

*ifb* - Materialien 2-95

Das „leere Nest“ -  
Lebenskrise oder „second honeymoon“?

*Werner Lachenmaier*

## Das „leere Nest“ - Lebenskrise oder „second honeymoon“?

### Inhalt

	Seite
1. Vorbemerkungen	3
2. Forschungsansätze und -lücken	5
3. Begriffe und Konzepte	7
4. Übergang zum „empty nest“ als Phase im Familienzyklus	9
4.1 Eltern erleben das empty nest zunehmend später	9
4.2 Kinder verschieben ihren Wegzug aufgrund gewandelter sozialer Bedingungen	10
4.3 Zur Charakterisierung der betroffenen Bevölkerungsgruppe	12
5. Das empty nest als „kritisches“ Ereignis und Formen seiner Bewältigung	14
5.1 Reaktionen der Betroffenen auf das „empty nest“	14
5.2 Unterschiedliches Erleben und Verarbeiten in verschiedenen Gruppen	16
5.3 Veränderungen in den sozialen Beziehungen	17
5.4 Erwerbstätigkeit - eine neue Perspektive?	18
6. Faktoren für die Bewältigung des Übergangs zur „empty-nest-Phase“	20
7. Zusammenfassung und Fazit	20
Literatur zum Thema „empty nest“	22

*„I guess the way to say it is that there was a **sad joyfulness**.“<sup>1</sup>*

## 1. Vorbemerkungen

Dieser Bericht stellt die Ergebnisse einer Literaturanalyse zusammenfassend vor. Diese kritische Sichtung der vorliegenden Literatur war die erste Phase eines geplanten Forschungsprojekts zum Thema „Übergang in die empty-nest-Phase“ und bezog - mit dem Ziel eines Antrags auf Forschungsförderung - bevorzugt die Veröffentlichungen aus dem deutschen Sprachraum ein. Handlungsleitend war dabei die Annahme, daß in der Theorie des Familienzyklus zwar die Phase nach dem Auszug der Kinder - allgemein als ‚empty nest‘ bezeichnet - beschrieben wird (mit einigen Defiziten, wie noch zu zeigen sein wird), daß aber dem Prozeßcharakter der familialen Entwicklung vor, während und nach diesem „kritischen Lebensereignis“ als einem von mehreren Übergängen im Verlauf des Familienlebens noch kaum Beachtung geschenkt wurde. Dabei sind gerade solche Prozesse nicht nur in soziologischen, sondern auch in psychologischen und sozialpädagogischen Theorien der Familie von großer Bedeutung, um das Geschehen in sozialen Systemen, das Verhalten von Personen in ähnlichen Situationen und auch die Möglichkeiten der Beeinflussung von außen, z. B. durch Beratung oder Bereitstellung von Handlungsalternativen, besser zu verstehen.

Der soziale Wandel in modernen Gesellschaften, der über Pluralisierung und Individualisierung auch auf Phänomene der Familienbildung und des Familienzyklus wirkt, bringt es mit sich, daß heute nicht mehr alle Menschen in der gleichen Lebensphase mit denselben Entwicklungen in gleicher Weise konfrontiert werden. Während es in einer Agrargesellschaft geschriebene und ungeschriebene Regeln zur Übergabe des Bauernhofes von der älteren an die jüngere Generation gab, die die jeweiligen Rechte und Pflichten gegeneinander festlegten, steht heute die einzelne Familie vor einer jeweils für sie singulären und kaum vorkonstruierten Veränderung, wenn die Kinder sich anschicken, den Haushalt der Eltern zu verlassen. Auch die eigene Herkunftsfamilie kann in den wenigsten Fällen als Vorbild dienen, da sich in den letzten 30 bis 40 Jahren sehr viele Bedingungen, die auf diesen Prozeß einwirken, fundamental verändert haben.

Die Themenstellung sowie der Rekurs auf den Ansatz des Familienzyklus könnten vermuten lassen, es werde lediglich die Situation der sogenannten „vollständigen Normalfamilie“ unterstellt, also eines verheirateten Ehepaares mit eigenen leiblichen Kindern. Wenn diese auch (noch) einen großen Teil der Bevölkerung ausmacht, so ist doch unbedingt mitzudenken, daß es wachsende Bevölkerungsgruppen gibt, die diesen Übergang entweder gar nicht oder in sehr anderer Weise als im normativen Familienverlauf erleben. Zunächst sind dies die alleinlebenden und kinderlosen Personen, die von den genannten Entwicklungsprozessen nicht oder nur marginal betroffen werden, z.B. in der Kommunikation mit Verwandten, Freunden oder Arbeitskollegen. Aber auch der wachsenden Zahl von Ein-Eltern-

---

<sup>1</sup> Interviewäußerung einer Mutter, zit. von Rubin 1979, S. 33

Familien, Ein-Kind-Familien sowie nichtehelichen Lebensgemeinschaften stellen sich die Probleme in einer spezifisch abgewandelten Art und Weise dar im Vergleich zur o. g. „Normalfamilie“ mit mehreren Kindern. Die steigende Häufigkeit von Scheidungen und (z. T. mehrfachen) Wiederheiraten - auch von Partner/innen mit Kindern aus früheren Ehen - sorgt dafür, daß auch in solchen komplexen Familienbeziehungen jeweils eigene Problemlagen entstehen können bzw. evtl. andere Handlungsweisen zur Problemlösung eingesetzt werden müssen.

All dies war den Initiatoren des Forschungsprojekts<sup>2</sup> Grund genug, einmal genauer hinzusehen, was bei einer ausgewählten Stichprobe verschiedener Familienformen unter heutigen Bedingungen in der deutschen Gesellschaft am Übergang zur sogenannten „Nach-Elternschaft“ tatsächlich geschieht, welche Erfahrungen und Erlebensweisen die jeweils betroffenen Eltern und Kinder in bezug darauf entwickeln und welche Möglichkeiten der Verarbeitung und der evtl. notwendigen Hilfestellung sich daraus ableiten lassen.

---

<sup>2</sup> Professor Dr. Claus Mühlfeld von der Universität Bamberg in Zusammenarbeit mit dem Staatsinstitut für Familienforschung an der Universität Bamberg

## 2. Forschungsansätze und -lücken

Das soziale System Familie unterliegt im Verlauf seiner Entwicklung verschiedenen Veränderungen. Eine davon ist der Weggang der Kinder aus dem Elternhaus. Dieses Thema wird in der vorliegenden Literatur von zwei Ansätzen her angegangen: Einmal demographisch-soziologisch als ein Phasenübergang im Rahmen des Familienzyklus, beschrieben durch sozialstrukturelle Kriterien wie das durchschnittliche Alter beim Verlassen des Elternhauses durch die Kinder bzw. bei Heirat der Kinder (Kap. 4). Zum anderen finden sich Beschreibungen mehr familienpsychologischer Provenienz unter den Konzepten „kritische Lebensereignisse“, besondere „Belastungen von Familienbeziehungen“ und „Streßbewältigung in Familien“ (Kap. 5).

