



universität
wien

MASTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Masterarbeit / Title of the Master's Thesis

„Einfluss der Covid-19 Pandemie auf die Beziehungsqualität von Paaren unter Berücksichtigung des erlebten Stresses und des dyadischen Copings“

verfasst von / submitted by

Katharina Lehner, BSc

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

Wien, 2021 / Vienna 2021

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

UA 066 840

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

Masterstudium Psychologie UG2002

Betreut von / Supervisor:

Ass.-Prof. Mag. Dr. Harald Werneck

Danksagung

Ein herzliches Dankeschön für die Unterstützung bei dieser Arbeit gilt meinem Masterarbeitsbetreuer Ass.-Prof. Mag. Dr. Harald Werneck. Dieser ist mir nicht nur während des Planungs- und Schreibprozesses immer mit Rat zur Seite gestanden, sondern hat auch viel Geduld während der Themensuche aufgebracht. Er ermöglichte mir viele Gespräche um anfällige Unsicherheiten aus dem Weg zu schaffen und mir wertvolle Ratschläge zu geben.

Zusätzlich möchte ich meinem Kollegen Jonathan Arkhurst einen großen Dank aussprechen, da die Zusammenarbeit mit ihm einen großen motivationalen Faktor im Schreibprozess darstellte. Abgesehen davon brachte die Kooperation mit ihm eine abwechslungsreiche und lustige Zeit während den vielen gemeinsamen Online-Meetings, um weitere Arbeitsschritte zu besprechen. Freudig kann ich sagen, dass durch die Zusammenarbeit an dieser Arbeit, mit ihm eine Freundschaft entstanden ist.

Einen großen Dank möchte ich auch meiner Familie widmen, die ebenso bei der Suche nach einem Masterarbeitsthema, wie auch beim Korrekturlesen viel Geduld und Ausdauer bewies. Abgesehen davon haben sie mir ein sorgenfreies Studium ermöglicht und mich darin immer bestärkt.

Meine Freundin Sarah hat einen großen Beitrag zur Erstellung dieser Arbeit geleistet, unter anderem durch ihre gewissenhafte Korrektur. Zusätzlich ist sie mir immer hilfsbereit und motivierend zur Seite gestanden. Auch meinen anderen engen Freund*innen möchte ich einen Dank aussprechen, dass sie sich meine umfangreichen Erzählungen über meine Masterarbeit angehört haben und dazu beigetragen haben, dass die Zeit während, bzw. neben, dem Schreiben der Arbeit zu einer besonderen Zeit wurde.

Weiters möchte ich mich bei meinem Freund Felix für die Bestärkung in diesem Thema bedanken und auch dafür, dass er mich motivational so gut unterstützt hat.

Zu guter Letzt möchte ich bei allen Studienteilnehmer*innen bedanken, die meinen Fragebogen ausgefüllt haben und somit einen sehr wichtigen Teil für diese Arbeit geleistet haben!

Inhalt

1. Einfluss der Covid-19-Pandemie auf die Beziehungsqualität von Paaren unter Berücksichtigung des erlebten Stresses und des dyadischen Copings.....	1
2. Theoretischer Hintergrund	2
2.1 Determinanten der Beziehungsqualität	3
2.2 Kommunikation/Interaktion und Partnerschaftsqualität	4
2.3 Partnerschaftsqualität und Dauer der Beziehung	5
2.4 Gegenwärtige Erwartungen an Paarbeziehungen in Österreich.....	6
2.5 Stresserleben und Partnerschaftsqualität.....	6
2.6 Dyadisches Coping nach Bodenmann.....	8
2.6.1 Beschreibung des Modells des dyadischen Copings	8
2.6.2 Funktion und Bedeutung des dyadischen Copings für eine Beziehung	10
2.6.3 Dyadisches Coping: Ergebnisse aus dem deutschsprachigen Raum.....	10
2.7 Partnerschaften und Krisen	11
2.8 Covid-19-Pandemie.....	12
2.8.1 Covid-19 und Beziehungen	13
2.8.2 Herausforderungen für Beziehungen in der Zeit von Covid-19	14
2.8.3 Geschlechtsunterschiede während der Covid-19 Bedingungen	14
2.8.4 Covid-19, sozio-ökonomischer Status und Beziehungen	15
2.8.5 Beziehungen und psychische Gesundheit während der Covid-19 Bedingungen	16
2.8.6 Beziehungen als Ressource in der Krise.....	16
2.8.7 Covid-19 als Möglichkeit des Wachstums für Paare.....	17
2.8.8 Post-traumatisches Wachstum	18
3 Fragestellungen und Hypothesen.....	18
4. Methode	20
4.1 Untersuchungsdesign	20
4.2 Vorgehen	20
4.2.1 Voraussetzungen für eine Studienteilnahme	20

4.2.2 Stichprobenrekrutierung	21
4.3 Erhebungsinstrument.....	21
4.3.1 Soziodemographische Merkmale der Befragten.....	21
4.3.2 Aktuelle Lebenssituation	22
4.3.3 Zufriedenheit mit der Partnerschaft/ Partnerschaftsqualität	22
4.3.4 Externaler Stress	23
4.3.5 Sorgen aufgrund von Covid-19	23
4.3.6 Eigene Stressoren	24
4.3.7 Paar-interne Stressoren	24
4.3.8 Dyadisches Coping	25
4.3.9 Posttraumatisches Wachstum	25
4.3.10 Resilienz	25
5 Ergebnisse	26
5.1 Umgang mit fehlenden Werten	26
5.2 Bilden der Summenscores pro Skala.....	26
5.3 Verteilung und Häufigkeiten.....	27
5.3.1 Partnerschaftsqualität.....	27
5.3.2 Externaler Stress	27
5.3.3 Sorgen aufgrund von COVID-19	27
5.3.4 Eigene Stressoren	27
5.3.5 Paar-interne Stressoren	27
5.3.6 Dyadisches Coping	28
5.3.7 Posttraumatisches Wachstum	28
5.3.8 Resilienz	28
5.4 Rücklaufstatistik.....	29
5.5 Stichprobe.....	29
5.6 Reliabilitätsanalyse.....	34

5.6.1 Beziehungszufriedenheit	35
5.6.2 Eigene Stressoren	35
5.6.3 Sorgen aufgrund von Covid-19	35
5.6.4 Aktuelles Befinden	35
5.6.5 Paar-interne Stressoren	35
5.6.6 Dyadisches Coping	35
5.6.7 Posttraumatisches Wachstum	36
5.6.8 Resilienz	36
5.7 Statistische Analysen.....	36
5.7.1 Verbesserung oder Verschlechterung der Beziehungsqualität	36
5.7.2 Stress und Beziehungsqualität	36
5.7.3 Zusammenhang zwischen erlebtem Stress und Beziehungsqualität.....	37
5.7.4 Positives dyadisches Coping, erlebter Stress und Beziehungsqualität	39
5.7.5 Paar-interner Stress, externaler Stress durch Covid-19 und Beziehungsqualität	40
6. Diskussion.....	41
6.1 Interpretation der Ergebnisse	41
6.2 Limitationen	48
6.3 Implikationen für die Praxis	50
Literaturverzeichnis	51
Abbildungsverzeichnis.....	66
Tabellenverzeichnis	67
Fragebogen.....	68

Anfangszitate:

Die Ehe ist eine Institution, die fast überall anzutreffen ist und die wie keine andere das Leben eines jeden Menschen berührt... Die Anfänge der Ehe liegen im Dunkeln, aber seit Beginn der Geschichtsschreibung haben sich überall auf der Welt religiöse Eiferer, Moralisten, Dichter, Gesetzgeber und Sozialreformer mit den Problemen der Ehe beschäftigt. Einzig die Wissenschaftler haben bis vor kurzem gezögert, die Ehe zum Gegenstand der Forschung zu machen (Terman, 1938, zitiert nach Hahlweg, 1991, S. 117)

Zusammenfassung

Durch die Covid-19 Bedingungen wie Ausgangsbeschränkungen, Veränderungen im Arbeitsalltag oder Sorge aufgrund des Virus selbst hat sich das Leben vieler Menschen verändert. Es kann angenommen werden, dass diese Veränderungen Paarbeziehungen auf verschiedenste Art und Weise beeinflussen. Der Umgang mit sich verändernden Lebensumständen spielt eine wesentliche Rolle darin, wie stark der gegenwärtige Stress die Paarbeziehung beeinflusst. Ziel dieser empirischen Studie ist es daher, den Einfluss der Covid-19 Bedingungen auf die Beziehungsqualität unter Berücksichtigung des erlebten Stresses und des Ausmaßes des dyadischen Copings zu untersuchen. Durch eine nicht-experimentelle Querschnittsstudie an einer Stichprobe von 370 Personen, die sich in einer Partnerschaft befanden, wurden mittels eines Online-Fragebogens Daten erhoben. Die Ergebnisse veranschaulichen, dass sich bei einer Mehrheit die Beziehungsqualität verbessert hat oder gleichgeblieben ist. Weiters haben sich jene Paare, deren Beziehungsqualität sich verschlechtert hat, im Ausmaß des erlebten Stresses signifikant von Paaren mit verbesserter Beziehung unterschieden. Paare, die mehr Stress während der Pandemie erlebten, wiesen eine schlechtere Beziehungsqualität auf, als jene, die unter weniger Stress litten. Zudem wurde ein moderierender Effekt von dyadischem Coping auf den Zusammenhang zwischen dem gesamten Stress und der Beziehungsqualität gefunden. Weiters haben Analysen ergeben, dass es zwischen externalem Stress und der Beziehungsqualität einen kleinen mediierenden Effekt von paar-internem Stress gab. Die Ergebnisse zeigen, dass zufriedene Paare eine Stabilität gegenüber äußeren Einflüssen aufweisen. In krisenhaften Zeiten können Beziehungen eine Ressource darstellen und gesunde Beziehungen werden mehr wertgeschätzt.

Abstract

Due to the covid-19 pandemic and its resulting restrictions such as curfews, changes in everyday work and uncertainties regarding the virus itself, many peoples' lives have been fundamentally altered. Therefore, these changes also impact intimate couples' relationships. The way of dealing with these new circumstances influences the extent to which stress affects relationships. Thus, the aim of this research is to examine the influence of the covid-19 restrictions on relationship quality, taking into account the intensity of the experienced stress and the level of dyadic coping. For this thesis, a non-experimental cross-sectional study consisting of a sample of 370 participants currently living in a relationship, was conducted via an online questionnaire. The results show that a majority reported an improvement or stagnation of their relationship quality during covid-19. Moreover, regarding the extent of stress, couples with an enhanced relationship quality differed significantly from those whose relationship quality declined. Couples who experienced more stress also had a reduced relationship quality in comparison to couples with lower stress levels. A moderating effect of dyadic coping on the connection between stress and relationship quality was found. Further analysis showed a mediating effect of couple-internal stress between external stress and relationship quality. The results indicate that satisfied couples profit from a robustness against external influences. In times of crisis relationships can be a resource and healthy relationships are more appreciated.

1. Einfluss der Covid-19-Pandemie auf die Beziehungsqualität von Paaren unter Berücksichtigung des erlebten Stresses und des dyadischen Copings

Für einen Großteil der Menschen ist die Paarbeziehung ein zentraler Punkt in ihrem Leben. Dies zeigt sich auch daran, dass für die allgemeine Lebenszufriedenheit eine intakte Partnerschaft ausschlaggebend ist (Becker, 2008). Laut einem Bericht von *Statistik Austria* (2017) wird ein soziales Netz als zweitwichtigster Faktor (68,7%) nach dem eigenen Gesundheitszustand (81,5%), für die eigene Lebensqualität gesehen. Während, wie oben im Zitat schon angedeutet, die Partnerschaft, Ehe und Liebe, in der Malerei, Gedichten, so wie in der Musik schon seit Jahrhunderten aufgegriffen wird, ist diese erst seit etwa einem Jahrhundert ein Forschungsbereich der Wissenschaft.

Eine frühe Beschreibung des Begriffs *Partnerschaft* lieferte Heil (1985). Nach diesem „beinhaltet das Konzept der Partnerschaft eine prinzipielle, allenfalls biologisch eingeschränkte Austauschbarkeit von Aufgaben und Rollen“ (Heil, 1985, zitiert nach Heil, 1991, S. 2). Partnerschaften werden zusätzlich als Lebensgemeinschaft angesehen, die „als Gemeinschaft gegenseitiger Anteilnahme und Fürsorge realisiert [ist]. Dies bedingt häufige, intensive und thematisch heterogene Interaktionen der beiden Lebenspartner“ (Bernal & Baker, 1980, zitiert nach Heil, 1991, S. 3). Mittlerweile gibt es schon zahlreiche Modelle, aus welchen Determinanten sich die Beziehungsqualität zusammensetzt, wie Interaktionen in Beziehungen ablaufen und welche Faktoren die Wahrscheinlichkeit einer Trennung vermindern bzw. erhöhen.

Im Laufe des Lebens kommen jedoch immer wieder neue Herausforderungen dazu, die in Beziehungen bewältigt werden müssen. Im Moment herrscht fast überall auf der Welt ein Ausnahmezustand, der über die natürlichen Lebenslaufereignisse eines Menschen hinausreicht. Über ein Jahr ist eine hoch-ansteckende, für einige Personen gefährliche Atemwegserkrankung durch ein Virus zeitweise mehr, zweitweise weniger, in der Bevölkerung verbreitet. Um die Ausbreitung dieser Erkrankung einzudämmen, gibt es in zeitlichen Abschnitten immer wieder Maßnahmen, um zwischenmenschliche Kontakte zu vermindern. Je nach Altersgruppe, sozio-ökonomischem Status und Familienkonstellation sind unterschiedliche Aspekte der Situation unterschiedlich belastend. Dass diese Situation Paare direkt betrifft, oder indirekt über den Stress bzw. die psychischen Belastungen einer/eines Partner*in, kann angenommen werden. Die Interaktion und das Verhalten in der Partnerschaft ist bei Lebenslaufereignissen sowie in

krisehaften Situationen entscheidend dafür, wie stark Personen die Stabilität ihrer Partnerschaft in so einer Zeit aufrechterhalten können.

Um dieses spannende und aktuelle Thema genauer zu beleuchten, wird in der vorliegenden Arbeit eine Stuserhebung durchgeführt, die den Einfluss des Stresses während der Covid-19 Bedingungen auf die Beziehungsqualität untersucht. Zusätzlich wird der Aspekt betrachtet, wie sehr das Ausmaß des dyadischen Copings, das in einer Partnerschaft angewendet wird, die Wirkung des Stresses beeinflusst. Damit soll in dieser Arbeit das Modell von Bodenmann (2000) auf die Situation während der Covid-19 Bedingungen angewendet werden und somit zu einer Erweiterung dieses Forschungsstandes beitragen. Zielgruppe sind Personen aller Altersgruppen, die sich zum Zeitpunkt der Erhebung in einer Partnerschaft befinden. Dabei werden Personen jeder sexuellen Orientierung inkludiert.

Die vorliegende Arbeit ist in Kooperation mit Herrn Jonathan Arkhurst, BA, BSc entstanden. Die Studie für diese Arbeit wurde gemeinsam durchgeführt und es wurde von Herrn Arkhurst eine eigenständige Version mit dem Titel „*Covid lässt nichts unberührt. Deckt die Pandemie alte Konflikte auf und lässt uns an ihnen wachsen?*“ verfasst. Diese untersucht den Zusammenhang von Konflikten während der Covid-19-Pandemie innerhalb von Paarbeziehungen mit Posttraumatischen-Wachstum. Teile der vorliegenden Arbeit wurden entweder gemeinsam verfasst oder von dem/der jeweils anderen Autor*in übernommen. Diese Teile können anhand der Nennung des/der Autor*in zugeordnet werden.

2. Theoretischer Hintergrund

Heil (1991) unterscheidet zwischen den zwei Begriffen der Ehequalität und Ehestabilität. Ehestabilität wird als ein objektiver Erfolgsindikator der Beziehung definiert. Dieser kann als ein Differenzierungsmerkmal herangezogen werden, da nicht alle unglücklichen Ehen notwendigerweise zu einer Scheidung führen. Daher kann Ehequalität als ein bedeutsamer Prädiktor für Ehestabilität angenommen werden, jedoch sind die beiden nicht als Synonyme zu verwenden. Da viele Konzepte existieren, die oftmals starke Ähnlichkeiten aufweisen, werden die Begriffe Partnerschafts- und Ehequalität bzw. Partnerschaftserfolg als gleichwertige Begriffe gesehen (Hahlweg, 2018). In der vorliegenden Arbeit werden diese Begriffe ebenfalls als Synonyme verwendet.

2.1 Determinanten der Beziehungsqualität

Hahlweg (1996) gibt an, dass sich die Beziehungsqualität aus den drei Komponenten der *Gemeinsamkeit/Kommunikation*, der *Zärtlichkeit* und dem *Streitverhalten* zusammensetzt. Die Differenzierung in diese drei Bereiche basiert unter anderem auf Erhebungsinstrumenten von Beziehungsqualität, wie der *Dyadic Adjustment Scale* (DAS, Spanier, 1976), die sich aus den Subskalen *partnerschaftlicher Zusammenhalt* (Dyadic Cohesion), *dyadische Übereinstimmung* (Dyadic Consensus), *Erfüllung in der Partnerschaft* (Dyadic satisfaction) und *Ausdruck von Gefühlen* (Affective Expression) zusammensetzt. Die drei Dimensionen der Beziehungsqualität nach Hahlweg (1996) lassen sich in dem von ihm entwickelten Partnerschaftsfragebogen (PFB, Hahlweg, 1996) wiederfinden.

Die Dimension *Streitverhalten* erfasst die Handlungen eines/einer Partner*in während einer Streitsituation, die nicht zur Streitschlichtung beitragen. Diese wären zum Beispiel das Beschimpfen, Themen aus der Vergangenheit aufzugreifen oder Schuldzuweisungen. *Zärtlichkeit* meint Handlungen, die auf den direkten Körperkontakt abzielen. Neben körperlichen Annäherungen, wie einer Umarmung, meint es auch das Erwidern von sexuellen Annäherungen. *Gemeinsamkeit* und *Kommunikation* erhebt positive gemeinsame Unternehmungen, wie das Planen der Zukunft, gemeinsame Ausflüge oder das Berichten von Vorkommnissen im Berufsleben oder im Alltag des jeweils anderen. Diese Handlungen drücken die Verbundenheit der Partner*innen aus (Hahlweg, 1996).

Trotz der Vielzahl an Definitionen der Beziehungsqualität lässt sich die Beziehungsqualität auch nur anhand eines einzigen Items „Wie glücklich würden Sie Ihre Partnerschaft im Augenblick einschätzen?“, mit den Polen „sehr glücklich“ bzw. „sehr unglücklich“ als Antwortoptionen, erheben (Dette-Hagenmeyer & Reichle, 2014; Hahlweg, 1996). Die Verwendung dieser stark reduzierten Erhebung von Partnerschaftsqualität setzt die Behauptung voraus, dass die Abwesenheit von Zufriedenheit dasselbe bezeichnet wie Unzufriedenheit. Diese Annahme konnte statistisch noch nicht nachgewiesen werden (Braukhaus et al. 2002), jedoch wird diese Aussage in der vorliegenden Arbeit angenommen. Bei einer ausgiebigen Recherche der bisherigen Definitionen lässt sich in vielen die Kommunikationsfähigkeit als eine der wichtigsten Determinanten für die Beziehungszufriedenheit feststellen (Bodenmann 2013, zitiert nach Hahlweg 2013, S. 512; Hahlweg et al., 2010).

Auch für das gegenseitige Teilen von Sorgen und Einstellungen gegenüber der Covid-19-Pandemie ist die Kommunikationsfähigkeit der Paare besonders bedeutend. Die Kommunikationsfähigkeit kann ausschlaggebend dafür sein, wie sich die Beziehungsqualität im Laufe der Pandemie entwickelt (Baucom et al., 2020) und ist somit ein wichtiger Prädiktor für die Beziehungsstabilität (Karney & Bradbury, 1995).

2.2 Kommunikation/Interaktion und Partnerschaftsqualität

Laut Interaktionsstudien von Hahlweg (2005) können verschiedene Kommunikationsmuster je nach der Beziehungsqualität des Paares unterschieden werden. Demzufolge sprechen Personen mit einer höheren Beziehungsqualität während einer Konfliktsituation mit einer warmen und zärtlicheren Stimme, achten auf Blickkontakt und lächeln mehr. Im Gegensatz dazu verwenden Paare, die eine niedrigere Beziehungsqualität aufweisen, in konflikthaften Situationen eher eine scharfe, kalte, lautere und aggressivere Stimme, vermeiden eher Blickkontakt und es kommt häufiger zu Kritik und Rechtfertigungen. Aber auch wenn sich das Gespräch eines Paares nicht um die Bewältigung eines Konflikts dreht, sind die Interaktionen zwischen den Partner*innen ein wichtiger Indikator für die Beziehungszufriedenheit (Dette-Hagenmeyer & Reichle, 2014). In der Forschung existiert derzeit eine Vielfalt an Modellen der partnerschaftlichen Interaktion.

Die *Austauschtheorien* sehen Interaktionen und Kommunikation zwischen den Partner*innen als einen Austausch von Kosten und Ressourcen. Dabei wird sowohl für sich selbst ein positives Kosten-Nutzen-Verhältnis als auch für den/die Partner*in angestrebt (Dette-Hagenmeyer & Reichle, 2014).

Das *Framing-Modell* (Esser, 2002), spricht sich gegen die Annahme aus, dass der Gewinn von sozialen Beziehungen nur rational kalkuliert wird. Zwei Handlungsmodi werden daher für die Interaktionen herangezogen, 1.) das rationale Nutzenmaximieren und 2.) emotionales und altruistisches sowie fürsorgliches Handeln. Wenn eine Partnerschaft eine gute Beziehungsqualität aufweist, wird vorrangig auf den zweiten Modus zurückgegriffen und es wird ein gemeinsames Ziel angestrebt (Dette-Hagenmeyer & Reichle, 2014).

Andere Modelle, wie das von Bodenmann (2000), legen ihren Fokus wiederum darauf, dass das Verhalten der Partner*innen zusätzlich beeinflusst wird von den Anforderungen und Schwierigkeit aus dem Lebenslauf heraus. Die Ansicht, dass die Kommunikationsfähigkeit allein einen ausschlaggebenden Faktor für die Beziehungsqualität darstellt, ist ein etwas zu reduktionistischer Ansatz. Nguyen, Karney und Bradbury (2020) gehen darauf ein, dass der

Kontext, in dem die Kommunikationsfähigkeit benötigt wird, immer in das Erklärungsmodell miteingeschlossen gehört. Ergebnisse einer Studie weisen darauf hin, dass die Einflüsse des Verhaltens und des Stresses auf die Beziehungsqualität als miteinander verbunden und voneinander abhängig gesehen werden sollten. Es wird angenommen, dass die Verknüpfung zwischen Verhalten und Stress veränderbar ist und als Reaktion der Partner*innen auf chronischen Stress verstanden werden kann. Daher ist es wichtig, den Kontext der Paare in der Diskussion über den Zusammenhang der Kommunikationsfähigkeit und Beziehungsqualität mitzubedenken. Auch in der Praxis haben Interventionen, die auf Verbesserung der Kommunikationsfähigkeit abzielten, besonders dann einen Gewinn gezeigt, wenn sie den Kontext, in dem das Paar lebt, mitberücksichtigt haben (Nguyen et al., 2020).

2.3 Partnerschaftsqualität und Dauer der Beziehung

Wenn man davon ausgeht, dass die gegenseitigen Verhaltensweisen der Partner*innen von den Anforderungen an das Paar beeinflusst werden (Bodenmann, 2005), ist der zeitliche Verlauf von Beziehungsqualität ein interessanter Faktor. Eine Reihe internationaler Studien kommt zu dem Ergebnis, dass 80-85% der Paare, die kurz nach Ihrer Hochzeit dazu befragt werden, von einer hohen Zufriedenheit berichten. In den darauffolgenden 10 Jahren wurde jedoch eine kontinuierliche Abnahme der Zufriedenheit mit der Beziehung beobachtet (Hahlweg, 2018). Andere Studien kamen zu dem Erkenntnis, dass für den Zusammenhang der Beziehungsdauer mit der Beziehungszufriedenheit ein „U-förmiger“ Zusammenhang zu finden ist. In diesem Fall würden Paare mit einer kurzen Ehedauer und Paare in einer langjährigen Ehe die höchste Partnerschaftsqualität aufweisen (Bodenmann, 2005; Umberson et al. 2006).

