

NCCR LIVES IP12 Vulnerability and Growth –  
The loss of an intimate partner in the second live half

**Partnerschaft in der zweiten Lebenshälfte –  
Herausforderungen, Verluste und Gewinne**

FORSCHUNGSDOSSIER

**TRENNUNG und SCHEIDUNG**  
im Längsschnitt (2012-2014)

Pasqualina Perrig-Chiello & Bina Knöpfli

Unter Mitarbeit von:  
Katja Margelisch  
Christian Zwingli

April 2015

## Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung.....	3
2	Getrennte und geschiedene Personen in der zweiten Lebenshälfte - sozio- demographisches Portrait.....	7
3	Die Ex-Partnerschaft/Ehe im Rückblick .....	8
4	Die Trennung und ihre Bewältigung im Verlauf.....	12
5	Psychische, soziale und physische Auswirkungen der Trennung/Scheidung.....	15
6	Ressourcen für die Bewältigung der Trennung .....	18
7	Fazit.....	23
8	Literatur.....	24

## Abkürzungen

<i>N</i>	Anzahl Personen gesamt
<i>n</i>	Anzahl Personen in Teilstichprobe; kann variieren je nach Gruppeneinteilung und Variable
<i>t1</i>	Erhebungswelle 1 (2012)
<i>t2</i>	Erhebungswelle 2 (2014)
<i>M</i>	Mittelwert, Durchschnitt
<i>U</i>	Unterschied (zwischen zwei Gruppen, z.B. Geschlecht)
<i>ns</i>	nicht signifikant (kein Unterschied)
*: signifikant; **: hoch signifikant; ***: höchst signifikant (bedeutsamer Unterschied)	

## 1 Einleitung

Obwohl in der Schweiz langjährige Partnerschaften immer noch den Normalfall darstellen, verzeichnet unser Land europaweit eine der höchsten Scheidungsraten. Seit den 90er Jahren des vergangenen Jahrhunderts zeichnet sich zudem ein Trend ab, wonach vor allem langjährige Ehen scheidungsanfälliger geworden sind (Perrig-Chiello, Knöpfli, & Gloor, 2013). Trotz ihrer Häufigkeit stellen Scheidungen für die meisten Betroffenen einschneidende kritische Lebensereignisse dar (Amato, 2010; Holmes & Rahe, 1967).

Die traditionelle Scheidungsforschung hat bislang vor allem die negativen Auswirkungen untersucht, wobei mehrheitlich Kinder im Fokus standen (Brown & Lin, 2012). Auch hinsichtlich des Verlaufs der psychischen Adaptation von Erwachsenen an eine Trennung nach langjähriger Partnerschaft ist die Forschungslage noch recht lückenhaft, insbesondere was die grossen individuellen Unterschiede anbelangt. Das Forschungsprojekt „Vulnerabilität und Wachstum nach dem Verlust des Lebenspartners/der Lebenspartnerin in der zweiten Lebenshälfte“ greift diese Thematik auf und will mit einer repräsentativen interdisziplinären Längsschnittstudie einen Beitrag leisten, einige dieser Forschungslücken zu schliessen. Das vorliegende Forschungsdossier „Trennung und Scheidung im Längsschnitt“ führt das erste Forschungsdossier mit Daten aus einer Befragung von 2012 weiter, welches unter dem Titel „Trennung und Scheidung“ (Perrig-Chiello, Knöpfli, Margelisch & Spahni, 2013) erschienen ist.

### **Partnerschaft in der zweiten Lebenshälfte – Herausforderungen, Verluste und Gewinne – das IP12 Projekt**

Das Projekt IP12 „Vulnerabilität und Wachstum nach dem Verlust des Lebenspartners / der Lebenspartnerin in der zweiten Lebenshälfte“ gehört zum nationalen Forschungsschwerpunktes LIVES „Überwindung der Verletzbarkeit im Verlauf des Lebens“. Es wird von Schweizerischen Nationalfonds finanziert und steht unter der Leitung von Prof. Pasqualina Perrig-Chiello, Universität Bern (Gesamtleitung), sowie Prof. Dr. Dario Spini, Universität Lausanne und Prof. Dr. François Höpflinger, Universität Zürich. In dieser interdisziplinären Längsschnittstudie wurden in einer ersten Erhebungswelle im Jahr 2012 über 2700 Personen im Alter von 40 – 89 Jahren (57% Frauen, 43% Männer) aus der deutsch- und französischsprachigen Schweiz zu ihrer Partnerschaft befragt. Der verwendete Fragebogen umfasste, nebst soziodemografischen Variablen, Fragen zur psychischen und körperlichen Befindlichkeit und Biografie, Persönlichkeitsvariablen und Variablen zur aktuellen Partnerschaft. Zusätzlich wurden spezifische Fragen an getrennte oder geschiedene, sowie verwitwete Personengruppen gestellt. Diese wurden zum Kontext der Trennung und Scheidung, zur Qualität der Ex-Partnerschaft und zur heutigen Beziehung zum Expartner/zur Expartnerin sowie zum Umgang mit dem kritischen Lebensereignis befragt. Bei verwitweten Personen wurden Fragen zum Zeitpunkt des Todes, der Todesursache, den Veränderungen durch den Verlust und der Verarbeitung des Verlustes gestellt. Die zweite Fragebogenerhebung wurde im Februar 2014 durchgeführt<sup>1</sup>. Durch diese Folgerhebung können Aufschlüsse über den zeitlichen Verlauf der verschiedenen psychischen Phänomene, wie den Bewältigungsverlauf nach einem Partnerverlust, gewonnen werden.

---

<sup>1</sup> Eine ausführliche Beschreibung des Projekts, seiner Methode und ersten Ergebnissen finden sich im Working Report von Hutchison et al. (2013), den Forschungsdossiers zur ersten Erhebungswelle (Perrig-Chiello et al. 2012) sowie im Buchkapitel von Perrig-Chiello, Hutchison, und Knöpfli (in press).

Kritische Lebensereignisse wie Trennung, Scheidung oder Verwitwung bergen ein hohes Risiko für Verletzlichkeit aller Altersstufen in sich, dies vor allem für Menschen in späteren Lebensphasen, wenn verschiedene altersbedingte Verluste von Ressourcen zu bewältigen sind. So werden in diesem Projekt verschiedene Indikatoren der Vulnerabilität längsschnittlich untersucht (unter anderem Lebenszufriedenheit, subjektive Gesundheit, Gesundheitsverhalten, Depression, soziales Engagement und Zukunftsperspektiven). Durch die Fokussierung auf vergangene Lebensübergänge und die Partnerschaftsgeschichte kann untersucht werden, inwiefern frühere negative Lebensereignisse einen Effekt auf die spätere Lebensqualität haben. Durch die Langzeitperspektive über mehrere Jahre wird es auch möglich sein zu erforschen, ob und unter welchen Umständen langjährige Partnerschaften, Scheidungen und Verwitwungen über die Zeit eher mit Verletzlichkeit oder persönlichem Wachstum assoziiert sind.

Durch ein besseres Verständnis der unterschiedlichen Facetten des Erlebens von kritischen Lebensereignissen und Entwicklungsmöglichkeiten lassen sich präventive Massnahmen und klinische Interventionen für den Umgang mit Anpassungsproblemen, komplizierter Trauer und erhöhter Depressivität ableiten.

### **Fragebogen und Messinstrumente**

Die verwendeten Variablen und ihre Operationalisierung in den Erhebungswellen 1 (2012) und 2 (2014) sind in Tabelle 1 aufgeführt. Verwendet wurden primär standardisierte Fragebögen angereichert von eigens kreierte Fragen. Die Testbatterie der Welle 1 bestand aus vier Teilen: Der erste Teil umfasste Fragen, die von allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern beantwortet werden mussten. Im zweiten Teil wurden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu ihrer (allfällig vorhandenen) aktuellen Partnerschaft befragt. Der dritte Teil richtete sich spezifisch an die Personengruppe, welche eine Trennung oder Scheidung in ihrer langjährigen Beziehung erlebt hatte. Der vierte Teil wurde von denjenigen Personen ausgefüllt, welche aufgrund von Verwitwung ihren langjährigen Partner oder ihre langjährige Partnerin verloren hatten. Bei der zweiten Erhebung wurden je spezifische Fragebögen für die Verheirateten, für die Geschiedenen oder Getrennten und für die Verwitweten adressiert. Der Fragenbogen für die verwitweten Personen umfasste drei Teile. Der erste Teil, welcher die psychische, physische und soziale Befindlichkeit der Teilnehmenden fokussiert, ist identisch mit jenem der Fragebögen für langjährig Verheiratete und Geschiedene. In zweiten Teil des Fragebogens wird die Partnerschaft mit der verstorbenen Person im Rückblick sowie die Umstände und die Verarbeitung des Todesfalls thematisiert. Der dritte Teil richtet sich an Personen, welche nach ihrer Verwitwung eine neue Beziehung eingegangen sind.

Table 1. Operationalisierung der Variablen

Variablen	Psychologisches Konstrukt	Operationalisierung	Welle
<b>TEIL 1</b>			
<b>Befindlichkeit</b>			
<i>Psychische Befindlichkeit</i>	Lebenszufriedenheit	Satisfaction with Life Scale (Diener et al., 1985; Schumacher, 2003)	1,2
	Depression	CES Depression Scale (Radloff, 1977; dt.: Hautzinger & Bailer, 1993)	1,2
	Gegenwärtiger Stress	Perceived Stress Scale (Cohen et al., 1983)	1,2
Kindheit	Stress über die Lebensspanne hinweg Kindheitserfahrungen	Eigenes Item Eigene Items	1 1,2
	Einsamkeit	DeJong Gierveld Loneliness Scales (De Jong Gierveld & Kamphuis, 1985; De Jong Gierveld & Van Tilburg, 2006)	1,2
<i>Soziale Befindlichkeit/ Ressourcen</i>	Gruppenzugehörigkeit	EXITS: Section 1 (Haslam et al., 2008)	1, 2
<i>Physische Befindlichkeit und Gesundheitsverhalten</i>	Subjektive Gesundheit, Vergleich mit Altersgenossen, Häufigkeit ärztlicher Konsultationen, Medikamenteneinnahme Alkoholkonsum	Swiss Household Panel, Swiss Health Survey 2007 (Swiss Federal Office of Statistics, 2009)	1,2
	Alkohol- und Zigarettenkonsum	The Comprehensive Alcohol Expectancy Questionnaire (Nicolai et al., 2010)	1
<b>Psychische Ressourcen</b> <i>Persönlichkeit</i>	Persönlichkeitsdimensionen (Neurotizismus, Extraversion, Offenheit für Erfahrung, Verträglichkeit, Gewissenhaftigkeit)	BFI-10 (Rammstedt & John, 2007)	1,2
	Resilienz	Resilience Scale (Wagnild & Young, 1993; Schumacher et al, 2005)	1,2
	Hoffnungslosigkeit bzw. Zukunftsperspektiven	Hopelessness Scale (Beck et al., 1974; dt.: Krampen, 1994)	1,2
	Erleben von Kontinuität und Wandel des Selbst	Continuity Scale (Haslam et al., 2008)	1,2
	Generativität	Social Generativity Scale (Morselli & Passini, 2014)	2
<b>TEIL 2 Scheidung und Trennung</b>			
<i>Zeitpunkt</i>	Zeitpunkt der Trennung	Eigenes Item	1
<i>Dauer</i>	Dauer der Beziehung bis zur Trennung	Eigenes Item	1
<i>Vorhersehbarkeit</i>	Antizipierbarkeit der Trennung	Eigenes Item	1
<i>Emotionale Valenz</i>	Emotionale Valenz der Trennung	Eigenes Item	1,2
<i>Initiatorstatus Trennung</i>	Initiant vs. Reaktor	Eigenes Item	1
<i>Gründe</i>	Eigene Gründe für Trennung	Eigenes Item	1,2
	Gründe des Ex-Partners für Trennung	Eigenes Item	1
<i>Verheiratet</i> <i>wenn verheiratet:</i>	Verheiratet oder nicht (Filter)?	Eigenes Item	1, 2
	<i>Ehedauer</i>	Wie viele Jahre verheiratet?	Eigenes Item

