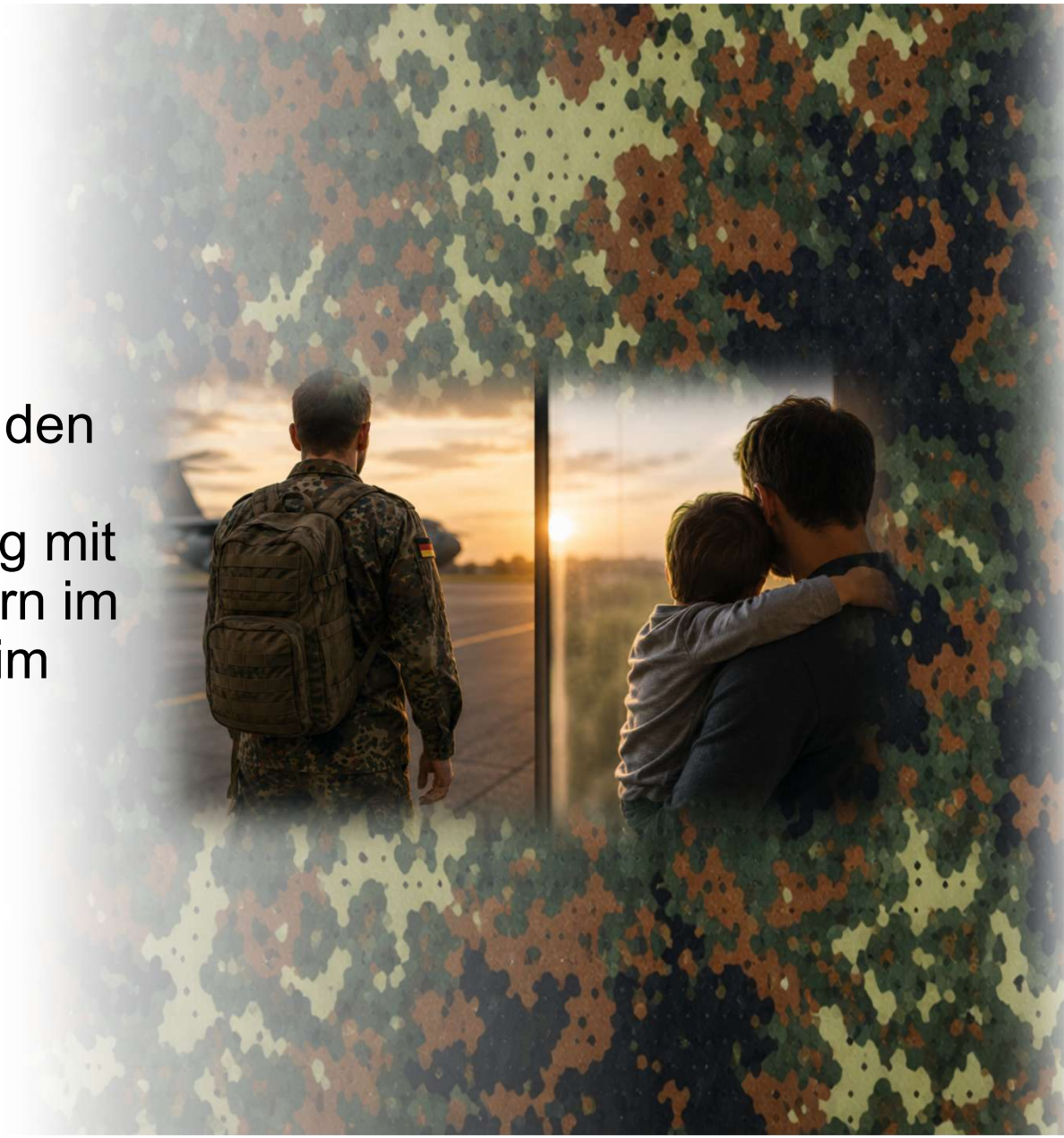
Zwischen Dienst und Familie:

Eine qualitative Untersuchung zu den Herausforderungen und Bewältigungsstrategien im Umgang mit der Distanz von abwesenden Vätern im Bundeswehrdienst mit Kindern im Kleinkindalter



Referentin: Julia an der Heiden
Matrikelnummer:
16. September 2026

Erstgutachterin: Frau Dipl. Psych. Silvia Gurdan
Zweitgutachterin: Dr. Sabine Quint
Beisitzer: Prof. Tilo Staudenrausch

Gliederung

	Folienüberschrift
1	Theorie
2	Forschungslücke und Studienlage
3	Begründete Annahmen
4	Methodik
5	Ergebnisse
6	Interpretation
7	Limitation
8	Fazit
9	Literatur
10	Abschluss

1. Theorie

Militär als besondere Arbeits-und Lebenswelt (Coser, 1974; Kümmel, 2014)