Diese zwei Ergebnisse könnten auch als integrierbar angesehen werden. Frühere Studien kamen schon zu dem Ergebnis, dass jener Zeitpunkt, an dem die Beziehungsqualität durchschnittlich am geringsten ist, bei etwa fünfzehn bis zwanzig Jahren nach der Eheschließung liegt (Eysenck & Wakefield, 1970, zitiert nach Hahlweg, 1991, S. 124). Ebenfalls einem „U-förmigen Zusammenhang“ entsprechend ergeben die Ergebnisse von Rollins und Feldman (1970), dass die Beziehungsqualität in den ersten 20 Jahren sukzessiv abnimmt, es danach aber wieder zu einer leichten Zunahme kommt. Diese Modelle von durchschnittlichen Beziehungsverläufen wurden jedoch kritisiert, eine Scheinkorrelation darzustellen, da in einigen Studien die Scheidungsraten nicht miteingerechnet werden und daher eher Paare mit einer höheren Ehequalität in der Studie zurückbleiben (Schram, 1979).

2.4 Gegenwärtige Erwartungen an Paarbeziehungen in Österreich

Paarbeziehungen haben sich in den vergangenen Jahrzehnten stark gewandelt. Traditionelle Partnerschaftsnormen sind mittlerweile in vielen Beziehungen zurückgegangen und intime Beziehungen werden heutzutage freier ausgelebt. Zu den stärksten Veränderungen gehören der deutlich höhere Anteil an nichtehelichen Lebensgemeinschaften, sinkende Heiratsraten und ein deutlicher Anstieg an Scheidungsraten (Beham-Rabanser, Berghammer & Zartler, 2018).

In der gegenwärtigen Zeit ist ein wichtiger Faktor für die Zufriedenheit in der Paarbeziehung, dass diese als symmetrisch angesehen werden kann. Zusätzlich werden Freiräume für beide Partner*innen innerhalb der Beziehung als ein wichtiger Bestandteil einer gesunden Beziehung angesehen. Von den Partner*innen werden oftmals hohe Anforderungen an die Partnerschaft gestellt (Beham-Rabanser et al., 2018). Falls die Symmetrie der Beziehung aus dem Gleichgewicht gerät, führt das in vielen Fällen zu einer Verschlechterung der Beziehungsqualität, die häufig zu einer Scheidung oder Trennung führt. In der heutigen Zeit ist das Konzept der „Pure Relations“ stark vertreten - dieses bezeichnet eine Beziehung, die als temporär angesehen wird, wobei die Fortführung der Beziehung nicht als endgültiges Ziel angestrebt wird (Giddens, 1992, zitiert nach Beham-Rabanser et al., 2018, S. 185). Zusätzlich zu den Erwartungen haben sich die Geschlechterrollen in den Paarbeziehungen verstärkt gewandelt. Aus diesem Grund könnte zu den genannten Determinanten der Beziehungsqualität in der aktuellen Zeit die Machtverteilung innerhalb der Beziehung und die Gerechtigkeit der Aufgaben- und Rollenverteilung hinzukommen (Grau et al, 2010). Daher kann heutzutage in einem stressreichen Alltag der gemeinsamen Stressbewältigung durch eine gerechte Delegation oder das Übernehmen von Aufgaben durch beide Partner*innen eine besondere Rolle zukommen. Diese Form der gemeinsamen Bewältigung würde somit zu einer Stressreduktion in der Beziehung beitragen.

2.5 Stresserleben und Partnerschaftsqualität

Die Erfahrung von Stress im Alltag ist etwas, das aus dem Leben von vielen Personen in der industrialisierten und digitalisierten Welt nicht mehr wegzudenken ist. Auch gilt es vielerorts als ein Nachweis von besonderer Leistung, wenn man sich selbst als „gestresst“ beschreibt. Stress zeigt jedoch nicht nur auf die eigene psychische Gesundheit einen eindeutig negativen Einfluss, sondern auch auf soziale Beziehungen.

Das *Vulnerabilitäts-Stress-Modell der Partnerschaften* (Karney & Bradbury, 1995) geht davon aus, dass die Beziehungszufriedenheit bzw. die Tendenz sich zu trennen, von drei Faktoren abhängig ist. Diese sind:

- 1.) die Ressourcen und Vulnerabilitäten der Partner*innen, wie der Bildungsstatus oder Persönlichkeitsmerkmale
- 2.) stressinduzierende Ereignisse, wie kritische Lebensereignisse oder ein ungesundes Wohnumfeld
- 3.) reaktive, adaptive Prozesse auf eine bestimmte Situation, wie Verhaltensweisen, Emotionen und Kognitionen.

Die Aussage, dass adaptive Prozesse dafür bestimmend sind, wie stark Vulnerabilitäten und stressinduzierende Ereignisse die Beziehungs-Stabilität beeinflussen, ist bestimmend für die Theorie. Das Vulnerabilitäts-Stress-Modell fokussiert sich also darauf, jene Faktoren zu identifizieren, die die interpersonellen Prozesse in einer Beziehung und die Bewertung dieser beeinflussen (Gonzaga et al., 2007). Das Vulnerabilitäts-Stress-Modell wurde auch angewendet, um den Einfluss von Stressoren durch Covid-19 auf Paarbeziehungen darzustellen und die Wechselwirkungen von Vulnerabilitäten mit Covid-19-Stressoren sichtbar zu machen. Das Modell besagt, dass durch die Pandemie eine Vielzahl an externalen Stressoren beeinträchtigend auf adaptive dyadische Prozesse von Paaren einwirken und zu Lasten der Beziehungsqualität gehen. Es wird dabei von einem bidirektionalen Zusammenhang ausgegangen. Das meint, dass eine schlechtere Beziehungsqualität zu einem stärkeren Einfluss von externalen Stressoren auf die Beziehung führen kann. Auch die Vulnerabilitäten des Paares oder der/des einzelnen Partner*in, wie ein niedriges Einkommen oder eine Erkrankung, bestimmen, wie sehr die Covid-19-Stressoren das Leben des Paares beeinflussen. Die Covid-19-Stressoren, die oftmals über eine längere Zeit andauern, können auch zu einer Beeinträchtigung der dyadischen Bewältigung und zu negativeren und feindlicheren Interaktionen zwischen den Partner*innen führen (Pietromonaco & Overall, 2020). Mit dem Modell der dyadischen Stressbewältigung, für die man annehmen kann, dass sie für Paare während der Covid-19 Bedingungen eine wertvolle Ressource darstellt, hat sich Bodenmann (2000) in seinem Konzept des dyadischen Copings intensiv beschäftigt.

2.6 Dyadisches Coping nach Bodenmann

Bodenmanns (2000) Modell fokussiert sich auf das dyadische Coping und seinen Zusammenhang mit Stress sowie mit der Beziehungsqualität. Auf dieses Modell wird sich diese Arbeit stark stützen und es wird für den Einfluss des Stresses durch die Covid-19-Pandemie auf die Beziehungsqualität als Erklärungsmodell herangezogen. Im Modell wird davon ausgegangen, dass der Stress seine Quelle innerhalb oder außerhalb der Beziehung hat und die Partner*innen entweder gleichzeitig, zeitlich versetzt oder nacheinander beeinflusst.

2.6.1 Beschreibung des Modells des dyadischen Copings

Laut Bodenmann (2000) wirkt eine länger anhaltende Stressexposition schädlich auf die Paarbeziehung. Der Stress kann direkt oder indirekt auf die Beziehung einwirken.

Zu dyadischem Stress können folgende Faktoren beitragen:

- *Situative Faktoren*, wie das gegenseitige Übertragen von negativen Stress-Emotionen, Partnerschaftskonflikte oder Sorge aufgrund des Stresses des/der Partner*in
- *Personelle Faktoren*, wie problematische Persönlichkeitsmerkmale, Erkrankungen des/der Partner*in oder maladaptive Coping-Ressourcen des/der einen Partners*in, die zu Stress bei dem/der anderen führen
- *Dyadische Faktoren*, wie eine ungleiche Aufgabenteilung, problematische Macht-Verhältnisse, zu wenig Zusammenhalt in der Partnerschaft
- *Person- oder dyadenexterne Faktoren*, wie kritische Lebensereignisse, Mehrfachbelastungen oder ökonomisch ungünstige Bedingungen

(Bodenmann, 2000)

Wenn jene/r Partner*in, welche/r primär der Stressquelle ausgesetzt ist, nicht in der Lage ist diese zu bewältigen, beeinflusst der Stress auch die/den andere/n Partner*in. Es kann auch durch Bewältigungsstrategien des/der Partner*in, die unangenehm auf das Gegenüber einwirken, ein Interessenskonflikt entstehen (Bodenmann 2000). Der individuelle Stress eines/einer Partner*in kann somit zum dyadischen Stress werden. Im Modell von Bodenmann (2008) wird zwischen individuellem Stress von nur einer/einem Partner*in, individuellem Stress, der beide Partner*innen unabhängig voneinander betrifft, individuellem Stress, der beide Partner*innen am gleichen Ort, aber in einem unterschiedlichen Ausmaß beeinflusst und dyadischem Stress, der die Partner*innen gleich stark beeinflusst, unterschieden.

In der folgenden Arbeit wird nur zwischen *externalem Stress aufgrund von Covid-19* und *internalem Stress für die Beziehung* differenziert. Externale Stressoren beschreiben allgemein jene Stressoren, deren Ursprung außerhalb der Paarbeziehung zu finden ist (Bodenmann, 2005). Diese entstehen meist durch das Zusammenspiel der Partner*innen mit dem sozialen Umfeld. Wechselwirkungen entstehen, indem Stress, der durch das Umfeld ausgelöst wird, von einem/einer Partner*in auf die dyadische Beziehung übergeht (Randall & Bodenmann, 2009). Der externe Stress in dieser Arbeit beinhaltet die Sorgen aufgrund der aktuellen Covid-19 Situation, wie die veränderten Lebensverhältnisse, oder mögliche Ereignisse, die im Zuge der Pandemie auftreten könnten. Zusätzlich wird der Stress, der durch reale Ereignisse aufgrund von Covid-19 aufgetreten ist, wie ein Arbeitsplatzverlust oder der Tod eines/einer Angehörigen, abgefragt und in den externalen Stress inkludiert.

Der interne Stress wird erhoben, indem paarinterne Stressoren, wie Konflikte, die aufgrund von älteren Themen in der Beziehung bestehen, oder individuelle Stressoren erfragt werden. In dem Fall, wo externaler Stress oder der individuelle Stress eines/einer Partner*in sich auf die Beziehung auswirkt, ist die gemeinsame Stressbewältigung ein wesentliches Ziel, welches in der Paarbeziehung angestrebt werden sollte. Die gemeinsame Stressbewältigung wird von Bodenmann (2000) als dyadisches Coping bezeichnet. Es gibt verschiedene Arten von dyadischem Coping. Zusätzlich zum positiven dyadischen Coping gibt es verschiedene Formen an negativem dyadischem Coping, beim dem der/die Partner*in den/die andere*n zwar unterstützt oder zumindest so tut als ob, jedoch die wirkliche Bereitschaft zur Unterstützung sehr gering ausfällt oder nicht vorhanden ist (Bodenmann, 2000). Die folgende Arbeit konzentriert sich jedoch nur auf das positive dyadische Coping und somit ist in der vorliegenden Arbeit immer nur dieses gemeint. Beim positiven dyadischen Coping unterscheidet man drei verschiedene Kategorien:

Beim *gemeinsamen dyadischen Coping* kommt es zu einem gemeinsamen Bewältigungsversuch des Stresses, um dyaden-relevante Ziele zu erreichen. Dabei stellt das Ziel die Bewältigung von emotionalem Stress oder sachlichen bzw. sozialen Problemen, dar. Eine Voraussetzung für ein gemeinsames dyadisches Coping ist ein „Wir-Gefühl“ in der Partnerschaft. Auch die Ausgeglichenheit der Partner*innen in ihren Unterstützungsbeiträgen, die freiwillige Mithilfe beim Coping, sowie eine Berücksichtigung der Wünsche und Ziele beider Partner*innen sind ausschlaggebend. Diese Voraussetzungen sind im negativen dyadischen Coping oftmals nicht gegeben (Bodenmann, 2000). Bei gemeinsamem dyadischem Coping unterscheidet man einerseits zwischen dem *problembezogenen Coping*, das

Verhaltensweisen, wie die gemeinsame Lösungsdiskussion oder das gleichmäßige Aufteilen einer Tätigkeit, beinhaltet. Andererseits befindet sich in der Literatur auch das *emotionsbezogene Coping*, das durch gegenseitige Solidarisierung oder gemeinsamen Aktivitäten zur Entspannung und Stressbewältigung beiträgt.

Beim *supportiven dyadischen Coping* werden die Unterstützungsbeiträge des/der einen Partner*in mit Rücksicht auf den/die andere Partner*in getätigt. Die Bewältigungsarbeit wird jedoch nicht vollständig übernommen. Das supportive dyadische Coping wird ebenfalls in das problembezogene und emotionsbezogene Coping unterteilt. Diese Art des Copings wird vordergründig angewandt, wenn bei dem/der unterstützenden Partner*in mehr Bewältigungsressourcen vorhanden sind.

Das *delegierte dyadische Coping* ist eine rein sachbezogene Bewältigung. Dabei werden bei einer stressreichen Phase des/der einen Partner*in Tätigkeiten an die/den anderen Partner*in übertragen. Der Unterschied zum problembezogenen supportiven dyadischen Coping ist, dass der/die Partner*in explizit um die Unterstützungsbeiträge gebeten wird (Bodenmann, 2000).

2.6.2 Funktion und Bedeutung des dyadischen Copings für eine Beziehung

Das gemeinsame Coping stellt in vielerlei Hinsicht einen Mehrwert für die Partnerschaft dar. Die *instrumentellen Aspekte* des Copings sind die gemeinsamen Synergien, also die gemeinsame Bewältigung von Stress und die Entlastung des/der Partner*in. Aber auch die *beziehungsbezogenen Aspekte*, wie die kognitive Repräsentation, dass der/die Partner*in in einer schwierigen Zeit als eine Hilfe zur Verfügung steht, wirken sich beziehungsförderlich aus. Das erfolgreiche dyadische Coping führt oftmals zu einer Verstärkung des Wir-Gefühls, der Kohäsion und des Vertrauens in einer Beziehung (Bodenmann, 2000). Gerade diese Aspekte des dyadischen Copings können erklären, wieso krisenhafte Ereignisse sich oftmals förderlich auf eine Beziehung auswirken.

2.6.3 Dyadisches Coping: Ergebnisse aus dem deutschsprachigen Raum

Die vorliegende Arbeit bezieht sich auf eine Stichprobe des DACH-Raums (D-A-C-H, 2020), die Mehrheit lebt jedoch in Österreich. Da die kulturellen Gegebenheiten in Deutschland und Österreich ähnlich sind, können die Ergebnisse zum dyadischen Coping in Deutschland (Herzberg & Sierau, 2016) auch auf Österreich übertragen werden. Die österreichische Bevölkerung wird als eine individualistische bezeichnet (Band & Müller, 2001), in welcher

Personen sich stärker an eigenen Zielen und Werten orientieren als an den Bedürfnissen der Gesellschaft (Rothwell, 2010, zitiert nach Herzberg & Sierau, 2016, S. 122). In individualistischen Ländern gibt es zu jenen, die kollektiv ausgeprägt sind, verhältnismäßig mehr Beziehungen, die weniger an Verpflichtungen, wie an eine Ehe, gebunden sind. Auch die Arten an Beziehungen gestalten sich vielfältiger und folgen weniger einem konservativen Bild von Beziehung.

In einer Studie von Herzberg (2013) wurde das dyadische Coping speziell an heterosexuellen Paaren aus Deutschland untersucht. Die Ergebnisse der Studie stachen insofern hervor, dass in individualistischen Kulturen oft als erste Reaktion das individuelle dyadische Coping zum Einsatz kommt (Bodenmann, 2005). Die Studie kam zu dem Ergebnis, dass für beide Partner*innen ein starker Einfluss des dyadischen Copings auf die Beziehungsqualität angenommen werden kann. Im Gegensatz dazu konnte kein Einfluss des individuellen Copings auf die Beziehungsqualität gefunden werden. Im Übrigen wurde ein Geschlechtsunterschied festgestellt, indem das dyadische Coping des männlichen Partners nicht auf die Beziehungszufriedenheit der Partnerin eingewirkt hat, umgekehrt jedoch schon. Die Ergebnisse zeigen komplexe Zusammenhänge zwischen dem individualistischen und dem dyadischen Coping (Herzberg, 2013). Für diese Zusammenhänge könnte angenommen werden, dass die kontinuierlich ansteigenden wirtschaftlichen Stressoren und Belastungen in der deutschen Bevölkerung miteinwirken. Man geht durch die Stressoren von mehr Druck auf intime Partner*innen und Familienmitglieder aus (Revenson et al., 2005). Diese Stressoren sind gerade in Zeiten der Covid-19-Pandemie so stark wie schon lange nicht mehr in der Bevölkerung vorhanden.

2.7 Partnerschaften und Krisen

Der Hintergrundgedanke der *Crisis Theory* von Hill (1949, zitiert nach, Bodenmann, 2000, S. 15) war es ursprünglich, zu erklären, wie Familien auf stressreiche Ereignisse reagieren. Dieser Ansatz wurde jedoch von Wissenschaftler*innen, die ihre Expertise in der Paar-Forschung haben, verwendet, um die Einflüsse auf Partnerschaften und Ehen vorherzusagen. Das Modell besagt, dass der Einfluss einer Krise auf eine Partnerschaft stark von den vorhandenen Ressourcen sowie dem individuellen Umgang und der Sicht auf das Ereignis abhängt. Diese Faktoren können beeinflussen, wie gut sich eine Familie an die neue Situation anpassen kann. Die Antwort auf eine Krise kann somit zu einer Adaption oder einer Maladaption in der Partnerschaft führen, sowie bei einer erfolgreichen Bewältigung auch einen

Anstieg an Ressourcen bewirken (McCubbin & Patterson, 1982, zitiert nach, Karney & Bradbury, 1995, S. 7).

Der derzeitige Forschungsstand legt nahe, dass kritische Ereignisse und Krisen oftmals einen Einfluss auf Beziehungen und Ehen haben. Diese Einflüsse hängen jedoch stark von der Art der Krise ab. Während es im Jahr nach dem Hurrikan „Hugo“ in South Carolina der USA, sowohl zu einem Anstieg an Scheidungen als auch Eheschließungen und Geburtenraten kam (Cohan & Cole., 2002), kam es nach dem Terroranschlag auf das World Trade Center (9/11) sowie nach einem Bombenanschlag 1995 auf Oklahoma, zu einem entgegengesetzten Trend. In der Zeit kurz nach den Anschlägen nahmen die Scheidungszahlen ab. Der Grund für den Unterschied im Einfluss der Ereignisse auf Beziehungen wird im Kontext der Krisen gesehen. Durch die terroristischen Anschläge und die Todesopfer kam es zu einer Unsicherheit in der Bevölkerung, die den Wunsch nach Sicherheit und Komfort durch nahestehende Personen verstärkte. Aufgrund dessen wird angenommen, dass sich bestehende Paare einander zugewandt haben. Durch den Hurrikan wurden zwar weniger Tote verzeichnet, jedoch mussten einige Gemeinden neu aufgebaut werden, was wiederum zu einem Anstieg an chronischem Stress in den Beziehungen geführt haben könnte. Dass sowohl die Scheidungs- als auch die Ehe- und Geburtenraten im Jahr nach dem Hurrikan anstiegen, könnte man sich dadurch erklären, dass durch den Stressor die Personen in der Bevölkerung beschlossen, Taten, wie gewünschte Veränderungen in ihrem privaten Leben, folgen zu lassen (Cohan & Cole, 2002)

2.8 Covid-19-Pandemie

Die Covid-19-Pandemie bezeichnet ein Infektionsgeschehen, welches im Dezember 2019 in Wuhan, China, ausbrach und sich innerhalb weniger Monaten auf der Welt ausbreitete. Die Covid-19 Erkrankung, ein schweres, akutes Atemwegssyndrom, weist eine hohe Ansteckungsrate auf und übertrug sich daher schnell auf andere Länder und Kontinente. Das Virus erreichte Ende Februar des Jahres 2020 Österreich, als drei infizierte Personen in Wien nachgewiesen wurden (Kreidl et al., 2020). Das Covid-19 Virus kann zu einer schweren Erkrankung der oberen Atemwege und der Lunge führen und betrifft manchmal auch andere Organe. Die Krankheit weist ein besonders für ältere Personen hohes Mortalitäts-Risiko auf (Hemmer et al., 2020). Aus diesem Grund wurden in Österreich, wie in den meisten Ländern, Maßnahmen zur Eindämmung der Übertragbarkeit des Virus getroffen. Ein paar Wochen nach dem Nachweis der ersten Fälle wurde ein „Shutdown“ des täglichen Lebens verkündet, damit die Übertragung des Virus durch den Kontakt zwischen Menschen verhindert werden würde.

Die Folgen waren, dass das gesellschaftliche Leben auf Notbetrieb umgestellt wurde. Dazu gehörte, dass zum Beispiel Lokale, der Handel und Schulen geschlossen wurden. Zusätzlich gab es keine Kulturveranstaltungen mehr und es kam zu Ausgangsbeschränkungen und Kontaktverboten. Durch die Maßnahmen kam es in vielen Branchen zu Jobverlusten und Wirtschaftseinbußen (Kirchler, Pitters & Kastlunger, 2020). Die Veränderungen des alltäglichen Lebens, die Angst vor der Erkrankung, sowie finanzielle Engpässe, hatten nicht nur einen Einfluss auf die einzelnen Personen, sondern auch auf soziale Beziehungen. Viele Paare und Familien mussten für eine längere Zeitspanne viele Stunden des Tages zusammen im gemeinsamen Wohnraum verbringen und von zuhause aus arbeiten oder lernen. Der Ausnahmezustand führte außerdem bei manchen Paaren, die in verschiedenen Ländern oder Regionen wohnen, dazu, dass sie sich gegenseitig für längere Zeit nicht sehen konnten.

2.8.1 Covid-19 und Beziehungen

Die Covid-19-Bedingungen weisen die Eigenschaft auf, dass sie eine unbestimmte Zeit lang andauern können. Außerdem sind, ähnlich wie bei einer Umweltkatastrophe, lange Zeit später noch die Folgen spürbar, und es wird eine längere Zeit für die Rekonstruktion der früheren Verhältnisse benötigen. Vergleichbar mit dem Erleben von terroristischen Anschlägen ist der Aspekt der Konfrontation mit dem Tod, und jener der Angst und der eigenen Sterblichkeit (Pietromonaco & Overall, 2020).

In Bezug auf den Einfluss, den die Covid-19-Bedingungen auf Paarbeziehungen haben, kann man die Veränderungen, die sich aufgrund der Pandemie ergeben, in zwei Kategorien unterteilen. Zum einen äußert sich die Pandemie in Situationen, die sich direkt auf die Ansteckung mit dem Covid-19 Virus beziehen bzw. diese verhindern – man bezeichnet sie als externale Stressoren - zum anderen kommt es zu einem Wandel in zahlreichen Aspekten im Leben eines Paares (Baucom et al., 2020). Paare sind durch die Pandemie von unterschiedlichen Stressoren betroffen, wie zum Beispiel verstärkte Kinderbetreuungsaufgaben, Jobverlusten oder eine örtliche Distanz. Die Stressoren der Pandemie können sowohl akut als auch chronisch auftreten.

Wie schon Bodenmann (2000) aufzeigt, ist die Kommunikationsfähigkeit ein wesentlicher Prädiktor für die Beziehungsqualität sowie die Beziehungsstabilität. Die Ressource einer guten Kommunikationsfähigkeit in einer Beziehung ist auch für den Umgang mit dem Stress aufgrund der Pandemie entscheidend. Die Bewältigung des Stresses und der Emotionen infolge der Pandemie können unterschiedlich sein; daher bedarf es einer guten

Kommunikationsfähigkeit, um diese angemessen zu kommunizieren. Die Pandemie und die mit ihr einhergehenden Herausforderungen nehmen Einfluss auf die Interaktion zwischen den Partner*innen (Baucom et al., 2020). Diese ist jedoch besonders wichtig, um neu anfallenden Aufgaben und Anforderungen, wie betreuungspflichtige Kinder zuhause oder Angehörige, die gepflegt werden müssen, erfolgreich begegnen zu können.

2.8.2 Herausforderungen für Beziehungen in der Zeit von Covid-19

Eine weitere Herausforderung während der Distanzierungsmaßnahmen der Bundesregierung (Kirchler, Pitters & Kastlunger, 2020) stellt die Pandemie für Paare dar, indem die Paarbeziehung zum „Ersatz für alles“ wurde. Das meint, dass Personen während des Lockdowns andere Menschen, die nicht im selben Haushalt wohnten, nicht treffen durften. Daher war besonders für Paare im selben Haushalt der/die Partner*in eine der wenigen Bezugspersonen, mit der sie in dieser Zeit realen Kontakt hatten.