<i>Scheidung</i>	In letzten 2 Jahren Scheidung?	Eigenes Item	2
<i>Initiatorstatus Scheidung</i>	Initiant vs. Reaktor	Eigenes Item	1, 2
<i>Dauer der Trennung</i>	Dauer der Trennung vor der Scheidung	Eigenes Item	1
<i>Gründe</i>	Gründe für die Scheidung	Eigenes Item	1
<i>Gerechtigkeit</i>	Gerechtigkeit des Scheidungsurteils	Eigenes Item	2
<i>Weiterentwicklung</i>	Entwicklung in der Beziehung	Eigene Items	1, 2
<i>Sexualleben</i>	Zufriedenheit mit Sexualleben	Eigene Items	1, 2
<i>Coping-Strategien</i>	Individuelle Coping Strategien vor Trennung	Eigenes Item	1
<i>Coping-Strategien</i>	Gemeinsame Coping Strategien vor Trennung	Eigenes Item	1
<i>Coping-Strategien</i>	Individuelle Coping Strategien nach Trennung	Eigenes Item	1,2
<i>Partnerschaftsrezepte</i>	Zutaten einer guten Beziehung	Schneewind & Wunderer (2008)	2
<i>Kommunikation</i>	Konstruktive gemeinsame oder asymmetrische Kommunikation	Communication Patterns Questionnaire-Short Form (Futris et al., 2010)	2
<i>Soziale Unterstützung</i>	Verfügbarkeit in den letzten zwei Jahren? Wer?	Eigenes Item	1, 2
<i>Zufriedenheit</i>	Zufriedenheit in Beziehung	Eigenes Item	1, 2
<i>Trauer</i>	Trauern	Eigenes Item	1, 2
<i>Bewältigung des Verlusts</i>	Dauer der Bewältigung	Eigenes Item	1, 2
<i>“Grosse Liebe”</i>	War der Ex-Partner die ‘grosse Liebe’?	Adapted from Vivre, Leben, Vivere (Computer W1)	1
<i>Kontakt zum Expartner</i>	Kontakt zum Ex-Partner? Empfinden des Kontakts?	Eigenes Item	2
<i>Kinder</i>	Gemeinsame Kinder? Alter Bei wem leben die Kinder? Kontakt der Kinder zu Ex-Partner? Zufrieden mit Kontakt zu Kindern? Gemeinsame Enkel? Bei wem sind die Enkel häufiger?	Eigene Items	1, 2
<i>Wachstum</i>	Skala für Posttraumatischer Wachstum	Posttraumatic Growth Inventory (Cann et al., 2010, dt.: Maercker & Langner, 2001)	1, 2
<i>Komplizierte Trauer</i>	Diagnose-Screening der Komplizierten Trauer	Prolonged Grief Disorder PG-13 (Prigerson, Vanderwerker, & Maciejewski, 2008)	2

---

### TEIL 3

#### Gegenwärtige Beziehung

<i>Neue Partnerschaft? (Filter)</i>	Neue Partnerschaft? Falls Nein: Wünschen Sie neue Partnerschaft?		2
<i>Demografische Informationen</i>	Dauer der Partnerschaft, Herkunft des Partners, Zivilstand, Zusammenleben, Nachkommenschaft	Eigene Items	2
<i>Partnerschaftliche Zufriedenheit</i>	Eheliche Zufriedenheit	Marital Satisfaction Inventory (Whisman et al., 2009; Klann et al., 2006)	2

---

## 2 Getrennte und geschiedene Personen in der zweiten Lebenshälfte – ein soziodemographisches Portrait

### Die Stichprobe der getrennten und geschiedenen Personen

In der zweiten Erhebungswelle wurden alle getrennten/geschiedenen Personen, die in der ersten Erhebung teilgenommen haben, angeschrieben. Die Gesamtstichprobe der zweiten Erhebung besteht aus 917 getrennten und geschiedenen Personen (568 Frauen, 349 Männer), was einer Rücklaufquote von 82% entspricht. Der häufigste Grund für die Dropouts war die Nicht-Beantwortung der Anfrage sowie die Unzustellbarkeit des Fragebogens.

Die grosse Mehrheit der Befragten (87%) sind Personen, die zum Zeitpunkt der ersten Erhebung mittleren Alters (40-65-jährig,  $N=980$ ) waren und in der zweiten Befragung demnach zwischen 42 und 67 Jahren alt sind. Im vorliegenden Bericht steht diese Altersgruppe (42-67-jährig) im Fokus. Zu diesen insgesamt 798 Personen im Alter zwischen 42-67 Jahren zählen 514 Frauen ( $M=53.4$  Jahre,  $SD=6.9$ ) und 284 Männer ( $M=54.8$  Jahre,  $SD=7.1$ ). Die Mehrheit (90%,  $n=719$ ) war mit dem Ex-Partner/der Ex-Partnerin verheiratet. Von diesen 719 Personen waren 66% ( $n=459$ ) bereits zum Zeitpunkt der ersten Befragung geschieden, während sich 17% ( $n=116$ ) in den vergangenen zwei Jahren scheiden liessen. Weitere 8% ( $n=54$ ) befanden sich zum Zeitpunkt der zweiten Befragung im Scheidungsprozess, und 66 Personen (10%) gaben an, vom Ex-Partner getrennt zu leben. Tabelle 2 beinhaltet Informationen zu den beiden Stichproben zum ersten und zweiten Erhebungszeitpunkt, zur Anzahl und dem Alter der befragten Personen, zur Zeitspanne seit Trennung/Scheidung und zu soziodemografischen Merkmalen der Stichprobe.

Tabelle 2. Soziodemographische Merkmale der Stichprobe zum 1. und 2. Erhebungszeitpunkt

	Total t1 N (%)	Total t2 N (%)	Chi/ U
<b>N</b>	980	798	
<b>Alter in Jahren M (SD)</b>	51.8 (7)	53.9 (7)	-
<b>Kontext Trennung/Scheidung M (SD)</b>			-
Zeit seit Trennung in Jahren ( $n_{t1}=717$ )	5.6 (5.4)	7.2 (5.2)	
Zeit seit Scheidung in Jahren ( $n_{t2}=648$ )	4.1 (5.6)	6 (5.8)	
<b>Höchste Schulbildung</b>			ns
Primarschule	39 (4)	31 (4)	
Sekundarstufe I	17 (2)	13 (2)	
Berufsausbildung	342 (35)	272 (34)	
Sekundarstufe II (Mittelschule)	109 (11)	86 (11)	
Technische Fachschule/höhere Berufsfachschule	309 (32)	265 (33)	
Uni/ETH	152 (16)	123 (15)	
Andere	9 (1)	7 (1)	
<b>Erwerbstätigkeit (Mehrfachantwort möglich)</b>			
Erwerbstätig	830 (85)	633 (79)	*
Hausfrau/Hausmann	227 (23)	116 (15)	*
Rentner/Rentnerin	67 (7)	90 (11)	*
Arbeitslos	28 (3)	18 (2)	ns
Arbeitsunfähig (Invalidität)	20 (2)	17 (2)	ns
<b>Konfession</b>			ns
Katholisch	306 (33)	247 (32)	
Reformiert	348 (37)	295 (39)	
Andere	12 (1)	7 (1)	
Konfessionslos	265 (29)	218 (28)	

<b>Wohnregion</b>			ns
Land	370 (38)	303 (38)	
Agglomeration	356 (37)	292 (37)	
Stadt	245 (25)	197 (25)	
<b>Nationalität</b>			ns
Schweiz	817 (84)	677 (85)	
EU	139 (14)	108 (14)	
Andere	18 (2)	12 (2)	
<b>Finanzielle Verhältnisse</b>			ns
Mehr als genug Geld	116 (12)	118 (15)	
Genug Geld	717 (74)	576 (72)	
Nicht genug Geld	138 (14)	103 (13)	
<b>Finanz. Unterstützung Familie (Mehrfachantwort)</b>			
Finanz. Verpflichtungen gegenüber Eltern	-	16 (2)	
Finanz. Verpflichtungen gegenüber Partner	-	95 (13)	
Finanz. Verpflichtungen gegenüber Kind/er	-	373 (48)	
Keine finanz. Verpflichtungen		361 (47)	Die

Geschlechterunterschiede der ersten Befragung zeigen sich sachgemäss auch in der zweiten: Frauen haben häufiger eine Berufsausbildung, Männer dagegen öfter eine tertiäre Bildung (Universität oder ETH) (\*\*). Bezüglich der Erwerbstätigkeit hat es einen signifikant grösseren Anteil (\*\*) an Hausfrauen gegenüber Hausmännern und deutlich mehr Rentner als Rentnerinnen (\*\*). Hinsichtlich Konfession, Wohnregion, finanziellen Verhältnissen und Nationalität zeigen sich keine Geschlechtsunterschiede. In der zweiten Erhebung wurde zusätzlich eine Frage bezüglich finanzieller Unterstützung von Familienangehörigen erhoben. Dabei haben Männer signifikant häufiger als Frauen angegeben (\*\*\*), finanzielle Verpflichtungen gegenüber des Partners zu haben und deutlich seltener (\*\*), keine finanziellen Verpflichtungen gegenüber Familienmitgliedern zu haben.

Der Vergleich der Stichproben im zeitlichen Verlauf zeigt, dass zum zweiten Zeitpunkt weniger Personen einer Erwerbstätigkeit nachgehen (\*) sowie seltener als Hausfrau/Hausmann tätig sind (\*). Hingegen befinden sich deutlich mehr Personen im Ruhezustand als zum ersten Befragungszeitpunkt (\*). Es zeigen sich keine weiteren signifikanten Veränderungen bezüglich demografischen Merkmalen im zeitlichen Verlauf (2012 -2014).