Schon ein erstes Sichten der bisher vorliegenden Literatur zu diesem Thema erbringt die erstaunliche Tatsache, daß überwiegend lediglich die Frauen in dieser Familienphase in die Forschungen einbezogen werden; weit weniger werden Paare in ihrer Beziehung betrachtet und kaum bis gar nicht die Männer bzw. die Familie einschließlich der Kinder als - nach der Ablösung lokal mehr oder weniger distantes - Gesamtsystem. So formuliert z. B. Oliver schon 1977: „The problem is not the empty nest. The problem is the empty woman“ (S. 94). Über die Ursache hierfür stellt Pongratz (1988, 108) fest: „Das 'leere Nest' ist unter den Bedingungen einer Trennung von Privat- und Berufssphäre vor allem ein spezifisches Frauenproblem, denn es sind nach wie vor die Frauen, ob erwerbstätig oder nicht, die für die Kinder sorgen. ... In erster Linie wird diese Phase jene Frauen betreffen, die aufgrund ihrer ausschließlichen Hausfrauen- und Muttertätigkeiten die Rolle, auf die sie sich konzentriert haben, verlieren oder stark abwandeln müssen.“ So notwendig und verdienstvoll diese eingeschränkte Sichtweise auch war, weitere Forschungen sollten diese einseitige Gewichtung reduzieren bzw. aufheben, denn es sind zwar wesentlich, aber nicht nur Mütter, sondern auch Väter, die von den familialen Veränderungen beim Übergang in die empty-nest-Phase betroffen sind. Dies wird mittlerweile auch in einem neueren wissenschaftlichen Gutachten über „Frauen im mittleren Alter“ zugestanden: „Nicht die Geschlechtszugehörigkeit an sich, sondern Merkmale der Lebenslage bestimmen das Erleben, die Einstellungen sowie konkrete Verhaltensweisen“ (Wissenschaftlicher Beirat für Frauenpolitik beim Bundesministerium für Frauen und Jugend 1993, S. 213). Damit ist auch bereits eine weitere Forschungslücke erwähnt: die Differenzierung nach unterschiedlichen sozialen und psychologischen Lebenslagen.

Die auf der Hand liegende Tatsache, daß auch die aus dem Elternhaus ausziehenden Kinder von dieser Umstrukturierung der Familie stark betroffen sind und evtl. ihre eigene Sichtweise haben, blieb merkwürdigerweise bisher ebenfalls weitgehend ausgeklammert. In Abgrenzung gegen die traditionell Individuum-zentrierte Betrachtungsweise setzt sich jedoch zunehmend die Erkenntnis durch, daß Eltern und Kinder sich im Ablösungsgeschehen wechselseitig beeinflussen und daß sich dieser Prozeß im Kontext des gesamten Systems Familie vollzieht. Papastefanou konstatiert daher unlängst (in Hofer 1992, 218): „Bislang gibt

---

es kaum Arbeiten, die auf Familienebene beide Seiten direkt aufeinander beziehen. Diese Lücke zu füllen, stellt ein Anliegen der Familienforschung dar.“

Auf ein weiteres gravierendes Forschungsdefizit weist Papastefanou (in Brüderl 1992) hin. Sie untersuchte, wie Mütter den Übergang zur „Nach-Elternschaft“ erleben, und zwar in Abhängigkeit davon, inwieweit es ihnen gelingt, ihre Familienpflichten und Berufswünsche zu vereinbaren. Dazu verglich Papastefanou berufstätige Mütter und Hausfrauen dahingehend, wie gut sie den Übergang in die „post-parentale Phase“ bewältigen. Mit Blick auf den Forschungsstand konstatiert sie: „Längsschnittliche Erhebungen dazu stehen ... weitgehend noch aus“ (S. 212).

### 3. Begriffe und Konzepte

Als empty nest Phase wird auf **struktureller Ebene** jene Phase im Lebenslauf von Erwachsenen bezeichnet, die sich ergibt, wenn die erwachsen gewordenen Kinder den elterlichen Haushalt endgültig verlassen (Fuchs-Heinritz et al. 1994). Das „empty nest“ ist damit jedoch nur scheinbar eindeutig bestimmt, wie die Tatsache beweist, daß die Erhebungszeitpunkte in einzelnen Studien erheblich voneinander abweichen. Papastefanou orientiert sich daher an Harkins (1978), die das „empty nest“ auf den Zeitraum beginnend mit dem Auszug des letzten Kindes bis etwa 18 bis 24 Monate danach eingrenzt. Familiensoziologen haben verschiedene Beiträge zum Thema „Auszugsverhalten“ geliefert. Ablösung wurde dabei mit dem Auszug aus dem Elternhaus gleichgesetzt. Dem Aspekt der räumlichen Trennung wird im Ablösungsprozeß große Bedeutung beigemessen, da sich in ihm brennpunktartig die Veränderungen in Struktur und Lebensform der Familie kristallisieren. Die der räumlichen Trennung vorangehende Phase wird als „pre-empty nest“, die daran anschließende als „post-empty nest“ bezeichnet.

Auf der **Erlebenseite** umfaßt die „empty-nest“-Reaktion alle Zustände und Entwicklungsprozesse im Erleben der Eltern, „die als eine Reaktion auf den beginnenden, andauernden und vollendeten Auszug ihrer Kinder aus der Familie gewertet werden“ (Fahrenberg 1986, S. 325). Die räumliche Trennung bildet - so gesehen - nur den Endpunkt einer Kette von Ablösungsschritten, die schon in der Kindheit ihren Anfang nehmen und im Jugendalter eine besondere Beschleunigung erfahren. Solche Definitionen werden dem Prozeßcharakter des zu betrachtenden Geschehens in den Familien eher gerecht. In Familien mit mehreren Kindern vollzieht sich deren Ablösung schon deswegen als mehr oder weniger „gleitend“, weil sie in der Regel in einem gewissen zeitlichen Abstand - von zumeist einigen Jahren - zu Hause ausziehen.

Aber auch in vielen Ein-Kind-Familien ergeben sich gewissermaßen „latente“ empty-nest-Phasen durch kürzere oder längere Übergangsstadien, wenn z. B. der Sohn zum Ableisten seines Wehr- oder Zivildienstes die Woche über in einem anderen Ort wohnt und nur über das Wochenende nach Hause kommt oder wenn die auswärts studierende Tochter nur noch in den Semesterferien ihr Zimmer in der elterlichen Wohnung benutzt.

Auch nach dem endgültigen Auszug stellt sich die Situation durchaus sehr unterschiedlich dar, wenn man z. B. an die Kontakthäufigkeit zwischen Eltern und ihren erwachsenen Kindern denkt, die - allein oder mit Partner/in - zwar in einer eigenen Wohnung, aber doch im selben Haus oder in enger Nachbarschaft zu ihren Eltern wohnen. Je nach Familiensituation und den individuellen Beziehungen zwischen den Familienmitgliedern können solche stufenweise über einen längeren Zeitraum erlebten Ablösungsprozesse positiv oder negativ wirken, d. h. die Belastungen durch die Umgestaltungen im Leben von Eltern und Kindern vermindern oder erhöhen.

---

Ergänzt werden müßte diese mehr psychologische Definition daher um die Sichtweise von Familie als einem sozialen System, dem nicht nur die Eltern (als Paar oder Alleinerziehende), sondern auch die Kinder zuzurechnen sind und das sich auch nicht auflöst, sondern innerhalb dessen und um das herum sich die sozialen Beziehungen der Mitglieder prozeßhaft verändern.



## 4. Übergang zum „empty nest“ als Phase im Familienzyklus

### 4.1 Eltern erleben das empty nest zunehmend später

Die vom Eintritt in die empty-nest-Phase betroffenen Gruppen der Gesamtbevölkerung lassen sich zunächst grob von ihrer Altersgruppe her bestimmen. Das Alter der Personen, die in die postparentale Phase eintreten, hängt von mehreren Faktoren ab: dem Alter zum Zeitpunkt der Geburt der Kinder, der Zahl der Kinder sowie ihrer Verweildauer im Elternhaus. Daher können sowohl erst 40- als auch bereits 60jährige die post-parentale Phase erreichen, d.h. der ins Auge gefaßte Zeitraum schwankt mehr oder weniger um das 50ste Lebensjahr.

