

Inhalt

Vorwort	9
----------------	----------

Einleitung	11
Ewige Liebe – ein Dauerthema	11
Liebe und Ehe in Zeiten langen Lebens, veränderter Werte und Chancen	13

I Ehe und Partnerschaft – existenziell gestern wie heute	21
1 Von der Ehevielfalt zur Institutionalisierung der Ehe	23
Ehevielfalt und Vernunft Ehe	23
Ideal und Realität	26
Die Liebesehe – kaum erlangt, schon verbannt?	28
Aber: Was ist eigentlich Liebe?	34
2 Bedeutung von Partnerschaften für Wohlbefinden und Gesundheit	39
Partnerschaft in einer singularisierten, individualistischen Gesellschaft	39
Partnerschaft und Gesundheit	41

II Brüche nach langjährigen Beziehungen	45
3 Herausforderungen an Partnerschaften in Zeiten des Wandels	47
4 Das mittlere Alter: eine bewegte Zeit auch für die Partnerschaft	51
Verändertes Zeitraster, Bilanzierungsprozesse und Chancen für Neuorientierungen	53
Dynamik familialer Veränderungen im mittleren Lebensalter	55
Und wo bleibt die Partnerschaft?	57
5 (Hinter-)Gründe für Trennung und Scheidung nach langjähriger Partnerschaft	59

	Äußere Gründe: Kein Ausharren mehr nötig in unbefriedigenden Ehen	59
	Paar- und partnerspezifische Gründe: Die Beziehung war doch eh schon schlecht! – Wirklich?	62
	Eheliche Rettungsversuche – trennen oder bleiben?	81
6	Auswirkungen von Trennung und Scheidung	85
	Scheidung als kritisches Lebensereignis und biografischer Wendepunkt	85
	Die Auswirkungen von Trennung und Scheidung auf Wohlbefinden und Gesundheit	87
	Leidet jeder anders? Die individuellen Unterschiede bei der Adaptation	92
	Erklärungsmodelle für die unterschiedliche Adaptation	94
	Determinanten psychischer Adaptation nach der Scheidung	95
7	Die Bewältigung der Trennung: An der Krise zerbrechen oder wachsen?	105
	Trauern – funktionale und dysfunktionale Bewältigungsmuster	105
	Die positiven Adaptationsmuster	117
8	Neustart – das Leben danach	131
	Neudefinition von Familie und Freundeskreis – soziale Beziehungen nach der Scheidung	131
	Normalisiert sich das Verhältnis zum Ex?	138
	Eine neue Partnerschaft? Keine zwingende Option	141
	Scheidungen nach langer Ehe – worauf es letztlich ankommt	147
<hr/>		
III	Langjährige Partnerschaften	149
9	Lange Ehe – gute Ehe? Ehezufriedenheit über die Jahre	151
	Dimensionen der Partnerschaftszufriedenheit	153
	Partnerschaftliche Zufriedenheit und Wohlbefinden – Zusammenhang und Faktoren	156
10	Langjährig Verheiratete – wie glücklich sind sie wirklich?	169
	Glückliche und unglückliche Langzeitbeziehungen	170
	Warum bleiben unglücklich Verheiratete zusammen?	173
	Nicht immer ist alles klar und eindeutig – vom Umgang mit Ambivalenzen	174
	Schwierige Zeiten und Krisen	177

11 Was macht eine glückliche langjährige Partnerschaft aus?	181
Respekt und Wertschätzung	182
Treue und Vertrauen – zentrale Pfeiler und große Hürden für die Partnerschaft	187
Wie wichtig ist die Sexualität in langjährigen Beziehungen?	199
Mit weniger zufrieden? Jenseits des Geschlechtsverkehrs	203
Alle Paare haben Probleme – es kommt nur drauf an, wie sie damit umgehen	206
Ein Blick in die Glaskugel	210

Literaturverzeichnis**215**

Die Autorin**229**