### Langjährig Verheiratete als Vergleichsgruppe

Um die verschiedenen Parameter der Geschiedenen besser verorten zu können, dient in dieser Studie eine Vergleichsgruppe von langjährig verheirateten Frauen und Männern, welche im Mittel eine Ehedauer von 28.2 Jahren ( $SD=10.4$ ) aufwiesen. Insgesamt beinhaltet die Vergleichsgruppe 424 Personen im Alter von 42 – 67 Jahren, 262 Frauen ( $M=54.7$  Jahre,  $SD=7.4$ ) und 162 Männer ( $M=56.2$  Jahre,  $SD=7.9$ ).

## 3 Die Ex-Partnerschaft/Ehe im Rückblick

### Partnerschaftsdauer, Entwicklung in und Zufriedenheit mit der Ex-Partnerschaft

In Tabelle 3 werden die durchschnittliche Partnerschaftsdauer bis Trennung, die wahrgenommenen Entwicklungsmöglichkeiten in der Ex-Partnerschaft, die Zufriedenheit mit der Sexualität und die allgemeine partnerschaftliche Zufriedenheit abgebildet. Die Ex-Partnerschaft der getrennten/geschiedenen Personen dauerte im Mittel 21 Jahre, wobei die befragten Frauen eine signifikant längere Partnerschaftsdauer erwähnten als die Männer (\*\*). Die getrennten/



geschiedenen Männer fühlten sich bedeutend stärker (\*\*\*) von ihrer Ex-Partnerin in der eigenen Entwicklung unterstützt als Frauen von ihrem Ex-Partner.

*Tabelle 3. Die Partnerschaft im Rückblick*

	<b>Frauen</b> <i>M (SD)</i>	<b>Männer</b> <i>M (SD)</i>	<b>Total</b> <i>M (SD)</i>	<b>U</b>
<b>Partnerschaftsdauer</b> (zwischen 1 – 47 Jahre)	21.7 (8.7)	19.7 (9.4)	21 (9)	**
<b>Entwicklungsmöglichkeiten in der Ex-Partnerschaft</b> (1 ;Nein' – 5, ‚Ja‘)	2.40 (1.2)	2.71 (1.2)	2.51 (1.18)	**
<b>Zufriedenheit mit Quantität der Sexualität in der Ex-Partnerschaft</b> (1,sehr unzufrieden' – 5 ‚sehr zufrieden‘)	2.99 (1.1)	2.81 (1.2)	2.93 (1.16)	*
<b>Zufriedenheit mit Qualität der Sexualität in der Ex-Partnerschaft</b> (1,sehr unzufrieden' – 5 ‚sehr zufrieden‘)	2.96 (1.2)	2.91 (1.18)	2.94 (1.17)	ns
<b>Wie glücklich in Partnerschaft?</b> (1 ‚sehr unglücklich' – 10 ‚sehr glücklich‘)	5.72 (2.2)	5.93 (2.4)	5.79 (2.27)	ns

Männer berichteten von einer signifikant tieferen Zufriedenheit mit der Häufigkeit von Sexualkontakten in der Ex-Partnerschaft als Frauen (\*). Keine Geschlechterunterschiede zeigten sich bezüglich der Qualität der Sexualität.

Innerhalb der Geschlechter wurde die allgemeine Zufriedenheit in der Ex-Beziehung zu den beiden Messzeitpunkten ähnlich eingeschätzt. Zu Messzeitpunkt 1 berichteten Männer ( $M_{t1}=6.07$ ) über eine signifikant höhere Zufriedenheit (\*) in der Ex-Beziehung als Frauen ( $M_{t1}=5.71$ ). Dieser Geschlechterunterschied fand sich zum zweiten Messzeitpunkt nicht mehr.

### **Partnerschaftliche Kommunikation in der Ex-Partnerschaft**

Ein Kommunikationsstil der positiven Interaktionen ist geprägt durch gemeinsame Diskussionen, Ausdruck von persönlichen Bedürfnissen und Verhandlungen. Ein Kommunikationsstil der negativen (asymmetrischen) Interaktionen hingegen ist durch häufige Kritik, Anklagen und Vermeiden von gemeinsamen Auseinandersetzungen gekennzeichnet. Die getrennten/geschiedenen Personen wurden gebeten zu beurteilen (1= „sehr unwahrscheinlich“ – 7=„sehr wahrscheinlich“), wie sie mit Ihrem Ex-Partner/ihrer Ex-Partnerin bei Problemen in der Partnerschaft umgegangen sind. Dabei zeigt sich, dass Getrennte/Geschiedene deutlich seltener (\*\*\*) einen Kommunikationsstil der positiven Interaktion aufwiesen als die verheiratete Vergleichsgruppe (Abbildung 1). Innerhalb der Gruppe der getrennten/geschiedenen Personen berichteten Männer ( $n= 330$ ) im Schnitt über signifikant (\*\*\*) mehr positive Interaktionen in der Ex-Partnerschaft als Frauen ( $n=553$ ).

Bezüglich des asymmetrischen Kommunikationsstils berichten Getrennte/Geschiedene signifikant häufiger (\*\*\*) von negativen Interaktionen als Verheiratete. Männer und Frauen innerhalb der Gruppe der Getrennten/Geschiedenen unterscheiden sich dabei nicht.

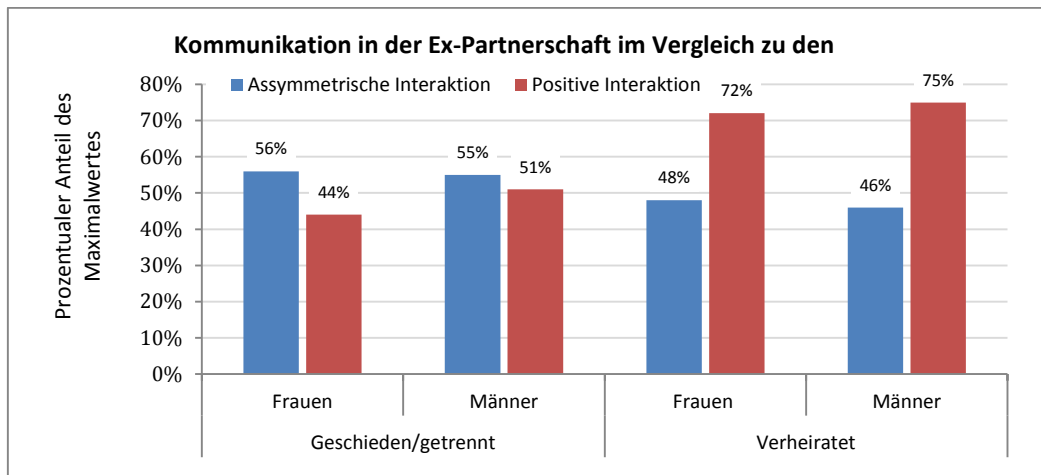


Abbildung 1. Kommunikation in der Ex-Partnerschaft, nach Zivilstatus und Geschlecht

### „Gerechtigkeit“ des Scheidungsurteils

In Abbildung 2 wird ersichtlich, wie das Scheidungsurteil von den Personen im mittleren Lebensalter (42-67) bezüglich Gerechtigkeitsempfinden aufgenommen wurde. Männer ( $n=223$ ) empfanden das Scheidungsurteil als deutlich (\*\*) ungerechter als Frauen ( $n=361$ ).

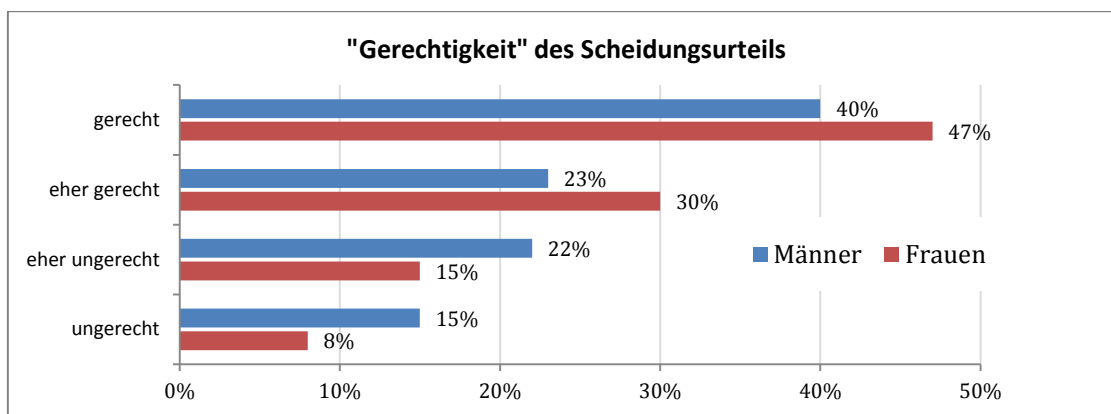


Abbildung 2. Subjektives Empfinden der Gerechtigkeit des Scheidungsurteils

Die Befragten konnten ausserdem angeben, was der Hauptgrund für diese Einschätzung ist. Bei Personen, welche als das Urteil als „ungerecht“ oder „eher ungerecht“ bezeichnet haben, wurde als häufigster Grund „Finanzen“ angegeben. Befragte, welche das Scheidungsurteil als „eher gerecht“ oder „gerecht“ bezeichnet haben, nannten den Grund „Gemeinsames Einverständnis/Scheidungskonvention“ am häufigsten.

### Kontakt zu Ex-Partner/ Ex-Partnerin

In der Fokusgruppe (42-67 Jahre) der getrennten/geschiedenen Stichprobe standen 67% ( $n=513$ ) im Kontakt zum Ex-Partner/zur Ex-Partnerin, ein Drittel (33%;  $n=254$ ) hatte keinen Kontakt mehr. Die Personen, welche angaben mit dem Ex-Partner/der Ex-Partnerin im Kontakt zu stehen, können in 3 Gruppen bezüglich der Kontakthäufigkeit aufgeteilt werden (Abbildung 3). Die meisten Personen (39%) hatten monatlich Kontakt. Ein Drittel (33%) der Getrennten/Geschiedenen hatten wöchentlich, 24% jährlich Kontakt mit dem Ex-Partner/der Ex-Partnerin. Nur ein Bruchteil aller

Personen gab an, mit dem Ex-Partner/der Ex-Partnerin täglich im Kontakt zu stehen (4%). Die Geschlechter unterschieden sich nicht signifikant bezüglich der Kontakthäufigkeit.