Von allen Frauen im mittleren Lebensalter (zwischen 42 und 57 Jahren) leben heute 62% noch mit Kind(ern) zusammen. Dieser Anteil ist fast gleich hoch wie bei den jüngeren Altersgruppen (25 - 40 Jahre). Schwarz (1989) beziffert an Hand von Mikrozensusdaten das reine Zusammenleben von Eltern mit ihren Kindern nach der **Kinderzahl**. Von den 50jährigen Frauen hatten noch mindestens ein lediges Kind im Haushalt

- von den Müttern mit einem Kind 55%
- von den Müttern mit 2 Kindern 75%
- von den Müttern mit 3 Kindern 86%
- von den Müttern mit 4 Kindern 94%.

Der Anteil der Verheirateten, die mit Kindern zusammenleben, geht erst etwa ab dem 45. Lebensjahr ständig zurück. Anzumerken ist allerdings, daß diese statistischen Daten nichts über den qualitativen Aspekt dieses „Zusammenlebens“ aussagen, ob es z. B. wegen Ableisten des Wehrdienstes auf das Wochenende oder infolge eines Studiums an einem anderen Ort auf bestimmte Zeiten im Jahr reduziert ist. Solche Informationen wären nur durch direkte Erhebungen in den betroffenen Familien selbst zu gewinnen. In den von ihm ermittelten Zahlenreihen für das Zusammenleben von Eltern mit Kindern (oder Enkeln) sieht Schwarz den Beweis dafür, daß das „leere Nest“ für die meisten Familien erst dann allmählich Realität wird, wenn die Eltern über 50 sind. Mit etwa 55 Jahren leben heute rund die Hälfte der Väter und Mütter mit Kindern zusammen. Erst nach dem 70. Lebensjahr gibt es fast keine Verheirateten mehr, die mit den Kindern einen gemeinsamen Haushalt führen.

Schupp (1991) dagegen betrachtet nicht nur das bloße Zusammenleben von Eltern mit Kindern, sondern die reale Belastung der Elterngeneration: Die meisten Frauen seien heutzutage mit ihrem beginnenden 5. Lebensjahrzehnt (also im Alter von etwa 40 Jahren) von Aufgaben der Kinderversorgung weitgehend freigesetzt, so daß ihnen eine Lebenszeit (gemäß der statistischen Lebenserwartung) von fast 35 Jahren verbleibt, die sie für ihre individuelle Entwicklung, z.B. in Form eines beruflichen Wiedereinstiegs nutzen könnten.

Ungeachtet dessen sind die Eltern auch nach dem Auszug des letzten Kindes aus dem elterlichen Haushalt von ihren Elternpflichten in der Regel zunächst nicht endgültig „entbunden“, wie dies der Begriff der „Nach-Elternschaft“ vermuten läßt. Sie behalten auch nach dem Auszug der Kinder eine zentrale Unterstützungsfunktion für diese bei. Angemessen erscheint es daher, von einem **Übergang zu einer neuen Phase der Elternschaft** zu sprechen (Rossi 1980).

## 4.2 Kinder verschieben ihren Wegzug aufgrund gewandelter sozialer Bedingungen

In zahlreichen demographischen Erhebungen wurde das Alter junger Erwachsener beim Auszug aus dem Elternhaus analysiert, und zwar in Abhängigkeit von verschiedenen soziodemographischen Variablen wie dem Geschlecht oder dem Ausbildungsstand. Von den **15- bis 19jährigen** Männern hat noch kaum jemand geheiratet. Man könnte daher annehmen, daß sie noch alle bei den Eltern wohnen. Das trifft auch für über 96% der um 1955 und um 1960 Geborenen dieses Alters zu, für die um 1965 geborenen Männer aber nur noch zu 93%. Ursache hierfür ist die Zunahme des Anteils derjenigen, die mit einer Freundin zusammenziehen oder in einer Wohngemeinschaft leben. Von den jungen Frauen zwischen 15 und 19 Jahren sind schon mehr verheiratet. Infolgedessen ergaben sich für die um 1955 und um 1960 Geborenen rund 90% bei den Eltern wohnende Ledige. Für die Frauen der Geburtsjahrgänge um 1965 betrug dieser Anteil jedoch nur noch 87%, obwohl von ihnen im Alter von 15 bis 19 Jahren nicht mehr über 5%, sondern nur 3% bereits geheiratet hatten. Diese Entwicklung hängt ebenfalls mit der Zunahme des nichtehelichen Zusammenlebens mit Partnern, aber auch mit dem größer gewordenen Anteil Alleinlebender zusammen (nach Schwarz 1989).

Absolut wie relativ finden die meisten Lösungen vom Elternhaus während des dritten Lebensjahrzehnts statt - bei Männern um das 24. Lebensjahr, bei Frauen im Schnitt mit 21. Von den **Männern** zwischen 20 und 24 Jahren leben noch fast zwei Drittel als Ledige bei den Eltern, zwischen 25 und 29 Jahren immerhin noch ein Viertel.

Bei den jungen **Frauen** erfolgt der Auszug aus dem Elternhaus früher als bei den jungen Männern, u.a. auch deshalb, weil sie jünger heiraten. Von den Frauen im Alter zwischen 20 und 24 Jahren leben daher nur noch etwas über ein Drittel als Ledige bei den Eltern. Dieser Rest zieht dann aber rasch aus; denn 5 Jahre später sind davon drei Viertel nicht mehr im Elternhaus.

Beim Vergleich zwischen älteren und jüngeren Geburtsjahrgängen stellt man nicht - wie häufig angenommen wird - eine Beschleunigung, sondern eine **Verlangsamung der Ablösung vom Elternhaus fest**. Dies hängt zweifellos mit dem Rückgang der Heiratshäufigkeit und dem Aufschub der Eheschließung zusammen: „Seit etwa Mitte der siebziger Jahre ist eine deutliche Aufwärtsbewegung des mittleren Alters der Eheschließung zu beobachten“ (Diekmann 1993, S. 136). Von den 25- bis 29jährigen Männern der Geburtsjahrgänge um

1945 hatten schon 69% geheiratet, von den Männern der Geburtsjahrgänge um 1960 im gleichen Alter aber erst 41%. Bei den Frauen hat sich der Anteil der nicht mehr Ledigen von 88 auf 64% verringert. Diesen Trend stellt auch A. Tölke anhand des DJI-Familienveys fest: „Am Trend zum Aufschub der Heirat, beginnend in den 70er Jahren, beteiligen sich Männer und Frauen.“ Sie errechnet eine gravierende Verschiebung am Beispiel der 25jährigen Männer unterschiedlicher Geburtskohorten: „Der Anteil der geschlossenen Ersten sinkt in der Zeit vom Ende der 50er Jahre bis zu den 80er Jahren um etwa 25 %-Punkte. Bei den Frauen ist der Anteil nur geringfügig weniger gesunken, nämlich um 20 %-Punkte, von 80% auf 60%“ (1991, S. 139). Insbesondere höher gebildete und besser ausgebildete Frauen und Männer sind heute erheblich älter, wenn sie heiraten, als früher. Diese Entwicklung deutet darauf hin, daß bei weiter steigenden Abiturientenquoten sich das durchschnittliche Heirats- und somit auch das Auszugsalter noch weiter erhöhen wird.

Daß es sich dabei nicht um eine endgültige Abkehr von der Ehe handelt, sondern um eine Verschiebung des Heiratsalters in spätere Lebensjahre, weisen u.a. Blossfeld & Jaenichen (1993) - zumindest für Frauen - nach. Jüngere Generationen heiraten demnach zunehmend in einem höheren Lebensalter. Während sich das durchschnittliche Erstheiratsalter zwischen 1950 und 1975 bei den Männern von 28 auf 25 Jahre und bei den Frauen von 25 auf 23 Jahre reduziert hatte, ist heute wieder der Ausgangszustand erreicht: Das Erstheiratsalter der Männer beträgt 29 Jahre, das der Frauen knapp 27 Jahre.

