

Einführung

Der Bedarf an Beratung und Psychotherapie älterer Menschen wächst und wird in Zukunft noch weiter wachsen. Dies nicht nur, weil der Anteil der über 60-Jährigen in unserer Gesellschaft zunimmt, sondern auch weil immer mehr Menschen älter und alt werden, die bereits in jüngeren Jahren Erfahrungen mit Psychotherapie gemacht haben und diese auch im Alter beanspruchen werden. Obwohl wir in der Arbeit mit älteren Paaren keine grundlegend anderen therapeutischen Methoden benötigen als in der Arbeit mit Jüngeren, weist die Psychotherapie mit älteren Menschen einige Besonderheiten auf. Diese betreffen beispielsweise den Umgang mit den oftmals langen Beziehungsgeschichten und der begrenzten Lebensperspektive der Paare; bei der Durchführung sind Modifikationen in der Gesprächsführung zu berücksichtigen und es stellt sich die Notwendigkeit, zeitgeschichtlich zu denken.

Auch wenn Menschen nicht erst ab dem 60. Lebensjahr altern, beginnt »das Alter« gemäß einer Übereinkunft innerhalb der Alterswissenschaften mit 60 Jahren. Anstelle der statisch wirkenden Bezeichnung »Alter« wird heute die Bezeichnung »Altern« vorgezogen, um den Prozess des Altwerdens, die Lebenslauf- und Entwicklungsperspektive zu betonen. Tabelle 1 zeigt die gebräuchlichen Bezeichnungen für die Altersphasen ab dem 60. Lebensjahr. Dabei sind die Bezeichnungen für das dritte und vierte Lebensalter – »Ältere« und »Alte« – grammatikalisch nicht korrekt: Denn die Älteren sind jünger als die Alten, obwohl »älter« die Steigerungsform von »alt« darstellt. Für die Jahre ab etwa 45 bis 60 gibt es die bildhafte Bezeichnung »Grenzland«¹: Man ist nicht mehr jung, aber auch noch nicht richtig alt.

1 Tudor-Sandahl P (2003)

Tab. 1: Wann beginnt das Alter?

Lebensjahr	Bezeichnung
60 bis 70/75	»Ältere«, »behinderungsfreie Lebenserwartung«; Drittes Lebensalter
ab ca.70/75	»Alte«; Viertes Lebensalter
ab ca. 90	»Hochaltrigkeit«; »Master Survivors«
> 100	»Expert Survivors«

Worin unterscheidet sich die Paartherapie für ältere von der für jüngere Paare? Worin liegen die Schwierigkeiten im Kontakt zwischen oft jüngeren Fachpersonen und älteren Paaren? Worin besteht das Faszinierende der Vielfältigkeit jahrzehntelanger Beziehungen? In dieser Vorlesungsreihe wird Paartherapie für Ältere praxisnah vermittelt. Die bereits genannten Themen werden in den folgenden fünf Vorlesungen behandelt, wobei die Anliegen der Paare, die inzwischen unsere Sprechstunde für Ältere aufgesucht haben, wie ein roter Faden durch die Reihe führen.

Erste Vorlesung

Sprechstunde für Paare im höheren Lebensalter

Die Sprechstunde für Paare im höheren Lebensalter ist ein Angebot des Instituts für Psychosomatische Kooperationsforschung und Familientherapie, eine Einrichtung des Psychosozialen Zentrums am Universitätsklinikum Heidelberg. Das Angebot richtet sich an Paare, von denen mindestens einer der Partner 60 Jahre oder älter ist. Abbildung 1 zeigt den Flyer, mit dem für die Sprechstunde geworben wird.