Während einige Personen angaben, dass der erste Lockdown der Regierung noch eine Ausnahmesituation darstellte, und bei manchen sogar eine Art „Urlaus-Gefühl“ aufkam, wurde für viele diese Kontaktreduktion mit der Zeit zunehmend einschränkender. Rothmüller und Wiesböck (2021) berichten davon, dass es besonders im zweiten Lockdown im Herbst 2020 bei vielen Personen in Österreich zu einem Rückgang von freundschaftlichen und beruflichen Beziehungen kam. Auch Freizeitaktivitäten und Hobbies, die ansonsten einen wichtigen Ausgleich zum Beziehungsleben darstellen, sind in der Zeit der Covid-19-Pandemie weggefallen. Etwa jede zweite Person in der Studie von Rothmüller und Wiesböck (2021) gibt an, Sport, Veranstaltungen, Hobbies sowie Treffen mit der Freundesgruppe während der Covid-19-Pandemie zu vermissen. Jüngeren Proband*innen fehlte der Kontakt zur Freundesgruppe im zweiten Lockdown stärker als älteren Personen (Rothmüller & Wiesböck, 2021). Da es durch die Pandemie zu home-schooling und home-office kam, wurde oftmals eine Neuverhandlung der Aufgaben und Verantwortungen im Haushalt erforderlich. Die Pandemie führte zu einer längeren Zeit, die alle Familienmitglieder gemeinsam im eigenen Zuhause verbracht haben.

2.8.3 Geschlechtsunterschiede während der Covid-19 Bedingungen

Studien kamen auch zu dem Ergebnis, dass Frauen sich während der Pandemie häufiger einsam fühlten als Männer (González-Sanguino et al., 2020; Losada-Baltar et al., 2021; Rosenberg et al., 2021). Dies kann ein Ergebnis der verschiedenen Einflüsse der Pandemie auf die Geschlechter sein. Frauen haben stärkere Veränderungen im Zuge der Pandemie erfahren

als Männer. Drei Studien der Wirtschafts-Universität Wien (Mader et al. 2020), des Instituts für Soziologie der Universität Wien (Zartler et al., 2020) und der Sigmund-Freud-Universität (Rothmüller, 2020) kamen zu dem Ergebnis, dass unbezahlte Arbeit, wie Haushalts- und Kinderbetreuungsaufgaben, vermehrt von Frauen übernommen wurde. Durch das home-schooling und geschlossene Kinderbetreuungseinrichtungen haben Kinderbetreuungsaufgaben besonders viel Einsatz erfordert. Die für die Hausarbeit erforderliche Zeit stieg am stärksten in Familien mit Kindern an. Aber auch bei kinderlosen Paaren zeigt sich dieser Geschlechtsunterschied. Berghammer und Beham-Rabanser (2020) erhoben, dass die für Hausarbeit und Kinderbetreuung aufgewandte Zeit für Frauen stärker gestiegen ist als für Männer. Eine Erklärung für die empfundene Einsamkeit von Frauen könnten also die korrelativen und bidirektionalen Zusammenhänge von Einsamkeit und gegenwärtigem Stress bieten (Campagne, 2019).

2.8.4 Covid-19, sozio-ökonomischer Status und Beziehungen

Eine Hauptquelle für den Stress in Paarbeziehungen stellen die sozioökonomischen Folgen der Pandemie dar, die zu einer Reihe an externalen Stressoren für die Beziehung führen (Pietromonaco & Overall, 2020). Aufgrund der Covid-19-Pandemie kam es zu einem Anstieg der Arbeitslosigkeit in Österreich von 52.2% (Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz, 2020). Bei Paaren, die eine Verschlechterung ihrer finanziellen Lage aufgrund der Covid-19-Pandemie erlebten, wurde häufiger von einer Verschlechterung ihrer Beziehungsqualität berichtet (Berghammer & Beham-Rabanser, 2020). Die finanzielle Lage, in der sich eine Paarbeziehung befindet, wirkt sich stark auf die Beziehungsqualität aus. Vor allem bei Männern zeigt sich eine stärkere Unzufriedenheit mit der Beziehung, wenn keine gesicherte ökonomische Lebensgrundlage gegeben ist (Beham-Rabanser, Berghammer & Zartler, 2019). Besonders Paare, bei denen schon am Anfang der Pandemie ein Mangel an Ressourcen bestand (beispielsweise jene, die arbeitslos waren oder zu wenig Einkommen bekamen), erfuhren eher eine Abnahme ihrer Beziehungsqualität bzw. Beziehungsstabilität (Pietromonaco & Overall, 2020). Auch wenn bei jenen Paaren, die finanzielle Sorgen haben, die Kommunikationsfähigkeit hoch ausgeprägt ist, kann dies nicht als moderierender Faktor für den Erhalt der Beziehungsqualität gefunden werden (Williamson et al., 2013). Bei dem negativen Einfluss der Covid-19-Pandemie auf die Beziehungsqualität spielt jedoch nicht nur ein Mangel an materiellen Ressourcen eine wesentliche Rolle. Vor oder auch während der Pandemie entwickelte psychische Störungen einer oder beider Partner*innen stellen ebenfalls eine Bürde für die Beziehungsqualität dar (Pieh et al., 2021).

2.8.5 Beziehungen und psychische Gesundheit während der Covid-19 Bedingungen

Laut einer Studie der Donau Universität Krems gab es schon in den ersten Monaten der Covid-19-Pandemie einen Anstieg der psychischen Probleme in der Bevölkerung auf das Drei- bis Fünffache. Die psychischen Probleme hielten bis zum zweiten Messzeitpunkt 6 Monate später an (Pieh et al., 2021). Die steigende Rate an psychischen Störungen durch die Covid-19-Pandemie hat einen starken Einfluss auf mögliche Paarbeziehungen, in denen die Personen leben. Dass eine gute psychische Gesundheit mit einer hohen Beziehungsqualität zusammenhängt, ist ein vielfach beobachteter Zusammenhang in der Forschung. Eine Reihe an Forschungsarbeiten zum Zusammenhang von Depression und Beziehungsqualität kam zu dem Ergebnis, dass dieser Zusammenhang bidirektional ist (Davila, Karney, Hall, & Bradbury, 2003; Gustavson et al., 2012). Dies würde heißen, dass Probleme in der Partnerschaft oder Ehe ein Risikofaktor für das Entwickeln depressiver Symptome sind. Der entgegengesetzte Effekt, dass depressive Symptome zu einer schlechteren Beziehungsqualität führen, wurde auch in Studien festgestellt; hierzu gibt es jedoch unterschiedliche Ergebnisse in den bisher durchgeführten Forschungsarbeiten (Goldfarb & Trudel, 2019). Daher überrascht es nicht, dass man auch während der Covid-19-Pandemie in Österreich einen Zusammenhang zwischen der Beziehungsqualität und einer depressiven Symptomatik finden konnte. Der Anstieg der Prävalenz an psychischen Symptomen, je nach Beziehungsqualität, lag in einer Spanne von 13% bis 35% (Pieh et al., 2021).

Ob eine Paarbeziehung eine Ressource in der Pandemie darstellt, hängt stark von der Beziehungsqualität ab. Während keine Paarbeziehung für eine bessere psychische Gesundheit sprach als eine Paarbeziehung mit einer schlechten Beziehungsqualität, stellte eine Beziehung mit einer guten Beziehungsqualität einen Schutzfaktor für die psychische Gesundheit während der Pandemie dar. Daher kann ein Lockdown besonders für Paare mit einer schlechten Beziehungsqualität sehr belastend sein und die psychische Gesundheit beeinträchtigen (Pieh et al., 2020)

2.8.6 Beziehungen als Ressource in der Krise

Dass intime Beziehungen eine wesentliche Bedeutung für die Bewältigung von gesundheitlichen Krisen haben, wurde mehrfach erhoben (Rothmüller, 2020). Positive Aspekte an der Zeit während des Lockdowns wurden von zwei Dritteln der Studienteilnehmer*innen in Verbindung mit dem Zusammensein mit wichtigen Bezugspersonen berichtet. Zusätzlich

geben mehr als die Hälfte der Personen an, dass sich die Kommunikation zwischen ihnen und ihren wichtigen Bezugspersonen während der Zeit verbessert hat.

Auch eine Studie der Fakultät der Sozialwissenschaften der Universität Wien kam zu dem Ergebnis, dass 17% der befragten Paare einen Anstieg ihrer Beziehungsqualität erlebt haben und bei 8% sich die Beziehungsqualität verschlechtert hat. Wenn man die Stichprobe der Paare ohne Kinder im gemeinsamen Haushalt betrachtet, kommt man zu dem Ergebnis, dass sich die Lebensumstände bei Paaren unter 40 Jahren stärker auf die Beziehungsqualität auswirkt haben. Die Anzahl der Paare, bei denen sich die Beziehungsqualität verbessert hat, war unter den jungen Paaren deutlich höher. Bei 31% der jungen Paare hat sich die Beziehungsqualität verbessert, und nur bei 7% verschlechtert. In etwa gleich viele Paare mit Kindern wie ohne Kinder, berichten von einer Verbesserung ihrer Beziehungsqualität. Von einer Beziehungsverschlechterung sprechen jedoch mehr junge Paare mit Kindern (12%) als solche ohne (7%) (Berghammer & Beham-Rabanser, 2020).

2.8.7 Covid-19 als Möglichkeit des Wachstums für Paare

Eine Verbesserung bzw. Stabilität der Beziehungsqualität während der Covid-19-Pandemie ist für Paare, die mehr Ressourcen und weniger Risikofaktoren aufweisen, wahrscheinlicher. Sowohl das dyadische Coping als auch die Anpassungsfähigkeit bei sich verändernden Lebensumständen ist bei diesen Paaren oftmals stärker ausgeprägt. Auch ein aktives Ersuchen um emotionale und instrumentelle Unterstützung für den Umgang mit den Gefühlen und Umständen der Covid-19 Bedingungen kann die Pandemie mit sich bringen (Park et al., 2020). Wenn diese Hilfe dem/der Partner*in gegeben wird, kommt es häufig dazu, dass die soziale Unterstützung zu einer Abfederung der Einflüsse von kritischen Ereignissen führt (Cohen & Wills, 1985). Auch kann eine Krise dazu beitragen, dass Personen die emotionale oder instrumentelle Unterstützung, die sie bekommen, mehr wahrnehmen und schätzen lernen (Thoits, 2011).

Dadurch, dass einige Paare während der Covid-19-Pandemie automatisch mehr Zeit miteinander verbrachten, brachte das die Möglichkeit neuer, angenehmer oder aufregender Aktivitäten mit sich, die einen positiven Faktor für die Beziehungsqualität darstellten und zu einem Beziehungswachstum beigetragen haben können (Aron et al., 2000). Eine geringere Zahl externale Stressoren konnte es den Paaren ermöglichen, sich auf adaptive Beziehungsprozesse (Pietromonaco & Overall, 2020), wie das dyadische Coping zu konzentrieren (Bodenmann, 2008). Wenn viele Ressourcen vorhanden sind, können Probleme in der Beziehung oder

individuelle Schwierigkeiten aufgrund der Pandemie sogar dazu führen, dass Paare gestärkt aus der Krise herausgehen und es zu einer Weiterentwicklung der Beziehung kommt.

2.8.8 Post-traumatisches Wachstum

Die oben genannten positiven Effekte auf die Beziehung können mit dem Konzept des *Posttraumatischen Wachstums* in Verbindung gebracht werden. Mangelsdorf (2020) definiert Posttraumatisches Wachstum als einen persönlichen Entwicklungsprozess, der in Folge einer traumatischen Erfahrung erlebt wird. Tedeschi und Calhoun (1996) teilen das Posttraumatische Wachstum in fünf verschiedene Bereiche: in eine stärkere Wertschätzung des Lebens, mehr persönliche Stärke, neue Prioritäten im Leben, einen stärkeren Sinn für Spiritualität und tiefere soziale Beziehungen. Der letztere Bereich, die tieferen sozialen Beziehungen, ist jener, der für diese Arbeit von Interesse ist. Ob man die Umstände der Covid-19-Pandemie in der gesamten Bevölkerung als traumatisches Ereignis ansehen kann, ist fragwürdig. Diese Definition wäre für jene Personen zutreffend, die mit Tod, schweren Erkrankungen oder existenziellen Sorgen konfrontiert waren. Park et al. (1996) sprechen von einem stress-bezogenem Wachstum, das für die Covid-19-Pandemie als zutreffender angesehen werden kann. Über den Zusammenhang von Konflikten während der Covid-19-Pandemie in Paarbeziehungen mit Posttraumatischem Wachstum schreibt mein Kollege Herr Jonathan Arkhurst, BA, BSc, in seiner Masterarbeit „Covid lässt nichts unberührt. Deckt die Pandemie alte Konflikte auf und lässt uns an ihnen wachsen?“.

3 Fragestellungen und Hypothesen

Aus dem Forschungsbereich dieser Arbeit zum Zusammenhang von Stress und der Beziehungsqualität, sowie dem moderierenden Effekt von dyadischem Coping, ergeben sich folgende Fragestellungen und Hypothesen:

FS1: Hat sich während der Covid-19-Pandemie die Beziehungsqualität von Paaren häufiger verbessert oder verschlechtert?

1 H0: Die Beziehungsqualität hat sich während der Covid-19-Pandemie häufiger verschlechtert oder ist gleich geblieben.

1 H1: Die Beziehungsqualität hat sich während der Covid-19-Pandemie häufiger verbessert.

FS2: Unterscheiden sich Paare, bei denen sich die Beziehungsqualität während der Covid-19-Pandemie verbessert hat, von Paaren, bei denen sich die Beziehungsqualität verschlechtert hat, hinsichtlich des Ausmaßes von erlebtem Stress?

2 H0: Es gibt keinen Unterschied zwischen Paaren, bei denen sich die Beziehungsqualität verbessert hat und jenen, bei denen sich die Beziehungsqualität verschlechtert hat, hinsichtlich des Ausmaßes des erlebten Stresses.

2 H1: Es gibt einen Unterschied zwischen Paaren, bei denen sich die Beziehungsqualität verbessert hat und jenen, bei denen sich die Beziehungsqualität verschlechtert hat, hinsichtlich des Ausmaßes des erlebten Stresses.

FS3: Weisen Paare, die mehr Stress während der Covid-19-Pandemie erlebten, eine schlechtere Beziehungsqualität auf als Paare, die weniger Stress während der Covid-19-Pandemie erlebten?

3 H0: Paare, die insgesamt mehr Stress während der Covid-19-Pandemie erlebten, weisen keine schlechtere Beziehungsqualität auf, als Paare, die weniger Stress erlebten.

3 H1: Paare, die insgesamt mehr Stress während der Covid-19-Pandemie erlebten, weisen eine schlechtere Beziehungsqualität auf, als Paare, die weniger Stress erlebten.

FS4: Moderiert ein hohes Ausmaß an positivem dyadischen Coping den Zusammenhang zwischen dem erlebten Stress und der Beziehungsqualität während der Covid-19-Pandemie?

4 H0: Ein hohes Ausmaß an positivem dyadischen Coping moderiert den Zusammenhang zwischen dem erlebten Stress und der Beziehungsqualität während der Covid-19-Pandemie nicht.

4 H1: Ein hohes Ausmaß an positivem dyadischen Coping moderiert den Zusammenhang zwischen dem erlebten Stress und der Beziehungsqualität während der Covid-19-Pandemie.

FS5: Mediiert der bestehende paar-interne Stress den Zusammenhang zwischen dem erlebten Stress und der Beziehungsqualität während der Covid-19-Pandemie?

5 H0: Der bestehende paar-interne Stress mediiert den Zusammenhang zwischen dem erlebten Stress und der Beziehungsqualität während der Covid-19-Pandemie nicht.

5 H1: Der bestehende paar-interne Stress mediiert den Zusammenhang zwischen dem erlebten Stress und der Beziehungsqualität während der Covid-19-Pandemie,

4. Methode

4.1 Untersuchungsdesign

(Arkhurst)

Bei der vorliegenden Arbeit handelt es sich um eine Untersuchung, die der Grundlagenwissenschaft zugeordnet ist. Der zur Erhebung genutzte Fragebogen wurde online über SociSurvey zur Verfügung gestellt. Es handelt sich um eine nicht-experimentelle Querschnittsstudie. Die Stichprobe ist ad-hoc gewonnen und die Daten sind quantitativ. Befragt wurde immer eine Einzelperson im Selbstbeurteilungsverfahren. Rechnerisch hat sich eine Stichproben-Power von 111 Proband*innen ergeben.

4.2 Vorgehen

(Arkhurst)

Als Messinstrument wurde ein auf SoSci Survey erstellter Online-Fragebogen verwendet. Der Fragebogen war im Zeitraum vom 02.01.2021 – 10.02.2021 unter der Internet-Adresse https://www.soscisurvey.de/Paarbeziehungen_unter_Covid-19 abrufbar. Vor der eigentlichen Befragung hat ein Pre-Test mit 69 Personen stattgefunden. Vorrangig wurde dieser durchgeführt, um die Verständlichkeit und Ökonomie des Fragebogens sicherzustellen. Die daraus resultierenden Rückmeldungen der Personen sind in der finalen Form des Fragebogens berücksichtigt.

4.2.1 Voraussetzungen für eine Studienteilnahme

(Arkhurst)

Die Ein- und Ausschlusskriterien für die Teilnahme wurden vor der ersten Aussendung des Fragebogens festgelegt. Jede/r Teilnehmende musste sich zum Zeitpunkt der Befragung in

einer Partnerschaft befinden und mindestens 18 Jahre alt sein. Auf andere Ausschlusskriterien, wie Elternschaft, eine Altersgrenze nach oben, sexuelle Orientierung und Staatsbürgerschaft wurde im Vorfeld verzichtet, um einen möglichst umfangreichen Datenpool zu generieren. Implizit wurde der Zugang zum Internet vorausgesetzt, da es keine Möglichkeit gab, den Fragebogen analog auszufüllen.

4.2.2 Stichprobenrekrutierung

(Arkhurst)

Die Rekrutierung der Studienteilnehmer*innen erfolgte über einen universellen Link, der beliebig an andere Personen weitergeleitet werden konnte. Im ersten Schritt wurden Personen des Freundes- und Bekanntenkreises um die Teilnahme an der Studie und die Weiterleitung des Links gebeten. Insgesamt gab es vier Wellen, in denen der Link wie beschrieben geteilt wurde. Die Aussendung erfolgte über die Socialmedia Plattformen WhatsApp, Signal, Telegram und Facebook. Durch die Aufforderung zum Weiterleiten des Teilnahme-Links an weitere Personen, konnte eine deutlich höhere Reichweite erzielt werden, was sich anhand der Rücklaufstatistik zeigte.

4.3 Erhebungsinstrument

(Arkhurst)

Der verwendete Fragebogen ist insgesamt 11 Seiten lang. Die erste Seite ist eine Begrüßungsseite, die zur Verwendung der erhobenen Daten aufklärt. Der vollständige Fragebogen befindet sich im Anhang B. Auf der zweiten Seite wurde abgefragt, ob die teilnehmende Person sich momentan in einer Partnerschaft befindet. Falls eine teilnehmende Person das Einschlusskriterium einer Partnerschaft nicht erfüllte, wurde sie direkt zur letzten Seite weitergeleitet und die Befragung wurde abgeschlossen. Zur Vervollständigung des Fragebogens war eine Bearbeitungszeit von 7 - 10 Minuten vorgesehen. Die Teilnehmer*innen konnten bei Fragen und Anmerkungen unter der E-Mail-Adresse der Studienleiterin bzw. des Studienleiters Kontakt aufnehmen. Der Fragebogen setzt sich wie folgt zusammen.

4.3.1 Soziodemographische Merkmale der Befragten

(Arkhurst)

Die abgefragten soziodemographischen Merkmale der Teilnehmer*innen umfassten das Geschlecht, das Alter, den Wohnort, den Beziehungsstatus und den höchsten

Bildungsabschluss. Um das gesamte Spektrum der Geschlechtsidentität abzufragen, bzw. möglichst inklusiv zu erheben, war es möglich das Geschlecht mit weiblich, männlich oder anderes anzugeben oder keine Angabe zum Geschlecht zu machen. Für den höchsten erreichten Bildungsabschluss, konnte auch die Optionen „ohne Abschluss“ oder „noch Schüler*in“ ausgewählt werden. Die soziodemographischen Daten zum/zur Partner*in wurden zu einem späteren Zeitpunkt gesondert abgefragt und umfassten lediglich das Alter des/der Partner*in und indirekt seine oder ihre Wohnsituation.

4.3.2 Aktuelle Lebenssituation

(Arkhurst)

Zur Abfrage der aktuellen Lebenssituation gehörten die Frage nach der aktuellen Beschäftigung, das Alter des/der Partner*in, die Dauer der aktuellen Beziehung, der Wohnort des/der Partner*in, Art der Wohnverhältnisse, home-office und home-office des/der Partner*in. Für die Angabe der Beschäftigung war es möglich Antwortmöglichkeiten zu wählen, die keine direkte Berufsausübung einschließen. Dazu zählten die Optionen arbeitslos, Schüler*in, Student*in, Präsenz- und Zivildienstler*in, im Krankenstand, in Bildungskarenz und ein freies Feld für individuelle Antworten. Für das home-office war eine Differenzierung in „vollständig im home-office“ oder „teilweise im home-office“ möglich.

4.3.3 Zufriedenheit mit der Partnerschaft/ Partnerschaftsqualität

(Arkhurst)

Die Partnerschaftszufriedenheit wurde mittels neun Items gemessen. Diese wurden teilweise aus dem Partnerschaftsfragebogen von Hahlweg (1996) übernommen und teilweise auf Grundlage der Studie von Berghammer & Beham-Rabanser (2020) erstellt. Jene Items, die nach der Selbsteinschätzung der Auswirkungen der Covid-19-Pandemie auf die Beziehung fragen, wurden eigens erstellt. Mittels einer Frage, die sich auf die Beziehungsqualität vor der Covid-19-Pandemie bezieht, und einer Frage, die nach der Auswirkung eines möglichen Bestehenbleibens der Covid-19-Pandemie über einen längeren Zeitraum fragt, sollen die Zeitpunkte vor und nach der Befragung abgedeckt werden.

4.3.4 Externaler Stress

(Lehner)

Um die externalen Stressoren durch kritische Ereignisse mit Bezug zur Covid-19-Pandemie zu erheben, kamen 5 Items zur Anwendung. Die Einstiegsfrage für die Subskala lautete „*Haben Sie seit März 2020 eines oder mehrere der folgenden Ereignisse erlebt?*“. Wenn dies für den/die Proband*in der Fall war, wurde er/sie gebeten, auf einer 5-stufigen Likert-Skala einzuschätzen, wie stark sie/ihn „dieses Ereignis gestresst hat“. Als Alternative gab es auch die Antwortkategorie „Nein“, falls das Ereignis nicht aufgetreten war. Die Fragen wurden von der Autorin und dem Autor dieser Studie selbst zusammengestellt. Dabei war das Ziel, möglichst alle Ereignisse zu erfassen, die durch die Covid-19-Pandemie zu einer erhöhten Stressbelastung führen könnten. Der Fragebogen der Studie „Corona-Krise“ der Universität Wien (Berghammer & Beham-Rabanser, 2020) diente als Anregung für die Erfragung der „eigenen Erkrankung an Covid-19“ und „der Erkrankung eines/einer Angehörigen.“

4.3.5 Sorgen aufgrund von Covid-19

(Arkhurst)

Die Auswirkungen der Covid-19-Pandemie auf die befragte Person wurden über Items, welche der Covid Stress Scale (CSS) (Taylor et al., 2020) und des Pandemic Stress Index (Harkness, Behar-Zusman & Safren, 2020) entstammen, abgefragt. Die Covid Stress Scale setzt sich aus verschiedenen, bereits existierenden Fragebögen zusammen, um das Ausmaß an Stress abzufragen, das durch die Covid-19-Pandemie ausgelöst wird. In der Originalversion besteht der Fragebogen aus 36 Items, die sechs Bereiche erfragen. Die sechs Bereiche sind *Angst vor der Gefährlichkeit von Covid-19* (Fears about the dangerousness of Covid-19), *Ängste vor Kontaminationsquellen für Covid-19* (fears about sources of Covid-19-related contamination), *Xenophobie* (Covid-19 xenophobia), *Ängste vor persönlichen, sozialen oder ökonomischen Konsequenzen aufgrund von Covid-19* (fears about the personal social and economic consequences of Covid-19), *mit Covid-19 in Verbindung stehende Verhaltensweisen* (Covid-19-related checking) und *mit Covid-19 in Zusammenhang stehende Symptome von traumatischem Stress* (traumatic stress symptoms related to Covid-19). Für die vorliegende Studie wurde eine selbst gekürzte Version des Fragebogens verwendet. Dieser enthält die faktorenanalytisch am stärksten auf die im Originalfragebogen enthaltene Subskala, ladenden Items. Daraus resultierte ein Fragebogen mit sieben Items. Die Subskala Xenophobie ist nicht

in der gekürzten Version des Fragebogens enthalten. Die Antwortmöglichkeiten wurden auf einer 5-stufigen Likert-Skala vorgegeben.