Dieser und andere Faktoren (vgl. unten) führen dazu, daß 47% der ledigen Männer zwischen 25 und 30 Jahren und 36% der ledigen Frauen dieses Alters noch keinen eigenen Hausstand gegründet haben und rund ein Drittel der 35 bis 39 Jahre alten Männer und Frauen, die bis dahin ledig geblieben sind, noch bei den Eltern wohnen. Diese als „Nesthocker-Phänomen“ oder „Hotel Mama“ apostrophierte Entwicklung führt laut Schwarz (1989) zu wichtigen Fragen: „Ist das auf Bequemlichkeit oder auch auf Rücksichtnahme der Kinder oder vielleicht auf die schon vorhandene Pflegebedürftigkeit der z.T. schon 70jährigen Eltern zurückzuführen? Es sind uns keine Untersuchungen bekannt, die darüber berichten“ (S. 51).

Als **Ursache** für den längeren Verbleib der Kinder im Elternhaus kann aber nicht allein der Rückgang der Heiratshäufigkeiten angesehen werden. Es sind vielmehr auch die verlängerten **Ausbildungszeiten** in Betracht zu ziehen. Blossfeld & Jaenichen (1993) stellen - in bezug auf die Frauen - fest, daß es einen langfristigen Trend zur Höherqualifikation gibt: „Es hat sich über die Geburtskohorten hinweg nicht nur das durchschnittliche Ausbildungs-niveau der Frauen ständig erhöht, sondern auch die durchschnittlich im Ausbildungssystem verbrachte Lebenszeit kontinuierlich verlängert“ (S. 178). Dies gilt natürlich auch für junge Männer und hat zur Folge, daß heute sehr viele und weit mehr junge Leute als früher erst im Alter von Mitte 20 und zum Teil noch später eigenes Geld verdienen.

Zum Beweis können die **Erwerbsquoten** herangezogen werden. Von den um 1940 geborenen Männern standen im Alter von 15 bis 19 Jahren über 80% und im Alter von 20 - 24 Jahren fast 90% im Erwerbsleben, die um 1960 geborenen Männer aber nur zu 40 bzw. 80%.

Bei den 15- bis 19jährigen Frauen ging die Erwerbsbeteiligung ebenfalls auf die Hälfte zurück.

In soziologischen Forschungen in den USA wurde das Auszugsalter mit familienstrukturellen Merkmalen in Beziehung gesetzt. Als ein Prädiktor des Auszugsalters erwies sich die höhere Kinderzahl der Familie, welche mit einem früheren Auszug einhergeht. Auch Kinder aus Stieffamilien und Ein-Elternteil-Familien tendieren dazu, früher auszuziehen.

### 4.3 Zur Charakterisierung der betroffenen Bevölkerungsgruppe

Papastefanou zeichnet den Wandel und die Widersprüchlichkeiten nach, die die Sozialisation der heutigen Generation von Müttern Jugendlicher und junger Erwachsener markieren: „Die heute 45- bis 50jährigen Frauen sind in der Nachkriegszeit aufgewachsen, in der die Arbeitskraft von Frauen beim Wiederaufbau im besonderen Maße gefordert und deren berufliche Bildung weitgehend akzeptiert war. Als besondere Charakteristiken dieser Generation sei herausgestellt, daß alte und neue Frauenrollenbilder bei ihnen aufeinander treffen: Einerseits wurde eine Berufsausbildung für Mädchen zur Selbstverständlichkeit, zumindest in Mittelschichtfamilien; andererseits wurde erwartet, daß eine Berufslaufbahn mit der Eheschließung oder spätestens mit der Geburt des ersten Kindes zu enden hätte. Diese Frauen haben die Erfahrung gemacht, daß eine qualifizierte schulische oder berufliche Bildung noch keineswegs ausreicht, um den Grundkonflikt zwischen Beruf und Familie zu lösen“ (in Brüderl 1989, S. 214).

Frauen in dieser Altersphase zwischen 40 und 60 Jahren werden häufig auch als die „Sandwich-Generation“ bezeichnet. Damit wird darauf hingewiesen, daß sie gleichzeitig der Sorge um die Kinder (und Enkel) und der Pflege der Eltern bzw. Schwiegereltern verpflichtet sind oder sich zumindest verpflichtet fühlen. Da dies so gut wie ausschließlich Frauen betrifft, liegt hier einer der Gründe, warum die Forschung zu diesem Thema die Männer bisher stark vernachlässigt hat.

Betrachtet man die Struktur der Familien, die in die empty-nest-Phase eintreten, stellt man weit überwiegend sog. „vollständige“ Familien fest. So beträgt z. B. der Anteil der alleinstehenden Frauen mit oder ohne Kinder an allen Frauen im mittleren Lebensalter 21%. Für die Zukunft der nächsten Jahre läßt sich der Trend prognostizieren, daß durch die steigenden Scheidungsziffern auch in den älteren Jahrgängen der Anteil der Alleinerziehenden und - wenn die Kinder aus dem Haus sind - der Alleinstehenden höher sein wird.

Die verschiedenen möglichen Reaktionen von Frauen im mittleren Alter auf veränderte Lebensumstände wie dem Auszug der Kinder versuchen Neugarten & Datan (1973) zu klassifizieren. Sie unterscheiden auf der Basis von verschiedenen Rollenorientierungen vier Gruppen von Veränderungsmustern, die besonders beim Übergang in die empty-nest-Phase deutlich zum Ausdruck kommen können:

- statics: Die Rollen bleiben mehr oder weniger unverändert. (Hausfrauen bleiben z.B. Hausfrauen.)
- shifters: Die Rolle wird gewechselt. (Hausfrauen werden z. B. berufstätig.)
- expanders: Rollen werden erweitert. (Neben die Hausfrauenrolle tritt z. B. eine Teilzeit-Erwerbstätigkeit.)
- constrictors: Rollen werden eingeengt. (z. B. wird eine Erwerbstätigkeit aufgegeben.)

Die gewählten Beispiele aus dem Bereich der Erwerbstätigkeit sollen keineswegs verdecken, daß es auch in den Rollen als Partner/in in einer Paarbeziehung und als Eltern in einem bestehenden - räumlich getrennten - Familiensystem zu einschneidenden Änderungen kommt. Des weiteren ist an die neu hinzutretende Rolle als (werdende) Großeltern und somit an eine neue Beziehungsebene zwischen Großeltern und Enkeln zu denken. Es kann angenommen und müßte empirisch untersucht werden, daß Frauen der jeweiligen Gruppen den Übergang in eine neue Phase des Familienzyklus verschieden erleben und verarbeiten und somit eventuell eine unterschiedliche Zufriedenheit mit den veränderten Lebensumständen erreichen.

## 5. Das empty nest als „kritisches“ Ereignis und Formen seiner Bewältigung

### 5.1 Reaktionen der Betroffenen auf das „empty nest“

Trennungs- und Ablösungsprozesse der Kinder von ihren Eltern sind zunächst als eine selbstverständliche Folge von Erwachsen-Werden zu definieren und stellen deshalb sogar eine notwendige Phase im Lebensverlaufsprozeß dar (Nave-Herz 1993, S. 25). Andererseits bedeutet der Auszug der Kinder subjektiv für jede Familie ein einschneidendes Ereignis. Die Umstellung auf die empty-nest-Phase gilt oft als kritisch, weil für die Eltern jetzt wieder ihre Gattenbeziehung dominant wird und auch, weil dies typischerweise mit einer „Krise der Lebensmitte“ („midlife crisis“) zeitlich zusammentrifft (Fuchs-Heinritz et al. 1994). Frühere Betrachtungen unterstellten daher, daß der Auszug des letzten Kindes bei den Müttern eine Krise auslösen würde (Bart 1978; Deykin et al. 1966). Die Mütter würden auf diese Krisensituation meist mit der Ausbildung von Depressionen oder anderen psychischen Erkrankungen reagieren („empty-nest-Syndrom“). Heute vertreten die meisten Forscher die These, daß potentielle Belastungen eintreten können, insbesondere durch das gleichzeitige oder aufeinanderfolgende kumulative Auftreten mehrerer Streßfaktoren, wie z. B. Feser u.a. (1989): „Wir gehen davon aus, daß durch das Zusammentreffen von Klimakterium und Weggang der Kinder und durch andere Belastungen in der genannten Lebensphase für die Familienfrau streßhafte Situationen entstehen“ (S. 27).