Inzwischen haben weit über 100 ältere Paare die Sprechstunde aufgesucht. Die behandelten Paare leben mehrheitlich in Langzeit-Beziehungen, knapp zwei Drittel in Beziehungen zwischen 31 und 51 Jahren. 80 % der Paare sind verheiratet, meist in erster Ehe. Bei gut 60 % der Paare verfügte mindestens ein Partner über einen akademischen Abschluss, bei 30 % über eine abgeschlossene Lehre. Knapp zwei Drittel der Frauen waren bzw. sind noch berufstätig. Die Paare stammen somit überwiegend aus höheren Bildungsschichten. Überwiegend ergreifen die Frauen die Initiative zur Anmeldung. Die Überweisung durch eine Fachperson (Hausarzt, Einzeltherapeut/in) oder die Empfehlung durch eigene Kinder liegt in einem knappen Viertel der Fälle vor. In etwa einem Viertel der Fälle verfügen beide Partner über Psychotherapie-Erfahrungen, zumeist im Einzelsetting, bei einem Drittel nur die Ehefrau; keine Vorerfahrungen mit Psychotherapie bestehen bei etwa einem Drittel.

In den Anfängen unserer Sprechstunde, nach der Jahrtausendwende, kamen überwiegend die in den 1930er Jahren Geborenen, dann kamen die 1940er Jahrgänge hinzu und inzwischen gehören bereits die zwischen 1950 und 1953 Geborenen zum Klientel der Sprechstunde. Zeitgeschichtlich gedacht gab es in den Anfängen der Sprechstunde al-



UniversitätsKlinikum Heidelberg



Sprechstunde für Paare im höheren Lebensalter

Leitung:
Prof. Dr. Astrid Riehl-Emde
Institut für Psychosomatische
Kooperationsforschung und Familientherapie

Ärztlicher Direktor:
Prof. Dr. med. Manfred Cierpka
Zentrum für Psychosoziale Medizin
Universitätsklinikum Heidelberg

UniversitätsKlinikum Heidelberg

Sprechstunde für Paare im höheren Lebensalter

Mit zunehmendem Alter verändern sich die Beziehungen von Partnern untereinander sowie die Beziehungen zu Kindern und anderen nahen Angehörigen. Mitunter führen diese Veränderungen zu Störungen der körperlichen oder seelischen Gesundheit, zu deren Bewältigung eine Fachperson Hilfestellung bieten kann.

Beratung oder therapeutische Unterstützung erweisen sich als hilfreich zum Beispiel bei:

- › Übergang in den Ruhestand
- › Wunsch nach besserer Kommunikation
- › Veränderungen der Sexualität im Alter
- › Umgang mit der Erkrankung eines Partners
- › Belastung durch unbewältigte Ereignisse aus der Vergangenheit

Wir bieten an:

- › Paarberatung und -therapie
- › Familienberatung und -therapie
- › Gruppengespräche für Ältere

Telefonische Anmeldung:
Sekretariat Familientherapie
Bergheimer Straße 54, 69115 Heidelberg
Tel.: 06221 56-4701
Fax: 06221 56-4702

So erreichen sie uns:
Haltestelle Römerstraße :
Buslinien 32, 35 oder Straßenbahnlinie 22
Parkhaus P 15
(direkt im Klinikgelände, Thibautstraße)

© 2014 W. Kohlhammer, Stuttgart

Abb. 1: Flyer der Sprechstunde für Paare im höheren Lebensalter

so überwiegend ehemalige Kriegskinder bzw. Paare, von denen mindestens einer der Partner im Krieg geboren oder aufgewachsen war. Inzwischen meldet sich die Nachkriegsgeneration, also Menschen, die zum einen die »sexuelle Revolution« – zumindest eine weniger sexualfeindliche Einstellung als die Generation vor ihnen – erlebt haben, in deren Jugend die Pille auf den Markt kam und die zum anderen eine Psychologisierung ihrer Lebensumwelt erfahren haben, zu der auch die viel selbstverständlichere Inanspruchnahme von psychotherapeutischer Hilfe gehört.

Äußerer Rahmen/Setting/Finanzierung

In unserer Sprechstunde dauert ein Paargespräch in der Regel 90 Minuten, bei Bedarf oder wenn z.B. die Aufnahmekapazität des Paares altersbedingt eingeschränkt ist, auch kürzer, etwa 60 Minuten. Das erste Gespräch dient dem gegenseitigen Kennenlernen und der Indikationsstellung: Paar und Therapeutin entscheiden danach über die Fortsetzung. Üblicherweise wird zunächst ein weiterer Termin mit Fragezeichen vereinbart und das Paar wird gebeten, sich über das Gespräch auszutauschen und einige Tage vor dem vereinbarten Folgetermin Nachricht zu geben, ob sie diesen wahrnehmen, nochmals verschieben oder absagen wollen. Ich lasse also bewusst eine »lange Leine« und mache damit gute Erfahrungen. Kommt die zweite Sitzung zustande, wird das weitere Prozedere besprochen, wobei üblicherweise zunächst weitere drei bis fünf Sitzungen mit Standortgespräch vereinbart werden, denen dann – bei Bedarf und wenn das Paar und die Therapeutin den Eindruck haben, die Sitzungen seien hilfreich – weitere Sitzungen folgen können.

