



Carolin Seilbeck

# Partnerschaftskonflikte im Familienkontext

Längsschnittliche Analysen  
mit dem deutschen Beziehungs-  
und Familienpanel *pairfam*

**BELTZ** JUVENTA

Carolin Seilbeck

# Partnerschaftskonflikte im Familienkontext

Längsschnittliche Analysen  
mit dem deutschen Beziehungs-  
und Familienpanel pairfam

**BELTZ** JUVENTA

Die Autorin

Carolin Seilbeck ist psychologische Psychotherapeutin und beschäftigte sich als wissenschaftliche Referentin am Deutschen Jugendinstitut mit der Qualität von innerfamiliären Beziehungen und der kindlichen Entwicklung. Aktuell ist sie in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung tätig.

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme.



Dieses Buch ist erhältlich als:  
ISBN 978-3-7799-7900-5 Print  
ISBN 978-3-7799-7901-2 E-Book (PDF)

1. Auflage 2024

© 2024 Beltz Juventa  
in der Verlagsgruppe Beltz · Weinheim Basel  
Werderstraße 10, 69469 Weinheim  
Alle Rechte vorbehalten

Herstellung: Hanna Sachs  
Satz: Datagrafix, Berlin  
Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza  
Beltz Grafische Betriebe ist ein klimaneutrales Unternehmen (ID 15985-2104-100)  
Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autor:innen und Titeln finden Sie unter: [www.beltz.de](http://www.beltz.de)

# Inhaltsverzeichnis

<b>Abbildungsverzeichnis</b>	9
<b>Tabellenverzeichnis</b>	11
<b>Danksagung</b>	15
<b>Zusammenfassung</b>	16
<b>1 Beziehungsfähigkeit auf dem Prüfstand – Umstände und Herausforderungen heutiger Paarbeziehungen</b>	19
<b>2 Qualität und Stabilität von Paarbeziehungen</b>	23
2.1 Individuelle, soziale und gesellschaftliche Bedeutung von Paarbeziehungen	26
2.1.1 Paarbeziehung und Gesundheit	26
2.1.2 Kinder im Kontext von Paarbeziehungen	30
2.1.3 Trennung und Scheidung und ihre Auswirkungen	33
2.2 Paarbeziehungen im Lebensverlauf	39
2.2.1 Paarbeziehungen im Jugendalter	43
2.2.2 Paare beim Übergang zur Elternschaft	45
2.2.3 Paarbeziehungen in der späten Lebensphase	51
2.3 Perspektiven auf Partnerschaft: Ein Forschungsüberblick	54
2.3.1 Evolutionsbiologischer Ansatz	54
2.3.2 Sozialpsychologische Theorien	55
2.3.3 Lern- und verhaltenstheoretische Ansätze	57
2.3.4 Bindungstheorie	64
2.3.5 Emotionsregulation und Paarbeziehung	68
2.3.6 Determinanten der Partnerschaftsqualität vor dem Hintergrund verschiedener Forschungsansätze	70
<b>3 Studie I: Wie du mir, so ich dir? Klassifikation von Konfliktstilen in Partnerschaften und deren Verlauf in langfristig stabilen Beziehungen</b>	74
3.1 Aktueller Forschungsstand zu Konflikten in Paarbeziehungen	74
3.1.1 Konfliktverhalten in stabilen Partnerschaften	76
3.1.2 Dyadische Konfliktmuster in Paarbeziehungen	78
3.1.3 Der Zusammenhang partnerschaftlichen Konfliktverhaltens mit Partnerschaftszufriedenheit und -stabilität	80

3.1.4	Die Bedeutung von kognitiven Prozessen und Bedürfnissen in der Partnerschaft für das partnerschaftliche Konfliktverhalten	82
3.1.5	Die Bedeutung von Persönlichkeitseigenschaften für das partnerschaftliche Konfliktverhalten	85
3.2	Fragestellung und Methode	87
3.2.1	Forschungsfragen und Hypothesen	87
3.2.2	Das Beziehungs- und Familienpanel pairfam	90
3.2.3	Stichprobe	93
3.2.4	Instrumente	95
3.2.5	Analyseverfahren	102
3.3	Ergebnisse	104
3.3.1	Querschnittliche Analysen latenter Klassen	104
3.3.2	Latente Transitionsanalyse	112
3.3.3	Regressionsanalysen zur Analyse der Prädiktoren	116
3.3.4	Varianzanalysen zur Analyse der Outcome Variablen	125
3.4	Diskussion	131
3.4.1	Konflikttypologie	131
3.4.2	Zeitlicher Verlauf von Konfliktmustern	134
3.4.3	Determinanten zur Vorhersage des Konfliktmusters	135
3.4.4	Konflikthäufigkeit, Partnerschaftsstabilität und Zufriedenheit nach Konfliktmustern	138
3.4.5	Limitationen und Forschungsdesiderate	141
<b>4</b>	<b>Studie II: Babyglück = Beziehungskrise? Partnerschaftliches Verhalten beim Übergang zur Elternschaft</b>	<b>143</b>
4.1	Aktueller Forschungsstand zum partnerschaftlichen Verhalten beim Übergang zur Elternschaft	143
4.1.1	Der Übergang zur Elternschaft als Lebensphase mit Stresspotenzial	144
4.1.2	Die Veränderung des partnerschaftlichen Verhaltens	145
4.1.3	Die Rolle der Depressivität	146
4.1.4	Adaptive Prozesse beim Übergang zur Elternschaft – die Rolle von feindseligen Attributionen und dyadischem Coping	149
4.2	Fragestellung und Methode	153
4.2.1	Forschungsfragen und Hypothesen	153
4.2.2	Stichprobe	156
4.2.3	Instrumente	159
4.2.4	Analyseverfahren	163

4.3	Ergebnisse	168
4.3.1	Mittelwertvergleich über verschiedene Messzeitpunkte	168
4.3.2	Bivariate Zusammenhänge	175
4.3.3	Mediations- und Moderationseffekte	178
4.4	Diskussion	187
4.4.1	Veränderung des partnerschaftlichen Verhaltens beim Übergang zur Elternschaft	187
4.4.2	Veränderungsprozesse im partnerschaftlichen Verhalten	189
4.4.3	Die Bedeutung des Geschlechts, der Partnerschaftszufriedenheit und der Vergleich zu kinderlosen Paaren	193
4.4.4	Forschungsdiesiderate	196
4.4.5	Limitationen	198
<b>5</b>	<b>Studie III: Wenn Mama und Papa sich streiten – Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen im Kontext elterlicher Konflikte</b>	<b>201</b>
5.1	Aktueller Forschungsstand zu kindlichem Wohlbefinden im Kontext elterlicher Konflikte	202
5.1.1	Die Rolle des Konfliktverhaltens der Eltern in Bezug auf kindliches Wohlbefinden	203
5.1.2	Verhaltensauffälligkeiten und Selbstwert des Kindes im Kontext elterlicher Konflikte	206
5.1.3	Mediierende Faktoren zwischen Partnerschaftskonflikten und kindlichem Wohlbefinden	209
5.1.4	Wechselwirkung zwischen Paarkonflikten und kindlichem Wohlbefinden	215
5.2	Fragestellung und Methode	216
5.2.1	Forschungsfragen und Hypothesen	216
5.2.2	Stichprobe	220
5.2.3	Instrumente	222
5.2.4	Analyseverfahren	229
5.3	Ergebnisse	233
5.3.1	Mittelwertvergleich des kindlichen Wohlbefindens nach Elternkonflikten und Geschlecht des Kindes	234
5.3.2	Stabilität und wechselseitige Effekte der Konflikthäufigkeit der Eltern und des kindlichen Wohlbefindens	238
5.3.3	Mediationsanalysen für den Zusammenhang zwischen elterlichen Konflikten und kindlichem Wohlbefinden	241

5.4	Diskussion	251
5.4.1	Der Zusammenhang von Ehekonflikten und kindlichem Wohlbefinden	251
5.4.2	Wechselseitige Effekte zwischen elterlicher Konflikthäufigkeit und kindlichem Wohlbefinden	253
5.4.3	Die Bedeutung der emotionalen Unsicherheit, der Eltern-Kind-Beziehung und des Erziehungsverhaltens im Kontext elterlicher Konflikte	255
5.4.4	Die Bedeutung des Geschlechts von Kindern und Eltern	258
5.4.5	Limitationen und Forschungsdesiderate	261
<b>6</b>	<b>Abschließende Diskussion und Integration der Studien</b>	<b>265</b>
6.1	Überblick und Zusammenfassung der Studien I bis III	265
6.2	Studienübergreifende Integration der Befunde	268
6.3	Implikationen für die Praxis	273
	<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>281</b>
	<b>Anhang</b>	<b>304</b>

