



Wenn Paare älter werden – Beziehungen auf dem Prüfstand

(Artikel aus dem Jahresbericht
2008)

Einleitung

Zu meiner Lieblingslektüre in der Zeitung gehören Artikel über Ehejubiläen, die ich immer wieder spannend finde. Trotz der hohen Scheidungsraten gibt es sie also noch: Menschen, die fünfzig, sechzig oder noch mehr Jahre ihres Lebens gemeinsam verbracht haben.

Manche Artikel sind wirklich anrührend. Schon in den abgebildeten Gesichtern erkennt man, dass über die Jahre und Jahrzehnte eine Annäherung, ja fast geschwisterliche Angleichung stattgefunden hat.

Da ist von gemeinsamen Hobbys und Leidenschaften die Rede, da wird liebevoll das Kennenlernen und die Geschichte des Paares erzählt. Und es wird von Höhen und Tiefen gesprochen, die das Paar durchlebt hat: Berufliche Tiefschläge, menschliche Verluste, Krankheiten – oder sogar Kriegserfahrungen, abenteuerliche Flucht u.v.m. Oft wird dabei deutlich, dass die Eheleute an den Schwierigkeiten, die sie gemeinsam meistern mussten, gewachsen sind.

Es gibt aber auch andere Artikel. Manche Paare wirken – trotz oder vielleicht gerade wegen der äußerlich so perfekten Fassade („eigenes Heim, Kinder, Enkel und Urenkel...“) seltsam leer und erstarrt. Manchen Paaren ist eine solche Erstarrung oder auch Entfremdung auf den Bildern anzusehen. Und man merkt deutlich, dass dem so genannten „Jubiläum-Paar“ keineswegs zum Jubeln zumute ist. In einem Fall, der mir sehr lebhaft in Erinnerung ist, gab es gar keine gemeinsame Aufnahme des Paares, sondern zwei Einzelportraits...

Ich musste dabei an ein Gedicht von Erich Kästner denken:

„und als sie einander 8 Jahre kannten –
und man muss sagen, sie kannten sich gut –
kam ihre Liebe plötzlich abhanden,
wie anderen Leuten ein Stock oder Hut.“

In der Ehe- und Partnerschaftsberatung lernen wir Menschen kennen, die sich in einer Krise befinden, die Ernüchterung oder Entfremdung in ihrer Ehe beklagen – oder einfach mit einander still und ratlos geworden sind – gerade auch in einer langen Ehe oder Partnerschaft.

Als „älteres Paar“ – um auf den Titel des Referats zurück zu kommen – definiere ich einerseits Paare, die schon 15, 20 oder mehr Jahre zusammen sind, andererseits Paare, die sich in „reiferen Jahren“ kennen gelernt haben, und zwar deshalb, weil in diesem Alter bestimmte Weichen für das Leben unwiderruflich gestellt sind, was beiden Gruppen gemeinsam ist.

1. Die Krise der mittleren Jahre und ihre Auswirkungen auf Paarbeziehungen

Die Aufbau- und Produktionsphase hat dem Paar viel Einsatz und Kraft abverlangt. Ein Großteil der gemeinsamen Ziele ist verwirklicht worden. Die berufliche Laufbahn ist abgesteckt, damit auch der soziale Rahmen der Familie. War die Frau bis dahin zu Hause, so macht sie sich jetzt evtl. auf die Suche nach beruflichen Möglichkeiten. Die Kinder sind selbständiger geworden und weniger auf die Präsenz der Eltern angewiesen. Manche, die bis an die Grenzen ihrer Leistungsfähigkeit gegangen sind und sich in der Vergangenheit oft nach Ruhe und Freizeit sehnten, fühlen sich nun, da ihr Wunsch realisierbar ist, irritiert und leer. Nicht mehr so sehr die gemeinsame Aufgabe, sondern die Selbstbesinnung, das Innehalten und Bewusstwerden eigener, persönlicher Interessen, rückt in den Vordergrund. Das, was nicht mehr lebbar ist, kann aber auch Verlustgefühle und Bitterkeit auslösen.