Da neuere Studien an größeren Stichproben vielfältige emotionale Reaktionen von Müttern ermittelten, wenn die Kinder ausflogen, läßt sich die Hypothese eines generellen „empty-nest-Syndroms“ nicht aufrecht erhalten. Die Reaktionen der von Feser u.a. interviewten Frauen zeigen vielmehr eine inter- und intraindividuelle Vielfalt: „Das Spektrum reicht von eindeutig positivem Erleben (Freude, Erleichterung) bis zu eher negativer Bewertung (Verlust, Belastung, Sorge) mit allen Schattierungen an ambivalenten Gefühlen zwischen diesen beiden Polen“ (1989, S. 41). Viele Mütter fühlen sich in dieser Zeit also sogar erleichtert und begrüßen es, nach der langen Phase intensiver Kinderbetreuung weniger eingeschränkt zu sein. Nach einschlägigen amerikanischen Untersuchungen (z.B. Borland 1979, Lowenthal & Chiriboga 1972, Neugarten 1976, Rubin 1969, Troll 1989) wird die Ehephase nach Ablösung der Kinder von beiden Ehepartnern überwiegend positiv beurteilt. Viele Frauen fühlen sich, wenn die Kinder aus dem Haus gehen, freier, genießen die neugewonnene Intimität mit dem Partner und stufen ihre Ehe auf einem so hohen Zufriedenheitsniveau ein, daß manche Forscher sogar vom „second honeymoon“ sprechen (nach Pongratz 1988, S. 112). Mudrich (1978) findet bei 48% der befragten 23 Frauen positive Gefühle in bezug auf den Weggang der Kinder, während ihn 52% negativ oder ambivalent erleben.

Da aber viele gleichzeitig auch einen Trennungsschmerz verspüren und ihre Kinder als Ansprechpartner vermissen, scheinen ambivalente Gefühle für das mütterliche Erleben charakteristisch zu sein: ein Gemisch aus Verlust und Gewinn („mixture of loss and gain“, Barber 1978). Positive Vorfremde auf den gewonnenen Freiraum und die Entlastung von elterli-

cher Verantwortung kontrastieren mit Verlust- und Trauergefühlen. Letztere wirken sich besonders dann gravierend auf den weiteren Entwicklungsverlauf aus, wenn sie mit anderen Belastungen, wie z.B. dem Eintreten der Menopause oder Krankheiten zusammentreffen (Spence & Lonner 1971). Als eigentlich kritisch wird die Ehephase beurteilt, die unmittelbar **vor** dem „leeren Nest“ liegt, also während die Kinder im Teenager-Alter im gemeinsamen elterlichen Haushalt leben.

Eine Entspannung dieser Situation tritt erst mit dem Auszug ein. Übereinstimmend wird die Beziehung zu den Eltern aus der Sicht der erwachsenen Kinder, die meist regelmäßigen Kontakt zu ihnen haben, als verbessert geschildert. Unter günstigen Bedingungen gewinnen Frauen in dieser Phase Freiräume dafür, sich stärker in anderen Lebensbereichen zu verwirklichen, von denen die Berufstätigkeit ein zentraler ist.

Die familiäre Situation in der Ablösephase bringt aber auch zahlreiche Belastungen mit sich, denn die meisten Mütter werden auch von ihren heranwachsenden und erwachsenen Kindern noch stark beansprucht. Zum einen zeichnet sich in den letzten Jahren - wie bereits beschrieben - ein Trend ab, den elterlichen Haushalt erst in späterem Alter zu verlassen. Zum anderen kehren auch viele junge Erwachsene nach einer Periode des Alleinlebens wieder zeitweilig ins Elternhaus zurück. Die Mütter übernehmen für sie auch nach ihrem Auszug noch einen Großteil der Hausarbeit, wie z.B. Behördengänge erledigen. Viele Söhne liefern, auch wenn sie allein leben, ihre Wäsche regelmäßig zu Hause ab.

Umgekehrt tragen die heranwachsenden und erwachsenen Kinder in der Regel kaum etwas zur Familienarbeit bei, so daß Papastefanou die Beziehung als asymmetrisch charakterisiert: Die Eltern leisten im hohen Maße instrumentelle und materielle Unterstützung, ohne entsprechende Gegenleistungen von ihren Kindern zu erhalten. Daß dies für spätere Phasen im Familienzyklus nicht (mehr) gelten muß, stellten Alt und Bien (1994) fest: „Die These, daß ... die Alten (im Sinne von Großeltern, *W. L.*) keine Unterstützung mehr finden - was die Beziehung innerhalb von Familien betrifft -, kann so nicht bestätigt werden. ... Hier, wo gegenseitige Wertschätzung, Vertrauen und Offenheit unerlässlich sind, weisen ausgeglichene Bilanzen auf eine allgemein große Ausgewogenheit von Geben und Nehmen über alle Generationen hinweg“ (S. 65).

Stärke und Formen der Auseinandersetzung mit der empty-nest-Situation sind bei den einzelnen Menschen sehr unterschiedlich. Neben Belastungen birgt jeder familiäre Übergang - somit auch die empty-nest-Phase - nicht zu unterschätzende Vorteile und Chancen, die von den Betroffenen auch durchaus gesehen und im Sinne eines „neuen Anfangs“ genutzt werden können. Frauen können z. B. in dieser Lebensphase zu eigenen Lebensentwürfen und Lebensinhalten finden, die sie trotz bestehender Widerstände aufbauen und festigen. Dies **kann** durch Wiedereinstieg in den Beruf geschehen, kann aber auch mit dem Aufbau außerberuflicher Handlungsfelder und Identifikationsmöglichkeiten verbunden sein. In diesem Sinne enthält die empty-nest-Phase für Frauen Potentiale und Entwicklungsanreize für eine zukunftsorientierte Lebensgestaltung.

Die positive Verarbeitungsmöglichkeit bei einem Teil der Frauen darf über die schwierige Situation, in der sich andere Frauen befinden, nicht hinwegtäuschen: Angstgefühle, Beeinträchtigung des Selbstkonzepts, Identitätskrisen, Depressionen u.a.m. können die Folge sein. Doch hat der Auszug der Kinder aus dem Elternhaus eher als auszulösender denn als verursachender Faktor für die genannten Symptome zu gelten.

## 5.2 Unterschiedliches Erleben und Verarbeiten in verschiedenen Gruppen

Jene Gruppe von Frauen, deren Identität hauptsächlich durch die Mutterrolle gestiftet wird, läuft am ehesten Gefahr, problematische Reaktionen zu zeigen. Bei berufstätigen Frauen, die meist besser auf diese Situation vorbereitet sind, ist das Risiko geringer, daß sich Gefühle der Leere und Sinnlosigkeit breit machen. Die grundlegende Annahme lautet, daß berufstätige Frauen den Weggang ihrer Kinder leichter bewältigen als Hausfrauen, weil sie ihr Selbstwertgefühl aus zwei zentralen Lebensbereichen ziehen können (Gilbert & Davidson 1989).