# 1 Beziehungsfähigkeit auf dem Prüfstand – Umstände und Herausforderungen heutiger Paarbeziehungen

*Jeder ist beziehungsfähig* – so lautet der 2017 erschienene Bestseller der Psychologin Stefanie Stahl. Sie stellt damit eine gesellschaftlich kontrovers diskutierte These in den Raum, nachdem der Autor Michael Nast (2016) die heutige Gesellschaft als „Generation beziehungsunfähig“ bezeichnete. Es herrscht im öffentlichen Diskurs Uneinigkeit darüber, ob die Bindungs- und Partnerlosigkeit in der Tat zugenommen hat. Frauen sind heute durch bessere Bildungs- und Erwerbschancen weniger auf eine finanzielle Versorgung durch den Partner angewiesen und es werden immer mehr Erwartungen an eine Partnerschaft geknüpft. Des Weiteren prägen verlängerte Ausbildungswege, berufsbiografische Unsicherheiten und steigende Flexibilitätsanforderungen heutige Partnerschaften. Auf der Basis von aktuellen Daten aus verschiedenen deutschen und europäischen Umfrageerhebungen (sozioökonomisches Panel, Beziehungs- und Familienpanel, Familiensurvey, Survey of Health, Aging and Retirement in Europe) stellte Eckhard (2015) tatsächlich eine Abnahme der Häufigkeit von länger dauernden Paarbeziehungen innerhalb der letzten 20 Jahre fest. Dabei werde der Rückgang von stabileren, mindestens ein Jahr andauernden Paarbeziehungen durch kürzere Beziehungen kompensiert. Dieser Rückgang der Partnerbindung, der unter Berücksichtigung von Kohorteneffekten über die letzten zwei Jahrzehnte je nach Datenquelle zwischen 7 und 9 % beträgt, findet sich übergreifend in allen Altersstufen und Bildungsgruppen.

Betrachtet man heutige Partnerschaftsleitbilder für das Gelingen einer Partnerschaft genauer, zeichnen sich in der jungen Bevölkerung gegenseitige Liebe, erfüllte Sexualität, Freiraum lassen und finanzielle Absicherung als zentrale Werte ab (Diabaté, 2015). Es lassen sich in Deutschland verschiedene idealtypische Partnerschaftsleitbilder identifizieren (ebd.). Paare, die einem fusionsorientierten Partnerschaftsleitbild folgen, glauben an das Lebensglück durch Partnerschaft und haben die Vorstellung, zu einem *wir* zu fusionieren. Daraus resultiert eine hohe Eheorientierung, gemeinsame Ziele werden verfolgt und die Familie gilt als Stabilitätsgarant für die Partnerschaft. Beim bürgerlich-konventionellen Partnerschaftsleitbild kommt der Eheschließung ebenfalls eine hohe Bedeutung zu. Paare ohne gemeinsamen Haushalt werden nicht als richtige Paare angesehen. Gekennzeichnet ist dieses Leitbild dadurch, dass Männer die Entscheidungsmacht haben, eine finanzielle Sicherheit besteht und Frauen nach der Hochzeit meist den Namen des Mannes annehmen. Eine höhere Bildung der Frau widerspricht

diesem Leitbild. Beim assoziativ-modernen Partnerschaftsleitbild lassen sich folgende Annahmen finden: Partnerschaften funktionieren, wenn man sich liebt, eine erfüllte Sexualität miteinander hat, dem anderen auch Freiräume lässt, beide assoziativ Seite an Seite leben und finanziell abgesichert sind. Zuletzt hat das eheablehnende-instabile Partnerschaftsleitbild eine pessimistische Sicht auf die Dauerhaftigkeit von Partnerschaften und damit einhergehend eine geringe Eheorientierung. Dabei vertreten die 20–39-Jährigen der zitierten Untersuchung zum Teil mehrere Partnerschaftsbilder gleichzeitig. Das assoziativ-moderne Partnerschaftsleitbild ist am weitesten verbreitet. Eine überwiegende Mehrheit glaubt immer noch daran, dass sie nur in festen und stabilen Partnerschaften ihr Glück finden (ebd.). Ein Drittel hingegen lehnt diese Aussage ab und ein Zehntel der Befragten ist der Meinung, dass Partnerschaften nur zeitlich begrenzt funktionieren können. Aus psychologischer Perspektive könnte man aus dieser Studie schlussfolgern, „dass die Ehe bzw. langdauernde Partnerschaften letztlich nicht an Bedeutung verloren haben in dem Sinne, dass sie geringer bewertet werden, sondern gerade eben umgekehrt aufgrund ihrer überragenden Bedeutung für das Lebensglück des Einzelnen instabiler geworden sind“ (Roesler, 2018). Vielmehr sind also die Ansprüche an die Qualität von Partnerschaften gestiegen (Schmidt et al., 2006).

Der Wunsch nach einer stabilen Partnerschaft ist auch heute noch weit verbreitet. Etwa 80–90 % der Bevölkerung heiraten im Laufe ihres Lebens oder haben zumindest einmal eine längerfristige, feste, intime Beziehung (Myers et al., 2005). Personen mittleren Alters in Deutschland sind mehrheitlich verheiratet (Statistisches Bundesamt, 2022). Die Ehe, eine enge, auf Stabilität angelegte Beziehung, scheint für viele nach wie vor ein attraktives Familienmodell zu sein, das jedoch häufig nicht beständig ist (Bodenmann, 2016). Dabei ist nicht die Ehe als Institution entscheidend, sondern dass sich zwei Menschen erhoffen, in dieser engen Beziehung Halt und Geborgenheit, Stabilität und Kontinuität zu finden (ebd.). Neben der Ehe haben sich verschiedene eheähnliche Lebensformen etabliert, wie z. B. unverheiratet Zusammenleben oder Getrennt-Zusammensein (*Living Apart Together*, LAT). Zudem lässt sich feststellen, dass Beziehungen heutzutage von kürzerer Dauer sind und häufiger Partnerwechsel stattfinden als früher. Der Anteil der Singles an sich (2007: 7 % in Deutschland) hat sich hingegen in den letzten 30 Jahren nicht verändert (Roesler, 2018). Vielmehr stellen Single-Phasen oftmals ein Durchgangsstadium zwischen zwei Partnerschaften dar. Vergleicht man die unterschiedlichen Beziehungsformen, zeigt sich, dass Ehen am längsten dauern, getrennt lebende Beziehungen am kürzesten. Unverheiratet-Zusammenlebende liegen bei der Beziehungsdauer dazwischen. Unterschiede bezüglich der Partnerschaftszufriedenheit lassen sich nicht finden. Es handelt sich also stärker um eine formale Unterscheidung, emotional können die

verschiedenen Beziehungsformen als gleichwertig intensiv und bedeutsam erlebt werden (Schmidt et al., 2006).

In den letzten 30 Jahren ist es aufgrund hoher Scheidungszahlen und gesellschaftlicher Veränderungen zu einer Pluralität von Familienformen gekommen. Hierzu zählen Klein- und Nuklearfamilien, Großfamilien mit mehreren Generationen, Ein-Eltern-Familien (Alleinerziehende), Patchwork-, Fortsetzungs- oder Stieffamilien und Singles. Durch diese Diversität ist es schwierig, den Begriff Familie zu definieren. Für Perrez und Bodenmann (2009) ist Familie eine intergenerationale Beziehungsform, die durch physische, geistige und emotionale Nähe gekennzeichnet ist, auf langfristige Ziele angelegt ist und mindestens aus einem Elternteil und einem Kind besteht. Schneewind (2010) hebt in seiner Definition die interpersonelle Involviertheit der Familienmitglieder hervor und verweist auf die Aspekte Nähe, Abgrenzung, Privatheit und Dauerhaftigkeit. Bei Familien ist im Vergleich zu früheren Funktionen mehr und mehr die Beziehungsgestaltung in den Fokus gerückt. Ihr kommen vorwiegend psychosoziale Funktionen und Aufgaben zu, wie der emotionale Austausch, kognitiv-intellektuelle Stimulierung und Förderung, moralisch-ethische Sozialisation, gemeinsame Erfahrungen, gemeinsam verbrachte Zeit und spielerische Aktivitäten sowie eine gemeinsame Entwicklung mit fortwährender Anpassung (Bodenmann, 2016).

Vor dem Hintergrund der skizzierten Entwicklungen lässt sich schlussfolgern, dass Paare nach wie vor eine stabile Paarbeziehung als Bereicherung für ihr individuelles Lebensglück ansehen. Gleichzeitig belegen die Trends, dass es immer schwieriger wird, Paarbeziehungen so zu gestalten, dass auch längerfristig eine tiefe emotionale Verbundenheit zwischen den Partnern bestehen bleibt. Es stellt sich also die Frage, wie es Paaren gelingt, eine auf Dauer angelegte Beziehung aufzubauen und zu pflegen. Dabei erweist sich die Kommunikation insbesondere in Konfliktsituationen als notwendige Kernkompetenz. Doch wie schaffen es Paare, nach der Phase der Verliebtheit eine wertschätzende und unterstützende Kommunikation aufrechtzuerhalten? Wie können Krisen und Herausforderungen gemeinsam gemeistert werden, ohne sich dabei in destruktiven Kommunikationsmustern zu verfangen? Und wie können die Fundamente in der Paarbeziehung so gelegt werden, dass die Familie einen geeigneten Raum bietet, in dem sich Kinder bestmöglich entfalten können? Ziel der vorliegenden Arbeit ist es, partnerschaftliches Konfliktverhalten in verschiedenen familiären Kontexten empirisch zu untersuchen. Außerdem sollen Ansatzpunkte abgeleitet werden, wie Paare bestmöglich bei dem Vorhaben unterstützt werden können, eine stabile Paarbeziehung aufrechtzuerhalten.