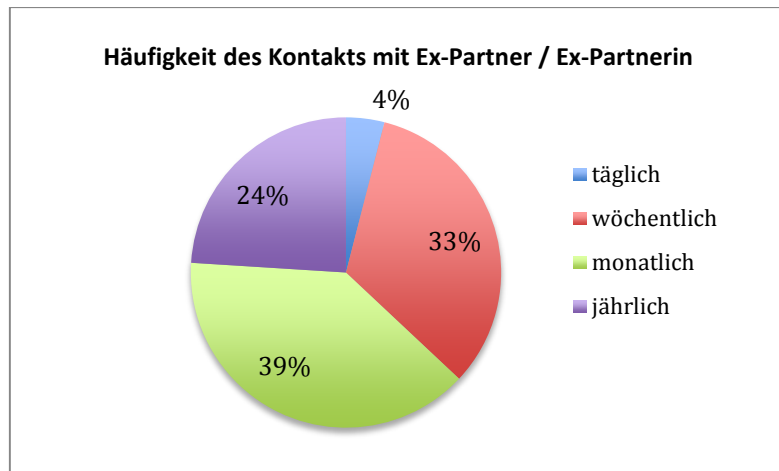


Abbildung 3. Häufigkeit des Kontaktes mit Ex-Partner/Ex-Partnerin

Die getrennten/geschiedenen Personen wurden ausserdem gefragt, als wie angespannt oder positiv sie den Kontakt zum Ex-Partner/zur Ex-Partnerin erleben. Die Mehrheit gab an, den Kontakt ambivalent („teils/teils“) zu erleben, weitere 31% bezeichneten ihn als „gut“ bis „sehr gut“. Hingegen benannten 29% der Befragten den Kontakt als „äusserst angespannt“ bis „angespannt“ (Abbildung 4). Die Geschlechter unterschieden sich nicht. Der Qualität des Kontaktes wurde zum ersten Messzeitpunkt ähnlich eingeschätzt wie zum zweiten Messzeitpunkt.

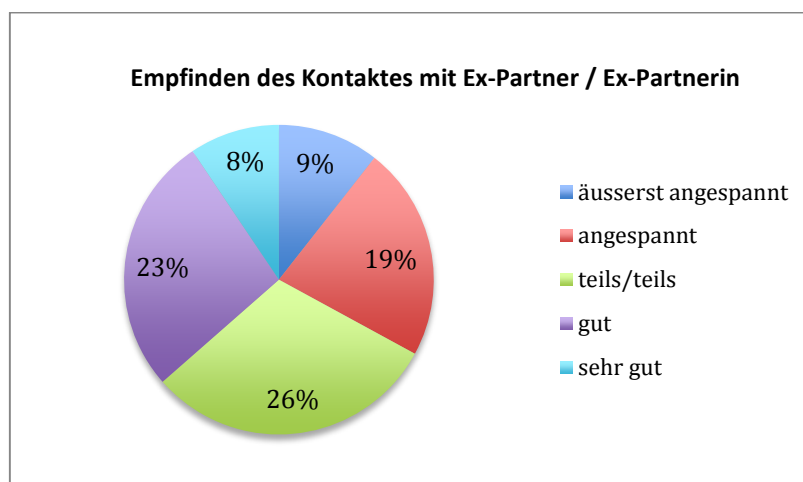


Abbildung 4. Empfinden des Kontaktes mit Ex-Partner/Ex-Partnerin

Ein positiveres Empfinden des Kontaktes mit dem Ex-Partner/der Ex-Partnerin stand im Zusammenhang mit niedrigeren Werten in depressiven Symptomen (\*\*) und Hoffnungslosigkeit (\*\*), und war mit höherer Lebenszufriedenheit (\*\*), assoziiert.

## 4 Die Trennung und ihre Bewältigung im Verlauf

### Trennungsgründe im Geschlechtervergleich

Als häufigste Trennungsgründe wurden bei beiden Geschlechtern „Auseinandergelebt“, „Kommunikationsprobleme“, sowie „nicht mehr zusammen passen“ angegeben. Abbildung 5 zeigt die Häufigkeit der sieben meistgenannten Trennungsgründe zum zweiten Messzeitpunkt, nach Geschlecht getrennt. Als weitere Trennungsgründe wurden „eigene gesundheitliche Probleme“ (Frauen<sub>t2</sub> = 10%; Männer<sub>t2</sub> = 8%), „gesundheitliche Probleme des Ex-Partners/der Ex-Partnerin“ (Frauen<sub>t2</sub> = 10%; Männer<sub>t2</sub> = 9%) sowie „finanzielle Probleme“ (Frauen<sub>t2</sub> = 8%; Männer<sub>t2</sub> = 8%) und „berufsbedingte Probleme“ (Frauen<sub>t2</sub> = 5%; Männer<sub>t2</sub> = 7%) genannt.

Signifikant mehr Männer als Frauen gaben die Trennungsgründe „Auseinandergelebt“ (\*), „nicht mehr zusammen passen“ (\*) und „eigene sexuelle Untreue“ (\*\*\*) an, hingegen berichteten signifikant mehr Frauen als Männer von den Trennungsgründen „Kommunikationsprobleme“ (\*), „Ex-Partner in andere Person verliebt“ (\*) und „sexuelle Untreue des Ex-Partners“ (\*\*\*) an.

Im zeitlichen Verlauf zeigten sich keine signifikanten Unterschiede bezüglich der genannten Trennungsgründe.

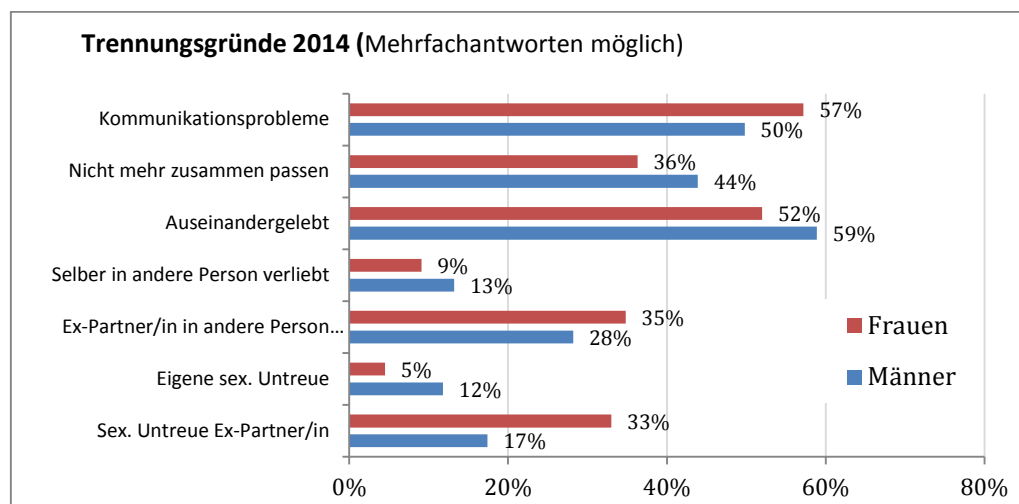


Abbildung 5. Trennungsgründe, genannt in der zweiten Erhebungswelle

### Erleben der Trennung

Frauen ( $n_{t2}=466$ ) wie auch Männer ( $n_{t2}=275$ ) sehen die Trennung retrospektiv signifikant positiver (\*\*\*) als zum ersten Messzeitpunkt. Die Geschlechter unterscheiden sich bei der Beurteilung weder im Jahre 2012 noch im Jahr 2014 (Abbildung 6).

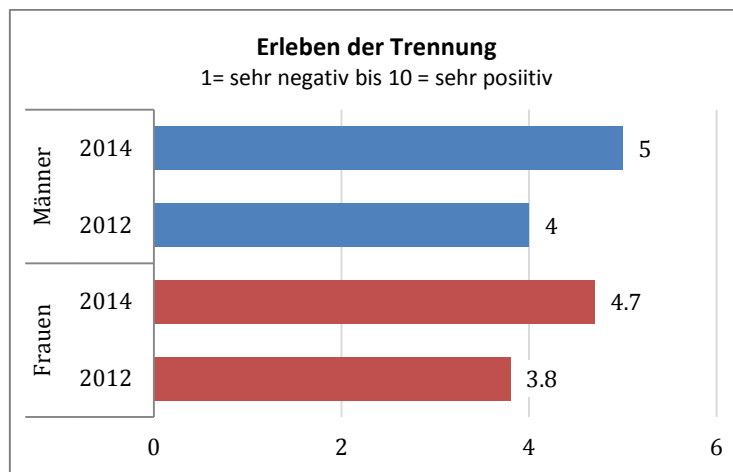


Abbildung 6. Erleben der Trennung, nach Erhebungszeitpunkt und Geschlecht

### Inanspruchnahme von Hilfe für die Bewältigung der Trennung

Tabelle 4 zeigt, dass zum zweiten Befragungszeitpunkt fast ein Drittel (29.8%) der Personen angab, kein Bedürfnis gehabt zu haben um hinsichtlich der Bewältigung der Trennung etwas zu unternehmen. Ein weiterer Drittel (35.2%) der getrennten/geschiedenen Personen versuchte, den Verlust alleine zu bewältigen. Die Mehrheit der Befragten suchte Unterstützung und Trost bei der Familie (27.2 %) oder bei Freunden und Bekannten (40.7%). Die Inanspruchnahme von professioneller Hilfe wurde von gut einem Drittel (31.8%) der getrennten/geschiedenen Personen genannt. Lediglich 4% der Befragten gab an, Unterstützung und Trost durch die kirchliche Seelsorge gesucht zu haben.

Frauen berichteten signifikant häufiger von der Unterstützung durch die Familie (\*\*\*) sowie durch Freunde und Bekannte (\*\*\*) und ebenfalls häufiger von Inanspruchnahme professioneller Hilfe (\*\*) als Männer. Hingegen gaben Männer deutlich häufiger (\*\*\*) an, kein Bedürfnis mehr verspürt zu haben um diesbezüglich etwas zu unternehmen.

Tabelle 4. Inanspruchnahme von Hilfe (Mehrfachnennungen möglich) Welle 2

	Frauen n (%)	Männer n (%)	Total N (%)	Chi
Kein Bedürfnis in den letzten 2 Jahren, diesbezüglich etwas zu unternehmen	122 (25.3%)	106 (37.6%)	228 (29.8%)	***
Versuchte alleine zurecht kommen	159 (34.3%)	102 (37%)	261 (35.2%)	ns
Suchte Unterstützung & Trost von:				
- Familie	150 (31.5%)	55 (19.7%)	205 (27.3%)	***
- Freunde & Bekannte	223 (46.9%)	85 (30.5%)	308 (40.7%)	***
- Kirchliche Seelsorge	20 (4.2%)	9 (3.2%)	30 (4%)	ns
Suchte Professionelle Hilfe	174 (36.6%)	62 (22.2%)	237 (31.3%)	**

Abbildung 7 gibt eine Übersicht über die vier am häufigsten angewandten Bewältigungsstrategien der getrennten/geschiedenen Personen im zeitlichen Verlauf und nach Geschlechtern getrennt. Die Häufigkeiten aller genannten Bewältigungsstrategien zum ersten Messzeitpunkt nehmen im Verlauf der Zeit ab, insbesondere die Strategien „nichts unternehmen“ innerhalb der Männer sowie „Gespräche mit Freunden und Bekannten“ innerhalb der Frauen. Das kann auch dadurch erklärt werden, als dass fast ein Drittel der Befragten zum zweiten Messzeitpunkt kein Bedürfnis für Inanspruchnahme von Hilfe mehr hatte.