Die in einzelnen Studien festgestellte geringere Zufriedenheit von Hausfrauen mit ihrer Rolle könnte auch auf den Wunsch nach Erwerbstätigkeit zurückzuführen sein. Doch nicht einmal jede zehnte nicht-erwerbstätige Frau zwischen 42 und 47 Jahren wünscht sich explizit eine Erwerbstätigkeit. Ausgeprägter ist nach den Feststellungen des Wissenschaftlichen Beirats für Frauenpolitik (1993) eine ambivalente Haltung zum beruflichen Wiedereintritt. Zwei von drei dieser Frauen sind sogar lieber Hausfrau und fühlen sich mit der Arbeit als Hausfrau voll ausgelastet. Argumente für eine Nichterwerbstätigkeit sind überwiegend gesellschaftlich-normativer Art: So betonen 61%, daß Mütter nicht berufstätig sein sollen und 23% beziehen sogar allein das Faktum des Verheiratet-Seins von Frauen mit ein. Immerhin geben auch 20% das Fehlen einer geeigneten Arbeitsstelle an. Jede vierte Frau macht kein Hehl daraus, daß ihr Mann gegen eine Erwerbstätigkeit sei. Vor allem für die 50- bis 55jährigen Frauen, also jener an der Schwelle zur empty-nest-Phase, scheint der Hausfrauenstatus keinen transitorischen Charakter mehr zu besitzen, sondern er wird als endgültig angesehen.

Gerade aber bei jenen Frauen, bei denen insgesamt traditionelle Vorstellungen vorherrschen und die fast ausschließlich auf die Mutterrolle konzentriert leben, können die Veränderungen im Übergang zum „leeren Nest“ zu einem kritischen Lebenschnitt werden. Unter den gegebenen Umständen fühlen sie sich durch die hohen Anpassungsleistungen an die neue Situation überfordert.

Gavranidou untersuchte (1993) die Phasen des Familienzyklus nach ihrer Belastung für die Frau und ermittelte für deren körperliches Wohlbefinden, daß dieses sich mit zunehmendem Alter des jüngsten Kindes im Haushalt verschlechtert. Frauen mit älteren Kindern fühlen sich gesundheitlich weniger gut und haben mehr Beschwerden. "Die meisten psychosomatischen Beschwerden und die am meisten subjektiv beeinträchtigte Gesundheit haben hier die Frauen in der 'empty-nest-Phase'. Frauen, die volljährige Kinder im Haushalt haben,



fühlen sich allerdings weniger krank als Frauen mit Jugendlichen im Haushalt. Interessanterweise aber auch besser als Frauen, deren Kinder schon ausgezogen sind" (S. 245).

Daraus zieht die Autorin die Schlußfolgerung: "Es scheint, als wären Jugendliche im Haushalt ein Risikofaktor für das körperliche Wohlbefinden der Mütter. Entwicklungspsychologisch ist diese Altersstufe der Kinder besonders konfliktreich für die Familie. Hier eskalieren die Machtkämpfe mit den Eltern und die Ablösungsversuche intensivieren sich. Für viele Frauen ist es auch der Zeitpunkt, zu dem sie sich beruflich neu orientieren müssen. Der Wiedereinstieg in den Beruf ist aber insbesondere für Frauen mit längerer Abwesenheit aus dem Beruf schwierig... Frauen, deren jüngstes Kind volljährig ist, haben diese Probleme hinter sich oder können möglicherweise besser mit ihnen umgehen, was sich auf ihr körperliches Wohlbefinden auswirkt" (S. 246).

Mehrere Autoren unterstellen in dieser Phase eine „Beruhigung des Lebens“, eine Verminderung der Probleme und Konflikte sowie eine größere Zufriedenheit mit dem eigenen Leben. Zu fragen ist, ob dies zutrifft; wenn ja, evtl. nur für die Phase des leeren Nestes selbst oder auch für den Übergang in diese Phase oder ob dieser Übergang andere Um- bzw. Neuorientierungen von den Betroffenen erfordert.

### 5.3 Veränderungen in den sozialen Beziehungen

Naheliegender ist, daß sich durch die empty-nest-Situation das kommunikative Verhältnis zwischen den Ehepartnern verändert, jedenfalls bei den Paaren, bei denen die Kindererziehung seit Jahren die wesentliche Grundlage ihrer Gemeinsamkeit abgab. Überlegungen verheirateter Frauen, wegen der verringerten Mutterpflichten eine Berufstätigkeit (wieder) aufzunehmen, verändern auch die Qualität der Ehebeziehung. Häufig stellen sich die Partner den beruflichen Plänen ihrer Frauen entgegen, weil sie Einschränkungen in ihrem häuslichen Leben oder das Alleinsein fürchten. Frauen, die nicht in den Beruf zurückkehren wollen, begründen dies oft mit der ablehnenden Haltung ihrer Partner (Nave-Herz 1992). Dies kann darauf hindeuten, daß der Auszug der Kinder direkt oder indirekt auch eine Belastung der Beziehung der Ehepartner auslösen kann, bis hin zu Ehekrisen, Trennung oder gar Scheidung. Frisé bemerkt in einer Rezension des Buches „Wenn Ehen älter werden“ (Jaeggi & Hornstein): „Verräterisch hoch ist die Zahl der Ehescheidungen, nachdem die Kinder flügge geworden sind.“

Mit dem Auszug der Kinder geht außerdem auch der Kontakt zu deren Freunden und somit ein Stück sozialer Einbindung verloren. Manche Mütter bedauern explizit, mit den Kindern auch den Kontakt zur jüngeren Generation generell verloren zu haben, die „Leben ins Haus gebracht haben“. Damit einher geht in vielen Fällen auch das Nachlassen bzw. die Aufgabe von Kontakten zu den Eltern der Freunde/innen der Kinder, denen man bisher durch institutionelle (z. B. Elternabende) und private Anlässe (Telefonabsprachen, Treffen) und gemeinsame Anliegen verbunden war.

## 5.4 Erwerbstätigkeit - eine neue Perspektive?

In diesem Zusammenhang ist insbesondere die Frage von Interesse, ob Frauen, die am Übergang in die empty-nest-Phase erwerbstätig sind oder werden, diesen Übergang problemloser verkraften als Hausfrauen. Aus der Aktivitätstheorie abgeleitete Hypothesen bejahen dies, indem sie darauf verweisen, daß sich diesen Frauen die Gefühle von Leere, Sinnlosigkeit und Langeweile nicht stellen würden.

Vergleichende Untersuchungen speziell bei Frauen in der empty-nest-Phase sind dazu nicht bekannt. Doch weisen nach Feser u.a. (1989) amerikanische Studien an Frauen im Alter zwischen 40 und 59 Jahren darauf hin, daß eine berufliche Tätigkeit von Frauen in der nachelterlichen Phase sich in der Tendenz positiv auf ihr physisches und psychisches Wohlergehen auswirkt. Northcott (1981) sowie Coleman und Antonucci (1981) konnten nachweisen, daß berufstätige Frauen mittleren Alters verglichen mit gleichaltrigen Familienfrauen eine statistisch signifikant höhere Selbstachtung haben, weniger Ängstlichkeit zeigen, über eine bessere gesundheitliche Verfassung verfügen und in der Ehe zufriedener sind.

Begründet wird dies mit der Präventivfunktion, die der Berufstätigkeit zukommt: Berufliche Tätigkeit sei notwendig mit geistigem und körperlichem Training verbunden, also eine wirksame Vorbeugung gegen den altersbedingten Verlust körperlicher und geistiger Flexibilität.

Es scheint jedoch, daß hier Korrelationen in unzulässiger Weise als Ursache-Wirkung-Relationen interpretiert werden. Es könnte ja auch der Fall sein, daß es gerade die gesünderen, flexibleren Frauen mit einem positiveren Selbstwertgefühl sind, die sich in diesem Alter und nach evtl. längerer Unterbrechung noch eine Berufstätigkeit zutrauen und dies auch auf dem Arbeitsmarkt realisieren können. Dann handelte es sich aber um einen typischen Fehlschluß aufgrund einer nicht zufälligen Zusammensetzung der Vergleichsgruppen, der die oben genannten Ergebnisse und Schlußfolgerungen relativieren könnte.