Mit Kapitel 2 erfolgt zunächst eine Einführung in den Forschungsstand zur Qualität und Stabilität von Paarbeziehung unter Bezugnahme auf verschiedene Forschungsansätze und Theorien. Anschließend werden in drei Teilstudien

empirische Analysen mit den pairfam Daten zu Partnerschaftskonflikten in verschiedenen familiären Kontexten vorgestellt. In einem abschließenden Kapitel werden die Ergebnisse der Arbeit integriert und diskutiert.

In dieser Arbeit wird aus Gründen der besseren Lesbarkeit auf das Verwenden von genderspezifischer Sprache verzichtet. Es wird das generische Maskulinum verwendet, wobei weibliche und andere Geschlechteridentitäten ebenfalls angesprochen werden sollen.

## 2 Qualität und Stabilität von Paarbeziehungen

Beschäftigt man sich mit der Qualität und Stabilität von Paarbeziehungen, ist es wichtig, diese beiden Fachtermini zu unterscheiden. Unter *Beziehungsqualität* werden Aspekte wie die Zufriedenheit der Partner mit und in der Beziehung, aber auch objektive Kriterien wie beispielsweise die Qualität der Interaktion zwischen den Partnern gefasst (Roesler, 2018). *Beziehungsstabilität* bezeichnet die „langfristige Dauerhaftigkeit der Beziehung und Fähigkeit auch unter Belastungen nicht zur Trennung zu gelangen“ (Roesler, 2018, S. 71). Diese beiden Dimensionen sind nicht identisch miteinander, korrelieren nach neueren Übersichtsarbeiten in eher geringem Ausmaß ( $r = .20-.34$ ) und werden durch unterschiedliche Determinanten prädiziert (Bodenmann, 2001). Es wird ein komplexer Zusammenhang zwischen der Beziehungsqualität und -stabilität angenommen, wobei nicht das Ausgangsniveau, sondern vielmehr der zeitliche Verlauf der Ehezufriedenheit als Prädiktor für Trennung und Scheidung angesehen wird (Roesler, 2018). In der vorliegenden Arbeit liegt der Fokus auf der Beziehungsqualität – insbesondere auf der Interaktion in der Partnerschaft. Deshalb wird auch im Theorieteil dieser Dimension der Paarbeziehung mehr Aufmerksamkeit geschenkt. Auf die Beziehungsstabilität wird im Abschnitt 2.1.1 näher eingegangen, sie findet darüber hinaus weniger Berücksichtigung.

Partnerschaftszufriedenheit, als wichtiger Indikator der Beziehungsqualität, ist nicht leicht zu messen, da sich die Mehrheit der Paare als relativ zufrieden einschätzt. Bodenmann et al. (2005) fanden in ihrer epidemiologischen Studie mit 2235 verheirateten Personen in der Schweiz heraus, dass 78 % der Frauen und 86 % der Männer mit ihrer Ehe zufrieden bis sehr zufrieden sind. Personen mit kurzer Partnerschaftsdauer (0–4 Jahre) und Personen mit einer Partnerschaftsdauer von über 35 Jahren zeigten dabei die höchsten Zufriedenheitswerte. Selbst bei Paaren, die sich später scheiden ließen, gaben 90 % an, zum Zeitpunkt der Eheschließung eine starke bis sehr starke Liebe zu ihrem Partner empfunden zu haben. Die hohe Partnerschaftszufriedenheit bei Paaren steht in Kontrast zu den hohen Scheidungsraten. Somit spiegelt die Einschätzung der Partnerschaftszufriedenheit nur unzureichend den Zustand der Partnerschaftsqualität wider. Das mag daher rühren, dass viele Paare versuchen, Probleme zu verdrängen, und diese nicht wahrhaben wollen. Anhand einer Analyse von 100 Längsschnittstudien konnten Bradbury und Karney (2004) zeigen, dass die Beziehungszufriedenheit über die Zeit deutlich abnimmt. In Kohorten-Querschnittstudien wird durch das begrenzte methodische Design meist die Zufriedenheit älterer Paare überschätzt. Insgesamt weisen also Personen, die erst kürzlich eine Partnerschaft eingegangen

sind, die höchsten Zufriedenheitswerte auf. Für das Absinken der Zufriedenheitswerte nach der Anfangsphase der Partnerschaft hat sich in der Fachliteratur der Begriff *Honeymoon-is-over-Effekt* (Kurdek, 1998) etabliert. Trotz einer allgemeinen Abnahme der Partnerschaftszufriedenheit lassen sich interindividuelle Unterschiede feststellen, in welchem Umfang und wie schnell die Zufriedenheit von Paaren sich verändert. Kamp Dush et al. (2008) konnten in einer 20-Jahre-Längsschnittstudie bei 1998 Personen zeigen, dass nur wenige Paare über den gesamten Untersuchungszeitraum hinweg eine hohe Partnerschaftszufriedenheit beibehalten konnten. Diese Paare zeichneten sich durch eine hohe Lebenszufriedenheit, weiße Ethnie, egalitäre Rollenverteilung und Entscheidungsprozesse, einer religiösen Orientierung und traditionellen Einstellungen zur Ehe aus. Bei Paaren mit ungünstigen Verläufen der Partnerschaftszufriedenheit fanden Laverne und Bradbury (2010) Zusammenhänge mit folgenden Merkmalen: ungünstige Persönlichkeitseigenschaften, physisch aggressives Verhalten, negativer Affekt, höheres Stressniveau und geringere positive Emotionalität.

Gräser et al. (2010) kommen bei ihren Auswertungen von Längsschnitterhebungen über 25 Jahre zu dem Schluss, dass Partnerschaftsqualität weniger von einzelnen spezifischen Merkmalen abhängt, als vielmehr mit der Kompatibilität von Zielen, Einstellungen und Handlungsorientierungen der beteiligten Partner. Mittels Strukturgleichungsmodellen zeigte sich, dass neben dem Altersunterschied und dem Neurotizismus der Partner vor allem der gegenseitige Änderungswunsch und die gegenseitige Unterstützung mit dem Verlauf der Partnerschaftszufriedenheit zusammenhing. Änderungswünsche an den Partner zeigen einen negativen Effekt auf den Status der Zufriedenheit, jedoch eine günstige Wirkung auf den Verlauf. Die Autoren interpretieren dies so, dass die Kommunikation von Kritik und Unzufriedenheit möglicherweise einen regulatorischen Prozess darstellt, der langfristig zu Kohäsion und Koordination innerhalb des Beziehungssystems beiträgt.

Eine weitere relevante Einflussgröße auf die Qualität von Paarbeziehungen scheint die Beziehungspersönlichkeit zu sein. Durch drei relativ unabhängige Merkmale, nämlich Kompetenz, Einfühlsamkeit und Verletzbarkeit (vgl. Schneewind & Gerhard, 2002), können auf Basis von Clusteranalysen drei Persönlichkeitstypen bestimmt werden. Bei den beiden Gruppen positiv (Kompetenz und Einfühlsamkeit hoch, Verletzbarkeit niedrig) und weniger positiv (Kompetenz und Einfühlsamkeit niedrig, Verletzbarkeit hoch) zeigen sich nahezu konträre Ausprägungen der Merkmale, während bei der mittleren Gruppe neben einer hohen Kompetenz und Einfühlsamkeit auch die Verletzbarkeit stark ausgeprägt ist. In einer Fünf-Jahre-Längsschnittstudie konnte gezeigt werden, dass der Zusammenhang zwischen der Beziehungspersönlichkeit und der Ehezufriedenheit durch die Qualität der Konfliktbewältigung vermittelt wird.

Die Ehezufriedenheit hängt darüber hinaus mit der Qualität des Paarklimas zusammen, das durch die drei Merkmale Zusammenhalt, Anregung und

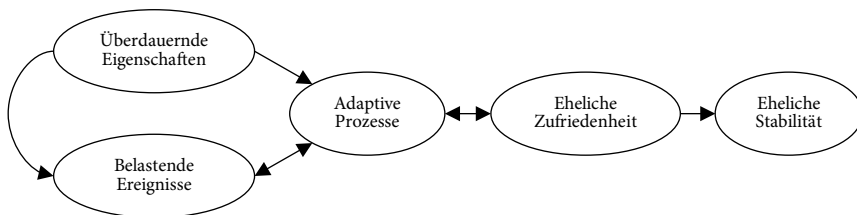
Kontrolle gekennzeichnet ist (vgl. Schneewind & Kruse, 2002). Ein starker Zusammenhalt, viel Anregung und eine gering ausgeprägte Kontrolle gehen mit einer hohen Zufriedenheit beider Partner einher. Dahingegen sind ein geringer Zusammenhalt und wenig Anregung bei gleichzeitig stark ausgeprägter Kontrolle mit einer niedrigen Paarzufriedenheit assoziiert. Auch im zeitlichen Verlauf spiegelt sich die Entwicklung der Ehezufriedenheit bei unterschiedlicher Qualität des Paarklimas wider (ebd.). Bei einem positiven Paarklima findet sich auch nach Geburt eines Kindes kein statistisch signifikanter Unterschied im Vergleich zu kinderlosen Paaren. Bei Paaren, die ihr Paarklima als negativ einschätzen, kommt es jedoch zu einem deutlichen Absinken der Ehezufriedenheit infolge einer Elternschaft.