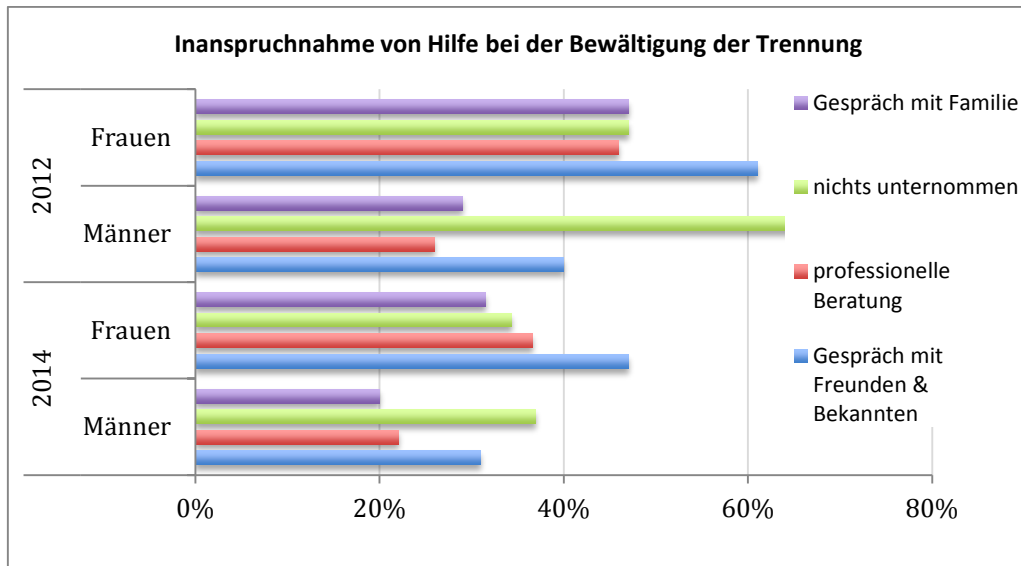


Abbildung 7. Inanspruchnahme von Hilfe bei der Bewältigung der Trennung nach Erhebungszeitpunkt und Geschlecht

### Zeitdauer, um über den Verlust hinweg zu kommen

Die getrennten/geschiedenen Personen wurden in der zweiten Befragungswelle erneut gebeten anzugeben, wie lange Sie *aus heutiger Sicht* gebraucht hatten, um psychisch über den Verlust des Partners/der Partnerin hinwegzukommen (Abbildung 8). Die Häufigkeiten der genannten Antworten –der ersten und zweiten Welle gegenübergestellt - sind in der folgenden Abbildung ersichtlich. Dabei ist zu sehen, dass im Vergleich zum ersten Messzeitpunkt (18%) deutlich weniger Personen (9%) angaben, dass noch nicht genügend Zeit vergangen ist, um über die Trennung hinwegzukommen. Die Anzahl Personen ( $n_{t1}=97$ , 13%), welche zum Zeitpunkt 1 angaben, dass sie über diese Trennung wohl nie richtig hinwegkommen, blieb im Verlauf relativ stabil ( $n_{t2}=79$ , 11%).

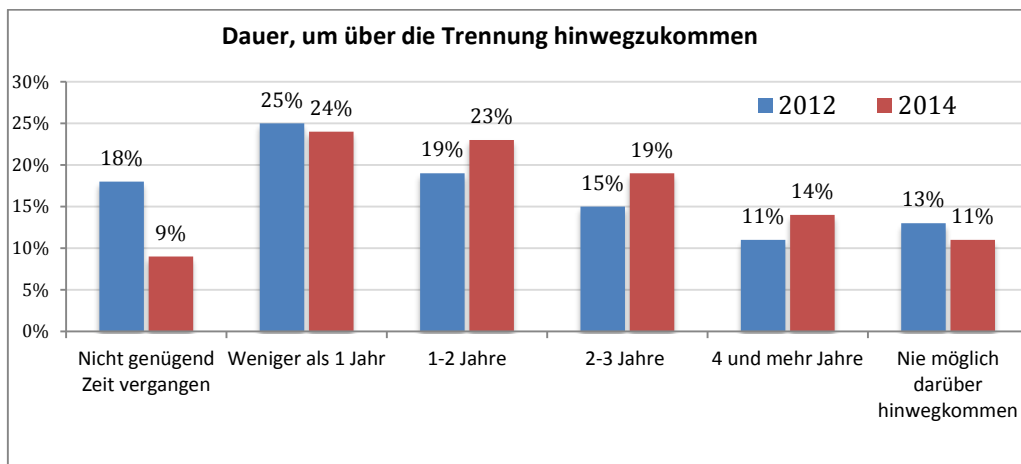


Abbildung 8. Zeitdauer, um über die Trennung hinwegzukommen nach Erhebungszeitpunkt

## 5 Psychische, soziale und physische Befindlichkeit

### Befindlichkeit der Getrennten / Geschiedenen im zeitlichen Verlauf

Tabelle 5 zeigt verschiedene Indikatoren der psychischen und sozialen Befindlichkeit der getrennten/geschiedenen Personen im zeitlichen Verlauf und nach Geschlechtern getrennt. Über die beiden Messzeitpunkte kann vor allem bei den Frauen ( $n_{t2}=513$ ) einen Erholungseffekt beobachtet werden: Sie berichteten zum zweiten Messzeitpunkt über signifikant (\*) höhere Lebenszufriedenheit, tiefere Werte der depressiven Symptome (\*\*), geringere soziale und emotionale Einsamkeit (\*\*) und über weniger wahrgenommener Stress (\*\*\*) als zum Zeitpunkt 1. Die Männer ( $n_{t2}=283$ ) hingegen berichteten lediglich von einer Abnahme des Stress über die beiden Messzeitpunkte hinweg.

Tabelle 5. Befindlichkeitsindikatoren nach Geschlecht und Erhebungszeitpunkt

	Getrennte/ Geschiedene (42 – 67 Jahre)					
	Männer			Frauen		
	2012	2014	t1t2	2012	2014	t1t2
<b>Lebenszufriedenheit</b> (von 1-7, 7= sehr zufrieden)	4.96	4.84	ns	4.61	4.72	*
<b>Depressive Symptome</b> (von 0-3, 3= ausgeprägte depressive Symptome)	.56	.55	ns	.77	.67	**
<b>Hoffnungslosigkeit</b> (von 0-6, 6=ausgeprägte Hoffnungslosigkeit)	2.60	2.66	ns	2.77	2.72	ns
<b>Wahrgenommener Stress</b> (von 0-5, 5= ausgeprägter Stress)	2.26	2.14	***	2.56	2.3	***
<b>Soziale Einsamkeit</b> (von 0.0-1.0, 1.0= ausgeprägte soz. Einsamkeit)	.39	.35	ns	.32	.28	**
<b>Emotionale Einsamkeit</b> (von 0.0-1.0, 1.0= ausgeprägte emot. Einsamkeit)	.22	.22	ns	.29	.25	*

### Geschlechterunterschiede innerhalb der Getrennten / Geschiedenen 2012 - 2014

Zu Zeitpunkt 1 wie auch zu Zeitpunkt 2 gaben Frauen signifikant höhere Werte der depressiven Symptome (\*\*) und des wahrgenommenen Stresses (\*\*) sowie geringere Werte der sozialen Einsamkeit (\*) an im Vergleich zu den Männern. Während zum ersten Messzeitpunkt Frauen von höheren Werten der Hoffnungslosigkeit (\*\*), von geringerer Lebenszufriedenheit (\*\*\*) sowie von geringerer emotionaler Einsamkeit (\*) berichteten als Männer, so zeigte sich dieser Geschlechterunterschied zum zweiten Messzeitpunkt nicht mehr.

### Befindlichkeitsindikatoren im Vergleich zu der verheirateten Gruppe

Im Vergleich zu der verheirateten Gruppe im gleichen Alter zeigt sich, dass Frauen und Männer aus der Gruppe der Getrennten/Geschiedenen über eine deutlich niedrigere Lebenszufriedenheit und über höhere Werte der depressiven Symptome berichten zu Zeitpunkt 1 (\*\*\*) als auch Zeitpunkt 2 (\*\*\*). Getrennte/Geschiedene Frauen und Männer fühlen sich ausserdem zu beiden Messzeitpunkten ( $n_{t2}=799$ , \*\*\*) signifikant einsamer (sozial wie auch emotional) als Verheiratete (siehe Abbildung 9). Bezüglich der Hoffnungslosigkeit und dem wahrgenommenen Stress unterscheiden sich die Geschiedenen/Getrennten signifikant von den Verheirateten zu ersten Befragungszeitpunkt (\*), jedoch nicht mehr zu Zeitpunkt 2.

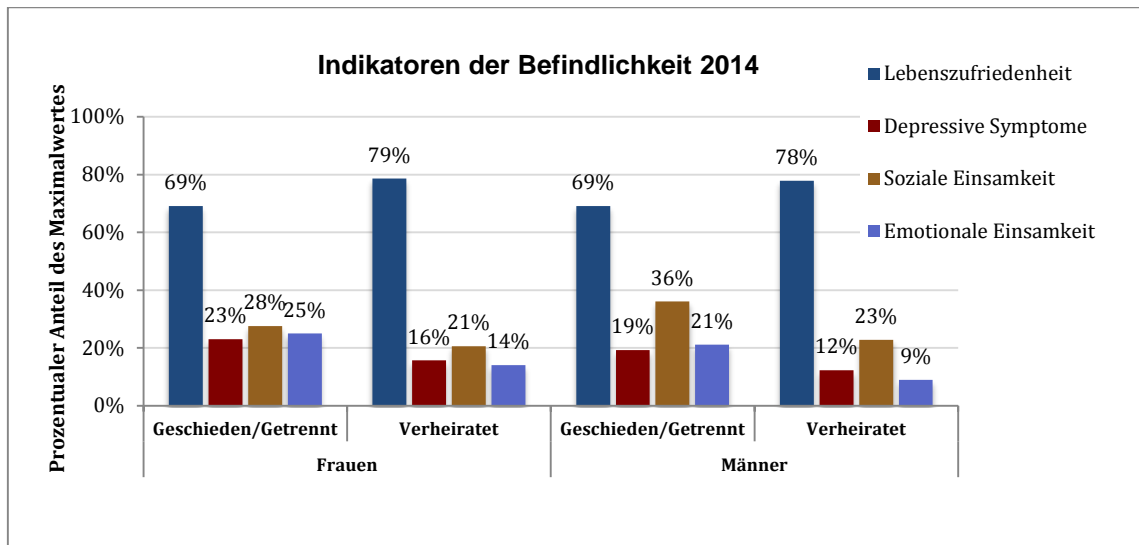


Abbildung 9. Indikatoren der Befindlichkeit nach Geschlecht und Zivilstatus

### Subjektive Gesundheit

Die subjektive Gesundheit („Wie geht es Ihnen zurzeit gesundheitlich?“, 1=„sehr schlecht“ bis 5=„sehr gut“) der geschiedenen/getrennten Personen bleibt über die beiden Messzeitpunkte stabil ( $M_{t1}=3.96$ ,  $M_{t2}=3.99$ ). Die Männer ( $M=4.1$ ) der geschiedenen/getrennten Gruppe gaben zu Zeitpunkt 1 (\*) signifikant bessere Gesundheitseinschätzungen als Frauen ( $M=3.91$ ) ab. Zu Zeitpunkt 2 gibt es keine Geschlechterunterschiede diesbezüglich mehr.