Dem vielfach vorhandenen Wunsch der Mütter von erwachsenen Kindern, wieder ins Erwerbsleben einzusteigen, steht in der Realität eine Reihe subjektiver und objektiver Hinderungsgründe entgegen. Zu den subjektiven zählen neben einem geringen Selbstvertrauen und der Angst vor der gravierenden Umstellung im Lebensalltag auch die (tatsächlichen oder befürchteten) Reaktionen des Partners, der Kinder und anderer Bezugspersonen. Noch stärker hemmend wirken sich allerdings die objektiv geringen Chancen am Arbeitsmarkt aus aufgrund (vermeintlich) fehlender oder geringerer Qualifikationen und Berufserfahrungen. Der Wunsch nach einem (Teilzeit-)Arbeitsplatz in leicht erreichbarer Entfernung erschwert die Suche zusätzlich. Je länger die Frauen ihre Erwerbstätigkeit ausgesetzt haben, desto schwieriger ist es für sie, einen hinsichtlich Arbeitszeit, Ort, Art der Tätigkeit und Bezahlung entsprechenden Arbeitsplatz zu finden. Unabhängig von dem Wunsch nach einem Wiedereinstieg in das Berufsleben sehen es deshalb sieben von zehn nicht berufstä-

tigen verheirateten Frauen als schwierig bis unmöglich an, wieder eine Stelle zu finden (Fesser u.a. 1989).

Um sich trotzdem ein weiteres neues Aktivitätsfeld zu erschließen, wenden sich einige Frauen in dieser Lebenssituation verstärkt unbezahlten ehrenamtlichen Tätigkeiten zu oder werden - vereinzelt - auch politisch aktiv.

## 6. Faktoren für die Bewältigung des Übergangs zur „empty-nest-Phase“

Die Vielfalt und unterschiedliche Bewertung der bei den Betroffenen auftretenden Gefühle am Übergang zur empty-nest-Phase deutet schon darauf hin, daß eine Vielzahl von Faktoren die psychische Verarbeitung dieser Lebensphase bestimmt. Bezogen wiederum nur auf Frauen formulieren dies Feser u.a. (1989): „Die Frau erlebt den Weggang der Kinder aus dem Elternhaus auf dem Hintergrund ihrer spezifischen Persönlichkeitsstruktur, ihrer je eigenen Biographie (epochale, kulturelle, soziale Faktoren) und ihrer aktuellen Lebensumstände“ (S. 43). Schoenholz (1981) berichtet, daß diejenigen Frauen die höchste Lebenszufriedenheit aufwiesen, die in der „empty-nest-Situation“ einen neuen Lebensweg eingeschlagen hatten („shifters“ bzw. „expanders“ in der Terminologie von Neugarten und Datan 1973). Was Bildung und Ausbildung betrifft, so dominiert die Annahme, daß Frauen mit höherem Bildungsabschluß den Wiedereinstieg ins Erwerbsleben schneller und reibungsloser schaffen werden (Pongratz 1988). Weitere Faktoren, die untersucht werden müßten, sind die Dauer der Erwerbsunterbrechung, der Wunsch nach Rückkehr ins Erwerbsleben und die vorhandene bzw. fehlende Unterstützung bei Haushaltsarbeiten. Gerade in der Phase des „leeren Nestes“ spielt die Beziehung zum Partner eine wichtige Rolle bei der Bewältigung der als krisenhaft erlebten Ereignisse, auf die viele Frauen nur bedingt vorbereitet sind (Pongratz 1988, S. 108).

## 7. Zusammenfassung und Fazit

Aufgrund neuerer Entwicklungen (Aufschub von Geburten, längere Ausbildung, spätere Heirat, längeres Verweilen im Elternhaus, längere Abhängigkeit der Kinder von den Eltern) hat sich in den letzten Jahrzehnten der Beginn der post-parentalen Phase im Lebenslauf nach hinten verschoben. Wegen der länger gewordenen Ausbildungszeit und der geringer gewordenen Heiratsbereitschaft ziehen die Kinder heute nicht früher, sondern später als bisher aus (Schwarz 1989, S. 39).

Insgesamt sei nochmals betont, daß alle Untersuchungen gegen die These von einer generellen Belastung und schweren Krise durch die empty-nest-Situation sprechen. Art und Ausmaß der Auseinandersetzung mit den eintretenden Lebensveränderungen werden von sozialen und psychologischen Faktoren entscheidend mitbestimmt: von der eigenen Lebensgeschichte, der ökonomischen Situation, der eigenen Akzeptanz der traditionellen Frauenrolle, den subjektiven Bedürfnissen sowie nicht zuletzt von der Qualität der Paar- und der Eltern-Kind-Beziehung u.a.m., von Variablen also, die sich zudem noch gegenseitig bedingen.

Der Weggang der Kinder aus dem Elternhaus löst bei den Müttern ambivalente, positive oder negative Reaktionen aus. Waren die Kinder wichtigster Rolleninhalt, kann eine Identi-

tätskrise die Folge sein. Die gegenteilige Reaktion ist ebenfalls nachweisbar: manche Frauen begrüßen das Wegfallen von Erziehungs- und Fürsorgepflichten. Sie sehen Chancen für einen Neubeginn und die persönliche Weiterentwicklung. Bei den meisten Frauen sind sowohl Gefühle der Erleichterung als auch des Verlustes zu finden.

Der Übergang zur empty-nest-Phase wirkt in individuell unterschiedlicher Weise auch auf die Beziehung in Ehe und Partnerschaft. Es kann zur Intensivierung der Beziehung oder zur Entfremdung kommen. Ein Rollenwandel ist bei beiden Partnern notwendig. Durch den Auszug der Kinder kann es vor allem bei den Familienfrauen auch zu ihren Veränderungen in ihren Sozialkontakten kommen.

Bei Betrachtung der derzeitigen Forschungslage müssen wir eindeutig gravierende Lücken konstatieren. So fehlen Untersuchungen, die

- neben den Müttern auch die Väter und Kinder einbeziehen,
- längsschnittlich angelegt sind,
- nach unterschiedlichen Lebenslagen von Familien in verschiedenen sozialen Gruppen differenzieren,
- soziologische und psychologische Konzepte miteinander in Beziehung setzen
- verschiedene Familienformen (z.B. Alleinerziehende) umfassen und miteinander vergleichen und
- die gewonnenen Erkenntnisse auch auf familienpolitische und sozialpädagogische Handlungsfelder anwenden, wie z.B. Beratungs-, Bildungs- und Freizeitangebote, Paar- und Gruppenarbeit etc.

Das geplante Forschungsprojekt soll durch eigene empirische Untersuchungen versuchen, dazu beizutragen, einige der beschriebenen Lücken im Wissens- und Forschungsstand zu verringern und dadurch auch nicht zuletzt weitere intensivere Forschungsarbeiten anzuregen.