Mobilität · Verfügbarkeit · Loyalität

Spannungsfeld konkurrierende Institutionen (Segal, 1986)

Zeit – Bindung – persönliche Verpflichtung

Belastungsbewertung

Väterliche Beteiligung (Lamb, 2010; Meuser, 2012)

Moderne Vaterschaft:
Präsenz · Beteiligung · Verantwortung

Stressbewertung & Coping (Lazarus & Folkman, 1984)

-> Ziel: Anforderungen bewältigen + Belastung reduzieren

= **Anpassungsfähigkeit gegenüber Belastungen**

2. Forschungslücke und Studienlage

<u>Studienlage:</u>

Multilokale Lebensführung: räumliche Distanz geht mit Stress, emotionalen Belastungen und Einschränkungen familiärer Beziehungen einher *(Borowski et al., 2020; Li & Pollmann-Schult, 2016)*

Militärfamilien: Forschung fokussiert v. a. Auslandseinsätze, PTBS und akute Belastungssituationen *(Lester & Saltzman, 2010)*

Moderne Vaterschaft: emotionale Präsenz und aktive Alltagsbeteiligung gewinnen an Bedeutung *(Lamb, 2010; Meuser, 2012)*

Coping & Resilienz: emotionale, soziale und organisatorische Strategien können Nähe und familiale Stabilität unterstützen *(Masten, 2014; Walsh, 2016)*

<u>Forschungslücke:</u>

Regeldienst statt Einsatz: Perspektive bundeswehrtätiger Väter im regulären Dienst bislang **unzureichend untersucht** *(Klein, 2012)*

Wenige qualitative Erkenntnisse zum subjektiven Erleben räumlicher Distanz

Insbesondere wenig Wissen über **individuelle Bewältigungsstrategien von Vätern mit kleinen Kindern** *(Wimmer, 2019)*

Welche Herausforderungen erleben Bundewehrtätige Väter im Umgang mit der räumlichen Distanz zu ihren Familien, und welche Bewältigungsstrategien entwickeln sie im Kontext des Regeldienstes als Wochenendpendler?

3. Begründete Annahmen

A1 – Emotionale & partnerschaftliche Belastung
Distanz und eingeschränkte Alltagspräsenz ↔ Anspruch aktiver Vaterschaft
(Lamb, 2010; Meuser, 2012)

A2 – Kognitive & psychische Belastung
Planungsunsicherheit + mentale Beanspruchung + Rollenkonflikte
(Greenhaus & Beutell, 1985; Lazarus & Folkman, 1984)

A3 – Bewältigung & Stabilität
Emotionale, partnerschaftliche und organisatorische Strategien zur Aufrechterhaltung familialer Nähe
(Masten, 2014; Walsh, 2016)



4. Methodik

Fallauswahl:

Aktive Bundeswehr · Vater · Kind 0–10 J. · Wochenendpendler im Regeldienst

Interviewteilnehmer:

8 aktive Soldaten, versch. Dienstgrade, Alter 23-42, Entfernung 120-600 km, Alter der Kinder 0-10, Anzahl Kinder 1-2

Erhebungsmaterial:

Leitfadengestützte Betroffeneninterviews

Online · 90–150 Min. · Audioaufzeichnung & Transkription

Beispielfrage:

Gibt es bestimmte Situationen, die für Sie besonders belastend oder schwierig sind? z. B. Abschied, verpasste Entwicklungsschritte, Kommunikationsprobleme

Qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring (2022):

Kombination aus **deduktiver und induktiver Kategorienbildung**

Auswertung:

Transkription → Codierung → Kategorienanpassung → Kategoriensystem → Interpretation

MAXQDA + Codierleitfaden

5. Ergebnisse

Herausforderungen

Emotional:
- Gefühl des Verpassens
- Schuld & Einsamkeit

Partnerschaft:
- Fehlende Nähe
- Paarzeit tritt zurück

Vaterschaft:
- Fehlende Alltagspräsenz
- Sorge um Beziehung

Organisation/ Strukturell:
- Geringe Planbarkeit
- Belastung der Partnerin
- Begrenzter Spielraum

Umgang mit diesen Belastungen



Fortlaufender Anpassungsprozess

Bewältigungsstrategien

Emotional / Kognitiv:
- Akzeptanz/ Neubewertung
- Ausblenden/ Abgrenzung

Kommuniktion / Familie:
- Telefon-/ Videoanrufe
- Bewusste Familienzeit
- Rituale