Paartherapien mit Älteren umfassen in unserer Sprechstunde etwa zehn Sitzungen, mit einer Schwankungsbreite zwischen einer bis 43 Sitzungen. Zumeist finden eine bis zwei Sitzungen pro Monat statt. Paartherapie ist offiziell keine Kassenleistung, allerdings besteht die Möglichkeit, unter Hinzuziehung eines Angehörigen 90 Minuten als Doppelstunde pro Tag abzurechnen.² Diese Möglichkeit besteht für Partner, die nicht gleichzeitig eine kassenfinanzierte Einzeltherapie beanspruchen und deren Problematik/Symptomatik Krankheitswert hat. Indem die pro Patient möglichen fünf probatorischen Sitzungen in drei Doppelstunden »verpackt« werden, können somit ohne Antragstellung pro Paar maximal sechs Sitzungen (je drei pro Partner) über die Krankenkasse abgerechnet werden.

2 Kassenärztliche Bundesvereinigung (1997) Änderungen und Ergänzungen der Psychotherapievereinbarungen. DÄB 94: B-396; ausführlich: Zeitschrift »Psychoanalytische Familientherapie« 10(19): 5–49 (2009)

Welche Anliegen führen ältere Paare in Beratung und Therapie?

Über Probleme beim Übergang in den Ruhestand klagte die Hälfte der Paare, die Mehrheit davon über oft oder chronisch eskalierende *Streitigkeiten*, die mit emotionaler Entfremdung bzw. *Nähe-Distanz-Konflikten* einhergingen. Der schwierige Umgang mit der *Erkrankung eines Partners* wird als zweithäufigster Anmeldegrund genannt, insbesondere geht es um Depressionen, Krebserkrankungen (Prostata- oder Mamma-Ca), kardiovaskuläre Erkrankungen, chronische Schmerzerkrankungen (FMS), Zustände nach Schlaganfall oder M. Hodgkin, aber auch die Verdachtsdiagnose einer demenziellen Erkrankung. In dieser Gruppe bergen asynchrone Alterungsprozesse oder die unterschiedliche Vitalität der Partner in der Regel ein erhebliches Konfliktpotential. An dritter Stelle stehen finanzielle oder andere Konflikte mit erwachsenen Kindern und Kontaktabbruch bzw. Angst vor drohendem *Kontaktabbruch seitens der Kinder*, der besonders schmerzhaft erlebt wird, wenn dadurch auch der Kontakt zu den Enkeln eingeschränkt wird. Gar nicht selten kommen im Verlauf von wenigen Gesprächen auch weitere Konflikte zwischen den Generationen zur Sprache; dies gilt auch für Paare, die wegen eines anderen Anliegens in die Sprechstunde gekommen sind. Dabei handelt es sich zum Beispiel um Konflikte zwischen einem Partner und den Kindern des anderen aus einer früheren Beziehung oder um Konflikte zwischen einem oder beiden Partnern und einem hochbetagten Elternteil oder einem Geschwister.

Paare, die sich wegen einer *Außenbeziehung* des Mannes angemeldet hatten, befanden sich zumeist im Übergang zum Ruhestand. In unserer Sprechstunde waren es bisher ausschließlich Männer, deren manchmal über Jahre bestehende Außenbeziehung in dieser Übergangsphase bekannt wurde. Sexuelle Probleme wurden eher selten explizit als Anmeldegrund genannt, obwohl die gemeinsame *Sexualität* lediglich bei etwa 10 % der Fälle als sehr befriedigend, sogar als leidenschaftlich bezeichnet wurde, auch wenn sie von Dauerstreitigkeiten in Mitleidenschaft gezogen zu werden drohte. Bei Nachfrage deutet allerdings die Mehrzahl der Paare Schwierigkeiten oder Unzufriedenheit mit der gemeinsamen Sexualität an, auch wenn die Sexualität zu Beginn nicht als Anliegen erwähnt wurde und das Paar deswegen keine Fachperson konsultieren würde.

