

Summary: Which health-related, social and material consequences follow from the loss of a partner? The panel data for the current study is based on the "Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe." Those who lose their partner more frequently show symptoms of depression and a decrease in life quality. In particular, women see a reduction in their material wellbeing.

Kurz gefasst: Welche gesundheitlichen, sozialen und materiellen Folgen hat ein Partnerverlust? Die Grundlage der Studie bildet eine repräsentative europaweite Längsschnittstudie: „Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe“. Wer den Partner verloren hat, zeigt vermehrte Depressionssymptome und einen Rückgang in der Lebensqualität. Insbesondere Frauen erleben eine Verschlechterung ihrer materiellen Situation.

Partnerverlust und seine Folgen

Wie Trauer die Gesundheit und das Wohlbefinden beeinträchtigt

Maja Adena

Der Verlust des Ehe- oder Lebenspartners gehört zu den einschneidenden Krisen des menschlichen Lebens. Die vielfältigen Folgen für die Zugehörigen können von individueller Trauerverarbeitung über gesundheitliche und ökonomische bis hin zu sozialen Problemen reichen. Wissenschaftliche Untersuchungen bestätigen stets einen deutlichen negativen Zusammenhang zwischen Partnerverlust und der psychischen sowie physischen Gesundheit und nicht zuletzt der Sterblichkeit.

Warum gibt es diesen negativen Einfluss? Die potenziellen Gründe sind eine Kombination unterschiedlicher Aspekte.

Zunächst die Trauer. Die negativen Emotionen können sehr beherrschend sein. Je nach persönlicher Situation und Kultur dauert die Trauerphase länger oder kürzer. Trauer ist intensiver Stress, und der Link zwischen Stress und Gesundheit ist schon lange belegt. Ein anderer Faktor ist die Notwendigkeit, sich an eine neue Situation anzupassen, in der auf einmal der Partner oder die Partnerin fehlt. Da wir immer im sozialen Kontext existieren, müssen wir uns neu definieren, wenn sich der Kontext ändert. Das braucht Zeit.

Wer den Partner verliert, erfährt häufig eine Veränderung im verfügbaren Einkommen und Vermögen. Das Einkommen des Verstorbenen entfällt, es wird gegebenenfalls durch entsprechende staatliche oder private Zahlungen in Teilen ersetzt, und Teile des Vermögens werden möglicherweise vererbt. Darüber hinaus entfallen gewisse Kosten- und Zeitersparnisse eines größeren Haushalts, etwa bei Ernährung, Raumnutzung oder Heizung.

Es sind weitere Vorteile der Partnerschaft, die wegfallen. Es kann ein Gegenüber fehlen, das an einen gesunden Lebensstil erinnert oder daran, einen Termin beim Arzt zu vereinbaren. Auch bei einem Unfall oder plötzlicher Erkrankung kann jetzt die schnelle Unterstützung fehlen.

Nicht selten geht dem Tod des Partners eine lange Krankheitsphase voraus. Bereits die Zeit der Pflege des Zugehörigen kann zu eigener Vernachlässigung, Erschöpfung und psychischer Belastung führen. Es kann auch sein, dass die pflegende Person in dieser Zeit alle Kräfte zusammennimmt, um dieser Aufgabe nachzukommen, was später in einer umso größeren Erschöpfung resultieren kann. Bei einer schweren vorangehenden Erkrankung kann auch die Vorahnung des Verlusts bereits vor dem Tod des Partners die psychische und vielleicht sogar die physische Gesundheit negativ beeinflussen.