4.3.6 Eigene Stressoren

(Arkhurst)

Das persönliche Wohlbefinden wurde durch das General Health Questionnaire (GHQ-8, Goldberg et al., 1997) einer faktorenanalytisch auf acht Items gekürzten Version des GHQ-12, gemessen (Smith et al., 2010). Der Fragebogen wird als unidimensionales Erhebungsinstrument eingesetzt, wobei es sich nach faktorenanalytischer Überprüfung um ein multidimensionales Werkzeug handelt. Die 8-Item-umfassende Kurzversion beinhaltet die Dimensionen: *soziale Dysfunktionalität* (Social Dysfunction), sowie *Angst und Depression* (Anxiety and Depression) (Kalliath et al., 2004).

4.3.7 Paar-interne Stressoren

(Arkhurst)

Das erste der insgesamt 10 Items des Fragebogens zu den paar-internen Stressoren hat die Funktion, die allgemeine Belastung durch die „daily hassles“, bzw. Alltags-Unannehmlichkeiten in der Beziehung zu erheben (Kanner et al., 1981). Insgesamt zielt die Skala paar-interne Stressoren darauf ab, internale Stressoren, welche stark auf die Beziehungsqualität einwirken, wie zum Beispiel „*habits of one partner that disturb the other*“ (Randall & Bodenmann, 2008, S. 107) abzubilden. Dieser internale Stressor wurde durch das Item „*Zwischen mir und meinem/meiner Partner*In gibt es einige Angewohnheiten, die wir gegenseitig als störend empfinden*“ in den Fragebogen mit aufgenommen. Für das Item „*Als Paar fällt es uns schwer, gemeinsame Interessen zu finden und umzusetzen*“ wurde die Subskala Gemeinsamkeit/ Kommunikation des Partnerschafts-Fragebogens als Grundlage hergenommen. Dieses Item wurde negativ formuliert, da es fehlende gemeinsame Aktivitäten als Stressfaktor abfragen soll. Auch die Annahme, dass sich Stress negativ auf die Beziehungsstabilität, durch die Reduzierung von gemeinsamen Aktivitäten auswirkt, hat zum Einschluss dieses Items geführt. Die Anregung für das Item „*Mein/meine Partner*in und ich respektieren unsere gegenseitigen Bedürfnisse nach Nähe und Distanz*“ stellte das Item „*Mein Partner kommt mir zu nahe, lässt mir zu wenig Freiraum und Unabhängigkeit*“ vom Fragebogen zur Erfassung der Partnerschaftsqualität (FPQ, Siffert & Bodenmann, 2010) dar.

Dieses Item war von der entnommenen Subskala das Item mit der stärksten Faktor-Ladung und musste wegen der positiven Formulierung vor der Auswertung umkodiert werden.

4.3.8 Dyadisches Coping

(Lehner)

Das dyadische Coping wurde anhand eines kurzen Screening-Fragebogens von 5 Items erhoben, der die verschiedenen Arten des positiven dyadischen Copings miteinschließt. Die verwendete Subskala für das dyadische Coping weist eine starke Ähnlichkeit mit einer Kurzskala (Nussbeck, Hilpert & Bodenmann, 2012) des Dyadischen Coping Inventars (DCI) (Bodenmann, 2008) auf. Die Kurzskala weist eine gute interne Konsistenz ($\alpha=.78$) auf. Für die 5 Items soll anhand einer 5-stufigen Likert-Skala eingeschätzt werden, wie sehr die Aussagen auf die eigene Beziehung bzw. den gemeinsamen Umgang mit Stress in dieser zutreffen.

4.3.9 Posttraumatisches Wachstum

(Arkhurst)

Das Posttraumatische Wachstum wurde mittels der Subskala Beziehungen des Posttraumatic Growth Inventory (PTGI) nach Tedeschi & Calhoun (1996) gemessen. Diese umfasst jene Items, die sich direkt auf positive Veränderungen in Beziehungen zu anderen Menschen nach traumatischen Ereignissen beziehen. Ein Beispiel hierfür ist „Ich weiß jetzt, dass ich in schweren Zeiten auf andere Menschen zählen kann“. Die Subskala Beziehungen korreliert zwischen .71 und .76 mit den anderen Skalen des PTGI (Taku et al., 2008). Darüber hinaus wird eine unidimensionale Auslegung des Instruments diskutiert (Silverstein et al., 2018). Die Auswahl der Subskala Beziehungen des PTGI für den Fragebogen ergibt sich aus dem Fokus der vorliegenden Arbeit auf die Auswirkung von Traumata/Stress auf Beziehungen. Außerdem war die bessere Ökonomie eines möglichst kurzen Fragebogens ausschlaggebend. Die Proband*innen konnten, anders als im Original, auf einer 5-stufigen Skala von „trifft gar nicht zu“ bis „trifft voll zu“ antworten, um den Fragebogen einheitlich zu gestalten.

4.3.10 Resilienz

(Arkhurst)

Für die Resilienz-Messung wurde eine eigens für die Erhebung gekürzte Version der *Resilienzskala* (RS-11) genutzt (Schumacher et al., 2004). Dabei handelt es sich um eine gekürzte Version des RS-25. Die Kürzung erfolgte durch Auswahl der faktorenanalytisch am

höchsten auf das Grundkonstrukt *Resilienz* ladenden Items. Die Skala misst die psychische Widerstandsfähigkeit als individuelle Ressource einer Person anhand von Selbstaussagen, wie „*Normalerweise kann ich eine Situation aus mehreren Perspektiven betrachten*“. Es existiert auch eine gekürzte Version mit fünf Items (RS-5) von Eisenhart Rothe et al. (2013). Da diese jedoch lediglich an älteren Proband*innen getestet wurde und sich diese Studie an eine überwiegend junge Stichprobe unter 35 Jahren richtet, ist sie trotz der höheren Ökonomie nicht verwendet worden.

5 Ergebnisse

5.1 Umgang mit fehlenden Werten

(Lehner)

Um ein etwaiges Muster in den fehlenden Werten der Daten zu finden, wurde als erstes eine grafische Analyse dieser, anhand des Musters fehlender Werte in SPSS dargestellt. Grafisch konnte angenommen werden, dass die Werte Missing completely at random (MCAR) sind. Im Datensatz zeigte sich am häufigsten das Muster fehlender Wert. Bei den Daten von drei Items fehlten zwei Werte und bei einem Item drei Werte. Um die fehlenden Werte zu ersetzen, wurde eine multiple Imputation (Peters & Dörfler, 2019) in SPSS durchgeführt.

5.2 Bilden der Summenscores pro Skala

(Lehner)

Für das Bilden der Summenscores wurden die Items der einzelnen Skalen, thematisch wie oben beschrieben, aufsummiert und ergeben somit die fertigen Variablen. Für die Variable Beziehungsqualität wurden zum Beispiel die Items „*Wie glücklich würden Sie Ihre Partnerschaft im Augenblick einschätzen?*“, „*Das Verhältnis zu Ihrem/Ihrer Partner*In hat sich seit Ausbruch der Covid-19-Pandemie...*“ und „*Angenommen die Covid-19 Situation würde sich in nächster Zeit nicht verändern und Ihre jetzige Situation würde länger anhalten: Wie denken Sie würde sich Ihre Beziehung verändern?*“ zusammengerechnet. Für die Subskala Paar-interne Stressoren musste das Item „*Mein/meine Partner*in und ich respektieren unsere gegenseitigen Bedürfnisse nach Nähe und Distanz*“ umkodiert werden.

5.3 Verteilung und Häufigkeiten

(Arkhurst)

Für eine erste Übersicht wurde das Ausmaß der verschiedenen Variablen dargestellt. Hierzu werden nachfolgend die Mittelwerte, Standardabweichungen und die minimale, sowie maximale Ausprägung in der vorliegenden Stichprobe für alle gültigen Fälle berichtet.

5.3.1 Partnerschaftsqualität

Die *Partnerschaftsqualität* weist einen Mittelwert von $M=11,4$ bei einer maximal möglichen Ausprägung von 20 auf. Innerhalb der Stichprobe beträgt das Minimum 4 und das Maximum 16.

5.3.2 Externaler Stress

Für die *externaler Stress* ergibt sich ein Mittelwert von $M = 3,7$ und eine Standardabweichung von $SD= 3,9$ bei einer maximal möglichen Ausprägung von 55. Das Minimum der Stichprobe beträgt 1 und das Maximum 21.

5.3.3 Sorgen aufgrund von COVID-19

Die Variable *Sorgen aufgrund von Covid-19* weist einen Mittelwert von $M= 32,9$ bei einer Standardabweichung $SD= 7,0$ und einem möglichen Maximum von 55 auf. Ein mittlerer Wert stellt eine neutrale Ausprägung dar. In der Stichprobe kommen Werte zwischen 14 als Minimum und 55 als Maximum vor.

5.3.4 Eigene Stressoren

Der *Eigene Stressoren* zeigt einen Mittelwert von $M= 3,3$ bei einer Standardabweichung von $SD= 1,7$. Der maximal zu erreichende Wert ist 8. Für die Stichprobe ist das Minimum 0 und das Maximum 8.

5.3.5 Paar-interne Stressoren

Die Variable *Paar-interne Stressoren* zeigt einen Mittelwert $M= 24$ und eine Standardabweichung von $SD= 6,5$. Die maximal erreichbare Punktzahl beträgt 45. Ein niedriger bis mittlerer Wert stellt wenige paar-interne Stressoren dar. Die Ausprägungen in der Stichprobe reichen von 10 im Minimum bis 45 im Maximum.

5.3.6 Dyadisches Coping

Für die Variable *Dyadisches Coping* ergibt sich ein Mittelwert von $M=19,8$ bei einer Standardabweichung von $SD= 2,6$. Die maximal mögliche Ausprägung beträgt 25. Ein höherer Wert stellt eine höhere Ausprägung des Konstrukts *Dyadisches Coping* dar. In der Stichprobe beträgt das Minimum 10 und das Maximum 25.

5.3.7 Posttraumatisches Wachstum

Bei dem *Posttraumatischen Wachstum* zeigt sich ein Mittelwert von $M= 19,8$ bei einer Standardabweichung von $SD= 4,9$. Die maximal mögliche Punktzahl beträgt 30. Innerhalb der Stichprobe beträgt das Minimum 6 und das Maximum 30.

5.3.8 Resilienz

Bei der Variable *Resilienz* beträgt der Mittelwert $M= 19,9$ bei einer Standardabweichung von $SD= 2,6$. Die maximal mögliche Punktzahl beträgt 25. Die Ausprägungen in der Stichprobe reichen von 12 im Minimum bis 25 im Maximum.

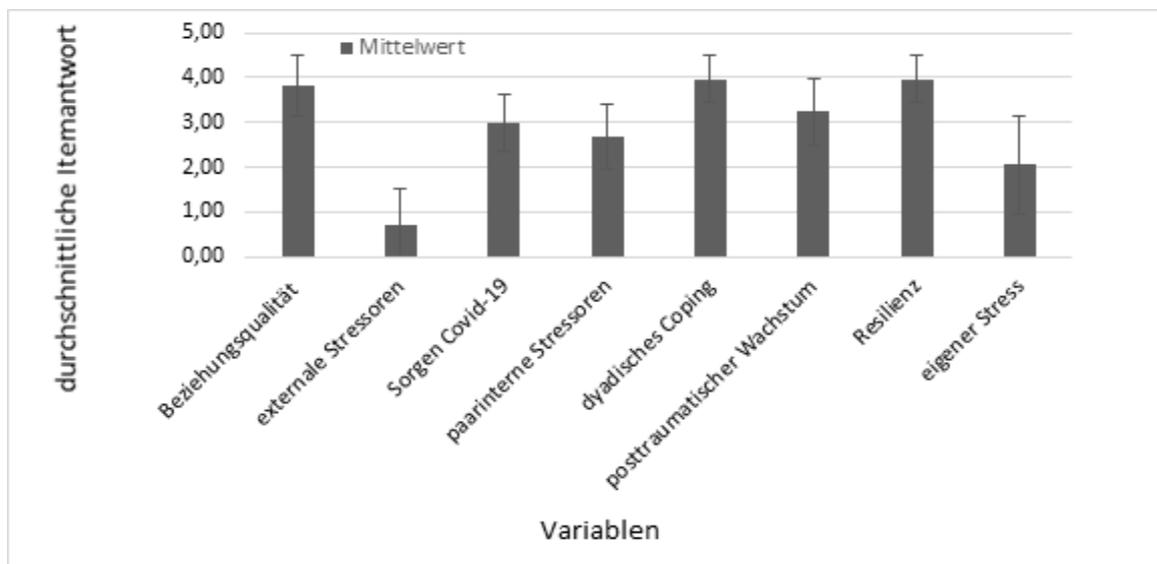


Abbildung 1. Balkendiagramm zu der durchschnittlichen Item-Antwort für die Variablen

5.4 Rücklaufstatistik

(Arkhurst)

Insgesamt wurde der Link zum Fragebogen 879 mal aufgerufen. Davon haben 497 Personen begonnen den Fragebogen auszufüllen. Es haben 377 Personen (42,89 %) den Fragebogen bis zur letzten Seite bearbeitet und 40 Personen (4,55 %) sind durch die Filterfrage ausgeschieden. Den Fragebogen lediglich teilweise ausgefüllt haben 80 Personen (9,10 %) und wurden in der Auswertung daher nicht berücksichtigt. Aufgrund fehlender Daten im Fragebogen wurden 7 Personen (1,4%) ausgeschlossen Für die weitere Auswertung ergibt sich demnach eine Stichprobe von 370 Personen und eine gültige Beendigungsquote von 41,49 % bei 497 begonnenen Fragebögen.

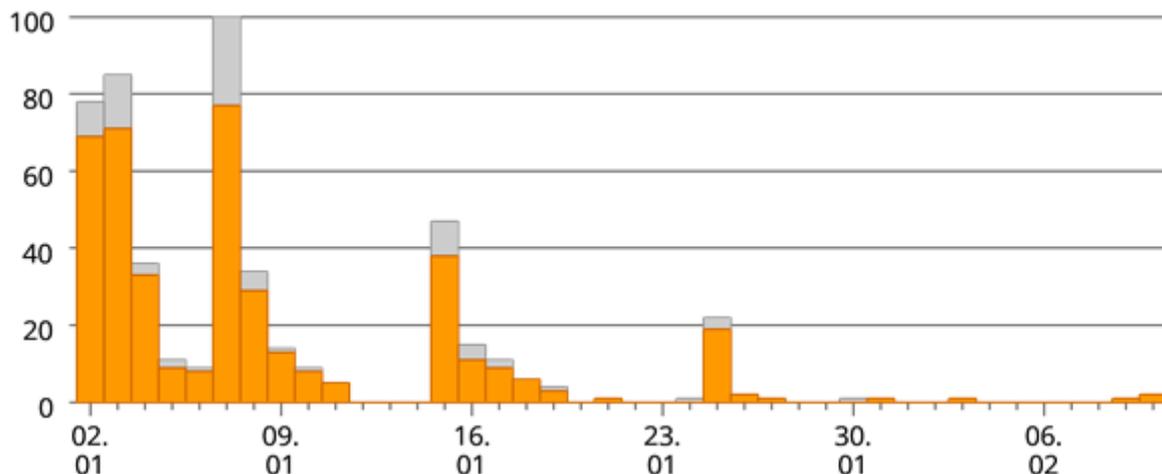


Abbildung 2. Rücklauf im Zeitverlauf

5.5 Stichprobe

(Arkhurst)

Bei der nachfolgend dargestellten Stichprobe handelt es sich um eine ad-hoc Stichprobe, die $N = 370$ Personen umfasst. Die Geschlechtsverteilung setzt sich zusammen aus 292 weiblichen Personen (78,9 %), 74 männlichen Personen (20 %), 2 Personen (0,6 %) anderen Geschlechts und 2 Personen (0,6 %) ohne Angabe zum Geschlecht bzw. mit fehlender Antwort (0,3 %). Das Durchschnittsalter beträgt 27,6 Jahre bei einer Altersvarianz von 18 bis 82 Jahren. Der überwiegende Teil der Stichprobe, 342 Personen (92,4 %), lebt in Österreich,

gefolgt von 20 Personen (5,4 %), die in Deutschland leben, einer Person aus der Schweiz (0,3 %) und 7 Personen, die nicht im DACH-Raum (D-A-C-H, 2020) leben oder keine Angabe zum Wohnort gemacht haben.

Der überwiegende Teil von 235 Personen (63,5%) der Teilnehmer*innen haben einen Hochschulabschluss. Darauf folgen 115 Personen (31,1 %) mit Matura oder einem gleichwertigen Abschluss, sechs Personen mit Fachoberschulabschluss (1,6 %), fünf Personen mit einer Mittlerer Reife (1,4 %) und neun Personen mit einem anderen oder ohne Schulabschluss.

Betreffend den Beschäftigtenstatus befinden sich viele Teilnehmer*innen (170 Personen (45,9%)) momentan hauptsächlich in einer universitären, respektive einer schulischen Ausbildung. Eine zweite Gruppe umfasst 159 Personen (43 %), die sich in einem aufrechten Angestelltenverhältnis befinden. Eine kleinere Gruppe von 11 Personen (3 %) setzt sich aus Freiberufler*innen oder Selbstständigen zusammen und 27 Personen (7,2 %) haben angegeben, dass sie entweder im Krankenstand, in Bildungskarenz oder derzeit arbeitslos sind bzw. haben einen sonstigen Grund angegeben zurzeit nicht zu arbeiten. Zwei Personen haben keine Angaben zur Beschäftigung gemacht.

Tabelle 1 *Bildungsstatus und Beschäftigungsstatus der Stichprobe*

Formale Bildung	Häufigkeit	Beschäftigung	Häufigkeit
	Prozent		Prozent
Schule beendet ohne Abschluss	1 0.3%	Erwerbstätigkeit als Angestellter	159 43%
Realschulabschluss	5 1.4%	Selbstständig/ Freiberufler*in	11 3%
Fachhochschulreife	6 1.6%	Arbeitslos	6 1.6%
Matura, Abitur, Hochschulreife	115 31%	Schüler*in, Student*in	170 45.9%
Hochschulabschluss	235 63.5%	Präsenz- /Zivildienstler*in	1 0.3%
Anderer Schulabschluss	8 2.2%	Krankenstand/Bildungskarenz/Sonstiges	21 5.6%
Fehlende Werte	0 0%	Fehlende Werte	2 0.6%
Gesamt	370		370

Auf die Frage zur Wohn- und Lebenssituation gaben 311 Personen (84,1 %) an in derselben Stadt zu leben, während 59 Personen (15,9%) in verschiedenen Städten leben und deshalb eine Fernbeziehung führen. Im selben Haushalt leben 235 Personen (63,5 %), von diesen teilten sich 198 Personen (53,5 %) eine gemeinsame Wohnung und 37 Personen (10 %) gaben an, gemeinsam in einer Wohngemeinschaft zu leben. Getrennt leben 135 Personen (36,5 %) der Gesamtstichprobe.

Tabelle 2 *Lebenssituation der Stichprobe*

Variable	Ja	Ja, teilweise	Nein
Home-Office	223	101	50
	60.3%	27.3%	13.5%
H-Office Partner*in	211	99	60
	57%	26.8%	16.2%
Wohnen in derselben Stadt	311		59
	84.1%		15.9%
	Getrennte Haushalte	Gemeinsamer Haushalt	gemeinsam in geteiltem Haushalt
Wohnsituation	135	198	37
	36.5%	53.5%	10%

Die meisten Befragten (138 Personen (37,3 %)) befinden sich seit über 5 Jahren in ihrer aktuellen Beziehung. An zweiter Stelle befinden sich 63 Personen (17%) die zwischen 3 und 5 Jahren in einer Beziehung mit der/dem aktuellen Partner*in sind. Jeweils 59 Personen (15,9 %) sind 2 bis 3 Jahre und 1 bis 2 Jahre zusammen. Die kleinste Gruppe mit 51 Personen (13,8 %) stellen die unter einem Jahr Lierten dar.

Tabelle 3 *Beziehungsdauer der Paare*

Variable	Häufigkeiten
Beziehungsdauer	Prozent
unter 1 Jahr	51 13.8 %
1 bis 2 Jahre	59 15.9%
2 bis 3 Jahre	59 15.9%
3 bis 5 Jahre	63 17%
Über 5 Jahre	138 37.3%

Der Kontakt zu ihrem/seiner Partner*in während der Pandemie pro Tag (inklusive Online-Kontakt) wurde von 145 Personen (39,2 %) mit vier oder mehr Stunden angegeben, von 115 (31,1 %) mit 2 bis 4 Stunden, von 79 Personen (21,4 %) mit 1 bis 2 Stunden und weitere 20 Personen (5,4 %) gaben an, sich eine halbe Stunde bis eine Stunde gesehen zu haben. 11 Personen (3 %) haben sich täglich bis zu einer halben Stunde gesehen.

Die Befragten waren zu 60,3 % vollständig im home-office. Knapp ein Viertel (27,3 %) befand sich teilweise im home-office und 13,5 % befanden sich zu keiner Zeit im home-office. Ein ähnliches Bild zeigt sich bei den Partner*innen der Befragten. Hier waren 57 % komplett und 26,8 % teilweise im home-office, während sich 16,2 % nicht im home-office befanden.

Die Zahlen der erlebten negativen Ereignisse, während der Covid-19-Pandemie in der Stichprobe wurden in der Tabelle 4 dargestellt. Die negativen erlebten Ereignisse wurden anhand von 5 Items abgefragt.

Tabelle 4 *Erlebte kritische Ereignisse während der Covid-19-Pandemie und das Ausmaß des Stresses*

Variable	Stressausmaß						
	Nicht erlebt	Erlebt	Sehr wenig	Wenig	Neutral	Stark	Sehr stark
Eigene Erkrankung Covid-19	337	33	4	6	8	11	4
Erkrankung Nahestehende*r Covid-19	247	123	10	23	34	41	15
Tod Angehörigen/Bekannten	299	71	8	5	18	23	17
Verlust Arbeitsplatz	325	45	9	10	7	15	4
Anderes sehr negatives Erlebnis	249	121	6	7	11	64	33

5.6 Reliabilitätsanalyse

(Arkhurst)

Die interne Konsistenz der Items der Subskalen wurde mittels des Reliabilitäts-Maßes Cronbach's α geprüft. Es handelt sich um ein stichproben-abhängiges Gütemaß und beschreibt die Zuverlässigkeit und Messgenauigkeit einer Skala (Rost, 2004). Werte über .6 gelten als akzeptable Werte. Höhere Werte an Reliabilität von bis zu .9 sind jedoch anzustreben. Wenn ein zumindest akzeptabler Wert erreicht ist, kann anhand der Verrechnungsvorschrift der Skalen-Index gebildet werden, mit dem empirische Verhaltens-Relationen durch den sich ergebenden Testwert adäquat abgebildet werden (Moosbrugger & Kelava, 2012).

5.6.1 Beziehungszufriedenheit

Von den vier Items zur Beziehungszufriedenheit können aufgrund der Kodierung lediglich drei in die Reliabilitätsanalyse einfließen. Nach dem Weglassen des Items „Haben Sie oder Ihr/Ihre Partner*In ein besonders positives Ereignis während der Covid-19-Pandemie erlebt (Hochzeit, Beförderung...)?“ weisen die drei restlichen Items ein Cronbach's α von $\alpha = .6$ auf. Damit erreichen diese eine ausreichende interne Konsistenz zur Bildung eines ungewichteten additiven Indexes.

5.6.2 Eigene Stressoren

Die eigenen Stressoren wurden anhand von 8 Items im binären Antwortformat abgefragt. Aufgrund dieses Antwortformats wurden keine Reliabilitäten berechnet.

5.6.3 Sorgen aufgrund von Covid-19

Die Sorgen aufgrund von Covid-19 wurden mittels elf Items abgefragt. Die Reliabilitätsanalyse ergibt ein Cronbach's $\alpha = .76$ und damit eine ausreichende interne Konsistenz zur Bildung eines ungewichteten additiven Indexes.

5.6.4 Aktuelles Befinden

Das aktuelle Befinden wurde mit acht Items gemessen. In der Analyse ergibt sich ein Cronbach's $\alpha = .46$. Der Wert lässt sich durch eine Extraktion des Items „Haben Sie in den letzten Wochen das Gefühl gehabt, für etwas nützlich zu sein?“ auf ein Cronbach's α von $.61$ erhöhen. Bei dem Antwortformat handelt es sich jedoch um keine Stufenskala. Die Proband*innen hatten lediglich die Möglichkeit, sich für oder gegen ein Item zu entscheiden. Auch handelt es sich bei dieser Skala um eine komplette Übernahme des FPQ. Dieser ist vielfach erforscht und kann deshalb auch im Rahmen dieser Arbeit verwendet werden.

