

Partnerschaftskonflikte nach der Pensionierung



Cécile Neuenschwander
Wissenschaftliche Mitarbeiterin
cecile.neuenschwander@bfh.ch



Saskia Misteli
Wissenschaftliche Mitarbeiterin
saskia.misteli@bfh.ch

Die Pensionierung bedeutet für viele Paare mehr Zeit zu zweit. Dass diese neue Lebenssituation nicht nur harmonische Zweisamkeit bedeutet, zeigt eine vom Schweizerischen Nationalfonds und von Pro Senectute finanzierte Studie. Die Aushandlungsprozesse der sich ändernden Alltags- und Freizeitgestaltung bringen für viele Paare Konflikte mit sich.



Die Pensionierung markiert meist den Abschied aus dem Erwerbsleben und den Übergang in den Lebensabschnitt «Alter». In der Literatur werden zahlreiche Faktoren genannt, die den Übergang in den Ruhestand kennzeichnen (z.B. Kolland 1988; Mayring & Saup 1990; Moen et al. 2006). Dazu zählen beispielsweise die Veränderung der Zeitstruktur und Zeitverwendung, die Veränderung der ökonomischen Situation oder das Bewusst-

werden der Tatsache, dass mit der Pensionierung in der Regel der letzte Lebensabschnitt seinen Anfang genommen hat. Die Auswirkung der Pensionierung auf die Lebensqualität ist ein bekanntes gerontologisches Forschungsfeld, auf der individuellen Ebene wird dies seit den frühen 50er-Jahren untersucht (z.B. Friedman & Havighurst 1954; Mayring 2000).

Weit weniger häufig wurden die Auswirkungen dieses Übergangs auf der Ebene der Paarbeziehung analysiert. Da die Scheidungsrate von langjährigen Paaren in den letzten Jahrzehnten auf 30 Prozent angestiegen ist, muss der Paarebene eine grössere Aufmerksamkeit zugesprochen werden (vgl. BFS 2014). Allgemein gelten langjährige Paarbeziehungen in der Soziologie als vernachlässigte Einheit (vgl. Lenz 2009: 8). Es gibt aber Faktoren, die sich nur auf Paarebene manifestieren können. Dazu gehört etwa der Umgang mit dem Wegfallen der Erwerbsarbeit, was neue Aufgabenverteilungen oder Rollenschemata zur Folge haben kann. Diese Situationen muss das Paar bewältigen und neu aushandeln. Misslingt diese Anpassungsleistung, können Partnerschaftskonflikte die naheliegende Folge sein (vgl. Buchebner-Ferstl 2004: 11). Es stellt sich also die Frage, inwiefern der Lebensabschnitt nach der Pensionierung als kritische Phase in der Beziehungsbiographie bezeichnet werden kann.

Unterschiedliche Orientierungen bei Frauen und Männern

Die Auswirkung der Pensionierung auf Paarbeziehungen im Alter wird seit 2007 in einer Studie des Instituts Alter untersucht. Ausgangslage ist die Teilstudie 1 mit 40 Paaren, deren Vorbereitungs- und Aushandlungsprozesse im Übergang in die Pensionierung in problemzentrierten Interviews untersucht wurden. Die vom Schweizerischen Nationalfonds finanzierte Teilstudie 2 soll unter anderem zeigen, welche Veränderungen und damit verbundene Herausforderungen und Konflikte im alltäglichen partnerschaftlichen Zusammenleben auftreten (vgl. Kasten). Konflikte in Paarbeziehungen werden definiert als «an interaction between persons expressing opposing interests, views, or opinions [...] or [...] an interaction in which partners hold incompatible goals» (Kline et al. 2006: 445). Möglicherweise werden erst im mittleren und höheren Erwachsenenalter be-

stimmte Eigenschaften oder Bedürfnisse entdeckt bzw. entwickelt, über die auf der Paarebene miteinander verhandelt werden muss. So entstehen bei vielen Paaren geschlechtsspezifisch verschiedene Neuorientierungen. Tendenziell konzentrieren sich Männer in der Pension eher auf die Zweierbeziehung, Frauen hingegen entwickeln eine stärkere Autonomieorientierung. Konflikte können beispielsweise besonders dann entstehen, wenn beide Partner auf starre traditionelle Geschlechterrollen fixiert sind (vgl. Re 2001: 21).

