

## **Das Ende nach langen Jahren: Warum sich immer mehr Paare im Alter trennen?**

**München/Köln, 31. Januar 2012** - „Aber Ihr seid doch schon so lange zusammen“, ist meistens die erste Reaktion von Angehörigen und Freunden, wenn sich Paare im Alter nach langer gemeinsamer Zeit trennen. Besonders die eigenen Kinder können es oft nicht verstehen, dass sich die Eltern nicht mehr zusammenraufen können und ihre eigenen Wege gehen wollen. Was oftmals als verrückte Idee oder vermeintlicher Ausbruch aus dem Alltag abgetan wird, kommt aber immer häufiger vor. In den Foren der Online-Partnerbörse <http://www.50plus-Treff.de> wird darüber regelmäßig diskutiert. Doch was sind die Ursachen für eine späte Trennung?

Dipl. Sozialpädagoge Volker van den Boom arbeitet als Paar- und Sexualtherapeut und hat in seinem Praxisalltag täglich mit Paaren zu tun. Auch er bemerkt einen Anstieg der Trennungen im Alter: „Es ist in der Tat so, dass immer mehr ältere Paare zu mir kommen, die ihrer Beziehung keine Chance mehr geben wollen.“ Doch warum ist das so? „Paare, die 20 oder 30 Jahre lang zusammen sind, erleben es immer häufiger, dass im wahrsten Sinne des Wortes die Luft raus ist. Man lebt nebeneinander aber nicht mehr miteinander.“ Oftmals ist das Interesse am anderen im Zuge des Alltags auf der Strecke geblieben. Kleine Aufmerksamkeiten, oder einfach nur die Frage, wie es dem anderen geht, fehlen. Aus der einst großen Liebe ist die große Routine geworden. Vielleicht gibt es noch gemeinsame Aktivitäten, aber oftmals fehlen selbst diese. „In diesem Fall erlebe ich oft, dass der Reiz nach etwas neuem, aufregendem fehlt.“ In vielen Fällen kommt es dann vor, dass sich ein Partner abwendet, weil er jemand anderen kennengelernt hat. Dort bekommt er die Aufmerksamkeit, die er zu Hause nicht mehr bekommt.

Es kann ganz schnell gehen, plötzlich ist ein Kribbeln im Bauch da, welches man schon lange nicht mehr gespürt hat. So ging es auch 50plus-treff.de-Mitglied Gisela W. (64): „Mein Mann und ich kennen uns seit der Ausbildung. Damals wurde schnell geheiratet und schon waren die Kinder da. Ich habe mich um den Haushalt gekümmert und er ging arbeiten. Als die Kinder in die Schule gingen habe ich auch wieder halbtags gearbeitet und bin später wieder voll in meinen Job als Krankenschwester eingestiegen. Zurückblickend haben wir in den letzten Jahren kaum noch etwas gemeinsam unternommen und ich habe oft daran gedacht mich zu trennen. Schließlich bin ich ja finanziell nicht von ihm abhängig. Bei vielen meiner Freundinnen ist dies der Grund, warum sie sich nicht trennen.“

Dies kann Volker van den Boom bestätigen: „Früher war die finanzielle Abhängigkeit ein großer Faktor für das Zusammenbleiben. Doch immer mehr Frauen haben ihr eigenes Einkommen oder ihre eigene Rente.“ Bei Gisela W. ging es ganz plötzlich. Auf einem Lehrgang lernte sie ihren jetzigen Partner kennen. „Anfangs war es die Art, wie er mich ansah, dann die Gespräche, die wir führten. Ich habe mich wieder als Frau gefühlt, die begehrt wird.“ Es folgte die Trennung von ihrem Mann nach über vierzig Ehejahren.

Der Paartherapeut warnt jedoch nichts zu überstürzen. „Viele sind überwältigt von der Aufmerksamkeit, die sie plötzlich bekommen. Doch wenn die erste verliebte Zeit in eine Routine übergeht erfolgt oft die Ernüchterung. Nicht selten kehren Partner nach einer kurzen Affäre wieder zurück. Doch dies ist natürlich nicht immer der Fall.

Doch er rät auch, es mit der Trennung nicht zu überstürzen. „Zu mir kamen viele Paare, die von ihrem Entschluss, sich zu trennen kaum abzubringen waren. Gemeinsam haben wir an der Beziehung gearbeitet. Ursachen für die Unzufriedenheit gesucht. Meistens lag es daran, dass Dinge, die den einen am anderen stören jahrelang nicht angesprochen wurden und dann so hingenommen wurden.“ Er rät mehr miteinander zu reden, seine Bedürfnisse zu äußern, denn auch wenn man so lange zusammen ist, so kann der Partner immer noch nicht die Gedanken des anderen lesen. Auf der anderen Seite sollte man, wenn die Situation ausweglos erscheint auch nicht verzweifeln an der Beziehung festhalten, nur weil sie schon so lange besteht. „Dann sollten sie loslassen und ihren eigenen Weg gehen“, rät der Paartherapeut. Eine Trennung ist kein Grund zu verzweifeln, man sollte es eher wie eine neue Chance sehen. Besonders im digitalen Zeitalter ist es für ältere Menschen einfacher geworden andere kennenzulernen. Oftmals hat man das Berufsleben hinter sich gelassen und damit auch nicht mehr viele Kontaktmöglichkeiten. Alleine in eine Bar geht man eher selten. Im Internet tauscht man sich aus und lernt sich unkompliziert kennen. „Der 50plus-Treff ist ja das beste Beispiel dafür“, lacht der Experte.

#### **Info:**

[50plus-Treff.de](http://www.50plus-treff.de) ist das Internet-Portal für Partnersuche, Freundschaft und Freizeitgestaltung. Über 150.000 Mitglieder treffen sich bei <http://www.50plus-treff.de> und haben sich in mehr als 45 Interessen- und Regionalgruppen zum gemeinsamen Meinungsaustausch zusammengefasst – auch außerhalb des Internets.

 Jetzt neu: [50plus-Treff.de](https://www.facebook.com/50plus-treff.de) bei Facebook!

**Kontakt:** 50plus-Treff.de GmbH  
Bodenseestr. 20, D-81241 München  
Tel.: +49 (0)89 990 198 90  
Fax: +49 (0)89 990 198 95  
Mail: [info@50plus-treff.de](mailto:info@50plus-treff.de)

**Presse:** ZAMCOM GmbH, Geschäftsbereich Kommunikation  
Rebecca Herrmann  
Eupener Str. 159, 50933 Köln  
Tel.: +49 (0)221 179 193 0  
Fax: +49 (0)221 179 193 29  
Mail: [presse@50plus-treff.de](mailto:presse@50plus-treff.de)