5.6.5 Paar-interne Stressoren

Die paar-internen Stressoren werden mittels neun Items abgefragt und ergeben in der Reliabilitätsanalyse ein Cronbach's α von $.78$ und somit eine akzeptable, interne Konsistenz zur Bildung eines ungewichteten, additiven Indexes.

5.6.6 Dyadisches Coping

Das Dyadische Coping wird mit fünf Items gemessen, deren Reliabilitätsanalyse Cronbach $\alpha = .589$ ergibt. Durch das Entfernen des Items „Wenn ich mich gestresst fühle, bitte

ich meinen/meine Partner*In, gewisse Aufgaben und Tätigkeiten zu übernehmen“ wird ein Cronbach's $\alpha = .61$ erreicht. Da die Subskala aus den verschiedenen Subskalen des DCI zusammengesetzt ist, lässt sich vermuten, dass die verschiedenen Einflüsse zwischen den Personen stark schwanken und deshalb lediglich eine schwache Reliabilität erreicht wird.

5.6.7 Posttraumatisches Wachstum

Das Posttraumatische Wachstum wird anhand von sechs Items gemessen und weist ein Cronbach's α von .8 auf. Der Wert verweist auf eine hohe interne Konsistenz zur Bildung eines ungewichteten additiven Indexes.

5.6.8 Resilienz

Für die Messung der Resilienz wurden fünf Items verwendet, die in der Analyse ein Cronbach's $\alpha = .62$ aufweisen. Der Wert ergibt eine interne Konsistenz, bei der die Möglichkeit der Bildung eines ungewichteten additiven Indexes fragwürdig ist.

5.7 Statistische Analysen

Die statistische Analyse wurde mithilfe der Statistiksoftware *IBM SPSS Statistics 26* berechnet. Die im folgenden Teil beschriebene Mediationsanalyse wurde mit dem PROCESS-Tool für SPSS durchgeführt (Hayes, 2018).

5.7.1 Verbesserung oder Verschlechterung der Beziehungsqualität

Um die erste Fragestellung bezüglich der Veränderung der Beziehungsqualität aufgrund von Covid-19 zu beantworten, wurde anhand der Häufigkeitstabelle des jeweiligen Items ermittelt, bei wie vielen Paaren, sich die Beziehungsqualität verbessert, bzw. verschlechtert hat. In der Stichprobe ($N = 370$) gaben 161 (43,5%) Personen an, dass sich ihre Partnerschaftsqualität während der Covid-19 Bedingungen *verbessert* hat. Im Gegensatz dazu, hat sich die Beziehungsqualität bei 48 (13%) Personen *verschlechtert*. Bei 161 (43,5%) Personen konnte die Beziehungsqualität während der neuen Lebensbedingungen als *gleichbleibend* beschrieben werden.

5.7.2 Stress und Beziehungsqualität

Um einen Mittelwerts-Vergleich des erlebten Stresses, zwischen Paaren, bei denen sich die Beziehungsqualität verschlechtert hat und jenen, bei denen sich die Beziehungsqualität verbessert hat, durchzuführen, wurden diese in Gruppen unterteilt. Für den Vergleich wurden zwei Gruppen definiert (Beziehungsqualität verbessert, Beziehungsqualität verschlechtert),

und die Gruppe jener Personen, bei denen die Beziehungsqualität gleichgeblieben ist, wurde nicht in die Analyse miteingeschlossen. Da die Voraussetzung der Normalverteilung in den Gruppen nicht erfüllt war, wurde ein nicht-parametrisches Verfahren, der Mann-Whitney-U-Test angewandt (Shapiro-Wilk $p < .05$). Das Ausmaß des Stresses, in Abhängigkeit von den beiden Gruppen, in Bezug auf die Arten der Beziehungsqualität, unterschied sich mit $U(n=208) = 72318$ ($z = -12,35$), $p < .001$, $r = 0.35$ signifikant. Es konnte ein mittlerer Effekt für den Unterschied ermittelt werden (Cohen, 1988).

5.7.3 Zusammenhang zwischen erlebtem Stress und Beziehungsqualität

Am Anfang der Analyse wurden die Voraussetzungen für lineare Regressionen überprüft. Im ersten Schritt wurde eine Bonferroni-Korrektur gerechnet, um eine Alpha-Fehler-Kumulierung zu vermeiden. Das gewählte Alpha von .05 wird durch die Anzahl der Hypothesen, in diesem Fall fünf, geteilt. Dadurch wird das Alpha-Niveau angepasst und es ergibt sich ein neues Alpha von .01. Anhand der Daten wurden die Voraussetzungen für die lineare Regression geprüft. Da die Toleranz für alle Variablen über 0.6 lag und die Varianzinflationsfaktoren nur bis zu 1.7 gehen, kann in den Variablen eine Multikollinearität ausgeschlossen werden. Die Residuen können nicht als normalverteilt angenommen werden (Shapiro-Wilk $< .05$). Da jedoch grafisch anhand eines P-P-Diagramms keine sehr große Abweichung zu finden war, und die Stichprobe aus 370 Personen bestand, kann man annehmen, dass die Verletzung der Voraussetzung keinen Einfluss auf die Ergebnisse hat. Laut dem zentralen Grenzwertsatz, kann, wenn keine zu große Abweichung von der Normalverteilung vorliegt, ab einer Stichprobe von $N = 100$ davon ausgegangen werden, dass die Regression zu einer korrekten Testung führt (Lumley et al., 2002). Da durch den White-Test keine Homoskedastizität angenommen werden konnte, musste Bootstrapping angewandt werden. Da Bootstrapping für eine multiple Imputation in SPSS nicht möglich ist, musste die Version des Datensatz vor der multiplen Imputation angewandt werden. Für die vier fehlenden Werte in der Skala der Beziehungsqualität, den sieben Werten in der Skala externale Stressoren, den zwei Werten in den Sorgen aufgrund von Covid-19 und den drei fehlenden Werten der paarinternen Stressoren, wurde stattdessen eine ipsative Mittelwertbildung angewandt. Die Ergebnisse der gerechneten linearen Regressionen sind in Tabelle 5 zu finden.

Tabelle 5 Regressionskoeffizienten der linearen Regressionen von Stress und Beziehungsqualität

Prädiktor	B^a	$SE(B)^a$	β	p
Gesamter Stress	-.05 [-.06, -.03]	.01	-.33	p=.001
Internaler (Paarinterner, eigener Stress)	-.12 [-.14, -.09]	.01	-.44	p= .001
Paarinterner Stress	-.16 [-.18, -.13]	.01	-.50	p=.001
Externer Stress (Externaler, Sorgen Covid)	-.03 [-0.6, -.01]	.01	-.12	p=0.2

Anmerkungen. B = unstandardisierter Regressionsparameter, $SE(B)$ = Standardfehler des Regressionsparameters, β = standardisierter Regressionsparameter, p =Signifikanzwert

^a Konfidenzintervalle und Standardfehler per BCa- Bootstrapping mit 1,000 BCa-Stichproben.

Insgesamt wurden vier lineare Regressionen gerechnet. Die erste lineare Regression untersucht den Zusammenhang zwischen der Beziehungsqualität und dem gesamten erhobenen Stress. Dafür wurden folgende Subskalen summiert, der externe Stress, die Sorgen aufgrund von Covid-19, die eigenen Stressoren und die paar-internen Stressoren. Die Regression konnte als signifikant angenommen werden und es wurde ein sehr kleiner, negativer Effekt gefunden.

Anschließend wurden Regressionen mit der Beziehungsqualität mit jeweils den verschiedenen Arten von Stress (dem externen Stress durch die Pandemie, dem internen Stress des Paares, bestehend aus dem eigenen Stress der Person und dem paar-internen Stress und als letzte Regression der Zusammenhang von der Beziehungsqualität mit nur den paar-internen Stressoren) gerechnet. Der stärkste negative Zusammenhang konnte zwischen dem paar-internen Stress und der Beziehungsqualität, mit einem B von -.16 gefunden werden. Es kann also 16% der Beziehungsqualität durch den paar-internen Stress erklärt werden. Wenn der eigene Stress zum paar-internen Stress summiert wird und es somit den internalen Stress repräsentiert, ist der negative Einfluss auf die Beziehungsqualität kleiner ($B = -.12$). Am

wenigsten stark ist der negative Zusammenhang zwischen dem externen Stress und der Beziehungsqualität. Hierbei konnte nur 3 % der Beziehungsqualität durch den externen Stress erklärt werden.

5.7.4 Positives dyadisches Coping, erlebter Stress und Beziehungsqualität

Da für die Anwendung der Moderation und Mediation PROCESS von Hayes (2018), welches die Methode der kleinsten Quadrate anwendet, verwendet wurde, und hierbei zusätzlich Bootstrapping angewendet wird, ist es ein robustes Verfahren, bei dem die Voraussetzungen wenig ausschlaggebend sind. Bootstrapping mit 5000 Iterationen und heteroskedastizitäts-konsistente Standardfehler (HC3) (Davidson & MacKinnon, 1993) wurde angewandt, um die Konfidenzintervalle zu ermitteln.

Um den moderierenden Einfluss von dyadischem Coping zwischen erlebtem Stress und der Beziehungsqualität zu ermitteln, wurde eine Moderationsanalyse gerechnet. Die Ergebnisse zeigen, dass das Ausmaß des positiven dyadischen Copings den Effekt zwischen dem erlebten Stress und der Beziehungsqualität signifikant moderiert, $\Delta R^2 = 19.4\%$, $F(3, 2216) = 174.54$, $p < .001$, 95%. 19,4 Prozent der Beziehungsqualität können durch das vorliegende Modell erklärt werden. Das Gesamtmodell war signifikant und das ermittelte R^2 entspricht einer hohen Varianzerklärung nach Cohen (1998). Anhand der Tabelle 5 und der Abbildung 3, kann man darauf schließen, dass der Einfluss des Stress auf die Beziehungsqualität also größer ist, wenn ein niedrigeres dyadisches Coping vorliegt. Daher kann man schlussfolgern, dass ein niedrigeres Coping zu einer niedrigeren Beziehungsqualität bei gleichbleibendem Stress führt.

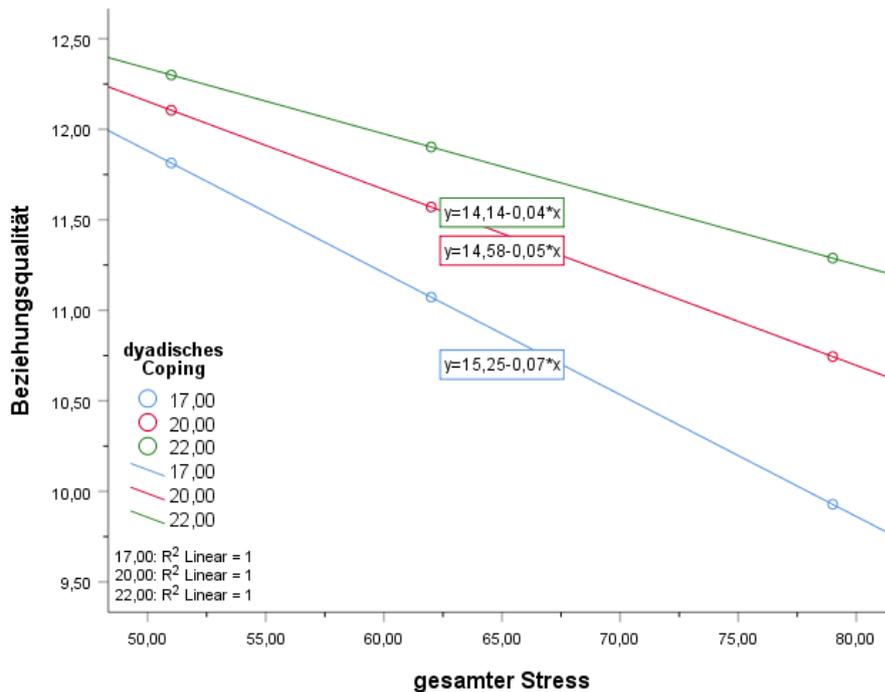


Abbildung 3. Zusammenhang von Stress und Beziehungsqualität, in Abhängigkeit von niedrigem, mittlerem und hohem dyadischem Coping
blaue Linie: Zusammenhang zwischen Stress und Beziehungsqualität bei einem niedrigen dyadischem Coping (17 Punkte), *rote Linie:* Zusammenhang zwischen Stress und Beziehungsqualität bei einem mittlerem dyadischem Coping (20 Punkte), *grüne Linie:* Zusammenhang zwischen Stress und Beziehungsqualität bei einem hohem dyadischem Coping (22 Punkte)

5.7.5 Paar-interner Stress, externaler Stress durch Covid-19 und Beziehungsqualität

Um zu überprüfen, ob die Beziehung zwischen dem externalen Stress und der Beziehungsqualität durch den paarinternen Stress mediiert wird, wurde eine Mediationsanalyse gerechnet. Dafür wurde PROCESS von Hayes (2018) verwendet, welches unstandardisierte Pfadkoeffizienten der totalen, direkten und indirekten Effekte ermittelt. Es wurde Bootstrapping mit 5000 Iterationen, sowie heteroskedastizitäts-konsistenten Standardfehlern (David & MacKinnon, 1993), für die Berechnung der Konfidenzintervalle und Interferenzstatistik, angewandt. Daher wurden die Konfidenzintervalle überprüft, ob diese Null enthalten, und wenn dies nicht der Fall war, als signifikant angenommen. Der direkte Effekt (c') ohne Berücksichtigung des Mediators ergab $r = .012$, $p < .001$. Den indirekten Effekt ($a*b$) kann man mit $r = -.04$ $p < .001$ als einen signifikanten, aber sehr kleinen negativen Effekt bezeichnen. Der totale Effekt (c), der sich aus dem direkten (c') und indirekten Effekt ($a*b$) ergibt, zeigt mit $-.029$, $p > .001$, 95%-KI $[-.038; -.019]$ einen kleinen negativen Zusammenhang

von externalem Stress mit der Beziehungsqualität (ohne den Mediator des paarinternen Stress) auf. Es kann daher angenommen werden, dass der Zusammenhang zwischen dem externalen Stress und der Beziehungsqualität partiell durch den paarinternen Stress mediiert wird.

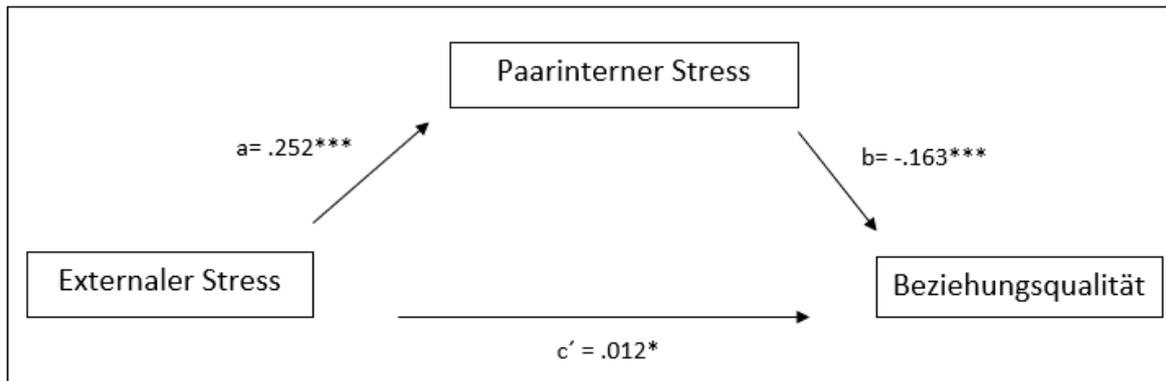


Abbildung 4. Ergebnisse der Mediationsanalyse (nach Andrew F. Hayes, Modell 4) mit standardisierten Koeffizienten; hier standardisierten Koeffizienten; hier stellen alle Pfeile signifikante ($***p < .001$, $**p < .01$, $*p < .05$) Effekte dar ($n = 370$)

6. Diskussion

6.1 Interpretation der Ergebnisse

(Akrhurst & Lehner)

Die Covid-19-Pandemie hat sich in dieser Arbeit, anders als medial dargestellt, nicht für alle Personengruppen negativ ausgewirkt. So gaben lediglich 13 % der Befragten an, dass sich ihre Beziehung durch die Covid-19-Pandemie verschlechtert habe. Der weitaus größere Anteil der Befragten hat von kaum einer Veränderung berichtet (43,5%) oder eine leichte (30,8%) bis starke Verbesserung (12,2%) ihrer Beziehung angegeben. Diese Ergebnisse decken sich auch mit anderen Studien, die die Auswirkung der Covid-19-Pandemie auf Beziehungen untersuchten (Donato et al., 2021; Günther-Bel et al., 2020; Panzeri et al., 2020; Williamson, 2020). Zur Erklärung, warum die Beziehungsqualität der meisten Paare durch die Covid-19-Pandemie nicht beeinflusst wurde oder sogar gestiegen ist, finden sich in der Literatur ähnliche Ergebnisse nach anderen potenziell traumatischen kollektiven Erfahrungen, wie Erdbeben oder Terroranschlägen.

Auch die Optionsreduzierung durch den Lockdown lässt sich als möglichen Grund für die hohe Beziehungsqualität trotz der Covid-19 Bedingungen anführen. So reduziert der Lockdown die Opportunitätskosten, die wir durch eine Partnerwahl haben. Dies lässt uns weniger an unserer Beziehung zweifeln, da es im Moment und ganz profan keine (zumindest sehr reduziert) Gelegenheiten gibt, andere Menschen kennenzulernen. Der Logik folgend schreibt Wetz (2013, S.58), dass „Treue ungeschönt betrachtet nichts weiter als ein Mangel an Gelegenheiten“ sei. Etwas weniger drastisch formuliert es Rothmüller in einem Interview (Rothmüller & Zoidl, 2020). Aus den Ergebnissen ihrer Studie zu Beziehungen während des ersten Lockdowns im März 2020 leitet sie ab: „Ganz viele Menschen haben sich nur auf eine Person konzentriert, man sieht also eine starke Monogamisierung von intimen Beziehungen im Lockdown, wie ich das nenne“ (S. 1) und „Der erste Lockdown war auch eine Art Moratoriumszeit, in der man über seine Prioritätensetzung nachgedacht hat. Viele haben dabei ihre Lebensweise und ihre Beziehungen reflektiert. Andere haben sich bestärkt darin gefühlt, dass sie genau das Leben führen, das sie möchten“ (Rothmüller & Zoidl, 2020, S. 1). Es lässt sich also durchaus eine Verengung der Möglichkeiten in der Partnerwahl ausmachen, die sich passiv oder aktiv, in beiden Fällen jedoch positiv auf die Beziehungsqualität auswirkt.

Der Zusammenhang zwischen der Pandemie und der Beziehungsqualität sollte auch in Hinblick auf den zeitlichen Verlauf beleuchtet werden. Während im ersten Lockdown der Pandemie Mitte Mai noch von einer „außergewöhnlichen Zeit des Zusammenhalts der Bevölkerung“ gesprochen wurde, ist es wahrscheinlich, dass im zweiten Lockdown schon eine Art „Pandemie-Müdigkeit“ bemerkbar wurde (Rothmüller, 2021). Weiters hat sich die finanzielle Lage der Bevölkerung durch zahlreiche Arbeitsplatzverluste immer weiter verschlechtert. Auch unterschiedliche Ansichten der Partner*innen über die Maßnahmen der Regierung, die sich im zeitlichen Verlauf immer weiter herauskristallisierten, könnte eine Last für die Paarbeziehung darstellen. Anders als angenommen hat jedoch die lange, gemeinsam verbrachte Zeit im Wohnbereich häufig nicht beeinträchtigend auf die Beziehung gewirkt. Rothmüller (2021) fand bei ihrer Folgerhebung im zweiten Lockdown heraus, dass nur 13% der Stichprobe angaben, dass im Haushalt zu viel Nähe besteht. 14% erlebten die Stimmung im Haushalt als schlecht und berichteten von häufigen Konflikten. Zusätzlich kann man aufgrund der „privilegierten“ Stichprobe mit einem vermehrt hohen sozio-ökonomischen Status argumentieren, dass in der vorliegenden Erhebung vermutlich unterdurchschnittlich weniger Paare auf beengten Wohnverhältnissen zusammenlebten.

Die Tatsache, dass die Erhebung dieser Arbeit im Jänner 2021 stattgefunden hat, die Pandemie jedoch schon im März 2020 ihren Anfang nahm, kann auch dafür sprechen, dass sich Paare, die sehr unzufrieden mit ihrer Beziehung waren, möglicherweise schon vor dieser Erhebung getrennt hatten. Eine Voraussetzung, um an der Studie teilnehmen zu dürfen war es, zu dem Zeitpunkt in einer Beziehung zu leben. Somit wären Personen, die vor dem Anfang der Erhebung eine Trennung erlebt haben, herausgefallen und es wären eher Paare übrig geblieben, die glücklich in ihrer Beziehung sind.

Da die deutschsprachige Gesellschaft als eine individualistische bezeichnet werden kann (Band & Müller, 2001), wird ein anderer Weg des Copings im Gegensatz zu kollektiv organisierten Gesellschaften vermutet. Laut Bodenmanns (2008) Stress-Coping-Kaskadenmodell wird in individualistischen Gesellschaften Stress als erstes mit dem individuellen Coping begegnet. Im Einklang damit wurde auch erhoben, dass in Deutschland 97% der Personen alltägliche Unannehmlichkeiten, so genannte „daily hassles“, sowie 73% Prozent den emotionell-belastenden Stress als erstes individuell zu verarbeiten versuchen (Bodenmann, 2000). Daher könnte angenommen werden, dass Paare in individualistischen Gesellschaften als erste Reaktion auf den Stress im Alltag versuchen, diesen selbst zu bewältigen und somit weniger Stress mit in die dyadische Beziehung genommen wird. Da die Pandemie auch alltäglichen Stress auslöst, kann angenommen werden, dass hierbei das individuelle Coping vor dem dyadischen Coping zum Einsatz kommt.

Die Art der Partnerschaft hat sich in den letzten Jahrzehnten in Österreich gewandelt. Nicht-eheliche Beziehungen sind stärker verbreitet, Partner*innen wohnen häufiger in getrennten Haushalten und die Ansprüche an Partnerschaften sind stärker auf Symmetrie in der Beziehung fokussiert (Beham-Rabanser, Berghammer & Zartler, 2018). Zusätzlich zu der flexibleren Gestaltung von Beziehungen wird vermutet, dass in den letzten Jahrzehnten einige Faktoren, wie die Gleichstellung der Partner*innen bei Hausarbeit und Entscheidungen, zu einem Anstieg der Beziehungsqualität geführt haben (Grau et al., 2010, Meuwly et al., 2011). In diesem Zusammenhang könnte angenommen werden, dass sich die flexibleren Strukturen in der Beziehung auch auf die Flexibilität der Paare in Bezug auf die Anpassung an eine neuartige Situation ausgewirkt haben. Zusätzlich kann davon ausgegangen werden, dass durch die Kriterien eines WEIRD (white oder western, educated, industrialized, rich, and democratic) -Samples eine besondere Beachtung der Gleichstellung im Haushalt und bei Entscheidungen in der Stichprobe gelebt wird. Dies würde wiederum zu einer gesteigerten Beziehungsqualität beitragen. Für dieses Argument spricht, dass die Beziehungszufriedenheit im Sample stark

ausgeprägt ist. 48,4% der Stichprobe gaben an, sehr glücklich in ihrer Beziehung zu sein, und 33,2 % beschrieben sich als glücklich in der Beziehung. Demnach lässt sich die vorliegende Stichprobe als solche mit einer insgesamt hohen Beziehungsqualität beschreiben.

Zusätzlich hat das Alter der Stichprobe einen Einfluss auf das Erleben der Covid-19 Bedingungen. Da es sich um eine junge Stichprobe im Alter von durchschnittlich 27,6 Jahren handelt, kann vermutet werden, dass eine hohe kognitive Flexibilität besteht und wenige Verantwortlichkeiten (wie Kredite, einer Selbstständigkeit, Kinder), sowie Belastungsfaktoren wie das Risiko, auf einen schweren Verlauf der Covid-Erkrankung, erhöhende Vorerkrankungen oder Pflegebedürftigkeit vorliegen. Das Fehlen dieser und ähnlicher Einflüsse könnte zu einer geringeren Stressbelastung geführt haben, die sich folglich auch weniger auf die Beziehung niederschlägt.

Die Herausforderungen, die dem jungen bis mittleren Erwachsenenalter zugeordnet werden, sollten zusätzlich in die Interpretation miteinbezogen werden. Dieser Altersabschnitt ist typischerweise geprägt von einer Reihe beruflicher oder familiärer Veränderungen wie dem Nachgehen der ersten beruflichen Tätigkeit, dem Wechsel zwischen Arbeitsstellen oder Beschäftigungsverhältnissen (Wiese & Arling, 2015). Auch im Sozial- und Familienleben der Personen gibt es oftmals Veränderungen. So kommt es in dieser Zeit häufig zum Verlassen der Studienstadt, Zusammenziehen mit der/dem Partner*in, zu Verlobungen oder Heirat. Solche Ereignisse können zwar ebenfalls stressreich sein, aber auch positiven Stress, so genannten „Eustress“, auslösen (Colman, 2015).