Die Chance dieser Lebensphase besteht darin, dass die Rückbesinnung auf eigene bzw. Paar-Interessen zu einer schöpferischen Neu-Orientierung führen kann. Bei manchen Frauen werden in dieser Zeit ungeahnte Kräfte freigesetzt, die zu einem beruflichen (Wieder-)Einstieg oder ehrenamtlichem Engagement führen können. Anders als in früheren Phasen müssen sich die Partner aber auch verstärkt mit ihren Grenzen – ausgelöst durch das Älterwerden – befassen. Gelingt diese Auseinandersetzung, so kann das Paar mehr Reife und Tiefe mit einander erleben.

Mögliche Krisen können in dieser Zeit dadurch ausgelöst werden, dass

- Statt einer schöpferischen Neuorientierung Trauer über das nicht mehr Mögliche vorherrscht,
- Das bisher Erreichte in Frage gestellt wird. Statt Freude oder Stolz über erreichte Ziele und Aufgaben kann die Angst entstehen, sich vielleicht grundsätzlich falsch orientiert zu haben,
- Das Älterwerden Angst auslöst und kompensiert werden muss (nicht selten in einer Außenbeziehung, bisweilen aber auch durch hingebungsvolle Beschäftigung mit dem eigenen Körper und dem Aussehen), gespeist durch das Bedürfnis nach Neuem, nach Aufbruch aus erstarrten Gewohnheiten und Entdecken neuer Lebensgewohnheiten. Die eheliche Untreue wiederum hinterlässt schmerzliche Spuren in der Paarbeziehung.

In Beratungen haben wir es oft mit Menschen zu tun, die ein vages Unglücklichsein empfinden und an ihrer Lebenssituation etwas verändern wollen. Das betrifft oftmals auch die Situation in der Ehe oder Partnerschaft. Folgende Beispiele aus meiner Beratungspraxis fallen mir zu solchen Sinnkrisen in den mittleren Jahren ein:

- Der Endfünfziger, der sich nach langer Ehe die Frage stellt, ob er und seine Frau nicht eine reine Versorgungsgemeinschaft bilden. Er empfindet Einsamkeit in seiner Ehe und hat immer mehr den Eindruck, dass sie keine gemeinsamen Interessen und Ziele mehr haben. Kurzfristig gab es eine Außenbeziehung zu einer deutlich jüngeren Frau, bei der er sich tiefer verstanden fühlte, aber sie hat die Beziehung – vermutlich auch wegen starker sexueller Probleme – beendet. Die Frage nach dem weiteren Bestand der Ehe stellt sich für ihn nun drängender denn je;
- Die Endvierzigerin, die sich fragt, wie gut sie eigentlich ihren Mann kennt. Sie hat nach vielen Ehejahren, die sie immer für harmonisch hielt, Anzeichen dafür gefunden, dass ihr Mann jahrelang eine Außenbeziehung hatte. Sie fragt sich, was da los war in ihrer Ehe, ob ihr Mann ihr etwas vorenthalten hat, ob sie ihm nicht genügt – und wie sie überhaupt wieder Vertrauen zu ihm finden kann,