Zunehmende Belastung durch unbewältigte Ereignisse der Vergangenheit bezieht sich auf Ereignisse aus der gemeinsamen Paargeschichte, die im Ruhestand vermehrt wieder erinnert werden und sowohl das Individuum als auch die Beziehung aktuell belasten. Bisweilen besteht die Sorge, dass die Paargespräche schwierige Erinnerungen erst wecken, doch zumeist ist es umgekehrt: die Erinnerung geht der Anmeldung voraus. Die Bezeichnung »*eheliches Burnout*« steht für einen Zustand, in dem die positiven Gefühle füreinander erschöpft sind und beide Partner spüren, dass sie nichts mehr ertragen und auch kein Verständnis mehr füreinander aufbringen können; gleichzeitig wissen beide, der Beziehung nicht mehr entrinnen zu können. Diese Paare suchten Hilfe, um die ausweglos erscheinende Situation besser ertragen zu können.

Tab.2: Was ältere Paare zur Paartherapie führt

Die wichtigsten Anliegen an die Paartherapie in absteigender Häufigkeit

- Streitigkeiten/Nähe-Distanz-Probleme nach der Pensionierung
 - Belastung durch Krankheit und Rollenumkehr
 - Probleme mit Kindern/Kontaktabbruch zu Enkeln
 - Sexuelle Außenbeziehung des Partners
 - Unbefriedigende Situationen in der partnerschaftlichen Sexualität.
 - Zunehmende Belastung durch unbewältigte Ereignisse der Vergangenheit
 - Eheliches Burnout und Unauflösbarkeit der Bindung
-

In den folgenden Vorlesungen wird auf die meisten Anliegen anhand von Beispielen ausführlich eingegangen.

Gemeinsam alt werden, ein historisch neues Phänomen

Die langjährige Beziehung stellt den statistischen Normalfall der Ehe im höheren Erwachsenenalter dar. Die »nachelterliche Gefährtenschaft« – die Zeit zwischen Weggang des letzten Kindes und Verwitwung – beginnt zwischen 45 und 60 Jahren, sie kann heute bis gegen das 80. Le-

bensjahr andauern.³ Durch die gestiegene Lebenserwartung leben mehr ältere und alte Menschen in Paarbeziehungen als früher. Immer mehr