Dies findet sich im Sample wieder, wo 67,7% der Personen angegeben haben, mindestens ein besonders positives Ereignis in der Zeit seit dem Anfang der Pandemie erlebt zu haben. Hierbei wurde sehr oft der Studienabschluss, ein neuer Job oder das Zusammenziehen mit dem/der Partner*in berichtet. Auch Verlobungen, Schwangerschaften, Umzüge und auch der Beginn der Beziehung wurden als positive Ereignisse genannt. Diese könnten in der Stichprobe auch als eine Art „Puffer“ gegen den Distress der Pandemie gewirkt haben. Der Zusammenhalt in der Partnerschaft könnte besonders durch die gemeinsam erlebten, positiven Ereignisse gestärkt worden sein. Auch die gewonnene Zeit für gemeinsame Aktivitäten wurde als positives Ereignis angeführt. So berichteten Proband*innen von neuen, gemeinsamen Projekten, wie dem gemeinsamen Möbelbauen, gemeinsamen Ausflügen oder von gemeinsamen Mittagessen, als einem besonders positiven Ereignis. Bereits in vorausgehenden Studien konnte für das gemeinsame Erleben von neuen und aufregenden

Aktivitäten ein Einfluss auf die empfundene Beziehungsqualität erhoben werden (Aron et al., 2000). Hinsichtlich der berichteten positiven Ereignisse, insbesondere dem Beginn einer neuen Erwerbstätigkeit, sollte beachtet werden, dass diese wahrscheinlich nicht auf die Gesamtbevölkerung verallgemeinerbar sind. Trotzdem kann ein Effekt der positiven Ereignisse auf die Ergebnisse der Studie angenommen werden.

Die Studie von Berghammer und Beham-Rabanser (2020) anhand einer österreichischen Stichprobe kam zu dem Ergebnis, dass bei jungen Paaren ein größerer Anteil von einer Verbesserung der Beziehungsqualität während den Covid-19- Bedingungen berichtete. Insgesamt konnte für jüngere Paare die gerechte Verteilung von Haushalts- und Kinderbetreuungsaufgaben eine große Herausforderung während der Covid-19-Pandemie darstellen. Bei jungen Paaren mit Kindern, sowie auch bei kinderlosen Paaren hat sich die Beziehungsqualität in etwa gleich oft verbessert, jedoch gaben erstere häufiger eine Verschlechterung als kinderlose Paare an (Berghammer & Beham-Rabanser, 2020).

Der Einfluss von unterschiedlichen Stressquellen wurde in der vorliegenden Arbeit untersucht. Der erhobene signifikante Unterschied im erlebten Stress zwischen Paaren, die eine Verbesserung, und jenen, die eine Verschlechterung seit Ausbruch der Pandemie berichteten, wurde auch in der Literatur beschrieben (Pietromonaco & Overall, 2020) und findet im Erklärungsmodell von Karney & Bradbury (1995) eine Entsprechung. Keine große Überraschung stellte das Ergebnis dar, dass Paare umso mehr durch Covid-19 beeinflusst wurden, je mehr Veränderungen und Belastungen sie erlebten. Man könnte hierbei davon ausgehen, dass sich durch Covid-19 die vorher bestehende Beziehungsqualität noch verstärkt hat. Dies könnte besonders durch den Anstieg der gemeinsam verbrachten Zeit im gemeinsamen Haushalt beeinflusst worden sein. Viel gemeinsame Zeit kann die sogenannten "daily hassles", also Alltags-Unannehmlichkeiten in der Beziehung, verstärken und somit zu einem höheren Stresserleben in der Beziehung führen. Dies bildet sich auch im Studienergebnis ab, dass in der Covid-19-Pandemie, ebenso wie davor, die Hausarbeit ein kritisches Thema für allfälligen Streit in der Beziehung darstellt (Berghammer & Beham-Rabanser, 2020; Rothmüller, 2020). In Bezug auf das Ergebnis, dass der externe Stress durch Covid-19 nur wenig auf die Beziehungsqualität einwirkt, während der interne Stress ein ausschlaggebendes Kriterium für den Einfluss auf die Beziehungsqualität darstellt, kann der Unterschied des Einflusses der Stressarten auch in anderen Artikeln gefunden werden (Bodenmann et al., 2007). In der Studie dieser Arbeit wurde jedoch nur der externe Stress durch die Covid-19-Pandemie erhoben und nicht alle Arten externer Stressoren, die auf eine Beziehung einwirken können.

In der Literatur wurde mehrfach erwähnt, dass sich Mikrostress stärker auf die Zufriedenheit in der Ehe auswirkt als Makro-Events (Bodenmann et al. 2007; Karney et al., 2005). Von den Proband*innen gaben 123 Personen (33,2%) an, eine Covid-19-Erkrankung einer emotional nahestehenden Person erlebt zu haben; weiters berichteten 71 (19,2%) den Tod eines/einer Angehörigen oder Bekannten und 121 (32,7) Personen ein anderes sehr negatives Ereignis. Die Tatsache, dass ein großer Teil der Stichprobe angab, glücklich in ihrer/seiner Beziehung zu sein, spricht für die theoretische Annahme, dass Makro-Events wenig Einfluss auf die Beziehungsqualität haben. Die geringen angegebene Depressionswerte, sprechen für eine insgesamt glückliche und resiliente Stichprobe. Dies weist auf ein hohes individuelles, sowie auf ein ausgeprägtes dyadisches Coping hin.

Eine funktionierende gemeinsame Stressbewältigung in der Beziehung zeigt sich in der Stichprobe durch den moderierenden Effekt des dyadischen Copings für den Einfluss des Stresses auf die Beziehungsqualität. Dass das Ausmaß des in einer Beziehung gelebten dyadischen Copings stark beeinflusst, wie sehr Stress auf die Beziehung einwirkt, entspricht der Theorie des dyadischen Copings nach Bodenmann (2008). Das stark ausgeprägte dyadische Coping in der Stichprobe, sowie die hohen Resilienzwerte der Proband*innen könnten darauf hinweisen, dass die negativen Ereignisse nur schwach das psychische Wohlbefinden, sowie die Beziehungsqualität beeinträchtigt haben.

Das Ausmaß an externalen Stressoren, also der Stress, der durch negative Lebensereignisse entsteht, ist im Mittelwertsvergleich sehr niedrig ausgefallen. Der Grund dafür könnte darin liegen, dass Personen, die keines der abgefragten negativen Ereignisse zu verzeichnen hatten, in die Kategorie „kein Stress“ miteingerechnet wurden. Neben den Paaren, bei denen eine oder beide Partner*innen mit den abgefragten kritischen Ereignissen oder einem anderen sehr negativen Ereignis konfrontiert waren, gibt es einige Paare, welche hauptsächlich Mikro-Stress bzw. daily hassles in dieser Zeit erlebten.

In der Literatur lässt sich finden (Bodenmann, 2000), dass der Makro-Stress einer/eines Partner*in zu Mikro-Stress in der Beziehung führt. Daher könnte man schlussfolgern, dass der Einfluss aller Arten von Stressoren durch dyadisches Coping stark reguliert wird. Um das Zusammenspiel von externalem Stress (Stress durch negative Ereignisse, Sorgen aufgrund von Covid-19) und internalem Stress in Bezug auf die Beziehungsqualität zu untersuchen, wurde eine Mediationsanalyse gerechnet. Diese Analyse untersuchte, ob der vorhandene paar-interne Stress den Zusammenhang zwischen dem externalen Stress und der Beziehungsqualität

mediieren würde. Es wurde hierfür lediglich eine partielle Korrelation gefunden und der totale Effekt erwies sich als relativ klein. Spannend am vorliegenden Ergebnis ist, dass der direkte Effekt von externalem Stress auf die Beziehungsqualität einen sehr kleinen, aber positiven Effekt darstellt. Schlussfolgern könnte man bei diesen Ergebnissen, dass externaler Stress, wenn dieser nicht zu paar-internem Stress wird, zu einem erhöhten Zusammenhalt in der Beziehung führt. Es könnte angenommen werden, dass Paare, wenn ein negatives "life-event" im Leben des/der einen Partner*in auftritt, dieser/diese mehr Aufmerksamkeit durch den /die andere Partner*in erhält und sich somit die Beziehungsqualität leicht verbessert.

Wie schon erwähnt, handelt es sich bei dieser Studie um ein privilegiertes Sample mit einem sehr hohen Bildungsabschluss. Dadurch, dass im Gegensatz zur Durchschnittsbevölkerung weniger Personen ihre Arbeitsstelle verloren haben und dies auch tendenziell wenig Stress ausgelöst hat, könnte man von weniger stressauslösenden Veränderungen im Leben ausgehen. In dem Sample gaben 45 Personen (12,2%) an, den Arbeitsplatz während der Covid-19-Pandemie verloren zu haben, aber nur 19 (5,2%) davon gaben an, dass sie dieses Ereignis „*sehr stark*“ oder „*stark*“ gestresst hat. Im Gegensatz dazu gaben 18 (4,9%) an, dass dies sie „*wenig*“ oder „*sehr wenig*“ gestresst hat. Möglicherweise sind auch viele Proband*innen noch Studierende und bei dem berichteten Jobverlust könnte man vermuten, dass es sich hauptsächlich um einen Nebenjob mit weniger finanzieller Abhängigkeit gehandelt hat, was weniger Stress ausgelöst haben könnte. Eine weitere Möglichkeit wäre, dass die auch sonst vielen beruflichen Veränderungen in der Phase des jungen Erwachsenenalters sowie eine bessere Stellung am Arbeitsmarkt, Gründe dafür waren, dass Jobverluste bei einigen Proband*innen wenig Stress ausgelöst haben.

Da sich laut früheren Studienergebnissen finanzielle Einbußen durch Kurzarbeit oder einen Arbeitsplatzverlust besonders negativ auf die Beziehungsqualität auswirken (Berghammer & Beham-Rabanser, 2020), könnte angenommen werden, dass dieser Einfluss in der Stichprobe relativ gering ausgefallen ist. Durch den hohen sozialen Status, der auf weniger bedrängte Wohnverhältnisse schließen lässt und dadurch, dass oftmals noch keine Kinder zu versorgen sind, können weniger paare-interne Stressoren in der Stichprobe vermutet werden. Auch kann die hohe angegebene Beziehungsqualität in der Stichprobe einen Hinweis auf weniger Stressoren darstellen.

Post-Traumatisches-Wachstum und Resilienz haben nur einen kleinen oder keinen Einfluss auf die Beziehungsqualität der Teilnehmer*innen genommen. Zum einen war die

Beziehungsqualität der Stichprobe durchgängig sehr hoch und wäre auch nach Angaben der Proband*innen eher stabil geblieben, wenn die Maßnahmen länger angehalten hätten. Zum anderen wurde von sehr wenig Stress durch die Covid-19-Pandemie berichtet. Der fehlende externe Stress deutet daraufhin, dass keine Traumatisierung stattgefunden hat und keine zusätzlichen Ressourcen, im Sinne der Resilienz, abgerufen werden mussten. Beide Konzepte lassen sich demnach nicht zur Erklärung der Auswirkung der Covid-19-Pandemie auf WEIRD Stichproben anwenden. Ob diese dennoch in anderen Stichproben-Zusammensetzungen anwendbar sind oder die Covid-19-Pandemie andere Erklärungsansätze benötigt, bleibt vorerst offen.

Anders als vor Beginn der Studie angenommen, hat sich die durchschnittliche Beziehungsqualität der Befragten leicht verbessert. Unter Berücksichtigung, dass die Covid-19-Pandemie für die meisten Teilnehmer*innen keine große Stressquelle war, hat sie dennoch sehr viel Anpassungsleistung von jedem Menschen gefordert und birgt Unsicherheit über die Zukunft - vor allem in der Frage, ob es wieder so werden kann wie früher. Die Konfrontation mit der eigenen Sterblichkeit und der der Angehörigen sowie die Zerrüttung des eigenen Weltbilds, das für viele Menschen im Westen von Stabilität geprägt war, erfordert „neue“ Orte der Sicherheit und Stabilität. Menschen, die diesen Umständen ausgesetzt sind, suchen diesen Ort häufig in nahen Beziehungen wie sie mit der Familie, engen Freunden und der Partnerschaft geführt werden (Mikulincer & Shaver, 2017). Auch die Wahrnehmung eines äußeren „Feindes“ kann dazu beitragen, die Bindung nach innen zu stärken. Durch die Konzentration auf die Schwierigkeiten, die von außen auf die Beziehung treffen, können innere Konflikte in den Hintergrund treten und ein gemeinsames Ziel geschaffen werden, das sich positiv auf die Beziehungsqualität auswirkt (Kaplan & Maddux, 2002).

6.2 Limitationen

Die Studie gibt einen Beitrag zur Erklärung von Trauma- und Stressauswirkungen nach Katastrophen bei einer überwiegend jungen akademischen, ausreichend großen Stichprobe. Der verwendete Fragebogen wurde mit Blick auf Durchführbarkeit und größtmögliche Inklusion konzipiert. Dies betrifft vor allem die zeitliche Ökonomie und Handhabbarkeit als leicht zugängliches Online-Instrument. Für alle verwendeten Fragebögen kam, wenn möglich, die Kurzform zum Einsatz oder es wurden die faktorenanalytisch am höchsten ladenden Items zu einer eigenen Kurzversion zusammengestellt. Der weitaus größte Teil der Antwortmöglichkeiten wurde im geschlossenen Antwortformat vorgegeben, was eine schnelle

Bearbeitbarkeit ermöglichte. Es gab sowohl eine Desktopversion, als auch eine für mobile Endgeräte optimierte Variante des Fragebogens. Die hohe Ökonomie spiegelt sich auch in der niedrigen Dropout-Quote von 13,28 % wider, die vor allem bei Online-Studien weitaus höher sein kann.

Einschränkungen, die zu erwähnen sind, beziehen sich auf das verwendete Design der Studie. Da es sich um eine rein quantitative Querschnittsstudie handelt, können keine Langzeitauswirkungen der Covid-19-Pandemie erhoben werden. Weiters ist kein Vergleich zwischen verschiedenen Zeitpunkten, beispielsweise Sommer vs. Winter bzw. Lockdown vs. Öffnung möglich. Die Subjektivität, die Selbstbeurteilungsfragebögen zwangsläufig aufweisen, wird auch auf die vorliegende Studie Auswirkungen haben. So kann auch der Zeitpunkt der Studierhebung kurz nach den Weihnachts-Feiertagen um Neujahr herum sich einschränkend auf das subjektive Stressempfinden ausgewirkt haben, da dies eine Zeit ist, die häufig im familiären Bereich verbracht wird und wo weniger außerfamiliärer Kontakt stattfindet. Auch die soziale Erwünschtheit, beispielsweise das Ideal einer glücklichen Partnerschaft, kann Auswirkungen auf das Antwortverhalten nehmen. Ein Item zur Beziehungsqualität musste aus der Erinnerung abgerufen werden, was zu Verzerrungen geführt haben könnte. Die Stichprobe weist in jeglicher Hinsicht Eigenschaften eines WEIRD Samples (white oder western, educated, industrialized, rich, and democratic) auf. Die mit einer solchen Stichprobe einhergehenden Schwierigkeiten bezüglich der Generalisierbarkeit sind wissenschaftlich gut beschrieben (Ceci et al., 2010; Henrich et al., 2010; Konečni, 2010) und haben innerhalb dieser Studie auch ihren einschränkenden Charakter. Vor allem kann dem Aspekt „rich“ ein großer Einfluss auf das Erleben der Pandemie zugeschrieben werden. Die Stichprobe bleibt ebenfalls geografisch auf den DACH-Raum (D-A-C-H, 2020) beschränkt und misst die Auswirkungen der Covid-19-Pandemie nur in diesem vergleichsweise kleinen Raum mit sehr guter und weitestgehend kostenloser medizinischer Grundversorgung. Die erhobene Stichprobe ist überwiegend weiblich, was die Generalisierbarkeit noch weiter einschränkt. In der Studie wurde nicht abgefragt, ob die Proband*innen Kinder haben. Da die Stichprobe relativ jung war und es sich um viele Personen mit einem langen Bildungsweg handelte, könnte man davon ausgehen, dass wenig Personen Kinder hatten und daher diese zusätzliche Information keinen signifikanten Einfluss gehabt hätte. Für ein differenzierteres Bild der Zusammenhänge wäre die Frage nach Kindern eine interessante - daher sollte das Fehlen der Frage als eine Limitation der Studie erwähnt werden.

6.3 Implikationen für die Praxis

Nach Berücksichtigung aller Limitationen zeigt die Studie, dass die Covid-19-Pandemie, trotz der Vielzahl an Veränderungen und Einschränkungen, nicht für alle Menschen, ein stressauslösendes Ereignis zu sein scheint. Die mediale Darstellung der Covid-19-Pandemie zeichnet dieses Bild in der täglichen Berichterstattung jedoch nicht nach. Hier dominieren Darstellungen von Fallzahlen, eine planlos wirkende Regierung und Menschen, die sich gegen die Maßnahmen zur Einschränkung der Pandemie zur Wehr setzen. Ketzerisch könnte die Frage gestellt werden, wer diese zufriedenen Menschen sind, die sich in der für diese Arbeit erhobenen Stichprobe zusammengefunden haben. Und vielleicht noch wichtiger die Frage danach, was bei diesen Personen richtig läuft. Gesellschaftlich könnte diese Gruppe auch ein Gegengewicht zu der medial sehr präsenten Gruppe der Maßnahmen-Gegner darstellen und zu einem differenzierteren Bild der gesamtgesellschaftlichen Auswirkungen der Pandemie bieten.

Weiter sollten die positiven Aspekte der Pandemie erforscht werden, um diese für den Alltag oder nicht-pandemische Zeiten nutzbar zu machen. Hierzu gehört sicher die größere Nähe zu nahestehenden Personen, aber auch die Optionsreduktion die zum jetzigen Zeitpunkt noch erzwungen ist. Vielleicht könnte dies zu einem „weniger ist mehr“- Effekt in der Lebensplanung führen.

Literaturverzeichnis

- Aron, A., Aron, E., Norman, C. C. & McKenna, C. (2000). Couples' shared participation in novel and arousing activities and experienced relationship quality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 273–284. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.78.2.273>
- Band, H. & Müller, H. P. (2001). Lebensbedingungen, Lebensformen und Lebensstile. In B. Schäfers & W. Zapf (Hrsg.), *Handwörterbuch zur Gesellschaft Deutschlands* (Bd. 2, S. 920–954). Verlag für Sozialwissenschaften.
- Baucom, D. H., Halford, K., Hahlweg, K. & Weber, D. (2020). *Couples' relationships in the age of COVID-19*. <https://damit-die-liebe-bleibt.de/wp-content/uploads/2020/09/couples-relationships-in-the-age-of-covid-19-2.pdf>
- Becker, A. O. (2008). *Was Hält Partnerschaften zusammen? Psychologische und soziologische Erklärungsansätze zum Erfolg von Paarbeziehungen* (1. Aufl.). Verlag für Sozialwissenschaften.
- Beham-Rabanser, M., Berghammer, C. & Zartler, U. (2019). Sozialstruktur und Wertewandel in Österreich: Trends 1986–2016. In R. Verwiebe, D. Prandner, F. Höllinger, M. Haller, A. Grausgruber & J. Bacher (Hrsg.), *Partnerbeziehungen zwischen Flexibilität und Stabilität* (1. Aufl. 2019 Aufl., S. 179–210). Springer VS. https://doi.org/10.1007/978-3-658-21081-6_9
- Berghammer, C. & Beham-Rabanser, M. (2020, Mai). *Die Corona-Krise verändert die Beziehungsqualität: in vielleicht unerwarteter Weise*. Universität Wien. <https://viecer.univie.ac.at/corona-blog/corona-blog-beitraege/blog42/>
- Bodenmann, G. (2000). *Stress und Coping bei Paaren*. Hogrefe.
- Bodenmann, G. (2005). Dyadic coping and its significance for marital functioning. In K. Kayser, T. A. Revenson & G. Bodenmann (Hrsg.), *Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping* (S. 33–50). American Psychological Association.

- Bodenmann, G. (2008). Dyadic coping and the significance of this concept for prevention and therapy. *Zeitschrift für Gesundheitspsychologie*, *16*(3), 108–111.
<https://doi.org/10.1026/0943-8149.16.3.108>
- Bodenmann, G., Ledermann, T. & Bradbury, T. N. (2007). Stress, sex, and satisfaction in marriage. *Personal Relationships*, *14*(4), 551–569. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2007.00111.x>
- Braukhaus, C., Saßmann, H. & Hahlweg, K. (2002). Erfolgsbedingungen von Partnerschaften. In P. Kaiser (Hrsg.), *Partnerschaft und Paartherapie* (1. Aufl., S. 173–189). Göttingen.
- Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz. (2020). *COVID-19: Analyse der sozialen Lage in Österreich*.
https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:5f807a53-5dce-4395-8981-682b5f1dc23b/BMSGPK_Analyse-der-sozialen-Lage.pdf
- Campagne, D. M. (2019). Stress and perceived social isolation (loneliness). *Archives of Gerontology and Geriatrics*, *82*, 192–199.
<https://doi.org/10.1016/j.archger.2019.02.007>
- Ceci, S. J., Kahan, D. M. & Braman, D. (2010). The WEIRD are even weirder than you think: Diversifying contexts is as important as diversifying samples. *Behavioral and Brain Sciences*, *33*(2–3), 87–88. <https://doi.org/10.1017/s0140525x10000063>
- Cohan, C. L. & Cole, S. W. (2002). Life course transitions and natural disaster: Marriage, birth, and divorce following Hurricane Hugo. *Journal of Family Psychology*, *16*(1), 14–25. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.16.1.14>

Cohan, C. L., Cole, S. W. & Schoen, R. (2009). Divorce following the September 11 terrorist attacks. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(4), 512–530.

<https://doi.org/10.1177/0265407509351043>

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2. Aufl.). Erlbaum Associates.

Cohen, S. & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis.

Psychological Bulletin, 98(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>

Colman, A. M. (2015). Eustress. In *A Dictionary of Psychology* (4. ed.). Oxford University Press.

<https://www.oxfordreference.com/view/10.1093/acref/9780199657681.001.0001/acref-9780199657681-e-2907>

D-A-C-H. (2020, 29. Juni). Financial projects. <https://financialprojects.de/lexikon/d-a-c-h>

Davidson, R. & MacKinnon, J. G. (1993). *Estimation and Inference in Econometrics*. Oxford University Press.

Davila, J., Karney, B. R., Hall, T. W. & Bradbury, T. N. (2003). Depressive symptoms and marital satisfaction: Within-subject associations and the moderating effects of gender and neuroticism. *Journal of Family Psychology*, 17(4), 557–570.

<https://doi.org/10.1037/0893-3200.17.4.557>

Dette-Hagenmeyer, D. E. & Reichle, B. (2014). Beziehungsqualität, partnerschaftliche Interaktion und Auswirkungen auf angehörige Kinder. In P. B. Hill & J. Kopp (Hrsg.), *Handbuch Familiensoziologie* (1. Aufl., S. 437–462). Springer VS.