- Ein Paar, sie Mitte, er Ende vierzig, steht kurz vor der Silberhochzeit. Beide wollen zusammen bleiben, sind aber über den jetzigen Zustand der Ehe verzweifelt: Der Mann ergeht sich in unzähligen Aufgaben und Ämtern, ist kaum noch zu Hause und wenn, dann nur noch in seinem Büro. Seine Frau fühlt sich aus seinem Leben ausgeschlossen. Die seltene Zeit, die sie zusammen verbringen, empfinden sie beide als langweilig und anstrengend. Weder ihm noch ihr gelingt es, den anderen für sich zu interessieren.
- Ein Mann, Anfang fünfzig, der in seiner Arbeit immer sehr engagiert war, hat plötzlich seinen Arbeitsplatz verloren. Er fühlt sich orientierungslos, hat Schwierigkeiten, eine neue Rolle im Leben zu finden und fühlt sich in der häuslichen Umgebung völlig wertlos. Wenn seine berufstätige Frau von der Arbeit kommt, hat er nichts zu erzählen, und was er zu erzählen hat, langweilt sie nur. Nun fürchtet er, auch noch seine Frau zu verlieren, weil sie ihn nicht mehr interessant finden könnte und entwickelt starke Eifersuchtsgefühle.

Diese Aufzählung ließe sich beliebig fortsetzen.

2. Gesellschaftliche Veränderungen

Hintergrund für eine midlife-crisis, die in der Mitte der vierziger Jahre beginnen kann, sind auch gesellschaftliche Veränderungen:

Während Fragen nach dem Sinn des Lebens oder nach einer Neu-Orientierung im Leben früher nur den privilegierten Schichten vorbehalten waren, sind sie heute Gemeingut. Das hängt damit zusammen, dass sich die ganz überwiegende Zahl der Bevölkerung nicht mehr mit existenziellen Problemen (wie Krieg, Vertreibung, Hunger) auseinandersetzen muss.

Selbst Themen wie Krankheit und Tod sind dank wissenschaftlicher Fortschritte weiter nach hinten gerückt, da wir heute eine deutlich längere Lebenserwartung haben.

Hierzu einige Zahlen:

- Zwischen dem Ende des 19. und dem Ende des 20. Jahrhunderts hat sich in Deutschland die Lebenserwartung bei der Geburt verdoppelt (von 40 auf 80 Jahre bei Frauen; von 37 auf 74 Jahre bei Männern).
- Auch die mittlere Lebenserwartung der 60jährigen ist deutlich gestiegen: Ende des 19. Jahrhunderts hatte eine 60jährige Frau im Durchschnitt noch 13 Jahre vor sich, heute bleiben ihr statistisch gesehen noch 23 Jahre. Ein 60jähriger Mann hatte damals noch durchschnittlich 12,5 Jahre vor sich, heute dagegen 18,5 Jahre.
- Und noch anschaulicher: Ende des 19. Jahrhunderts erlebten nur 39 % aller Frauen ihren 60. Geburtstag, heute sind es 92,5 %. Von den Männern konnten nur 33 % ihren 60. Geburtstag feiern, heute sind es 85 %.
- Jedes Jahr wächst die Lebenserwartung bei uns um drei Monate.
- Am stärksten nimmt die Altersgruppe der über 80jährigen zu, der so genannten „Hochaltrigen“. 1950 waren in Westdeutschland 19.000 Menschen über 90 Jahre alt, im Jahr 2000 gab es in den alten Bundesländern 342.000 Menschen über 90.
- Und jedes zweite Mädchen, das nach der Jahrtausendwende geboren wurde, wird über 100 Jahre alt werden, wenn es keine unvorhergesehen drastischen Gegentendenzen gibt. (Quelle: „Psychologie Heute compact“ Heft 20)

3. Grundannahmen über das Älterwerden

Der Preis für unseren Fortschritt und Wohlstand besteht darin, dass wir uns mehr Sorgen um unsere Selbstverwirklichung machen und wenig bis gar keinen Halt mehr in Traditionen finden, die in früheren Generationen das Leben geordnet und geregelt haben.

An die Stelle von Traditionen sind in unserer Kultur viele Grundannahmen gerückt – über das Leben und über unsere Möglichkeiten, auf unseren Lebensentwurf selbst Einfluss zu nehmen.

