018