<https://doi.org/10.1007/978-3-658-02276-1>

- Donato, S., Parise, M., Pagani, A. F., Lanz, M., Regalia, C., Rosnati, R. & Iafrate, R. (2021). Together against COVID-19 concerns: The role of the dyadic coping process for partners' psychological well-being during the pandemic. *Frontiers in Psychology, 11*, 4–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.578395>
- Esser, H. (2002). Ehekrisen: Das (Re-)Framing der Ehe und der Anstieg der Scheidungsraten. *Zeitschrift für Soziologie, 31*(6), 472–496. <https://doi.org/10.1515/zfsoz-2002-0602>
- Gmelch, S., Bodenmann, G., Meuwly, N., Ledermann, T., Steffen-Sozinova, O. & Striegl, K. (2008). Dyadisches Coping Inventar (DCI): Ein Fragebogen zur Erfassung des partnerschaftlichen Umgangs mit Stress. *Journal of Family Research, 20*(2), 185–202. <https://doi.org/10.20377/jfr-264>
- Goldberg, D. P., Gater, R., Sartorius, N., Ustun, T. B., Piccinelli, M., Gureje, O. & Rutter, C. (1997). The validity of two versions of the GHQ in the WHO study of mental illness in general health care. *Psychological Medicine, 27*(1), 191–197. <https://doi.org/10.1017/s0033291796004242>
- Goldfarb, M. R. & Trudel, G. (2019). Marital quality and depression: a review. *Marriage & Family Review, 55*(8), 737–763. <https://doi.org/10.1080/01494929.2019.1610136>
- Gonzaga, G. C., Campos, B. & Bradbury, T. (2007). Similarity, convergence, and relationship satisfaction in dating and married couples. *Journal of Personality and Social Psychology, 93*(1), 34–48. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.93.1.34>
- González-Sanguino, C., Ausín, B., Castellanos, M. N., Saiz, J., López-Gómez, A., Ugidos, C. & Muñoz, M. (2020). Mental health consequences during the initial stage of the 2020

- Coronavirus pandemic (COVID-19) in Spain. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87, 172–176. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.040>
- Graham, J. M., Liu, Y. J. & Jeziorski, J. L. (2006). The dyadic adjustment scale: A reliability generalization meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 68(3), 701–717. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2006.00284.x>
- Grau, I., Penning, R. & Andreß, H. (2010). Gleichberechtigung und Beziehungszufriedenheit. In T. Beckers, K. Birkelbach, J. Hagenah & U. Rosar (Hrsg.), *Komparative empirische Sozialforschung* (1. Aufl., S. 199–227). VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Gustavson, K., Røysamb, E., Soest, T. V., Helland, M. J., Karevold, E. & Mathiesen, K. S. (2012). Reciprocal longitudinal associations between depressive symptoms and romantic partners' synchronized view of relationship quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29(6), 776–794. <https://doi.org/10.1177/0265407512448264>
- Günther-Bel, C., Vilaregut, A., Carratala, E., Torras-Garat, S. & Pérez-Testor, C. (2020). A mixed-method study of individual, couple, and parental functioning during the state-regulated COVID-19 lockdown in Spain. *Family Process*, 59(3), 1060–1079. <https://doi.org/10.1111/famp.12585>
- Hahlweg, K. (1991). Brennpunkte der Persönlichkeitsforschung, Band 4: Partnerwahl und Partnerschaft. Formen und Grundlagen partnerschaftlicher Beziehungen. In H. Ahrens & M. Amelang (Hrsg.), *Störung und Auflösung von Beziehungen: Determinanten der Ehequalität und -stabilität* (S. 117–145). Hogrefe.
- Hahlweg, K. (1996). *Fragebogen zur Partnerschaftsdiagnostik: (FPD)*. Hogrefe.

- Hahlweg, K. (2005). Couple observational coding systems. In P. K. Kerig & D. H. Baucom (Eds.), *Kategoriensystem für partnerschaftliche Interaktionen* (pp. 127–142). Lawrence Erlbaum Associates.
- Hahlweg, K. (2018). Lehrbuch der Verhaltenstherapie, Band 2: Psychologische Therapie bei Indikationen im Erwachsenenalter. In J. Margraf & S. Schneider (Hrsg.), *Paartherapie* (4. Aufl., vollst. überarb. u. aktual. Aufl., S. 510–521). Springer.
https://doi.org/10.1007/978-3-662-54909-4_26
- Hahlweg, K., Baucom, D. H., Grawe-Gerber, M. & Snyder, D. K. (2010). Enhancing Couples: The Shape of Couple Therapy to Come. In K. Hahlweg, M. Grawe-Gerber & D. H. Baucom (Eds.), *Strengthening couples and families: Dissemination of interventions for the treatment and prevention of couple distress* (1st ed., pp. 1–3). Hogrefe Publishing.
- Harkness, A., Behar-Zusman, V., & Safren, S. A. (2020). Understanding the impact of COVID-19 on Latino sexual minority men in a US HIV hot spot. *AIDS and Behavior*, 24(7), 2017–2023. <https://doi.org/10.1007/s10461-020-02862-w>
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditi: A regression-based approach (Methodology in the Social Sciences)* (2nd ed.). Guilford Publications.
- Heil, F. E. (1985). Entwicklungsberatung unter dem Aspekt der Lebensspanne. In J. Brandstädter & H. Gräser (Hrsg.), *Partnerschaftsberatung unter Entwicklungsaspekten* (S. 103–117). Hogrefe.
- Heil, F. E. (1991). Brennpunkte der Persönlichkeitsforschung, Band 4: Partnerwahl und Partnerschaft. Formen und Grundlagen partnerschaftlicher Beziehungen. In H. Ahrens

& M. Amelang (Hrsg.), *Ehe und Partnerschaft als Gegenstand psychologischer Forschung* (S. 1–22). Hogrefe.

- Hemmer, C. J., Geerdes-Fenge, H. F. & Reisinger, E. C. (2020). COVID-19: Epidemiologische und klinische Fakten. *Der Radiologe*, *60*(10), 893–898.
<https://doi.org/10.1007/s00117-020-00741-y>
- Henrich, J., Heine, S. J. & Norenzayan, A. (2010). The weirdest people in the world? *SSRN Electronic Journal*, 1–10. <https://doi.org/10.2139/ssrn.1601785>
- Herzberg, P. Y. & Sierau, S. (2016). Dyadic coping in German couples. In M. K. Falconier, A. K. Randall & G. Bodenmann (Eds.), *Couples coping with stress: A cross-cultural perspective* (1st ed., pp. 122–136). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315644394>
- Kanner, A. D., Coyne, J. C., Schaefer, C. & Lazarus, R. S. (1981). Comparison of two modes of stress measurement: Daily hassles and uplifts versus major life events. *Journal of Behavioral Medicine*, *4*(1), 1–39. <https://doi.org/10.1007/bf00844845>
- Kalliath, T. J., O’Driscoll, M. P. & Brough, P. (2004). A confirmatory factor analysis of the General Health Questionnaire-12. *Stress and Health*, *20*(1), 11–20.
<https://doi.org/10.1002/smi.993>
- Kaplan, M. & Maddux, J. E. (2002). Goals and marital satisfaction: Perceived support for personal goals and collective efficacy for collective goals. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *21*(2), 157–164. <https://doi.org/10.1521/jscp.21.2.157.22513>
- Karney, B. R. & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological Bulletin*, *118*(1), 3–34. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3>

- Karney, B. R., Story, L. B. & Bradbury, T. N. (2005). Marriages in context: Interactions between chronic and acute stress among newlyweds. In T. A. Revenson, K. Kayser & G. Bodenmann (Eds.), *Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping* (pp. 13–32). American Psychological Association.
- Kirchler, E., Pitters, J. & Kastlunger, B. (2020). *Psychologie in Zeiten der Krise: Eine wirtschaftspsychologische Analyse der Coronavirus-Pandemie (essentials)* (1. Aufl. 2020 Aufl.). Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-31271-8>
- Klann, N., Heinrichs, N. & Hahlweg, K. (Hrsg.). (2003). *Diagnostische Verfahren für die Beratung: Materialien zur Diagnostik und Therapie in Ehe-, Familien- und Lebensberatung* (2., vollständig überarbeitete Aufl.). Hogrefe.
- Konečni, V. J. (2010). Responsible behavioral science generalizations and applications require much more than non-WEIRD samples. *Behavioral and Brain Sciences*, 33(2–3), 98–99. <https://doi.org/10.1017/s0140525x10000142>
- Kreidl, P., Schmid, D., Maritschnik, S., Richter, L., Borena, W., Genger, J. W., Popa, A., Penz, T., Bock, C., Bergthaler, A. & Allerberger, F. (2020). Emergence of coronavirus disease 2019 (COVID-19) in Austria. *Wiener klinische Wochenschrift*, 132(21–22), 645–652. <https://doi.org/10.1007/s00508-020-01723-9>
- Ledermann, T., Bodenmann, G., Gagliardi, S., Charvoz, L., Verardi, S., Rossier, J., Bertoni, A. & Iafrate, R. (2010). Psychometrics of the dyadic coping inventory in three language groups. *Swiss Journal of Psychology*, 69(4), 201–212. <https://doi.org/10.1024/1421-0185/a000024>

- Ledermann, T., Bodenmann, G., Rudaz, M. & Bradbury, T. N. (2010). Stress, communication, and marital quality in couples. *Family Relations*, 59(2), 195–206. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2010.00595.x>
- Losada-Baltar, A., Jiménez-Gonzalo, L., Gallego-Alberto, L., Pedroso-Chaparro, M. D. S., Fernandes-Pires, J. & Márquez-González, M. (2021). “We are staying at home.” Association of self-perceptions of aging, personal and family resources, and loneliness with psychological distress during the lock-down period of COVID-19. *The Journals of Gerontology: Series B*, 76(2), 10–16. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa048>
- Lumley, T., Diehr, P., Emerson, S. & Chen, L. (2002). The importance of the normality assumption in large public health data sets. *Annual Review of Public Health*, 23(1), 151–169. <https://doi.org/10.1146/annurev.publhealth.23.100901.140546>
- Mader, K., Derndorfer, J., Disslbacher, F., Lechinger, V. & Six, E. (2020). *Genderspezifische Effekte von COVID-19*. <https://www.wu.ac.at/vw3/forschung/laufende-projekte/genderspezifischeeffektevoncovid-19>
- Mangelsdorf, J. (2020). Posttraumatisches Wachstum. *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie*, 19(1), 21–33. <https://doi.org/10.1007/s11620-020-00525-5>
- Meuwly, N., Wilhelm, P., Eicher, V., & Perrez, M. (2011). Welchen Einfluss hat die Aufteilung von Hausarbeit und Kinderbetreuung auf Partnerschaftskonflikte und Partnerschaftszufriedenheit bei berufstätigen Paaren? *Zeitschrift für Familienforschung*, 23(1), 37-56.

- Mikulincer, M. & Shaver, P. R. (2017). *Attachment in adulthood, second edition: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). The Guilford Press.
- Nguyen, T. P., Karney, B. R. & Bradbury, T. N. (2020). When poor communication does and does not matter: The moderating role of stress. *Journal of Family Psychology*, *34*(6), 676–686. <https://doi.org/10.1037/fam0000643>
- Nussbeck, F. W., Hilpert, P. & Bodenmann, G. (2012). Der Zusammenhang von positivem und negativem Interaktionsverhalten in der Partnerschaft mit Partnerschaftszufriedenheit und Trennungsabsichten. *Journal of Family Research*, *24*(1), 85–104. <https://doi.org/10.20377/jfr-193>
- Panzeri, M., Ferrucci, R., Cozza, A. & Fontanesi, L. (2020). Changes in sexuality and quality of couple relationship during the COVID-19 lockdown. *Frontiers in Psychology*, *11*, 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.565823>
- Park, C. L., Cohen, L. H. & Murch, R. L. (1996). Assessment and prediction of stress-related growth. *Journal of Personality*, *64*(1), 71–105. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1996.tb00815.x>
- Park, C. L., Russell, B. S., Fendrich, M., Finkelstein-Fox, L., Hutchison, M. & Becker, J. (2020). Americans' COVID-19 stress, coping, and adherence to CDC guidelines. *Journal of General Internal Medicine*, *35*(8), 2296–2303. <https://doi.org/10.1007/s11606-020-05898>
- Peters, J. H. & Dörfler, T. (2014). Vorbereitende Datenanalyse und Datenaufbereitung. In J. H. Peters & T. Dörfler (Hrsg.), *Abschlussarbeiten in der Psychologie und den*

Sozialwissenschaften. Planen, Durchführen und Auswerten (1. Aufl., S. 247–335).

Pearson Studium.

Pieh, C., O'Rourke, T., Budimir, S. & Probst, T. (2020). Relationship quality and mental health during COVID-19 lockdown. *PLOS ONE*, *15*(9), e0238906.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238906>

Pieh, C., Probst, T., Budimir, S. & Humer, E. (2021). Associations between relationship quality and mental health during COVID-19 in the United Kingdom. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(6), 2868–2875.

<https://doi.org/10.3390/ijerph18062869>

Pietromonaco, P. R. & Overall, N. C. (2020). Applying relationship science to evaluate how the COVID-19 pandemic may impact couples' relationships. *American Psychologist*, 1–13. <https://doi.org/10.1037/amp0000714>

Randall, A. K. & Bodenmann, G. (2009). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical Psychology Review*, *29*(2), 105–115.

<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2008.10.004>

Revenson, T. A. (2005). Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping. In T. A. Revenson, K. Kayser, G. Bodenmann, K. Kayser & G. Bodenmann (Eds.), *Introduction* (pp. 3–10). American Psychological Association.

Rollins, B. C. & Feldman, H. (1970). Marital satisfaction over the family life cycle. *Journal of Marriage and the Family*, *32*(1), 20–28. <https://doi.org/10.2307/349967>

Rosenberg, M., Luetke, M., Hensel, D., Kianersi, S., Fu, T. C. & Herbenick, D. (2021).

Depression and loneliness during COVID-19 restrictions in the United States, and

their associations with frequency of social and sexual connections. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 1–22. <https://doi.org/10.1007/s00127-020-02002-8>

Rothmüller, B. (2020, Juni). *Intimität und soziale Beziehungen in der Zeit physischer Distanzierung. Ausgewählte Zwischenergebnisse zur Covid-19-Pandemie.*

Rothmüller, B. & Wiesböck, L. (2021, Februar). *Intimität, Sexualität und Solidarität in der COVID-19-Pandemie. Bericht über erste Ergebnisse.* Barbara Rothmüller.
http://barbararothmueller.net/Bericht_02_2021.pdf

Rothmüller, B. & Zoidl, F. (2020, 26. November). *Soziologin sieht „Monogamisierung von Beziehungen im Lockdown“.* DER STANDARD.
<https://www.derstandard.de/consent/tcf/story/2000121796700/soziologin-man-sieht-also-eine-starke-monogamisierung-von-intimen-beziehungen>

Schäfers, B. & Zapf, W. (2001). Lebensbedingungen, Lebensformen und Lebensstile. In *Handwörterbuch zur Gesellschaft Deutschlands* (2.Aufl., S. 427–435). Leske + Budrich Verlag. <https://doi.org/10.1007/978-3-322-94976-9>

Schumacher, J., Leppert, K., Gunzelmann, T., Strauss, B. & Brähler, E. (2005). Die Resilienzskala - Ein Fragebogen zur Erfassung der psychischen Widerstandsfähigkeit als Personmerkmal. *Zeitschrift für Klinische Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie*. 53. 16-39.

Schram, R. W. (1979). Marital Satisfaction over the family life cycle: A critique and proposal. *Journal of Marriage and the Family*, 41(1), 7–12.
<https://doi.org/10.2307/351726>

- Siffert, A. & Bodenmann, G. (2010). Entwicklung eines neuen multidimensionalen Fragebogens zur Erfassung der Partnerschaftsqualität (FPQ). *Journal of Family Research, 22*(2), 242–255. <https://doi.org/10.20377/jfr-277>
- Silverstein, M. W., Witte, T. K., Lee, D. J., Kramer, L. B. & Weathers, F. W. (2018). Dimensions of growth? Examining the distinctiveness of the five factors of the posttraumatic growth inventory. *Journal of Traumatic Stress, 31*(3), 448–453. <https://doi.org/10.1002/jts.22298>
- Smith, A. B., Fallowfield, L. J., Stark, D. P., Velikova, G. & Jenkins, V. (2010). A Rasch and confirmatory factor analysis of the General Health Questionnaire (GHQ) - 12. *Health and Quality of Life Outcomes, 8*(1), 45. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-8-45>
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family, 38*(1), 15. <https://doi.org/10.2307/350547>
- Statistik Austria. (2017). *Statistics Brief Subjektives Wohlbefinden*. http://www.statistik.at/wcm/idc/idcplg?IdcService=GET_PDF_FILE&dDocName=116842
- Taku, K., Cann, A., Calhoun, L. G. & Tedeschi, R. G. (2008). The factor structure of the posttraumatic growth inventory: A comparison of five models using confirmatory factor analysis. *Journal of Traumatic Stress, 21*(2), 158–164. <https://doi.org/10.1002/jts.20305>

- Taylor, S., Landry, C. A., Paluszek, M. M., Fergus, T. A., McKay, D., & Asmundson, G. J. G. (2020). Development and initial validation of the COVID Stress Scales. *Journal of Anxiety Disorders, 72*, 102232. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102232>
- Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress, 9*(3), 455–471. <https://doi.org/10.1002/jts.2490090305>
- Thoits, P. A. (2011). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of Health and Social Behavior, 52*(2), 145–161. <https://doi.org/10.1177/0022146510395592>
- Umberson, D., Williams, K., Powers, D. A., Liu, H. & Needham, B. (2006). You make me sick: Marital quality and health over the life course. *Journal of Health and Social Behavior, 47*(1), 1–16. <https://doi.org/10.1177/002214650604700101>
- Von Eisenhart Rothe, A., Zenger, M., Lacruz, M. E., Emeny, R., Baumert, J., Haefner, S. & Ladwig, K. H. (2013). Validation and development of a shorter version of the resilience scale RS-11: results from the population-based KORA–age study. *BMC Psychology, 1*(1), 1–25. <https://doi.org/10.1186/2050-7283-1-25>
- Wetz, F. J. (2013). *Lob der Untreue: Eine Unverschämtheit*. Diederichs.
- Wiese, B. S. & Arling, V. (2014). Erwerbstätigkeit und Familie. In P. B. Hill & J. Kopp (Hrsg.), *Handbuch Familiensoziologie* (1. Aufl., S. 641–673). Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-02276-1>

- Williamson, H. C. (2020). Early effects of the COVID-19 pandemic on relationship satisfaction and attributions. *Psychological Science, 31*(12), 1479–1487.
<https://doi.org/10.1177/0956797620972688>
- Williamson, H. C., Karney, B. R. & Bradbury, T. N. (2013). Financial strain and stressful events predict newlyweds' negative communication independent of relationship satisfaction. *Journal of Family Psychology, 27*(1), 65–75.
<https://doi.org/10.1037/a0031104>
- Zartler, U., Dafert, V., Harter, S. & Dirnberger, P. (2021, März). *Frauen in Wien und COVID-19*.
https://cofam.univie.ac.at/fileadmin/user_upload/p_cofam/Frauen_in_Wien_und_COVID-19_Bericht.pdf

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1. Balkendiagramm zu der durchschnittlichen Item-Antwort für die Variablen ...	28
Abbildung 2. Rücklauf im Zeitverlauf.....	29
Abbildung 3. Zusammenhang von Stress und Beziehungsqualität, in Abhängigkeit von niedrigem, mittlerem und hohem dyadischem Coping	40
Abbildung 4. Ergebnisse der Mediationsanalyse.....	41
Erstellt von Lehner	

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1 Bildungsstatus und Beschäftigungsstatus der Stichprobe	31
Tabelle 2 Lebenssituation der Stichprobe	32
Tabelle 3 Beziehungsdauer der Paare	33
Tabelle 4 Erlebte kritische Ereignisse während der Covid-19-Pandemie und das Ausmaß des Stresses.....	34
Tabelle 5 Regressionskoeffizienten der linearen Regressionen von Stress und Beziehungsqualität.....	38

Erstellt von Lehner

Fragebogen

Willkommensseite

 <div data-bbox="204 562 450 589">0% ausgefüllt</div>	<p>Im folgenden Fragebogen wollen wir erfahren, welche Auswirkungen die Covid-19 Pandemie auf Beziehungen hat.</p> <p>Alle Ihre Daten werden strengvertraulich behandelt und weder an Dritte weitergegeben noch ihnen zugänglich gemacht. Auch können weder elektronisch, noch durch ihre Angaben, Rückschlüsse auf Sie gezogen werden.</p> <p>Mit der Teilnahme stimmen Sie der Verwendung Ihrer Daten im Rahmen dieser wissenschaftlichen Arbeit zu.</p> <p>Klicken Sie nun bitte auf Weiter</p> <p><a data-bbox="1417 857 1493 884" href="#">Weiter</p> <p><small>Jonathan Arkhurst, Katharina Lehner, Fakultät für Psychologie, Universität Wien – 2020</small></p>
---	---

Seite 1 Soziodemografie

9% ausgefüllt

Sind Sie in einer Beziehung?

Ja

Ja, verheiratet

Nein

Welches Geschlecht haben Sie?

weiblich

männlich

anderes

keine Angabe

Wie alt sind Sie?

Ich bin Jahre

In welchem Land leben Sie derzeit?

Österreich

Deutschland

Schweiz

Anderes Land:

Welches ist der höchste Bildungsabschluss, den Sie haben?

Noch Schüler*In

Schule beendet ohne Abschluss

Hauptschulabschluss/Volksschulabschluss

Realschulabschluss (Mittlere Reife)

Fachhochschulreife (Abschluss einer Fachoberschule)

Matura, Abitur, allgemeine oder fachgebundene Hochschulreife

Hochschulabschluss

Anderer Schulabschluss:

Weiter

Jonathan Arkhurst, Katharina Lehner, Fakultät für Psychologie, Universität Wien – 2020

Seite 2 Lebenssituation

18% ausgefüllt

Die folgenden Fragen beziehen sich auf ihre aktuelle Lebenssituation

Was machen Sie beruflich?

Erwerbstätig im angestelltenverhältnis

Selbstständig/Freiberufler

Arbeitslos

Schüler*in, Student*in

Präsenz- /Zivildienstler*in

Im Krankenstand

Bildungskarenz

Sonstiges

Wie alt ist Ihr/Ihre Partner*In?

 Jahre

Wie lange sind Sie schon in dieser Beziehung?

unter 1 Jahr

1 bis 2 Jahre

2 bis 3 Jahre

3 bis 5 Jahre

über 5 Jahre

Leben Sie mit Ihrem/Ihrer Partner*In in der selben Stadt?

Ja

Nein

Hauptsächlich, in/im:

Getrennten Haushalten

Gemeinsamen Haushalt

Gemeinsam in einem geteilten Haushalt (WG, Elternhaus/Wohnung...)

Befanden Sie sich während der Covid-19 Pandemie in Homeoffice oder erledigten Sie die meiste Arbeit Ihrer Beschäftigung (z.B. Studium) von zuhause aus?

Ja

Ja, teilweise

Nein

Befand Ihr/Ihre Partner*in sich während der Covid-19 Pandemie in Homeoffice oder erledigte er/sie die meiste Arbeit seiner/ ihrer Beschäftigung (z.B. Studium) von zuhause aus?

Ja

Ja, teilweise

Nein

[Weiter](#)

Jonathan Arkhurst, Katharina Lehner, Fakultät für Psychologie, Universität Wien – 2020

Seite 3 Beziehungsqualität

27% ausgefüllt

Im folgenden möchten wir mehr über Ihre aktuelle Paarbeziehung erfahren

Wie glücklich würden Sie Ihre Partnerschaft im Augenblick einschätzen?

Sehr Unglücklich
 Unglücklich
 Eher unglücklich
 Eher glücklich
 Glücklich
 Sehr glücklich

Das Verhältnis zu Ihrem/Ihrer Partner*In hat sich seit Ausbruch der Covid-19 Pandemie...

Stark verschlechtert
 Etwas verschlechtert
 Kaum verändert
 Etwas verbessert
 Stark verbessert

Angenommen die Covid-19 Situation würde sich in nächster Zeit nicht verändern und Ihre jetzige Situation würde länger anhalten: Wie denken Sie würde sich Ihre Beziehung verändern?

Stark verschlechtern
 Etwas verschlechtern
 Kaum verändern
 Etwas verbessern
 Stark verbessern

Wie viel Zeit haben Sie und Ihr/Ihre Partner*in durchschnittlich pro Tag während der Covid-19 Pandemie nur zu zweit für gemeinsame Aktivitäten (inklusive online Kontakt) verbracht?

Bis zu einer halben Stunde
 Halbe Stunde bis Stunde
 Ein bis zwei Stunden
 Zwei bis vier Stunden
 Vier oder mehr Stunden

Sie sind mit dem Ausmaß der Zeit, die Sie in der Covid-19 Pandemie mit Ihrem/Ihrer Partner*In verbracht haben...

Sehr unzufrieden
 Unzufrieden
 Weder noch
 Zufrieden
 Sehr zufrieden

Haben Sie oder Ihr/Ihre Partner*In ein besonders positives Ereignis während der Covid-19 Pandemie erlebt (Hochzeit, Beförderung...)?

Ja

Nein

Weiter

Jonathan Arkhurst, Katharina Lehner, Fakultät für Psychologie, Universität Wien – 2020

Seite 4 Externaler Stress

36% ausgefüllt

Im Folgenden möchten wir mehr über Ihre negativen Erlebnisse erfahren, die Sie aufgrund der Covid-19 Pandemie gemacht haben

Wenn Sie seit Beginn der Covid-19 Pandemie eines oder mehrere der folgenden Ereignisse erlebt haben, wie sehr hat es Sie gestresst?
Sie können am rechten Rand auch Nicht erlebt wählen

	Sehr wenig	Wenig	Neutral	Stark	Sehr stark	Nicht erlebt
Eigene Erkrankung an Covid-19	<input type="radio"/>					
Erkrankung einer emotional nahestehenden Person an Covid-19	<input type="radio"/>					
Den Tod eines/einer Angehörigen oder Bekannten	<input type="radio"/>					
Den Verlust des Arbeitsplatzes	<input type="radio"/>					
Ein anderes sehr negatives Erlebnis	<input type="radio"/>					

[Weiter](#)

Jonathan Arkhurst, Katharina Lehner, Fakultät für Psychologie, Universität Wien – 2020

Seite 5 Sorgen aufgrund von Covid-19

45% ausgefüllt

Im Folgenden möchten wir gern erfahren, wie sich die Covid-19 Pandemie auf Sie ausgewirkt hat

Wie sehr stimmen Sie den folgenden Aussagen zu?