Vieles davon findet sich in modernen Ratgebern, die uns „Anleitungen zum Glücklichsein“ geben wollen, vieles davon ist schon fest in unseren Köpfen verankert. Ich möchte hier ein paar Beispiele nennen:

- Man kann einen eingeschlagenen Lebensweg auch in den mittleren und späten Jahren seines Lebens verlassen – und man hat ein Recht darauf
- Es ist möglich, zu einem vollkommen glücklichen und zufriedenen Leben zu gelangen (Gesundheit, gutes Einkommen, glückliche Partnerschaft, gelungenes Familienleben...)
- Auch im Alter ist man immer noch vital und entwicklungsfähig. (Dem gegenüber steht die Erkenntnis, dass mit der gestiegenen Lebenserwartung auch die Zahl Demenzkranker kontinuierlich gestiegen ist. Laut Expertenberichten erkrankt ein Drittel aller über 90-jährigen an Morbus Alzheimer...)
- Leiden und Beschwerden des Alters sind nichts Unumstößliches, sondern können hinausgeschoben werden -z.B. durch Sport und Gehirnjogging. Niemand liest so viele Gesundheitsratgeber wie die „Generation 50 plus“, die auch in der Klientel von Reformhäusern und Bioläden überproportional vertreten ist. Und: Ca. 50.000 ältere Erwachsene (über 50 Jahre) sind zurzeit an deutschen Universitäten eingeschrieben.
- Auch das Alter kann noch interessant und aufregend sein
- In einer lebenslangen Partnerschaft sind Liebe und Erotik die wichtigsten Säulen (früher war die Ehe vorwiegend eine Wirtschaftsgemeinschaft)
- Für die Entwicklung unserer Kinder sind wir selbst verantwortlich (während die Entwicklung der Kinder früher eher als gottgewollt und schicksalhaft betrachtet wurde)
- In jedem Menschen steckt eine Art innerer Kompass (häufig auch „Bauchgefühl“ genannt), der ihm den richtigen Weg zeigt.

Sie merken sicher anhand dieser Aufzählung, wie sehr wir heute in unseren Grundannahmen über das Leben vom Gedanken geprägt sind, individuell Einfluss auf Lebensumstände nehmen zu können und dass es in unserer Kultur immer weniger zulässig wird, sich mit etwas abzufinden. Sich in sein Schicksal zu fügen, wird heute nur zu leicht als Anzeichen von Depressivität gesehen, der es gilt, Paroli zu bieten. Ob unsere wachsende Individualität und unsere scheinbar gewachsene Einflussnahme auf das Leben weniger depressiv macht, sei dahingestellt. Der Psychotherapeut Paul Watzlawick würde sicher dagegen halten, dass gerade das ständige Streben nach „Machbarkeit“ einer „Anleitung zum Unglücklichsein“ gleichkommt.

Hierzu eine Randnotiz aus dem Wissenschaftsbereich: In den 80er Jahren musste der Gießen-Test – ein Persönlichkeitstest für Erwachsene – in seinen Auswertungskriterien nachjustiert werden, da deutlich mehr Menschen depressive Symptome ankreuzten!

Individualisierung und Autonomie stehen im Zentrum unserer heutigen Grundannahmen über das Leben und seine Gestaltungsmöglichkeiten. Die Psychotherapeutin Eva Jaeggi bezeichnet diese beiden Elemente als „dubiose Geschenke der modernen Zeit“. Wir sind angeblich sehr viel freier als die Menschen früherer Generationen, sind nicht mehr so traditionsgebunden und können aus eigenen Motiven heraus handeln.

Die Kehrseite jedoch sind Selbstzweifel, Ungewissheit, schwankende Stimmungslagen, depressive Gefühle, Ängste usw. Viele Menschen in den mittleren Jahren quält die Frage, ob man denn den Richtigen/die Richtige gewählt habe.