Partnerschaftszufriedenheit bzw. -unzufriedenheit kann ganz umfassend betrachtet werden oder sich auf spezifische Bereiche beziehen. Bodenmann (2016) nimmt eine Einteilung in vier Bereiche vor, was insbesondere für die Praxis der Paartherapie eine hilfreiche Unterscheidung sein kann. Neben der empfundenen Nähe bzw. Verbundenheit stellt er die Kommunikationsqualität, die Qualität der dyadischen Stressbewältigung und die Verbindlichkeit (Commitment) als bedeutsam dar. Es können sich Differenzen ergeben zwischen der subjektiven Einschätzung des Betroffenen und der objektiven Beurteilung eines Beraters oder Therapeuten. Die subjektive Sicht spielt meist eine wichtigere Rolle für das Wohlbefinden der Person als die Expertenmeinung.

Schließlich soll auf ein Modell eingegangen werden, das versucht, die verschiedenen Befunde zur Vorhersage von Partnerschaftszufriedenheit zu integrieren. Auf Grundlage einer Metaanalyse über 115 prospektive Längsschnittstudien entwickelten Karney und Bradbury (1995) das Vulnerabilitäts-Stress-Adaptionsmodell zur Vorhersage von Paarzufriedenheit und Paarstabilität, welche als konzeptionell und empirisch weitgehend unabhängige Dimensionen betrachtet werden (siehe Abbildung 1). Sogenannte Anpassungsprozesse nehmen eine zentrale Stellung ein und gelten als besonders bedeutsam für den Verlauf von Partnerschaften. Es handelt sich dabei um Strategien, die vom Einzelnen oder als Paar gemeinsam eingesetzt werden – insbesondere in krisen- und konflikthaften Situationen. Dazu zählen individuelle und dyadische Formen der Emotionsregulation und Stressbewältigung bei Unstimmigkeiten in der Paardyade und bedingt durch externe Stressoren (Bodenmann, 2000b). Außerdem spielen funktionale bzw. dysfunktionale Kommunikationsfertigkeiten sowie Konflikt- und Problemlösekompetenzen eine wichtige Rolle (Schneewind, 2008). Karney und Bradbury (1995) kommen zu der These, dass überdauernde Eigenschaften der Partner (wie z. B. Persönlichkeitseigenschaften, Bindungsstile) keinen direkten Einfluss auf die Zufriedenheit und Stabilität der Partner haben, sondern lediglich indirekt, vermittelt über die mehr oder weniger funktionalen Anpassungsprozesse. Als Persönlichkeitseigenschaft hat sich in Längsschnittstudien insbesondere Neurotizismus als ein wichtiger Einflussfaktor für das Gelingen von

Paarbeziehungen erwiesen. Belastende Ereignisse sind sowohl kritische Lebensereignisse auf Makroebene (z. B. chronische Krankheit, Arbeitslosigkeit etc.) als auch tägliche Unannehmlichkeiten auf Mikroebene, die innerhalb und außerhalb der Paarbeziehung auftreten können. Gemäß diesem Modell ist nicht das Auftreten belastender Ereignisse per se entscheidend für die eheliche Zufriedenheit, sondern deren individuelle oder dyadische Bewältigung.

Abbildung 1. Vulnerabilitäts-Stress-Adaptionsmodell nach Karney & Bradbury (1995, S. 23). Eigene Darstellung.



## 2.1 Individuelle, soziale und gesellschaftliche Bedeutung von Paarbeziehungen

Liebe, Partnerschaft und Familie stellen laut Umfragen zur Lebenszufriedenheit zentrale Faktoren für das Wohlbefinden und Lebensglück dar (Schindler et al., 2019). Eine feste Partnerschaft trägt maßgeblich zu Lebensfreude, psychischer Stabilität und auch zu körperlicher und psychischer Gesundheit bei. Trotz dem Wunsch nach einer lebenslang glücklichen Beziehung verschlechtert sich die Beziehungsqualität besonders in den ersten 10 Jahren nach der Heirat (Roesler, 2018). Herrscht eine große Unzufriedenheit in der Partnerschaft, ist dies oft Quelle von Konflikten und Leid. Eine belastende Partnerschaft hat nicht nur auf die Betroffenen vielfältige und oft schwerwiegende Auswirkungen, sondern es ergeben sich auch für die Gesellschaft finanzielle wie soziale Probleme (Andreß et al., 2006). Im Folgenden soll zunächst der Zusammenhang von Partnerschaft mit der physischen und psychischen Gesundheit dargestellt werden. Im zweiten Punkt dieses Unterkapitels soll speziell auf die Entwicklung von Kindern im Kontext von Paarbeziehungen eingegangen werden und schließlich werden Auswirkungen von Trennung und Scheidung aufgezeigt.

### 2.1.1 Paarbeziehung und Gesundheit

Inzwischen gibt es umfangreiche Studienergebnisse, die zeigen, dass es einen starken Zusammenhang zwischen der Qualität der Paarbeziehung und der

Gesundheit der Partner gibt (Frisch et al., 2017). Doch nicht nur die Qualität sondern auch der Partnerschaftsstatus an sich geht mit unterschiedlichen gesundheitlichen Faktoren einher.

## Partnerschaftsstatus und Gesundheit

Feste Beziehungen weisen positive Effekte bezüglich der Lebenszufriedenheit und Gesundheit auf, wobei sowohl ein Selektionseffekt (gesündere Personen heiraten mit höherer Wahrscheinlichkeit) als auch ein beziehungstypischer protektiver Effekt (Personen in festen Partnerschaften zeigen ein ausgeprägteres Gesundheitsverhalten, siehe Tabelle 1) zu unterscheiden sind (Monin & Clark, 2011). Es bestehen sich verstärkende Partnereffekte beispielsweise beim Rauchen (58 % für Männer, 52 % für Frauen) und beim Alkoholkonsum (85 % für Männer, 35 % für Frauen; Falba & Sindelar, 2008). Das eigene Gesundheitsverhalten kann somit den Partner motivieren, oder ihn im Gegenteil daran hindern, eine Veränderung zu erreichen.

Tabelle 1. Gesundheitsverhalten bei Personen in festen Partnerschaften

Gesünderes Ernährungsverhalten	Vitaminreichere und fettärmere Kost, regelmäßige Mahlzeiten
Gegenseitige Fürsorge	Betreuung und Pflege des Partners, Gesundheitsmonitoring
Wechselseitige positive Verhaltenskontrolle	Hinweise darauf und Hilfestellungen, ungesundes oder risikoreiches Verhalten zu unterlassen
Schnelleres Reagieren bei gesundheitlichen Problemen	Den Partner auffordern, einen Arzt bereits bei ersten Symptomen aufzusuchen und sich behandeln zu lassen
Größeres soziales Netzwerk	Bessere soziale Integration und breiteres soziales Stützsystem
Bessere finanzielle Ressourcen	Bessere Möglichkeiten zu einem gesunden Lebensstil, besserer Gesundheitsvorsorge und gesund erhaltenden Hobbies

nach Bodenmann, 2016

Eine Reihe von Studien zeigt, dass verheiratete Personen eine längere Lebensdauer und ein geringeres Risiko für akute oder chronische Gesundheitsprobleme (grippale Infekte, Krebserkrankung, Operationen, Herzinfarkt oder psychische Störungen) aufweisen. Besonders stark ausgeprägt sind diese Effekte bei Männern (Hughes & Waite, 2009). Die geringere Mortalitätsrate bei verheirateten Personen findet sich kulturübergreifend und scheint unabhängig von Alter, Geschlecht und sozioökonomischem Status zu bestehen (Carr & Springer, 2010). Die gesundheitsschützende Wirkung einer festen Partnerschaft zeigt sich auch darin, dass das Risiko zur Entwicklung einer psychischen Störung im Vergleich zum Ledigenstatus niedriger ausfällt. Es lassen sich störungsspezifische Geschlechtseffekte nach einer kürzlich zurückliegenden Scheidung dahingehend finden, dass Männer häufiger eine Suchterkrankung, Frauen häufiger eine Depression entwickeln

(Scott et al., 2010). Bei Geschiedenen lässt sich nachweisen, dass sie das Gesundheitssystem stärker beanspruchen durch 30 % mehr Arztbesuche bei akuten Erkrankungen und sechsmal häufigeren Klinikaufnahmen (Roesler, 2018). Diese negativen gesundheitlichen Auswirkungen von Trennung und Scheidung lassen sich auch nicht durch eine erneute Heirat oder längerfristige Partnerschaft kompensieren. Im Vergleich geht es den zum ersten Mal Verheirateten gesundheitlich deutlich besser als denjenigen, die nach einer Scheidung erneut geheiratet haben (Hughes & Waite, 2009). Chronische Erkrankungen wie z. B. koronare Herzerkrankungen, Krebs oder Diabetes sind unter Geschiedenen und Verwitweten um 20 % häufiger als unter Verheirateten. Eine aktuelle Studie von Mikucka et al. (2021) legt allerdings nahe, dass der protektive Effekt einer Heirat differenziert zu betrachten ist. Die Autoren fanden durch Anwendung neuer statistischer Verfahren heraus, dass die physische Gesundheit von Partnern beim Übergang in die Ehe zunächst kurzzeitig abnimmt, bevor sie auf lange Sicht wieder ansteigt – allerdings nur bei den Männern.

