

Pressemitteilung

HMU Health and Medical University GmbH

Lisa Schimmelpfennig

28.02.2023

<http://idw-online.de/de/news809979>

Forschungsergebnisse, Wissenschaftliche Publikationen
Psychologie
überregional



Ein Kind als Glücksgarant? Neueste Forschungsergebnisse geben Auskunft über das Wohlbefinden von Eltern

Zwar sind frischgebackene Eltern kurz nach der Geburt eines Kindes deutlich glücklicher und zufriedener als davor, allerdings halten diese Effekte nicht dauerhaft an. Stattdessen ärgern sich Eltern in den folgenden Jahren häufiger. Das fanden die Psychologieprofessorinnen Eva Asselmann und Jule Specht in einer aktuellen Studie heraus.

Ein Baby gilt für viele als Glücksgarant. Doch sind Eltern nach der Geburt eines Kindes langfristig wirklich glücklicher und zufriedener mit ihrem Leben als davor? Das haben Eva Asselmann von der Health and Medical University in Potsdam und Jule Specht von der Humboldt-Universität zu Berlin untersucht.

Die Psychologinnen analysierten die Daten von über 5.500 Eltern aus dem Sozio-oekonomischen Panel (SOEP), einer repräsentativen Langzeitstudie aus Deutschland. Ihre Ergebnisse zeigen, wie sich die Lebenszufriedenheit sowie Gefühle von Glück, Traurigkeit, Angst und Ärger in den fünf Jahren vor und fünf Jahren nach der Geburt des ersten Kindes verändern.

Die Forscherinnen fanden heraus, dass Personen in den Jahren vor der Geburt ihres ersten Kindes deutlich glücklicher und zufriedener werden. Im Jahr nach der Geburt erreichen die Glücksgefühle ihren Höhepunkt. Anschließend verpuffen sie allerdings wieder: Fünf Jahre nach der Geburt war das Wohlbefinden der Teilnehmenden vergleichbar mit dem von fünf Jahren vor der Geburt.

Werdende Eltern erlebten außerdem wenig Traurigkeit und Ärger, vor allem in dem Jahr, in dem ihr Kind geboren wurde. Danach jedoch stieg die Tendenz, sich zu ärgern, kontinuierlich an und war fünf Jahre nach der Geburt stärker ausgeprägt als fünf Jahre davor.

Die Ergebnisse verdeutlichen, dass der Alltag mit einem Kind mit vielen positiven Gefühlen einhergeht, aber auch Stress bedeutet, wobei sich letzteres langfristig im Befinden niederschlägt. Belastungen im Familienalltag bestmöglich abzufedern, erscheint daher wichtig, um das Lebensglück frischgebackener Eltern nachhaltig zu fördern.

wissenschaftliche Ansprechpartner:

Prof. Dr. Eva Asselmann
Professur für Differentielle und Persönlichkeitspsychologie
HMU Health and Medical University
E-Mail: eva.asselmann@health-and-medical-university.de

Originalpublikation:

Asselmann, Eva und Specht, Jule (2023): "Baby bliss: Longitudinal evidence for set-point theory around childbirth for cognitive and affective well-being", *Emotion*, DOI: <https://doi.org/10.1037/em00001217>