Im Vergleich zur verheirateten Gruppe gibt es zu keinem der beiden Messzeitpunkte signifikante Unterschiede bezüglich subjektiver Gesundheit.

### Ausmass der Trauer

In der zweiten Erhebungswelle wurden die Teilnehmenden anhand eines Screenings zur komplizierten Trauer (Prolonged Grief Disorder PG-13) zum Ausmass ihrer Trauer befragt. Mit diesen Fragen werden die Diagnosekriterien „der Komplizierten Trauer“ abgefragt, welche durch ein häufiges Auftreten von emotionalen Stresssymptomen infolge des Verlustes gekennzeichnet ist, die auch sechs Monate nach der Trennung mindestens täglich wahrgenommen werden. Des Weiteren definiert sich die komplizierte Trauer durch verschiedene kognitive, emotionale und Verhaltenssymptome sowie die damit verbundenen Beeinträchtigungen in beruflichen und sozialen Bereichen des Lebens. Die Diagnose der Komplizierten Trauer wird an Personen vergeben, welche mit dem partnerschaftlichen Verlust durch die Trennung nicht zurechtkommen und klinisch relevante Probleme zeigen. Abbildung 10 zeigt den prozentualen Anteil der getrennten/geschiedenen Personen, welche das jeweilige Diagnosekriterium erfüllen. Für die Vergabe der Diagnose müssen alle 6 Kriterien erfüllt werden. Von den befragten Getrennten/Geschiedenen erfüllten lediglich 1 Mann und 3 Frauen (0.5%) alle Kriterien für die Vergabe der Diagnose der Komplizierten Trauer.



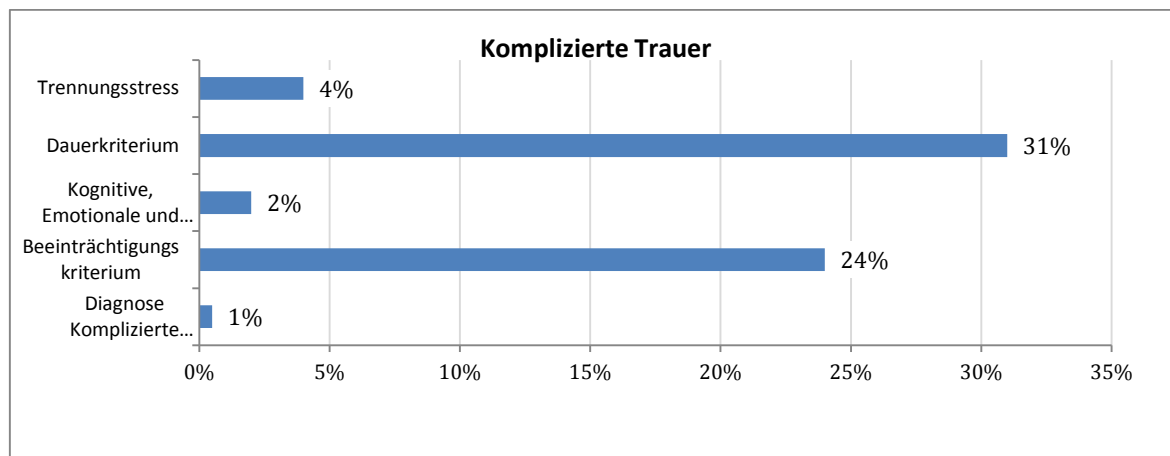


Abbildung 10. Häufigkeiten der erfüllten Diagnosekriterien der Komplizierten Trauer

## Gesundheitsverhalten

### Arztbesuche

Getrennte/geschiedene Frauen ( $M_{t1}=5$ ,  $SD_{t1}=8.6$ ) berichteten zum ersten Befragungszeitpunkt über signifikant mehr Arztbesuche als Männer ( $M_{t1}=3.1$ ,  $SD_{t1}=5.1$ ), dieser Geschlechterunterschied zeigte sich 2014 nicht mehr. Im Zeitverlauf blieb die Anzahl der Arztbesuche innerhalb der Geschlechter stabil. Während zum ersten Befragungszeitpunkt (2012) getrennte/geschiedene Frauen ( $M_{t1}=5$ ,  $SD_{t1}=8.5$ ) von deutlich mehr Arztbesuchen (\*) in den vergangenen 12 Monaten berichteten als verheiratete Frauen ( $M_{t1}=3.2$ ,  $SD_{t1}=4.6$ ), war dieser Gruppenunterschied zwei Jahre später (2014) nicht mehr statistisch signifikant. Bezüglich der Männer zeigte sich keinen Unterschied zwischen der Gruppe der Getrennten/Geschiedenen und der Gruppe der Verheirateten. Die allgemein sehr hohe Standardabweichung weist auf grosse interindividuelle Unterschiede bezüglich der Anzahl Arztbesuche hin.

### Medikamentenkonsum

Es zeigten sich Geschlechterunterschiede bezüglich des Medikamentenkonsums innerhalb der Gruppe der Getrennten/Geschiedenen: Frauen gaben häufiger als Männer an, Schmerzmittel sowie Schlafmittel „mehrmals in der Woche“ zu konsumieren (Tabelle 6). Im Vergleich zu der verheirateten Gruppe zeigte sich ein signifikanter Unterschied bezüglich des Konsums von Antidepressiva: Signifikant mehr getrennte/geschiedene Personen (\*) gaben an, täglich Antidepressiva zu nehmen. Im Zeitverlauf (2012-2014) waren keine signifikanten Veränderungen bezüglich Medikamentenkonsum innerhalb der Gruppe der Getrennten/Geschiedenen zu beobachten.

Tabelle 6. Medikamentenkonsum nach Zivilstatus

	Geschiedene /Getrennte (42-67)	Verheiratete (42-67)	Chi
<b>Schmerzmittel</b>			ns
täglich	37 (5.1%)	20 (5.4%)	
mehrmals pro Woche	51 (7.1%)	34 (9.1%)	
etwa 1x pro Woche	146 (20.2%)	78 (20.9%)	
Nie	487 (67.5%)	241 (64.6%)	

<b>Schlafmittel</b>			ns
täglich	14 (2%)	9 (2.5%)	
mehrmals pro Woche	15 (2.2%)	6 (1.7%)	
etwa 1x pro Woche	27 (3.9%)	14 (3.9%)	
nie	632 (91.9%)	329 (91.9%)	
<b>Beruhigungsmittel</b>			ns
täglich	14 (2%)	7 (2%)	
mehrmals pro Woche	10 (1.5)	4 (1.1%)	
etwa 1x pro Woche	18 (2.6%)	5 (1.4%)	
nie	642 (93.9%)	335 (95.4%)	
<b>Antidepressiva</b>			*
täglich	70 (9.9%)	20 (5.6%)	
mehrmals pro Woche	6 (0.8%)	0 (0%)	
etwa 1x pro Woche	5 (0.7%)	1 (0.3%)	
nie	627 (88.6%)	357 (94.1%)	

### Alkohol und Zigarettenkonsum

Bei der zweiten Erhebungswelle wurden mit Alkohol- und Zigarettenkonsum verbundene Verhaltensweisen (von 1-4, 1=„trifft nicht zu“ bis 4=„trifft genau zu“) abgefragt. Dabei berichteten Geschiedene/Getrennte ( $n=836$ ) von einem signifikant (\*\*) höheren Alkohol- und Zigarettenkonsum im Vergleich zu den Verheirateten ( $n=450$ ) (Abbildung 11). Innerhalb der Gruppe der Geschiedenen/Getrennten konsumierten die Männer ( $n=284$ ) signifikant (\*\*) mehr als die Frauen ( $n=513$ ). Dieser Unterschied war jedoch auch bei den Verheirateten zu finden (\*).

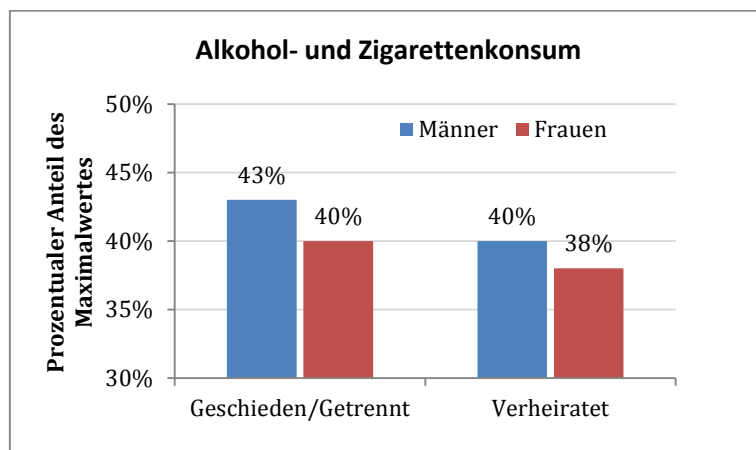


Abbildung 11. Alkohol- und Zigarettenkonsum in Stresssituationen

## 6 Ressourcen für die Bewältigung der Trennung

Eheliche Trennung wirkt sich auf das psychische und soziale Wohlbefinden aus. Das Ausmass und die Dauer der negativen Auswirkungen unterscheiden sich in Abhängigkeit verschiedener intrapersoneller (innerhalb der Person) und interpersoneller (zwischen Personen) Ressourcen bzw. Risikofaktoren.

### Intrapersonelle Ressourcen

#### Persönlichkeit im zeitlichen Verlauf

Tabelle 7 zeigt die durchschnittlichen Personlichkeitsauspragungen der getrennten/geschiedenen Personen im zeitlichen Verlauf. Signifikante Veränderungen vom ersten zum zweiten Zeitpunkt

waren nur hinsichtlich Extraversion (\*\*) festzustellen. Die Zunahme der Werte in Extraversion über die beiden Befragungszeitpunkte war bei beiden Geschlechtern zu beobachten. Des Weiteren unterschieden sich Männer und Frauen in ihren Werten bezüglich Extraversion, Neurotizismus, Gewissenhaftigkeit und Offenheit zum ersten und zum zweiten Zeitpunkt gleichermaßen voneinander. Frauen berichten von signifikant höheren Werten in Extraversion (\*\*), Neurotizismus (\*\*\*), Gewissenhaftigkeit (\*\*) und Offenheit (\*\*) als Männer.