Menschen in den mittleren Jahren haben mit solchen Selbstzweifeln am meisten zu tun. Das hängt damit zusammen, dass sie einerseits noch geistig und körperlich vital und aktiv sind, andererseits aber spüren sie, dass viele Weichen für ihr Leben schon gestellt sind. Oft setzt ein Schwanken ein zwischen der Vorstellung, man könnte noch so vieles ändern einerseits – und der Einsicht andererseits, dass das nicht mehr geht.

Im Gegensatz zu früheren Generationen gibt es heute keine verbindlichen und tradierten Normen mehr dafür, wie man als Mensch in den mittleren Jahren zu sein hat.

Noch in der Mitte des zwanzigsten Jahrhunderts gab es in unserer Kultur klare Vorstellungen davon, wie sich eine 50jährige Frau zu kleiden und zu verhalten hatte: Dezent, zurückhaltend, keineswegs jedoch lockend oder aufreizend. Heute dagegen finden wir in dieser Altersgruppe ein viel breiteres Spektrum vor – von der dezenten und wohlsituierten Dame bis hin zu Frauen, die sehr viel Sinnlichkeit verkörpern, wie Iris Berben oder Hannelore Elsner – ganz zu schweigen von einer Tina Turner, die fast 70 ist und immer noch Konzerte gibt.

Auch der fünfzigjährige Mann geht nicht mehr ganz selbstverständlich mit Anzug und Krawatte ins Büro. Auch Männer diesen Alters setzen durchaus auf jugendlichen Sex-Appeal, färben sich die Haare oder machen den Motorrad-Führerschein.

Auch in Ehen und Partnerschaften gibt es keine festgesetzten Rollen mehr. Vielmehr muss sich jeder der Partner seine Rolle, seine Aufgabe in der Beziehung selbst suchen.

Dieses führt immer wieder zu der Frage: „Wer bin ich eigentlich?“

Auf diese Frage gibt es immer weniger äußerliche Antworten (z.B. guter Ehemann sein, gut verdienen, guter Vater sein), sondern wir müssen unsere Antworten auf diese Frage von innen her finden. Dabei hoffen wir, unserer eigenen Identität auf die Spur zu kommen.

Bei dieser Spurensuche spielt der Andere für uns eine ganz wichtige Rolle. Dieser „Andere“ muss uns dabei helfen, die eigene Identität zu finden, weil wir bei dieser Frage „Wer bin ich eigentlich?“ in anderen Lebensbereichen (Beruf, Ausbildungsplatz, Vereine, aber auch Kirche) oft keine befriedigende Antwort mehr finden.

Das vergebliche Suchen nach der eigenen Identität mit Hilfe des Anderen ist die Wurzel vieler Probleme in den mittleren Jahren. Auf die Fragen „Wer bin ich eigentlich?“, „Wie sieht mich der Andere?“ „Was bin ich für den Anderen?“ oder „Was ist er für mich?“ gibt es häufig keine Antworten, weil die Kommunikation zwischen den Partnern versandet ist, die Partner aneinander vorbeireden oder sich nur noch streiten.

4. Formen der Partnerkrise

Wenn ich ältere Paare betrachte, die unglücklich mit einander sind oder irgendwie ratlos, wie bzw. ob es gemeinsam weiter gehen kann, dann fallen mir folgende Formen der Partnerschaftskrise ein (wobei viele Mischformen und Überschneidungen möglich sind):

1. Die Streitehe

Viele dieser Ehen bestehen schon lange, obwohl die Partner sich schon lange in entscheidenden Punkten der Lebensgestaltung uneinig sind. Viele dieser Dissonanzen ließen sich aber verdrängen, z.B. durch starkes berufliches Engagement oder durch Kinder. Häufig wurde solch eine Ehe noch unter traditionellen Vorzeichen geschlossen, d.h. der Mann geht arbeiten, die Frau bleibt zu Hause und kümmert sich um Haushalt und Kindererziehung. Später wirken dann die Normen der nachwachsenden Generation auf die Partner (vor allem die Frauen) ein und sie äußern Veränderungswünsche (z.B. mehr Mithilfe des Partners im Haushalt oder Wunsch nach einer eigenen Berufstätigkeit). Die Gegenreaktion des Partners besteht oft darin, dem anderen aufzurechnen, dass er sich immer hat versorgen lassen, dass der eigene Einsatz für die Familie in Form von beruflichem Engagement sträflich verkannt wird u.v.m. Nicht selten eskalieren solche Konflikte so weit, dass auch eine Trennung angedacht und ausgesprochen wird. Andererseits ist die Angst davor – verständlicherweise – auch sehr groß.