### Partnerschaftsqualität und physische Gesundheit

Neben dem Beziehungsstatus stellen insbesondere die Beziehungszufriedenheit und -qualität einen entscheidenden, gesundheitlichen Resilienzfaktor dar. Partner üben eine gewisse soziale Kontrolle bezüglich des Gesundheitsverhaltens übereinander aus und stehen einander im Krankheitsfall bei. Je mehr die Partner am Wohlergehen des anderen interessiert sind, desto größer ist auch die gegenseitige Fürsorge. Auch die tägliche Interaktion mit dem Partner wirkt sich auf das Wohlbefinden aus. Saxbe und Repetti (2010) konnten in einer Feldstudie mit 60 Frauen in festen Beziehungen zeigen, dass ein regenerationsförderndes Zuhause, was durch die im Alltag verwendeten Wörter klassifiziert wurde, mit günstigeren Kortisolkurven und weniger deprimierter Stimmung im Tagesverlauf einherging. In chronisch unzufriedenen Partnerschaften ist hingegen das Immunsystem durch einen chronisch erhöhten und später sinkenden Kortisolspiegel geschwächt (Robles et al., 2003). Auch die Wundheilung scheint je nach Partnerschafts- und Interaktionsqualität unterschiedlich schnell zu erfolgen. So fanden Whisman und Sbarra (2012) in ihrer Studie bei Frauen einen Zusammenhang zwischen Partnerunterstützung und einem entzündungsregulierenden Biomarker. Bei der Entwicklung von Bluthochdruck und anderen Bestandteilen koronarer Herzerkrankungen sind die Zusammenhänge zwischen belasteter Paarbeziehung bzw. Trennung aus langjähriger Paarbeziehung und der Entwicklung von gesundheitsgefährdenden Symptomen besonders gut belegt (Tobe et al., 2007). Durch das Gefühl des Geliebtwerdens in der eigenen Partnerschaft scheint es einen Schutzeffekt zu geben, was sich auch bei einer Studie zu Herzoperationen zeigte (King & Reis, 2012). 15 Jahre nach einer Bypass-Operation leben von den Verheirateten 2.5-mal mehr Patienten als von den Alleinlebenden. Die Überlebenschance war sogar um das

3.2-fache höher, wenn die Patienten ihre Paarbeziehung zusätzlich als besonders glücklich einschätzten. Bei verschiedenen somatischen Erkrankungen (Arthritis, chronische kardiovaskuläre Erkrankungen, Diabetes, Niereninsuffizienz) fanden Rosland et al. (2012) eine negative Korrelation mit günstigem Partnerverhalten. Die Autoren identifizierten in ihrem Übersichtsartikel mit 30 Studien günstiges Partnerverhalten (wie z.B. Förderung der Selbständigkeit des kranken Partners, dyadische Kohäsion, aufmerksame Reaktionen auf die Symptome des Partners) und ungünstiges Verhalten (wie z.B. kritisches, strafendes, überprotektives oder kontrollierendes Partnerverhalten).

### Partnerschaftsqualität und psychische Gesundheit

Der Zusammenhang zwischen der Partnerschaftsqualität und psychischen Störungen ist inzwischen viel beforscht und lässt sich insbesondere bei affektiven Störungen (Depression und Dysthymie), Angststörungen (Panikstörung, Agoraphobie, generalisierte Angststörung und posttraumatische Belastungsstörung) und substanzinduzierten Störungen (Alkoholmissbrauch und Drogenabhängigkeit) finden (Bodenmann, 2016).

Sowohl bei Männern als auch bei Frauen sind Depression und Partnerschaftsprobleme eng korreliert. Bodenmann et al. (2008) berichten in einer Studie mit 60 Paaren, von denen ein Partner an einer mittelschweren bis schweren Depression erkrankt war, von einer negativen Korrelation von  $r = -.33$  zwischen Depressionswerten (BDI) und Partnerschaftsqualität. Dabei ist von einer Bidirektionalität zwischen Partnerschaftsproblemen und Depression auszugehen, was mittels Längsschnittstudien untersucht wurde. Beispielsweise fanden Kourus und Cummings (2011) in einer Drei-Jahre-Längsschnittstudie mit 296 Paaren heraus, dass bei Männern der Schweregrad der Depression eine Abnahme der Partnerschaftszufriedenheit vorhersagte und umgekehrt eine Abnahme der Partnerschaftszufriedenheit nachfolgende Depressionssymptome erhöhte. Bei den Frauen wurde ein hohes anfängliches Konfliktniveau als Prädiktor für verstärkte depressive Symptomatik im Verlauf gefunden. Außerdem zeigte sich bei Frauen ein Partnereffekt: Die Depression des Partners führte zu einer Abnahme der eigenen Partnerschaftszufriedenheit. Häufig gehen Partnerschaftsprobleme einer depressiven Episode voraus und rund 60 % nennen Partnerschaftsprobleme als Hauptursache für ihre depressive Erkrankung (Beach & Whisman, 2012). Auch der Verlauf der depressiven Störung steht in Zusammenhang mit der Partnerschaftsqualität. Bei Partnerschaftsproblemen ist die Störung stärker ausgeprägt und die Remission ist erschwert, während sich bei einer hohen Partnerschaftsqualität eine schnellere Besserung der Symptomatik zeigt (Moya et al., 2010). Bei Paaren mit einem depressiven Partner finden sich häufig negative Interaktionsmuster, die auch nach Kontrolle der Partnerschaftsqualität bestehen bleiben. Insbesondere Demütigungen, Bloßstellungen und Erniedrigungen erweisen sich

als prädiktiv für die Entwicklung einer depressiven Episode. Im Folgenden werden die Kennzeichen einer negativen Paarinteraktion bei Depression aufgeführt (nach Bodenmann, 2016):

- geringe verbale und nonverbale Positivität
- geringer Blickkontakt und abgewandte Körperhaltung
- verlangsamte Sprache
- häufige offene und verdeckte Kritik
- häufige Defensivität
- häufige Unterbrechungen
- stärkerer Rückzug
- hohe Asymmetrie zwischen den Partnern

Auch bei Angststörungen besteht ein Zusammenhang zur Partnerschaftsqualität, wobei zu diesem Störungsbild weit weniger Forschungsergebnisse vorliegen. Die stärkste negative Korrelation lässt sich nach Whisman et al. (2000) zwischen Partnerschaftszufriedenheit und der generalisierten Angststörung finden. In einer Längsschnittstudie mit 1 445 irischen Paaren konnten Whisman et al. (2018) zeigen, dass Eheprobleme bei Männern zwei Jahre später zu erhöhten Symptomwerten einer generalisierten Angststörung führten. Die meisten Patienten mit generalisierter Angststörung leben in einer Beziehung. Deshalb ist es auch relevant, dass sich das Scheidungsrisiko um den Faktor 1.7 erhöht (Kessler et al., 1998). Was die Behandlung von agoraphobischen Patienten anbelangt, konnte gezeigt werden, dass eine positive Partnerschaftsqualität des Patienten mit dem Therapieerfolg ein Jahr später positiv korreliert ist (Löhr et al., 2003).

### 2.1.2 Kinder im Kontext von Paarbeziehungen

Die Bedeutung der Familie als Resilienz- bzw. Risikofaktor für die kindliche Entwicklung ist heute unbestritten. Dabei spielt die Familie als wichtigste Sozialisationsinstanz sowohl bei einer normalen, günstigen Entwicklung der Kinder als auch bei einer abweichenden Entwicklung oder der Entstehung von Störungen eine zentrale Rolle.