In einem aktuellem Projekt untersuche ich zusammen mit Michał Myck und Monika Oczkowska (beide vom Centre for Economic Analysis, Szczecin, Polen) Folgen des Partnerverlusts in Bezug auf die Gesundheit, das Wohlbefinden und die materielle Situation bei der Generation 50+ in verschiedenen Ländern Europas. Die Grundlage bildet eine repräsentative europaweite Umfrage: „Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe“ (SHARE). Die Wiederholungsbefragung fand seit 2006 etwa alle zwei Jahre statt. Bis jetzt sind Daten von fünf Erhebungswellen verfügbar, bald folgt die sechste. Für die Analyse werden Personen einbezogen, die an mindestens zwei Wellen teilgenommen haben. Davon werden zwei Beobachtungszeitpunkte verwendet unter der Voraussetzung, dass die Personen in der früheren Welle zusammen mit einem Partner in einem Haushalt lebten und in der späteren Welle entweder mit dem gleichen Partner lebten oder in der Zwischenzeit den Partner verloren haben. Die Informationen über den Tod des Partners (Zeitpunkt, Ursache, Gesundheit und Pflege im letzten Jahr etc.) wurden in einem gesonderten Interview mit einem Familienmitglied des Verstorbenen oder einer anderen nahestehenden Person erhoben.

Es ließen sich über 2.500 Paare identifizieren, die einen Partnerverlust erlebt haben und für die SHARE ausreichend Informationen liefert. Sie kommen aus 15 europäischen Ländern (der Schweiz und den Niederlanden, Schweden, Dänemark, Deutschland, Slowenien, Österreich, Belgien, der Tschechischen Republik, Frankreich, Italien, Polen, Griechenland, Spanien, Estland) und Israel. Da der Partnerverlust in vielen Fällen kein unerwarteter Schock ist und die damit verbundene zeitliche Eingrenzung der Auswirkungen unklar bleibt, ist die Untersuchung der Folgen komplex. Deswegen haben wir angestrebt, auch den Entwicklungsverlauf zu untersuchen. Für den Zweck der Studie verfolgen wir unter anderem folgende Strategie: Für jede Person, die zwischen zwei Erhebungswellen den Partner verloren hat, suchen wir einen „statistischen Zwilling“ unter denjenigen, die zu beiden Beobachtungszeitpunkten mit demselben (Ehe-)Partner in einem Haushalt lebten. Jedes „statistische Zwillingpaar“ ist jeweils exakt gleich bezüglich der Merkmale Altersgruppe, Geschlecht, Land und Bildungskategorie sowie möglichst ähnlich bezüglich anderer Charakteristika. Zuletzt wird angestrebt, die gleichen Beobachtungszeitpunkte heranzuziehen.

Die meisten bisherigen Studien haben die Unterschiede zwischen der Gruppe der Verwitweten und der Vergleichsgruppe nicht ausreichend berücksichtigt. Werden die zu untersuchenden Ergebnisvariablen zwischen den Gruppen lediglich in der Postperiode verglichen, so können die Unterschiede aufgrund unbeobachteter Charakteristika sehr wahrscheinlich überschätzt werden. Ein Vergleich des Davor und des Danach kann dagegen zur Unterschätzung der Folgen des Partnerverlusts führen, falls die bereits erwähnte Vorahnung beziehungsweise Erschöpfung durch Pflegezeit eine Rolle spielen. Die SHARE-Daten erlauben es einerseits, viele relevante Informationen einzubeziehen, wie zum Beispiel die sozialen Netzwerke, die Beziehungsgeschichte und Gesundheitsaspekte aus der Kindheit. Damit können möglichst viele für die spätere Gesundheit relevante Faktoren berücksichtigt werden. Andererseits behalten wir ein spezielles Augenmerk auf die Folgen im Zeitverlauf. Die Folgen des Partnerverlusts analysieren wir insbesondere in Bezug auf die psychische Gesundheit, die Lebensqualität und das materielle Wohlbefinden.