Sieht man sich häufiger, wird die Kommunikation oft nicht einfacher

Die Auswertungen der zweiten Teilstudie zeigen, welche potenziellen Konfliktbereiche nach der Pensionierung eingetreten sind und welche Auswirkungen diese auf die Beziehungsqualität haben. Bei der partnerschaftlichen Kommunikation geben in der quantitativen Studie mehr als die Hälfte der Befragten an, dass es zu Konflikten kommt. So nimmt die Kommunikation grundsätzlich meist ab, wie die qualitative Teilstudie vier Jahre nach der Pensionierung zeigt: «Vielleicht so eine Nähe zu haben, wo man auch mal über Gefühle und Empfindungen redet, das fällt jetzt eigentlich weg, weil man das Gefühl hat, man kann ja jederzeit über alles reden» (Frau M., 65, pensioniert). Über 40 Prozent der Teilnehmenden geben zudem an, dass sie bezüglich der Sexualität bzw. Intimität Konflikte erleben. Hierzu wurden bisher kaum Studien durchgeführt, obwohl die Thematik eine Vertiefung verlangen würde. Auch bei der Freizeitgestaltung kommt es bei relativ vielen Paaren zu Konflikten – wie beispielsweise bei diesem Paar: «Mein Gatte ist ein ganz grosser Planer. Ich bin dagegen die, die viel lieber spontan lebt und nicht die Tage so einteilt» (Frau H., 66, pensioniert). Und selbst nach über 40 Ehejahren können Persönlichkeitszüge und Charaktereigenschaften des Partners eine Vielzahl an Konflikten

Paarbeziehungen im Übergang in die Pensionierung

Teilstudie 1 (vor der Pensionierung):

Antizipation und Vorbereitung auf die Pensionierung

Methode: Paarinterviews (40 Paare) und schriftliche Kurzbefragung

Teilstudie 2 (nach der Pensionierung):

Herausforderungen von Paaren durch die Pensionierung

Methode: Fragebogenerhebung (200 Paare), Panelbefragung bei den 40 Paaren der ersten Teilstudie

Tabelle 1: Stichprobe

	Qualitative Studie	Quantitative Studie
N	40 Paare	200 Paare und 37 Personen
Alter	M = 67 Jahre	M = 68 Jahre, SD = 3 Jahre
Pensionierungsdauer	M = 4,3 Jahre, SD = 2,2 Jahre	M = 4,9 Jahre, SD = 3,4 Jahre
Geschlecht	50% Frauen, 50% Männer	48,1% Frauen, 51,9% Männer

M: Mittelwert, SD: Standardabweichung

Tabelle 2: Die fünf häufigsten Konfliktbereiche

Fragestellung: Falls es in Ihrer Partnerschaft manchmal zu Meinungsverschiedenheiten und Konflikten kommt, bei welchen Themen treten Unstimmigkeiten auf?

	Kein Konflikt	Konflikt
Partnerschaftliche Kommunikation	48,1%	51,9%
Intimität, Sexualität	54,7%	42,3%
Freizeitgestaltung	59,3%	40,7%
Persönlichkeitszüge	59,1%	40,9%
Aufgabenteilung, Haushaltsführung	64,2%	35,8%

provozieren – oder es wird die Umstellung auf eine neue Aufgabenteilung oder Haushaltsführung zum Streitpunkt: «Du wolltest doch den Garten machen, jetzt steht das Gras schon kniehoch!» (Frau S., 65, pensioniert).