Nicht so sehr die Familienform an sich scheint für eine gesunde Entwicklung von Kindern ausschlaggebend zu sein, sondern wie gut es den Eltern gelingt, die wichtigsten Grundbedürfnisse der Kinder zu befriedigen und einen emotional, kognitiv, sozial und ökonomisch förderlichen Entwicklungskontext zu gewährleisten (Bodenmann, 2016). Dabei ist insbesondere die Eltern-Kind-Beziehung von großer Bedeutung, um für Kinder ein förderliches Familienklima zu schaffen. Studienergebnisse deuten darauf hin, dass es in der klassischen Zwei-Eltern-Familie häufiger gelingt, einen idealen Entwicklungskontext für Kinder zu schaffen – unter

den Voraussetzungen, dass die Eltern psychisch gesund sind, eine funktionale Partnerschaft führen, und angemessenes Erziehungsverhalten und Sensitivität gegenüber dem Kind zeigen (ebd.). Einige wichtige Studien und Überblicksarbeiten zur Entwicklung von Kindern in unterschiedlichen Familienformen werden im Folgenden herausgegriffen. Nach S.L. Brown (2010) erzielen Kinder aus biologischen Zwei-Eltern-Familien bessere Werte bei intellektuellen, kognitiven, sozialen und behavioralen Parametern sowohl im Quer- als auch im Längsschnitt im Vergleich zu Kindern von Alleinerziehenden, Scheidungs- oder Stieffamilien. Auch Crosnoe und Cavanagh (2010) finden in ihrer Literaturanalyse eine günstigere Entwicklung von Kindern in intakten Zwei-Eltern-Familien ohne Scheidungshintergrund. Laut einer deutschen Studie von Entleitner-Phleps und Walper (2020) weisen Kinder, die mit einer alleinerziehenden Mutter oder in einer komplexen Stieffamilie leben ein geringeres Wohlbefinden auf und berichten von mehr Streit und einem schlechteren Familienklima als Kinder in Kernfamilien. In einer Metaanalyse, basierend auf 61 Studien, resümiert Jeynes (2007), dass Kinder aus Stieffamilien schlechtere Werte bei psychischem Befinden und Schulleistungen erzielen als Kinder von Alleinerziehenden oder intakten Familien. Bei Kindern, die in gleichgeschlechtlichen Partnerschaften aufwachsen, konnten hinsichtlich der späteren sexuellen Orientierung und dem Befinden der Kinder keine Abweichungen von Kindern mit heterosexuellen Eltern gefunden werden, was dafür spricht, dass gleich gute Entwicklungsbedingungen möglich sind (Wainright et al., 2004).

Die Partnerschaft bildet die elementarste und wichtigste Kernzelle der Familie und durch sie werden alle wesentlichen Einflussfaktoren für die kindliche Entwicklung direkt und indirekt konstituiert (Bodenmann, 2016). Bodenmann (2016) fasst die vier wichtigsten psychosozialen familiären Risikofaktoren für die Entstehung kindlicher Störungen wie folgt zusammen:

- Durch eine mangelnde mütterliche oder elterliche Sensitivität kann die Bindungssicherheit nicht ausreichend aufgebaut werden, was zu einem niedrigen Selbstwert und externalen Kontrollüberzeugungen führen kann.
- Dysfunktionales Erziehungsverhalten verwehrt dem Kind klare Kontingenzerfahrungen oder unterminiert bei strafendem Verhalten seinen Selbstwert. Im Sinne des Modelllernens übernehmen Kinder Problemlöse- und Konfliktstile von ihren Eltern, wobei der Umgang zwischen Eltern und Kindern wiederum durch die Partnerschaftsqualität moderiert wird (van Doorn et al., 2011).
- Eine gestörte Partnerschaft trägt zu einem dysfunktionalen Familienklima bei. Nach Befunden der Bella-Studie erhöhen familiäre Konflikte das Risiko für psychische Störungen bei Kindern und Jugendlichen um den Faktor 4.97, eine gestörte Partnerschaft der Eltern um den Faktor 2.75 (Ravens-Sieberer et al., 2009).
- Psychische Störungen der Eltern haben Auswirkungen auf die oben aufgeführten Faktoren Sensitivität, Erziehung und Partnerschaftsqualität.

Partnerschaftskonflikte sind neueren Studien zufolge differenzierter zu betrachten in Abhängigkeit von ihrer Häufigkeit, dem Umgang der Partner miteinander während des Konfliktes und von ihrer Einbettung in den Gesamtkontext der Partnerschaftsqualität (Laursen & Hafen, 2010). Erst bei einem chronisch destruktiven Verlauf von Konflikten und wenn sie in Häufigkeit, Dauer, Intensität und Form der Beendigung vom normalen Ausmaß abweichen, beeinträchtigen sie das Befinden von Partnern und Kindern. Bei einer konstruktiven Konfliktlösung der Eltern lernen Kinder hingegen, mit sozialen Spannungen umzugehen, eigene Bedürfnisse und die Bedürfnisse anderer auszutarieren und faire Lösungen zu finden. Das Konfliktmuster der Eltern tradiert sich über mehrere Generationen hinweg. Als besonders schädigend für Kinder sind Konflikte dann, wenn sie folgende Merkmale aufweisen (Aufzählung nach Bodenmann, 2013, S. 152):

- Konflikte dauern lange oder treten chronisch auf.
- Konflikte sind sehr intensiv (physische oder verbale Gewalt).
- Konflikte werden destruktiv ausgetragen (hostil-aggressive, passiv-aggressive oder schwelende Konfliktaustragung ohne puffernde Wirkung von Alltagsnetzigkeiten, dyadischem Coping oder konstruktiver Konfliktbeendigung, keine Versöhnung).
- Konflikte werden vor den Kindern oder in Hörweite der Kinder ausgetragen.
- Kinder werden zum Konfliktinhalt.
- Kinder werden von den Eltern als Koalitionspartner missbraucht.
- Kinder mischen sich in den Konflikt ein und werden selbst Konfliktpartei.
- Kinder verstehen die Gründe für den Streit der Eltern nicht, was erst ab dem Alter von neun Jahren allmählich möglich wird.

Bereits während der Schwangerschaft können destruktive Partnerschaftskonflikte Auswirkungen auf die Entwicklung des Kindes haben. Berichten Mütter von gravierenden Partnerschaftsstörungen in der Schwangerschaft, weisen deren Säuglinge häufiger neurologische Dysfunktionen, Entwicklungsverzögerungen oder Verhaltensprobleme während der Säuglingsphase und auch mehr Infektionskrankheiten im späteren Leben auf (Henriksen & Thuen, 2015). Damit erweist sich die Partnerschaft bereits intrauterin als wichtiger Einflussfaktor für das Gedeihen des Kindes. Sie ist sogar ein stärkerer Prädiktor für kindliche Erkrankungen als kritische Lebensereignisse während der Schwangerschaft. Kinder zeigen häufiger psychische Auffälligkeiten in Form von externalisierenden Störungen (aggressives, impulsives, oppositionelles, trotziges Verhalten, Hyperaktivität, Substanzmissbrauch) und internalisierenden Störungen (depressive Störungen, Angststörungen, Rückzugsverhalten, Essstörungen), wenn sie destruktiven elterlichen Konflikten ausgesetzt sind. Dieser Zusammenhang wurde

von K. A. Rhoades (2008) in einer Metaanalyse von 71 Studien bei 5- bis 19-jährigen Kindern untersucht, wobei die angegebenen Effektstärken im Durchschnitt bei  $d = 0.30$  liegen. Durch Längsschnittstudien konnte die kausale Wirkrichtung aufgezeigt werden, dass destruktives Konfliktverhalten der Eltern für kindliche Störungen prädisponiert (z. B. Brock & Kochanska, 2016). Im Leistungsverhalten der Kinder zeigt sich in Folge chronischer destruktiver Partnerschaftskonflikte häufig eine Beeinträchtigung in Form von Aufmerksamkeitsstörungen und schulischen Schwierigkeiten. Die Kinder beschäftigen sich emotional und kognitiv stark mit ihrer Sorge um die Familie und das Befinden der Eltern, sowie der Sorge um die familiäre Stabilität. Sie fühlen sich oftmals schuldig, zeigen Ängste und ruminieren, was zu Schlafstörungen und Müdigkeit im Unterricht führen kann. Durch die gedankliche Ablenkung fällt die Konzentration auf den Schulstoff schwerer, Kinder zeigen häufiger Verhaltensauffälligkeiten wie Impulsivität und Hyperkinese und es kommt zu beeinträchtigten Aufmerksamkeits- und Gedächtnisleistungen (Bodenmann, 2016). Die gravierendsten Auswirkungen von Paarkonflikten zeigen sich, wenn es zu elterlicher Gewalt kommt. Etwa 25 % der Frauen erleben in Deutschland mindestens einmal in ihrem Leben körperliche Gewalt in der Partnerschaft, was auch für Kinder eine besonders belastende Situation darstellt (U. Müller et al., 2004). Bei 50 bis 60 % der Kinder, die Gewalt zwischen den Eltern erleben, zeigen sich Verhaltensauffälligkeiten oder Reifungsverzögerungen. Auch das Risiko für psychische Störungen ist bei Kindern um das fünf- bis siebenfache erhöht, wenn die Beziehung der Eltern von hoher gegenseitiger Feindseligkeit oder Gewalt geprägt ist (Cummings & Davies, 2010). Die höchste Wahrscheinlichkeit, eine internalisierende oder externalisierende Störung zu entwickeln, findet sich bei Kindern, die sowohl Zeuge interparentaler Gewalt waren als auch selbst elterliche Gewalt erfuhren (Sternberg et al., 2006).