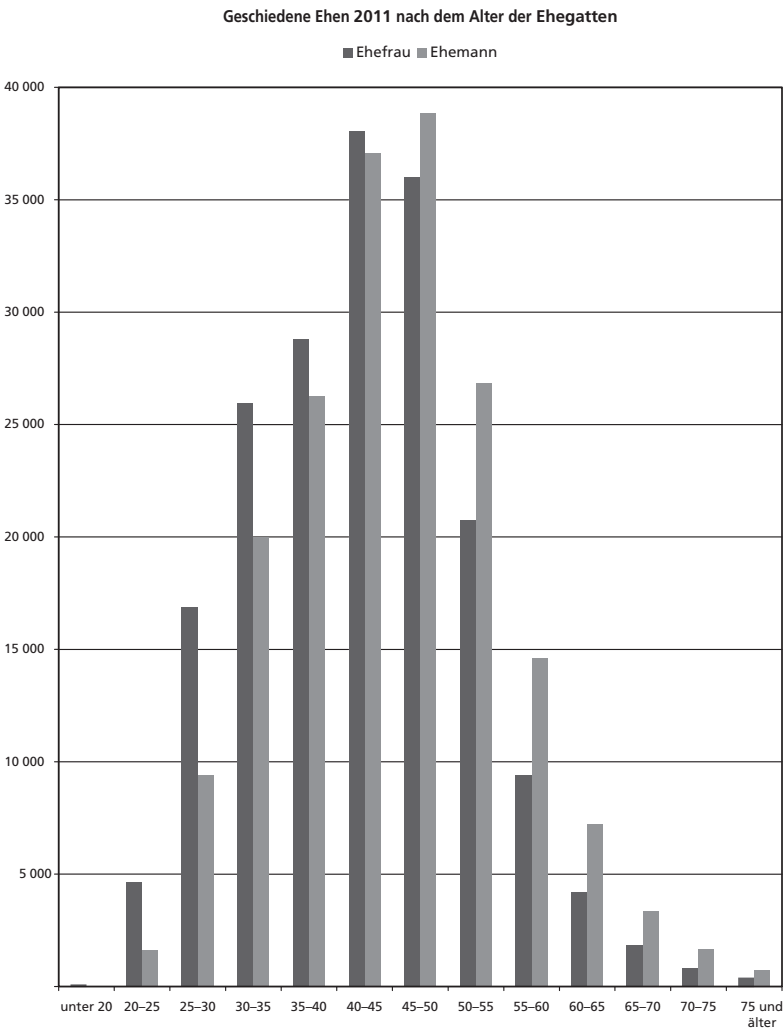


Abb. 2: Geschiedene Ehen 2011 nach dem Alter der Ehegatten⁴

3 Die »nachelterliche Gefährtenchaft« betrug vor 100 Jahren etwa 1 bis 2 % der Lebensdauer; diese Zeit ist auf 30 % angestiegen!

4 Statistisches Bundesamt (2012) Fachserie 2 Reihe 1.4, 2011

Eheleute haben die Chance, als Paar hochbetagt zu werden – eine Chance, die gleichzeitig eine große Herausforderung darstellt: Laut Scheidungsstatistik gibt es einen zweiten Scheidungsgipfel – eine Zunahme an Scheidungen – bei Paaren zu Beginn der nachelterlichen Gefährtsenschaft (»Soll das alles gewesen sein?«), bei einer Ehedauer ab 20 Jahren; die Frauen sind 40 bis 60, die Männer 45 bis 60 Jahre alt. In der Scheidungsstatistik wird bei einer 1- bis 25-jährigen Ehedauer die Anzahl der rechtskräftigen Scheidungen pro Ehejahr aufgeführt; danach folgt lediglich die globale Kategorie »Ehedauer 26 Jahre und mehr«. Im letzten Jahrzehnt sind in dieser Kategorie zwar Zuwächse zu verzeichnen, doch diese könnten allein auf die gestiegene Lebenserwartung zurückgehen. Bisher liegt leider keine Maßzahl vor, mit der die absolute Anzahl der Scheidungen im Verhältnis zur Bevölkerungszahl erfasst wird. Abbildung 2 zeigt, dass rechtskräftige Scheidungen älterer und alter Menschen vorkommen, insgesamt allerdings viel seltener als bei Jüngeren.

Die Chance, als Paar zusammen hochbetagt zu werden, stellt ein historisch neues Phänomen dar, für das es lange Zeit kaum Vorbilder gab, allenfalls idealisierte Paare aus der klassischen Antike wie Philemon und Baucis oder Streitpaare wie Zeus und Hera. Deswegen entstehen innere Bilder und Phantasien über das alternde Paar, in denen sich bevorzugt die Furcht- oder die Wunschseite ausdrückt: einerseits die Furcht, in Lieblosigkeit, Öde und Sprachlosigkeit zu verfallen, krank oder in einer Streit-Beziehung gefangen zu sein – andererseits der Wunsch nach einem ruhigen, kontemplativen Altern in einer Liebesbeziehung, die ein gewisses erotisches Potential behält und auch im Altern neue Erfahrungen ermöglicht. Individuelle Altersbilder beruhen sowohl auf persönlichen Erfahrungen und sind mitbeeinflusst vom kulturellen Hintergrund, d. h. von kollektiven Altersbildern des öffentlichen Diskurses.

In den letzten Jahren wird in den Medien vermehrt über ältere und alte Paare berichtet, wie zum Beispiel über Loki und Helmut Schmidt oder über Inge und Walter Jens. Recht aktuell ist die Thematik des erweiterten Suizids älterer Paare, dargestellt in Filmen wie »Satte Farben vor Schwarz« (Regie: Sophie Heldmann) aus dem Jahr 2010 oder »Liebe« von Michael Haneke aus dem Jahre 2012⁵; dargestellt auch in der Literatur wie »Eine exklusive Liebe«⁶, dargestellt von Johanna

5 Haneke M (2012)

6 Adorján J (2011)

Adorján nach dem gemeinsamen Suizid ihrer Großeltern oder »Briefe an D.⁷« des französischen Philosophen André Gorz an seine Frau vor dem gemeinsamen Suizid.