Beratungen mit älteren Streitpaaren sind in der Regel sehr mühsam und kreisen oft um die gleichen Themen.

Aufgabe der Beratung ist es dann, mit den Partnern einen neuen Ehevertrag zu schließen. Dabei geht es darum, die Bedürfnisse der „alten“ Partner und der „neuen“ Partner aufzunehmen. Wichtige Leitfragen sind dabei auch: Was können/wollen wir verändern, und womit müssen wir uns abfinden? Ein neuer Rahmen für die Beziehung wird notwendig.

2. Der „zweite Frühling“

Durch den Einbruch eines Dritten wird die Ehe gefährdet. Oft sind es die Männer, die sich in einer Außenbeziehung das suchen, was sie in ihrer Ehe nicht zu finden glauben – oder vielleicht wirklich nicht finden können. Die Ehefrauen sind erstaunlich oft zu Kompromissen bereit, selten erwägt eine Frau die Trennung, wenn der Mann die Außenbeziehung beendet hat. Aber sie sind auch zutiefst gekränkt und beneiden ihre Männer um ihre Privilegien.

In Beratungen haben wir es einerseits mit denen zu tun, die zurückbleiben und die Trennung vom Partner verkraften müssen.

Aber auch der nach außen strebende Partner kann derjenige sein, der die Beratung aufsucht und sich Hilfestellungen für seinen weiteren Lebensentwurf erhofft .

Wenn das Paar zusammenbleibt, ist Bilanzierung und Kalkül vonnöten. Was gewinnen wir, was verlieren wir, wenn wir uns trennen? Und auch hier ist, wie bei der Streitehe, Neuorientierung und Neudefinierung sinnvoll.

3. Langeweile in Paarbeziehungen

In diesen Ehen können sich die Partner kaum noch darauf besinnen, warum der andere einem so viel bedeutet hat. Auch Langeweile kann viele Jahre verdrängt worden sein, z.B. durch Beruf oder intensive Vereinstätigkeit. Viele Paare, die Langeweile mit einander fürchten, flüchten sich von einer „Verpflichtung“ in die nächste, aus Angst vor einer Lücke und der dann unvermeidbaren Leere und Langeweile in der Beziehung. Oft wird dieses Fluchtverhalten auf den anderen projiziert und ihm als Fehlverhalten vorgerechnet. In der Beratung ist eine Rückbesinnung auf die Motive der Partnerwahl von zentraler Bedeutung.

4. Die neue Partnerschaft im Alter

An solche Partnerschaften sind oft große Glückserwartungen geknüpft. Sie unterscheiden sich von der traditionellen Ehe und haben wenig Traditionen. Das beginnt schon bei der Form des Kennenlernens: Wie und wo lerne ich in meinem Alter einen passenden Partner kennen? Viele bewegen sich in immer gleichen Freundes- und Bekanntenkreisen, so dass das Kennenlernen eines potentiellen Partners erschwert ist.

Eine häufig genutzte Alternative zum traditionellen Kennenlernen im Bekanntenkreis ist die Kontakt-Anzeige oder der Single-Treff. Ein Blick in die Tageszeitung verrät, dass dieses insbesondere für ältere Menschen eine bevorzugte Möglichkeit ist. Dennoch gibt es immer noch Vorbehalte gegenüber dieser Methode der Kontaktaufnahme.

