



EHEKRISE NACH 40 JAHREN - EIN BEISPIEL



Anne führte über Jahrzehnte hinweg ein zufriedenes Leben. Verheiratet, Eigenheim, zwei Kinder. Als der Nachwuchs aus dem Haus war, startete sie beruflich nochmal durch. Ihr Mann fühlt sich langsam vernachlässigt. Sie ist enttäuscht über sein Unverständnis und es entsteht nach 40 Jahren Ehe eine Krise.

Das steckt dahinter:



Über Jahrzehnte ist die Paararbeit versäumt worden. Es fehlte die ehrliche Kommunikation. Man blieb der Kinder zuliebe zusammen. Das Ehepaar kennt sich gar nicht mehr. Es weiß gar nichts miteinander anzufangen. Nun fallen die unschönen Eigenheiten des anderen deutlicher auf.



Oft fällt eine Ehekrise nach 40 Jahren mit dem Eintritt der Rente zusammen. Einige Rentner fühlen sich plötzlich unnützlich, andere wissen nichts mit sich anzufangen. Dies ist für die Partnerschaft belastend. Darüber hinaus hat das Paar nun mehr gemeinsame Zeit, was ebenfalls Konfliktpotenzial bietet.



Manche Paare verharren in einem Rollenverständnis, das keinen Raum für Freiheit lässt. Der Mann kann sich gar nicht vorstellen, dass seine Frau plötzlich arbeitet. Die Frau ist irritiert, wenn ihr Mann auf einmal Arbeiten im Haushalt übernimmt.



Die Ehekrise meistern Ganz gleich, wie lange das Paar verheiratet ist, die Lösung liegt stets in Kommunikation und Verständnis. All dem ist ein ehrliches Interesse an dem Partner vorausgesetzt, denn nur so lässt sich optimal auf den anderen eingehen. Jedes Paar sollte für sich definieren, wo es in der Partnerschaft steht und in welchem Bereich Unzufriedenheit herrscht.



Anne und ihr Mann brauchen eine offene Kommunikation Wer etwas ändern will, sollte dies jedoch offen mit dem Partner besprechen. Ansonsten fühlt sich dieser überrollt und versteht die Veränderung nicht. So ist es bei Anne und ihrem Mann. Er versteht nicht, warum seine Frau plötzlich so selten zu Hause ist. So wichtig kann der Job für sie doch nach seiner Meinung nicht sein. Sie sieht dies ganz anders. Sie fühlt sich wieder gebraucht und findet Gefallen an der neuen Wertschätzung.



Anne und ihr Mann brauchen Verständnis für den anderen Für Anne wäre es wichtig, sich den Wunsch nach Wertschätzung bewusst zu machen. Weiß sie um diesen, kann sie mit ihrem Mann offen darüber sprechen. Ihr Mann sollte Verständnis für ihren Wunsch haben und ihr gleichzeitig in Ruhe mitteilen, dass er sie oft im Alltag vermisst. Auf diese Weise ließe sich ein Mittelweg finden.