	Gar Nicht	Eher Nicht	Neutral	Leicht	Stark
Ich mache mir Sorgen an Covid-19 zu erkranken	<input type="radio"/>				
Mich stresst der Gedanke eine mir emotional nahestehende Person könnte an Covid-19 erkranken	<input type="radio"/>				
Ich mache mir Sorgen andere Personen mit Covid-19 zu infizieren	<input type="radio"/>				
Ich befürchte, Waren des täglichen Bedarfs aufgrund von Covid-19 nicht mehr zu erhalten	<input type="radio"/>				
Ich mache mir Sorgen finanzielle Einbußen/ finanzielle Verluste aufgrund der Covid-19 Pandemie zu erfahren	<input type="radio"/>				
Ich halte aufgrund von Covid-19 besonders sorgfältig Abstand zu anderen Menschen und Gebrauchsgegenständen in der Öffentlichkeit	<input type="radio"/>				
Ich denke so häufig an Covid-19, das ich auch körperliche oder psychische Reaktionen bemerke	<input type="radio"/>				
Ich hatte schon häufiger Sorgen Covid-19 Symptome zu haben	<input type="radio"/>				
Meine Sorgen nehmen zu, je mehr ich in den Medien über Covid-19 lese	<input type="radio"/>				
Ich Sorge mich, meinen alten Lebensstil auf Grund von Covid-19 nicht fortführen zu können	<input type="radio"/>				
Ich mache mir Sorgen, dass die Covid-19 Pandemie zu Konflikten und Streit in meinem Umfeld führen könnte	<input type="radio"/>				

Weiter

Jonathan Arkhurst, Katharina Lehner, Fakultät für Psychologie, Universität Wien – 2020

Seite 6 Eigene Stressoren

91% ausgefüllt ▬

Die unten stehenden Fragen beziehen sich auf den Einfluss, den Stress auf Sie hat

Bitte wählen Sie aus, wie sehr die unten stehenden Antworten auf Sie zutreffen

	Gar nicht	Eher nicht	Teils	Trifft zu	Trifft genau zu
Wenn ich Pläne habe, verfolge ich sie auch	<input type="radio"/>				
Ich kann mehrere Dinge gleichzeitig bewältigen	<input type="radio"/>				
Ich bin entschlossen	<input type="radio"/>				
Normalerweise kann ich eine Situation aus mehreren Perspektiven betrachten.	<input type="radio"/>				
Es ist mir wichtig, an vielen Dingen interessiert zu bleiben	<input type="radio"/>				

Weiter

Jonathan Arkhurst, Katharina Lehner, Fakultät für Psychologie, Universität Wien – 2020

Seite 6 Paarinterne Stressoren

64% ausgefüllt

Im folgenden Teil des Fragebogen möchten wir Sie zu Ihrem Umgang mit Ihrem/Ihrer Partner*In befragen

Bitte wählen Sie unten die intuitiv auf Ihre Beziehung zutreffenden Aussagen aus

	Gar nicht	Eher nicht	Neutral	Leicht	Stark
In unserer Partnerschaft lösen alltägliche Unannehmlichkeiten, so genannte „daily hassels“, wie zum Beispiel eine schlechte Internetverbindung, Stress aus	<input type="radio"/>				
Zwischen mir und meinem/meiner Partner*In gibt es einige Angewohnheiten, die wir gegenseitig als störend empfinden	<input type="radio"/>				
Themen, die schon vor der Pandemie bestanden haben, lösen auch aktuell noch Stress in unserer Beziehung aus	<input type="radio"/>				
Ich habe das Gefühl, die Stressoren zwischen mir und meinem/meiner Partner*In sind seit der Pandemie mehr geworden	<input type="radio"/>				
Unterschiedliche Meinungen zwischen mir und meinem/meiner Partner*In lösen derzeit Stress aus	<input type="radio"/>				
Als Paar fällt es uns schwer, gemeinsame Interessen zu finden und umzusetzen	<input type="radio"/>				
Mein/meine Partner*in und ich respektieren unsere gegenseitigen Bedürfnisse nach Nähe und Distanz	<input type="radio"/>				
In der Partnerschaft fällt es uns schwer, die anfallenden Aufgaben und Zuständigkeiten gerecht zu verteilen	<input type="radio"/>				
Der Stress meines/meiner Partner*In wirkt sich negativ auf unsere Beziehung aus	<input type="radio"/>				

[Weiter](#)

Jonathan Arkhurst, Katharina Lehner, Fakultät für Psychologie, Universität Wien – 2020

Seite 7 Dyadisches Coping

Die folgenden Fragen beziehen sich auf den gemeinsamen Umgang mit Stress in Ihrer Beziehung

73% ausgefüllt

Bitte wählen Sie in der untenstehenden Tabelle intuitiv die auf Sie zutreffende Antwort zu den Aussagen aus

	Sehr selten	Selten	Manchmal	Oft	Sehr oft
Wenn ich mich gestresst fühle, teile ich dies meinem/meiner Partner*In mit	<input type="radio"/>				
Wenn ich mich gestresst fühle, bitte ich meinen/meine Partner*In, gewisse Aufgaben und Tätigkeiten zu übernehmen	<input type="radio"/>				
Wenn mein/meine Partner*In belastet ist, verhalte ich mich positiv (ihn/sie unterstützen, auf ihn/sie eingehen, sich Zeit nehmen, etc.)	<input type="radio"/>				
Stress, der uns beide betrifft, bewältigen wir gemeinsam	<input type="radio"/>				
In Konfliktsituationen suchen wir nach konstruktiven Lösungen, hören uns gegenseitig zu und zeigen einander Wertschätzung	<input type="radio"/>				

Weiter

Jonathan Arkhurst, Katharina Lehner, Fakultät für Psychologie, Universität Wien – 2020

Seite 8 Posttraumatisches Wachstum

Die unten stehenden Fragen beziehen sich auf Veränderungen, die Sie vielleicht durch die Covid-19 Pandemie erlebt haben

82% ausgefüllt

Wenn Sie die unten stehenden Aussagen auf Ihre Reaktion auf die Covid-19 Pandemie beziehen, wie sehr treffen diese zu?

	Trifft gar nicht zu	Trifft kaum zu	Trifft etwas zu	Trifft sehr zu	Trifft voll zu
Ich weiß jetzt, dass ich in schweren Zeiten auf andere Menschen zählen kann	<input type="radio"/>				
Ich entwickelte einen Sinn für die Verbundenheit mit anderen	<input type="radio"/>				
Ich will meine eigenen Gefühle mehr ausdrücken	<input type="radio"/>				
Ich habe mehr Mitgefühl mit anderen	<input type="radio"/>				
Ich investiere jetzt mehr in meine Beziehungen	<input type="radio"/>				
Ich erfuhr eine Menge darüber, wie gut Menschen sind	<input type="radio"/>				

Weiter

Jonathan Arkhurst, Katharina Lehner, Fakultät für Psychologie, Universität Wien – 2020

Seite 9 Resilienz

Die unten stehenden Fragen beziehen sich auf den Einfluss, den Stress auf Sie hat

91% ausgefüllt ▬

Bitte wählen Sie aus, wie sehr die unten stehenden Antworten auf Sie zutreffen

	Gar nicht	Eher nicht	Teils	Trifft zu	Trifft genau zu
Wenn ich Pläne habe, verfolge ich sie auch	<input type="radio"/>				
Ich kann mehrere Dinge gleichzeitig bewältigen	<input type="radio"/>				
Ich bin entschlossen	<input type="radio"/>				
Normalerweise kann ich eine Situation aus mehreren Perspektiven betrachten.	<input type="radio"/>				
Es ist mir wichtig, an vielen Dingen interessiert zu bleiben	<input type="radio"/>				

Weiter

Jonathan Arkhurst, Katharina Lehner, Fakultät für Psychologie, Universität Wien – 2020

Vielen Dank für Ihre Teilnahme

Jonathan Arkhurst, Katharina Lehner, Fakultät für Psychologie, Universität Wien – 2020

Fragebogen-Interne Daten

Im Datensatz finden Sie neben Ihren Fragen folgende zusätzliche Variablen, sofern Sie die entsprechende Option beim Herunterladen des Datensatzes nicht deaktivieren.

CASE Fortlaufende Nummer der Versuchsperson

REF Referenz, falls solch eine im Link zum Fragebogen übergeben wurde

LASTPAGE Nummer der Seite im Fragebogen, die zuletzt bearbeitet und abgeschickt wurde

QUESTNNR Kennung des Fragebogens, der bearbeitet wurde

MODE Information, ob der Fragebogen im Pretest oder durch einen Projektmitarbeiter gestartet wurde

STARTED Zeitpunkt, zu dem der Teilnehmer den Fragebogen aufgerufen hat

FINISHED Information, ob der Fragebogen bis zur letzten Seite ausgefüllt wurde

TIME_001... Zeit, die ein Teilnehmer auf einer Fragebogen-Seite verbracht hat

Bitte beachten Sie, dass Sie die Fragebogen-internen Variablen nicht mit der Funktion `value()` auslesen können. Für Interview-Nummer und Referenz stehen aber die PHP-Funktionen [PHP-Funktion caseNumber\(\)](#) und [PHP-Funktion reference\(\)](#) zur Verfügung.

Details über die zusätzlichen Variablen stehen in der Anleitung: [Zusätzliche Variablen in der Datenausgabe](#)

Rubrik W1: Willkommenseite**Rubrik SD: Soziodemografie**

<p>[SD18] Auswahl Sind Sie in einer Beziehung "Sind Sie in einer Beziehung?"</p>
<p>SD18 Sind Sie in einer Beziehung 1 = Ja 2 = Ja, verheiratet 3 = Nein -9 = nicht beantwortet</p>
<p>[SD01] Auswahl Geschlecht "Welches Geschlecht haben Sie?"</p>
<p>SD01 Geschlecht 1 = weiblich 2 = männlich 3 = anderes 4 = keine Angabe -9 = nicht beantwortet</p>
<p>[SD02] Lückentext Alter (direkt) "Wie alt sind Sie?"</p>
<p>SD02_01 Ich bin ... Jahre Offene Eingabe (Ganze Zahl)</p>
<p>[SD07] Auswahl Land (D/A/CH) "In welchem Land leben Sie derzeit?"</p>
<p>SD07 Land (D/A/CH) 1 = Österreich 2 = Deutschland 3 = Schweiz 4 = Anderes Land: -9 = nicht beantwortet</p> <p>SD07_04 Anderes Land Offene Texteingabe</p>
<p>[SD10] Auswahl Formale Bildung "Welches ist der höchste Bildungsabschluss, den Sie haben?"</p>
<p>SD10 Formale Bildung 1 = Noch Schüler*In 2 = Schule beendet ohne Abschluss 3 = Hauptschulabschluss/Volksschulabschluss 4 = Realschulabschluss (Mittlere Reife) 6 = Fachhochschulreife (Abschluss einer Fachoberschule) 7 = Matura, Abitur, allgemeine oder fachgebundene Hochschulreife 8 = Hochschulabschluss 9 = Anderer Schulabschluss: -9 = nicht beantwortet</p> <p>SD10_09 Anderer Schulabschluss Offene Texteingabe</p>

Rubrik L1: Lebenssituation

<p>[L101] Auswahl Beschäftigung "Was machen Sie beruflich?"</p>
<p>L101 Beschäftigung 1 = Erwerbstätig im angestelltenverhältnis 2 = Selbstständig/Freiberufler 3 = Arbeitslos 4 = Schüler*in, Student*in 5 = Präsenz-/Zivildienstler*in 6 = Im Krankenstand 8 = Bildungskarenz 9 = Sonstiges -9 = nicht beantwortet</p> <p>L101_09 Sonstiges Offene Texteingabe</p>
<p>[L102] Auswahl dauer Beziehung "Wie lange sind Sie schon in dieser Beziehung?"</p>
<p>L102 dauer Beziehung 1 = unter 1 Jahr 2 = 1 bis 2 Jahre 3 = 2 bis 3 Jahre 4 = 3 bis 5 Jahre 5 = über 5 Jahre -9 = nicht beantwortet</p>
<p>[L103] Texteingabe offen dauer Beziehung "Wie alt ist ihr/ihre Partner*in?"</p>
<p>[L104] Lückentext Alter Partner "Wie alt ist Ihr/Ihre Partner*in?"</p>
<p>L104_01 ... Jahre Offene Eingabe (Ganze Zahl)</p>
<p>[L105] Auswahl Selbe Stadt "Leben Sie mit Ihrem/Ihrer Partner*in in der selben Stadt?"</p>
<p>L105 Selbe Stadt 1 = Ja 2 = Nein -9 = nicht beantwortet</p>
<p>[L106] Auswahl Selbes Heim "Hauptsächlich, in/im:"</p>
<p>L106 Selbes Heim 1 = Getrennten Haushalten 2 = Gemeinsamen Haushalt 3 = Gemeinsam in einem geteilten Haushalt (WG, Elternhaus/Wohnung...) -9 = nicht beantwortet</p>
<p>[L107] Mehrfachauswahl Home Office Selbst "Befanden Sie sich während der Covid-19 Pandemie in Homeoffice oder erledigten Sie die meiste Arbeit Ihrer Be..."</p>
<p>L107 Home Office Selbst: Ausweichoption (negativ) oder Anzahl ausgewählter Optionen Ganze Zahl</p> <p>L107_01 Ja L107_02 Ja, teilweise L107_06 Nein 1 = nicht gewählt 2 = ausgewählt</p>
<p>[L109] Auswahl Home Office Partner "Befand Ihr/Ihre Partner*in sich während der Covid-19 Pandemie in Homeoffice oder erledigte er/sie die meiste..."</p>
<p>L109 Home Office Partner 1 = Ja 2 = Ja, teilweise 4 = Nein -9 = nicht beantwortet</p>

Rubrik B1: Beziehungsqualität

<p>[B102] Horizontale Auswahl Partner Glück "Wie glücklich würden Sie Ihre Partnerschaft im Augenblick einschätzen?"</p>
<p>B102 Partner Glück 1 = Sehr Unglücklich 2 = Unglücklich 3 = Eher unglücklich 4 = Eher glücklich 5 = Glücklich 6 = Sehr glücklich -9 = nicht beantwortet</p>
<p>[B108] Horizontale Auswahl Partner Glück "Wie glücklich würden Sie Ihre Partnerschaft im Augenblick einschätzen?"</p>
<p>B108 Partner Glück 1 = Unglücklich 2 = Eher unglücklich 3 = Eher glücklich 4 = Glücklich 5 = Sehr glücklich -9 = nicht beantwortet</p>
<p>[B103] Horizontale Auswahl Partner Verhältnis "Das Verhältnis zu Ihrem/Ihrer Partner*In hat sich seit Ausbruch der Covid-19 Pandemie..."</p>
<p>B103 Partner Verhältnis 1 = Stark verschlechtert 2 = Etwas verschlechtert 3 = Kaum verändert 4 = Etwas verbessert 5 = Stark verbessert -9 = nicht beantwortet</p>
<p>[B104] Horizontale Auswahl COVID-19 Situation "Angenommen die Covid-19 Situation würde sich in nächster Zeit nicht verändern und Ihre jetzige Situation wür..."</p>
<p>B104 COVID-19 Situation 1 = Stark verschlechtern 2 = Etwas verschlechtern 3 = Kaum verändern 4 = Etwas verbessern 5 = Stark verbessern -9 = nicht beantwortet</p>
<p>[B105] Horizontale Auswahl Partner Zeit "Wie viel Zeit haben Sie und Ihr/Ihre Partner*in durchschnittlich pro Tag während der Covid-19 Pandemie nur z..."</p>
<p>B105 Partner Zeit 1 = Bis zu einer halben Stunde 2 = Halbe Stunde bis Stunde 3 = Ein bis zwei Stunden 4 = Zwei bis vier Stunden 5 = Vier oder mehr Stunden -9 = nicht beantwortet</p>
<p>[B106] Horizontale Auswahl Partner Zeit "Sie sind mit dem Ausmaß der Zeit, die Sie in der Covid-19 Pandemie mit Ihrem/Ihrer Partner*In verbracht habe..."</p>
<p>B106 Partner Zeit 1 = Sehr unzufrieden 2 = Unzufrieden 3 = Weder noch 4 = Zufrieden 5 = Sehr zufrieden -9 = nicht beantwortet</p>
<p>[B109] Auswahl Partner Positiv "Haben Sie oder Ihr/Ihre Partner*In ein besonders positives Ereignis während der Covid-19 Pandemie erlebt (Ho..."</p>
<p>B109 Partner Positiv 1 = Ja 2 = Nein -9 = nicht beantwortet</p> <p>B109_01 Ja Offene Texteingabe</p>

Rubrik ES: Externale Stressoren (durch Covid-19)

<p>[ES01] Horizontale Auswahl Externaler Stress "Haben Sie seit März 2020 eines oder mehrere der folgenden Ereignisse erlebt? *Wenn Sie mit Ja Antworten* geb..."</p>
<p>E S01 Externaler Stress -9 = nicht beantwortet</p>

<p>[ES02] Horizontale Auswahl Erkrankung nächster "Erkrankung einer emotional nahestehenden Person an Covid-19"</p>
<p>E S02 Erkrankung nächster 1 = Sehr wenig 2 = Wenig 3 = Neutral 4 = Stark 5 = Sehr Stark -1 = Nein -9 = nicht beantwortet</p>

<p>[ES04] Skala (Zwischenwerte beschriftet) Externale Stressoren Tabelle "Wenn Sie seit Beginn der Covid-19 Pandemie eines oder mehrere der folgenden Ereignisse erlebt haben, wie seh..."</p>
<p>E S04_01 Eigene Erkrankung an Covid-19 E S04_02 Erkrankung einer emotional nahestehenden Person an Covid-19 E S04_03 Den Tod eines/einer Angehörigen oder Bekannten E S04_04 Den Verlust des Arbeitsplatzes E S04_05 Ein anderes sehr negatives Erlebnis 1 = Sehr wenig 2 = Wenig 3 = Neutral 4 = Stark 5 = Sehr stark -1 = Nicht erlebt -9 = nicht beantwortet</p>

Rubrik E1: Eigene Stressoren

<p>[E101] Mehrfachauswahl Eigen Stress "Wie haben Sie sich in den letzten 14 Tagen gefühlt?"</p>
<p>E101 Eigen Stress: Ausweichoption (negativ) oder Anzahl ausgewählter Optionen Ganze Zahl E101_04 Haben Sie in den letzten Wochen das Gefühl gehabt, für etwas nützlich zu sein? E101_06 Ist es Ihnen in der letzten Woche schwergefallen, Entscheidungen zu treffen? E101_07 Haben Sie in den letzten Wochen den Eindruck gehabt, dass Sie mit Ihren Schwierigkeiten nicht zu Rande gekommen sind? E101_09 Konnten Sie in den letzten Wochen Ihren Alltagsverpflichtungen mit Freude nachgehen? E101_10 Haben Sie sich in den letzten Wochen unglücklich und deprimiert gefühlt? E101_11 Haben Sie in den letzten Wochen einen Mangel an Selbstvertrauen gespürt? E101_12 Haben Sie sich in den letzten Wochen wertlos gefühlt? E101_13 Ich fühle mich glücklich 1 = nicht gewählt 2 = ausgewählt</p>

Rubrik SA: Sorgen aufgrund von Covid-19

<p>[SA01] Skala (Zwischenwerte beschriftet) Sorgen Covid-19 "Wie sehr stimmen Sie den folgenden Aussagen zu?"</p>
<p>SA01_01 Ich mache mir Sorgen an Covid-19 zu erkranken SA01_02 Mich stresst der Gedanke eine mir emotional nahestehende Person könnte an Covid-19 erkranken SA01_03 Ich mache mir Sorgen andere Personen mit Covid-19 zu infizieren SA01_04 Ich befürchte, Waren des täglichen Bedarfs aufgrund von Covid-19 nicht mehr zu erhalten SA01_05 Ich mache mir Sorgen finanzielle Einbußen/ finanzielle Verluste aufgrund der Covid-19 Pandemie zu erfahren SA01_06 Ich halte aufgrund von Covid-19 besonders sorgfältig Abstand zu anderen Menschen und Gebrauchsgegenständen in der Öffentlichkeit SA01_07 Ich denke so häufig an Covid-19, das ich auch körperliche oder psychische Reaktionen bemerke SA01_08 Ich hatte schon häufiger Sorgen Covid-19 Symptome zu haben SA01_09 Meine Sorgen nehmen zu, je mehr ich in den Medien über Covid-19 lese SA01_10 Ich sorge mich, meinen alten Lebensstil auf Grund von Covid-19 nicht fortführen zu können SA01_11 Ich mache mir Sorgen, dass die Covid-19 Pandemie zu Konflikten und Streit in meinem Umfeld führen könnte</p> <p>1 = Gar Nicht 2 = Eher Nicht 3 = Neutral 4 = Leicht 5 = Stark -9 = nicht beantwortet</p>

Rubrik PS: Paarinterne Stressoren

<p>[PS15] Skala (Zwischenwerte beschriftet) Paarinterne Stressoren Tabelle "Bitte wählen Sie unten die intuitiv auf Ihre Beziehung zutreffenden Aussagen aus"</p>
<p>PS15_01 In unserer Partnerschaft lösen alltägliche Unannehmlichkeiten, so genannte „daily hassels“, wie zum Beispiel eine schlechte Internetverbindung, Stress aus PS15_02 Zwischen mir und meinem/meiner Partner*In gibt es einige Angewohnheiten, die wir gegenseitig als störend empfinden PS15_03 Themen, die schon vor der Pandemie bestanden haben, lösen auch aktuell noch Stress in unserer Beziehung aus PS15_05 Ich habe das Gefühl, die Stressoren zwischen mir und meinem/meiner Partner*In sind seit der Pandemie mehr geworden PS15_06 Unterschiedliche Meinungen zwischen mir und meinem/meiner Partner*In lösen derzeit Stress aus PS15_07 Als Paar fällt es uns schwer, gemeinsame Interessen zu finden und umzusetzen PS15_08 Mein/meine Partner*in und ich respektieren unsere gegenseitigen Bedürfnisse nach Nähe und Distanz PS15_09 In der Partnerschaft fällt es uns schwer, die anfallenden Aufgaben und Zuständigkeiten gerecht zu verteilen PS15_10 Der Stress meines/meiner Partner*In wirkt sich negativ auf unsere Beziehung aus</p> <p>1 = Gar nicht 2 = Eher nicht 3 = Neutral 4 = Leicht 5 = Stark -9 = nicht beantwortet</p>

Rubrik DC: Dyadisches Coping

[DC01] Skala (Zwischenwerte beschriftet)

Dyadisches Coping Selbst

"Bitte wählen Sie in der untenstehenden Tabelle intuitiv die auf Sie zutreffende Antwort zu den Aussagen aus"

DC01_01 Wenn ich mich gestresst fühle, teile ich dies meinem/meiner Partner*In mit

DC01_02 Wenn ich mich gestresst fühle, bitte ich meinen/meine Partner*In, gewisse Aufgaben und Tätigkeiten zu übernehmen

DC01_04 Wenn mein/meine Partner*In belastet ist, verhalte ich mich positiv (ihn/sie unterstützen, auf ihn/sie eingehen, sich Zeit nehmen, etc.)

DC01_06 Stress, der uns beide betrifft, bewältigen wir gemeinsam

DC01_07 In Konfliktsituationen suchen wir nach konstruktiven Lösungen, hören uns gegenseitig zu und zeigen einander Wertschätzung

1 = Sehr selten

2 = Selten

3 = Manchmal

4 = Oft

5 = Sehr oft

-9 = nicht beantwortet

Rubrik PW: Posttraumatisches Wachstum

[PW01] Skala (Zwischenwerte beschriftet)

Posttraumatisches Wachstum

"Wenn Sie die unten stehenden Aussagen auf Ihre Reaktion auf die Covid-19 Pandemie beziehen, wie sehr treffen..."

PW01_01 Ich weiß jetzt, dass ich in schweren Zeiten auf andere Menschen zählen kann

PW01_02 Ich entwickelte einen Sinn für die Verbundenheit mit anderen

PW01_03 Ich will meine eigenen Gefühle mehr ausdrücken

PW01_04 Ich habe mehr Mitgefühl mit anderen

PW01_05 Ich investiere jetzt mehr in meine Beziehungen

PW01_06 Ich erfuhr eine Menge darüber, wie gut Menschen sind

1 = Trifft gar nicht zu

2 = Trifft kaum zu

3 = Trifft etwas zu

4 = Trifft sehr zu

5 = Trifft voll zu

-9 = nicht beantwortet