Mit steigendem Lebensalter nimmt die interindividuelle Variabilität der Entwicklungsmöglichkeiten zu; das bedeutet, dass die körperlichen, geistigen, psychischen und sozialen Fertigkeiten älterer und alter Menschen breiter streuen als in jüngeren Jahren. Die große interindividuelle Variabilität bei steigender Lebenserwartung – einerseits erhöhte Plastizität, Entwicklungs- und Gestaltungsmöglichkeiten, andererseits Erstarrung und Stagnation – beinhaltet sowohl die Chance, die Lust am Leben und Lieben weiterzuentwickeln, als auch das Risiko eines zunehmenden Rückzugs bis hin zur Asexualität.

Die gute emotionale Qualität zwischenmenschlicher Beziehungen ist im Altern wichtiger als die Quantität dieser Beziehungen bzw. das Informationsbedürfnis, das hiermit abgedeckt wird, wie die Berliner Altersstudie gezeigt hat.⁸ Speziell bei Älteren wird die Qualität der Paarbeziehung noch einmal besonders wichtig, nachdem die Familien- und Berufsphase in den Hintergrund getreten sind. Die Einbindung des Menschen in eine funktionale Paarbeziehung gilt als wesentlicher Prädiktor für seelische Gesundheit und Wohlbefinden, und die Paarbeziehung ist sehr bedeutsam als Ressource für die Bewältigung von Krisensituationen. Weil die emotionalen Qualitäten der Paarbeziehung und die individuellen Eigenheiten der Partnerin bzw. des Partners, besonders die gegenseitige Unterstützung und das wechselseitige Geben und Nehmen, so überaus wichtig sind⁹, ist ein Beratungs- und Therapieangebot für ältere Paare sinnvoll.

Beispiel 1¹⁰: Überlistung zum Paargespräch

An einem Montagmorgen um 8 Uhr stand ein Paar ohne Voranmeldung in unserer Ambulanz: Er 77 Jahre, sie 74 Jahre alt (Jg. 1926/1930), bei-

7 Gorz A (2007)

8 Carstensen LL (1992)

9 Cutrona CE (1996)

10 Dieses und alle folgenden Fallbeispiele sind selbstverständlich anonymisiert.

de gebräunt und sportlich gekleidet. Sie waren am Vortag etwa 500 km von Norddeutschland nach Heidelberg gereist – zuerst per Auto, dann weiter mit der Bahn – und stritten jetzt im Treppenhaus unseres Instituts. Die Ehefrau hatte über Dritte von unserer Einrichtung gehört und nahm an, man erhalte wie in einer Notfallstation rund um die Uhr Hilfe, was leider nicht (oder noch nicht) der Fall ist. Sie hatte ihren Mann im Glauben gelassen, sie wolle nach Heidelberg in eine Spezialabteilung für Orthopädie, um ihr bereits seit langem schmerzendes Knie untersuchen zu lassen. Sie dorthin zu begleiten war er durchaus einverstanden gewesen. Er hatte sich nicht genauer nach dem Ziel der Reise erkundigt und empörte sich jetzt lauthals, unter falschen Tatsachen hergelotst worden zu sein. Sie konterte: Da er sie nie freiwillig zu einem Paargespräch begleiten würde, sei sie ja gezwungen, eine solche List anzuwenden; er warf ihr im Gegenzug vor, dies sei ein erneuter Beweis dafür, dass ihre ungeplanten Hals-über-Kopf-Aktionen – und seit Jahrzehnten neige sie dazu! – schiefgehen müssen. Das Paar erhielt zwar nicht unmittelbar am Morgen, aber doch am gleichen Nachmittag einen Termin; die beiden übernachteten in einem kleinen Hotel in Heidelberg und fuhren am nächsten Tag mit dem Zug wieder zurück nach Norddeutschland.