Inwiefern sich die Konflikthäufigkeit auf die Beziehungs- und die Lebensqualität von Personen im Ruhestand auswirkt, wurde mit Daten der schriftlichen Befragung ausgewertet. Neben weiteren Einflussfaktoren wie dem Kommunikationsstil eines Paares und der individuellen psychischen Gesundheit wirkt sich die Häufigkeit von Paarkonflikten signifikant negativ auf die Beziehungs- und die Lebensqualität aus. Dieser Zusammenhang von partnerschaftlichem Konfliktverhalten und der Partnerschaftszufriedenheit konnte auch in anderen Studien (vgl. Arránz Becker 2008) nachgewiesen werden.

Folglich ist es für die Beziehungsqualität im Alter von Vorteil, wenn man sich bereits vor der Pensionierung mit allfälligen Konfliktbereichen als Paar auseinandersetzt und gegenseitige Bedürfnisse abklärt. Der Zusammenhang zwischen Planung und Zufriedenheit wurde in der Studie ebenfalls überprüft: Je ausgereifter diese schon vor der Pensionierung ausfiel, desto höher nahmen die Teilnehmenden später auch ihre Partnerschaftsqualität wahr. Aus diesem Grund gilt ein Pensionierungskurs als ideale Möglichkeit, sich mit dem «Leben danach» auseinanderzusetzen. ●

Literatur:

- Arránz Becker, O. (2008): Was hält Partnerschaften zusammen? Psychologische und soziologische Erklärungsansätze zum Erfolg von Partnerschaften. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- BFS (2014): Bevölkerungsbewegung – Indikatoren. Anteil der Scheidungen nach Heiratsjahrgängen. Verfügbar: www.bfs.admin.ch/bfs/portal/de/index/themen/01/06/blank/key/06/05.html (abgerufen am 6.10.2014)
- Buchebner-Ferstl, S. (2004): Das Paar beim Übergang in den Ruhestand. Ergebnisse einer qualitativen Studie. Wien: Österreichisches Institut für Familienforschung.
- Friedman, E. A. & Havighurst, R. J. (Eds.) (1954): The Meaning of Work and Retirement. Chicago: University Press.
- Kersting, J. & Grau, I. (2003): Paarkonflikt und Trennung. In Grau, Ina; Bierhoff, Hans-Werner (Eds.). Sozialpsychologie der Partnerschaft. Berlin, Heidelberg: Springer. 429–456.
- Klein, Renate & Johnson, Michael (1997): Strategies of couple conflict (2nd edition). In Duck, Steve (Ed.), Handbook of personal relationships. Chichester: John Wiley & Sons. 469–486.
- Kline, G.; Pleasant, N.; Whitton, S.; Markman & H. (2006): Understanding couple conflict. In Vangelisti, Anita; Perlman, Daniel (Eds.). The Cambridge handbook of personal relationships. New York, Cambridge: University Press. 445–462.
- Kolland, F. (1988): Nach dem Arbeitsleben Konzentration auf die Familie? In: L. Rosenmayr & F. Kolland (Hrsg.): Arbeit – Freizeit – Lebenszeit: Neue Übergänge im Lebenszyklus. Opladen: Westdeutscher Verlag. 75–92.
- Lenz, K. (2009): Soziologie der Zweierbeziehung. Eine Einführung (4. Auflage). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Mayring, P. (2000): Pensionierung als Krise oder Glücksgewinn? – Ergebnisse aus einer quantitativ-qualitativen Längsschnittuntersuchung. Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie 33, 124–133.
- Mayring, P. & Saup, W. (Eds.) (1990): Entwicklungsprozesse im Alter. Stuttgart: Kohlhammer.
- Moen, P.; Huang, Q.; Plassmann, V. & Dentinger, E. (2006): Deciding the future. Do dual-earner couples plan together for retirement? American Behavioral Scientist, 49(10), 1422–1443.
- Re, S. (2001): Entwicklungsformen der Partnerschaft im Alter. In: Berberich, Hermann; Brähler, Elmar (Eds.), Sexualität und Partnerschaft in der zweiten Lebenshälfte. Giessen: Psychosozial-Verlag. 11–30.