### 2.1.3 Trennung und Scheidung und ihre Auswirkungen

#### Forschungsstand zur Stabilität von Paarbeziehungen

Eine Reihe von Forschungsarbeiten beschäftigte sich bereits mit Prädiktoren bzw. Risikofaktoren für die Stabilität von Paarbeziehungen. Bodenmann (2001) veröffentlichte dazu eine Übersichtsarbeit, in der er unter den psychologischen Risikofaktoren der emotionalen Labilität und einem Mangel an Kommunikations- und Stressbewältigungskompetenzen eine besondere Bedeutung beimaß. In der Familienpsychologie und -soziologie wurde darüber hinaus, meist in angelsächsischen Studien, der Einfluss von soziodemographischen Variablen auf den Verlauf von Paarbeziehungen untersucht. Arránz Becker (2008) liefert hierfür

eine detaillierte Übersicht. Eine in der Sozialpsychologie häufig bestätigte Hypothese besagt, dass das eigene Scheidungsrisiko im Erwachsenenalter deutlich erhöht ist, wenn Kinder oder Jugendliche die Scheidung der eigenen Eltern erleben. Dies wird auch als soziale Transmission der Scheidung bezeichnet (Roesler, 2018). Partner weisen dann eine geringere Investitionsbereitschaft in eine langdauernde Beziehung auf, was nach Wallerstein et al. (2002) an einem Zweifel an der eigenen Fähigkeit liegt, eine langdauernde Paarbeziehung erfolgreich führen zu können und an mangelndem Vertrauen, dass intime Beziehungen längerfristig stabil bleiben können. Darüber hinaus findet sich empirisch ein negativer Zusammenhang zwischen der eigenen Vorerfahrung von Scheidung und der Stabilität von Paarbeziehungen. Allerdings scheint dieser Effekt stark mit anderen Variablen, beispielsweise dem Vorhandensein von Stiefkindern, konfundiert zu sein (Roesler, 2018).

Neben der Identifikation von Risikofaktoren werden in der Forschung zur Stabilität von Paarbeziehungen zunehmend auch Resilienzfaktoren thematisiert, welche einen beziehungsstabilisierenden Effekt aufweisen (Arránz Becker, 2008; Lösel & Bender, 2003). Anhand des Frame-Selektions-Modells (Esser, 2002) können diese Faktoren eingeordnet werden. Individuelle Kosten-Nutzen-Erwägungen können in den Hintergrund treten, wenn bestimmte kognitiv-emotionale Dispositionen, Normen oder Wertvorstellungen, wie beispielsweise die Unauflöslichkeit der Ehe, vorliegen (Slotter & Finkel, 2009).

Immer noch beschäftigen sich viele Forschungsarbeiten mit Prozessmodellen der Destabilisierung von Paarbeziehungen. Als Grundlage hierfür dient das Modell von Gottman et al. (1998) zur Rolle kognitiv-affektiver Prozesse in der Eskalation von Partnerschaftskonflikten. Neben den individuellen Konfliktlösekompetenzen hob Bodenmann (2006) auch die Bedeutung von dyadischen Stressbewältigungskompetenzen hervor. Bisher sind allerdings nur wenige prospektive dyadische Analysen vorhanden, die wechselseitige Einflüsse der Partner im Destabilisierungsprozess aufdecken können.

Neben Studien zu Trennungsgründen existieren zahlreiche Untersuchungen zu den Folgen einer Trennung bzw. Scheidung, sowohl für die Beteiligten selbst als auch für möglicherweise betroffene Kinder (Amato, 2004; Walper & Beckh, 2006). Dabei lassen sich in der bisherigen Forschung zu Scheidungsfolgen folgende sechs Themenbereiche unterscheiden (pairfam Group, o.J.): (1) Familienbeziehungen und die Eltern-Kind-Bindung nach Trennung und Scheidung, (2) Alleinerziehende, (3) die Vater-Kind-Beziehung, (4) Entwicklungsbelastungen von Scheidungskindern, (5) die Bedeutung elterlicher Konflikte im Scheidungskontext sowie (6) praxisorientierte Problemstellungen wie z.B. hochstrittige Scheidungen oder begleiteter Umgang. Im internationalen Kontext wurden die Forschungsbefunde zum Kontext von Scheidungsfamilien in Metaanalysen integriert (Amato, 2001). Aktuell von Interesse sind komplexe kontextuelle und personale Einflüsse, die für Unterschiede zwischen Scheidungskindern und Kindern

aus Kernfamilien ausschlaggebend sind (z.B. finanzielle Probleme, Konflikte zwischen den Ex-Partnern und in der Eltern-Kind-Beziehung). Auch längsschnittliche Studiendesigns liefern wertvolle Erkenntnisse, beispielsweise, dass sich insbesondere im Jugend- und frühen Erwachsenenalter nachteilige Effekte einer elterlichen Scheidung finden (Oldehinkel et al., 2008; Walper & Beckh, 2006). Durch prospektive Studien konnte gezeigt werden, dass Nachteile von Scheidungskindern zumindest teilweise schon vor der elterlichen Trennung beobachtet werden können (Walper, 2008). Außerdem scheint das Konfliktniveau der Eltern vor der Trennung einen moderierenden Einfluss auf die Trennungsfolgen der Kinder zu haben, wobei insbesondere in zuvor wenig belasteten Ehen die Folgen elterlicher Scheidung gravierender ausfallen (Amato, 2006). Ein weiterer Forschungsbedarf besteht darin, dass in künftigen Prospektivstudien insbesondere relevante Kontextfaktoren einbezogen werden sollten und Forschung zu Scheidungsgründen und Scheidungsfolgen stärker integriert werden sollten.

### Häufigkeit von Scheidung

In westlichen Nationen ist Scheidung seit rund 30 Jahren ein häufiges Phänomen. Die Scheidungszahlen stiegen in Deutschland seit den 70er-Jahren des 20. Jahrhunderts zunächst signifikant an, erreichten im Jahr 2004 den Höchststand, und gingen schließlich wieder leicht zurück. Im Jahr 2014 wurden in Deutschland 34 % der Ehen aufgelöst (Bodenmann, 2016). Das eigene Scheidungsrisiko wird von Paaren meist unterschätzt. Bodenmann et al. (2002) fanden heraus, dass bei einer Stichprobe von 204 Geschiedenen lediglich 8 % der Frauen und 3 % der Männer sich zum Zeitpunkt der Eheschließung eine spätere Trennung oder Scheidung hätten vorstellen können. Zu Beginn der Partnerschaft hoffen also die allermeisten Paare auf eine dauerhaft glückliche Beziehung mit ihrem Partner.

Seit mehr als zehn Jahren ist es wahrscheinlicher, dass eine Ehe durch Scheidung als durch Tod eines Ehepartners beendet wird. Doch nicht nur ein hohes Scheidungsrisiko gehört zur heutigen Alltagsrealität, auch die Trennungsrate von nicht verheirateten Paaren ist sehr hoch. Laut einer britischen Studie trennen sich sogar 35 % der unverheirateten Eltern vor dem fünften Geburtstag ihres Kindes, wohingegen es bei verheirateten Eltern nur 9 % sind (Callan et al., 2006). Die Zahl an Erstehen ist seit den 80er-Jahren des 20. Jahrhunderts rückläufig, Zweit- und Drittehen haben jedoch im selben Zeitraum deutlich zugenommen, sodass schließlich die Gesamtzahl der Eheschließungen in Deutschland leicht ansteigt. Bei 66 % der Eheschließungen in Deutschland im Jahr 2014 handelte es sich um Erstehen (Bodenmann, 2016). Die durchschnittliche Ehedauer in Deutschland lag im Jahr 2019 bei 14,8 Jahren (Statistisches Bundesamt, 2020b). In den letzten Jahren ergaben sich interessante Veränderungen hinsichtlich der Ehedauer. Während kurze Ehen (1–2 Jahre) deutlich seltener geschieden werden, stieg die

Scheidungshäufigkeit länger dauernder Ehen (15–20 Jahre, Bodenmann, 2016). Auch die Ursachen für eine Scheidung haben sich im Laufe der letzten Jahrzehnte gewandelt. Frühere Scheidungsgründe wie Gewalttätigkeit, Alkoholismus und sexuelle Untreue sind nach Schneider (2012) abgelöst worden von Kommunikationsproblemen, emotionaler Verarmung und fehlenden gemeinsamen Interessen. Ebenso hat eine Normalisierung der Scheidung stattgefunden, wodurch frühere Scheidungsbarrieren (z. B. aufgrund der Konfession) erheblich an Bedeutung verloren haben. Die Familienpsychologie und -soziologie in Deutschland spricht auch nicht mehr von einem Scheitern der Beziehung, sondern von einer Veränderung des Familiensystems zur Nachscheidungsfamilie. Andere Scheidungsursachen haben nach wie vor Bestand. Beispielsweise ist das Scheidungsrisiko in Städten fast doppelt so hoch wie in ländlichen Gebieten. Außerdem werden Ehen, bei denen beide Partner berufstätig sind, häufiger geschieden als Ehen, in denen die Frau keiner Berufstätigkeit nachgeht. Im Gegensatz zu früher stellen Kinder kein Hindernis mehr für eine Trennung oder Scheidung dar. Ein die Ehe stabilisierender Effekt ist nur noch in der Phase mit Kindern unter fünf Jahren nachweisbar.