## Literatur zum Thema „empty nest“

- ALT, CHR./BIEN, W. (1994): Eigeninteresse oder Solidarität? Die moderne Mehrgenerationenfamilie. *Diskurs*, 1/1994, 62 - 67
- BARBER, C. E. (1978): Gender differences in experiencing the transition to the empty nest. Paper presented at the Meeting of the Gerontological Society of America. Dallas, USA
- BART, P. B. (1978): Mother Portnoy's complaints. *Transaction*, 8 (1-2), 69-74
- BLOSSFELD, H.-P/JAENICHEN, U. (1993): Bildungsexpansion und Familienbildung. In: A. Diekmann/S. Weick (Hg.): *Der Familienzyklus als sozialer Prozeß*. Berlin: Dunker & Humblot, 165-193
- BORLAND, D. (1979): An investigation of the empty nest syndrome among parents of different marital status categories. Paper presented at the meeting of the Gerontological Society of America. Washington, USA
- COLEMAN, L. M./ANTONUCCI, T. C. (1981): The impact of work on women at midlife. Annual convention of the American Psychological Ass. 89th, Los Angeles
- DIEKMANN, A. (1993): Auswirkungen der Kohortenzugehörigkeit, der schulischen Bildung und der Bildungsexpansion auf das Heiratsverhalten. In: A. Diekmann/S. Weick (Hg.): *Der Familienzyklus als sozialer Prozeß*. Berlin: Dunker & Humblot, 136-164
- FAHRENBERG, B. (1986): Die Bewältigung der "empty nest situation" als Entwicklungsaufgabe der älter werdenden Frau - Eine Literaturanalyse. *Ztschr. für Gerontologie*, 19, 323-335
- FESER, H./MÜLLER-DAEHN, S./SCHMITZ, U. (1989): *Familienfrauen im mittleren Alter. Lebenssituation und Zukunftsperspektiven*. 2 Bände. Stuttgart: Kohlhammer
- FRISÉ, M. (1985): Auch Kinder helfen wenig. *Frankfurter Allgemeine Zeitung*
- FUCHS-HEINRITZ, W. (1994): *Lexikon zur Soziologie*. 3. Aufl. Opladen: Westdeutscher Verlag
- GAVRANIDOU, M. (1993): Wohlbefinden und Erwerbstätigkeit im Familienverlauf. In: B. Nauck (Hg.): *Lebensgestaltung von Frauen*. Weinheim: Juventa, 235-260
- GILBERT, L. A./DAVIDSON, S. (1989): Dual-career families at midlife. In: S. Hunter/M. Sundel (Eds.): *Midlife myths*. Newbury Park: Sage, 195-209
- HARKINS, E. (1978): Effects of empty nest transition on self report of psychological and physical well-being. *Journal of Marriage and the Family*, 40, 549-558
- HOFER, M./KLEIN-ALLERMANN, E./NOACK, P. (1992): *Familienbeziehungen. Eltern und Kinder in der Entwicklung*. Göttingen: Hogrefe
- JAEGGI, E./HOLLSTEIN, W. (1985<sup>3</sup>): *Wenn Ehen älter werden: Liebe, Krise, Neubeginn*. München: Piper
- LOWENTHAL, M. F./CHIRIBOGA, D. A. (1972): Transition to the empty nest: Crisis, challenge or relief? *Archives of General Psychiatry*, 26, 8-14

- MUDRICH, A. (1978): Der Wegzug des letzten Kindes aus dem Elternhaus im Erleben der Mutter. Unveröffentlichte Diplomarbeit im Fach Psychologie an der Rheinisch-Friedrich-Wilhelm-Universität Bonn.
- MÜHLFELD, C. (1995): Familiäre Lebensformen - Ehe, Familie, Partnerschaft. Augsburg: Maro
- MÜHLFELD, C. (1982): Ehe und Familie. Opladen: Westdeutscher Verlag
- MÜHLFELD, C. (1976): Familiensoziologie. Hamburg: Hoffmann und Campe
- NAVE-HERZ, R. (1993): Trennungs- und Ablösungsprozesse der Kinder von ihren Eltern. In: K. Menne/H. Schilling/M. Weber (Hg.): Kinder im Scheidungskonflikt. Weinheim: Juventa
- NAVE-HERZ, R. (1992): Frauen zwischen Tradition und Moderne. Bielefeld: Kleine Verlag
- NEUGARTEN, B. L. (1976): Adaption in the life cycle. *The Counselling Psychologist*, 6, 16-20
- NEUGARTEN, B. L./DATAN, N. (1973): Lebenslauf und Familienzyklus. In: L. Rosenmayer (Hg.): Die menschlichen Lebensalter - Kontinuität und Krisen. München: Piper, 156-188
- NORTHCOTT, H. C. (1981): Women, work, health and happiness. *International journal of women's studies*, 4, 268 - 276
- OLIVER, R. (1977): Empty nest syndrome as a focus of depression. *Psychotherapy*, 14, 87-94
- PAPASTEFANOU, CHR. (1992): Mütterliche Berufstätigkeit in der Übergangsphase zur „Nach-Elternschaft“. In: L. Brüderl/B. Paetzold (Hg.): Frauenleben zwischen Beruf und Familie. Weinheim: Juventa, 210-230.
- PAPASTEFANOU, CHR. (1992): Junge Erwachsene und ihre Eltern. In: M. Hofer/E. Klein-Allermann/P. Noack (Hg.): Familienbeziehungen. Göttingen: Hogrefe, 217-237
- PONGRATZ, H. (1988): Mütter im „leeren“ Nest. In: Deutsches Jugendinstitut (Hg.): Wie geht's der Familie? München: Kösel, 107-118
- ROSSI, A. (1980): Parenthood in the middle years. In: O. G. Brim (Ed.): Life-span development and behavior. New York: Academic Press, 138-205
- RUBIN, L. B. (1979): Women of a certain age: The midlife search for self. New York: Harper & Row
- SHELLER, G. (1989): Familienzyklus als Forschungsansatz. In: R. Nave-Herz/M. Marckfa (Hg.): Handbuch der Familien- und Jugendforschung. Band 1: Familienforschung. Neuwied: Luchterhand, 151 - 162
- SCHNEEWIND, K. A. (1991): Familienpsychologie. Stuttgart: Kohlhammer
- SCHOENHOLZ, D. R. (1981): Life style selection an personal satisfaction among empty nest women. Dissertation abstracts international 41/11-A: 4852
- SCHUPP, J. (1991): Teilzeitarbeit als Möglichkeit der beruflichen (Re-)Integration. In: K. U. Mayer/J. Allmendinger/J. Huinink (Hg.): Vom Regen in die Traufe: Frauen zwischen Beruf und Familie. Frankfurt: Campus, 207-232
- SCHWARZ, K. (1989a): Veränderung der Lebensverhältnisse im Alter. *Ztschr. für Bevölkerungswissenschaft*, 15 (3), 235-246

- SCHWARZ, K. (1989b): Wann verlassen die Kinder das Elternhaus? *Ztschr. für Bevölkerungswissenschaft*, 15 (1), 39-58
- SCHWARZ, K. (1986): Bevölkerungsentwicklung und Familienstruktur. *Archiv für Wissenschaft und Praxis der sozialen Arbeit* (2-4), 7-17
- SPENCE, D./LONNER, T. (1971): The "empty nest": a transition within motherhood. *Family Coordinator*, 20, 369-375
- TÖLKE, A. (1991): Partnerschaft und Eheschließung - Wandlungstendenzen in den letzten fünf Jahrzehnten. In: H. Bertram (Hg.): *Die Familie in Westdeutschland*. Opladen: Leske und Budrich
- TROLL, L. (1989): Myths of midlife intergenerational relationships. In: S. Hunter/M. Sundel (eds.): *Midlife myths*. Newbury Park: Sage, 210-231
- WISSENSCHAFTLICHER BEIRAT FÜR FRAUENPOLITIK beim Bundesministerium für Frauen und Jugend (1993): *Frauen im mittleren Alter. Lebenslagen der Geburtskohorten von 1935 bis 1950 in den alten und neuen Bundesländern*. Stuttgart: Kohlhammer
- ZIEGLER, R./SCHLADT, D. (1993): Auszug aus dem Elternhaus und Hausstandsgründung. In: A. Diekmann/S. Weick: *Der Familienzyklus als sozialer Prozeß*. Berlin: Duncker & Humblot