Soziale Ressourcen:
- Partnerin Zentral
- Familie & Kameradschaft

Aktivität / Organisation:
- Arbeit, Sport, Hobbies
- Absprachen mit Vorgesetzten

Übergreifend: Distanz wird individuell unterschiedlich erlebt

6. Interpretation

Ergebnisse	Was steckt dahinter?	Einordnung
Emotionale Belastung & Vaterschaft Verpassen – Schuld – fehlende Alltagspräsenz	Nicht Entfernung an sich, sondern **fehlende emotionale Teilhabe** -> Konflikt mit aktiver Vaterrolle	Moderne Vaterschaft (Lamb 2010; Meuser, 2012)
Partnerschaft & Familie Fehlende Nähe – Mehrbelastung der Partnerin	Distanz verändert **Rollen & Verantwortlichkeiten** im gesamten Familiensystem	Familiale Anpassung / Resilienz (Masten, 2014; Walsh 2016)
Organisation & Struktur Geringe Planbarkeit – Rollenkonflikte – unterschiedliches Erleben	Belastung abhängig von **Bewertung, Kontrolle & Ressourcen**	Stressmodell, Work-Family-Conflict (Lazarus & Folkman, 1984; Greenhaus & Beutell, (1985)
Bewältigung Kommunikation – Familienzeit – Partnerin – Kameradschaft - Abgrenzung	Coping ist **mehrdimensional und ambivalent** -> Fortlaufende Anpassung statt Lösung	Coping- & Resilienzprozesse (Lazarus & Folkman, 1984; Walsh, 2016)

7. Limitation

Stichprobe

- **Kleine Stichprobe**
-> eingeschränkte Übertragbarkeit

- **Heterogene Verwendungsbereiche**
-> eingeschränkte Vergleichbarkeit

Perspektivenvielfalt

- Überwiegend **höhrere Dienstgrade** / Führungskräfte

- **Mannschaftsdienstgrade** und operative Tätigkeitsbereiche kaum abgebildet

- Nur **Vaterperspektive** – Partnerinnen und Kinder nicht selbst befragt

Subjektivität der Daten

Selbstberichte
-> mögliche Verzerrungen

Soziale Erwünschtheit durch hierarischen Bundeswehrkontext möglich

8. Fazit



Wichtig:
Die Bewältigung ist weniger eine Leistung des einzelnen Vaters, sondern vielmehr ein gemeinsamer familialer Anpassungsprozess

Familiale Nähe ist unter Bedingungen räumlicher Distanz nicht selbstverständlich – sie muss kontinuierlich hergestellt, gestaltet und unterstützt werden.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.

Ich freue mich auf Ihre Fragen und die Diskussion.



Literaturverzeichnis

- **Borowsky, C. (2020).** Parental commuting and child well-being in Germany: The role of parent-child relationships. *Journal of Family Research, 32*(3), 431–458.
- **Coser, L. A. (1974).** *Greedy institutions: Patterns of undivided commitment.* Free Press.
- **Flick, U. (2014).** *Qualitative Sozialforschung: Eine Einführung* (6. Aufl.). Rowohlt.
- **Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985).** Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review, 10*(1), 76–88.
- **Klein, P. (2012).** *Soldatenfamilien in Deutschland: Belastungen, Ressourcen und Unterstützungsbedarf.* Sozialwissenschaftliches Institut der Bundeswehr.
- **Kümmel, G. (2014).** *Truppenbild ohne Dame? Eine sozialwissenschaftliche Begleituntersuchung zum aktuellen Stand der Integration von Frauen in die Bundeswehr.* Zentrum für Militärgeschichte und Sozialwissenschaften der Bundeswehr.
- **Lamb, M. E. (Hrsg.). (2010).** *The role of the father in child development* (5th ed.). Wiley.
- **Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984).** *Stress, appraisal, and coping.* Springer.
- **Lester, P., & Saltzman, W. R. (2010).** The military family: Challenges and resilience. In S. J. Cozza, R. S. Wadsworth, & D. L. Lieberman (Hrsg.), *Military children and families* (S. 23–36). Springer.
- **Li, J., & Pollmann-Schult, M. (2016).** Fathers' commute to work and children's social and emotional well-being in Germany. *Journal of Family and Economic Issues, 37*(3), 488–501.
- **Masten, A. S. (2014).** *Ordinary magic: Resilience in development.* Guilford Press.
- **Mayring, P. (2015).** *Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken* (12. Aufl.). Beltz.
- **Mayring, P. (2022).** *Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken* (13. Aufl.). Beltz.
- **Meuser, M. (2012).** Vaterschaft im Wandel. In H. Bertram & N. Ehlert (Hrsg.), *Familie, Bindungen und Fürsorge* (S. 123–138). Barbara Budrich.
- **Segal, M. W. (1986).** The military and the family as greedy institutions. *Armed Forces & Society, 13*(1), 9–38.
- **Walsh, F. (2016).** *Strengthening family resilience* (3rd ed.). Guilford Press.
- **Wimmer, L. (2019).** *Psychische Belastungen in Bundeswehrfamilien: Eine qualitative Untersuchung zu Erfahrungen von Partnerinnen und Kindern.* Universität Ulm.



Abbildungsverzeichnis

- KI generiertes Bild – Spannungsverhältnis Folie 01
- KI generiertes Bild – Fazit Folie 10