Das Paar berichtete, dass der Ehemann unmittelbar vor unserem Gespräch drei Wochen zur Kur gewesen sei; die Ehefrau habe während seiner Abwesenheit einer Freundin ihre Eheschwierigkeiten anvertraut und von dieser den Tipp erhalten, nach Heidelberg zu fahren. Auslösend für ihren Entschluss zu einem Paargespräch, so berichtete die Frau, war ihr Gedanke: Jetzt oder nie, die Lebensperspektive ist begrenzt und eine Scheidung lohnt eigentlich nicht mehr! Sie habe sich in 50 Ehejahren von ihm meist unverstanden gefühlt und sei oft deprimiert gewesen. Aktuell zugespitzt habe sich ihr Paarkonflikt, nachdem er der Tochter einen hohen Geldbetrag geliehen hatte, den diese jedoch für einen anderen als den vereinbarten Zweck ausgab. Jetzt drohte das Projekt der Tochter zu scheitern und er – als ehemaliger Kaufmann immer wieder fassungslos über den angeblich mangelnden kaufmännischen Sachverstand der Kinder – übernahm in dieser Situation sehr viel Verantwortung. Er fühlte sich jedoch selbst überfordert in der Angelegenheit der Tochter, zerstritt sich darüber mit allen drei Kindern und mit der Ehefrau. Die Ehefrau hatte ganz andere Ansichten über die Art, wie der Tochter zu helfen sei, und befürchtete, der Kontakt zu den Kindern könne in die Brüche gehen. Er meint, ihre Sorgen und

Ängste seien »mütterlich-übertrieben«. Beide waren in einem Teufelskreis gegenseitiger Entwertungen und Machtdemonstrationen gefangen. Eigentlich fühlten sich beide einsam, sehnten sich nach mehr Anerkennung, Verständnis und Zuneigung. Die Atmosphäre entspannte sich deutlich, als ich beiden die ihnen zustehende Anerkennung für ihre jeweilige »Lebensleistung« im Einsatz für die Familie zollte (er mehr materiell, sie mehr emotional). Am Ende des Gesprächs hatte es ihm gutgetan, mal frei zu sprechen. Er erinnerte sich an die Hochzeitsreise nach Heidelberg und war bereit, wiederzukommen. Die Ehefrau hingegen war hoffnungsloser geworden in Bezug auf seine Veränderungsmöglichkeiten, was im positiven Fall – ganz unabhängig vom Alter der Betroffenen – für Realitätsbezug sprechen und ein erster Anstoß für kleinere Ziele oder Situationsveränderungen sein kann.

Kommentar

Ungewöhnlich an dieser kurzen Szene ist, dass ein Paar im hohen Alter und ohne jegliche psychotherapeutische Erfahrung zu einem Paargespräch kommt. Weshalb kam das Paar gerade jetzt und nicht bereits vor 10, 20 oder 30 Jahren? Wieso war die Ehefrau unter einen derartigen Handlungsdruck geraten? Es handelte sich um eine jahrzehntelang bestehende Thematik (»seit 50 Jahren unverstanden«), die aktuell durch hinzukommende Altersthemen akzentuiert wurde. Vermutlich war der drohende Kontaktabbruch der Kinder ausschlaggebend für die Befürchtung der Ehefrau, in ihren emotionalen Bedürfnissen noch stärker vom Ehemann abhängig zu werden. Denn bisher fand sie im Kontakt mit ihrer Tochter ausreichend Möglichkeiten, das Sich-Unverstanden-Fühlen in der Ehe zu kompensieren.

Was ist alterstypisch?

- Die Idee, sich mit einem Eheproblem an Dritte zu wenden, geht meist von den Frauen aus. Männer dieses Alters erleben es oft als kränkend und beschämend, eine dritte Person um Hilfe zu bitten. Viele haben gelernt, dass man über persönliche oder familiäre Probleme nicht spricht, zumindest nicht mit Außenstehenden.
- Was hier vordergründig als ehelicher Machtkampf mit gegenseitigen, auch altersspezifischen Entwertungen gestaltet wird, korrespondiert auf einer tieferen Ebene häufig mit der Angst vor Abhängigkeit und