Die Trauer äußert sich mit Symptomen, die auch für Depression typisch sind. Diese sind in der ersten Zeit nach dem Verlust normal. Manchmal aber dauert die Trauer lange und ist sehr beherrschend. Je nach Kultur, persönlicher Situation, Todesumständen und medizinischer Definition ist der Übergang zwischen der Trauer und der Depression unterschiedlich. Für die Zwecke unserer Untersuchung benutzen wir ein binäres Maß für Depression, das auf der so genannten EURO-D-Skala basiert. Dieses Maß wird aus den Antworten auf zwölf Fragen gebildet, die unter anderem Schlafstörungen, Appetitverlust, Energielosigkeit, Konzentrationsstörungen und Schuldgefühle umfassen. Eine Person wird als depressiv eingestuft, wenn vier oder mehr Symptome zutreffen.

Verglichen mit der Zeit vor dem Todesfall nimmt die Zahl derer, die vier oder mehr Depressionssymptome haben, im ersten Trauerjahr stark zu. Allerdings ist



Maja Adena ist wissenschaftliche Mitarbeiterin der Abteilung Ökonomik des Wandels. Sie forscht zum Einfluss der Medien auf Wahlverhalten, Radikalisierung und Widerstand. Ein weiterer Schwerpunkt ist die Armuts- und Ungleichheitsforschung mit ihren Ursachen und Folgen. Außerdem untersucht sie Spendenverhalten. *[Foto: David Ausserhofer]*

maja.adena@wzb.eu

zu betonen, dass diese Symptome zur Trauer gehören und nicht sofort mit Krankheit gleichzusetzen sind. Je nach Kultur und persönlicher Situation kann der Trauerzustand länger oder kürzer andauern. Dennoch lassen sich unter denjenigen, die an der wiederholten Erhebung im Zeitraum zwischen einem und fünf Jahren nach dem Tod des Partners teilgenommen haben, immer noch öfter Depressionssymptome als bei den gleichen Personen in der letzten Erhebung vor dem Partnerverlust beobachten.

Der zeitliche Trend, relativ zur Vergleichsgruppe, zeigt eine kleine Erhöhung der Depressionswahrscheinlichkeit bereits kurz vor dem Verlust, einen starken Anstieg nach dem Verlust und langsames Zurückkehren auf das Niveau der Vergleichsgruppe im Zeitraum von etwa fünf Jahren.

Wie beeinflusst der Partnerverlust die Lebensqualität? Die Kurzversion von CASP-19 erfasst vier Bereiche der individuellen Bedürfnisse, die vor allem im höheren Alter relevant sind: Kontrolle, Autonomie, Selbstverwirklichung und Freude und werden oft als Indikatoren für Lebensqualität herangezogen. Der zeitliche Trend deutet relativ zur Vergleichsgruppe eine deutliche Verschlechterung der Lebensqualität nicht erst um den Zeitpunkt des Verlusts herum, sondern schon in den drei Jahren zuvor und ebenso in den drei Jahren danach an.

Da ihre Erwerbsquoten und ihre Gehälter im Durchschnitt unter denen der Männer liegen, bekommen Frauen später oft niedrigere Rentenzahlungen. Da aber Frauen eine höhere Lebenserwartung haben und dazu oft die Jüngerer in der Partnerschaft sind, erleben sie ungefähr dreimal so oft den Partnerverlust wie Männer. Deshalb kann der Wegfall des Partnereinkommens, wird er durch eine Witwenrente oder andere Zahlungen nicht entsprechend aufgefangen, zu einer Verschlechterung der materiellen Situation führen. Während wir in der Vergleichsgruppe, die keinen Verlust erlitten hat, einen leicht positiven Trend im subjektiven materiellen Wohlbefinden beobachten, erklären die Frauen, die ihren Partner verloren haben, eine deutliche Verschlechterung. Diesen Effekt beobachten wir dagegen bei Männern nicht. Im Durchschnitt geben die Männer an, dass es ihnen finanziell besser geht im Vergleich zu ihrer Aussage vor dem Partnerverlust.