*Tabelle 7. Durchschnittliche Ausprägung der Persönlichkeitseigenschaften im zeitlichen Verlauf*

	2012 <i>M (SD)</i>	2014 <i>M (SD)</i>	Wilcoxon- Test
<b>Extraversion</b> (von 1-5, 5 = ausgeprägte Extraversion)	3.37 (1.1)	3.47 (1.1)	**
<b>Neurotizismus</b> (von 1-5, 5 = ausgeprägter Neurotizismus)	2.61 (0.99)	2.57 (0.99)	ns
<b>Verträglichkeit</b> (von 1-5, 5 = ausgeprägte Verträglichkeit)	3.64 (0.92)	3.67 (0.86)	ns
<b>Gewissenhaftigkeit</b> (von 1-5, 5 = ausgeprägte Gewissenhaftigkeit)	4.27 (0.71)	4.23 (0.72)	ns
<b>Offenheit</b> (von 1-5, 5 = ausgeprägte Offenheit)	3.77 (1.01)	3.75 (0.98)	ns
<b>Resilienz</b> (von 1-7, 7 = ausgeprägte Resilienz)	5.56 (0.84)	5.57 (0.87)	ns

#### *Zusammenhänge Persönlichkeit und Befindlichkeit*

Wie bei der Untersuchung der ersten Welle standen auch zum zweiten Untersuchungszeitpunkt Extraversion, Verträglichkeit, Gewissenhaftigkeit, Offenheit und Resilienz in einem positiven Zusammenhang mit der psychischen und sozialen Befindlichkeit (Lebenszufriedenheit, depressive Symptome, wahrgenommener Stress, Hoffnungslosigkeit, und Einsamkeit), während sich ein negativer Zusammenhang mit Neurotizismus zeigte. Wiederum korrelierte die Resilienz höher als die anderen Persönlichkeitsfaktoren mit dem psychischen und sozialen Wohlbefinden. Die subjektive Gesundheit war negativ mit Neurotizismus und positiv mit Extraversion, Offenheit, Verträglichkeit, Gewissenhaftigkeit und Resilienz assoziiert.

#### **Generativität**

Als zusätzliche intrapersonelle Ressource wurde zum zweiten Erhebungszeitpunkt die Generativität erfasst. Dazu wurden die Teilnehmenden gefragt, inwiefern sie motiviert seien, sich für ihr Umfeld und für die nachfolgende Generation zu interessieren und zu engagieren. Es gibt keine Geschlechterunterschiede bezüglich der Generativität der getrennten/geschiedenen Personen ( $M=4.72$ ,  $SD=1.31$ ). Auch zeigt sich kein signifikanter Unterschied im Vergleich zu den verheirateten Personen.

Höhere Generativität stand im Zusammenhang mit höherer Lebenszufriedenheit (\*\*) sowie mit niedrigeren Werten in Einsamkeit (\*\*), Hoffnungslosigkeit (\*\*), wahrgenommenem Stress (\*\*) und depressiven Symptomen (\*\*).

## Persönliches Wachstum

Die getrennten/geschiedenen Personen wurden auch bei der zweiten Erhebungswelle gefragt, inwiefern Sie durch die Verarbeitung der Trennung persönliches Wachstum erfahren haben. Der Wert des persönlichen Wachstums blieb über die beiden Messzeitpunkte (2012-2014) bei beiden Geschlechtern konstant. Frauen hatten zu beiden Messzeitpunkten höhere Wachstums-Werte als Männer (\*\*\*) (Tabelle 8).

Tabelle 8. Persönliches Wachstum nach ehelicher Trennung nach Geschlecht (2014)

	Frauen M (SD)	Männer M (SD)	Wilcoxon- Test
<b>Persönlicher Wachstum nach Trennung</b> (von 1-6, 6 = zu einem sehr hohen Grad als Folge der Trennung erfahren)	3.61 (1.2)	3.05 (1.3)	***

### Wachstum im Zusammenhang mit Befindlichkeit

Wachstum korrelierte signifikant positiv (\*\*) mit Stress und war negativ (\*\*) mit sozialer Einsamkeit assoziiert (je grösser das Wachstum, desto geringer die soziale Einsamkeit).

## Biographische Eckwerte: Kindheit und Jugend

Die Teilnehmenden wurden auch zum zweiten Erhebungszeitpunkt gebeten, auf einer Skala (1 = ‚sehr unglücklich‘ bis 10 = ‚sehr glücklich‘) die eigene Kindheit rückblickend zu beurteilen. Die Kindheit wird von der Gruppe der getrennten/geschiedenen Personen zum ersten und zweiten Messzeitpunkt ähnlich positiv beurteilt (Mittelwert zum zweiten Messzeitpunkt = 7,  $SD_{t2}=2.2$ ). Eine positive retrospektive Beurteilung der eigenen Kindheit steht, ähnlich wie zum ersten Erhebungszeitpunkt, in Zusammenhang mit höherer Lebenszufriedenheit (\*\*) und besserer subjektiven Gesundheit (\*), sowie mit niedrigeren Werten in Depression (\*\*), sozialer und emotionaler Einsamkeit (\*\*) und Hoffnungslosigkeit (\*\*).

## Interpersonelle Ressourcen

### Soziale Unterstützung von Drittpersonen bei der Verlustbewältigung

Die getrennten/geschiedenen Personen wurden gefragt, ob sie bei der Verlustbewältigung *in den letzten zwei Jahren* auf Hilfe von Drittpersonen zählen konnten. Ähnlich zur ersten Erhebungswelle (83% ‚Ja‘  $n=643$ ; 17% ‚Nein‘,  $n=134$ ) beantwortete die Mehrheit der Getrennten/Geschiedenen diese Frage mit ‚Ja‘ (80%,  $n=473$ ) und nur 20% mit ‚Nein‘ ( $n = 120$ ). Frauen und Männer unterschieden sich zu beiden Messzeitpunkten in der Häufigkeit der Antworten signifikant voneinander, wobei mehr Männer als Frauen von fehlender Unterstützung bei der Verlustbewältigung berichteten. Die Teilnehmenden konnten zudem in einem offenen Antwortformat angeben, welche Person/welche Personen bei der Bewältigung der Trennung soziale Unterstützung bot(en). Zu beiden Befragungszeitpunkten wurde von Seiten der Familie und Freunde am meisten Unterstützung wahrgenommen. Getrennte/geschiedene Personen, die auf Unterstützung von jemanden zählen konnten, berichteten von signifikant (\*\*) geringeren Werten in Hoffnungslosigkeit und sozialer sowie emotionaler Einsamkeit als jene, die keine Hilfe von anderen Personen erhielten.

## Neue Partnerschaft

In Abbildung 12 wird ersichtlich, dass zu beiden Befragungszeitpunkten signifikant (\*\*\*) mehr Männer (71%,  $n_{t2}=201$ ) in einer neuen Partnerschaft lebten als Frauen (44%,  $n_{t2}=223$ ). Über die beiden Befragungszeitpunkte (2012-2014) hinweg gingen zusätzlich 57 Frauen und 43 Männer eine neue Partnerschaft ein. Von all denjenigen, welche nicht in einer neuen Partnerschaft lebten, wünschte sich ein Grossteil (68%,  $n=250$ ) zu Zeitpunkt 2 eine neue Partnerschaft. 21% ( $n=75$ ) gaben „nein, momentan nicht“ an, während lediglich 11% ( $n=38$ ) berichteten, dass eine neue Partnerschaft für sie nicht in Frage kommt. Die Geschlechter unterscheiden sich nicht signifikant.

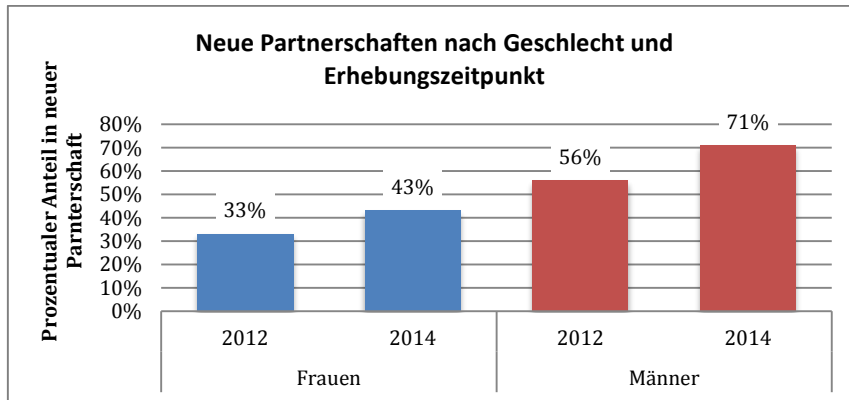


Abbildung 12. Neue Partnerschaft nach Geschlecht

Ein Grossteil der Befragten, die zu Zeitpunkt 2 in einer Beziehung befanden, war in der neuen Partnerschaft zufrieden (Abbildung 13). Männer unterschieden sich nicht signifikant von Frauen bezüglich der Zufriedenheit in der neuen Beziehung zu Zeitpunkt 2. Die Hälfte aller Befragten wohnte mit ihrem neuen Partner/ ihrer neuen Partnerin zusammen (12% lebten zeitweise im gleichen Haushalt, 38% lebten getrennt). Zwischen den Geschlechtern gab es dabei keinen Unterschied.

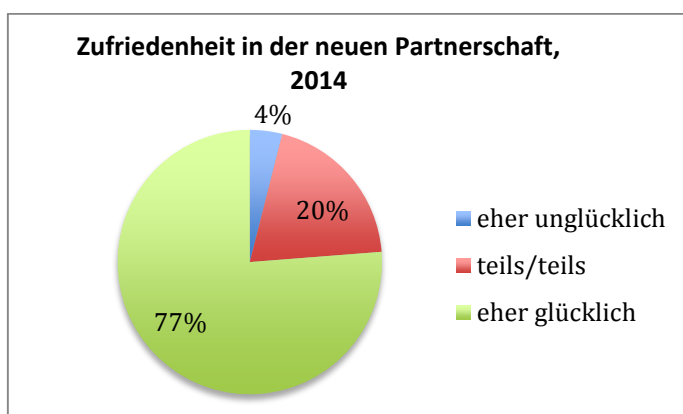


Abbildung 13. Zufriedenheit in der neuen Partnerschaft

## Neue Partnerschaft und Befindlichkeit

In einer neuen Partnerschaft zu sein hängt mit höherer Lebenszufriedenheit (\*\*), und geringeren Werten in depressiven Symptomen (\*\*), Stress (\*\*), sozialer und emotionaler Einsamkeit (\*\*), und Hoffnungslosigkeit (\*\*), zusammen.

## Partnerschafts-Rezept

Die getrennten/geschiedenen Personen wurden dazu befragt, welche „Zutaten“ Sie dem Erfolgsrezept einer Partnerschaft beimischen würden, bzw. welche Elemente Ihrer Meinung nach eine Partnerschaft zusammenhält. Es folgt eine Übersicht der 4 am häufigsten genannten Aussagen in Bezug auf Partnerschaftsrezepte der ersten Wahl (Tabelle 9) sowie eine Vergleichstabelle der Aussagen erster Wahl bei verwitweten, verheirateten und geschiedenen Personen (Tabelle 10).