Liest man sich solche Kontaktanzeigen durch, so merkt man, dass darin oft noch der Wunsch nach der guten alten Ehe vorherrscht. Bilder von Vertrautheit und Harmonie tauchen da häufig auf. Gefragt ist aber eher Experimentierlust und Flexibilität, die jedoch bei älteren Menschen – ganz entgegen unseren inneren Annahmen über das Alter – nicht mehr so ausgeprägt ist.

Sinnvoll in solchen neuen Partnerschaften ist ein vorsichtiges Ausloten der eigenen Person und der eigenen Möglichkeiten. Eine solche Herangehensweise kann aber durchaus auch mit Chancen für die neue Beziehung verbunden sein.

5. Die Zweit- oder Drittehe

Immer häufiger kommen Menschen in Beratung, die in zweiter oder dritter Ehe verheiratet sind. In unserer Beratungsstelle waren das im vergangenen Jahr immerhin 8 % aller Ratsuchenden. Die Tendenz ist steigend.

Es gibt bei dieser Gruppe zwei statistische Tendenzen: Entweder werden Zweitehen schon nach sehr kurzer Zeit geschieden – oder sie halten sehr viel länger als die erste Ehe.

Auch in der Zweitehe mangelt es an Traditionen, an denen sich das Paar orientieren kann. Das fängt schon bei der Eheschließung an: Während die erste Ehe oft auch kirchlich geschlossen wird, gehen die meisten Paare für ihre Zweitehe nur noch zum Standesamt. Auch die Zahl der Gäste wird sehr viel überschaubarer. Es scheint, als würde die Zweitehe sehr viel verunsicherter und verschämter geschlossen als die erste.

Für ein Gelingen der Zweitehe ist es fast noch wichtiger als in der Erstehe, gemeinsame Bilder vom Zusammenleben zu entwickeln. Da viele Paare schon Kinder aus früherer Ehe mit in die Ehe einbringen, entsteht von Anfang an großer Entscheidungs- und Handlungsdruck, es bleibt wenig Zeit zum Experimentieren. Auch Freundeskreise wachsen oft nicht so organisch zusammen wie bei Erstehen, da manche Freundeskreise durch die frühere Trennung geradezu auseinander gerissen sind.

Wie gut diese Ehe gelingen kann, hängt auch davon ab, wieweit die Partner Schwierigkeiten aus der ersten Ehe einzuordnen vermögen und wie weit sie in der Lage sind, sich zu verändern. Dies mag einer der Gründe sein, weshalb gerade bei der Zweitehe „top“ oder „flop“ gilt: Wer nichts aus der ersten Ehe gelernt hat, wird beim zweiten Mal um so schneller an die Grenzen des Möglichen stoßen. Wer aber die Zeit genutzt hat, sich selbst besser kennen zu lernen und eigene Anteile am Scheitern der Erstehe entdeckt, der hat jetzt deutlich bessere Chancen, in einer Ehe mit dem Partner zu wachsen, sich weiter zu entwickeln und eine wirklich dauerhafte Bindung einzugehen.

Mehr denn je sind ältere Paare auf sich selbst, auf ihre eigenen Ressourcen und ihren Erfindungsreichtum angewiesen, wenn es gilt, ihre Ehe oder Partnerschaft zu gestalten. Nicht mehr Traditionen und festgelegte Ordnungen bestimmen das Bild der Ehe, sondern Individualität und Autonomie. Darin liegen große Chancen und Freiheitsgrade, aber wir bezahlen unsere Freiheit auch mit viel Unsicherheit, Angst und Selbstzweifel.

Psychologische Beratung und Therapie ist deshalb mehr denn je gefragt, wenn es darum geht, Wege aus der Unsicherheit zu finden, sich selbst und den Partner besser kennen zu lernen und gangbare Wege für die eigene Partnerschaft zu finden.

Regina Bibl