

# In guten wie in schlechten Zeiten? – Warum schlechte Zeiten in Scheidungen enden können

For Better Or For Worse? – Why Bad Times May End in Divorce

Martina Zemp & Guy Bodenmann

## Themenschwerpunkt Paarbeziehungen

### Zusammenfassung

*Obwohl gegenwärtige Scheidungsraten auf eine historisch nie dagewesene Instabilität in Ehen hinweisen, zählt erfüllende Partnerschaft noch immer zu den wichtigsten Determinanten von Lebenszufriedenheit sowie körperlicher und psychischer Gesundheit des Menschen. Der breite Forschungsfundus in diesem Bereich hat partnerschaftliche Kompetenzdefizite als robusten und international konsistenten Prädiktor für Scheidungen identifiziert. In diesem Beitrag werden aktuelle empirische Befunde der psychologischen Scheidungsforschung und theoretische Ansätze diskutiert, wie und warum negative Interaktionen in der Partnerschaft in einer Scheidung enden können. Diese Erkenntnisse sind klinisch bedeutsam und dürfen als ermutigend bezeichnet werden, weil dyadische Kompetenzen in wirksamen Präventionsprogrammen vielversprechend vermittelt werden können.*

### Abstract

*Although current divorce rates indicate an unprecedented instability in marriages, a satisfied relationship still belongs to the most important determinants of life satisfaction, along with physical and mental health. Plenty of research in this field has identified a deficit in relationship related competencies as a robust and internationally consistent predictor of divorce. This article reviews current findings on psychological predictors and theoretical approaches, how and why negative interaction in couples may end in divorce. These results are clinically relevant and may be considered as encouraging since dyadic competencies can be delivered in an effective way in relationship distress prevention programs.*

### 1. Die Ehe beginnt in guten Zeiten

Entgegen zunehmend omnipräsenten Auffassungen, wonach traditionelle langfristige Beziehungen und Ehen in der gegenwärtigen Zeit obsolet wären, zählt eine erfüllende Partnerschaft nachweislich noch immer zu den zentralsten Ressourcen der Menschen, weil sie 1) eine wesentliche Bedingung für die Lebenszufriedenheit darstellt und sich 2) als robuster Protektivfaktor hinsichtlich psychischer und körperlicher Störungen herausgestellt hat (Bodenmann, 2012). Unlängst zeigte eine Meta-Analyse, dass Individuen mit unbefriedigenden oder fehlenden sozialen Beziehungen ein um 50 Prozent erhöhtes Mortalitätsrisiko (i. e., Anzahl Sterbefälle) aufweisen verglichen mit Individuen, die ihre Beziehungen als zufriedenstellend bewerten. Die Effektstärken sind dabei vergleichbar oder fallen gar höher aus als die prominentesten Risikofaktoren für Mortalität wie bspw. Rauchen, Fettleibigkeit oder körperliche Inaktivität (Holt-Lunstad, Smith & Layton, 2010). Eine Scheidung, im Spezifischen, ist eine entscheidende Bestimmungsgröße für frühzeitigen Tod (Sbarra & Nietert, 2009). Diese Tatsache ist insofern besonders alarmierend als gegenwärtige Scheidungsraten auf eine nie dagewesene Unbeständigkeit in Partnerschaften hinweisen. Bedenklich sind ferner die zahlreichen empirischen Befunde, dass die üblicherweise hohe initiale Partnerschaftszufriedenheit von frisch verheirateten Paaren – 85 bis 95 Prozent bezeichnen sich zum Zeitpunkt der Eheschließung als glücklich und eine Scheidung wäre für sie undenkbar (Bodenmann, 2012) – mit fortschreitender Beziehungsdauer drastisch abfällt (Kurdek, 1998, 1999; VanLaningham, Johnson & Amato, 2001). Ein Befund, der in der Literatur als „honeymoon-is-over“-Effekt erläutert wurde (Huston, McHale & Crouter, 1986). Neuere Studien propagieren jedoch die Idee multipler Typologien von Partnerschaften, wonach deren Verläufe in unterschiedliche Klassen unterteilt werden können, wobei nicht sämtliche Paare