### Trennungsfolgen für ehemalige Partner

Sowohl die psychische als auch die physische Belastung nach einer Scheidung ist in aller Regel hoch. Die Betroffenen erleben eine hohe Stressintensität und Destabilisierung durch den Zusammenbruch des bisherigen Lebensentwurfes. Auch die soziale Unterstützung durch das Freundesnetz nimmt bei Männern und Frauen ab, da viele Freundespaare auf Distanz gehen. Ebenso sind die ökonomischen Folgen sehr einschneidend: Eine Scheidung geht mit Einkommenseinbußen, einer geringeren Kaufkraft und einer höheren Verschuldungswahrscheinlichkeit einher. Hughes und Waite (2009) schlussfolgern, dass die Gesundheit erheblich und über mehrere Jahre hinweg durch die Erfahrung von Scheidung beeinflusst wird. Hatten aktuell Verheiratete bereits eine Scheidung hinter sich, zeigten sie schlechtere Befindlichkeitswerte als Verheiratete ohne Scheidungserfahrung. Getrennte und Geschiedene zeigen im Vergleich zu Verheirateten ein signifikant höheres Risiko eines vorzeitigen Todes (Odds Ratio = 1.23, Sbarra et al., 2011). Doch nicht von allen Betroffenen wird eine Scheidung negativ bewertet. Rund ein Fünftel nimmt die Scheidung als Befreiung wahr. Verschiedene Faktoren moderieren die Folgen einer Scheidung wie z. B. die Art der Scheidung (im Einvernehmen, Härtefallregelung), die Situation vor, während und nach der Scheidung, soziale und ökonomische Ressourcen, die Anpassung der Kinder, die Chancen auf eine neue Partnerschaft und der Grad der Loslösung vom Ex-Partner und die Fähigkeit, die beendete Beziehung abzuschließen (Bodenmann, 2016).

Auch volkswirtschaftlich ergeben sich enorme Kosten aufgrund von Scheidung. Personen werden nach einer Scheidung signifikant häufiger vom Arzt krankgeschrieben und verursachen somit Kosten durch ihre Absenz, ihren Produktionsausfall und auch durch direkte Behandlungskosten. In ihrer 16-Jahre-Längsschnittstudie konnten Dahl et al. (2015) zeigen, dass das Krankheitsrisiko bereits in den Jahren vor der Scheidung anstieg und zum Zeitpunkt der Scheidung kumulierte. Bei Männern nahm das Risiko anschließend wieder sukzessive ab, während bei Frauen ein erneuter Anstieg bis sechs Jahre nach der Scheidung feststellbar war. Die Effekte waren verstärkt, wenn die Geschiedenen gemeinsame Kinder hatten.

### Trennungsfolgen für Kinder

Bei etwa jeder zweiten Scheidung in Deutschland sind auch Kinder unter 18 Jahren betroffen. So erlebten im Jahr 2019 122 010 minderjährige Kinder die Scheidung ihrer Eltern (Statistisches Bundesamt, 2020b). Die Scheidungsfolgen der Eltern tangieren auch die Kinder, wenn diese etwa psychische Störungen entwickeln, ein Klinikaufenthalt erforderlich wird, oder es zu Gewaltexzessen oder vermehrtem Substanzkonsum kommt. Darüber hinaus können Eltern aufgrund der eigenen psychischen Belastung häufig ihre Erziehungsaufgaben nicht mehr angemessen erfüllen, sind weniger sensitiv gegenüber kindlichen Bedürfnissen, vernachlässigen die kindliche Aufsichtspflicht oder parentifizieren die Kinder (Bodenmann, 2016). Die Scheidungsfolgen für Kinder sind international gut untersucht und es zeichnet sich in Metaanalysen ab, dass Scheidungskinder im Vergleich zu Kindern aus intakten Familien in allen untersuchten Variablen schlechter abschneiden (z. B. geringere schulische Leistungen, negatives Sozialverhalten, emotionales Befinden, Selbstbild, soziale Anpassung), wobei die Effektstärken statistisch gering ausfallen (Amato, 2001). Die Autoren einer aktuelleren Metaanalyse aus dem Jahr 2019 (Auersperg et al.) kommen zu dem Schluss, dass die elterliche Scheidung nach wie vor das Risiko für die Entwicklung psychischer Auffälligkeiten erhöht, allerdings haben die Effektstärken zwischen 1990 und 2017 abgenommen. In einer prospektiven Längsschnittstudie über 25 Jahre fanden Wallerstein und Kollegen (2002) heraus, dass die allermeisten Kinder in den ersten ein bis zwei Jahren nach der Scheidung der Eltern belastet waren und Symptome zeigten, sich dann aber wieder auf einem neuen Niveau stabilisierten. Die Belastungen der Kinder waren dabei umso höher, je strittiger die Scheidung und der Trennungsprozess der Eltern von statten gingen. Afifi et al. (2009) untersuchten in ihrer Studie Gewalterfahrungen von Kindern in Abhängigkeit vom Familienstatus und fanden signifikante Unterschiede in allen untersuchten Formen von Gewalterfahrungen. Das Risiko einer Missbrauchserfahrung war für Kinder mit geschiedenen Eltern um den Faktor 2.94 erhöht. Ein besonders

deutlicher Gruppenunterschied zeigte sich bei der Vernachlässigung mit einer Odds Ratio von 6.07.

Nicht nur psychologische Aspekte oder familiäre Risikofaktoren zählen zu den Folgen von Scheidungen für Kinder. Auch die Verschlechterung der finanziellen Situation und der oft erfolgende Umzug in eine andere Wohngegend stellen an die Kinder starke Adaptionsanforderungen (Walper & Schwarz, 2002). Diese Anpassungsleistungen des Kindes werden in der Literatur auf verschiedenen Ebenen beschrieben. Auf der individuellen Ebene muss die Transition bewältigt werden und eine Neuausrichtung durch Sinnstiftung stattfinden. Kinder müssen die Scheidungserfahrung in ihre eigene Identität integrieren, einen neuen Lebensentwurf und ein neues Bild von Partnerschaften und Beziehungen, aber auch von Werten wie Vertrauen, Verlässlichkeit und Sicherheit entwickeln. Auf der interpersonellen Ebene werden Rollen innerhalb der Familie neu definiert, die Beziehungen und die Zusammenarbeit mit Eltern, Geschwistern, der jeweiligen Herkunftsfamilie und neuen Bezugspersonen werden neu ausgerichtet. Außerdem müssen Kinder einen neuen Freundeskreis aufbauen, neue außerfamiliäre Kontakte knüpfen. Des Weiteren wird auf der kontextuellen Ebene von den Kindern gefordert, sich am neuen Wohnort einzuleben und den Tagesablauf und die Hobbies neu zu gestalten. Kinder müssen mit finanziellen Einschränkungen und dem häufig erhöhten Arbeitspensum der Mutter und damit einhergehend weniger Präsenz für die Kinder umgehen lernen (Bodenmann, 2016). Durch eine Scheidung vom Partner verdoppelt sich das Armutsrisiko von Frauen. Alleinerziehende Frauen sind nach einer Scheidung unter anderem durch die eingeschränkte Erwerbsfähigkeit finanziell belastet. Bei 10–20 % der Alleinerziehenden bleiben zusätzlich die Unterhaltszahlungen des ehemaligen Partners aus.

Abschließend sei auf längerfristige Scheidungsfolgen für die eigene, spätere Partnerschaft eingegangen. Ein wichtiger zu benennender Punkt ist dabei die soziale Vererbung des Scheidungsrisikos (Diekmann & Schmidheiny, 2013). Die Scheidungshäufigkeit ist bei Kindern aus Scheidungsfamilien im Vergleich zu Kindern aus intakten Familien signifikant erhöht (S. Schulz, 2009). Bei Jungen ist dieser Effekt sogar noch stärker ausgeprägt als bei Mädchen. Eine mögliche Erklärung hierfür könnte sein, dass Scheidungskinder negativere Erwartungen an die Ehe haben, schon früh eigene Partnerschaften eingehen und rascher eine eigene Familie gründen möchten. Nach Wallerstein et al. (2002) tragen Kinder und Jugendliche, die selbst eine Scheidung der Eltern erlebt haben, lebenslang eine Beeinträchtigung ihrer Beziehungsfähigkeit davon, nicht nur durch die erhöhte Wahrscheinlichkeit, selbst eine Trennung oder Scheidung zu erleben, sondern auch dadurch, dass sie sich grundsätzlich eine dauerhafte Beziehung sehr viel weniger zutrauen als Kinder aus intakten Familien. Eine Langzeitfolge der Scheidung der Eltern scheint also nicht nur ein erhöhtes Scheidungsrisiko per se zu sein, sondern auch die Qualität der Partnerbeziehungen von Scheidungskindern