Den Zusammenhang zwischen Armut und Gesundheit habe ich bereits 2013 in einem Artikel in *Social Science & Medicine* gemeinsam mit Michał Myck analysiert. Gleichfalls auf der Basis von SHARE-Daten haben wir gezeigt, dass es einen engen Zusammenhang zwischen Armut und Gesundheitsverschlechterung bei älteren Menschen gibt. Gesundheitliche Rückschläge sind besonders wahrscheinlich in der Gruppe, die vier Jahre zuvor angab, finanziell nicht gut über die Runden zu kommen. In der vorliegenden Studie sehen wir, dass die subjektive Armutsempfindung bei Frauen nach dem Partnerverlust massiv zunimmt. Eine ähnliche Rolle für die Veränderungen der Gesundheit der über 50-Jährigen spielt die relative Position auf der Vermögensskala. In der vorangegangenen Studie haben wir gezeigt, dass das aktuelle Einkommen eine geringere Rolle für die gesundheitlichen Veränderungen spielt. Eine mögliche Erklärung ist, dass die finanziellen Bedürfnisse im Alter sehr unterschiedlich sind und von Faktoren wie Wohneigentum, chronischen Krankheiten, regionalen Unterschieden im Preisniveau, Unterstützung aus der Familie etc. abhängen. Der indirekte Weg vom Partnerverlust über die Verschlechterung der finanziellen Situation bis hin zu gesundheitlichen Rückschlägen könnte auch eine mögliche Erklärung für die oft lang andauernden Folgen des Partnerverlusts sein.

Des Weiteren haben wir in der vorhergehenden Studie gezeigt, dass gesunde Individuen mit finanziellen Schwierigkeiten, im Vergleich zu solchen ohne finanzielle Schwierigkeiten, eine höhere Wahrscheinlichkeit haben, früher zu sterben.

Es scheint so, als ob einige Paare auch über den Tod hinaus unzertrennlich wären. Die erhöhte Sterblichkeit des Partners nach dem Tod einer geliebten Person wurde in vielen Studien bestätigt. Felix Elwert hat zusammen mit Nicholas A. Christakis in einer Veröffentlichung aus dem Jahre 2006 anhand der amtlichen amerikanischen Medicare-Daten eine höhere Sterbewahrscheinlichkeit für

Menschen geschätzt, die den Partnerverlust erlebten. Diese beziffern die Autoren auf 17 Prozent höher für Witwer und 15 Prozent höher für Witwen. Sie finden auch große Unterschiede je nach ethnischer Zugehörigkeit der Paare: Weiße sind stärker betroffen als Schwarze.

Der Verlust des Partners wirkt sich auf viele Lebensbereiche aus und kann massive Beeinträchtigungen mit sich bringen: vermehrte Depressionssymptome, Reduktion der Lebensqualität und Verschlechterung der finanziellen Situation. Viele Menschen kehren nach einiger Zeit zum „normalen“ Niveau zurück. Die dafür benötigte Zeit ist allerdings deutlich länger als das, was die amerikanische psychiatrische Vereinigung seit 2013 dem Trauernden zugesteht, bevor sie die Symptome als Krankheit definiert. Dem Trauernden kann bereits nach zwei Wochen mit Symptomen wie Niedergeschlagenheit, Appetitverlust, Gewichtsabnahme, Antriebslosigkeit, sozialem Rückzug und Schlafstörungen eine psychische Störung diagnostiziert werden. In den 1980er Jahren war dies noch ein Jahr, vom Jahr 2000 an zunächst zwei Monate. Wie der zeitliche Verlauf ist, scheint vom individuellen Erleben abhängig zu sein. Es zeigt sich anders für unerwartete Todesfälle als für Fälle, denen lange Krankheit und Pflegezeit vorausgehen. Auch Trauerkultur und soziales Umfeld spielen eine wichtige Rolle.

Literatur

Adena, Maja/Myck, Michał: „Poverty and Transitions in Health in Later Life“. In: *Social Science & Medicine*, 2014, Vol. 116, pp. 202–210.

Elwert, Felix/Christakis, Nicholas A.: „Widowhood and Race“. In: *American Sociological Review*, 2006, Vol. 71, No. 1, pp. 16–41.