

Inhalt

| | |
|--|-----------|
| Vorwort | 9 |
| <hr/> | |
| Einleitung | 11 |
| Ewige Liebe – ein Dauerthema | 11 |
| Liebe und Ehe in Zeiten langen Lebens, veränderter Werte und Chancen | 13 |
| <hr/> | |
| I Ehe und Partnerschaft – existenziell gestern wie heute | 21 |
| 1 Von der Ehevielfalt zur Institutionalisierung der Ehe | 23 |
| Ehevielfalt und Vernunftehre | 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 |
| <hr/> | |
| 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 |
|--------------------|------------|