*Tabelle 9.* Erstgenannte Elemente des „Partnerschaftsrezepts“ bei Getrennten/Geschiedenen

	<b>Frauen</b> <i>n (%)</i>	<b>Männer</b> <i>n (%)</i>	<b>Total</b> <i>N (%)</i>
<b>Kommunikation</b>	146 (28.5%)	78 (27.7%)	224 (28.2%)
<b>Respekt, Wertschätzung</b>	87 (17.0%)	30 (10.6%)	117 (14.7%)
<b>Vertrauen</b>	79 (15.4%)	35 (12.4%)	114 (14.4%)
<b>Gemeinsamkeiten</b>	58 (11.3%)	43 (15.2%)	101 (12.7%)

Im Vergleich zu den verheirateten und verwitweten Personen nannten getrennten/geschiedenen Personen die partnerschaftliche Kommunikation und Respekt/ Wertschätzung als häufigste Partnerschaftsrezepte, während das Vertrauen eine etwas geringere Rolle zu spielen scheint als für die Verheirateten. Ansonsten sind die Unterschiede in der Reihenfolge der genannten Zutaten für ein Partnerschaftsrezept zwischen getrennten/geschiedenen und verheirateten Personen eher gering.

*Tabelle 10.* Rangreihe der erstgenannten Elemente des Partnerschaftsrezepts im Gruppenvergleich

<b>Reihenfolge</b>	<b>Verheiratete</b>	<b>Geschiedene</b>	<b>Verwitwete</b>
1	Vertrauen	Kommunikation	Liebe, Treue, Zuneigung
2	Kommunikation	Respekt, Wertschätzung	Vertrauen
3	Liebe, Treue, Zuneigung	Vertrauen	Kommunikation
4	Respekt, Wertschätzung	Gemeinsamkeiten	Respekt, Wertschätzung
5	Gemeinsamkeiten	Liebe, Treue, Zuneigung	Verständnis, Toleranz, Rücksichtnahme
6	Verständnis, Toleranz, Rücksichtnahme	Freiräume geben und nehmen	Gemeinsamkeiten
7	Gegenseitige Unterstützung	Gegenseitige Unterstützung	Freiräume geben und nehmen
8	Freiräume geben und nehmen	Verständnis, Toleranz, Rücksichtnahme	Gegenseitige Unterstützung
9	Wertesystem, Glaube	Zärtlichkeit, Sexualität	Gemeinsamer Nachwuchs
10	Gemeinsamer Nachwuchs	Wertesystem, Glaube	Wertesystem, Glaube

## 7 Fazit

Scheidung nach vielen Ehejahren stellt ein einschneidendes und stressreiches Lebensereignis dar, was sich nicht zuletzt in den geringeren Werten verschiedener Befindlichkeitsindikatoren im Vergleich zu langjährig verheirateten Personen zeigt. Im zeitlichen Verlauf lässt sich jedoch ein deutlicher Erholungseffekt der betroffenen Personen erkennen, insbesondere bei Frauen. Verschiedene Ergebnisse weisen auf einen erfolgreichen Bewältigungsprozess bezüglich der Trennung hin: Fast ein Drittel der Befragten gab an, kein Bedürfnis für die Inanspruchnahme von Hilfe für die Bewältigung der Trennung mehr zu haben, und auch die Beurteilung der Trennung fällt positiver als zum ersten Befragungszeitpunkt aus. Als wichtige Ressourcen können dabei eine neue Partnerschaft, die Unterstützung durch Drittpersonen, mehrheitlich durch Familie und Freunde, wie auch Generativität genannt werden. Auch weisen die Resultate auf eine hohen Stellenwert der partnerschaftlichen Kommunikation hin: Kommunikationsprobleme wurden von beiden Geschlechtern als eine der häufigsten Trennungsgründe angegeben. Ausserdem wurde „Kommunikation in der Partnerschaft“ von der Gruppe der Getrennten/Geschiedenen als häufigstes Rezept für eine erfolgreiche Partnerschaft genannt.

## 8 Literatur

- Amato, P. R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and the Family*, 62(4), 1269-1287. doi: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.01269.x>
- Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 650-666. doi: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00723.x>
- Beck, A. T., Weissman, A., Lester, D., & Trexler, L. (1974). The measurement of pessimism: The Hopelessness Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42, 861-865.
- Boelen, P.A., Keijser, J., van den Hout, M. A., & van den Bout, J. (2007). Treatment of complicated grief: A comparison between cognitive-behavioral therapy and supportive counseling. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 75, 277-284.
- Booth, A., & Amato, P. (1991). Divorce and psychological stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 32(4), 396-407. doi: <http://dx.doi.org/10.2307/2137106>
- Brown, S. L., & Lin, I. F. (2012). The gray divorce revolution: Rising divorce among middle-aged and older adults, 1990-2010. *The Journals of Gerontology: Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 67B(6), 731-741. doi: <http://dx.doi.org/10.1093/geronb/gbs089>
- Cann, A., Calhoun, L.G., Tedeschi, R.G., Taku, K., Vishnevsky, T. Triplett, K.N., & Danhauer, S.C. (2010). A short form of the posttraumatic growth inventory. *Anxiety, Stress, & Coping*, 23(2), 127-137.
- Clark, A.E., Diener, E., Georgellis, Y., & Lucas, R.E. (2008). Lags and leads in life satisfaction: A test of the baseline hypothesis. *Economic Journal*, 118, 222 – 243.
- Clark, A.E., & Georgellis, Y. (2010). Back to baseline in Britain: Adaptation in the BHPS. PSE Working Papers halshs-00564821, HAL. (<http://ideas.repec.org/p/hal/psewpa/halshs-00564821.html>)
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396.
- De Jong Gierveld, J., & Kamphuis, F. (1985). The development of a Raschtype Loneliness Scale. *Applied Psychological Measurement*, 9, 289-299.
- De Jong Gierveld, J., & Van Tilburg, T.G. (2006). A six-item scale for overall, emotional and social loneliness: confirmatory tests on new survey data. *Research on Aging*, 28, 582-59.
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Futris, T. G., Campbell, K., Nielsen, R. B., & Burwell, S. R. (2010). The communication patterns questionnaire—short form: a review and assessment. *The Family Journal*, 18(3), 275-287. doi: 10.1177/1066480710370758
- Haslam, C., Holme, A., Haslam, S.A., Iyer, A., Jetten, J., & Williams, W.H. (2008). Maintaining group memberships: Social identity continuity predicts well-being after stroke. *Neuropsychological Rehabilitation*, 18(5/6), 671-691.
- Hautzinger, M., & Bailer, M. (1993). *Allgemeine Depressions Skala*. Manual. Göttingen: Beltz.
- Holmes, T., & Rahe, R. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11(2), 213-218. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/0022-3999%2867%2990010-4>
- Humbel, A. (2009). *Partnerschaft im mittleren Lebensalter: der Einfluss von Persönlichkeit, Sexualität, Transitionen, gegenseitig gewährten Entwicklungsmöglichkeiten und der sozialen Unterstützung auf die Partnerschaftszufriedenheit und das Wohlbefinden*. Unpublished Master Thesis, University of Bern.
- Klann, N., Halhlweg, K., Limbrid, C., & Snyder, D. (2006). *Einschätzung von Partnerschaft und Familie. Deutsche Form des Marital Satisfaction Inventory – Revised (MSI-R) von Douglas K. Snyder*. Göttingen: Hogrefe.
- Krampen, G. (1994). *Skalen zur Erfassung von Hoffnungslosigkeit (H-Skalen). Deutsche Bearbeitung und Weiterentwicklung der H-Skala von Aaron T. Beck. Handanweisung*. Göttingen: Hogrefe.
- Maercker, A., & Langner, R. (2001). Persönliche Reifung (Personal Growth) durch Belastungen und Traumata: Validierung zweier deutschsprachiger Fragebogen. *Diagnostica*, 47(3), 153-162.



- Nicolai, J., Demmel, R., & Moshagen, M. (2010). The comprehensive alcohol expectancy questionnaire: Confirmatory factor analysis, scale refinement, and further validation. *Journal of Personality Assessment, 92*(5), 400-409.
- Perrig-Chiello, P., Knöpfli, B., & Gloor, U. (2013). Späte Scheidungen: Fakten, Gründe und Auswirkungen. Ein interdisziplinärer Blick auf Ergebnisse einer Schweizer Studie. *FamPra, Die Praxis des Familienrechts, 4*, 845-867.
- Perrig-Chiello, P., Knöpfli, B., Margelisch, K., & Spahni, S. (2013). Forschungsdossier: Partnerschaft in der zweiten Lebenshälfte- Herausforderungen, Verluste und Gewinne, from [http://www.entwicklung.psy.unibe.ch/unibe/philhuman/psy/entwicklung/content/e5107/e6142/e425052/ip12\\_forschungsdossier\\_scheidung\\_ger.pdf](http://www.entwicklung.psy.unibe.ch/unibe/philhuman/psy/entwicklung/content/e5107/e6142/e425052/ip12_forschungsdossier_scheidung_ger.pdf)
- Radloff, L.S. (1977). The CES-D Scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement, 1*(3), 385-401.
- Rammstedt, B., & John, O.P. (2007). Measuring personality in one minute or less: A 10 item short version of the Big Five Inventory in English and German. *Journal of Research in Personality, 41*, 203-212.
- Schumacher, J. (2003). SWLS – Satisfaction with life scale. In J. Schumacher, A. Klaiberg, & E. Braehler (Eds.), *Diagnostische Verfahren zu Lebensqualität und Wohlbefinden* (pp. 305-309). Göttingen: Hogrefe.
- Schumacher, J., Leppert, K., Gunzelmann, T., Strauß, B., & Brähler, E. (2005). Die Resilienzskala - Ein Fragebogen zur Erfassung der psychischen Widerstandsfähigkeit als Personmerkmal. *Zeitschrift für Klinische Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie, 53*(1), 16-39.
- Swiss Federal Office of Statistics (Bundesamt fuer Statistik BFS) (2009). Swiss Health Survey 2007 [German]. Neuchâtel: BFS.
- Wagner, B., Knaevelsrud, C., & Maercker, A. (2007). Posttraumatic growth and optimism as outcomes of an internet-based intervention for complicated grief. *Cognitive Behaviour Therapy, 36*, 156-161.
- Wagner, B., & Maercker, A. (2007). 1.5 year follow-up of an internet-based intervention of complicated grief. *Journal of Traumatic Stress, 20*(4), 625-629.
- Wagnild, G.M., & Young, H.M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement, 1*(2), 165-178.
- Whismann, M.A., Beach, S.R.H., & Snyder, D.K. (2009). Screening for marital and relationship discord. *Journal of Family Psychology, 23*(2), 247-254.
- Znoj, H. (2004). *Komplizierte Trauer*. Göttingen: Hogrefe.