

Efter skilsmissen: Tiden læger ikke alle sår!

Det ser det ud til, at skilsmisser både går ud over børnene og de skilte ægtefæller selv: De er gennemgående mindre lykkelige efter skilsmissen end andre, der stadig er gift.

Denne konklusion hviler dog især på store befolkningsundersøgelser, hvor man på et bestemt tidspunkt har undersøgt lykken eller tilfredsheden med tilværelsen hos et stort repræsentativt udsnit af en befolkning, og så har man bl.a. sammenlignet livsglæden hos dem, der på det pågældende tidspunkt var gift, med dem, der var skilt – samt hos dem, der aldrig havde været gift. I stort set alle de undersøgelser, der er udført over den opskrift, finder man et helt ensartet mønster: De gifte er de mest glade og tilfredse med tilværelsen. Derefter kommer de, der aldrig har giftet sig. Og på tredjepladsen kommer – noget længere nede – de skilte.

Men den slags undersøgelser kan kun dokumentere, at skilte i gennemsnit er mindre glade for tilværelsen end ikke skilte. Undersøgelser siger intet om, hvad der er årsag til hvad! Det har været den almindelige antagelse, at det var skilsmisserne, der var årsag til den lavere trivsel i tilværelsen, men som anført af flere forskere kan det bestemt også være omvendt, således at de, der – af andre grunde, såsom arvelige anlæg og dårlige barndomme – trives dårligere i tilværelsen, af denne grund senere kommer ud for flere skilsmisser.

Hvem har nu ret: fortalene for *skilsmisse* som årsag til vantrivsel eller fortalene for *vantrivsel* som årsag til skilsmisse? Det har begge parter ifølge en stor ny tysk undersøgelse! Ifølge denne undersøgelse ser det både ud til, at folk, der trives dårligere i tilværelsen, inden de blev gift, også hyppigere bliver skilt senere hen: Men lige så meget ser det ud til, at de, der bliver skilt, i mange år efter skilsmissen får nedsat livsglæde og trivsel i tilværelsen, så den bliver lavere, end den var, mens de var gift – eller i hvert fald mens de havde de relativt godt i ægteskabet, inden det begyndte at gå nedad mod skilsmissen.

Den tyske undersøgelse er usædvanlig omfattende, idet den omhandler 30.000 tyske mænd og kvinder, der blev fulgt i hele atten år. Blandt disse 30.000 mænd og kvinder forekom der lige knapt tusind skilsmisser i løbet af undersøgelsesperioden. Ud fra de årlige undersøgelser over tilfredsheden med tilværelsen hos dem, der blev skilt, kunne forskerne beregne den gennemsnitlige tilfredshed med tilværelsen år for år, fra ni år inden skilsmissen til seks år efter skilsmissen.

Denne undersøgelse viste to interessante ting. For det første begyndte tilfredsheden med tilværelsen at falde hele seks år inden skilsmissen! Derefter faldt tilfredsheden yderligere år for år i en ganske jævnt glidende kurve, lige til det år, hvor skilsmissen fandt sted, og hvor tilfredsheden med tilværelsen altså var på det absolutte lavpunkt i hele den femten år lange periode, der her var tale om.

Den anden konklusion på denne analyse var, at godt nok steg tilfredsheden med tilværelsen noget i årene efter skilsmissen – især i løbet af de tre-fire første år efter skilsmissen – men derefter ophørte stigningen i tilfredshed med tilværelsen og blev liggende temmelig konstant på et noget lavere niveau, end der havde været tale om i årene inden den nedgang, der begyndte seks år inden skilsmissen.

Det ser altså kort sagt ud til, at der gennemsnitligt er et meget langvarigt tab af livsglæde i flere år forude for en skilsmisse, samt at livsglæden efter skilsmissen ikke kommer nær så højt op, som den var, indtil det begyndte at gå ned ad bakke seks år inden skilsmissen.

Denne del af den tyske undersøgelse tyder altså på, at en skilsmisse på kort sigt er årsag til en gennemsnitlig forbedring af livskvaliteten i nogle få år efter skilsmissen, sammenlignet med den som regel noget dårligere trivsel i de seneste år inden skilsmissen, men også at skilsmissen tilsyneladende er årsag til en efterfølgende langvarig reduktion i livsglæden sammenlignet med "de gode år" i ægteskabet. Det sidste støtter altså overvejende hypotesen om skilsmisser som årsag til et langvarigt tab af livsglæde.

Men en anden analyse fra samme undersøgelse støtter også det alternative synspunkt: Det viste sig nemlig, at de tyskere, der forud for ægteskabet havde en lavere livskvalitet – især i form af flere problemer med angst og depression – også senere hen havde flere tilfælde af skilsmisser. Det støtter så lige så meget det synspunkt, at lav livskvalitet – af grunde, der både kan være medfødte og hidrøre fra belastninger i barndommen – i sig selv kan være medvirkende årsag til senere skilsmisser.

Konklusionen på denne omfattende tyske undersøgelse kan således udtrykkes således, at forbindelsen mellem lav tilfredshed med tilværelsen og skilsmisse kan gå begge veje! Det kan jo egentlig forekomme ganske uretfærdig, at de, der i forvejen er uheldige med at døje med følelsesmæssige problemer, oftere end andre lider et senere ægteskabeligt forlis, der så gør dem endnu mere utilfredse med tilværelsen på længere sigt!

Der er nu tegn på, at man ved en slags ægteskabelig serviceeftersyn kan rette op på en ægteskabelig skude, der er ved at synke – hvad enten parterne er klar over det eller ej. På den baggrund kan vi så håbe på, at det i fremtiden vil være muligt blot i nogen grad at modvirke denne uretfærdighed, så de lidt ulykkelige mennesker ikke så meget behøver at blive endnu mere ulykkelige på grund af skilsmisser.

tn

Kilde: Lucas, R.E. (2005). Time Does Not Heal All Wounds. *Psychological Science*, 16(12). 945-950.